

Сибирячка родила девочку- богатыря весом в 7 кг

Читайте на стр. 3 ▶



Республиканский перинатальный центр
Эхын Баар

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА **FM.KP.RU**
Иркутск 91,5 FM | Братск 99,5 FM
«ТЕМА ДНЯ»
Обсуждаем главные
события выходных
и понедельника - 18.00
radiokp.ru



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

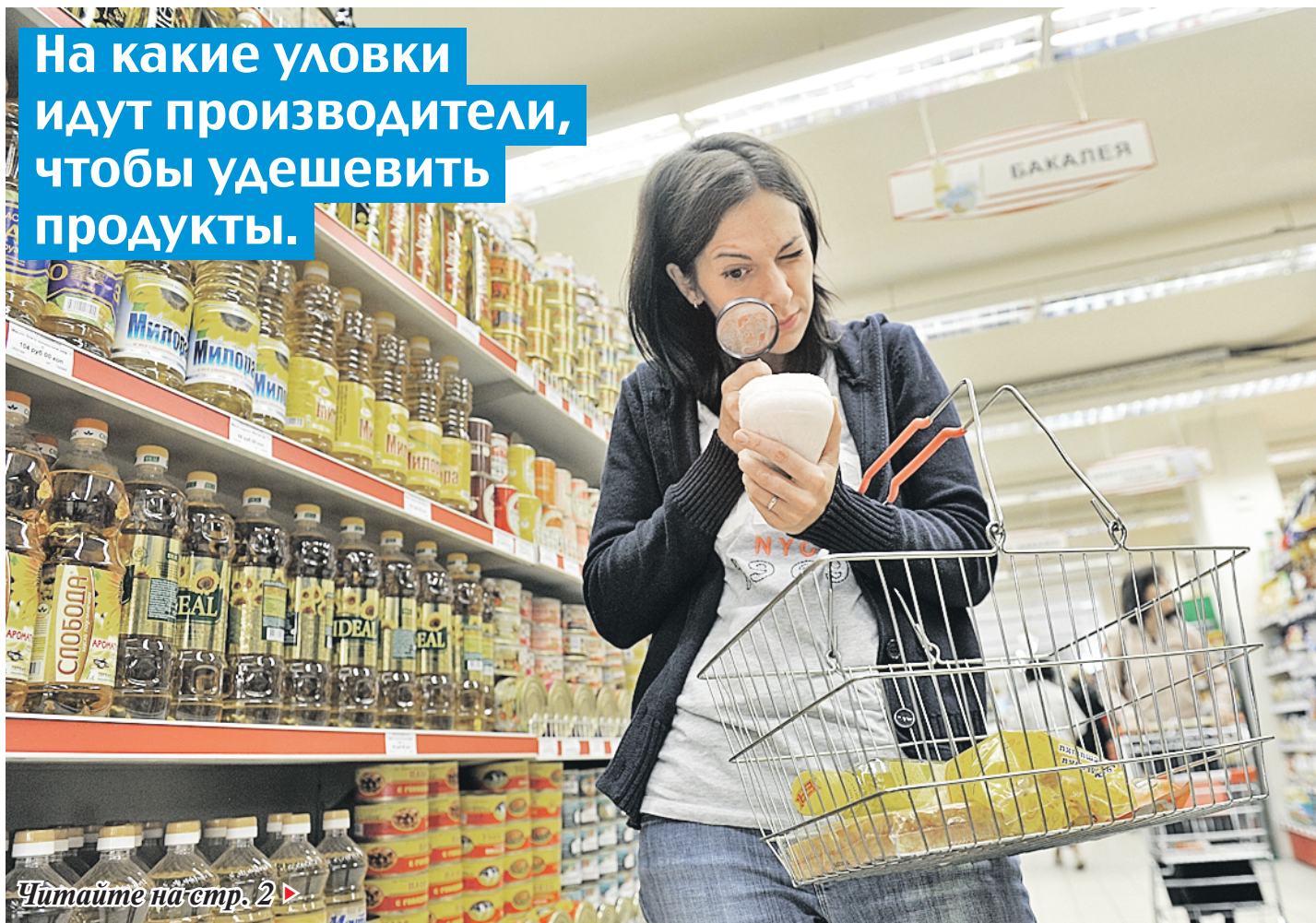
Понедельник, 20 октября
№ 79-п (27727-п)/2025 год

Газета нашего города • Иркутск

KP.RU **3 604 000**
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Сами мы не мясные

На какие уловки
идут производители,
чтобы удешевить
продукты.



Читайте на стр. 2 ▶



Наталья ВАРСЕГОВА/КП - Москва

Дело в шляпке

Наталья ВАРСЕГОВА

Оказывается, сбором грибов
можно заработать
сотни тысяч рублей за сезон.
Наш журналист попробовала
освоить нехитрое ремесло.

Грибники со всей России отмечают: урожай в нынешнем году отменный! А главный спонсор такого изобилия - теплое и влажное лето.

Продолжение на стр. 7 ▶

В Приангарье хирургам- имплантологам готовы платить по 400 тысяч рублей

Ангелина ОГЕР

Также в тройку
лидеров по уровню
доходов вошли
строители, повара
и IT-специалисты.

В Иркутске хирургам-имплантологам работодатели готовы платить 400 тысяч рублей. Также в лидерах рейтинга октября - инженеры IT-поддержки. По данным сервиса по поиску работы SuperJob, IT-специалисту предлагают

доход до 120 тысяч рублей в месяц.

- Хирургу-имплантологу, переезжающему в Иркутск из другого города, готовы возместить аренду жилья за первый месяц и вернуть

затраты на авиабилеты, - уточнили в пресс-службе сервиса.

IT-специалисту обещают премии, материальную помощь в сложных жизненных ситуациях, а также оплату проезда к месту отпуска и обратно. Также в тройку лидеров по уровню доходов вошли также строители с предложением от 80 до 150 тысяч рублей ежемесячно и повара-универсалы для ресторана, которым готовы платить от 70 до 120 тысяч рублей.



Евгения ГУСЕВА

В Иркутске на линию вышли два новых трамвая

Ангелина ОГЕР

Они будут
курсировать
по маршрутам
№1 и № 4.

В Иркутске на линию вышли два новых трамвая. Они будут курсировать по маршрутам №1 и 4. Вагоны уже прошли необходимый техосмотр. Транспорт купили на средства, полученные в виде субсидии из бюджета города. Поставка двух дополнительных кузовов ожидается в ноябре.



