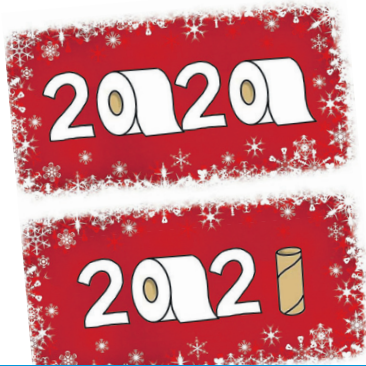


Нас белорусило и карабахало, но мы не сдзюбили и не заплакали

Читайте на стр. 4-5 ▶



РАДИО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА

Владивосток 90,4 FM  
Находка 107,2 FM  
Уссурийск 99,4 FM

Что приморцу хороШОУ

Слушайте по будням 08:00



# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



7 508 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Среда - четверг  
20 - 21 января

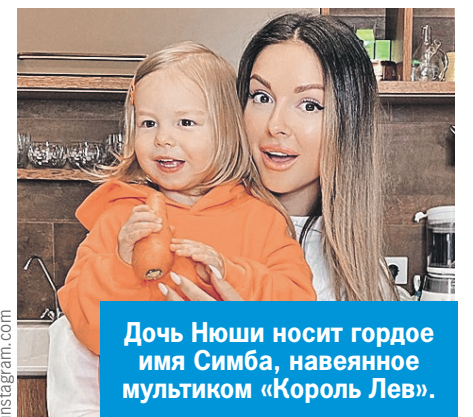
Газета нашего города ★ Владивосток

№ 5 (27228) 2020 год

## Скованные одной дозой



Как началась массовая вакцинация от коронавируса в Приморье – читайте на стр. 2 ▶



Дочь Нюши носит гордое имя Симба, навеянное мультиком «Король Лев».

### ЗаГугЛенное детство

Константин ГЛЫБА

Странные имена, которые звезды дают своим детям.

В конце прошлого года в семье **Владимира Преснякова** и **Натальи Подольской** родился сын, которого родители назвали Иваном. Казалось бы, обычное дело, но кое-кто отреагировал с недоумением: как, просто Ваней? А где же креатив, фантазия?! В артистической среде имена детей - это настоящий плацдарм для творческих экспериментов, и Вани с Танями тут не в почете - здесь чаще встречаются Аполлоны, Евангелины и Добровлады. А ведь с этими именами бедным звездным детишкам потом надо как-то жить...

Продолжение на стр. 14 ▶

### Оскорбил учителя – плати

Никита СЕРГЕЕВ

В Приморье мать школьника оштрафовали за голосовое в «Вотсапе».

Прокуратура Надеждинского района Приморья отреагировала на заявление учительницы начальных классов одной из местных школ, сообщившей о том, что ее оскорбила односельчанка.

Установлено, что обидчица - мать одного из учеников, а пострадавшая - его классный руководитель. О причине конфликта ведомство умалчивает. Однако сообщается, что несдержанная мамочка, идя в ногу с прогрессом, использовала для оскорбления учительницы мессенджер «Вотсап». Проще говоря, она прислала классному руководи-

телю голосовое сообщение, «содержащее слова в неприличной форме, унижающие честь и достоинство женщины».

Прокурор района возбудил в отношении виновной дело об административном правонарушении, предусмотренном частью 1 статьи 5.61 КоАП РФ «Оскорбление». Теперь она заплатит штраф. Сумма не называется, но максимальное денежное наказание по данной статье для физических лиц - 3 тысячи рублей.



Иван МАКЕЕВ

Подписка на «КП» – прямо из дома

1 Наведите камеру телефона или планшета на QR-код

5 Газета будет приходить в ваш почтовый ящик!

2 Не счастливы вместе

3 Как отвлечь ребенка? Вычитайте из журналов «Семья» 2200

4 Перейдите по ссылке на **SHOPKP.RU**

3 Сделайте заказ в разделе «Подписка на издания «КП»

4 Оплатите подписку удобным способом

СКАНИРУЙТЕ



# Скованные одной дозой

Дарья НАУМЕЦ

**В Приморье стартовала массовая прививочная кампания против коронавируса.**

Массовая вакцинация граждан от COVID-19 началась в Приморье в понедельник, 18 января. Люди приходят партиями по пять человек, ставят прививку и надеются, что это поможет им жить более спокойно и свободно. Корреспондент «КП» побывал в первый день кампании в поликлинике №1 и выяснил подробности медицинской акции.

**«НЕ ИСПОЛЬЗУЕМ - ПРИДЕТСЯ ВЫКИНУТЬ»**

Первые робкие пятерки людей - именно по столько принимают граждан, пришедших на вакцинацию от коронавирусной инфекции, - постепенно подтягиваются в поликлинику №1 во Владивостоке, где расположен один из прививочных пунктов. С утра желающих обезопаситься от ковида не так много, и нужное количество пациентов набирается не так быстро. По идее, тем, кто решил на прививку, должно быть назначено конкретное время, но всегда существует вероятность, что кто-то опоздает, заболеет или просто решит не приходить.

Собирать людей по пять человек в одну партию нужно потому, что в одной ампуле вакцины «Гам-КОВИД-Вак» (тот самый Sputnik V) пять доз, которые должны быть исполь-



Дарья НАУМЕЦ



**Препарат хранится в морозильнике при минус 18 градусов.**

**Вакцинироваться теперь может каждый приморец. После укола за пациентами наблюдают, чтобы не было аллергических реакций.**

зованы одновременно. Препарат до вскрытия хранится в холодильнике при температуре минус 18 градусов и повторной заморозке не подлежит. То есть если флакон был открыт, то он должен быть использован разово. Если же все пять доз не будут реализованы, то остатки придется выбросить.

- Мы стараемся, чтобы не было никаких расходов, - рассказала заведующая санитарно-эпидемиологическим отделом Владивостокской поликлиники

№1 Ольга Хмырова. - На сегодняшний день нам дали 300 доз вакцины для всех желающих. Мы планируем принимать около 50 человек в день, и мы почти запланировали весь январь.

Приморцы приходят в поликлинику, получают анкету, заполняют её, а специалисты вносят данные в Федеральный регистр, затем людей осматривает терапевт, который потом делает заключение, можно ли человеку вакцинироваться.

- Абсолютными противопоказаниями у нас является возраст до 18 лет, беременные и кормящие грудью женщины. Также вакцинация противопоказана людям с инфекционными заболеваниями, в острые или хронические периоды обострения болезней и аллергические реакции на введение компонентов вакцины. Кроме того, нельзя прививаться тем, кто в последние 14 дней был в прямом контакте с коронавирусной инфекцией. Мы не знаем, какая может быть реакция у организма, - объяснила эпидемиолог и уточнила, что при наличии антител организм способен справиться с вирусом самостоятельно.

После пациенты проходят по одному в процедурный кабинет, где им ставят прививку. При необходимости человек может остаться в поликлинике под наблюдением на полчаса, для этого открыта палата с креслами и кушетками.

**«ПОД МАСКОЙ ДЫШАТЬ ТЯЖЕЛО»**

Среди первых смельчаков - мужчины в расцвете сил и пенсионерки. Мужчины работают в сфере юриспруден-

ции и постоянно контактируют с людьми, поэтому решили обезопасить и себя, и своих клиентов от возможной угрозы. Бабушки же надеются, что таким образом смогут жить более свободно и спокойно, а также смогут чаще видеться с детьми и внуками.

- Я решил на вакцинацию потому, что это единственный способ попытаться предотвратить эту страшную болезнь. Других пока ещё не придумали, - поделился мнением пришедший в медучреждение адвокат Игорь Гришин. - Я надеюсь, что не заболею, а если заболею, то легко это перенесу. После выработки иммунитета я не смогу заразить окружающих, это важно. Это те две основные причины, которые каждый разумный человек должен держать в уме.

Сергей Дубовик, тоже работающий с людьми, отметил, что всегда прививается от вирусов и инфекций.

- Это, в первую очередь, забота о собственном здоровье. Сегодня я пришёл, завтра планирую прийти родные.

- Я чувствую себя отлично! - с большим оптимизмом говорит 79-летняя пенсионерка Вера Леонтьева. - Мы с мужем прививаемся от всех болезней. Я хочу чувствовать себя свободной. Чтобы не думать, что я пошла за хлебом, мне дали пакет, а там что-то есть. И я хочу общаться с дочерью и внуками. Мы живём рядом, но в основном не видимся. Мы очень соскучились.

Пожилая женщина задала несколько уточняющих вопросов медсестре и продолжила говорить о пользе и необходимости вакцинации.

- Чем больше людей при-

вятся, тем будет всем легче дышать. Под маской-то тяжело! В магазин зайдёшь и весь мокрый становишься. Трудно так жить. Избегаешь людей на улице, вышел и избегаешь. А так сейчас привились и будем спокойно жить и ничего не бояться.

**ПЛАНИРУЕТСЯ ПРИВИТЬ 60% НАСЕЛЕНИЯ**

Первые сутки после вакцинации человек должен наблюдать за своим состоянием и заполнять дневник самонаблюдения на портале «Госуслуги» или же связаться с врачами по телефону. Если приморец почувствует себя неважно, то ему следует вызвать врача и сообщить, что он недавно привился от коронавируса.

- В течение первых суток после первого компонента допускается ломота, дискомфорт, поднятие температуры. У нескольких пациентов температура поднималась до 39, мы давали обычное нестероидное жаропонижающее средство, и пациентам становилось намного легче. После второго компонента практических никаких реакций не было замечено, - объяснил специалист. - Это даже хорошо, так как это сигнализирует о том, что организм запустил процесс выработки антител.

С момента введения первого компонента должен пройти 21 день. Затем человеку должны ввести второй компонент вакцины, после которого вновь необходимо выждать три недели. Организм считается привитым только через 42 дня. В этот период пациенту лучше избегать мест массового скопления людей, переохлаждения, приёма алкоголя и других способов напряжения его иммунной системы.



**Заведующая санитарно-эпидемиологическим отделом Владивостокской поликлиники №1 Ольга Хмырова.**

- Чем больше у нас будет вакцинированных людей, тем больше будет иммунная прослойка населения, тем больше мы будем сдерживать инфекцию. Это возможность побороть коронавирус. Планируется, что будет вакцинировано шестьдесят процентов населения, и какая-то часть переболеет. Благодаря этому мы будем сдерживать инфекцию, - подчеркнула Хмырова.

## ВАЖНО

**Записаться на бесплатную прививку от COVID-19 можно по следующим адресам:**

- Арсеньевская горбольница - Арсеньев, ул. Ломоносова, 2. Тел.: 8(42361) 4-30-00
- Находкинская горбольница - Находка, ул. Пирогова, 9. Тел.: 8(4236) 64-04-05
- Уссурийская центральная горбольница - Уссурийск, ул. Комарова, 55. Тел.: 8(4234)34-20-82
- Дальнереченская центральная горбольница - Дальнереченск, ул. Ленина, 34. Тел.: 8(423) 562-54-65
- Дальнегорская центральная районная больница - Дальнегорск, проспект 50 лет Октября, 94. Тел.: 8(42373) 3-32-24
- Октябрьская центральная районная больница - Покровка, ул. Красноармейская, 9. Тел.: 8(423) 445-51-52
- Артемовская горбольница №1 - Артем, ул. Партизанская, 13. Тел.: 8(423) 374-34-79
- Спасская городская поликлиника - Спасск-Дальний, ул. Ленинская, 29. Тел.: 8(423) 522-06-38
- Поликлиника Владивостока №1 - ул. Уткинская, 7. Тел.: 8(423) 240-79-11, 8(423) 245-15-36, 8(423) 240-63-86, 8(423) 222-11-18, 8(423) 240-79-27
- Поликлиника Владивостока №6 - ул. Борисенко, 29. Тел.: 8 (423) 263-86-45
- Поликлиники Владивостока №9 - ул. Адмирала Горшкова, 3. Тел.: 8 (423) 278-84-40



# Форшмак, супы, салаты и традиционная жаренка

Милана СОКОЛ

Чем удивляют приморцев на гастрономическом празднике «Фестиваль корюшки».

Организаторы «Фестиваля корюшки», который уже стал доброй традицией в Приморье, в этом году расширили не только географию, но и меню. Помимо любимой жителями края главной зимней рыбки региона - корюшки, гостей гастрономического праздника также угостят блюдами из наваги. Участие в кулинарном пире в этом году принимает 21 ресторан от 12 брендов. Это заведения не только из Владивостока, но и из Артема, Уссурийска и Находки.

- Основная миссия нашего проекта - оставить у дальневосточников право на наши же продукты и сделать так, чтобы люди не забывали свои гастрономические традиции, а также открывать им новые вкусы и блюда. К сожалению, сейчас люди редко жарят корюшку и навагу дома, потому что это трудоемкий процесс, и к тому же многих смущает запах. Можно сказать, что наличие культовой зимней рыбы в ресторанном меню - это шанс сохранить преемственность традиции, особенно для молодежи. С каждым фестивалем шеф-повара совершенствуют навыки, получая креативный вызов. Мы с удовольствием наблюдаем за созданием новых блюд и сочетаний, развивая гастрономический потенциал, - рассказала **руководитель проекта развития дальневосточной кухни Pacific Russia Food Татьяна Заречнева.**

По многочисленным просьбам гостей к фестивальному меню в этом году добавили навагу. Это не обязательное



Милана СОКОЛ

Компанию плюшевым корюшкам Игорю и Лене, символам фестиваля, в этом году составила навага Зинаида Петровна.

условие, но в некоторых ресторанах она будет. Все желающие смогут попробовать навагу горячего копчения с вялеными томатами, корюшку в сливочном соусе, с томатной сальсой, форшмак, маринованную корюшку с овощным тартаром, супы и салаты, а также десятки других блюд из рыбы.

Повара постараются удивить клиентов совершенно новым исполнением и необычной подачей. И, естественно, ни одно фестивальное меню не обойдется без классической жареной корюшки по специальной промоцене: 100 граммов хрустящей рыбки за 100 рублей.

- В этом году фестиваль пройдет не только в ресторанах, но и под откры-

тым небом. 23 января на набережной Спортивной гавани состоится «Народная рыбалка». В спортивный праздник интегрируется и «Фестиваль корюшки». Вместе с АНО «Туристско-информационный центр» Приморского края организуем городское событие. На разных площадках будут проходить

## ОФИЦИАЛЬНО

В число участников фестиваля вошли следующие заведения:

- Syndicate-Port Cafe
- Tokyo (во Владивостоке, Артеме, Находке и Уссурийске)
- Billy's Pub
- Gastroli Grill
- Миллионка
- Tooman
- Brugge Pub
- HUNTER cafe and bowling
- Alaska Urban Grill
- Пхали-Хинкали
- PastaMORE
- GUSTO

различные событийные мероприятия. Планируем в этот день собрать всех поваров ресторанов, которые принимают участие в нашем фестивале, и попросить их пожарить на одном мангале 1000 порций свежельвленной рыбы для гостей праздника, - поделилась **руководитель отдела событийного маркетинга проекта развития дальневосточной кухни Pacific Russia Food Галина Цесарская.**

Стоит отметить, что организаторы в очередной раз подошли творчески к фестивалю и выбрали для него забавные символы. Компанию плюшевым влюбленным корюшкам Игорю и Лене, которые стали звездами инстаграма в прошлом году, составила свекровь Зинаида Петровна (навага). Идеи вдохновители обещают вовлечь в интерактивную историю с рыбками гостей гастрономического мероприятия.

