

Глава РЖД Олег БЕЛОЗЕРОВ - «Комсомолке»:

Не будь БАМа - не было бы страны!

Читайте на стр. 4 - 5 ▶



Экзамен без стресса

Советы родителям и выпускникам

Читайте на стр. 14 ▶



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



3 883 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Вторник - четверг
28 - 30 мая

Дальний Восток

№ 37 - 38 (27587-27588) 2024 год

78 МЛРД РУБЛЕЙ

НА ПОКУПКАХ РОССИЯНЕ ТЕРЯЮТ

КАК ПОМОЧЬ ИХ ВЕРНУТЬ

ТИНЬКОФФ ВОЗВРАТ ЗНАЕТ!

АО «ТИНЬКОФФ БАНК»

0+
Реклама

Тинькофф Возврат – право АО «Тинькофф Банк» (Банк) рассматривать аргументированные запросы клиентов по оспариванию операций (Возврат) в соответствии с условиями комплексного банковского обслуживания физ. лиц Банка и законодательства РФ. Подробнее — на tinkoff.ru.
78 млрд руб – потенциальная общая сумма операций, которые пользователи банковских карт РФ считают подлежащими Возврату, при этом не заявляли об этом.
По данным Банка за 2023 год, а также «Исследования безопасности для бренда Тинькофф», проведенного в октябре 2023 г. ООО «Ипсос Комкон» (опрос 1 тыс. жителей городов РФ с населением от 100 тыс. чел. и пользующихся хотя бы одним банковским продуктом, в возрасте 18-55 лет).

Иллюстрация: Александр Петриков

Владимир Путин начал неделю с государственного визита в Узбекистан.

Олег АДАМОВИЧ

Это третья страна, куда отправляется президент после инаугурации. Первым был Китай, потом - Белоруссия.

И каждая из этих командировок - государственный визит. В дипломатии это высшая степень. Так что российского лидера принимают со всеми почестями и протоколами: перед переговорами были неизменные военные парады, а оркестры исполняли гимн России.

Плюс обязательно должно быть возложение цветов. В Поднебесной Путин оставил венок у памятника советским воинам, павшим за освобождение Северо-Восточного Китая. В Белоруссии возложил цветы у памятника погибшим за освобождение республики от немцев. В Ташкенте цветы глава страны возложил к Монументу независимости.

После выполнения всех формальностей начинаются уже сами переговоры. Но перед их стартом - еще одна церемония. На этот раз - официальная встреча российского лидера в Президентском дворце. Тут лидеры представили членов своих делегаций. А вот потом уже сами переговоры.

- Я очень благодарен, что с одним из первых визитов вы направились в Узбекистан. Это большое уважение к нашей стране и многонациональному народу Узбекистана. Я за это вам очень благодарен, - заявил президент **Шавкат Мерзиёев**.

- Это один из первых визитов после завершения выборов (в России. - **Ред.**) и всех процедур, с этим связанных, в том числе связанных с формированием правительства. Приехала именно в Узбекистан такая представительная делегация не случайно. Это подчеркивает наш особый характер и стратегического партнерства, и союзнических отношений, - ответил на приветствие Путин.

Начались переговоры с беседы в узком составе, а потом уже к лидерам присоединились члены делегаций. На повестке дня - текущее состояние дел и перспективы развития отношений России и Узбекистана. Ну и конечно, мировая и региональная проблематика.

- Темпы развития экономических связей действительно очень впечатляют. Вы сказали,



Нечасто такое увидишь: в почетном карауле в Узбекистане стоят не только мужчины, но и женщины - они очень ярко выделяются своей белоснежной формой.

Залог успеха: «Людам не мешать, а создавать условия»

что где-то 30% за прошлый год. В целом 15,5% мы занимаем в вашем товарообороте - неплохой результат. И я уверен, будет больше, имея в виду темп: за первый квартал этого года, по нашей статистике, достаточно строгой, 20% с лишним. Это прилично, очень хороший результат, - отметил Президент России.

Более того, бизнес может еще сильнее подстегнуть взаимную торговлю, считает Путин.

- Здесь главное - людям не мешать, создавать условия, - подчеркнул президент.

В ответ Шавкат Мирзиёев рассказал о прошедшем в стране Форуме регионов. Только от России там было 28 губернаторов. Региональные власти обеих стран договаривались, как им упростить взаимную торговлю.

Путин отметил, что по итогам встречи будет подписан «солидный пакет межправительственных, межведомственных, межрегиональных и коммерческих соглашений», касающихся торговли и промышленной кооперации двух стран, проектов в мирном атоме, культуре, науке и образовании.

Владимир Путин прилетел в Узбекистан вечером в воскресенье. Переговоров на этот день назначено не было, но он возложил цветы к Монументу независимости в парке «Новый Узбекистан».



Официальная церемония встречи (небольшой пеший парад и исполнение гимнов) прошла в понедельник в резиденции «Коксарой» - сюда президенты вместе с делегациями приехали на переговоры. Лидеры наблюдали за торжествами из небольшой резной беседки во дворе, украшенной местными орнаментами.

В контакте



Вступайте в нашу группу ВКонтате
[VK.COM/KPRU](https://vk.com/kpru)

ТЕЛЕВИЗОР

Какие сериалы посмотреть на этой неделе

ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

ЗДОРОВЬЕ

В жару не хочется есть: что лучше всего поддержит организм



Самые важные новости, самые яркие фото и видео, самые интересные истории в телеграм-канале «Комсомольской правды»



Богатые россияне вернули в страну триллионы рублей

Евгений БЕЛЯКОВ (текст),
Дмитрий ПОЛУХИН (графика)

Число клиентов с десятками и сотнями миллионов на счетах выросло в полтора раза.

Число богатых людей в стране увеличилось за прошлый год в полтора раза. А их совокупный финансовый капитал (без учета недвижимости) вырос на пять триллионов рублей - до 13,1 трлн. Такой вывод сделали эксперты исследовательской компании Frank RG. Для этого они изучили рынок премиального банковского обслуживания, опросив более 1800 состоятельных клиентов.

По оценке экспертов, по итогам 2023 года количество людей с капиталом от 60 млн рублей выросло на 40% и составило 52,5 тысячи человек. Россиян, у которых есть минимум 100 млн рублей, стало почти 22 тысячи человек (+50% за год). И наиболее богатая прослойка - клиенты с активами в 500 млн рублей и выше - около 4 тысяч человек. Показатель вырос на 60% (см. графику).

Как объясняют эксперты, такой рост закономерен. И тому есть несколько причин.

1 Очень многие россияне стали возвращать капиталы в Россию.

- Многие стали выводить средства из-за рубежа, потому что там держать стало опасно, - считает профессор Высшей школы экономики Георгий Остапкович.

2 Сильно снизился отток капитала из страны.

- Объем трансграничных переводов в 2023 году снизился на 35% по сравнению с предыдущим годом, - говорит проектный директор Premium & Private Banking компании Frank RG Любовь Прокопова.

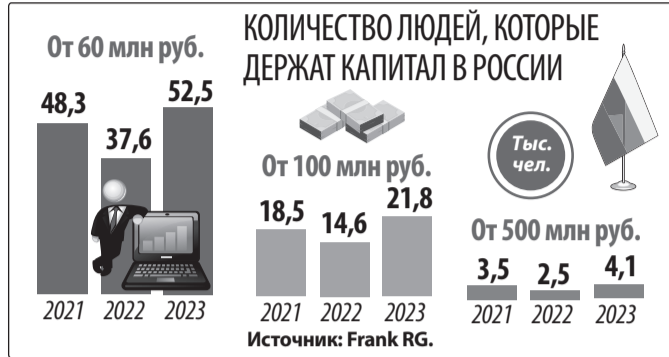
А случилось это тоже из-за санкций: отправить деньги за границу стало сложнее.

3 Рост фондового рынка.

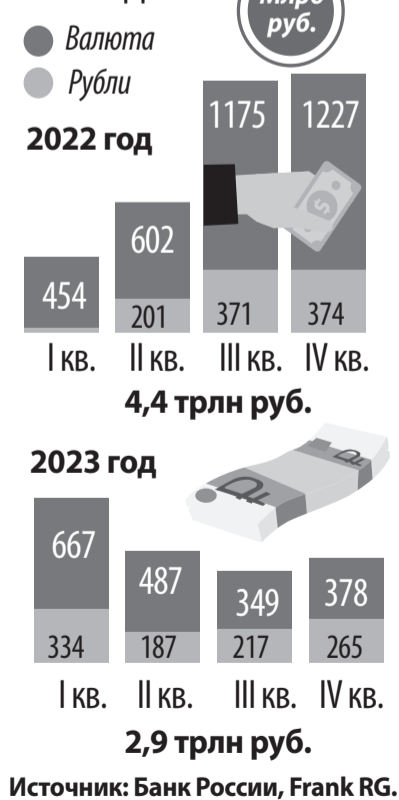
А раз свободных денег стало больше, их нужно куда-то вкладывать. Вот они и потекли в банки и на фондовый рынок (то есть в акции). А поскольку спрос на акции вырос, они стали дорожать.

- Котировки российских акций резко прибавили. Отсюда и рост капитала у очень богатых людей, которые большинство денег держат в ценных бумагах, - говорит Георгий Остапкович.

Для справки: в прошлом году индекс Мосбиржи (то есть средняя цена российских акций) увеличился на 43%.



ОБЪЕМ ТРАНСГРАНИЧНЫХ ПЕРЕВОДОВ



КСТАТИ

За рубежом пока лежит больше

Несмотря на санкции, многие состоятельные россияне продолжают хранить часть средств в валюте. На ее долю в портфелях приходится 29%. Для сравнения, в 2021 году было почти вдвое больше: 52%.

Более того, значительную часть капитала богатые люди (обладатели капиталов от 100 млн рублей) все еще держат за рубежом. Там лежит около 60% сбережений. Но ситуация тоже меняется. До санкций за границей держали около 70% накоплений и инвестиций.

Доля иностранных активов снижается столь медленно по разным причинам. Во-первых, из-за сложностей трансграничных переводов: многие не против перечислить кровные в Россию, но банки переводят деньги со скрипом. Во-вторых, если завести деньги в Россию, за них в большинстве случаев придется платить налог. Поэтому часть клиентов просто ждут.

А вот из наиболее «опасных» стран средства выводят при любой возможности. Так, если раньше самым надежным местом для хранения денег считалась Европа, то сейчас приоритеты поменялись. Доля тех, кто держит сбережения в Великобритании, упала вдвое, а в Швейцарии - втрое. Большинство этих людей не стали переводить капиталы куда-то еще, а вернули их на Родину.

ВОПРОС ДНЯ



Есть разные способы оценить состояние потребительского рынка. Один из них - «индекс окрошки»: эксперты изучают, как изменились цены на ингредиенты для этого супа. В этом году набор подорожал на 12,95%.

А вы по какому показателю измеряете свое благосостояние?

Сергей ЦЕКОВ, сенатор от Крыма:

- У меня благосостояние нормальное. Я занимал немалые посты, получал хорошие зарплаты. Но можно, например, оценивать по меду - у меня пасека. Мед три года почти не дорожал. Но многое зависит от его сбора и от погоды. В этом сезоне в Крыму сильная засуха, а медосбор зависит от влаги. И потому мед в этом году, похоже, подорожает.

Вадим ДРОБИЗ, глава Центра исследований федерального и региональных рынков алкоголя:

- По курсу доллара. Так уж вышло, что у меня часть денег до сих пор в валюте. А за ценами в магазинах не слежу. Мне по здоровью очень ограниченный круг продуктов прописан - ем гречку, овощи в виде супа да курицу. А окрошку не ем - там же сырые овощи.

Лев КОРОЛЬКОВ, ветеран СВР:

- Я сужу по пенсии: чем меньше могу на нее купить - тем хуже мое благосостояние. И вот я вижу, что инфляция идет немаленькая. Даже с пенсией полковника у меня выходит приличный перерасход.

Антон ШАПАРИН, вице-президент Национального автомобильного союза:

- По цене литра бензина. От этого зависит вся экономика. А литр подрос сильно за год.

Андрей ТУМАНОВ, глава «Садоводов России»:

- У меня свои ингредиенты окрошки, и по ней я не считаю. Я смотрю, сколько стоят удобрения. Еще есть «индекс лопаты» - попробуй найти сейчас за 200 - 300 рублей! Семена тоже «подросли», но мне столько присылают на экспертизу, что я часть даже раздариваю.

Аскольд ЗАПАШНЫЙ, художник Большого Московского цирка:

- Оцениваю благосостояние по такому ощущению: думаю ли я о кошельке или не думаю, когда приезжаю на заправку или когда в магазине набираю корзину продуктов и приходится считать, а все ли это мне надо. Я не типичный потребитель, у меня благосостояние выше среднего, но, например, планы на отдых - они требуют серьезных «замеров».