Администрация Иркутска

- Первый раз еду на новом трамвае. У него более плавный ход и торможение, удобные сидения, стоят камеры видеонаблюдения, - поделилась впечатлениями пассажир Алина Серебрякова.

Также в новых трамваях для комфорта людей с ограниченными возможностями здоровья, родителей с колясками и пенсионеров сделали удобный уровень пола, она в вагонах разный, как раз для комфорта передвижения.

Сами мы не мясные

Елена АРАКЕЛЯН

На какие уловки идут производители, чтобы удешевить продукты.

Заметила недавно с огорчением, что в пище «Маргарита», которая продается по дороге на дачу, стало меньше помидорок. А томатной пасты - больше. И вроде не поспоришь - пицца остается «Маргаритой». Но помидорки вкуснее пасты.

Оказывается, у этого явления и название есть - **скимпфляция**. Происходит от английского глагола *to skim* - скупиться, экономить. Это когда цена продукта остается той же, но более дорогие ингредиенты заменяются дешевыми. И покупатель за те же деньги приобретает на самом деле более дешевый товар - незаметно для себя.

О том, что россияне все чаще становятся жертвами скимпфляции, недавно заявил вице-спикер Госдумы Борис Чернышов. А сочетание скимпфляции со шринкфляцией (это когда ужимается упаковка товара - допустим, с литра до 0,9 л) в сумме дает стелсфляцию (в общем, совсем плохо).

Общая суть всех этих непонятных названий одна - производители, чтобы избежать видимого повышения цены, изощряются как только могут. Но если шринкфляция затрагивает только вес товара, то скимпфляция ведет к его ухудшению. И такие махинации простому потребителю заметить сложнее, чем уменьшение упаковки.

МЯ - ДО 40%

Скимпфляция - довольно распространенное явление. Торговая сеть формирует запрос, приблизительно определяет цену товара, а производитель думает, сможет ли он вписаться в эту стоимость. А если нет, то на какие изменения состава может пойти, чтобы удешевить продукт. Иначе он столкнется со сложностями при сбыте своей продукции. Потому что ключевым критерием при выборе большинства продуктов для многих россиян остается цена, - объясняет председатель правления Международной конфедерации обществ потребителей (КонфОП) Дмитрий Янин. - При этом, как правило, производители находят технологические решения, которые не противоречат законодательству. Именно поэтому бороться со скимпфляцией сложно: если все ингредиенты указаны на этикетке, производитель ничего не нарушил.

Возникло подобное скупердйство (давайте уж назовем явление русским словом) не сегодня. Оно характерно для всех периодов, когда продукты активно дорожают. В новейшей российской истории первая «волна» такого удешевления случилась еще в 90-е. Именно поэтому тогда наши прилавки завалили продуктами, которые выпускаются по техническим условиям производителя (ТУ) вместо ГОСТов. В товарах «по ГОСТу» рецептуру менять нельзя (если альтернативы не прописаны в самом стандарте).

И это только нам, несведущим потребителям, кажется, что подобными заменами много не сэкономишь. На деле же экономия может доходить до 30 - 40% от



стоимости продукта.

- Если в колбасе уменьшить долю мяса на 20 - 30%, себестоимость снижается примерно на 20 - 30 рублей за 100 граммов (это при средней цене 100 граммов вареной колбасы в 56 рублей по Росстату). Частичная замена молочного жира растительным дает экономию примерно 25 - 35%, - привел для «КП» примеры руководитель дивизиона «Молоко» группы компаний «Прогресс Агро» Антон Ефимов. - Для производителя это, безусловно, ощутимая выгода, особенно при росте цен на сырье. Правда, в долгосрочной перспективе - это потеря лояльности покупателя к продукту и бренду в целом.

- Крупные производители не занимаются этим или действуют крайне осторожно, потому что если теряется вкус, то потребитель почувствует изменения в продукте и станет искать замену, - успокаивает директор по аналитике NTech Леонид Ардалионов.

Но и производителей, которые живут одним днем, у нас предостаточно.

ЖЕРТВЫ МАХИНАЦИЙ

По каким товарам злодейка-скимпфляция бьет сильнее всего? Точной статистики на этот счет нет и быть не может. Для этого надо постоянно проводить экспертизу всех продуктов - что там изменилось. И все же определенные выводы можно сделать просто на основании их состава. Вместе с экспертами мы составили список продуктов, наиболее подверженных скимпфляции.

1 Сосиски, колбаса, пельмени, мясные полуфабрикаты.

- Самый безобидный пример: одно время более дорогую свинину стали заменять индейкой, которая по плотности мяса и вкусовым качествам похожа на свинину, - рассказывает руководитель Центра международного агробизнеса и продовольственной безопасности Российской академии народного хозяйства (РАНХиГС) Анатолий Тихонов. - Это не так уж плохо, индейка хотя бы диетическое и полезное мясо.

Сейчас все чаще говядину и свинину заменяют куриной. Сама заметила: в «говяжьих» сосисках, которые я уже года два покупаю в одном и том же месте, говядины практически не осталось - судя по вкусу, они превратились в куриные.

Но это действительно безобидные примеры: речь идет о замене одного вида мяса другим. Бывает и похуже.

- В колбасах, сосисках, пельменях увеличивают долю субпродуктов. Шкуры, жилы, внутренности перетираются и добавляются вместо мяса, - говорит Тихонов.

- Часть мяса заменяют соевым или растительным белком, - добавляет Антон Ефимов.

А еще производители-скимпфляторы (звучит как ругательство, правда?) могут увеличивать долю крахмала и воды в продукте. А чтобы такое изделие имело привлекательный для человека вкус, все это приправляется разными добавками - от специй до ароматизаторов и усилителей вкуса. По обилию добавок и можно вычислить, что на мясе производители сэкономили.

2 Йогурты и творожки «со вкусом».

Главный способ удешевления молочных продуктов - замена молочного жира на растительный, например, на пальмовое или кокосовое масло - у нас законодательно запрещен. Вернее, делать так можно, но тогда продукт должен называться не «молочным», а «молочкосодержащим». Например, вот так: «молочкосодержащий продукт с заменителем молочного жира, произведенный по технологии сыра».