Напомним, «Фестиваль корюшки» продлится в Приморье до 24 января.

## ■ СВЯТО МЕСТО

### В ночь на 19-е при минус 19

Сергей БАЛАНОВ

Злые морозы не напугали многих верующих да и просто желающих испытать себя в проруби на Крещение.



Сергей БАЛАНОВ

Прорубь на Юбилейном пляже во Владивостоке в ночь на Крещение.

Православное Приморье отметило праздник Крещения Господня в ночь на 19 января традиционными окупаниями в купели, несмотря на лютые морозы. Во Владивостоке в полночь было минус 19 градусов, которые при порывах ветра ощущались гораздо холоднее. Однако проруби не пустовали.

Нужно отметить, что в некоторых регионах России гражданам даже грозили штрафами за купание в проруби в эту ночь, запрещали организовывать купели. Однако в Приморье

подошли к этому вопросу лояльнее.

Например, у проруби на Юбилейном пляже сотрудники МЧС организовали отапливаемые палатки для переодевания, установили деревянные лестницы и дежурили у воды, помогая каждому зайти и выйти. Рядом дежурили полиция и

медработники.

Традиционно возможностью окунуться в прорубь воспользовались не только верующие, которые крестятся, заходя в воду, но и просто любители острых ощущений, которые испытывают себя на прочность или просто хотят сделать фото в воде.

**РАДИО КОМСОЛЬСКАЯ ПРАВДА**  
radiokp.ru

**КП RU**

## АВТОПРОБЕГ «ГОРНОЛЫЖНЫЕ ТРАССЫ ПРИМОРЬЯ»

### 18-24 ЯНВАРЯ

Следите за автопробегом на сайте DV.KP.ru

И по тегу в соцсетях #ГОРНОЛЫЖКИПРИМОРЬЯ





# Нас белорусило НО МЫ НЕ СДЗЮБИЛИ



Евсения Гусева/КП - Москва

**Число гастарбайтеров сократилось вдвое.  
Но они рады: расценки на их услуги растут.**

Такого года, как 2020-й, наверное, хватило бы на целую жизнь. А ведь он и был-то всего на день длиннее обычного - високосный...

футболист. И молодец, что не стал кормить хакеров (их так и не поймали). Но сколько теперь Дзюба ни забей голов, а припоминать ему будут именно эту «игру рукой».

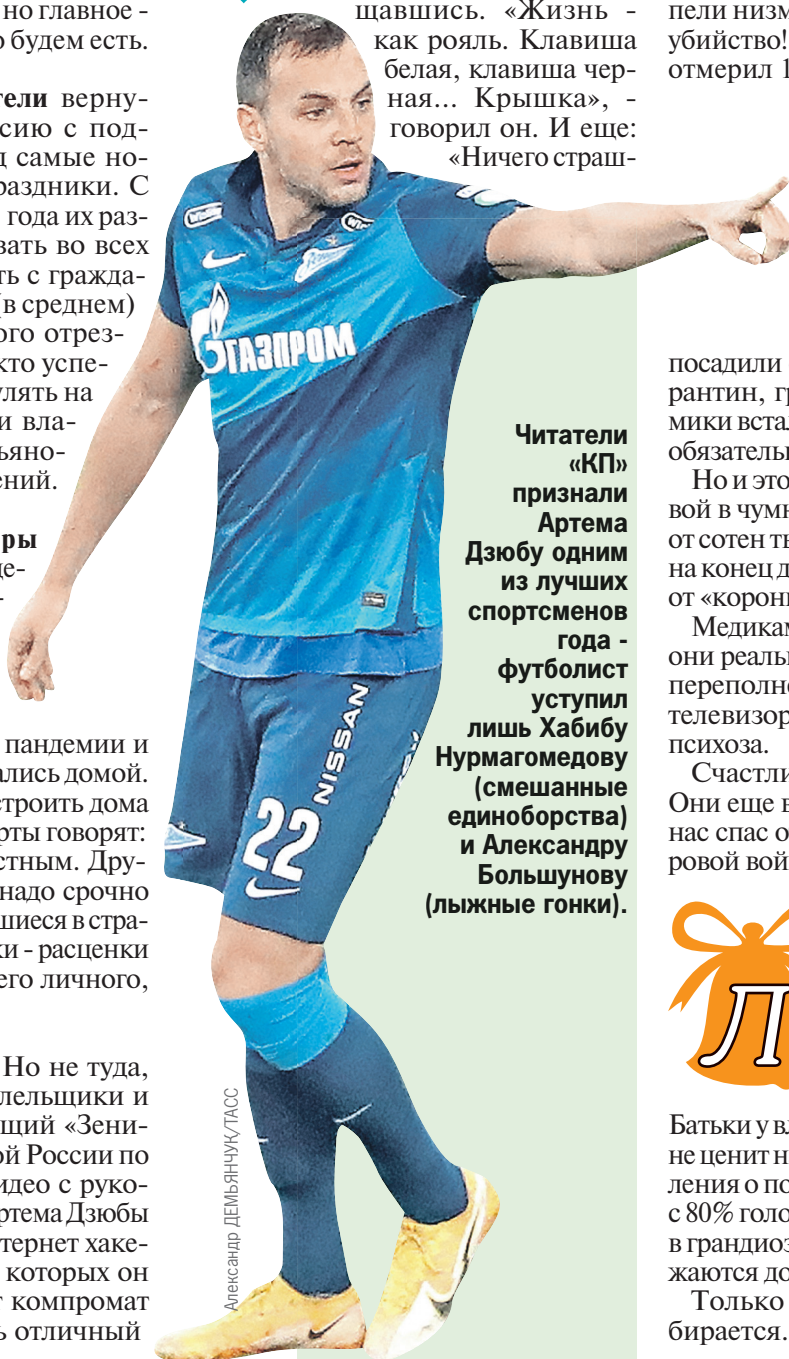
**Е**

**Ефремов** - любимец публики, актер, игравший пьяниц, как не мог никто. Потому что таким был и в жизни. Даже в тот роковой день, когда за рулем своего джипа в центре Москвы протаранил фургончик простого рязанского курьера Захарова. Курьер не выжил. А Ефремов даже из суда над собой устроил спектакль с битвой гламурных адвокатов **Пашаева** и **Добровинского**, приехавших на процесс на «Майбах» и самокатах. И получил 8 лет колонии.

Но и там актеру прочат блатную должность завклубом. Лицедейство продолжается?

**Ж**

**Жванецкий** - этот непревзойденный пересмешильник нашей жизни ушел из нее, не попрощавшись. «Жизнь - как рояль. Клавиша белая, клавиша черная... Крышка», - говорил он. И еще: «Ничего страш-



**Читатели «КП» признали Артема Дзюбу одним из лучших спортсменов года - футболист уступил лишь Хабибу Нурмагомедову (смешанные единоборства) и Александру Большунову (лыжные гонки).**

Александр Демьянчук/ТАСС

ного, если над тобой смеются. Гораздо хуже, когда над тобой плачут». Мы будем смеяться, Михаил Михайлович.

**З**

**Зум (Zoom)** - вы тоже вздрагиваете от этого слова? А кто его знал до 2020-го, когда свидания, совещания и уроки были вживую? Мир перевернулся, унеся всю учебу и офисную работу в онлайн. На удаленку. В этот интернет-суррогат нашей жизни. И что обидно: производительность труда не упала. А значит, полного возврата в офисы уже не будет никогда. Просто то, что должно было случиться лет через 10 - 20, грянуло здесь и сейчас.

**И**

**Историк Соколов**, считавший себя реинкарнацией Наполеона, расцелил свою любовницу, студентку из провинции.

И пытался утопить части тела в реке, в самом центре Петербурга. Эта драма потрясла страну - как же так, в наши дни среди блистательных декораций бонапартовских балов кипели низменные страсти и творилось убийство! «Наполеону» Соколову суд отмерил 12 лет колонии.

**К**

**Коронавирус** - невидимый глазу убийца - пустил под откос весь год и весь мир. Почти все правительства

посадили свои страны на жесткий карантин, границы закрылись, экономики встали, а маски и перчатки стали обязательными, как паспорта.

Но и это макание человечества головой в чумное средневековье не спасло от сотен тысяч жертв. Только в России на конец декабря уже 55 тысяч смертей от «короны».

Медикам раздадут ордена и надбавки, они реально герои года. Но больницы переполнены, скорые перегружены, телевизор и интернет раскалены от психоза.

Счастливы только конспирологи. Они еще весной объявили: этот вирус нас спас от готовившейся третьей мировой войны. Спасибо, успокоили...

**Л**

**Лукашенко** стал в 2020-м одним из немногих правителей в мире, отказавшихся вводить карантин. Но белорусов, подуставших от 26-летнего нахождения

Батьки у власти, это лишь раззадорило: не ценит наше здоровье. И после объявления о победе Лукашенко на выборах с 80% голосов Белоруссия погрузилась в грандиозные протесты. Они продолжаются до сих пор.

Только Батька сдаваться не собирается. Он жестко разгоняет де-

## Андрей СЕДОВ

«КП» собрала главные события прошедшего нами 2020-го в «Алфавит года».

И первой буквой в нем, конечно, должна была бы быть «К»: «Коронавирус», «Карантин», «Кризис», «Карабах»...

Но русский алфавит сильнее даже этих напастей. Давайте вспомним все, что с нами было за год, по заученному с детства порядку.

**А**

**Азербайджан и Армения** схлестнулись в древнем споре - чей Карабах. 26 лет назад его отвоевали армяне. Баку с этим не смирился. Копил военные силы, заручился поддержкой Турции и выждал момент, когда к власти в Ереване придут политики, критикующие Россию - главного защитника Армении. И грянула война. За 1,5 месяца она унесла жизни 5 тысяч бойцов. Но когда Ереван был уже в шаге от поражения, Россия вмешалась и остановила бойню, введя в Карабах 2000 миротворцев.

При этом Москва смогла не рассориться ни с Ереваном, ни с Баку. Ни даже с Турцией.

А Франции и США, безуспешно «мирившим» до этого армян с азербайджанцами, осталось лишь присвистнуть - как молниеносно и четко Россия сделала то, что не вышло у них.

**Б**

**Борщ** раздора закипел между русскими и украинцами. «Это наше национальное достояние!» - вскричали на Украине, когда в соцсетях выложили фото «русского борща». Оказалось, есть борщ полтавский, московский, питерский... А тот, который мы все знаем с детства,

вообще «советский», варившийся в столовых от Бреста до Сахалина по единому рецепту.

Борщ разный и общий, но главное - вкусный, был, есть, и его будем есть.

**В** **Выгрезвители** вернулись в Россию с подвохом - под самые новогодние праздники. С 1 января 2021 года их разрешено открывать во всех регионах страны. И брать с гражданина 1,5 тысячи рублей (в среднем) за сутки принудительного отрезвления. Теперь вопрос: кто успеет быстрее? Народ - погулять на длинных каникулах или власти - распахнуть двери пьяно-приемных учреждений.

**Г**

**Гастарбайтеры** превратились в дефицит. Невиданное дело! МВД подсчитало, что их в России стало

в два раза меньше. Из-за пандемии и кризиса они массово убралась домой. А убраться во дворах и строить дома теперь кому? Одни эксперты говорят: это шанс дать работу местным. Другие - что гастарбайтеров надо срочно возвращать. И лишь оставшиеся в стране мигранты потирают руки - расценки на их работу растут. Ничего личного, закон рынка.

**Д**

**Дзюба** попал! Но не туда, куда хотели болельщики и сам нападающий «Зенита» и сборной России по футболу. Видео с рукоблудством Артема Дзюбы вбросили в интернет хакеры-вымогатели, у которых он отказался выкупить этот компромат за \$5 миллионов. И ведь отличный



# И карабахало, и не заплакали

монстрантов ОМОНОм и потрясает автоматом у ворот своей резиденции. Бронежилет и каску надел даже его 16-летний сын Коля.

Но больше всего в этом котле с горячей картошкой не позавидуешь России. Она на стороне белорусского народа, но против революции по сценарию Запада. Москва дает Батьке кредиты, чтоб страна не рухнула, но просит пойти на диалог с обществом.

Когда в Белоруссии наступит развязка?

Возможно, уже в 2021-м?

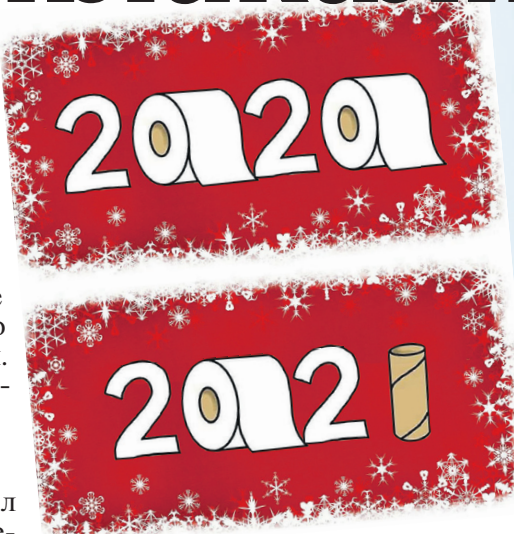
**М** Мишустин сменил Медведева в кресле премьера. Что было полной неожиданностью. Мало кто мог предсказать такой взлет карьеры скромного главы Налоговой службы, известного внедрением цифровых технологий. И совсем уж никто не смог бы шепнуть на ухо Михаилу Владимировичу, с чем ему придется столкнуться: управлять правительством, как на пожаре - в режиме пандемии и падения цен на нефть. Не позавидуешь. Но, кажется, ни у народа, ни у президента к Мишустину за год претензий нет. Что уже достижение.

**Н** Навальный закрутил такой детектив со своим «отравлением», что он все больше похож на цирковой номер. Да, оппозиционер две недели пролежал в коме. И это не симуляция. Но если его травил самым мощным в мире боевым ядом «Новичок», почему не стало плохо никому вокруг Навального? А когда всплыла версия, что ему натерли ядом труссы, все окончательно превратилось в клоунаду.

Правда, санкции за покушение на себя Навальный просит у Запада в адрес России реальные. И их уже вводят.