Александр ШАГАНОВ, поэт-песенник:

- Я в жюри на детском творческом конкурсе - вот где измеряется и благосостояние, и благополучие: по тому, как себя чувствуют, что поют и что читают наши дети.



Дмитрий СОКОЛОВ

В 2024 году мы отмечаем 50-летие Байкало-Амурской магистрали - легендарной «стройки века». О том, что сегодня представляет собой БАМ, о героизме железнодорожников и юбилейной дате мы поговорили с главой РЖД Олегом Белозеровым.

«НЕТ В РОССИИ ПУТЕЙ ВАЖНЕЕ»

- Олег Валентинович, почему сегодня так много внимания уделяется БАМу? Ведь еще недавно говорили, что это дорога в никуда.

- В этом году исполняется полвека решению, которое определило развитие нашей страны на современном этапе. Думаю, теперь всем абсолютно ясно, что не будь БАМа - не было бы страны! Не было бы тех возможностей для России, того разворота на Восток, который мы видим сейчас.

Да, были «десятели» в свое время. Были оценки, что магистраль не будет загружена.

Особенно много говорили и писали, что БАМ не нужен, в 1990-е годы. Предлагаю, как это ранило всех, кто был причастен к великой стройке. Неужели весь их трудовой подвиг был напрасным? Столько усилий, столько трудностей, и вдруг - не нужны?! Это был тяжелый момент.

Время все расставило по местам. Все, кто это говорил, просто не смотрели вперед в стратегическое будущее страны. Посмотрите, сегодня Россия на востоке - это и Транссиб, и БАМ. Нет в стране важнее путей! Это в буквальном смысле артерии и хребет экономики.

- Хотите сказать, что без БАМа не смогли бы сохранить страну?

- Если бы его не было, мы бы столкнулись с огромными трудностями. БАМ всегда приходит на помощь. И не только из-за перегруженности Транссиба, но и в случаях, когда происходят стихийные бедствия, паводки.

Не так давно из-за рекордных осадков подмыло мост на Транссибирской магистрали. Пока его восстанавливали, сохранялась возможность доставлять по БАМу все жизненно необходимые товары, продукты, лекарства. Ритм не останавливался!

Сегодня мы видим, насколько дальновидным и важным решением было развивать БАМ. Это так или иначе касается всех жителей нашей страны, затрагивает огромные территории.

БАМ стал не просто вос-



БАМ - важная магистраль не только для доставки продукции, но и для туристических поездов, которых становится там все больше.

Глава РЖД Олег БЕЛОЗЕРОВ - «Комсомолке»:

Не будь БАМа -



Генеральный директор ОАО «РЖД» Олег Белозеров (на фото - справа): «Сегодня на БАМе снова есть место подвигу».

Кстати, в рамках мероприятий к юбилею мы совместно с «Комсомолкой» создали народный виртуальный музей, где каждый может познакомиться с историей БАМа и поделиться своими воспоминаниями и фотографиями.

СЮРПРИЗЫ ОТ ПРИРОДЫ

- Что значит БАМ для вас лично?

- Для меня БАМ - это, конечно, пример человеческого подвига. Это такой исполинский проект, в котором каждый мог показать себя, в нем могли реализовать се-

требуемым, а супервысоким, а супервысоким!

И то, что его юбилей - важнейшее событие в жизни нашей страны, подтверждается тем, что Президент России Владимир Владимирович Путин выпустил специальный указ о праздновании этой даты.

бя лучшие из лучших.

Это не только романтика, но и объединяющая идея. Всенародная, всесоюзная. Настоящая работа на понятный результат. Это наполнение жизнью необъятных территорий.

Я когда-то сам очень мечтал поучаствовать в комсомоль-

ской стройке. Хотелось вместе со всеми идти на подвиги. Но к тому времени, как я окончил школу, стал студентом и мог бы поехать туда в составе стройотряда, стройка, по сути, уже завершилась.

Сейчас на БАМе снова есть место подвигу - благодаря тем решениям по развитию магистрали, которые принял Президент Российской Федерации.

Стране нужны дополнительные мощности для перевозок грузов в восточном направлении. Изначально однопутный БАМ постепенно становится двухпутным. А это значит, чтократно больше поездов можно будет пропустить в обе стороны: с запада на восток и с востока на запад.

И по масштабу работ можно провести прямые параллели. 50 лет назад, с 1974 по 1984 год - в основные годы строительства БАМа, - было проложено около 3 тысяч километров пути. Столько же, 3 тысячи километров, уложено за те последние 10 лет, с 2014 года, что мы активно

модернизируем магистраль. Причем треть этого объема приходится на сложные инженерные объекты: мосты, тоннели, водопропускные сооружения.

- То есть можно сказать, что построили еще один БАМ?

- Да! А прирост провозной способности наша нынешняя стройка дала втрое выше, чем первая нитка БАМа.

Для меня, для всей нашей компании, для строителей - это настоящий вызов. Несмотря на то что основа магистрали была заложена еще в советское время, многое сегодня приходится делать заново. Поезда стали длиннее, мощнее и тяжелее. Да и природа готовит нам все новые сюрпризы. Вечная мерзлота оказалась не такой уж вечной. Так что приходится искать решения, чтобы пути не утонули в болоте.

Сейчас начал третий этап модернизации БАМа. Это еще около 3 тысяч километров пути. И это будут не просто рельсы, а высокотехнологичная современная инженерная инфраструктура, а также дублеры самого длинного в России Северомуйского тоннеля, самого высокогорного Кодарского, самого восточного Кузнецовского и моста через Амур - самого длинного на магистрали. Колоссальный объем работ, и сроки самые сжатые.

Это будет новый задел для будущих поколений.

УНИКАЛЬНЫЙ ПЕРВОЗДАННЫЙ МИР

- Это все о грузах. А интересен ли БАМ с точки зрения туризма? Сами часто бываете там? Есть что посмотреть?

- Бываю сам, мои замы тоже регулярно ездят. Важнейшая для страны стройка должна быть под контролем. БАМ всегда производит неизгладимые впечатления. Это многообразие природы в первозданном ее виде. Заснеженные шапки горных хребтов, Байкал, мощные реки - Лена, Амур, и даже море свое есть -



50 лет назад, в основные годы строительства БАМа, было проложено около 3 тысяч км пути.

не было бы страны!

Татарский пролив, вдоль него идут последние километры БАМа на востоке.

Потенциал для туризма есть, но нужно сказать, что это все довольно малоосвоенные территории. Мы обеспечиваем сообщение, но этого же недостаточно для «цивилизованного» туризма.

- Некому туризмом на БАМе заниматься, получается?

- Нет, не так. Сейчас правительство Российской Федерации и администрации субъектов по поручению президента заняты реализацией мастер-планов развития городов Дальнего Востока. Мы тоже активно участвуем. Запланировано повысить качество городской среды, создать новое жилье, системы досуга и отдыха, социальной инфраструктуры. Много всего.

Это важно для всех людей, особенно тех, кто сейчас живет в регионах вдоль БАМа.

Вспоминаю, как в 2021 году мы объездили половину всего БАМа с вице-премьером правительства **Маратом Шакирзяновичем Хуснуллиным** и министром транспорта России (а теперь вице-премьером) **Виталием Геннадьевичем Савельевым**.

Проехали Байкальский и Северомуйский тоннели, посмотрели разворот строительных работ по модернизации на разных участках.

Остановились на разъезде Ункур, пропустили встречный поезд. Кругом тайга, ни жилых домов, ни мобильной связи, вдоль железной дороги течет широкая красавица-река. Первозданный мир практически, хоть сразу на холст!

Есть небольшое станционное здание, но снаружи выглядит как-то неприветливо - минимум окон, все закрыто, неприметный вход. Сначала

кажется даже необитаемым. Зашли внутрь. Там нормальная рабочая обстановка и сидит дежурная - хрупкая такая девушка, управляет движением поездов на разъезде. А объяснение здесь самое простое.

- Боятся диких зверей?

- Именно! Элементарная осторожность. Ведь в радиусе десятков и даже сотен километров в той местности медведей едва ли не больше, чем людей.

Поэтому не только само строительство БАМа было и сейчас остается покорением тайги, но и каждодневная работа железнодорожников.



За последние 10 лет уложено 3 тысячи километров магистральной. Впереди - новый этап модернизации, и это еще около 3 тысяч км.

9288 КМ

Транссибирская магистраль

4300 КМ

Байкало-Амурская магистраль



При этом, конечно, мы стараемся - настолько, насколько это только возможно, бережно относиться к природе, не нарушая баланса.

НАДБАВКИ К ЗАРПЛАТЕ И БЕСПЛАТНАЯ МЕДИЦИНА

- Что РЖД делает, чтобы привлечь людей работать на БАМе?

- Прежде всего мы вкладываем большие деньги в обновление производственного комплекса, улучшаем условия труда. Для работников действуют специальные надбавки к заработной плате, льготы по приобретению жилья. Компенсируем затраты на услуги ЖКХ, отдых детей, услуги спортивных учреждений, детского сада или ня-

ни. Оплачиваем работникам перелет на отдых на Черноморское побережье и обратно. Стараемся помочь, сделать жизнь лучше.

Особое внимание - доступности и качеству медицинских услуг. У нас действует собственная система лечеб-

ных учреждений. Специально поддерживаем врачей, которые приезжают работать на БАМ.

В отдаленные поселки регулярно направляем наш медицинский поезд. Можно прийти и бесплатно пройти необходимые исследования, получить консультации узких специалистов.

Конечно, не забываем и о досуге для работников. Со-держим, ремонтируем, строим спортивные объекты, поддерживаем библиотеки, дома культуры.

Всем занимаемся.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

КСТАТИ

Как отмечаем юбилей

- Как будете праздновать 50-летие БАМа?

- Есть большая программа. Некоторые мероприятия уже состоялись.

В апреле Владимир Владимирович Путин уже встречался и награждал заслуженных работников и ветеранов БАМа. И мы слышали, что они благодарили президента за то, что БАМ снова гремит на всю страну.

В Кремле прошел большой концерт. Прямо в том же самом зале, где в те же дни 50 лет назад проходил исторический съезд ВЛКСМ, который положил начало комсомольской стройке.

А 6 - 8 июля - дни, когда полвека назад началось строительство БАМа, большие праздничные мероприятия запланированы в Тынде и других городках БАМа. Там тоже будем чествовать заслуженных работников и ветеранов.

И, конечно, на протяжении всего года в качестве подарков к празднику мы продолжим расширять БАМ и запускать его новые участки. БАМ развивается!



Окупятся ли траты в модернизацию восточной сети железных дорог - разбираемся на KP.RU



SPIEF'24 ПМЭФ'24 5-8 ИЮНЯ 2024
ST. PETERSBURG INTERNATIONAL ECONOMIC FORUM
ПЕТЕРБУРГСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ФОРУМ

ROSCONGRESS Building Trust

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!

forumspsb.com

Титульный партнер: ВЭБ.РФ, РОСАТОМ

Генеральный спонсор: ВТБ

Генеральный партнер: ГАЗПРОМ, ГАЗПРОМБАНК, ГАЗПРОМ ПЕТРОЛ

Генеральный партнер: НОВАТЭК, НПС, ПСБ, СБЕР

Стратегический партнер: РОССЕТИ

Официальный авиаперевозчик Форума: АЭРОФЛОТ

Официальный автомобиль Форума: HONGDI

Государственная корпорация развития «ВЭБ.РФ», Банк ВТБ (ПАО), Банк ГПБ (АО), ПАО «Промсвязьбанк», ПАО Сбербанк

Реклама 6+

Андрей АБРАМОВ

Тинькофф запустил бесплатный сервис по оспариванию банковских операций, который помог вернуть россиянам уже 5 млрд рублей. Разбираемся, в каких случаях покупатель может вернуть средства.

С развитием интернет-торговли, потребители все чаще сталкиваются с ситуациями, когда их права нарушаются. Ведь покупатели не могут заранее ознакомиться с товаром. Типичные ситуации - привезли брак, поддельную вещь. Иногда людей обманывают с помощью мошеннических сайтов, создавая дубликаты интернет-магазинов или страницы, через которые собирают деньги за товары, которые не собираются доставлять.

Нарушение прав потребителей может лежать и в «серой зоне». Покупатель якобы дал согласие на подписку, и с него списали средства. Или товар доставили, но обещанная сборка, например мебели, откладывается месяцами. Согласно соцопросам, часть россиян не знает о возможности оспорить такие покупки и услуги. Каждый пятый думает, что сам виноват. Столько же респондентов не верит, что деньги вернут и не хотят тратить время. В итоге потенциальный ущерб в год достигает 78 млрд рублей. Столь значительную цифру озвучили аналитики Тинькофф: миллиарды рублей россияне в теории могли бы вернуть, если бы пользовались своим правом на возврат.