- И это возможно отследить - спасибо Россельхознадзору и его системе «Меркурий», - ут-

верждает Анатолий Тихонов.

«Меркурий» - это база данных, в которой фиксируются все операции с продукцией животного происхождения. Она позволяет проследить весь путь товара - от производства до продажи в магазине.

Но простор для скимпфляции остается. Один из характерных примеров - йогурты и творожки с фруктовыми и ягодными добавками. Найти йогурт с настоящими ягодами и не в магазинах премиум-класса - это сейчас очень постараться надо. В основном они «со вкусом» - вместо настоящих фруктов, ягод и орехов используются ароматизаторы.

3 Кондитерские изделия.

В отличие от молочки, здесь замена молочного жира на растительный регламентами разрешается. Чем производители тортиков и десертов активно пользуются.

- Натуральное какао-масло также чаще всего заменяют на более дешевые растительные альтернативы, - рассказывает директор международной выставки продуктов питания WorldFood Moscow Александр Ежов.

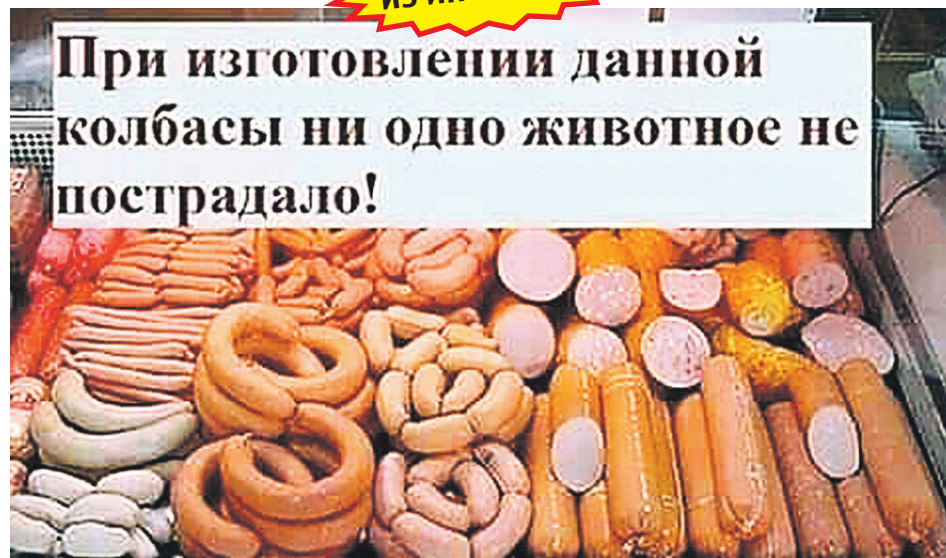
Тут есть свои фишки, известные в основном лишь очень грамотным сладкоежкам. Например, шоколад вправе называться шоколадом, если в нем содержится именно настоящее какао-масло (один из самых дорогих ингредиентов в кондитерской промышленности) и какао-порошок или тертое какао. А вот шоколадная глазурь, при всей ее внешней похожести, - совсем другой продукт. В нем допускается замена какао-масла на гораздо более дешевые растительные жиры.

4 «Напитки» вместо соков.

- Есть тенденция к увеличению доли воды в соках, из-за чего они превращаются в сокосодержащие напитки, - предупреждает Анатолий Тихонов. - Причем это характерно и для соков, которые поступают на наш рынок из «фруктовых» стран ближнего зарубежья.

Именно фраза «содержащий напиток» должна быть написана на упаковке такого продукта. Но обычно эта надпись не замечается, поскольку взгляд отвлекается на сочные яблоки или гранаты на той же упаковке - маркетологи знают, как нас обмануть, не нарушая закона.

ШУТКА ИЗ ИНТЕРНЕТА





20 октября 2025 года

НОВОСТИ ИРКУТСКА

КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА



№20 (211)

Сибирячка родила девочку-богатыря весом почти 7 килограммов

Виктория КУДАЕВА

У Татьяны Фунсы
это уже пятый ребенок.

- Дорогой, поздравляю, ты стал папой! Вес - 6700 граммов, рост - 66 сантиметров... - радостно объявила по телефону своему супругу Татьяна Фунса, едва немного отошла от родов и смогла взять в руки телефон.

Пауза... А дальше:

- Ты что, от наркоза еще не отошла? - недоуменно переспросил супруг.

Но акушеры подтвердили - у пары родилась девочка-богатырь. И это за много-много последних лет уникальный случай в их практике. Подробности - в материале КП-Иркутск.

«ПОЧЕМУ ОПЯТЬ НЕ БРАТ?»

Татьяне 37 лет, она живет в селе Хоринск и работает санитаркой в родильном отделении местной больницы. Ее супруг Денис младше ее на семь лет.

- Мы поженились в 2020-м году. На тот момент я уже долгое время находилась в разводе, одна воспитывала троих детей - двух дочерей и сына: Анну, Наталью и Ярослава. Сейчас им 19, 17 и 9 лет, - рассказывает Татьяна Фунса.

Супруги познакомились еще задолго до свадьбы - больше 15 лет назад. Денис - младший брат близкой подруги сибирячки.

- В какой-то момент он начал проявлять ко мне знаки внимания, ухаживать. Мы стали ближе общаться. Но я очень сильно переживала за реакцию детей, не знала, как они воспримут новость. Но Денису удалось с легкостью найти с ними общий язык. Сын обожает проводить с ним время, ходить на рыбалку, готовить шашлыки, чинить технику - всему, чему обычно учит отец. А когда мы решили узаконить наши отношения, Денис официально усыновил Ярослава.



Татьяна
назвала дочку
Валерией.

родилась девочка - Динара. Он ее безумно любит, она заменила ему брата. О новой беременности я узнала в начале года. Мы шли к этому осознанно. Но когда узнали пол ребенка, сын немного расстроился: «Почему опять девочка?» (смеется).

«КАЗАЛОСЬ, РЕБЕНОК ДОСТАЕТ МНЕ ДО ЛЕГКИХ»

Пятая беременность протекала спокойно. Но на третьем месяце у сибирячки обнаружили гестационный сахарный диабет (тип диабета, который диагностируют при беременности - Ред.). Татьяне назначили строгую диету и инсулинотерапию.