**О** Основной Закон страны - Конституция России - впервые обновился. Люди голосовали за поправки в узком окошке между первой и второй волной коронавируса. И дали больше полномочий парламенту, запретили отчуждать территорию России (сдать Крым теперь - преступление!), сделали индексацию пенсий обязательной и много чего еще. Но для многих главным стало то, что Путин сможет избираться в президенты снова в 2024 году. А будет ли? Сам он говорит, что пока не решил.

**П** Парад Победы должен был стать особым - юбилейным. Из-за вируса перенесли даже его! Но все-таки провели. Не 9 Мая, а 24 июня - в день, когда в 1945-м состоялся первый Парад Победы, а к Мавзолею кидали штандарты поверженной гитлеровской Герма-



нии. Зато страна вспомнила, что в ее истории была и такая славная дата.

**Р** Рубль рухнул. Если забыли, год назад за доллар давали 62 рубля. Сейчас - 75. Осенью было и 80. А что вы хотели, если вирус подрубил и экономику, и главных кормильцев бюджета России - нефть с газом. Да, Родине будет чуть легче платить пенсии и зарплаты бюджетникам. Но купить на эти зарплаты и пенсии можно уже меньше.

**С** «Спутник V» сейчас так же известен миру, как и первый космический спутник Земли. Он был советским. И спустя 60 лет Россия снова выиграла гонку, раньше других стран зарегистрировав свою вакцину от коронавируса. Вот говорите что хотите, а это реальный прорыв и доказательство, что мы еще великая держава, а не страна третьего сорта. И это надежда на скорый выход из пандемии.

**Т** Трамп - всё! Этот рыжий «агент Москвы», в честь избрания которого президентом США четыре года назад в Госдуме пили шампанское, умудрился ввести против России столько санкций, сколько не смог ни один из его предшественников. Продать Украине столько оружия, что Обаме и не снилось. И проиграл-то он Байдену как-то по-детски, не сумев защитить себя и Америку от фальсификаций. Может, хоть теперь придет в Москву, доложит, почему не справился?

**У** Уборщица из костромского захолустья Марина Удгодская выиграла выборы главы своего села Повалихино. Бывший (теперь) глава - матерый единокорос попросил Марину отложить швабру и побыть техническим кандидатом, для видимости. А она возьми и победи! Учись, Трамп!

В Повалихино повалили толпы репортеров, британская Би-би-си, Соб-



Коронавирус так всех достал, что стал излюбленной темой для шуток.

чак на вертолете. Уборщицу уже двигают в Госдуму... Но Золушка вся Русь пока держится стойко и обещает не оставлять родное село. Все переживает, справится ли с должностью. Пусть у нее все получится!

**Ф** «Фургал! Фургал!» - кричал все лето на улицах Хабаровск. В Москве явно не ждали, что этот далекий край так здорово обидится на грубый арест своего губернатора. И ведь обвиняют Сергея Фургала не в банальном воровстве, а в организации убийств! И в Хабаровске в это даже склонны верить. Но то ли особый дальневосточный характер, привыкший к суровостям местной жизни, то ли накопленные обиды на высокомерную Москву не дают (до сих пор!) хабаровчанам быстро и покорно смириться.

**Х** Хабиб - 32-летний выходец из Дагестана, чемпион мира по смешанным единоборствам и кумир кавказской молодежи выиграл свой последний бой и объявил о завершении карьеры. Перед этим у Хабиба Нурмагомедова умер от коронавируса отец, который был одновременно и его тренером.

**Ц** «Цены на продукты пандемией не объяснишь! При чем тут пандемия?» - обрушился Путин на министров в начале декабря, обнаружив, что сахар подорожал на 72%, подсолнечное масло - на 24%, а мука - на 16%. Ведь это все вдоволь производится внутри России и даже идет на экспорт. Правительство, аграрии и торговля взяли под козырек и обещают заморозить цены на первый квартал 2021 года.

**Ч** Чубайс уволен из «Роснано», где его все запомнили с бравурным спичем на новогоднем корпоративе: «У нас много денег. Вот просто много. Всем двойную премию». Но народ имел зуб на этого «всероссийского раздражителя» еще со времен приватизации, когда Чубайс всем раздал ваучеры, как он говорил, ценой по две «Волги». Но кто-то скупил на них заводы, а большинство не получило ничего. В лучшем случае меняли на ящик водки. Так что увольнение

Чубайса многие приняли с плохо скрываемым удовлетворением.

Впрочем, Анатолий Борисович и тут проявил непоколебимость - получил диковинную должность спецпредставителя по связям с международными организациями. Что это за синекюра, скоро увидим.

**Ш** Шоу-бизнес разразился плачем: «Концерты отменены, государство, дай помощь, бедствуем!» Государство тактично смолчало. А «благодарные зрители» припомнили звездам все их лимузины, дворцы, бриллианты и перья напоказ. «Зажрались! Пусть поживут хоть годик как остальной народ», - раздалось в соцсетях. Вон и хулиган Шнур ушел в журналисты-продюсеры и зайчиком, без мата задает вопрос президенту. И «Дом-2» то ли закрывается, то ли съезжает на другой канал с понижением зарплат... Время такое, дорогие наши звезды, не до шоу...

**Э** Экологические катастрофы сотрясали страну весь год. То в Норильске прорвет резервуар с топливом, и оно выльется в тундру. То у Камчатки начнутдохнуть рыбы и крабы... «Караул!» - изрекает все-российская скамейка у подъезда - наш интернет. - Наказать виновных!» На крыльях скорой расправы летит Гринпис. И выясняется: главный виновный - глобальное потепление. Оно точит мерзлоту на Севере, оно плодит ядовитые водоросли в океане. Не хотите катастроф? Закройте кран, выключите свет, не мусорьте. Начните с себя. Если сможете.

**Ю** Юбилей «Комсомольской правды». Да, нам стукнуло 95! А кто даст? Крупнейшая в стране газета и самый популярный новостной сайт kp.ru, Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM) - это все мы. Но юбилей - в мае - выпал на самый разгар пандемии. Праздник прошел с лозунгом: «Мы еще погуляем!» Вот доживем до 100 и тогда - даже не сомневайтесь.

**Я** «Я пережил этот 2020-й» - такую медаль впору выдать нам всем, выдержавшим уходящий год.





# В стране появятся «миллионеры из хрущоб»

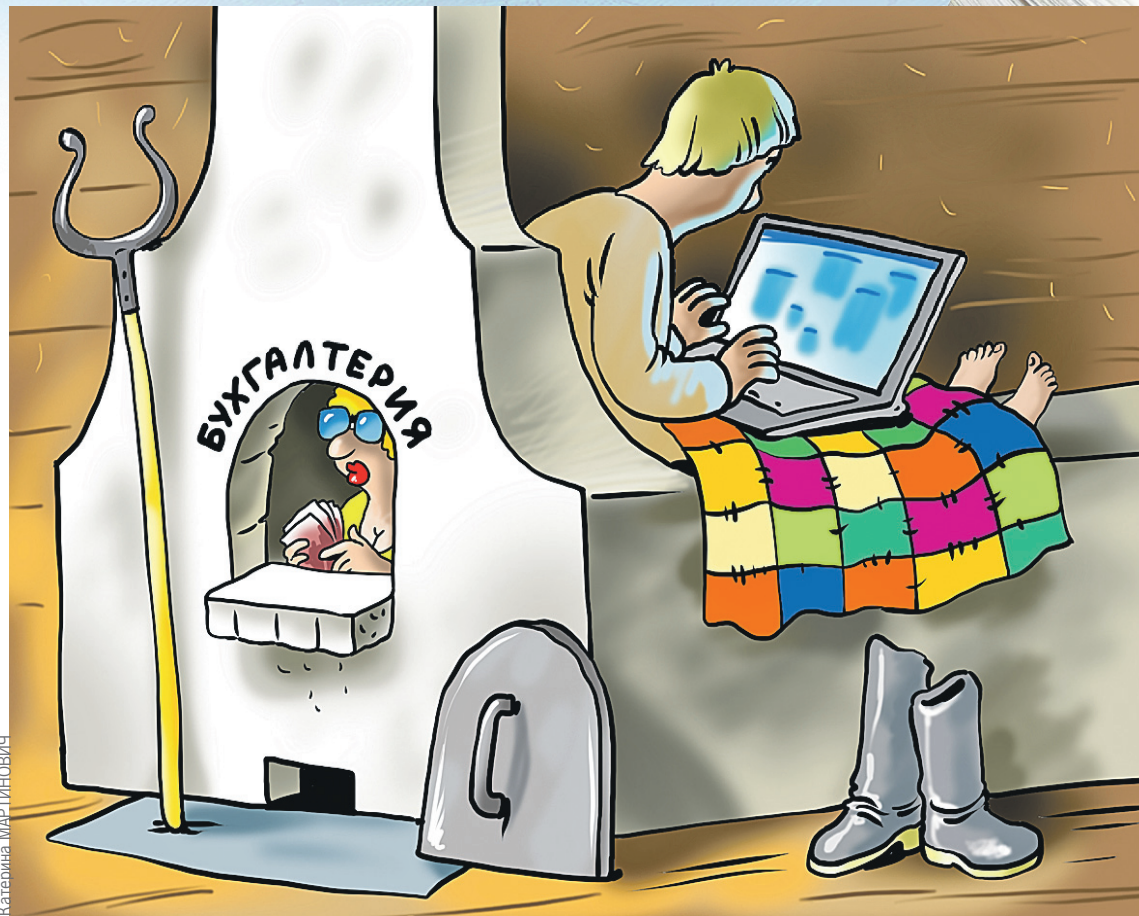
Арсений ФЕДОТКИН

**Эффект пандемии:** таланты из глубинки теперь могут получать столичные зарплаты, не покидая дома.

Коронавирус перевернул рынок труда. За минувший год в 2,5 раза выросло число предприятий, сокративших персонал. При этом спрос на ряд специальностей вырос вдвое. При общем упадке доходов россиян все чаще появляются вакансии с зарплатой от 150 тысяч до 1 миллиона рублей, а ведущие российские компании теперь предлагают удаленную работу людям из регионов.

## ДЕНЬГИ В СЕТИ

Карантин заставил бизнес выйти в интернет: онлайн-продажа услуг, образование, развлечения, торговля прибавили в продажах за май - декабрь от 30 до 80%. Чтобы достичь столь высоких цифр выручки, сократить ненужные расходы, быть конкурентоспособной, любой компании нужна сильная ИТ-команда: от программиста до специалиста по информационной безопасности. Уже много лет наша страна испытывает кадровый голод в сфере информационных технологий, а за время пандемии спрос на таких специалистов вырос еще на 20%. Сейчас это самый неукомплектованный сегмент рынка труда с



Катерина МАРТИНОВИЧ

огромными перспективами. На 10 проектов работодателей всего несколько кандидатов, которые ставят свои условия и выбирают, к кому идти работать.

**Зарплаты айтишников стабильно растут на 10% в год вне зависимости от состояния экономики страны. А в 2020 году они подскочили на 20 - 30%. Средние зарплаты в этой отрасли сейчас составляют 180 - 250 тысяч рублей, если речь идет о лучших ра-**

ботодателях. Шансы попасть в крупную компанию есть у кандидатов вне зависимости от места проживания, потому что ряд крупнейших компаний России начали набирать специалистов на удаленку, хотя раньше предпочитали видеть сотрудников исключительно в офисе. Сегодня можно работать на ведущие мировые компании из самого отдаленного города России и получать зарплату в валюте работодателя, что еще боль-

ше увеличивает личный доход.

## ВСЕ НА УДАЛЕНКУ

**С 1 января в России вступил в силу закон об удаленной работе.** За прошедшие май - август треть российских компаний увеличили сотрудников в режим «офиса на дому», в итоге количество запросов на удаленных работников выросло в разы.

**Из дома теперь, кроме айтишников, могут работать маркетологи, юристы, бухгалтеры, рекрутеры** - количество этих вакансий с удаленным графиком работы выросло во много раз.

**Не перейдут на удаленку компании, где необходимо присутствие сотрудников: фарминдустрия, медицинская отрасль, транспортные и логистические компании, предприятия тяжелой промышленности, госсектор, бытовые услуги.** Трудно полностью работать из дома сотрудникам предприятий общественного питания, сферы развлечений, спорта и отдыха.

## ЭЛЕКТРОННОЕ ТРУДОУСТРОЙСТВО

Еще один актуальный тренд - электронные трудовые книжки и электронные подписи. Сегодня для оформления на работу кандидатам необязательно при-

## ПРОГНОЗЫ

### Что год пришедший нам готовит

**1** Текущая ситуация на рынке труда не предвещает кардинальных изменений. **Рост зарплат должен сохраниться на декабрьском уровне в первой половине 2021 года.**

**2** Из глобальных изменений, которые могут коснуться сотрудников крупных компаний, - **массовый переход на постоянную удаленку.** В мае - августе 2020 года ряд ведущих компаний страны заявляли о таких планах, но потом решили повременить. Вместе с тем на постоянный удаленный режим сотрудников перевели международные компании Facebook, Dropbox, Microsoft. Если российские компании смогут надежно защитить свои данные и снизить риск угрозы утечки корпоративной информации при работе персонала из дома, а также российские менеджеры смогут признать удаленный труд, то есть все шансы наблюдать миграцию офисных сотрудников по домам и в России.

**3** Учитывая то, что COVID-19 окажет свое влияние на рынок труда еще как минимум два года, **можно прогнозировать по-прежнему высокую потребность рынка в медиках, специалистах фарминдустрии, электронной коммерции и информационных технологий.**

ходить в офис, все собеседования проходят удаленно, и записи в трудовую книжку вносятся с компьютера.

## ЗОЛОТЫЕ ВАКАНСИИ

За время пандемии на рынке появилось несколько вакансий из сферы информационных технологий с зарплатой в 1 миллион рублей и более. На позицию могли претендовать не только столичные соискатели. Итогом пандемии стал высокий интерес работодателей к региональному рынку специалистов.

По данным HH.ru, на первом месте по числу вакансий с удаленным графиком работы сфера информационных технологий - 10 916 вакансий, на втором месте услуги для бизнеса - 1064 позиции, и 993 вакансии предлагается в онлайн-образовании.

В первую волну коронавируса отмечали небывалый рост спроса на услуги курьеров и логистов:

**плюс минимум 250% по сравнению с прошлым годом.**



## КОНКРЕТНО

**КТО ТЕПЕРЬ ТРЕБУЕТСЯ И У КОГО РАСТУТ ЗАРПЛАТЫ**



Также в мае - августе возрос спрос на медиков - потребность в них составила **плюс 130%, в декабре - плюс 67%.**



По-прежнему необходимы айтишники, а также специалисты, способные вывести предприятия из кризисных показателей, - **рост спроса на них увеличился до 15 - 30% по сравнению с допандемийным уровнем.**

**Также минимум на 15% вырос спрос на инженеров** - проектировщиков для современных умных заводов. Крупные ведущие предприятия страны переходят на автоматизированное производство, и им требуются специалисты, способные работать с цифровыми системами.