ДВА КЛИКА ВМЕСТО КИПЫ ПРЕТЕНЗИЙ

Обернуть вспять банковские операции если не невозможно, то очень сложно. Механизм оспаривания покупок в России есть - процедура называется «чарджбэк» (с англ. «возвратный платеж»). И она довольно бюрократическая. Занимаются ей платежные системы. Например, Visa, Mastercard или в случае всех оплат в России - национальная платежная система МИР.

Подавайте претензию через банк (в чате поддержки, но иногда нужно приезжать в офис - зависит от политики финучреждения), аргументируйте и доказывайте свою позицию. Обращение рассмотрят в течение не менее 15 дней. Еще несколько недель может уйти непосредственно на возврат. Если, конечно, платежная система вынесет решение в вашу пользу.

В прошлом году банк Тинькофф начал тестировать собственную платформу Возврат. В этом году она заработала в полную силу. Ее задача сделать процесс оспаривания покупок быстрым, эффективным и удобным для клиентов. Речь о возврате денег от недобросовестных продавцов, ошибочных переводов. Если процедуру по какой-то причине не получает-

В России заработала быстрая система возврата денег за покупки у недобросовестных продавцов и списаний мошенников



Задерживают сборку?

Поможем продавцу ускориться. Бесплатно составим досудебную претензию или потребуем возврата денег.



Технику привезли, а она — брак?

Продавец товар не принимает и на звонки не отвечает? Знай, что ты не дурак. Кнопку «Оспорить» в приложении жми, Тинькофф очень быстро деньги твои возвращает.

Оспаривать оплату можно по закону о защите прав потребителя (как на картинке слева) или через приложение банка.

ся провести по обращению клиента, и спор лежит в плоскости закона о защите прав потребителей, банк готов оказать бесплатную юридическую консультацию клиенту (подробнее расскажем дальше).

Сервис устроен просто. Клиент открывает историю покупок и трат в приложении, выбирает операцию, которую хочет обжаловать и кликает «Оспорить». Все процедуры проведет вместо клиента банк. В редких случаях, когда для оспаривания операции потребуются дополнительные документы, сотрудники их запросят у клиента самостоятельно.

- Когда мы проводили аналитику по вопросу, почему россияне чаще всего хотят вернуть деньги, то 20% респондентов ответили, что это средства за товар или услугу. Ситуации не всегда простые, но оттого не менее чувствительные для людей. Покупатель вернул бракованный товар в магазин, но деньги за него так и не поступили. Часто проблема связана со сферой услуг. Сервис бронирования списал деньги за отель, хотя в условиях не было предоплаты. Либо человек купил годовой абонемент в тренажерный зал, а тот закрылся раньше, то есть не оказал услугу. Или клиент хотел пройти какой-то образовательный курс. Но группа не набралась, занятия не начали, но деньги списали, - объясняют в банке.

В этих ситуациях человек вынужден обрывать линии поддержки, писать претензии. От кутерьмы и должна избавить кнопка «Оспорить». В 60% случаев оспаривания по правилам платежных систем, банк досрочно компенсирует клиенту средства еще до окончания расследования по претензии и получения ответа от продавца товара или услуги. Средний срок принятия решения по стандартным претензиям составляет один день, против минимум 15 при чарджбэке через платежные системы.

ПРИГРОЗЯТ СУДОМ НЕДОБРОСОВЕСТНЫМ ПРОДАВЦАМ

Возврат можно использовать и в случае ошибок при переводе денег. Допустили опечатку в реквизитах, банк самостоятельно свяжется с получателем средств. При его согласии вернет деньги на счет отправителя. Если перевод был совершен в другие банки, Тинькофф Возврат направит претензию в банк-получатель. Помогут и в ситуациях, когда средства просто не дошли из-за технического сбоя.

Сервис противостоит и финансовым аферистам. Иногда реквизиты карты утекают в сеть, доступ к ним получают мошенники. А затем начинают оплачивать чужой картой свои покупки.

- В прошлом году был случай, когда три туриста путешествовали по Мексике. Вероятно, там у них каким-то образом «увели» данные карт. Спустя год после поездки, уже в России, они получили СМС о покупках, которые не совершали. Как выяснилось, злоумышленники украли их данные и картами оплатили заказы на более чем 100 тысяч рублей. Наши специалисты все выяснили и помогли вернуть деньги клиентам, - делятся практикой в банке.

Сервис усилен технологиями искусственного интеллекта. Он помогает выявлять аномалии при проведении транзакции (т. е. разных банковских операций). Например, сбой при работе с банкоматами служба поддержки видит еще до обращения клиента. В 9 из 10 ситуаций деньги возвращаются на счет или до подачи претензии или в момент обращения.

- Одна из проблем, которая случается с любыми банкоматами и влияет на их работу - перебои с электричеством, - говорят в Тинькофф. - Ситуация: клиент хотел пополнить через кредитный

счет, но после внесения денег в торговом центре произошло короткое отключение света. Купюры устройство забрало, но на счете сумма не отображалась. Спустя несколько минут клиент позвонил в колл-центр. Оператор уже видел в системе, что у этого клиента что-то произошло при работе с банкоматом. В процессе общения сумма уже была зачислена на счет обратившегося.

Не всегда правила платежных систем применимы для возврата средств за покупку. Ведь камнем преткновения может стать спор продавца и покупателя. При этом сроки для претензии на

возврат по правилам платежной системы могут к моменту конфликта истечь. Часто подобное происходит при заказе мебели, бытовой техники с установкой.

Юридическая поддержка банка поможет клиенту составить досудебную претензию и направить ее продавцу. Если она не подействует, то проконсультируют по составлению иска. Но на практике и первая грамотная претензия заставляет неторопливый бизнес суетиться, везти товары и оказывать оплаченные услуги.

- Один из недавних случаев: клиент купил шкаф и заказал его установку. Мебель привезли, но собрали некачественно. Компания обещала все устранить, но раз за разом визит мастера переносили. Наши юристы составили досудебное обращение. Практически сразу после этого мастер устранил все недочеты, - рассказали в банке. - Совокупно за год работы сервиса в тестовом режиме уже удалось оспорить миллионы операций и вернуть свыше 5 млрд рублей клиентам. Доля одобренных досудебных претензий превышает 90% от всего количества оформленных.

■ КОНКРЕТНО

Примеры ситуаций, когда можно вернуть деньги с помощью Тинькофф Возврат:

1. Купили брак, подделку или вам оказали услугу не полностью
2. Ошиблись, когда переводили деньги другому человеку
3. Не подтверждали покупку в интернете, но деньги вдруг списались
4. Банкомат не выдал деньги во время снятия наличных или не внес средства на счет при пополнении

Любые другие ситуации, которые покрывает закон о защите прав потребителей. Юристы Тинькофф свяжутся с клиентом и помогут составить досудебную претензию в адрес продавца.

«А толку убежать, он бы меня догнал»

Александра ШОПЕНКО
(«КП» - Хабаровск)

70-летняя пенсионерка с Колымы отбилась от медведя камнями.

Ольга Прокопенко из маленького поселка Оротукан (около 850 человек населения) почти каждое утро занимается спортом. Ей нравится скандинавская ходьба: и полезно, и не так сложно для организма 70-летней. 22 мая женщина вышла на очередную утреннюю прогулку с палками и прославилась на всю страну.

ТРЕНИРОВКА НА БЕССТРАШЕ

Около восьми утра Ольга Александровна была в районе местного стадиона на окраине поселка. Шла по тропе, поросшей деревьями и травой, - обычный маршрут. Еще несколько километров - и пенсионерка была бы дома. Но путь ей преградил выскочивший из леса... медведь.

Незадолго до этого момента хищни-



Скриншот с видео

Косолапого напугала суровая колымская бабушка.

ка видели недалеко от оротуканской школы. Женщина об этом не знала, поэтому не стала отменять утреннюю тренировку. Появившийся огромный медведь заставил Ольгу действовать решительно и не тратить время на страх и истерики.

- А толку убежать, он бы меня догнал. Я подняла камни, чтобы прогнать медведя, как (бродячих) собак. Получилось! Чувствую себя хорошо, - рассказала Ольга Прокопенко.

ТОЛЬКО ПЯТКИ СВЕРКАЛИ

Медведь остановился в паре метров от женщины и был готов накинуться. Хищник встал на задние лапы, но спасовал, испугавшись решимости пенсионерки. Зверь убежал обратно в лес, Ольга вернулась домой и теперь отбивается от звонков. Говорит, что ей мешает внезапная популярность: «Не такая уж я и отважная».

Слава свалилась на пенсионерку благодаря очевидцам.

Встреча Ольги с медведем попала на видео и быстро набрала десятки тысяч просмотров в соцсетях.

Что до медведя, то его оперативно выследили охотоведы и ликвидировали. В свете последних событий хищник мог причинить людям непоправимый вред. Изъятие потенциально опасных медведей проводится по всей Магаданской области. Охотоведы отрабатывают каждое сообщение о зашедших в населенные пункты зверях.

■ НУ И НУ!

Завораживающе и опасно

Егор ЖАРИКОВ
(«КП» - Благовещенск)

Ужасающий огненный смерч поднялся над амурским лесом.

Это удивительное и в то же время страшное зрелище представило перед глазами пожарных, которые тушили возгорание сухой растительности возле микрорайона Дубовка в приамурском городе Свободный. Прямо на их глазах пожар превратился в настоящий вихрь.

Это явление не часто, но достаточно регулярно возникает во время природных пожаров, когда горит высокая трава или хвойные деревья. Воздух над очагом возгорания сильно нагревается и быстро поднимается, образуя область низкого давления. В нее снаружи устремляются массы холодного

воздуха, которые сильнее раздувают пламя и создают центробежные потоки.

При сильном пожаре с обилием горючей растительности высота смерча может достигать нескольких километров. Такое явление опасно - температура вихря очень высока, он движется по непредсказуемой траектории и разбрасывает вокруг себя на десятки и сотни метров пылающие остатки травы, создавая новые очаги возгорания.

Спасатели тем временем в очередной раз призывают жителей Приамурья осторожнее обращаться с огнем, чтобы сохранить свое имущество, а самого главное - здоровье и жизнь.



Огненные вихри регулярно возникают при ландшафтных пожарах.

■ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ЭКСПРЕСС

ВЛАДИВОСТОК Суд решит

Прокуратура Владивостока утвердила обвинительное заключение в отношении гражданина США Гордона Блэка. Его обвиняют в угрозе убийством и краже.

Заведено дело по ч. 1 ст. 119 УК РФ и п. «в» ч. 2 ст. 158 УК РФ. 35-летний Блэк прилетел во Владивосток к своей возлюбленной. Они познакомились в Южной Корее, вспыхнули чувства, а дальше - закружилась голова. Мужчина решил временно погостить у девушки в квартире на улице Сахалинской.

Однако в паре возник разлад: во время ссоры Гордон с силой схватил пострадавшую за шею. А после украл у нее 10 тысяч рублей, которые потратил на собственные нужды. На эти деньги подозреваемый также снял номер в гостинице, где его и задержали.

Уголовное дело рассмотрят по существу. Дата судебного заседания еще не назначена.

ЯКУТИЯ

Тысячи пострадавших

Больше четырех тысяч человек, пострадавших от паводка, обратились за помощью в правительство Якутии. Об этом рассказал **первый вице-премьер РС (Я) Дмитрий Садовников**. Заявления на получение материальной и финансовой помощи поступили от жителей Намского, Олекминского и Нюрбинского районов.

- В настоящее время принято 4213 заявлений по двум услугам. В течение 11 календарных дней с момента поступления заявления на основании заключений органов местного самоуправления минэкологии примет соответствующие решения, - сказал Дмитрий Садовников.

Он добавил, что в трех районах еще работают комиссии, которые обследуют жилые дома, оценивают состояние несущих конструкций. Ведутся аварийно-восстановительные работы на объектах дорожной инфраструктуры и энергетики.

МАГАДАН

Дешевле некуда?

Цена бензина АИ-92 в Магадане оказалась ниже, чем в регионах Дальнего Востока. С 24 мая за литр топлива нужно заплатить 62,4 рубля. Рост с 1 ноября составил 3,14%.

В департаменте цен и тарифов рассказали, что стоимость бензина зависит от колебания цен на биржевых торгах и отпускных цен.

- По сравнению с регионами центральной России изменение розничной цены на нефтепродукты в Магаданской области носит «отложенное» действие, так как временной лаг от поставщика до АЗС у нас довольно длинный. В Магаданской области были запасы прошлых завозов, на сегодняшний день стало поступать топливо по новой, более высокой цене, - отметили в департаменте.