- Раньше проблем с сахаром у меня никогда не было, перед беременностью я проходила полное обследование. К слову, уже спустя четыре дня после родов показатели сахара вернулись к норме. К счастью, здоровью ребенка это никак не навредило. На УЗИ специалисты заранее предупредили меня: «Вы сами девушка крепкая, значит,

После свадьбы супруги начали мечтать о совместных детях.

- Ярослав начал требовать себе братика (смеется). Но в итоге

и ребенок будет крупным. Готовьтесь максимум к пяти килограммам». Да и старшие мои дочери появились на свет с немаленьким весом - каждая по 4 кг.

Живот стремительно увеличивался. Татьяна признается, что на последних двух месяцах беременности ей уже было тяжело передвигаться.

- Казалось, что ребенок достает мне уже до легких, было тяжело дышать. Рожать я планировала сама. За несколько дней до предполагаемой даты родов, на 39-ой неделе беременности, легла в больницу. Утром 11 октября я почувствовала, что встреча с дочкой уже близко. Ощущала, что живот вздут. Меня направили в родильный зал...



Малышка выглядит как трехмесячный младенец.

КУПЛЕННАЯ ОДЕЖДА УЖЕ МАЛА

Однако вскоре понятно, что родить самостоятельно Татьяна не сможет. Врачи оперативно приняли решение провести кесарево сечение. Девочка появилась на свет в 8:45 утра.

- Когда мне сказали, что вес дочки 6700, а рост 66 сантиметров я была в шоке. Еще бы ей не давить мне на легкие, это же больше полуметра роста! Для медиков это тоже стало сюрпризом. Дочку сразу забрали, и в течение первых суток внимательно следили за ее состоянием, регулярно измеряя уровень сахара в крови. К счастью, все благополучно!

Девочке дали имя Валерия. По своим физи-

ческим параметрам новорожденная выглядит скорее как трехмесячный младенец.

- Тяжело держать на руках. Подолгу не проносишь, - признается Татьяна. - Вся одежда, которую мы с мужем приобрели заранее, оказалась мала. Пришлось снова отправляться за покупками. Денис бегал по магазинам и пытался объяснить продавцам ситуацию: «Нам нужен комбинезончик на новорожденного, размер 70-й». Люди смотрели на нас с недоумением: «Это разве для новорожденного?!»

Малышке всего несколько дней от роду, но она уже стала звездой социальных сетей и новостей. Валерию окрестили ласковым прозвищем «девочка-богатырь».

- В соцсетях многие пишут: «Ого, видимо, папа у вас великан!» - смеется Татьяна. - Те, кто лежал со мной в роддоме, постоянно подходили и просили взглянуть на мою необычную малышку. Приходится каждому объяснять: «Нет, Валерия - обычная девочка. Ни я не киборг, ни муж не мутант. Мой рост - 170 см, а муж ниже меня на десять сантиметров и весит всего 60 килограммов». Порой задумываюсь, почему природа решила наградить нас таким большим ребенком? Быть может, у нее особая миссия или большое будущее впереди. Время покажет.

Мама и малышка чувствуют себя отлично. 15 октября их выписали из роддома домой.



Самые важные новости,
фото и видео -
в телеграм-канале
«КП» - Иркутск»

ШОК!

Мать собирала деньги на похороны живого сына

Татьяна ИВАНОВА

Она сообщила
в городском чате,
что мальчик погиб,
намеренно.

В Саянске Иркутской области разгорелся невероятный скандал. 26-летняя женщина, мать 6-летнего мальчика, написала в городском чате, что ее сын трагически погиб. Это было в мае 2025 года. Проникшись горем,

люди начали собирать деньги на похороны.

Но нашлись и те, кто решил проверить историю. К удивлению выяснилось, что ее сын жив и здоров. Женщину сразу же обвинили в обмане. Более того, в социальных сетях появилась информация, что она жестоко обращается со своими детьми и даже выкладывает видео с наказаниями в интернет.

- Полицейские провели про-

верку и составили на женщину административный протокол за мелкое хищение денег, - сообщают подробности в ГУ МВД по Иркутской области. Так как семья уже давно состоит на учете у инспекторов по делам несовершеннолетних, все материалы были переданы следователям.

СК уже завел уголовное дело. Прокуратура города также подключилась к процессу: она проведет собственную проверку, чтобы оценить, как в этой семье соблюдались законы о защите прав детей, и проконтролирует расследование уголовного дела.

Искусство полета

Елизавета ГРИГОРЬЕВА

Воздушная гимнастика захватывает сибиряков.

Кажется, что они умеют парить над землей и совершенно не боятся высоты. Это воздушные гимнасты, за магией полета которых стоит вовсе не чудо техники или природные данные, а, прежде всего, огромный труд. Если вы хотите прикоснуться к этому искусству, мы расскажем о подходящем возрасте для начала, необходимой экипировке и том, что дарят эти занятия.

ПЕРВЫЕ ШАГИ

В каком возрасте начинать заниматься воздушной гимнастикой? Как правило, специалисты советуют знакомить детей с этим видом спорта в 5-6 лет. К этому возрасту ребенок будет готов к физическим нагрузкам. А они обязательны – без этого в «небо» не подняться. Гимнастика требует не только гибкости, но еще и силы, выносливости, координации. Зато те, кого это направление увлекло, могут похвастаться отличной фигурой, а также грацией, плавностью движений, красивой осанкой.

При этом, о полетах на большой высоте в первое время и речи быть не может. По словам тренеров, сначала дети осваивают трюки, лежа на полу. И только потом поднимаются в воздух. Первоначальная грань для юного гимнаста может достигать всего нескольких сантиметров. Но это отнюдь не значит, что и соревновательная история для спортсмена начнется только через годы тренировок. В Иркутской области есть и свои маленькие звездочки в воздушной гимнастике. Так, 8-летняя спортсменка из Пивоварихи уже стала победительницей Всероссийских открытых соревнований по воздушной гимнастике «Небофест» в Красноярске. Кстати, педагог секции в Пивоварихе – Екатерина Крайнова, президент федерации воздушной гимнастики Иркутской области.

ПО ПУТИ СМЕЛОГО ФРАНЦУЗА

Отцы-основатели воздушной гимнастики – цирковые артисты. А точнее, француз Жюль Леотар, который в ноябре 1859 года первым продемонстрировал широкой публике номер «Перелет с трапеции на трапецию». В течение нескольких минут он держал зрителей в напряжении, совершив под куполом цирка восемь простых перемещений между тремя трапециями. А кроме того, сделал и вовсе невиданное – сальто. Надо ли говорить, что у пришедших в тот день в цирк дыхание перехватило от страха и восторга одновременно. Всеми этому, по легенде, Жюль научился сам, а наиболее рискованные упражнения отрабатывал над поверхностью воды в бассейне.