Рост зарплат ввиду дефицита кадров показала ИТ-отрасль - плюс 30%, доходы медиков отчасти благодаря поддержке государства выросли минимум на 20%, часть крупных банков страны также подняла зарплаты своим сотрудникам, и их доход увеличился минимум на 12%. Благодаря возможности работать удаленно региональные специалисты теперь получают столичные зарплаты и могут работать даже на международные компании, благодаря чему доход региональных специалистов вырос минимум на 50 - 200%.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Все новости, полезную информацию и аналитику читайте на сайте в разделе «Экономика»



Алексей ОСИПОВ

Американцы и израильтяне трубят о контактах с инопланетянами.

Психологи, уфологи и журналисты давно заметили, что в смутные времена всяких там эпидемий или природных катаклизмов уставшее от однообразных новостей человечество внезапно переключается на разговоры о существовании внеземных цивилизаций. Раз врачи не разрешают контакты даже с близкими людьми, начнем контактировать с существами из далеких миров!

В СМИ сразу появляются многочисленные сообщения, фото и видеоролики с летающими тарелками, а сотни свидетелей уверяют, что лично встречались с человечками, прилетевшими на Землю с других планет.

СПЕЦСЛУЖБЫ И ЗЕЛЕННЫЕ ЧЕЛОВЕЧКИ

Но свидетель свидетелю, как известно, рознь. И как не верить, например, бывшему директору ЦРУ?

Джон Бреннан руководил Центральным разведывательным управлением США при президенте Барак Обама. И вот заявил о своей уверенности в том, что во Вселенной существует другая, как минимум еще одна форма жизни.

- Думаю, что некоторые из явлений, которые мы видели, остаются необъяснимыми и на самом деле могут быть явлением какого-то типа, которое является результатом чего-то, чего мы еще не понимаем и что может включать вид деятельности, который, по мнению некоторых, составляет иную форму жизни, - внезапно выдал он на-гора.

ВВС ПРОТИВ ЛЕТАЮЩИХ ТАРЕЛОК

Основания полагать именно так у Бреннана есть уже хотя бы потому, что по долгу службы он, как глава разведывательного ведомства, имел доступ к документам, так или иначе подтверждающим существование НЛО.

«Комсомолка» рекомендует:

КНИГА ЕВГЕНИЯ САЗОНОВА «ТУНГУССКИЙ МЕТЕОРИТ. ГЛАВНЫЕ ЗАГАДКИ ТАИНСТВЕННОГО НЛО»

30 июня 1908 года в 7 часов 14 минут по красноярскому времени небо над Подкаменной Тунгуской внезапно озарилось невероятно ярким сиянием. Книга Евгения Сазонова рассказывает о космическом пришельце и выдвигает новую гипотезу его появления, которая была проверена во время двух последних экспедиций, организованных «Комсомолкой» и Русским географическим обществом в эпицентр событий.

Приобретайте в книжных магазинах, на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru) и на [labirint.ru](http://labirint.ru).

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781 ООО «Лабиринт.РУ», Москва, ОГРН 1077764644264.



Возможно, наконец-то мы получили ответ на вопрос, одиноки ли мы во Вселенной.



ЦРУ и инопланетяне

- Я видел некоторые видео, снятые нашими пилотами, и они вызывают удивление. Сначала кажется, что увиденное - визуальные эффекты, но это не так, - заверил экс-глава ЦРУ.

Эти видеоролики видел не только Бреннан. Они странным образом в прошлом году утекли в сеть, хотя предназначались исключительно для служебных целей.

Несколько лет назад летчики США трижды гнались за неопознанными объектами. Велась видеосъемка, для изучения кадров которой была создана специальная и весьма засекреченная комиссия.

Предположительные контакты с НЛО были во время тренировочных полетов у восточного побережья США, между Вирджинией и Флоридой. Взлетали истребители с палубы авианосца «Теодор Рузвельт».

Пилоты и специалисты, изучавшие снятое, описывали НЛО по-разному: шар с кубом внутри, яйцо с поперечником, черные волчки.

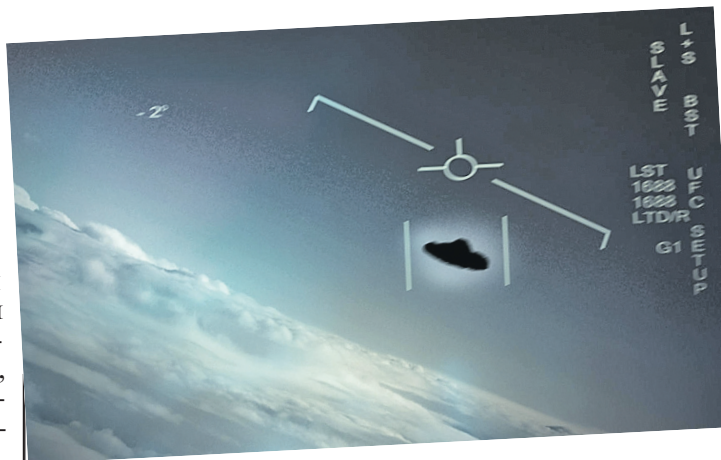
СОГЛАШЕНИЕ С ПРИШЕЛЬЦАМИ

Бывший расследователь НЛО при Пентагоне Ник Поуп тоже видел эти кадры и некоторые документы и отчасти согласен с Бреннаном. Он сказал, что «комментарии Бреннана интригуют, учитывая его прежнюю должность».

Кстати, Поуп получил свой пост почти сразу после того, как американское военное ведомство признало, что за несколько лет потратило 22 миллиона долларов на так называемую Расширенную программу идентификации авиационных угроз.

Проект, разумеется, был секретным, и целью его было изучение НЛО.

Деньги успешно потратили, а НЛО так и не нашли, выпустив итоговый отчет, в котором говорится, что разного рода «воздушные явления, которые можно наблюдать на видео, являются неопознанными». Также программа оставила после себя кучу документов,



Эту запись сделали американские летчики во время преследования НЛО в 2014 году (видео смотрите на kp.ru).

в которые мечтают хоть краем глаза взглянуть уфологи всего мира. Похоже, что в ближайшее время Пентагон снова запросит из бюджета США немалые деньги на изучение того, что, по его же собственному мнению, является всего лишь неопознанным.

Масла в огонь подлил бывший руководитель космической программы Израиля Хаим Эшед. Он заявил: инопланетяне не только существуют, но и ведут активные переговоры с человечеством в лице... правительства Соединенных Штатов.

Эшед рассказывает журналистам, что представители некоей Галактической федерации попросили правитель-

ство США пока не раскрывать данные о существовании внеземных цивилизаций, поскольку человечество к этому еще не готово.

- Есть соглашение между правительством США и пришельцами. Они подписали с нами контракт на проведение здесь экспериментов. Они тоже исследуют и пытаются понять всю структуру Вселенной и хотят, чтобы мы были помощниками. Они ждали, пока человечество разовьется и достигнет стадии, когда мы в целом поймем, что такое космос и космические корабли, - вздох делится известными

только ему подробностями Эшед. - На Марсе существует секретная база пришельцев, в которой уже побывали американские астронавты. Но наш уровень развития пока не позволяет сделать эту информацию открытой. Инопланетяне попросили не объявлять, что они здесь, потому что человечество еще не готово.

В пресс-службе израильского правительства, которое атакуют журналисты со всего света, охотящиеся за новыми подробностями, на свободу слова отставного чиновника не покушаются, но деликатно напоминают всем, что 87-летний Эшед, мягко говоря, давно не молод.

А ЧТО ГОВОРЯТ НАШИ?

Заместитель координатора российского общества «Космопоиск» Александр ПЕТУХОВ:

- Видео не может быть доказательством по определению в связи с современными технологиями. Даже мы не занимаемся анализом видео, если нет, во-первых, профессиональной экспертизы, а во-вторых, показаний очевидцев. Если человек показывает, как он снял

на телефон прыгающую точку на небе, то это не доказательство.

Самое интересное то, что доказательствами существования внеземных цивилизаций не обладает никто. Если даже кто-то найдет винтик или гайку от пресловутой летающей тарелки, то доказать происхождение этой детальки будет крайне сложно.

У каждой страны есть государственная тайна. Если эксперт говорит, что эта деталь сделана не у нас, он основывается на

тех данных, которые у него есть. Но при этом он может не знать о тех материалах для производства, которые имеются и используются в других странах.

Что же касается России, то мы допускали возможное существование внеземных цивилизаций, что где-то очень далеко жизнь может быть, но контакта с ней у нас нет и, скорее всего, не будет, по крайней мере по инициативе землян. Слово «допускать» не предполагает, что какой-то контакт когда-нибудь был.



Анна ДОБРЮХА

Один из ведущих экспертов по COVID-19 оценил вероятные варианты развития эпидситуации при распространении вируса из Соединенного Королевства.

Новый штамм коронавируса, который тревожит ученых и врачей своей повышенной заразностью, обнаружен в Великобритании в сентябре прошлого года. С тех пор его зафиксировали в нескольких десятках стран мира. На днях о прибытии «британки» и к нам сообщила глава Роспотребнадзора Анна Попова. Пока, правда, объявлено лишь об одном случае заражения россиянина, прилетевшего из Соединенного Королевства. Его биоматериал, взятый из носа и ротоглотки, не просто проверили ПЦР-тестом, но и провели секвенирование, то есть полноценную расшифровку генома выделенного коронавируса. Процедура эта отнюдь не рутинная, недешевая и просто так пациентам не выполняется. Как предполагают источники «КП», либо это был VIP-пассажир, либо эпидслужба ожидала завоза британского штамма и прицельно проверяла на этот вариант «короны» прилетающих.

Как дальше может развиваться ситуация? Насколько усложнит мутировавший вирус борьбу с эпидемией? Об этом мы поговорили с одним из ведущих экспертов по COVID-19, известным вирусологом, членом-корреспондентом РАН, доктором медицинских наук Александром Лукашевым.

**ПЯТЬ МИНУТ ПОСТОЯЛ РЯДОМ И ЗАБОЛЕЛ?**

- Александр Николаевич, насколько в действительности более заразен человек с британским штаммом коронавируса? И как это проявляется на практике? До сих пор бытовало представление, что самые высокие шансы подхватить инфекцию у тех, кто находится на расстоянии меньше полутора



Александр  
ЛУКАШЕВ.

метров от больного в течение 15 - 30 минут. Теперь хватит и 5 минут или как?

- Все это очень относительно, точного ответа вам никто не даст. Тем более невозможно назвать время нахождения рядом с больным, достаточное для передачи инфекции. Оно зависит от стадии болезни, общего состояния организма как зараженного, так и человека, оказавшегося рядом с ним. И других факторов.

Поэтому сейчас как никогда важно стараться избегать людных мест и строго соблюдать правила ношения и замены масок и респираторов. Кстати, вакцинированным и

переболевшим расслабляться тоже не стоит. По сегодняшним данным, тяжелая болезнь им практически не грозит, но риск заболеть в легкой форме и заразить окружающих остается.

**ПРИВАТИВАТЬ ПРИДЕТСЯ 80 ПРОЦЕНТОВ НАСЕЛЕНИЯ**

- В Великобритании, несмотря на жесткий карантин, заболеваемость все равно продолжает расти рекордными темпами. Почему?

- Те меры, которые позволяют более-менее контролировать ситуацию при менее заражном штамме, становятся недостаточными при повышенной заразности. Для замедления эпидемии в таком случае нужны либо еще более строгие

меры, либо более масштабная иммунная прослойка.

И в этом основная проблема: если, скажем, один больной заражает трех здоровых, то достаточно, чтобы переболели или были привиты две трети населения. А если исходить из того, что один больной заражает, условно, пять здоровых, то для остановки эпидемии уже требуется, чтобы имели иммунитет не меньше 80% населения.

- А у нас вакцинация стартовала не так давно, а коллективный иммунитет, по последним данным за прошлый год, оценивался в среднем по России на уровне 15 - 25%...

- Важно понимать, сколько завозов британского штамма к нам произошло. Этот вариант коронавируса зафиксирован уже примерно в 40 странах мира. Наивно было бы полагать, что мы сможем гарантированно предотвратить его появление в России, ведь прилетевший из-за границы может находиться в инкубационном периоде, и тестирование после прилета не выявит вирус. Важную роль будет играть реальный размер иммунной прослойки на данный момент (последние данные по стране официально озвучивались осе-

**В ТЕМУ**

**Мутаций станет больше**

- Каждая передача инфекции от человека к человеку несет в себе риск появления новых мутаций, - предупреждает профессор Лукашев. - Поэтому, когда вместо тысячи людей заболевает миллион, вероятность появления новых штаммов многократно увеличивается.

И вовсе необязательно, что вновь возникающие штаммы будут делать инфекцию более легкой для человека. Нельзя исключать и противоположный вариант - утяжеление болезни. Как рассказал «КП» эволюционный биолог Георгий Базыкин, на самом деле нет оснований полагать, что коронавирус станет «добрее» к людям. Пока среди многочисленных зафиксированных учеными мутаций нет признаков изменений, облегчающих течение болезни.

нию прошлого года. - Ред.).

Ну и, безусловно, одним из решающих факторов станет охват населения вакцинацией. Чтобы мы почувствовали ее эффект, влияние на замедление эпидемии, должно быть привито 20 - 30% населения России. То есть не менее 30 млн человек.



Это временный госпиталь для пациентов с коронавирусом, развернутый в ледовом дворце «Крылатское». Чтобы подобных больше не пришлось открывать, меры безопасности сейчас нужно соблюдать особенно тщательно.

**Вирусолог Александр ЛУКАШЕВ:**

# Британский штамм COVID-19 потребует дополнительных усилий для остановки эпидемии

**«Комсомолка» рекомендует:**

**НОВЫЙ СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНЫЙ ВИРУС COVID-19 НАНЕС УДАР ПО ВСЕЙ ПЛАНЕТЕ.**

Миллионы людей оказались беззащитны перед атакой. В книге собрана самая актуальная, жизненно важная информация про коронавирус от специалистов ВОЗ и ведущих российских медиков.

Вы узнаете, как защитить себя и свою семью. Как помочь тем, кто в группе риска. Как жить в условиях пандемии. Как победить панику. Четкая и емкая компетентная информация от ведущих российских врачей, иммунологов, эпидемиологов, инфекционистов. 100% проверенные данные от профессиональных медиков. Информация меняется каждый час, люди находятся под давлением огромного числа фейков. В этой книге только проверенная информация, без домыслов.

Наглядная инфографика поможет каждому читателю разобраться в главных правилах профилактики и защиты здоровья.

Приобретайте в книжных магазинах, на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru) и [labirint.ru](http://labirint.ru).