Колыма - один из немногих регионов, где регулируют как предельно оптовые торговые надбавки, так и розничные. Благодаря этому получается сдерживать произвольный рост цен. Мониторинг превышения не нашел.

По данным на 20 мая, цена бензина АИ-92 в Якутии составляет 65,2 рубля, на Сахалине - 64,09 рубля, в Чукотском автономной округе - 63 рубля, на Камчатке - 63,89 рубля.

САХАЛИН

Двое в море

26 мая на рыболовном пирсе в районе села Охотского произошло ЧП. Два человека - мужчина и женщина - по неизвестной причине оказались в воде. Очевидцы смогли спасти сахалинку, в то время как местонахождение мужчины неизвестно.

Сообщается, что инцидент произошел около 12 часов дня. Людей смыло волной. Девушку спасли из воды очевидцы, от эвакуации в медучреждение отказалась. Местонахождение мужчины в настоящий момент не известно.

- Для организации поисков и проверки информации к месту происшествия убыли спасатели ГУ МЧС России по Сахалинской области, сотрудники ГИМС, ОМВД и волонтеры, - отметили в ведомстве.

Всего в спасательной операции задействовали 13 человек на шести единицах техники.

Подготовили
Ксения ЗАБЕЛИНА («КП» - Владивосток),
Александра ЯВИЩЕНКО («КП» - Якутия),
Василина ИКОННИКОВА («КП» - Хабаровск),
Сергей РАЗУМОВ («КП» - Сахалин).

Адский повар со страшным заболеванием

Екатерина МАКСИМОВА, Анастасия АЛЯМКИНА («КП» - Владивосток)

Сотрудница школьной столовой с ВИЧ и туберкулезом заразила более 60 детей.

Более чем у 60 учеников 17-й школы Дальнегорска подтвердился диагноз «туберкулез». Эта новость повергла в шок в апреле этого года не только директора учебного учреждения и родителей, но и, конечно же, общественность. Пока количество зараженныхросло (так как стали проверять остальных детей), выяснилось, что во всем виноват один человек, который ежедневно готовил ученикам еду и подвергал их опасности. У работницы пищеблока обнаружили не только туберкулез, но и ВИЧ, которым она, оказывается, болеет с 2019 года. А с туберкулезом ходит и вовсе 20 лет.

Мало того что женщина подделала справку о своем идеальном здоровье (остается выяснить, кто помог), так еще и лечиться не спешила. Пациентка отказывалась от госпитализации, несколько лет назад в больницу ее положили принудительно. Выписалась, откликнулась на объявление о работе и со своим списком болячек отправилась готовить детям. «Комсомолка» узнала, кто нанял сотрудницу, в каком положении сейчас школа и где сейчас бывший повар.

ДОПУСК К РАБОТЕ ЕСТЬ

На сайте школы поставщиком питания указан некий Юрий Кононенко. По словам директора Ольги Владимировой, мужчина выиграл контракт и получил право постав-

лять продукты в учебное учреждение. Школа в свою очередь предоставляла кухонное помещение. Теперь с Кононенко работают следователи - предпринимателя задержали, ведь именно он допустил к работе ВИЧ-инфицированную с туберкулезом.

- Я не могу комментировать моменты, которые касаются здоровья этой женщины, так как еще идет следствие. Человек предоставил допуск к работе, кто-то помог ей подделать документы. Так как она находилась под руководством ИП, мы даже не могли попросить справку о несудимости, которую, например, обязаны предоставить учителя, - объяснила директор.

НЕ ХОТЕЛА ЛЕЧИТЬСЯ?

В Роспотребнадзоре после проверки заявили, что допуск к работе сотрудница ИП получила 12 декабря 2022 года. Документы работницы пищеблока были зарегистрированы официально в центре гигиены и эпидемиологии. У нее стоял штамп о прохождении флюорографии, без патологий. Это стало известно после вмешательства депутата Госдумы Алексея Корниенко. Он направил соответствующий запрос в ведомство. Столь резонансную ситуацию открыто обсуждали и депутаты ЗС ПК на заседании одного из комитетов.

- Получается, что медосмотр у нее проставлен фиктивно. Когда мы начинали эпидемиологическое расследование и просмотрели картотеку, в больнице на нее данные отсутствовали, - рассказала главный санитарный врач Приморского края Татьяна Дегтовская.



Алексей БУЛАТОВ

Женщина знала о своих заболеваниях, но все равно пошла работать в столовую.

Добавим, что специалисты Роспотребнадзора также выявили ряд нарушений в работе пищеблока. На предпринимателя завели уголовное дело, также он ответит по статье Административного кодекса РФ. Школу тоже привлекли к ответственности за нарушение законодательства в области обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения, как и медорганизацию.

ВИНОВНЫХ ПОКА ТАК И НЕ НАШЛИ

Все еще непонятно, кто допустил ошибку, которая привела к заражению стольких детей. Изначально речь шла о четырех школьниках, которые не просто подхватили инфекцию, а именно заболели и нуждаются в продолжительном лечении. Но число зараженных выросло до семи - дети лечатся в одной из больниц Владивостока. Они находятся в медицинском учреждении больше месяца. Еще более 60 учеников подхватили латентную туберкулезную

инфекцию: они проходят амбулаторное лечение.

И пока продолжается расследование, руководство школы № 17 активно сотрудничает со следственным комитетом края, чтобы разобраться в том, как человек с таким набором болезней попал к ним на работу.

- Наша бывшая сотрудница находится сейчас под следствием, изолирована от людей. Сколько мы потерпели из-за нее... я благодарна за поддержку со стороны других родителей, учителей, СК. Правда обязательно откроется миру, наша школа справится с этой ситуацией. Родители разделились на два лагеря. Конечно же, мамы и папы заразившихся детей в шоке от произошедшего, но многие также отнеслись с пониманием.

Руководство школы, как считает директор, обманули - предоставили фальшивые документы, заверив, что все в порядке. Учителя, родители - все ждут, что виновных в этом преступлении обязательно накажут.

ЧУДЕСА

«Вырезали боль» за один час

Екатерина МАКСИМОВА («КП» - Владивосток)

Во Владивостоке врачи подарили 12-летней девочке шанс вновь танцевать.

В Краевой клинический центр специализированных видов медицинской помощи во Владивостоке обратилась 12-летняя девочка Кира, которая лишилась возможности танцевать

из-за опухоли. Новообразование на пальце хоть и было доброкачественным, но причиняло сильную боль. Ребенок попал в руки умелых специалистов, которые вернули школьнице возможность вновь заниматься любимым делом.

Опирующийся девочку врач Сергей Дубовый объяснил, что это не редкий случай. Такие опухоли достигают изначально размеров с горошину,

но потом могут стать больше.

- Пациентов с такой проблемой обычно беспокоит упругое или мягкое, эластичное, подвижное при касании выпячивание. Оно нередко заполнено жидким или гелеобразным содержимым. По мере роста образование начинает натираться обувью, постоянно воспаляется, вызывает боли, дискомфорт, что приводит к трудностям в ношении обуви. По-

этому Кира и не могла больше танцевать.

Операционная бригада в составе врачей Сергея Дубового, Михаила Семенова и медицинской сестры Светланы Мороз справилась с задачей за час. Они разрешили место, где находится новообразование, и удалили воспаленную оболочку. После небольшого периода восстановления девочка вновь сможет профессионально заниматься хореографией.



Предоставлено «КП»

После небольшого периода восстановления девочка вновь сможет профессионально заниматься хореографией.

Посмотрите наверх

Парад планет смогут увидеть жители Дальнего Востока.

Мария САХАПОВА
(«КП» - Хабаровск)

Уже скоро дальневосточники увидят сразу все планеты Солнечной системы над горизонтом. Это интересное астрономическое явление можно будет наблюдать только до 1 июня.

Обычный парад из трех-четырех планет можно наблюдать ежегодно. Все планеты одновременно появляются на небосводе заметно реже - примерно раз в несколько лет.

- Парад планет - это народное название. Тем более с приставками «великий» или «большой». По сути - это явление, когда в одном секторе неба видно несколько планет одновременно. Подобные парады происходят регулярно, но иногда разом можно увидеть больше планет. И тогда это становится более интересным, - рассказал астроном-любитель Евгений Ревва.

В прошлый раз парад радовал дальневосточников летом 2022 года. Астрономы выезжали в пригород, где искусственное освещение не мешало рассмотреть звездное небо.

- Мы в течение ночи смотрели планеты и разные галактики. Ребята, которые продержались до рассвета, смогли увидеть появление Венеры и



Шанс есть у всех, но только до 1 июня.

Меркурия. В этом году постараемся повторить подобное, но погода не всегда позволяет это сделать.

Есть планеты, которые доступны для наблюдения невооруженным глазом, - Юпитер, Сатурн, Венера, Марс, Меркурий. А с помощью телескопа получится разглядеть какие-то детали и подробности на

их поверхности. Другие планеты, такие, как Нептун и Уран, находятся настолько далеко, что становятся видны только в телескоп.

В этом году можно будет увидеть все планеты Солнечной системы, но сделать это получится только до первого июня. После первого числа Меркурий и Венера будут появлять-

ся над горизонтом уже после восхода Солнца и просто потеряются в его свете. Но остальные планеты будут видны еще очень долго. Например, Юпитер, Уран и Сатурн будут зависать над горизонтом в вечернее время вплоть до конца года.

- Наблюдать яркие планеты можно даже из города. Юпитер, Сатурн, Венера и Марс видны даже в условиях городской засветки. А вот Нептун и Уран без хорошего телескопа увидеть не получится. Обязательно нужен большой телескоп с большим увеличением. Меркурий можно увидеть как светящуюся точку перед рассветом. Телескоп для этого не понадобится. А вот чем будет осложнено наблюдение планет - так это тем, что часть из них появляется уже на светлом небе, а некоторые даже совсем близко к Солнцу. Поэтому потребуются потратить на просмотр парада всю ночь до рассвета, и видимость деталей на планетах будет не самая лучшая ввиду их низкого расположения на светлом небе.

Условия наблюдения для жителей всего Дальнего Востока будут одинаковыми. Поэтому можно взять термосы с чаем, пледы и выбрать место с хорошим обзором неба, чтобы как следует насладиться парадом планет.

ЛЮДИ ДЕЛА



РОСНЕФТЬ

В основе кадровой политики - забота о людях

24 мая отмечался День кадрового работника, пользуясь таким хорошим поводом, хотелось поздравить всех специалистов этой сферы и отметить достижения службы по персоналу одного из крупнейших промышленных предприятий региона - Комсомольского НПЗ (входит в нефтеперерабатывающий комплекс НК «Роснефть»).

С известным высказыванием «кадры решают все» не поспоришь: правильный подбор кадров в любой сфере позволяет успешно достигать поставленных целей. Нефтепереработка - это высокотехнологичная отрасль, которая не может обойтись без команды квалифицированных рабочих, инженеров, руководителей и других специалистов. Именно поэтому работе с персоналом на Комсомольском нефтезаводе уделяется огромное внимание.

Вопросами, связанными с формированием кадрового резерва, подбором персонала, адаптацией на рабочем месте и многими другими задачами занимаются сразу несколько

отделов предприятия, где трудятся профессионалы самого высокого уровня, влюбленные в свое дело. Именно они реализуют комплекс мероприятий мощной социальной политики компании «Роснефть».

На заводе сегодня работает более 2300 человек, каждый из которых является обладателем одного из самых завидных в крае социальных пакетов. Для сотрудников завода предусмотрены: оплата проезда к месту проведения отдыха по ДФО и России, оздоровление и санаторно-курортное лечение (в том числе для членов семьи) в стране и в Республике Куба, компенсация оплаты за спортивные занятия и дет-

ские сады, корпоративная пенсия и многие другие льготы. Только в прошлом году на социальную сферу израсходовано было свыше 347 миллионов рублей, социальный пакет на одного работника составил 95 тысяч рублей.

На предприятии разработана отличная система мотивации персонала, проводится множество командообразующих мероприятий, в которых принимают участие не только нефтяники, но и члены их семей, ветераны отрасли, а также ученики «Роснефть-классов» и студенты профильных специальностей. Помимо этого, культивируется спорт, волонтерская и творческая деятельность.

Без преувеличения, КНПЗ объединил вокруг себя целое сообщество единомышленников.

Попасть в большой и дружный коллектив могут все, у кого есть подходящие компетенции и желание получить стабильную, хорошо оплачиваемую работу. В связи с расширением производства нефтепереработчикам требуется выполнение, есть интересные предложения для женщин, иногородних специалистов. К приему специалистов на заводе относятся достаточно гибко, к примеру, при наличии базового технического образования можно бесплатно, за небольшой период времени, получить

дополнительную профессию и занять свободную позицию.