С годами число последователей смелого француза росло. При чем, чем дальше – тем больше. В начале 21-го века это уже не увлечение избранных, а занятия для тех, кто за-

ВАЖНО!

0 плюсах...

- + Формируется правильная осанка, развивается сила и гибкость, растяжка.
- + Вырабатывается чувство ритма, артистизм, так как программы исполняются под музыку.
- + Стремление к цели развивает упорство и терпение, постоянные тренировки учат жить в графике, рационально использовать время.
- + Расширяется кругозор. На различных соревнованиях можно познакомиться со своими сверстниками из других городов, уже в юном возрасте попутешествовать по стране.

... и минусах

- Как и в любом виде спорта здесь возможны травмы. Важно соблюдать указания тренера и технику безопасности.
- Усталость от нагрузок. При излишнем стремлении к высоким результатам есть риск переоценить свои силы. Следует соблюдать возрастные нагрузки.
- Воздушная гимнастика – вид спорта, где фигура имеет значение. Впрочем, даже при обычном графике тренировок лишний вес вряд ли наберешь – все калории израсходуются с лихвой.

Для девочек отдельное преимущество – красивая и подтянутая фигура.

Выступления завораживают и приводят публику в восторг!

интересован в физическом саморазвитии и ищет направление, соединяющее в себе спорт, театр и музыку.

Относительно недавно – около двух лет назад – воздушная гимнастика в России была официально признана видом спорта. В этом году весной были утверждены правила. Теперь есть возможность проводить официальные соревнования, формировать сборные команды, а также включать дисциплины воздушной гимнастики в программы детско-юношеских спортивных школ. Также лучшим могут быть присвоены спортивные разряды. Считается, что мастерство владения собственным телом на кольцах, стропах и полотнах осваивают около 30 тысяч человек по всей России, из них несколько сотен – в Приангарье.

КОНКУРЕНЦИЯ РАСТЕТ

В Иркутске регулярно проводятся соревнования по воздушной гимнастике. В частности, в начале лета в «Байкал-Арене», где также размещается секция по этому виду спорта, прошли чемпионат и первенство Иркутской области по воздушной гимнастике. В турнире приняли участие 120 атлетов из разных городов региона. Как говорят и тренеры, и сами выступающие, состязаться было сложно – уровень программ очень высокий, как и конкуренция. И в целом, по оценке Екатерины Крайновой, президента региональной федерации воздушной гимнастики, сейчас в Приангарье – бум этого направления. Число желающих заниматься увеличивается, соответственно и на стартах аншлаги. Зрители в восторге – соревнования смотрятся как профессиональное театрализованное представление.

В ДЕТАЛЯХ

Инвентарь имеет значение

- ➔ воздушное полотно – здесь гимнаст работает с двумя свисающими полотнами ткани;
- ➔ воздушное металлическое кольцо;
- ➔ воздушные стропы, где в распоряжении спортсмена – две прочных петли для выполнения элементов.

А вот на тренировках присутствие публики не приветствуется, даже если речь идет о родителях. Гимнастам необходима максимальная концентрация, а посторонние отвлекают, тем самым повышается риск травм. Считается, что закрытые занятия создают комфортную атмосферу для воспитанников, и позволяют тренеру сосредоточиться на процессе обучения.

■ КОНКРЕТНО

Подходит и девочкам, и мальчикам

Красота и грация воздушной гимнастики создают миф о ее исключительной «женственности». Но это заблуждение. Кажущаяся невесомость спортсмена – результат тяжелой подготовки, где нужны крепкие мышцы и цепкая хватка. К примеру, стропы: это суровая силовая работа, чтобы удерживать и перемещать собственное тело. По нагрузке это сопоставимо с воркаутом или скалолазанием. За одну тренировку выполняется свыше 100 подтягиваний! Так что мальчику в воздушной гимнастике есть, чем заняться. Он сможет не только комплексно укрепить тело, но и прокачать характер: побороть страхи, стать дисциплинированным и увереннее в себе.

Аналитический ум, умение принимать решения приобретет ребенок во время занятий.



Михаил ФРОЛОВ

Ход конем!

Елизавета ГРИГОРЬЕВА

Умный спорт в шаговой доступности.

Кто из нас хотя бы раз в жизни не пытался научиться играть в шахматы? Сегодняшние дети идут по стопам взрослых и примеряются к этой игре, мечтая о лаврах гроссмейстера. Мы выяснили, что возможностей освоить шахматы в Иркутске, пожалуй, больше, чем в любом другом виде спорта. Аналогичная история с шашками - есть масса секций, где ждут желающих сразиться бело-черными. Как записаться? Расскажем самый простой путь!

УЧИТЬСЯ У ЧЕМПИОНА

Открываем портал дополнительного образования детей «Навигатор.38», набираем в поисковой строке «шахматы» и вуаля - перед нами три страницы с адресами секций. Сегодня соответствующие кружки есть практически при каждой школе или учреждении дополнительного детского образования. Можно выбирать по местонахождению, времени занятий и способу оплаты. Большинство из предложенных вариантов - совершенно бесплатные, поскольку финансируются из бюджета. Теперь поищем «шашки» - вариантов еще больше! Например, шашечный кружок есть во Дворце творчества на Желябова в Иркутске. Узнаем информацию о педагоге и впечатляемся. Дмитрий Никифоров - мастер спорта России по шашкам, чемпион России среди юношей, чемпион мира среди юношей до 20 лет, обладатель спортивного звания «Гроссмейстер России» и лучший спортсмен Иркутской области 2022 года по неолимпийским видам спорта. В общем, спортсмен са-

мого что ни на есть высокого уровня.

Если в шахматы, в основном, принимают с 7 лет, то в шашки берут и дошкольников. В том же Дворце творчества запись с 5 лет. Но даже в столь юном возрасте для результата важна дисциплина - занятия желательно не пропускать. Они проходят 3 раза в неделю по 2 часа. Дети должны научиться разыгрывать партии, рассчитывать ходы на опережение, принимать решения в условиях ограниченного времени.