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781, ООО «Лабиринт.РУ», Москва, ОГРН 1077764644264

Реклама 16+



Все о коронавирусе -  
в специальном разделе  
на нашем сайте





# После заразы: восстанавливаем нюх, дыхание и прочее

Вернуть себе способность различать запахи можно с помощью специальных упражнений.

Оксана НАРАЛЕНКОВА

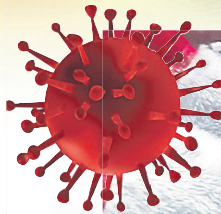
Один из самых распространенных симптомов ковида - потеря обоняния. От 34 до 98 процентов пациентов с COVID-19 утрачивают способность различать запахи. К счастью, у большинства обоняние возвращается. Но не у всех. Насколько длительным может быть этот постковидный симптом, не знает никто. Ученые и врачи не впервые сталкиваются с потерей обоняния, и есть специальная методика, которая позволяет натренировать эту жизненно необходимую способность. Врач и специалист по антивозрастной медицине, автор книги «Дорожная карта к долголетию» Юлия Юсипова рассказала «Комсомолке», как научиться вновь чувствовать запахи.

- Мы не можем говорить со стопроцентной уверенностью, что потеря обоняния вызывается воздействием вируса на головной мозг, - объясняет механизм потери обоняния Юлия

Юсипова - Но нам ясно, что SARS-CoV-2 влияет на определенные типы клеток обонятельного эпителия.

Юлия Юсипова рассказывает, что у людей, переживших ковид, помимо потери обоняния, бывают и другие изменения восприятия запахов. Например, некоторые переболевшие жалуются на извращение обоняния, когда им кажется, что некоторые продукты питания, например, яйца, пахнут неприятно. У других обоняние не пропадает совсем, но существенно снижается. А кто-то жалуется на то, что чувствует запах гари.

- Запах гари - это характерный симптом для поражения головного мозга, - продолжает эксперт. - Изменения бывают самые разнообразные. Кто-то, например, начинает чувствовать запахи особенно остро и им рекомендуется есть немного остывшую пищу, чтобы запах не был таким сильным.



В Бразилии, где разгул коронавируса, детей все-таки не оставили без Санты-Клауса. Только прикоснуться к нему нельзя - разве что протянуть ручки к прозрачному шару, в котором и разгуливает новогодний волшебник.



Правда ли, что кислота из корня солодки убивает коронавирус, - на сайте



## Тренировка для носа

Один из возможных способов лечения расстройства обоняния - это физиотерапия для носа.

**1. Составьте для себя палитру запахов.** Это могут быть небольшие бутылочки с эфирными маслами эвкалипта, гвоздики, лимона, розы (другие яркие запахи, знакомые вам с детства).

**2. Откройте бутылочку и поднесите к носу.** Спокойно вдыхайте запах в течение 20 секунд. Постарайтесь полностью сконцентрироваться на аромате и вспомнить его запах.

**3. Через 20 секунд закройте бутылочку и сделайте несколько вдохов - выдохов.** Переходите к следующему аромату.

**4. Даже если сегодня вы не почувствовали за-**

пахов, продолжайте тренировки. Доказано, что поврежденная обонятельная функция имеет хорошие шансы на само-восстановление.

**5. Чем раньше вы начнете такую терапию, тем больше шансов на скорейшее восстановление.**

- Для тренировки обоняния можно использовать и специи с сильным запахом, например, ко-

рицу. Некоторые люди с потерей обоняния практикуются на апельсинах и лимонах. Разрезают фрукты и, вдыхая запах, пробуют его вспоминать и воспринимать. Наш мозг устроен так, что вид объекта, соприкосновение с ним, помогают нам и в том, чтобы воспринимать его аромат, - говорит Юлия Юсипова.

### ЧТО ДАЮТ УПРАЖНЕНИЯ

- Происходит регулярная стимуляция обонятельного комплекса мозга.
- Во время клинических испытаний пациенты, которые регулярно тренировались, показывали лучшие результаты в способности различать и узнавать разные ароматы, чем те, кто никак не тренировался.
- Важна яркость и насыщенность запаха. Те пациенты, которые тренировались на сильных ароматах, достигали лучших результатов.

## Дышите правильно - и стресс уйдет

То, что дыхание может повлиять на состояние нервной системы, а значит, на работу всего организма и рост волос в том числе, - научный факт. Дело в том, что дыхание воздействует на блуждающий нерв, который окутывает наше тело и обеспечивает связь мозга и большинства внутренних органов. Он участвует в регуляции чувства голода, иммунитета, реакции тревоги и много другого.

Одна из самых эффективных дыхательных практик - дыхание по квадрату или коробочное дыхание, при котором вы мысленно представляете себе квадрат и идете по его четырем равным сторонам.

### На счет

- 1 Вдох на четыре счета.
- 2 Задержка дыхания на четыре счета.
- 3 Выдох на четыре счета.
- 4 Задержка дыхания на четыре счета.

### Помогает?

Медленное расширение легких дает сигнал сердцу «притормозить», а блуждающий нерв стимулирует выделение вещества, которое обеспечивает расслабление нервной системы и гладких мышц.



Начинайте утро с нами и будете в курсе всех событий! Программа «Взрослые люди» по будням в 8.00 на Радио «КП»

## ВОПРОС - РЕБРОМ

# После болезни осыпаются волосы - что делать?

Оксана НАРАЛЕНКОВА

**Продукты и упражнения, которые возвращают шевелюре былую роскошь.**

Среди многочисленных симптомов ковида - **выпадение волос.**

Если мужчины довольно спокойно относятся к появлению лысины, то для женщин утрата шевелюры - это трагедия.

Известная голливудская актриса **Алисса Милано (сериалы «Касл», «Любовницы»)** еще в августе поделилась видео, в котором показала, что ее прекрасная шевелюра осыпается буквально на глазах, и призвала людей ответственно подходить к здоровью и носить маски. Но что поможет девушкам вновь вернуть силу своим волосам и возможно ли это?

- Выпадение волос во время и после ковида может быть связано не только с самой инфекцией, но и со стрессом.

Для того, чтобы восстанавливать нормальный рост волос, надо найти перво-причину. Последовательно исключите все возможные факторы, например, железодефицитную анемию, гормональный дисбаланс, аутоиммунные и кожные заболевания и так далее. Делается это при помощи лабораторных анализов и совместной работы со специалистами, - говорит Юлия Юсипова.

Красота и сила волос в том числе зависит от содержания в организме такого компонента, как цинк. Когда организм активно борется с воспалением во время инфекции, запасы цинка истощаются, и это может быть одной из причин выпадения волос во время болезни. До определенной степени пополнить баланс цинка можно при помощи диеты, ориентированной на продукты, богатые этим элементом. Однако при сильном истощении запасов (которое можно диагностировать с помощью биохимического анализа крови) надо проконсультироваться со специалистом и принимать цинк в добавках.

### ЦИНК СОДЕРЖАТ

- 1 Тыквенные семечки 7,4 мг на 100 граммов
- 2 Говядина 6,9 мг на 100 граммов
- 3 Твердые сорта сыра (чеддер, рокфор, швейцарский) 3,5 - 5 мг на 100 граммов
- 4 Фасоль 3,21 мг на 100 граммов
- 5 Яйца 3,1 мг на 100 граммов
- 6 Крупы (овсянка, гречка) 2,6 - 2,77 мг на 100 граммов



Ольга ЛИПЧИНСКАЯ  
(«КП» - Иркутск)

Сибирская изба станет музейным экспонатом.

Кавказская бурка, папаха, белый бешмет... Говорят, именно в таком живописном виде, в метель и 30-градусный мороз, на телеге убежал из своей первой сибирской ссылки в селе Новая Уда под Иркутском 24-летний Иосиф Джугашвили. Со временем Новая Уда превратилась в центр паломничества для всей Страны Советов, а здание волостной управы села - в Дом-музей Сталина. Сейчас, 100 лет спустя, избу перевозят в музей под открытым небом «Тальцы» под Иркутском, а внутри открывают экспозицию сибирской ссылки и каторги.

### ИЗ МЕБЕЛИ - ЛАВКА И СТОЛ

В Сибирь революционер Коба (псевдоним Сталин он возьмет позже) приехал в 1903-м бросившим учебу семинаристом. А сослани молодого грузина за организацию революционной ячейки в Батуми, куда его командировали из Тифлиса старшие товарищи. На многочисленных картинах, изображающих молодого Джугашвили в ссылке, интерьерных излишков не наблюдается: длинная лавка перед большим столом, печь... И все.

- В целом быт Сталина в сибирской ссылке на картинах изображен достоверно, - говорит историк, директор иркутского этнографического музея «Тальцы» Владимир Тихонов. - Именно такая обстановка была в избе крестьянки, у которой он поселился. В центре избы - русская печь, на ней спала сама хозяйка. Сталин выбрал себе самое теплое место в доме - за печкой, туда ему и поставили лавку. Дети - тоже по лавкам. Стол общий.

В деревне Сталин не гнушался рубить дрова и носить воду из речки. Помощь по хозяйству была одним из условий найма. А в свободное время, как рассказывала позже дочь его квартирной хозяйки Марфа Литвинцева, он «в основном дома сидел и что-то писал».

### ВЗЯЛ ПОЛКРАЮХИ ХЛЕБА И УШЕЛ

Всего на полтора месяца жизни в глуши хватило Иосифа Сталина, прежде чем он подался в бега. Поддельные документы ему сделали через ЦК партии и передали с кем-то из ссыльных.

- Есть рассказ об этом квартирной хозяйки (мол, взял полкраюхи хлеба и ушел), есть рассказ Анны Аллилуевой, родственницы его жены, как в дороге до Балаганска он, ушедший налегке, обморозил уши и нос, и есть сообще-

Сталина на нас нет? А давайте представим, что есть. Что бы делал вождь народов в 2020 году - на сайте



Усть-Удинский районный краеведческий музей



# В ссылке Сталин получал от царя 9,5 рубля в месяц

*Желаю вам здоровья и успехов в учении и в общественной работе. Я, Молотов, Ворошилов и Каганович посылаем вам небольшой подарок: радиоаппарат и патефон с пластинками. Думаю, что теперь ваша радиоточка будет приведена в порядок.*

### «КУЛЬТ ЛИЧНОСТИ НИ ПРИ ЧЕМ»

Новая Уда сразу проснулась знаменитой. В бывшем здании волостного управления открыли музей Сталина, именем вождя назвали колхоз, клуб и школу. В то время, когда во всем районе вообще не было электричества, в Новой Уде появилась электростанция. Эта деревня существует сейчас

на новом месте. Прежняя, как и десятки других, попала под затопление при строительстве Братской ГЭС. Но дома перенесли на новое место, в том числе здание волостной управы, где в 1950-е годы вместо музея открыли библиотеку. Сейчас здание обветшало, его отреставрируют и перевезут в «Тальцы».

Выходит, что дом, который перевозят в музей, это не дом старушки Литвинцевой, где квартировал Джугашвили. Та изба была разрушена во время Гражданской войны. Поэтому музей и создали в волостной управе.

- Именно в таких управах несколько дней проводили ссыльные, прежде чем определялись к кому-либо на постой, - говорит директор музея Владимир Тихонов. - Поэтому, открывая новую экспозицию сибирской ссылки и каторги, мы привезем в музей именно этот дом. Ссыльные и каторжане шли в наши края по этапу, начиная с XVIII века. Самыми знаменитыми из тех, кто отбывал срок в Иркутской губернии, кроме декабристов, были ставшие впоследствии смертельными врагами Сталин и Троцкий. Поэтому внутри будут их ростовые фигуры. А неподалеку поставим избу каторжанина. Все это не имеет отношения к культу личности Сталина. Это и не музей «отца народов», а экспозиция сибирской каторги и ссылки, которая дополнит наш музей.



Усть-Удинский районный краеведческий музей

В 1950-е годы Дом-музей Сталина разжаловали в библиотеку, а теперь снова воссоздают в нем музей - в память о ссылке «вождя народов».

шение самого Сталина, что в ссылке он получил письмо от Ленина, - говорит краевед Николай Рупосов. - Коба был нужен в Грузии, вот ему и сделали фальшивые документы и помогли уехать.

Елена и Абрам Гусинские, отбывавшие ссылку в Балаганске - уездном городке неподалеку от Новой Уды, рассказывали, что Сталин появился у них в декабре 1903-го. Отогревался, ждал ямщика. К железнодорожной станции его доставил извозчик Митрофан Кунгуров за несколько шкаликов водки.

### «ОН У МОЕЙ МАТУШКИ У ПЕЧКИ СПАЛ НА ЛАВКЕ»

Эту фразу в 1930-е годы произнесла некая бабушка Литвинцева из деревни Новая Уда. Женщина, случайно зайдя в местную школу,

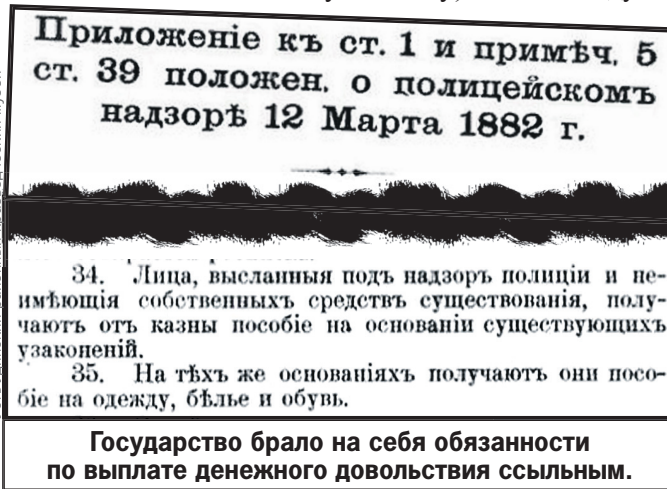
узнала в портрете на стене своего прежнего постояльца. К делу подключились пионеры. Было составлено письмо вождю. Получилось очень удачно - аккуратно к очередному съезду партии и 30-летию самой ссылки, о чем не забыли упомянуть. Авторы письма вспоминали потом, что написать Сталину им наказал директор школы.

- Отправили еще в 1933-м с простым адресом: «Кремль. Сталину», - поясняет историк Владимир Тихонов.

«...Посмотрели бы вы на горы кругом. Киткай-гора стоит, как прежде, - большая-пребольшая, и тайга на ней густая, и речка Уда прежняя, только мост новый. Еще церковь старая стоит, только она уже без креста, и не церковь, а клуб», - писали пионеры вполне в духе того времени.

Сталин ответил детям в феврале 1934 года:

«Очень тронут вашим приветствием».



34. Лица, высланные подъ надзоръ полиціи и неимѣющія собственныхъ средствъ существованія, получаютъ отъ казны пособие на основаніи существующихъ узаконеній.  
35. На тѣхъ же основаніяхъ получаютъ они пособие на одежду, бѣлье и обувь.

Государство брало на себя обязанности по выплате денежного довольствия ссыльным.