Отметим, что список актуальных вакансий Комсомольского нефтезавода постоянно обновляется на общедоступных интернет-сайтах по поиску работы, помимо этого, все желающие работать на предприятии могут ежедневно в будние дни обращаться в группу подбора и адаптации персонала, которая находится на проходной нефтезавода по адресу: г. Комсомольск-на-Амуре, ул. Ленинград-

ская, 115. Информацию по трудоустройству можно узнать по телефонам: 8 (4217) 52-58-48, 52-75-28, 52-53-31, а резюме направлять на электронную почту: ok@kms.rosneft.ru.



Комсомольский НПЗ

Гнездо редкого рыбного филина нашли в Норском заповеднике.

Юрий ГАФАРОВ
(«КП» - Благовещенск)

В Норском заповеднике, который расположен на севере Амурской области, ученым удалось заснять на видео рыбного филина, который в Приамурье обитает только здесь - в междуречье Норы и Селемджи. Чтобы получить редкие кадры самки на гнезде и птенца большой совы, директор заповедника Тимофей Мудрак использовал беспилотный квадрокоптер.

Рыбный филин - птица весьма примечательная. Во-первых, это одна из самых крупных сов мира. Рост птицы достигает 70 сантиметров, размах крыльев - 190 сантиметров, а вес самок может доходить до четырех килограммов. Да, самки филинов заметно крупнее самцов.

Достигать таких внушительных размеров филинам помогает правильное питание. Пожалуй, это единственная сова в мире, которая практически полностью перешла на рыбную диету, что явно отражено в его названии. Только зимой, когда пищи не хватает, он может разбавлять свой рацион грызунами, птицами или падалью.

Причем рыбачит филин весьма оригинально - он садится на ветку дерева и бросается с нее на проплывающую рыбу, выхватывая ее из воды когтями, либо просто заходит в реку и бродит по мелководью, нащупывая лапами добычу. «Выудить» птица может рыбу до килограмма весом.

К слову, филины охотно ходят по земле, оставляя в местах своего обитания многочисленные следы

БОЛЬШОЙ И НЕОБЫЧНЫЙ



Самка рыбного филина охраняет потомство.



Гнезда рыбные филины устраивают в дуплах больших деревьев.

и даже протаптывая тропки от своих гнезд к местам рыбалки. Отпечаток его лапы напоминает букву «К», и его сложно перепутать со следами другой птицы.

Рыбный филин - большой домосед. Он круглогодично живет на своем участке и покидает его, только

если здесь по каким-то причинам начинает не хватать пищи.

Обитают рыбные филины только на Дальнем Востоке - в России от Магадана до Приморья и Амурской области, на северо-востоке Китая, на острове Хоккайдо и на самом севере Корейского полуострова. Но везде они очень редки и селятся на отдельных небольших участках. Например, в Приамурье места обитания рыбного филина известны только в Норском заповеднике, неподалеку от кордона Меун.

- Точное количество филинов, которое у нас обитает, мы пока не знаем. Два года назад мы впервые нашли гнездо с двумя подросшими филинятами. И в этом году, скорее всего, у этой же пары еще одного птенца заметили. То есть, если все птенцы выжили, то у нас сейчас пять птиц. Впрочем, появляются сообщения о встречах с птицами и в других местах заповедника, но это данные неподтвержденные, - рассказал Ти-

мофей Мудрак.

Рыбные филины размножаются не очень успешно. Самка откладывает яйца не чаще одного раза в два года, кстати, происходит это в конце зимы, а из двух птенцов обычно выживает только один. А если кладка по каким-то причинам замерзает зимой, то отложить яйца второй раз самка уже не может.

Во всем мире насчитывается только около 400 гнездящихся пар этой птицы. Поэтому рыбный филин считается вымирающим видом и находится под охраной российской Красной книги.

Причиной тому являются весьма специфические условия, нужные для обитания этой птицы, - чистые реки с обилием рыбы и с незамерзающими зимой участками, где филин может рыбачить. А окружены они должны быть лесами с большим количеством больших дуплистых деревьев - тополей, ильмов, вязов или дубов, в которых эти птицы выводят потомство.

Вырубка таких лесов, повреждение их пожарами и уменьшение количества рыбы в реках из-за загрязнения воды сокращает количество мест, в которых рыбные филины могут жить, поэтому численность этих больших сов постепенно снижается. К слову, в Норском заповеднике проводится эксперимент по установке искусственных гнездовых для этой птицы.

- Два года назад в разных местах заповедника, пригодных для обитания филина, на деревьях закрепили не меньше десятка деревянных бочек, которые наполнили щепой. Из-за малой транспортной доступности территории проверить заселенность всех их мы еще не успели. Но теперь, точно зная, где и как рыбные филины гнездятся, мы можем скорректировать высоту наших сооружений, направление их летков, чтобы сделать их более привлекательными для этих птиц, - рассказал директор заповедника.

ПОМОЩЬ

Тигр-инвалид переедет из Приморья

Ксения ЗАБЕЛИНА
(«КП» - Владивосток)

Амурский хищник проведет остаток жизни в хосписе Ленобласти.

Этот амурский тигр угодил в капкан браконьеров в Хабаровском крае. Стояла зима, хищник не заметил опасности и попал в ловушку, из-а чего сильно навредил здоровью. У него уже была застарелая травма - перелом лапы. Кость срослась неправильно, из-за чего животное не могло нормально передвигаться. Из-за капкана ситуация ухудшилась.

Кроме того, у большой кошки не оказалось двух «пальцев». Специалисты также обнаружили травму клыков и рваную рану на морде. Из-за отверстия в но-

совой перегородке тигру было сложно правильно дышать.

Сотрудники одного из охотхозяйств Хабаровского края совместно со специалистами службы по охране животного мира и особо охраняемых природных территорий отловили беднягу и доставили в реабилитационный центр «Тигр». Он располагается недалеко от поселка Алексеевка в Приморье.

Ветрачи поняли, что самостоятельно полосатый в дикой природе не выживет. Пострадавшего прооперировали, привели в относительный порядок и как следует откормили. За время лечения тигр набрал целых 33 килограмма. Правда, помогать ему было не так просто. К сожалению, хищник вел себя агрессивно, приходилось искать особый подход. Однако труды дают о себе знать -

сейчас животное чувствует себя хорошо, несмотря на отсутствие половины пальца и воспоминаний о перенесенной боли.

К сожалению, оставаться в центре все время тигру не сможет. Специалисты подчеркнули, что организация предназначена только для временно содержания животных, кто сможет вернуться в естественную среду обитания.

Генеральный директор Центра «Амурский тигр» Сергей Арамилев уточнил, что подопечного перевели в хоспис для диких кошек «Дом тигра» в Ленинградской области. Доставляли необычного пассажира при помощи компании «Аэрофлот». Там его встретили сотрудники Московского зоопарка и на специальном авто доставили в новый дом.



Тигра с радостью встречают специалисты.

Ллойд Джордж открывает глаза и расстрел чиновницы

В следующем году «Комсомольской правде» 100 лет! Вспоминаем публикации «КП» в разные годы.

1929

В 20-е годы прошлого века первая полоса «Комсомолки» традиционно посвящена событиям в мире. Отношения с Западом были сложные с первых дней существования нашей страны. Поэтому любые изменения курса внешней политики капстран по отношению к СССР имели важное значение.

Так, в номере за 28 мая 1929 года под заголовком «Без СССР нельзя добиться мира в Европе» цитируется выступление британского политика Ллойд Джорджа в одном из городов Англии:

«Я не только стою за возобновление дипломатических отношений. Я хотел бы пойти даже дальше, чем торговать с Россией. До тех пор, пока Россия вне братства народов, мы не добьемся мира в Европе».

И тут же заметка с говорящим заголовком «Деловая буржуазия Чехо-Словакии (написание 1929 г. - Ред.) требует признания СССР. Румыния и Югославия «пересматривают» свою политику».



Карикатуры на западных политиков - обязательная составляющая газеты в 20-е годы.

1944

Рядом с оперативной сводкой за 27 мая «От советского информбюро» - сообщения о трудовых достижениях.

«Впереди Павел Пирожков» - о бригадирах трактористов из Рязанской области. Причем Пирожков в списке передовиков единственный мужчина. Остальные - девушки. Война.

«Комсомолцы Магнитки сдержали слово, данное в письме товарищу Сталину: обещали организовать 250 молодежных бригад, организовали 610» - под такой шапкой молодые рабочие рапортуют о перевыполнении плана.

Ниже опубликованы письма вождю: большевики Камчатки собрали 4 млн рублей деньгами и облигациями госзаимов на строительство авиаэскадрильи «Камчатка - фронту». А ученики мужской школы № 75 Владивостока передали на нужды фронта 110 тыс. рублей. Каждое письмо заканчивается пожеланиями Верховному Главнокомандующему «доброе здоровья и многих лет жизни на благо нашей Родины».

На каждое письмо товарищ Сталин отвечает благодарностью от имени красноармейцев, а ребятам еще желает «здоровья и успехов в учебе и общественной работе».

1997

Начиная с 1958 года в стране празднуется День пограничника. Наш корреспондент передает с таджикско-афганской границы - «Нам бы День пограничника простоять да ночь продержаться». В сообщении нет ни здравий, ни славословий, ни рассказа о достижениях. Только - о тревожной напряженной обстановке: «На Пянджском и Калайхумбском направлениях сосредоточены резервы на случай прорыва границы талибами. Сюда же подняты подразделения 201-й мотострелковой дивизии и части таджикской армии. Как сообщил мне один из военных (и дальше практически словами Ллойд Джорджа. - Ред.), «если талибы все же вторгнутся в Таджикистан, то без подкрепления из России их не остановить».

Тональность газеты в 90-е годы меняется. На обложке появляются заметки, которые еще лет 10-15 назад невозможно было вообразить:

✓ «Английские дантисты вырвали зуб русскому тигру. Уникальная операция проведена в Ростовском зоопарке».

✓ «Главного учителя Москвы ранили в глаз» (о покушении на Рублевском шоссе, жертвой которого стала председатель столичного Комитета образования).

✓ «Выгоднее быть бездетным и холостым. В понедельник правительство приняло постановление о введении в стране системы федеральных стандартов оплаты жилья и бытовых услуг. Что она обещает рядовым россиянам?»

2003



В начале века нынешнего креатив опережал события.

Отмечается 300-летие Санкт-Петербурга. «Что будут делать в Питере 45 президентов?» - это «бродилка», которая вышла в толстухе. Написано с фирменным «комсомольским» юмором, ведь, как сообщают авторы, «журналистам «Комсомолки» пришлось проделать колоссальную аналитическую работу, сопоставив слухи, оговорки, внезапно появившиеся клумбы, урны и декоративные ограды».

Любимая газета страны
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ДА!

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!



Семья Пугачевой избавляется от недвижимости в России

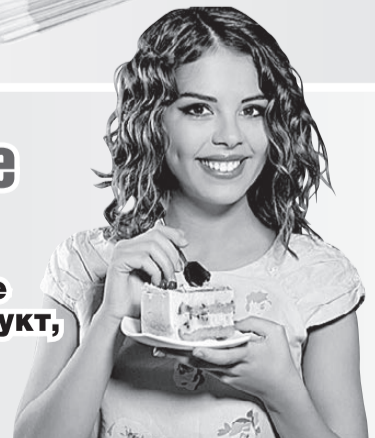
Астропрогноз на июнь для всех знаков зодиака



Что будет с льготной ипотекой после 1 июля

Есть сладкое и худеть

Российские ученые создали суперпродукт, который обещает революцию в 30Ж



В ПРОДАЖЕ С **29** МАЯ

Так отставьте ненужные сборы

Какой будет более справедливая налоговая система в России: депутаты поделились мыслями, а «Комсомолка» их прокомментировала.

Скоро налоговая система в России изменится - она станет более справедливой. Такую задачу еще в феврале поставил президент в своем Послании Федеральному Собранию.