ДЛЯ ВСЕХ ВОЗРАСТОВ

Скажите, что возможности есть только для детей? Ничего подобного! В Иркутске действуют городские шахматные клубы, задача которых - популяризация шахмат среди горожан и пропаганда здорового образа жизни. Приходят и люди весьма преклонного возраста, и молодежь, все, кто готов напрячь мозги или стремится совершенствоваться.

Освоить в клубе можно как классические шахматы, так и альтернативные направления: таврели, го и сянци. Напомним, таврели - старинная интеллектуальная игра. Внешне она похожа на классические шахматы, однако, гораздо сложнее и захватывающее. Игроки не рубят фигуры, а берут их в плен, саму башню передвигают по верхней таврели, а это, кстати, учит мыслить в трехмерном пространстве. Сянци или «китайские шахматы» - традиционная игра для двух игроков. Главная задача заключается в атаке генерала противника таким образом, чтобы партнер не имел никаких возможных ходов, которые позволяют избежать «взятия» генерала. В общем, если хотите быть шахматистом - будьте им! Условия для этого есть, дело за вами.

А В ЭТО ВРЕМЯ

Английская игра с сибирским размахом

Елизавета ГРИГОРЬЕВА

Поговорим о дартсе.

Просто и сложно одновременно - это про дартс. Кажется, что нет ничего мудреного - взял дротик, прицелился, замахнулся. И промахнулся! Именно так, потому что нетренированному человеку с ходу попасть в десятку практически невозможно. Неслучайно про дартс говорят: количество переходит в качество. Итак, как стать профессиональным дартсменом? Рассказываем детально.

ПОХОЖ НА ПУЛЕВУЮ СТРЕЛЬБУ

Если составлять рейтинг самых демократичных видов спорта, то дартс будет претендовать на лидерство. Еще бы - особых условий не нужно, требований к возрасту спортсменов практически нет. Как говорится, доступен и пионерам, и пенсионерам. Правда, думать, что для дартса можно быть в любой физической форме - ошибочно. Практика показывает, что высокие успехов добиваются те, кто не пренебрегает занятиями в спортзале, укрепляет мышцы. В этом смысле дартс похож на пулевую стрельбу, а также стрельбу из лука и арбалета. Главный же навык, который необходим атлету - это умение сконцентрироваться на 100%.

ПОПУЛЯРЕН СРЕДИ СТУДЕНТОВ И ЗАВОДЧАН

Дартс игра востребованная, в том числе, среди рабочих заводов. К примеру, иркутские авиастроители устраивают турниры по дартсу в обеденный перерыв. Отмечают, что проходят состязания азартно и весело. Один из победителей признался, что специально попадать дротиками в цель не тренировался, но раньше занимался пулевой стрельбой - эти навыки как раз пригодились. Определяют самого меткого дартсмена нефтяники - как среди персонала на вахте, так и между офисными работниками. Соревнуются в дартс студенты - будущие педагоги, аграрии, инженеры. Год назад, кстати, на студенческой спартакиаде на голову выше соперников оказались железнодорожники - представители профильного вуза показали исключительный результат, набрав 1268 очков и опередив оппонентов более чем на 600 очков.

МЕТОДИЧНОЕ ОТТАЧИВАНИЕ МАСТЕРСТВА

Нашел своих сторонников дартс и среди людей с ограниченными возможностями. На тренировках они находятся в равных условиях с другими дартсменами. Кроме того, это отличная возможность для социализации, поиска единомышленников. В Иркутске регулярно проходят соревнования по дартсу среди особых спортсменов, в частности, с поражением опорно-двигательного аппарата, с нарушениями слуха. Как отмечают тренеры, в дартсе нет тренировок через боль, пот и слезы. Зато есть методичное оттачивание мастерства - чем больше выполнил бросков на занятии, тем больше вероятности, что на стартах получишь уверенный результат. Также важно изучать тактику ведения поединка и все возможные схемы построения игры, которых существуют тысячи.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

Настоящие профи не играют в дартс из магазина спорттоваров. На соревнованиях используют качественные мишени из спрессованного волокна агавы, которым не страшны попадания в большом количестве. Схожая история и с дротиками. Их подбирают под себя по длине, весу и даже по форме оперения.

Пять лет назад в Иркутске был открыт первый профессиональный дартс-клуб. К этому приложили усилия две областные федерации - бильярдного спорта и дартса. Здесь установили профессиональные мишени, что позволяет проводить официальные соревнования не только всероссийского, но и международного уровня. Сейчас здесь постоянно - то тренировки, то соревнования. Можно уверенно констатировать: игра английских джентльменов, так еще называют дартс, нашла своих поклонников среди сибиряков и не сдает позиций.

ИЗ ИСТОРИИ ДАРТСА

История дартса уходит корнями на три столетия назад, в Англию. Считается, что первоначально это было развлечение солдат, которые в перерывах между сражениями метали укороченные стрелы в мишени из спила дерева или даже в днище винной бочки. Деревянная основа имела естественные трещины-секции, которые и легли в основу будущей разметки. Знаковый прорыв произошел в 1896 году, когда простой, казалось бы, плотник разработал и запатентовал классическую секторную разметку мишени с цифрами от 1 до 20. Любопытно, что расположение чисел, которое кажется хаотичным, было продумано специально, чтобы наказывать за неточность и поощрять за мастерство. Эта система, с небольшими изменениями, используется по сей день.



Попасть в мишень просто?
 А вы попробуйте!

Владимир ВЕЛЕНГУРИН

Елизавета ГРИГОРЬЕВА

Рецепт иркутских моржей.

Я мороза не боюсь - и с разбега окунусь! Так могут сказать о себе моржи - люди, увлеченные погружением в холодную воду. В обычной жизни они одеваются по сезону, носят пуховики и варежки зимой. Но пару раз в неделю преобразуются и демонстрируют чудеса смелости.

В КУПАЛЬНИКАХ НА ФОНЕ ОСЕНИ

Десятки людей в купальниках у воды - все, как на летнем пляже. Но листья на деревьях - желтые, а ветер далеко не теплый. Прохожие в куртках, поеживаясь, поглядывают на энтузиастов, которые не только принимают солнечные ванны, но и собираются заходить в воду. А им все ни почем. «Кто купается, тот улыбается», - говорят они про себя. Повод для радости есть - иркутские моржи открывают сезон в последнюю субботу сентября, всего за несколько дней до первого осеннего снегопада. День выдался солнечным, хотя и пасмурная погода никого не пугает. Даже наоборот - когда воздух холодный, вода даже согревает.