### КОШЕЛЕК

## Троцкому платили больше

После Тифлиса Новая Уда показалась Кобе замшелой глушью. Церковь да пять кабаков - вот и вся «культурная» жизнь на селе. Правда, на частые посиделки в трактире Сталин мог рассчитывать едва ли. На 9,5 рубля пособия, что полагалось ссыльному от государства, особо не разгуляешься. Для сравнения: в городе рабочий тратил на еду в день около 50 копеек. В деревне жизнь, конечно, другая, но тоже недешевая. Аренда жилья с питанием (тогда говорили - «со столом») обходилась ссыльному около двух рублей в месяц.

В советские времена много писали о тяготах революционеров в ссылке. Но без поддержки царизм их не оставлял. Существовало «Положение о надзоре», согласно которому министерство внутренних дел выделяло деньги на содержание поселенцев, чтобы они могли снять себе квартиру и купить необходимые вещи. Причем чем ближе к Санкт-Петербургу, тем сумма была меньше, а чем ближе к Якутии, тем больше. Учитывался и состав семьи: на содержание жены и детей тоже доплачивали. Поэтому семейный Лев Троцкий, отбывавший ссылку в начале 1900-х в тех же краях, получал больше - целых 12 целковых.



### «Комсомолка» рекомендует:

Уникальный альбом  
«Сталин. Главные документы».  
456 страниц,  
более 1000 рассекреченных документов.

Приобретайте на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru)!

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва ОГРН 1027739295781.

Реклама 18+



# Послепраздничная зачистка

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Врач рассказала, какой детокс на самом деле нужен организму после новогодних праздников.

Новогодние каникулы закончились, и хорошим завершением праздничного марафона может стать постпраздничный детокс организма. Но как «почиститься» правильно? «Комсомолка» разбирается вместе с врачом, автором книги «На ошибках учатся» и основательницей медицинского центра Марией Евдокимовой.

## - Точно ли телу нужна генуборка?

- Главные постулаты тех, кто продает детокс-программы, состоят в том, что в организме постоянно скапливаются токсины и очень важно от них избавляться. Якобы нужно очищать лимфу - наш инкубатор для выращивания иммунных клеток. Еще одна модная тема - детоксикация запускает процесс обновления, избавляет нас от залежей шлаков и опасных токсинов. Печень, почки и кишечник необходимо чистить, так как именно они являются складом ядов и токсинов. Но на самом деле все эти утверждения далеки от действительности, - говорит врач Мария Евдокимова.

Натуропаты - сторонники так называемой натуральной медицины - часто говорят, что печень и почки похожи на губку, впитывающую токсины, и потому эту губку надо мыть, поясняет эксперт. Но факт в том, что токсины не остаются в печени, а перерабатываются в ней, превращаясь во вполне безобидные вещества, которые просто выводятся из организма. Это происходит и с лекарственными препаратами, и со всеми продуктами, которые мы употребляем в пищу. Да-



Читайте на сайте «7 утренних привычек, которые нужно оставить в 2020-м, чтобы быть счастливым и успешным»

же тяжелые металлы прекрасно перерабатываются в печени при помощи определенных механизмов.

- На самом деле настоящий детокс - это когда ты съел, скажем, несвежие устрицы, отравился и лежишь в реанимации под капельницами. Каждый день человек сталкивается с огромным количеством разнообразных химических веществ, часть которых, если получить их в больших концентрациях, действительно может спровоцировать отравление, интоксикацию и даже смерть. Но наш организм имеет прекрасные системы обезвреживания всех этих токсичных элементов. И когда их концентрация невелика, он прекрасно справится с ними сам, - считает Мария Евдокимова.

**Что НЕ поможет очистить организм:**

- самоназначенные биологически активные добавки,
- травы,
- оливковое масло натошак,
- желчегонные,
- клизмы,
- сорбенты,
- перекись водорода и прочие «радости» - они не только не улучшат состояние вашего здоровья, но могут и ухудшить его.

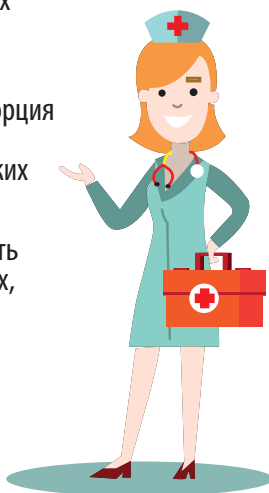
Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

## Настоящий послепраздничный детокс

- следите, чтобы пища была строго полезная: овощи, фрукты, злаки, клетчатка, рыба - то, что должно составлять основу нашего рациона и в праздники, и в будни;
- ограничьте употребление сахара. Согласно рекомендациям ВОЗ, норма потребления этого продукта - 12 чайных ложек в день. И это с учетом сахара, содержащегося в уже готовых продуктах! А его там немало;
- не перебирайте норму употребления алкоголя - 1 порция в день (это 150 мл вина, или 300 мл пива, или 45 мл крепких спиртных напитков);
- заведите привычку отдыхать от общения в соцсетях и чатах, ограничив зависание в сети до 1 - 2 часов в день;
- необходимы прогулки на свежем воздухе, в день человек должен проходить от 7 до 10 тысяч шагов;



ТО, ЧТО ДОКТОР ПРОПИСАЛА



- не упускайте возможности общаться с семьей; время, проведенное с родными и близкими, совместный досуг - настоящий отдых для души;
- старайтесь читать хорошие и полезные книги, потому что таким образом вы получаете больше полезной информации, учитесь чему-то новому, развиваетесь. Издательский дом «Комсомольская правда», кстати, такие и выпускает;
- проводите время без телевизора. Экранное время в любом случае стоит ограничивать, в том числе и по причине снижения физической активности, и нагрузки на зрение (бумажные книги, кстати, гораздо меньше влияют на зрение, чем экран телевизора или смартфона).

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Выполняя эти простые правила, вы и похудеете, и отдохнете, и почувствуете себя другим человеком, говорит Мария Евдокимова.

## ■ КРУПНЫЙ ПЛАН

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Толерантность общества к ожирению загоняет толстяков в смертельную ловушку.

Февральский номер журнала Cosmopolitan в Великобритании стал сенсацией уже в начале января. На обложке - полные, мягко говоря, женщины в замысловатых спортивных позах. И заголовок This is healthy! («Это здорово!»). С тем, что пышные формы можно считать привлекательными, спорить не будем. Хотя бы потому, что о вкусах спорить не принято. Дамы в теле выходят на подиумы крупнейших брендов и снимаются в фотосессиях глянцевого журналов. Но говорить об ожирении «здорово» - разве это не перебор? Мы расспросили кандидата медицинских наук, врача-эндокринолога, автора канала DoctorPavlova Зухру Павлову.

- Меня расстраивает такое позиционирование людей с избыточным весом, - говорит Зухра Павлова. - Дело ведь не в том, считать или нет кого-то привлекательным, дело в том, что лишний вес - это спутник болезней.

Сейчас появилось такое понятие, как «здоровое ожирение». И я в своей практике сталкиваюсь с такими пациентами: на прием приходит человек не то что с лишним весом, даже с ожирением, судя по индексу массы тела\*, но у него нет жалоб, хорошие анализы и гормональные, и биохимические, в норме давление. «Это моя норма» - говорит. Но такая ситуация человека расслабляет, он считает, что раз у него все в порядке, то и лишний вес ему сбрасывать не нужно!

Однако доктор Павлова знает примеры, когда действительно до какого-то времени у такого пациента все было хорошо. Пока однажды не случался набор еще какого-то минимального количества жировой ткани. И он уже оказывался критичным, здоровье тут же начинало сыпаться.

- Такой подход, что ожирение якобы может быть здоровым, по сути, раз-



## Полные нездоровья



Здорово ли иметь такие формы? Большой вопрос...

вязывает человеку руки к тому, чтобы ничего не делать со своей проблемой. А если еще и в обществе это находит одобрение, то это вдвойне подстегивает его оставить все как есть, - говорит Зухра Павлова. - Но когда метаболический синдром развивается в полном объеме, то он уже затрагивает все звенья организма и обрушение здоровья происходит очень быстро.

Рука об руку с ожирением идет сахарный диабет, атеросклероз - а это чревато смертельными сердечно-сосудистыми катастрофами. Особенно это опасно в эпоху коронавируса. Ведь лишний вес и сахарный диабет - одни из главных отягчающих факторов при ковиде. Они усугубляют течение болезни вплоть до смерти.

Толерантность и дели-

катность к толстякам становятся плохой услугой для них, считает эксперт.

- Раз таких женщин фотографируют для обложек журналов, значит, для кого-то это может быть образцом, чтобы все оставить так, как есть. Мол, мне до дамы с обложки еще килограмм двадцать! Это медвежья услуга. Конечно, я не призываю людей с лишним весом как-то обижать. Хотелось бы помочь им

понять, что ожирение это проблема, но она решается. И у врачей есть методики, которые помогут с ней справиться, - говорит Зухра Павлова.

Собственно, в Великобритании обложку с восторгом тоже приняли далеко не все. Daily Mail приводит слова врача-психиатра Макса Пембертона: «Это факт: ожирение связано с целым рядом заболеваний, от рака и болезней сердца до инсультов. Отчасти осторожность с критикой крупных форм исходит из Америки, где люди с избыточным весом приняли язык маргинализированных меньшинств. Теперь они «гордятся» своей физической формой и «празднуют» ее», - пишет доктор, не слишком выбирая выражения. «Смехотворный культ толстяков распространился и заразил нас тоже. Неужели люди действительно думают, что есть что «отпраздновать» в том, что вы настолько толстый, что вынуждены носить специальную одежду и использовать усиленные машины скорой помощи, чтобы доехать до больницы?»

\*Индекс массы тела (ИМТ) считается по формуле: вес в килограммах делим на рост в метрах, возведенный в квадрат. В интернете можно найти массу калькуляторов для подсчета. Вес с ИМТ от 18,5 до 24,9 считается нормальным. Свыше 30 - ожирение.



# Мальдиво жить не запретишь

**Ирина ВИКТОРОВА**

Где и как звезды проводят свои январские каникулы.

Из-за связанных с пандемией ограничений у артистов в этом году было не так много вариантов как провести январский отпуск. Поэтому толпы знаменитостей атаковали в основном три направления - Мальдивы, Бали и Дубай, хотя были и исключения.



«Дом-2» закрыт, но его экс-ведущая Ксения Бородина (на фото - с мужем Курбаном) уверена, что это не повод отказываться от вояжа на Мальдивские острова.

## Мальдивы

Сейчас на Мальдивах температура воздуха плюс 30 градусов, а воды - плюс 27. Побывать на островах в Индийском океане по карману лишь обеспеченным людям, но некоторым дают приличные скидки.

К примеру, Полина Гагарина нежится на Мальдивах с сыном, дочкой и женихом. Певица ежедневно отмечает курорт в соцсетях, к тому же дала концерт для отдыхающих: видимо, платить за отпуск ей не придется, почти все по бартеру. Дмитрий Билан за два дня отдыха уже пять раз упомянул частный курорт на Мальдивах - скорее всего,

получил большую скидку. Ольга Бузова 30 раз за 10 дней упомянула в соцсетях 5-звездочный отель, что на атолле Раа на севере Мальдивских островов. Кстати, аниматоры курорта провели для Ольги и ее жениха, блогера и певца Давида Манукяна, символическую церемонию «мальдивского бракосочетания». Глядишь, и до реального брака дойдут... На райских островах также наслаждаются теплом Ирина Дубцова, Настасья Самбурская, Павел Деревянко, Ксения Бородина, Павел Воля и Ляйсан Утяшева.

Цена: от 200 тыс. руб. в сутки за виллу.



Полина Гагарина на Мальдивах не только загорает, но и поет, что дает ей шанс сэкономить на отдыхе.

## Бали

Отдых здесь намного дешевле, чем на Мальдивах и в ОАЭ. Регина Тодоренко и Влад Топалов с сыном прилетели в Индонезию еще в декабре, а уже с начала января въезд в эту страну закрыт для туристов. Тодоренко и Топалов проводят время на экскурсиях, морских прогулках, в спа и ресторанах. Встречаются и с Сергеем Лазаревым, который отдыхает здесь же.

Когда объявили, что Индонезия закрывает границы для туристов с 1 по 14 января 2021 года, певица Рита Дакота поменяла январские билеты на вылет в последние дни декабря. Дакота знала, что ей, ее 3-летней дочке и жениху предстоит пятидневный карантин в «спецрезервации» в столице Индонезии Джакарте, но все равно полетела. Рита оправдывает этот риск любовью к Бали: «Понимала, что мне придется лететь с четырьмя пересадками от Бишкека до Джакарты, понимала, что все это я проделаю в ужасных переполненных самолетах плохих авиакомпаний в экономе, без няни...» Кстати, с помощью местных знакомых Дакота смогла избежать карантина в Джакарте, что лишь укрепило ее любовь к индонезийскому острову. Сейчас на Бали температура воздуха плюс 29 градусов, воды - плюс 27.

Цена: от 1 млн руб. за неделю отдыха семьи из четырех человек.

Звезда «Кухни» Ольга Кузьмина выбрала для отпуска Танзанию - уж очень здесь черепахи вкусные.



## Занзибар

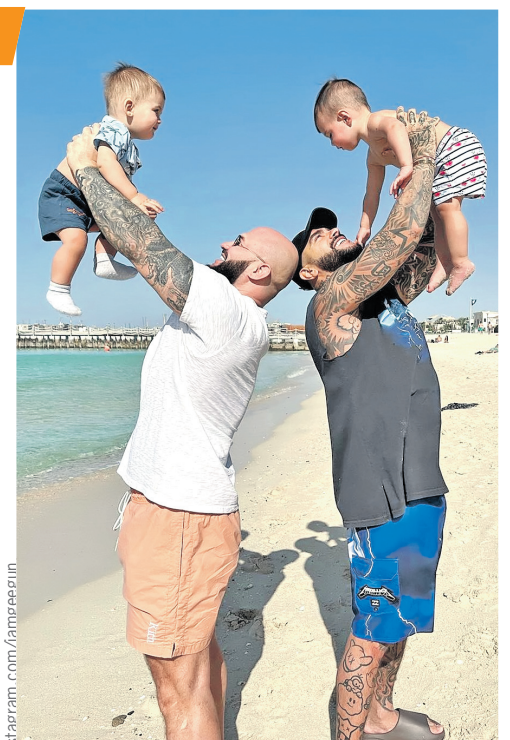
Победительница шоу «Ледниковый период» актриса Ольга Кузьмина с сыном, мамой, семьей сестры улетела на Занзибар. Температура воздуха на этом африканском архипелаге - 30 градусов, воды - 29. Ольга делится впечатлениями от африканского сафари, ради которого она летала на материковую часть Танзании: «Садимся в открытые джипы, и начинается... Через минуту мы уже видим жирафов, рядом косули, зебры, буйволы, антилопы, кабанчики, крокодилы, бегемоты, обезьяны, кашалоты...»