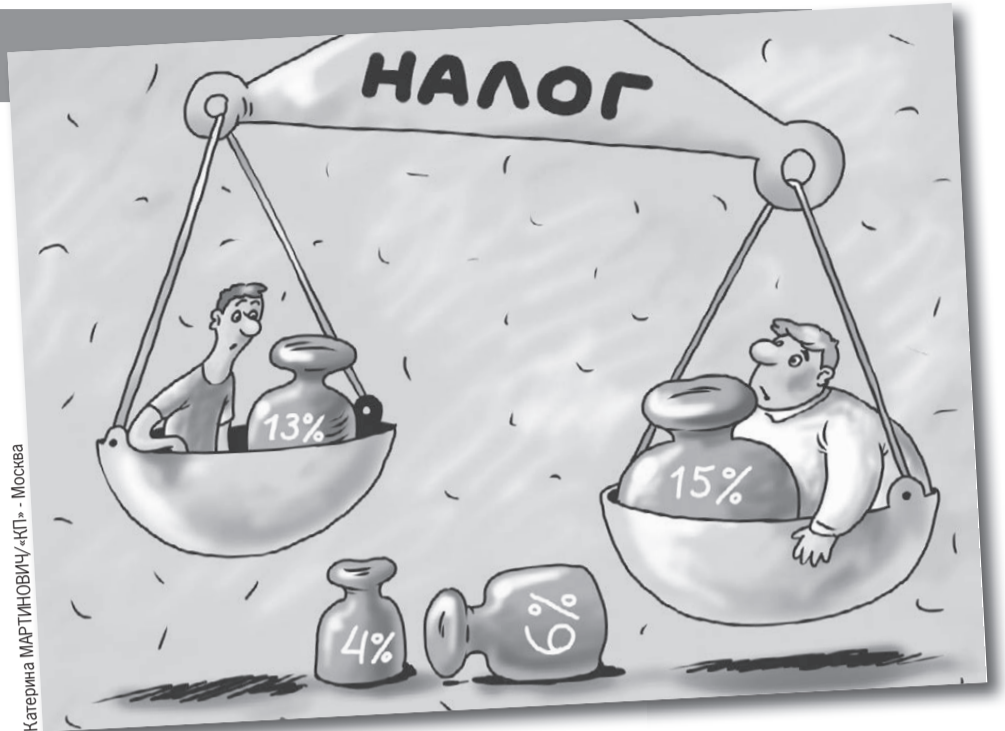
На прошлой неделе в Госдуме прошли слушания, посвященные новой системе. Глава Минфина **Антон Силуанов** озвучивал предложения правительства и выслушивал предложения депутатов, экспертов, бизнесменов.

- Перераспределение налогов должно происходить таким образом, чтобы налоги тех, у кого более высокие личные и корпоративные доходы, можно было перераспределять в пользу тех, кто больше нуждается. И, с другой стороны, использовать ресурсы для обеспечения стимулирования экономического роста, - рассказал Силуанов на слушаниях.

Новые ставки и условия еще не озвучены, они в процессе обсуждения. Но постепенно конкретики становится все больше. Так, по итогам двух дней слушаний Комитет Госдумы по бюджету и налогам выпустил свое резюме.

Комитет опубликовал 13 рекомендаций, которые должны лечь в основу более справедливой налоговой системы.

Все их приводить не будем - в резюме много говорится про необходимость «усиления платежной дисциплины», «сохранения конкурентоспособности российской экономики» и прочие очень важные, но не очень конкретные материи. Но самые важные пункты, которые касаются нас и наших работодателей, процитируем дословно - с пояснениями «КП» (где они требуются).



Катерина МАРТИНОВИЧУ «КП» - Москва

■ УСТАМИ ДЕПУТАТА

Сразу после публикации этих рекомендаций председатель Комитета Госдумы по бюджету и налогам **Андрей Макаров** дал к ним подробные разъяснения.

По словам Макарова, у нас и сейчас в какой-то мере есть прогрессивная система налогообложения. И напомнил, что с доходов выше 5 млн рублей государству уходит 15%. Поэтому речь даже не о том, чтобы ввести прогрессивную шкалу. Речь именно о том, чтобы сделать ее более справедливой.

Что это, в частности, подразумевает?

- Первое - это то, что сказал президент: поддержать тех, кто, наверное, больше всего нуждается в поддержке, - многодетные семьи, - пояснил Андрей Макаров. - Ведь совершенно естественно, что именно здесь самые большие проблемы. Реальная ситуация: муж, жена получают нормальную зарпла-

«Ставка не может измениться для тех, кто получает порядка 150 тысяч»

ту. Родился ребенок - уже доходы чуть уменьшились, потому что стало три человека. Родился второй ребенок - жена вынуждена уйти с работы, осталась одна зарплата мужа, даже очень хорошая, но она делится уже на четверых. Родился третий ребенок... И это колоссальные проблемы, несмотря на то, что государство оказывает поддержку.

Но, пожалуй, главный вопрос, который волнует всех: что это такое - «большие доходы», с которых и платить придется больше?

Макаров напомнил, что средняя зарплата по стране сейчас порядка 73 - 74 тысяч рублей в месяц.

- Средняя, подчеркиваю. Сейчас улыбнулись

те, кто получает намного меньше. Но уверяю вас, что громко расхохотались те, у кого намного больше. Вот мы предлагаем, что ставка 13% не должна меняться в случае не менее чем двукратного превышения средней зарплаты. То есть ставка в 13%, с нашей точки зрения,

не может измениться для тех, кто получает порядка 150 тысяч рублей в месяц, - говорит Макаров. - И очень важно, чтобы верхние планки не были чрезмерными, чтобы они не стимулировали уход от уплаты налогов. Мы полагаем, что максимальную справедливость обеспечит прогрессивная шкала, но с несколькими ступенями, что позволит плавно переходить из одной категории заработка в другую.

Еще один из вопросов, который очень волнует малый бизнес, - упрощенная система налогообложения. Она позволяет работать без лишней бюрократии. А еще, если предприятие небольшое и доходы у него тоже невелики, платить меньший налог - например, 6%.

- Президент предложил две очень важные инициативы. Первая - чтобы был не резкий переход с режима упрощенной системы на общий режим налогообложения, а плавный. А с другой стороны, для тех, кто уже сегодня, чтобы сохранить свой бизнес, начал дробить его на части, он предложил объявить амнистию, если они готовы вернуться в нормальное, легальное поле.

Подготовили Елена ОДИНЦОВА, Евгений ОРЛОВ и Андрей ЗАЙЦЕВ.

● ПРО НДФЛ

Предложения по налогу на доходы физических лиц:

✓ повышение нагрузки по НДФЛ не должно коснуться большинства граждан;

✓ предлагается дополнительная поддержка наиболее нуждающихся в государственной поддержке граждан, прежде всего семей с детьми, в том числе путем увеличения стандартных вычетов и введения новых вычетов для многодетных семей;

✓ предлагается введение налоговых вычетов для людей, которые регулярно проходят диспансеризацию и успешно сдают нормативы ГТО.

Пояснение «КП»

Сегодня все мы платим налоги со своих зарплат по такой схеме:

✓ 13% с дохода ниже 5 млн рублей в год;

✓ 15% с дохода выше 5 млн рублей в год.

Система налогообложения физических лиц в России должна стать более прогрессивной: чем больше зарабатываешь, тем больше платишь. При этом повышение ставок должно быть таким, чтобы оно затронуло только тех россиян, кто зарабатывает действительно много и может безболезненно поделиться с государством.

Немалая часть денег, полученных за счет изменения налоговой системы, должна быть направлена на поддержку нуждающихся, в первую очередь - семей с детьми.

● ПРО УЧАСТНИКОВ СПЕЦОПЕРАЦИИ

Предлагаемое повышение НДФЛ не должно коснуться доходов участников специальной военной операции.

● ПРО САМОЗАНЯТЫХ

Условия применения специального налогового режима «Налог на профессиональный доход» до истечения срока проведения эксперимента должны быть сохранены.

Пояснение «КП»

Проще говоря, налоговый режим для самозанятых в России должен остаться неизменным до 2028 года. А именно:

✓ платишь налог в 4%, если твой клиент - физическое лицо;

✓ платишь налог в 6%, если клиент - юридическое лицо.

● ПРО КОМПАНИИ

В отношении налога на прибыль организаций необходимо:

✓ предусмотреть меры налоговой поддержки по стимулированию бизнеса, который вкладывает средства в развитие, расширение производства, новые технологии, свою страну;

✓ продлить действие инструмента инвестиционного налогового вычета, усовершенствовать его механизм.

Пояснение «КП»

Об этом просил бизнес на парламентских слушаниях - и его пожелания учли. То есть те компании, которые инвестируют в развитие, расширяют производство, вкладывают деньги в научную работу и т. д., должны иметь налоговые льготы.



С понедельника по пятницу в 8 утра (мск) слушайте программу «Что будет» - честный взгляд на происходящее вокруг!

● ПРО СРОКИ

Переход к практике преимущественного принятия изменений законодательства в весеннюю сессию ГД.

Пояснение «КП»

Это значит, что закон о более справедливой системе налогообложения хотят принять до 4 августа (последний день весенней сессии Госдумы).

● ПРО ДРУГИЕ СБОРЫ

В качестве резервов для дополнительных источников налоговых доходов следует рассмотреть:

✓ закрепление за муниципалитетами дополнительного доходного источника в виде туристического сбора;

✓ повышение налоговой нагрузки на дорогостоящее имущество и земельные участки.

Пояснение «КП»

Пожелания регионов тоже учли. На парламентских слушаниях глава Муромской области Евгений Рычков сетовал: поток туристов в городе растет, а на доходах местного бюджета это никак не отражается. И предложил дать муниципальным властям возможность устанавливать что-то вроде курортного сбора. Об этом и идет речь в данном пункте.

Ученые открыли новую причину, из-за которой с годами мы набираем лишний вес.

Этот возраст меня полнит!

После пятидесяти приходится очень много крутить педали, чтобы вес просто стоял на месте.

Анна ДОБРЮХА

С возрастом - после 50 - 55 лет - практически все люди прибавляют в весе. Счастливчикам удастся отделаться дополнительной парой кг, но большинство становятся значительно тяжелее. Сохранять стройность, сбрасывать лишние килограммы с каждым годом сложнее. До сих пор основной причиной этого считались возрастные гормональные изменения. А еще чем мы старше, тем больше хочется покоя, труднее заставить себя двигаться, да и болячки не дают ставить рекорды. Но кроме этих факторов в нашем организме, похоже, есть еще один очень влиятельный игрок. Такую гипотезу выдвинули китайские ученые из Сямэньского университета (КНР).

ЗАГАДОЧНАЯ МОЛЕКУЛА

Команда исследователей решила посмотреть к роли интерлейкина-6 (IL-6). Это одна из ключевых молекул иммунной системы. Данные о ее влиянии на разные процессы в организме пока очень противоречивы, отмечают авторы научной работы.

Так, IL-6 в мышцах усиливает выделение гормона, благодаря которому лучше расходуется глюкоза. Это плюс. Но в печени интерлейкин-6, наоборот, склонен вредить, содействуя воспалению. А при изучении онкобольных выяснилось, что IL-6 способствует кахексии, то есть опасной потере веса, истощению. Так происходит из-за чрезмерной стимуляции распада жировой ткани. Но когда сотрудники Сямэньского университета начали отслеживать поведение интерлейкина-6 у пожилых, то глазам своим не поверили. Судя по всему, в старшем возрасте загадочная молекула тормозит сжигание жира! И способствует набору лишнего веса, обнаружили исследователи.

ОТ ЛЮДЕЙ ПЕРЕШЛИ К МЫШАМ

Мы привыкли слышать, что сначала исследования проводятся на лабораторных мышках. И только потом может дойти до человека. Но в данном случае было наоборот. Дело в том, что ученые заметили у людей определенную тенденцию. Исходя из этого, выдвинули гипотезу. А чтобы прове-

рнуть ее, провели эксперимент на подопытных животных.

Работа началась с обследования госпитализированных пациентов с диабетом 2-го типа в возрасте от 65 лет. У трети из них были самые высокие показатели интерлейкина-6. И они же оказались рекордсменами по количеству так называемого висцерального жира. Он обволакивает внутренние органы и мешает им работать.

Но что тут причина, а что следствие? В принципе, известно, что жировая ткань сама по себе может провоцировать воспаление. А интерлейкин-6 активно участвует в воспалительных процессах. То есть, с одной стороны, логично предположить: IL-6 зашкаливает у пациентов вследствие того, что у них много лишнего веса. Однако, учитывая противоречивое влияние загадочной молекулы на разные процессы (см. выше), ученые задумались: вдруг все не так просто? И приступили к проверкам на мышках.

Вот что показали эксперименты.

1 С возрастом концентрация IL-6 в организме растет. У пожилых мышечной показатель был выше, чем у молодых. При этом вес - больше (как и у людей после 50 - 55 лет).

2 Если на генном уровне отключить выработку IL-6, то набор веса с возрастом сокращается.

3 Анализ на глубинном, генно-молекулярном уровне подтвердил: интерлейкин-6 действительно тормозит сжигание жира. И способствует его накоплению. Как минимум у пожилых особей.

ЧТО НАМ ДАЕТ ЭТО ОТКРЫТИЕ?