На этот раз было разыграно целое костюмированное представление на тему «как в Прибайкалье моржи появились».

- В прежние годы открывали сезон вполне буднично, в этом году решили - пусть будет празднично, - рассказывает Алексей Чупин, руководитель клуба «Моржи Иркутска и Байкала». - Готовились несколько месяцев, продумывали сценарий, приглашали гостей. Участников собралось около 50 человек - это, конечно, далеко не все моржи нашего города.

По его словам, настрой единомышленников - важная составляющая процесса моржевания. В одиночку человек может долго настраиваться перед тем, как зайти в воду. А пример других вдохновляет и снимает страх перед холодом.

- Мы не устаем повторять, что моржевание не дает адаптацию к холоду, но помогает не бояться его, - добавляет Алексей. При этом, многие из тех, кто сам спокойно погружается в холодную воду, отмечают, что для них - это любовь сразу и навсегда. Опыт показывает, что если первое погружение «не зашло», то настроится на повторение человеку крайне затруднительно. А если новое занятие пришлось по душе - то холодные процедуры становятся регулярными, и тех, кто не прочь окунуться, можно увидеть каждую субботу на набережной Ангары. Сначала 20-минутная зарядка. Затем - собственно водные процедуры. Они длятся от 20 секунд до нескольких минут в зависимости от подготовки участника.

Победить страх над холодом



Увлечение не для каждого, но многие, попробовав раз, не могут остановиться.

Юлия ПЫХАЛОВА

Тем самым купальщики опровергают известную поговорку - держи голову в холоде, а ноги в тепле. Поступая ровно наоборот, тем не менее, они себя вполне прекрасно чувствуют.

ВОДА ПЛЮС ДЕСЯТЬ - В САМЫЙ РАЗ

С недавних пор в стране официально появился еще один вид спорта - зимнее плавание. С апреля 2022 года оно включено в реестр спортивных направлений Минспорта России. По правилам, атлеты должны преодолеть дистанцию на открытой воде температурой ниже +16 градусов. Допускается, смешение с ледяной шугой или снегом. Также есть и День зимнего плавания - он отмечается 23 декабря.

Наш Байкал прекрасно подходит под условия - температура в озере даже летом редко поднимается выше +10. Плыви себе на здоровье. Что и

сделали в июле этого года одиннадцать атлетов из разных городов России - Иркутска, Омска, Архангельска, Нового Уренгоя, Москвы, Благовещенска. В их числе - два рекордсмена книги рекордов Гиннеса за первое и единственное пересечение Берингова пролива в эстафете. На этот раз спортсмены стали участниками еще одного исторического события - первого в мире патриотического заплыва вдоль берегов Байкала, продлившегося 18 дней и 196 часов в воде. За это время

ФАКТ

Ледяной душ - для всех!

«Закаленная Россия - Сильная страна» - такая акция в предпоследнюю неделю декабря уже стала традиционной. В этот день желающие по всей стране в 10:00 по местному времени проводят флешмоб по массовому обливанию холодной водой, погружаются в воду океанов, морей, рек и других природных водоемов. Также организуются соревнования по зимнему плаванию. Цель - продемонстрировать, что россияне - люди закаленные, и вместе с тем, привлечь внимание к здоровому образу жизни.

участники преодолели расстояние в 620 километров. Стартовав в Северобайкальске, команда финишировала в Слюдянке, где возложила цветы к памятному камню подводникам. Сам заплыв посвятили героям Великой Отечественной войны и тем, кто сегодня защищает Родину.

Участвуют иркутяне и во всероссийских соревнованиях. К примеру, наши спортсмены завоевали сразу десять медалей на финальном этапе Кубка Федерации зимнего плавания России «Русский открытый Кубок Тихого океана 2024» Владивостоке. Их соперниками стали более 200 человек из разных регионов России и зарубежья - гости из Китая, Монголии и Белоруссии. Турнир во Владивостоке проводился в круглом бассейне с морской водой температурой - 12,4 °С. Для сравнения - в обычных городских бассейнах, где обывателям нередко кажется, что на дорожках - прохладно, рекомендуемая температура воды + 27 градусов.

■ КСТАТИ

Бегать и закаляться одновременно

У иркутян новое увлечение - закалбег. Или как его еще называют фространнинг. Его поклонники отмечают, что это не только физическая нагрузка, но и во многом - психологическая разгрузка. Организм настолько концентрируется собственно на забеге, что все проблемы и сложности уходят на второй план. Полчаса - и ты словно заново родился, особенно, если все сделано «по науке» - собственно бегу предшествовала утренняя зарядка, обтирания прохладной водой, чтобы взбодриться. На пробежку подготовленные спортсмены выходят налегке - женщины в топах, мужчины - с голым торсом. Никаких штанов с начесом - легкие шорты или леггинсы. В общем, как летом.

- Конечно, следует слезить за тем, чтобы не переохладиться. Начинать постепенно рассказала о своем опыте одна из сторонниц фространнинга. - Снимать кофту, когда согрелся, но еще не вспотел. Первый раз пробовала закалбег с клубом «Моржи Иркутска и Байкала» зимой в мороз, снимала кофту совсем ненадолго. Руки, нос, живот краснели, а настроение улучшалось мгновенно. Сейчас бегуны готовятся к готовиться к традиционному «Мандариновому забегу», который состоится 28 декабря. Старт в 10.00 на острове Конный.

Газета распространяется совместно с газетой «Комсомольская правда» - Иркутск».



НОВОСТИ ИРКУТСКА

Директор - С.И. ГОЛЬДФАРБ.
Главный редактор - Н.Г. ЛЫТКИНА.
Учредитель - ООО Агентство «Комсомольская правда - Байкал».
Адрес редакции: 664047, г. Иркутск, ул. Партизанская, 75.
Для писем: 664009, г. Иркутск, а/я 194. Тел. (3952) 208-001.

Газета «Новости Иркутска» зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Иркутской области. Свидетельство ПИ № ТУ38-00894 от 27.05.2016 г.
Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям

Периодичность выхода - 2 раза в месяц.
Издатель - ООО Агентство «Комсомольская правда - Байкал».
Адрес издателя: г. Иркутск, ул. Партизанская, 75.
Для писем: 664009, г. Иркутск, а/я 194. Тел. (3952) 208-001. Распространяется бесплатно.