Цена: от 400 тыс. руб. за неделю отдыха семьи из 4 человек.

## Дубай

В Объединенных Арабских Эмиратах отдыхают Егор Крид, Моргенштерн, Дания Милохин с подругами-блогершами. Здесь же находится Тимати с Анастасией Решетовой и их сыном Ратмиром. Официально пара расталась, но, по слухам, это случилось ради съемок Тимати в шоу «Холостяк». Также в ОАЭ расслабляются Джиган, Ольга Орлова, Лолита, Инна Жиркова и Алсу с семьями. Температура воздуха в Дубае плюс 23 градуса, воды - плюс 22 градуса.

Цена: от 2 млн руб. за неделю отдыха семьи из двух человек.



Старинные друзья Тимати и Джиган (слева) в Дубае проводят много времени с детьми и друг с другом.

## Швейцария

Чтобы в пандемию улететь из России в Швейцарию, достаточно оплатить лечение в одной из местных клиник. Вылететь в Швейцарию с медицинскими целями, получив подтверждение от элитных клиник, смогли, в частности, светская львица Полина Аскери и телеведущий Андрей Малахов с женой. Они

оказались в одной из элитных клиник Швейцарии, где проходят оздоровительные программы по методике Анри Шено. Их цель - очищение и оздоровление организма, которое способствует физической и психологической перезагрузке.

Цена: от 400 тыс. руб. на человека в неделю.



«Вакцинировался от коронавируса на каникулах. Получил сто проклятий!»: на звезду напали антипрививочники





# Вещество, которое старше Земли, и черепаха-супергигант

**7 феноменов, зафиксированных в 2020 году.**

## Предельная скорость звука во Вселенной

Британские и российские ученые определили, что быстрее 36 км в секунду звук распространяться не может. По крайней мере в нашей Вселенной.

Скорость звука - величина непостоянная. В разных средах она разная. В воздухе - одна, в воде и в твердых средах - другая. В алмазе, к примеру, звук распространяется со скоростью около 18 км в секунду. Ее измерили. А вот предельную скорость установили теоретически, предположив, что такая - в два раза большая, чем в алмазе, - может быть достигнута в твердом водороде. Твердеть же, превращаясь в так называемый металлический водород, тот начинает при огромном давлении, искусственно получить которое в земных условиях невероятно трудно. В естественной среде металлический водород вроде бы должен существовать в недрах Юпитера. Там звук и распространяется со скоростью 36 км в секунду, или 127 460 км в час. Для сравнения: скорость звука в воздухе - около 1235 км в час.



## Панцирь монстра

В Венесуэле обнаружен панцирь доисторической черепахи, жившей примерно 8 млн лет назад. Его диаметр 2,4 метра. По свидетельству немецких ученых, которые причислили находку к виду *Stupendemys geographicus*, крупнее черепах на Земле не было.

При жизни обладательница гигантского панциря весила 1145 кг.

## Птица очень дальнего следования

Рекордное расстояние в 12 200 км без посадок преодолел самец малого веретенника (*Limosa lapponica*). 16 сентября 2020 года он взлетел с побережья Западной Аляски, а 27-го приземлился в Новой Зеландии, где и остался зимовать.

За рекордсменом следили со спутника, подмечая, что самец иной раз разогнался до 90 км в час.

Малые веретенники гнездятся и размножаются в тундрах Евразии и Северной Америки, зимуют в местах с умеренным и тропическим климатом в Австралии и в Новой Зеландии. Весной летят домой через прибрежные районы Желтого моря, где отъедаются.

Преодолевать огромные межконтинентальные расстояния птичкам помогают запасы жира, совершенная аэродинамическая форма и умение экономно расходовать энергию.



## Старейшее вещество на планете

На нашей планете обнаружено вещество, которое старше ее самой. Земле - 4,6 млрд лет, веществу - около 7 миллиардов. Его частицы, древнее которых пока не находили, вкраплены в Мурчисонский метеорит.

Камень весом 100 кг упал давно - в сентябре 1969 года - в Австралии. Но частицы, которые старше не только Земли, но и Солнца, были обнаружены в 2020 году. Их так и называют - досолнечные. Прибыли к нам из какой-то другой звездной системы. А может быть, даже из другой галактики, образовавшейся раньше нашей.

Размер некоторых «доисторических» крупинки достигал 30 микрометров. Их было видно в оптический микроскоп.



## Фото с наиболее продолжительной выдержкой

Камера-обскура, которую сделала из пивной банки британская студентка Реджина Валкенборг, проколов в ней дырочку, фотографировала небосвод 8 лет и 1 месяц.

Девушка установила свою камеру с фотобумагой внутри в 2012 году и забыла про нее. «Подделку» случайно нашли вместе со снимком, который в итоге получился. На нем «отпечаталось» движение Солнца по небосводу - 2953 траектории.



Подробнее о необычной камере читайте на сайте



## Существо рекордной длины

Экспедиция Ningaloo Canyons встретила у побережья Западной Австралии существо, длина которого составляла 45 метров. Длиннее на нашей планете никого нет.

Ученые увидели сифонофору вида *Aurelia*. Тело этого удивительного животного состоит из отдельных существ - зооид. Они объединяются в колонии и живут вместе, как одно целое.

Обычно сифонофоры состоят из нескольких сотен зооид. Иногда из нескольких тысяч. Но рекордсмен по какой-то загадочной причине объединил не менее миллиона.



## Самые древние близнецы

Близнецам, останки которых обнаружили в Австрии, 31 тысяча лет. Древнее нет.

Малышам не повезло. Один умер сразу, другой - спустя 50 дней. Чуть пожившего близнеца закопали рядом с братом. Могили нашли еще в 2005 году, но лишь в 2020-м привели анализ ДНК, который позволил установить родство младенцев.

Подготовил Владимир ЛАГОВСКИЙ.



# Загугленное детство

Окончание.  
Начало < стр. 1.

## Селин, но не Дион

С одной стороны понятно стремление знаменитых родителей и детей своих как-то выделиться. Например, дать им необычные имена. Но иногда креативные порывы рождают сомнительные варианты - похоже, найденные путем хаотичного поиска в Гугле.



1 января 2021 года **Валерия** стала бабушкой. Выглядит артистка в 52 года прекрасной, но дело не в этом. Сын певицы **Арсений**, у которого родилась первая дочка, решил назвать ее... **Селин**. В честь исполнительницы хита из фильма «Титаник», подумаете вы? А вот и нет. Это сумма двух имен родителей ребенка: **Сеня + Лиана = Селин**. Тонко! На выходе в паспорте получится нечто британско-рязанское - **Селин Арсеньевна Шульгина**.

Певица **Нюша**, появившаяся на свет как **Анна Шурочкина**, родила дочь от президента Международной федерации студенческого спорта **Игоря Сивова** в ноябре 2018 года. Девочку назвали... **Симба** в честь персонажа (кстати, мужского пола) мультфильма «Король Лев». Все мы любим мультики, особенно голливудские, но девочке ведь придется жить с именем **Симба Сивова**. Не слишком ли необычно? Целый год **Нюша** скрывала имя ребенка.

А как озвучила, так услышала коллективный выдох: «Хорошо хоть не **Чунга-Чанга...**»

- Нам с мужем нравится «Король Лев», и здорово, что она у людей будет ассоциироваться с этим мультиком, - объяснилась **Нюша**. - Но главное не в этом. Дочь - **Скорпион**, это непростой знак. Сильной личности нужно сильное имя.

Э ф ф е к т н а я

Желание **Нюши** назвать дочь **Симбой** в какой-то степени понятно - в девочке и впрямь есть что-то львиное.



Внучка **Валерии** получила имя **Селин** вовсе не в честь канадской певицы или актера «Улиц разбитых фонарей» **Сергея Селина**.



украинская певица

**Светлана Лобода**, конечно, не могла назвать дочку **Машей** или **Люсей**. Поэтому первая дочь артистки носит имя **Ева**, а вторая - **Тильда**. Да, своеобразно, но зато маме нравится. Многие считают, что **Тильда** - дань уважения другу и коллеге певицы **Тиллю Линдемману**, лидеру немецкой группы **Rammstein**, от которого, возможно, **Лобода** и родила девочку (имя отца **Света** не раскрывает). Сама **Светлана** упоминает как источник вдохновения известную британскую актрису **Тильду Суинтон**. **Тильда Лобода** теперь просто обязана стать поклонницей хорошего кино и зубодробительного рока.

Первую дочь **Лобода** нарекла **Евангелиной** (слева), вторую - **Тильдой**. Ждем третью!



## Сын Шнура, потомок Зевса



**Аполлону Шнурову** уже 20 лет, и он наверняка может многое рассказать о том, как живется с таким божественным именем.

Один из самых эпатажных артистов России **Сергей Шнуров** не мог не постыбаться даже над собственным сыном. И назвал его **Аполлоном**. По официальной версии, это отсылка к имени поэта **Аполлона Григорьева**, но любой первокурсник гуманитарного вуза раскусит хитрого **Шнурова**: где он, а где родившийся в Москве (которую **Сергей** недолюбливает) почвенник, писавший романсы? Конечно, **Аполлон Шнуров** был назван в честь того самого древнегреческого бога искусств, сына **Зевса**, покровителя творческих людей и особенно поэтов, к

числу которых себя **Сергей**, несомненно, причисляет.

У эксцентричного **Никиты Джигурды** по определению не могли родиться **Димы**, **Саши** или **Жени**. Мало того что они с **Мариной Анисиной** рожали в прямом эфире, так и детей назвали максимально вычурно: **Мик-Анжель-Кристи** и **Эва-Влада** - все это великолепие сопровождается двойными фамилиями **Анисин-Джигурда**. Любой классный руководитель наверняка будет счастлив заполучить таких учеников.

Кстати, от отношений с поэтессой **Яной Павелковской** у **Никиты** есть два сына, и тоже с непростыми именами: **Артемий-Добровлад** и **Илья-Максимилиан**.

10 января поэт, писатель и публицист **Дмитрий Быков** порадовал подписчиков трогательным фото с первого новогоднего эфира передачи «Один», где сидел в студии с двухмесячным сыном. Малыша, которого литератору родила переводчица **Екатерина Кевхишвили**, назвали... **Шервуд**. Вряд ли в честь английского леса, с которым связаны легенды о **Робине Гуде**, или в честь русского скульптора **Владимира Шервуда**. Скорее всего, **Дмитрий Львович** отдал дань памяти любимому американскому писателю, модернисту **Шервуду Андерсону**.

**Шервуд Быков** - это звучит гордо!



Почему у сына **Джигурды** такая грустная улыбка? Уж не потому ли, что его зовут **Мик-Анжель-Кристи**?




Можно не сомневаться в том, что чаще всего на день рождения юному **Шервуду Быкову** будут дарить лук и стрелы.

Подготовил **Константин ГЛЫБА**.



Читайте на сайте «Как звезды экономят на отдыхе»





СПОРТ «СО СНЕЖНЫМИ БАРСАМИ»

ГАРАНТИЯ СБЫТА

НЕ ТОЛЬКО СОУС, НО И ТАНЕЦ

ПАНТОКРАТОР

ЧТО ПСИХОЛОГИ СЧИТАЮТ ЧУТЬ ЛИ НЕ САМОЙ СИЛЬНОЙ МОТИВАЦИЕЙ?

НОЧНОЙ ... СНИЖАЕТ УМСТВЕННЫЕ СПОСОБНОСТИ

ОСНОВА ЛАКА

НЕЛЕПЫЙ КУРАЖ

СМОТРИТЕ ФОТО

ПРОДОЛЖЕНИЕ ШЕИ

«СКАЧЕТ ... СКОЛЬЗКАЯ КАМЫШАМИ РОСЛЫМИ»

«... БОЖИЙ НИКОГДА НЕ ОСТАВЛЯЕТ ИДЕНТИЧНЫХ ОТПЕЧАТКОВ»

ЛАЗУТЧИК ПО КРЫШАМ

ОДЕЖДА ИЗ ШКУРОК

ВДОХНОВИТЕЛЬ МЮЗИКЛА «ОТВЕРЖЕННЫЕ»

НА КАКОМ КРУИЗНОМ ЛАЙНЕРЕ НИКОЛАС ФАНДОРИН ПУТЕШЕСТВУЕТ ПО АТЛАНТИКЕ?

НЕОСПОРИМАЯ

СОЗДАНИЕ ОДЕЖДЫ

ЛЕТУН С НИМБОМ

МАГНИТОФОННАЯ ...

«КАРМАННАЯ КНИЖКА» ИНТУРИСТА

КИТАЙСКАЯ ПРАКТИКА ДУХОВНОГО РАЗВИТИЯ

КЕРОСИНКА С НАСОСОМ

ОРУДИЕ ПЕРВОБЫТНОГО ЧЕЛОВЕКА

КАКОЙ ЗВЕЗДЕ ГОЛЛИВУДА СТАЛА КРЕСТНОЙ МАТЕРЬЮ ЖАКЛИН БИССЕТ?

КРОТКИЙ ПЕРЕРЫВ ДЛЯ ЗРИТЕЛЕЙ

ЭКСПЕРТ ПО ВКУСУ

ОДИН МОМЕНТ

ОТ КАКОЙ ЖАРЫ ИЗНЕМОГАЮТ?

СУПРУЖЕСКАЯ

... СТЕПАНЧИКОВО

«ЦВЕТНИК НА НЕБЕ»

ОЛЕГ

КАКОЕ ИМЯ ЕЛЕНА РЕРИХ ПОЛУЧИЛА ПОСЛЕ «ОГНЕННОГО КРЕЩЕНИЯ»?

МАЙОР ИОВАНКА БУДИСАВЛЕВИЧ СЧЕТАЛАСЬ ЗАКОННЫМ БРАКОМ С МАРШАЛОМ В 1952 ГОДУ. ЖЕНИХУ БЫЛО БЕЗ МАЛОГО 60 ЛЕТ! КТО ОН?

КАКАЯ РАЙСКАЯ ПТИЦА СИМВОЛИЗИРУЕТ ВЕЛИЧИЕ И БЛАГОПОЛУЧИЕ НА ГЕРБЕ СМОЛЕНСКА?

КТО ИЗ АРТИСТОВ СХЛЕСТНУЛСЯ С ГЕРОЕМ РАССКАЗА «МОНТЕР» МИХАИЛА ЗОЩЕНКО?

ШТАТ, СДЕЛАВШИЙ ТОМАТНЫЙ СОК ОФИЦИАЛЬНЫМ НАПИТКОМ

СТВОРКА РТА

«ЕСЛИ ... ЧЕШЕТСЯ, ЗНАЧИТ, ОНА ЗАЖИВАЕТ. ТОЖЕ И С ВОСПОМИНАНИЯМИ НЕ ЧЕШЕТЕ!»