Во-первых, это важный шаг в изучении двух грандиозных явлений, которые давно стремятся познать человечество. А именно: как работает наша иммунная система (вопросов до сих пор больше, чем ответов!) и что происходит при старении организма. В частности, есть гипотеза, что увядание связано с развитием особой иммунной реакции - тлеющего системного воспаления. Геронтологи называют это «инфламэйджинг» (inflammaging): от слов «воспале-

ние» (inflammation) + «старение» (aging). Интерлейкин-6, который изучался в новом исследовании, - один из участников такого воспалительного процесса.

Во-вторых, работа китайских ученых направлена на то, чтобы найти способы эффективно бороться с лишним весом, нарастающим вместе с годами. И цель тут не только эстетическая. «Висцеральное ожирение повышает угрозу сердечно-сосудистых осложнений и сокращает жизнь», - пишут исследователи. Значит, избавление от жирового балласта повысит шансы на здоровое долголетие в хорошей форме.

При этом, конечно же, не может идти речь о том, чтобы вообще отключать у людей выработку IL-6 (как это было в эксперименте с мышками). Слишком многогранно действие данной молекулы и непредсказуемы последствия воздействия на нее, предупреждают эксперты. Однако чем больше мы узнаем о тех или иных процессах, тем шире возможности для создания эффективных и в то же время безопасных подходов.



Shutterstock

КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ ХИТ ПРОДАЖ!

Олег ИРЫШКИН



Оксана БАДЬИНА



ЧТО ТАКОЕ СТАРОСТЬ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ

СОВЕТЫ, КАК НАЛАДИТЬ СОН, ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И МЕНТАЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ

ЛАЙФХАКИ ДИЕТОЛОГОВ, ПОЛЕЗНЫЕ И ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ

Отсканируйте QR-код и закажите книгу



ОГРН: 1027739295781. АО «ИД «Комсомольская правда», Москва. Реклама 16+

По словам эксперта, уменьшить инфламэйджинг помогают:

- лечение хронических заболеваний - в первую очередь таких, как гипертония, сахарный диабет, болезни десен и др.;
- вакцинация и защита от инфекций с помощью санитарных мер (например, ношение респираторов в общественных местах в период ОРВИ и ковида);
- снижение стрессов - с помощью специальных методик, психотерапии, лекарств;
- поддержка микрофлоры кишечника. Для этого профессор Москалев советует каждый день включать в меню пищевые волокна. Их источники - цельнозерновые крупы (бурый рис, ячневая, овсяная), бобовые, зелень, овощи, несладкие фрукты.

Исходя из данных нового исследования, такие меры, снижение инфламэйджинга, могут помочь сократить выработку той самой молекулы интерлейкин-6. А значит, есть шансы на более успешную борьбу с возрастной прибавкой веса.

ЭТО ПРИГОДИТСЯ

ЧЕМ ПОМОЧЬ СЕБЕ СЕЙЧАС

Конечно же, в любом возрасте для поддержания нормального веса полезны разумные физнагрузки и здоровое питание, говорят врачи. Кроме того, важно принимать меры, чтобы снизить возрастное системное воспаление (полностью устранить его пока, увы, не удается), рассказал в одном из интервью «КП» ученый-геронтолог, директор Института биологии старения ННГУ, член-корреспондент РАН, ведущий телеграм-канала «Путь долгожителя» Алексей Москалев.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА!

СПЕЦВЫПУСК

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!



ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

Как предостеречь ребенка от проблем

НЕ ВРЕМЯ БЕЗДЕЛЬНИЧАТЬ

Чем занять ребенка летом



ОТОБРАТЬ СМАРТФОН - НЕ ВЫХОД

Как победить зависимость от гаджетов



НЕ СКУЧАТЬ, А РАЗВИВАТЬСЯ

Занятия для мамы в декрете



СПРАШИВАЙТЕ В МЕСТАХ ПРОДАЖИ ПРЕССЫ!

Как выпускникам и их родителям пережить экзамены без стрессов.

Анна ЛУКЬЯНОВА

Мама егзиного периода (папа, бабушка...) - это человек повышенной тревожности, который способен выбить из колеи даже очень стойкого ребенка-пофигиста. А, это про вас? Прекрасно, сейчас будем учиться брать себя в руки. Самое время - на этой неделе сдают обязательные ЕГЭ: 28 и 29 мая - русский язык, 31 мая и 1 июня - математику. О родительских тревогах и ошибках много говорили Ирина Ковалева - тренер-мотиватор с практикой работы более 25 лет, и Лариса Суркова - психолог, автор 20 книг, мама 7 детей, блогер, кандидат психологических наук, в рамках «Лектория московского школьника».

Чтобы не расслаблялся!

Как понять, что у вашего выпускника стресс? Меняется режим сна: раньше ложился в 22.00 - 23.00, теперь сидит за полночь. Стал есть как не в себя, хотя раньше хорошим аппетитом не отличался, особенно налегает на сладкое. А еще его все раздражает, бесит, что все какие-то медленные.

В таком состоянии мозг не может запоминать информацию, человек плохо соображает. И мамино грозное: «Ну-ка быстро заниматься! Не поступишь - в дворники пойдешь!», сказанное с целью взбодрить, только усилит проблему.

А как надо? Поддерживать дома доброжелательную атмосферу. Встречать с радостью, обнимать, почаще хвалить. Прямо находить поводы и достижения, даже мелкие. «У тебя обязательно получится, не сомневайся в себе», - такая фраза точно вдохновит и придаст сил и уверенности. Или такая: «Жизнь - очень длинная и очень интересная, и ЕГЭ не ее начало и не ее конец». А указывать на ошибки - работа учителя.

Я лучше знаю, кем ты хочешь быть

Еще одна ошибка родителей - придумывать за детей, какую профессию выбрать, чтобы хорошо зарабатывал, в какой вуз поступать. Условно, мама мечтает, чтобы ребенок в Газпроме работал, а сын мечтает о театральном. На этой почве ссоры. А еще у родителей срывает крышу, когда ребенок, отучившись полгода-год, заявляет: не мое, буду бросать.

Что тут не так? Важнее всех ЕГЭ - сохранить с ребенком контакт. После школы еще будут длинная жизнь и куча более

стрессовых поводов для переживаний - трудоустройство, свадьба, новые родственники, внуки... Поэтому примите выбор подростка. Постарайтесь спокойно расспросить, почему он так решил, как оценивает свои силы, какие шаги наметил. Потом сидите и слушайте, даже если будет казаться, что ребенок говорит ерунду. Выслушали? Теперь выскажите свои мысли, опять же спокойно. Не забудьте добавить, что поддержите его в любом случае и что верите в него.

По ночам занимается

И это тоже проявление стресса, но за сон стоит побороться. Скажите, мол, дружок, экзамен тебе придется сдавать днем, рано вставать, а значит, и ложиться лучше вовремя. Энергетик перед экзаменом не спасет, от перевозбуждения можешь наделать ошибок или почерк сделается невнятным, а работы робот проверяет.

Подскажите ребенку простые приемы самоуспокоения - за час до сна убрать телефон, легкая фоновая музыка, чай с мятой, книжку почитать. Хорошо бы прогуляться минут 15 хотя бы вокруг дома. Не помогает - идите к врачу, чтобы назначил препараты для засыпания.

Точно не боится?

Внешнее спокойствие может быть формой проявления стресса. Хотя некоторые дети действительно гораздо меньше нервничают из-за ЕГЭ, чем родители. И если с ребенком все в порядке, он говорит, что не боится экзамена, у него есть план действий даже на случай неудачи, оставьте его в покое и займитесь платьем или костюмом на выпускной.

И даже если кажется, что подросток зависает в телефоне чересчур много, вместо того чтобы готовиться, - все равно постарайтесь не ругаться. Не выучил, как надо, - получит, что заслужил, на ЕГЭ. Но и это не конец света, потому что: а) может пересдать, б) поступит в вуз попроще. А может, возьмет и сдаст хорошо, а вы сразу о плохом думаете.

Не дай, ЕГЭ, сойти с ума



Катерина МАРТИНОВИЧ, КП - Москва

ВОПРОС - РЕБРОМ



А КАК САМОЙ УСПОКОИТЬСЯ?

Правильно себя вести с ребенком можно, только когда ты сам в ресурсе (так сейчас модно говорить).

А если внутри все клокочет, можно незаметно для себя превратиться в фурию. Родительский стресс - страшная сила. Но и на него есть управа - универсальные способы для снятия стресса, которые психологи советуют и детям на экзамене.

Главная идея в том, чтобы не копить негативные эмоции, потому что все равно вылезут.



• Дыхательные упражнения: короткий вдох на один-два и длинный выдох на четыре счета. Можно даже

попытаться, как ниндзя.

А когда нужно собраться, то делаем наоборот - длинный вдох и быстрый выдох.

• Отличный способ сбавить кипение - сказать вслух, на какую тему кипите. Ой, распахнулась из-за этой географии, аж самой страшно стало. Побольше самоиронии! Мысленно тоже можно. Потом подышите - должно заметно полегчать!

• Найдите человека, которому можно выговорить свои тревоги и возмущения. Если нет таких терпеливых, жалуйтесь бумаге - пишите и рвите.

• Займитесь уборкой. Пройдите 10 тысяч шагов. Любая физнагрузка подойдет. Погуляйте в парке, послушайте птиц. Или дома включите музыку и пляшите от души! Кстати, потанцевать минут 10 полезно и во время учебы - не только в качестве перерыва и чтобы размяться, а чтобы мозг получил усвоил выученное. Действует так же, как почитать на ночь стих, а к утру мозг его запомнит. Подскажите ребенку - и танцуйте вместе.

• Хвалите себя. Это и антистресс отличный, и пример для ребенка - что надо любить себя, что бы ни происходило. Прямо с утра подходите к зеркалу и - создал же бог такую красоту! Я самая лучшая, и дети у меня самые лучшие!

Дмитрий ПОЛУХИИ/Комсомольская правда

Мода садовода

Какие декоративные растения на пике популярности в 2024 году.

Заядлого любителя цветов сложно чем-либо удивить - садовые центры из года в год продают примерно один и тот же ассортимент. Но в этом сезоне появились растения, которые вызвали интерес даже у выдавших виды садоводов.

Клематис цельнолистный



Сразу представили, как он вьется по опоре? Забудьте. Этот клематис не имеет ничего общего с лианами, он растет кустом высотой 30 - 60 см (при яростном уходе бывает и до 1 м). Цветки у него довольно крупные, 5 - 8 см в диаметре, поникающие - чем похожи на колокольчики. Образуются они на верхушках стеблей, распускаются в июне - июле. А по цвету бывают от синего до фиолетового и даже черно-пурпурного.

Листья тоже очень красивые - крупные, до 12 см длиной, опушенные.

Особенности выращивания. Это абсолютно неприхотливое растение, может обходиться без поливов и легко переносит даже длительную засуху. Очень морозостойкое, прекрасно зимует без укрытия. Но любит солнышко, поэтому посадить его лучше на светлом участке.

И еще ему желательно поставить опору, поскольку цветки довольно крупные, а побеги тонкие и склонны заваливаться на землю.

Сидальцев

Многие наверняка слышат это название впервые, но внешний вид ее вполне узнаваем - она похожа на мальву (шток-розу). Собственно, это отражено в ее официальном ботаническом названии - сидальцев мальвоцветная. Это многолетнее растение с прямыми стеблями высотой до 150 см. Цветки у нее диаметром 6 - 8 см с шелковистыми лепестками, в зависимости от сорта могут быть разных оттенков в розово-красной гамме. Цветет с июля до середины сентября.

Особенности выращивания. Сидальцев любит обилие света, поэтому участок ей нужно подобрать солнечный. А еще она влаголюбива, поэтому поливать ее нужно часто, хотя бы раз в неделю. Собственно, это и все, дополнительного ухода ей не потребуется.

Укрывать на зиму не нужно - она вполне зимостойка. А еще приятно, что она ничем не болеет в отличие от той же мальвы, у которой часто желтеют листья.



Гортензия Самарская Лидия

Гортензия метельчатая Самарская Лидия (SamarSKya Lydia) стала настолько популярной, что по запросам в интернете обогнала даже легендарные сорта роз. И это неслучайно. В первую очередь этот сорт подкупает своей компактностью и не превышает по высоте 1,3 м. Ну то есть этот кустарник можно смело сажать в обычный

цветник. Цветет обильно и долго - с июля до поздней осени.

Но больше в этом сорте поражает окраска соцветий. Когда цветки распускаются, они белого цвета с розовой точкой в центре. Потом у них появляется розовая каемочка. А дальше цветки сначала розовеют, а затем приобретают насыщенные рубиновые тона.