С КАКОЙ РЕКОЙ СВЯЗАНО НАЧАЛО ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ 1812 ГОДА?

... ЗНАКОМСТВ

«КЛОУЕТ, И БРОСАЕТ, И СМОТРИТ В ... КАК БУДТО СО МНОЮ ЗАДУМАЛ ОДНО»

ЗЛЫЯ ПРОДЕЛКА

ДРУГ ГЕРБЕРТА УЭЛЛСА

КАКОЙ БОЛЕЗНИ СЛОВО «КАРАНТИН» ОБЯЗАНО СВОИМ РОЖДЕНИЕМ?

ДИКТАТОР, ПРИКАЗВАШИЙ ОДНАЖДЫ ЮЛИО ЦЕЗАРЮ РАЗВЕСТИСЬ С ЖЕНОЙ

КТО ХРАНИТ МУЖУ ВЕРНОСТЬ?

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ

БОГ ИНДУСОВ ВЕРХОМ НА ПОПУГАЕ


КАКОЕ СЛОВО «КАРАНТИН» ОБЯЗАНО СВОИМ РОЖДЕНИЕМ?

ОГУРЕЧНАЯ ЖИЖКА

КЕМ СЛЕПО ВОСХИЩАЮТСЯ?

ИТАЛЬЯНСКИЙ ШУТ

**ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** Спрос - Страх - Битум - Голова - Перст - Руффер - Лодка - Улика - Антен - Запись - «Сокол» - Пошив - Антракт - Джюли - Паря - Зной - Мир - Бра - Лиса - Урсувати - «Спортинг» - Тенор - Орайо - Ключ - Каверза - Сулла - Клуб - Мозм - Рана - Авотрасса - Арлекин. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** Дергустор - Альпинизм - Неман - Разговорник - Сальса - Тито - Тайцзи - Губа - Спас - Окно - Стул - Жена - Кама - Храп - Примус - Шуба - Чума - Рубило - Бравата - Раскол - Салют - Лого - Идол - Мельникова - Тамаян.



НОБЕЛЕВСКИЙ ДИПЛОМАТ

ХАВЬЕР ИЗ СЕРИАЛА «ЧЕРНАЯ ЛАГУНА»

ВЯЗАННЫЙ УТЕПЛИТЕЛЬ

«И ДО СИХ ПОР НИ ОДИН В МИРЕ ... НЕ ИЗБАВИТ МОЮ ГОЛОВУ ОТ ПАМЯТИ ЭТИХ КУРЬЕЗОВ»

ДРОТИК У ДРЕВНЕРИМСКОГО ПЕХОТИНЦА

ЖЕЛЕЗНОЕ ПРАВИЛО

РУМЫНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

СУСТАВНОЙ ...

ИСПОЛЬЗОВАТЬ СВОЙ ...

БЕСТАКТНАЯ ПРОСТОТА ОБЩЕНИЯ

СПОДВИЖНИК БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦКОГО

ЗАМОРСКИЙ РАЗМАХ

СМЕНА У НАТУРЩИКА

«ИНОГДА ВЗГЛЯД НА ... ПОМОГАЕТ УСПОКОИТЬСЯ»

ТРАНСПОРТ СЕРГЕЙ СЫРОЕЖКИНА ИЗ ФИЛЬМА «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»

В КАКОЙ ГОСТИНОЙ «АМУРЫ РАЗВОДЯТ»?

«ХОТЬ МАЛА ИГОЛКА, А ... БОЛИТ ДОЛГО»

КАМЕРА ОКЕАНОЛОГОВ

«... МОНЕТ ЗАТМЕВАЕТ БЕЛЫЙ СВЕТ»

ЭКЗОТИЧЕСКИЙ ФРУКТ

СМОТРИТЕ ФОТО

СВИДЕТЕЛЬ НА СУДЕ В ДРЕВНЕЙ РУСИ

ПРОПАВШИЙ СЫН КЛОУНА МАРЛИНА

ТАМОЖЕННЫЙ ...

... НАЕДИНЕ

«СЕЙЧАС АКТЕРЫ НЕ УМЕЮТ МОЛЧАТЬ, А КСТАТИ, И ГОВОРИТЬ» (НАША ВЕЛИКАЯ АКТРИСА)

«РУСЛО» ДЛЯ АКТЕРСКОЙ ИГРЫ

КАНАЛЕРАЛ С КОСМИЧЕСКИМ ЦЕНТРОМ

ОЧКИ НА ПАЛОЧКЕ

«СЛЕТ НА ЛЫСОЙ ГОРЕ»

РЕЖИССЕР ЖАН-ЛЮК ГОДАР ЖАЛЕЕТ ФРАНЦУЗСКОЕ ... ЗА ОТСУТСТВИЕ ДЕНЕГ, А АМЕРИКАНСКОЕ, «ПОСКОЛЬКУ НЕТ ИДЕЙ»

МЕЖДУ РАКОМ И ДЕВОЙ

НА КАКОМ ГАВАЙСКОМ ОСТРОВЕ СНИМАЛИ ФИЛЬМ «МОРСКОЙ БОЙ»?

ТИТУЛЬНАЯ

ЧАСТОЛЮБИВЫЙ МУЖЧИНА

СЕЗОН ШУБ И ПУХОВИКОВ

ОДНА ИЗ ДВУХ МЕКСИКАНСКИХ АКТРИС, КОТОРЫХ НОМИНИРОВАЛИ НА ПРЕМИЮ «ОСКАР»

ДЕТЕКТИВНЫЙ РОМАН «... БАНДЫ СПЕИЗА» АНГЛИЧАНИНА ДЖЕЙМСА ЧЕЙЗА

ЧТО НА СВОЕМ ГОРБУ ВОЛКУТ?

СУП СО ШКВАРКАМИ

ЧЕМ МЫСЛИ ВЫРАЖАЮТ?

«РАДИУС» ОБЩЕНИЯ

СИНГЛ ЕЛКИ

СОВСЕМ НЕ ТО, ЧТО НИЗ

«ЕСЛИ ПЫТАЕШЬСЯ УБИТЬ ..., ОН БУДЕТ ПЫТАТЬСЯ УБИТЬ ТЕБЯ»

ТКАНЬ, СИМВОЛ ГЛАДКОСТИ

ХИЖИНА ДЛЯ СЕМЬИ ЭСКИМОСОВ

ПОЧТОВЫЙ, НО НЕ ИНДЕКС

«ЛИКВИДАТОР» В КРЕМАТОРИИ

ЧТО ОТЯГОЩАЕТ ПРОСТУПОК?

«РАЗУМ ЧЕЛОВЕКА СИЛЬНЕЕ ЕГО КУЛАКОВ» (ФРАНЦУЗСКИЙ КЛАССИК)

КНИГА «... ОБЕТОВАННЫЙ» У ХАРУКИ МУРАКАМИ

НЕПРОЗРАЧНАЯ АКВАРЕЛЬ

ЯГОДА ДЛЯ ЯСНОГО ВЗОРА

РОСТИСЛАВ ПЛЯТТ В ФИЛЬМЕ «МЕЧТА»

**ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** Шарф - Нешуа - Лезгинка - Планибраторство - Небо - Сеанс - Батискаф - Небада - Разговор - Монета - Укол - Мыс - Контроль - Лорнет - Казанова - Оаху - Ноша - Верх - Язык - «Прованс» - Конеч - Борш - Рабре - Край - Иглы - Черника - Время - Шелк - Гуашь - Янук. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** Пилум - Маховиков - Канон - Послух - Будапар - Нация - Сырба - Немо - Шабаш - Амплитуда - Диск - Ящик - Риос - Круг - Шанс - Печь - Флюбер - Кино - Вина - Звон - Зима - Икс - Раневская - Кивано - Лев - Каиф - Роль - Хайек.



## БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



**Юлия МЕЛЬНИКОВА, 24 года, Самара:**  
- Хореография - дело моей жизни, занимаюсь танцами более 15 лет, сейчас я артистка танцевального проекта. Преподаю в студии. В ближайшем будущем хочу стать визажистом и совмещать два своих любимых дела.

**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**

- Я люблю сочетание красного с белым, в нем есть зимняя чистота, яблочная красочность и швейцарская аккуратность. Это платье для девушки с идеальной фигурой, и Юлия выглядит в нем просто прекрасно. Красные туфли - настоящее яркое аксессуар, что отсутствие украшений ничуть не умаляет нарядности образа. Нежность и снежность - лучший выбор для зимних праздников.



Письма с фото присылайте по адресу: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, Москва, 127287. На конверте напишите: «Будь стильной с «КП». Или на e-mail: miss@kp.ru

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



### АНЕКДОТЫ В НОМЕР

- Зачем у нас нужны эти дорогие бутики?  
- Сначала я веду жену в дорогой бутик, чтобы она присмотрела что-нибудь, а потом мы едем на рынок покупать китайский аналог у вьетнамцев.

\*\*\*

**Эх, рановато я сбросил доллар! Хорошо, что хоть второй оставил.**

\*\*\*

Отдел кадров районной больницы:

- У вас есть медицинское образование?

- Конечно, есть - 126 серий «Интернов» и все семь сезонов «Доктора Хауса»!

\*\*\*

**Знаете, у меня уже появились знакомые, чью нижнюю часть лица я никогда не видел.**

\*\*\*

- Пристрелите его, чтобы не мучился.

- Доктор! У нас частная клиника, а не государственная, здесь так нельзя.

\*\*\*

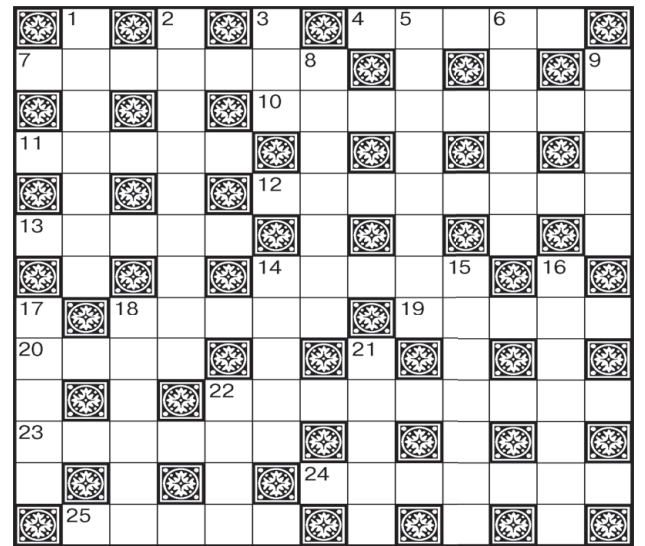
**Если у вас перед глазами начала проноситься вся ваша жизнь, то обратите внимание на то, какую смешную одежду вы раньше носили.**

Оставьте свой анекдот на сайте **kp.ru** в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на **kp.ru**



### КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4.**

Вариации на тему любви. **7.** Автомобиль «с солидной репутацией». **10.** Что в анекдоте самое смешное? **11.** Что имеет тенденцию расти в геометрической прогрессии? **12.** «Редко у кого терпение переходит в ...». **13.** «Река жизни свернула в тупиковое ... и норвит слиться с болотом!». **14.** Выбор игроков. **18.** Чья красота воспета и Михаилом Лермонтовым, и Александром Пушкиным? **19.** Что кофейно повышают? **20.** Что примиряет нас со смехотворностью жизни? **22.** Кулинарный протест. **23.** На какой из планет Солнечной системы ученые обнаружили северное сияние? **24.** Что покупает дама в трауре из рассказа «Дамское горе» Михаила Зощенко? **25.** В шекспировском «Отелло» что женщину сравнивают с едой.

Какого сравнения удостоился мужчина?

**ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Кто из патриархов нашей эстрады помог Елене Воробей с выбором звучного псевдонима? **2.** «Строитель» баланс. **3.** «Как прекрасен был этот ... до того, как обезьяна вышла в люди». **5.** «Король страха». **6.** Материал надувной лодки. **8.** «Отклик на простуду» у носа. **9.** Кого ловят за взлом компьютеров? **14.** У кого на уме только адские мысли? **15.** В каком из канадских городов особенно любят снимать свои фильмы звездный Дэвид Кроненберг? **16.** Какой подмосковный город считают официальным местом рождения МХАТа? **17.** Кондитер, придумавший «моцартовские шарики». **18.** Гриль для сухариков. **21.** Сыщик из дневника доктора Ватсона. **22.** Что женщину сравнивают с едой?

**ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4.** Флирт. **7.** Лимузин. **10.** Развязка. **11.** Долги. **12.** Смирение. **13.** Тупик. **14.** Драфт. **18.** Терек. **19.** Тоник. **20.** Юмор. **22.** Грех. **23.** Луна. **24.** Сметана. **25.** Брюхо. **ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** ТИКАЛИ. **2.** Винокур. **3.** Мир. **5.** Лавкрафт. **6.** Рязань. **8.** Насморк. **9.** Хеккер. **14.** Демон. **15.** Торнадо. **16.** Пушкитин. **17.** Фюрст. **18.** Тостер. **21.** Холмс. **22.** Грех.

### Прогноз погоды на завтра, 21 января

	ночью	днем	
Владивосток	-4...-1°	0°...+2°	<b>Давление - 764 мм рт. ст.</b> (норма для января - 750) <b>Относительная влажность воздуха - 75 %</b> (норма - 58 %) <b>Ветер - западный, 2,5 м/с</b>  <b>Восход - 08.38</b> <b>Луна - первая четверть</b> <b>Закат - 18.09</b>
Находка	-6...-2°	0°...+3°	
Уссурийск	-6...-1°	0°...+2°	
Астраханка	-8...-5°	-5°...-3°	
Терней	-14...-11°	-1°...+1°	

**СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!**

Если у вас есть:

- ТЕМА** для публикации
- ОТКЛИКИ** на статьи
- ЖАЛОБЫ** на доставку
- на качество печати

**Звоните нам!**  
**(495) 777-02-82**  
Ваше мнение для нас важно!

Для быстрого доступа на сайт просканируйте QR-код с помощью смартфона

**ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»**

■ Главный редактор, генеральный директор Владимир Николаевич СУНГОРКИН.  
■ Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

■ РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:  
О. НОСОВА (первый зам. главного редактора), А. ГАНЕЛИН (зам. главного редактора), А. ДЯТЛОВ (зам. главного редактора).

Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора), П. САДКОВ (зам. главного редактора), А. СЕМЕНЦОВ (зам. главного редактора), А. СЕДОВ (редактор отдела политики)

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

■ НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, 6-й этаж, Москва, 127287.  
Центральные 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

■ АО ИД «Комсомольская правда», 2021. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: (495) 970-19-51.

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы 50057, 31470, 32353 Тип. № 115

■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30  
■ ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2021», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

**Тираж этого номера: 172 704 экз.**  
Рекомендуемая цена 21 руб.

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