Гортензия - королева сада. Пышно цветет с середины лета до поздней осени.

Особенности выращивания. Самарская Лидия, как и прочие гортензии, любит обильные поливы. Яркость соцветия зависит от места - на солнечных участках они приобретают более насыщенные оттенки. Морозостойкость у нее очень высокая, зимует она без укрытия.

Ирис сибирский

Этот цветок с синими лепестками знаком всем дачникам и, кажется, особо удивить не может. Однако сейчас появились сорта с невероятными окрасками, так что даже искушенные цветоводы ахают, завидев их в каталогах:

Твинкл Литтл Стар (Twinkle Little Star) - его цветки напоминают нашу традиционную гжель: верхние лепестки белые, а нижние синие с белой каймой по краю;

Шуга Раш (Sugar Rush) - с жемчужно-розовыми верхними лепестками, которые к центру приобретают нежно-голубой оттенок и красно-розовыми нижними лепестками;

Типпед ин Блю (Tipped in Blue) - верхние лепестки у него голубые с синими прожилками, а нижние - золотистого цвета (на фото);

Флайт оф Баттерфлайз (Flight of Butterflies) - с очень сложной окраской цветков: верхние лепестки фиолетовые, а нижние кремово-желтого цвета с фиолетовыми прожилками, внешне они напоминают крылья бабочки.



Особенности выращивания. Сибирские ирисы, даже необычные сорта, крайне неприхотливы. Могут расти как на ярком солнце, так и в полутени. Любят поливы, но легко переносят засуху. Они очень зимостойкие, легко переносят даже суровые морозы.

Мордовник

Это растение с колючими листьями и яркими соцветиями-шариками стало очень популярным, поскольку сейчас в моде сады в природном стиле. Мордовники в цветнике выглядят очень эффектно и необычно. Разнообразием окрасок они не блещут - цветки у разных сортов могут быть либо синими, либо белыми. Но растения эти очень высокие - могут достигать 1,5 м, листья у них резные, серо-зеленого цвета, а цветут они довольно долго - в июле - августе.

Особенности выращивания. Никаких хитростей тут нет, растение настолько неприхотливое, что вырастить его сможет даже начинающий цветовод. Любит солнце. Засухоустойчиво. И абсолютно морозостойко.



Алексей ВОЛОДИХИН.

Мята



Казалось бы, кого можно удивить мятой? Она растет у многих и больше раздражает, чем радует. Да, хорошая трава для чая, но разрастается с невероятной скоростью и заполняет собой все доступное пространство.

Но, возможно, стоит пересмотреть свое отношение к душистому растению. В этом сезоне в широком доступе появились совершенно невероятные сорта с удивительными ароматами. Истинные названия сортов в садовых центрах, как правило, не указывают, пишут просто название аромата:

- ✓ мята яблочная (Pomo Petite) - с легким яблочным ароматом;
- ✓ мята апельсиновая (Orangenminze) - с тонким ароматом свеженатертой апельсиновой корки;
- ✓ мята мандариновая (Tachi) - пахнет мандарином;
- ✓ мята грейпфрутовая (Grapefruit) - с хорошо различимым ароматом грейпфрута;
- ✓ мята ананасовая (Pinedo, Ananasminze) - пахнет ананасом, но интересна еще и окраской листьев - они имеют белую кайму по краю;
- ✓ мята банановая (Bananaminze);
- ✓ мята шоколадная (Chocolate);
- ✓ мята карамельная (Caramel).

А еще в этом сезоне популярной стала мята кудрявая (Crispa) - с явным лимонным ароматом и забавными кучерявыми листочками.

Особенности выращивания. Все разновидности мяты имеют подземные корневища и склонны разползаться в разные стороны. Поэтому при посадке их надо сразу ограничивать. Достаточно, например, вкопать в землю бордюрную ленту - она продается в садовых центрах. Ее высоты вполне хватит, чтобы удержать растения в заданных пределах, поскольку корневища мяты уходят в почву на глубину 5 - 7 см. Либо, как вариант, посадить кустики в ведро без дна.

И еще. Сорта мяты с необычными ароматами менее морозостойкие, чем классические виды, в бесснежную зиму могут вымерзнуть, поэтому на зиму их нужно мульчировать сухими листьями.



«Мой урожай»- телеграм-канал «Комсомолки» для увлеченных дачников, заядлых садоводов, азартных огородников и вдохновенных цветоводов



БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Екатерина ПОТОРОЧИНА, Тула:
- Люблю участвовать в фотосессиях в качестве модели, читать.



Лилия ТАЛАЛАЕВА, дизайнер:

- Идеальные локоны из салона и платье в мелкий цветочек: романтичный образ «примерной девочки», больше подходящий для выпускного, чем для поля с подсолнухами. Здесь следует выбрать совсем другой стиль, например Tomato girl - натуральные ткани, небрежная прическа и цветочные аксессуары. А кеды или кроссовки с платьем уже совсем неактуальны, зато в моду снова вернулись балетки разных форм, текстур и цветов.

Фото присылайте в «Комсомольскую правду», e-mail: miss@kp.ru



Голосуйте за понравившуюся вам участницу на нашем сайте **KP.RU** в разделе «Будь стильной с «КП»!»

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Мой психотерапевт говорит, что я слишком зациклен на месте. Ну, мы еще поговорим с ним об этом!

* * *

Мысль китайского философа Чанг Инг Ю: тот, кто в течение дня активен, как пчела, силен, как бык, вкалывает, как лошадь, и приходит вечером домой уставший, как собака, должен проконсультироваться с ветеринаром, есть большая вероятность, что он осел...

* * *

Хотел пивка купить, а сегодня выпускной - не продают. В итоге я трезвый, а школьники пьяные.

* * *

В США аллигатор парализовал работу американской военной базы. «Разрешите представиться - майор Геннадий. Агент Кремля».

Сержанта Чебурашко пока не поймали.

* * *

Вот бы сделать дома уборку и нажать «Сохранить»!

* * *

Клиника пластической хирургии.

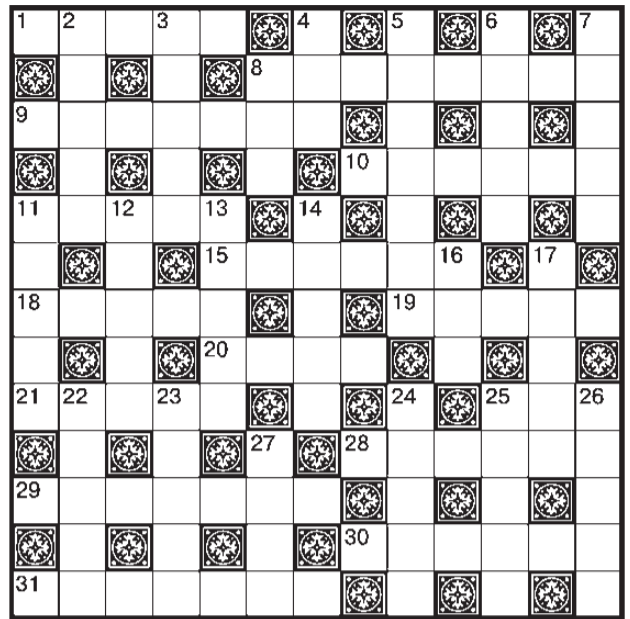
- А что это двор вашей клиники Киану Ривз подметает?

- А, этот? Денег нет, за операцию отработывает. Видели бы вы его до этого - вылитый Морган Фримен.

Оставьте свой анекдот на сайте **KP.RU** в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на **KP.RU**

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Что должно быть точно по ногам? 2. Кукла, покорившая весь мир. 3. Новостная программа на канале «Россия 1». 4. Заряженная частица. 5. Райские кущи из ислама. 6. Водка немецкого звучания. 7. Кушетка под бризом. 8. Заменилка мяса в колбасе. 9. Псевдоним Есенина. 10. Шляпка с острием. 11. Страна, прописанная в Маргарите. 12. Златоуст, но короче. 13. Судовой инвентарь на цепи. 14. Кто из пушкинских героев убивает жену, поддавшись ревности? 15. Всеобщая закономерность. 16. Церковный статус. 17. Полосатая ягода. 18. Район бесправных. 19. Метка на скотине. 20. Ларец в храме. 21. Сотовая. 22. Какое дерево древние славяне посвящали божеству Яриле? 23. «... была прежде человечества». 24. Фиксик с летающей кафедрой. 25. Джинсовая вариация. 26. Шерлок из сыщиков. 27. Сын невестки для свекрови.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Обувь. 2. Кукла. 3. Сожжение. 4. Аристон. 5. Кнопка. 6. Летающая кафедра. 7. Лекка. 8. Витин. 9. Якорь. 10. Ларец. 11. Дух. 12. Железо. 13. Тавро. 14. Рака. 15. Кувизм. 16. Затылка. 17. Барби. 18. Дух. 19. Калхас. 20. Гетто. 21. Связь. 22. Дух. 23. Земля. 24. Делус. 25. Деним. 26. Холмс. 27. Внук.

Прогноз погоды на завтра, 31 мая

	Ночью	Днем	Давление*	Влажность	Ветер	Восход	Закат
Благовещенск	+8...+12	+20...+23	748	23%	5 м/с, с-в	04.24	20.30
Владивосток	+11...+12	+13...+14	740	75%	8 м/с, ю-в	05.35	20.44
Хабаровск	+6...+7	+17...+19	754	41%	3 м/с, с-в	05.01	20.50
Южно-Сахалинск	+4...+3	+15...+17	755	55%	1 м/с, в	05.38	21.15

ясно ☀️ облачно ☁️ пасмурно ☁️ дождь 🌧️ гроза ⚡️ снег ❄️

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Ведущий редактор номера Е. ПОПОВА (ответственный секретарь).

Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».
Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 2Б, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015.
Ценные почтовые отправления не доставляются.
ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22 e-mail: kp@kp.ru
Web-сервер: www.kp.ru
отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82 e-mail: advert@kp.ru
служба распространения - (495) 777-02-82

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индекс П1101, ПМ976

Время подписания в печать по графику - 17.00 фактически - 16.30
Отпечатано: ООО «Дважды два Медиа», 675520, Благовещенский р-н, с. Чигири, пер. Печатников, 1
ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» (Рекламодатель АО «Тинькофф Банк») - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 172 660 экз.

Цена договорная

© АО ИД «Комсомольская правда», 2024. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения издателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА

Астрахань (8512)	48-49-50	Брянск (4832)	37-00-80	Иркутск (3952)	20-80-08	Кострома (4942)	47-10-13	Н. Новгород (8312)	33-94-53, 33-94-52	Петрозаводск (8142)	76-42-97	Симферополь (3652)	78-81-28	Тула (4872)	52-41-35, 52-41-40
Архангельск (8182)	21-10-79	Владивосток (423)	230-22-56	Казань (843)	528-21-00, 528-20-30	Краснодар (861)	992-79-82	Новосибирск (383)	289-90-85	Псков (8112)	72-29-00	Смоленск (4832)	62-18-38	Тюмень (3452)	69-96-12
Алма-Ата (727)	273-74-97	Владимир (4922)	44-13-43	Калининград (4012)	31-03-50	Красноярск (391)	206-96-50	Омск (3812)	29-01-50	Ростов-на-Дону (863)	333-24-22	Ставрополь (8652)	95-11-97	Уфа (347)	292-44-47
Барнаул (3852)	20-55-47	Волгодонск (8172)	54-61-38	Калуга (4872)	52-41-35	Курск (4712)	70-62-71	Орел (4862)	43-39-39	Рязань (4912)	95-78-87	Сыктывкар (922)	587-11-12	Хабаровск (4212)	78-26-03
Белгород (4722)	20-55-33	Воронеж (4732)	72-79-27	Кемерово (3842)	35-38-11	Липецк (4742)	22-23-00	Оренбург (3532)	43-11-93	С.-Петербург (812)	458-90-68	Тамбов (4752)	71-93-12	Челябинск (351)	700-09-68
Бишкек (10996)	312-88-31-31	Иваново (4932)	58-17-30	Кишинев (1038044)	205-43-01	Минск (1037517)	337-77-11	Пенза (8412)	56-46-41	Самара (846)	270-69-10	Тверь (4822)	33-93-63	Южно-Сахалинск (900)	43-41-515
Благовещенск (4162)	49-45-15	Ижевск (3412)	94-50-90	Киров (922)	901-66-35	Мурманск (1037322)	22-45-12	Пермь (342)	206-45-00	Саратов (8452)	53-42-21	Томск (3822)	90-61-86	Ярославль (4852)	58-58-17, 58-55-81

Заказы на размещение рекламы принимаются всеми представительствами



Тираж сертифицирован Бюро тиражного аудита - www.press-abc.ru