12+



Окончание.
Начало на стр. < 1.

Дело в шляпке

- Но одной погоды недостаточно, - погружает нас в грибную реальность миколог-любитель, сооснователь бренда «Грибы Да! Ягоды» Максим Елизаров. - Многое зависит от состояния грибницы (корневой системы), которая раз в несколько лет словно рождается заново. Поэтому урожай даже при благоприятных погодных условиях может быть не очень, а иной раз и наоборот.

В этом году, судя по всему, сошлось все - и состояние грибницы, и погода. Рослесхоз уже отапортовал: в прошлом году на арендованных лесных участках заготовили 56 тысяч кг грибов, а в этом уже в 5 раз больше - 266 тысяч кг. Впрочем, арендованных участков в стране 1 млн гектаров. Это всего 0,09% от всех российских лесов. Маловата, конечно, официальная выборка, но все равно показательна. А стихийный сбор вряд ли кто-то сможет подсчитать.

По закону любой россиянин может сдать излишки собранного урожая за деньги и не платить при этом налоги. Скупают грибы предприниматели на специальных пунктах сбора (объявления можно найти в интернете). Принимают дары природы также кафе и рестораны; найти оптовых покупателей можно на базах, рынках, на специализированных сайтах. Так что варианты заработать на тихой охоте копеечку есть. Впрочем, не копеечку даже... В урожайный год иные сборщики выручают за сбор грибов до миллиона и более рублей!

Мы с мужем тоже решили попытаться счастья в лесах Кировской области. Тем более что грибов там в этом году больше, чем комаров. Прихватили ведро побольше и отправились в чащу.

ПРАВИЛА СБОРА

Максим Елизаров в грибах знает толк. Поэтому мы и пошли на тихую охоту именно с ним. И первое, за что нам влетело от профессионала, так это за наше ведро.

● **Правило № 1** для промышленного сборщика - хорошо вентилируемая тара. Это может быть корзина или пластиковый сетчатый ящик из-под фруктов, чтобы довести грибы до пункта сдачи в товарном виде.

● **Правило № 2.** Надо знать сроки хранения грибов. Самый продолжительный у лисичек (5 - 7 дней при температуре 0,5 - 2 градуса), самый короткий - у белых грибов (несколько часов).

● **Правило № 3.** При промышленном сборе наиболее ценятся молодые грибы - 400 рублей за кило. Продаются супруги-пенсионеры. Собирают в тайге на границе с Коми, ночь везут до Кирова и за день распродают все без остатка. Рядом женщина торгует лисичками по 250 рублей за кг и груздями - 1000 рублей за пятилитровое ведро. На московских рынках цены в разы удивительнее. Свежие лисички - от 500 рублей за кило, белые - от 1500. Свеже-

ядовитые виды региона (их меньше, чем съедобных). Развивать грибной кругозор можно с помощью опытных грибников, микологов, справочников, посещения грибных экскурсий.

- **Что в первую очередь важно понимать сборщику грибов?** - спрашиваю.

- То, что денег за это дают немного. Поэтому важны объемы. В сезон сборщик уходит в лес на весь день - от восхода до заката. Набирает по максимуму. Если год грибной, то за день реально набрать 150 кило. Допустим, у вас только белые грибы. В среднем цена будет по 200 рублей за килограмм. Итого - 30 тысяч в день. Поэтому в дальних деревнях, где работы практически нет, люди семьями уходят в лес на сборы. За два месяца можно хорошо заработать.

Заготовитель дикоросов Игорь Казаков позже расскажет, что в их пункты приема, которые они организуют в разных деревнях на Вятке, люди приносят и по 200, и по 300 кг. Приемщик внимательно оценивает урожай, убирает неликвид, взвешивает и тут же расплачивается наличкой.

- Еще можно зарабатывать на заказах, например, от ресторанов, - обучает тонкостям бизнеса Елизаров. - Набираете заказы, собираете грибы строго под эти потребности и потом развозите. Такие услуги обычно дороже раза в полтора.

И ПОД БЕРЕЗОЮ, И ПОД ОСИНОЮ

Мне попались два больших белых гриба-боровика. Красавцы чуть прикрылись осенней листвой и, хочется верить, ждали именно меня.

- **Срезать или выкручивать?** - интересуюсь у грибника.

- Без разницы, - отвечает. - Грибнице все равно, как мы с нее срываем плодовое тело. Это как яблоко и яблоко. Сорвем ли, откусим ли, упадет ли само яблоко - ничего с

деревом не случится. Поэтому делайте как вам удобно.

Сентябрь и октябрь - время опять осенних. Они везде, ни одного пенька не пропускают. Сидят кучно, как мы в автобусе в час пик. Наш гид берет только шляпки - они хороши для сушки и переработки, а ножки у опят жесткие, в пищу не особо пригодны.

Тем временем дело наше спорится прямо по писаному поэтом Николаем Рубцовым:

...И под каждой березой - гриб,
Подберезовик,
И под каждой осиною - гриб,
Подосиновик!

Моя ценная находка - огромный боровик, или **белый гриб сосновый**, с шапочкой бордового цвета. Плотный, мясистый, без единой червоточинки, весом около 400 граммов.

Зонтик пестрый - красавец с узористой шапочкой на длинной ножке, родственник шампиньонов. Как балерина в пачке. Тоже один из самых вкусных грибов.

- Шляпки можно кусочками обжаривать в кляре или запекать в них мясной фарш с сыром, - объясняет Максим. - Если шапочка плоская, на ней удобно выпекать пиццу. Ножки жесткие, но годятся для сушки и отваривания грибного бульона. В Европе, кстати, зонтики в цене.

Черный груздь - тоже, по мнению гида, находка для рестораторов, так как в засолке меняет цвет на винный. И таких груздей ныне в лесах полно. В промышленном сборе они, правда, ценятся не так, как белые, - 50 - 70 рублей за кило. Но это лишь потому, что народ их толком не распробовал. А вот за кило **рыжиков** могут дать и 300 - 400 рублей. В засолке они - настоящий деликатес.

- Снимайте скорее!
Долго одной рукой я такой гриб держать не смогу!



Наталья ВАРСЕГОВА «КП» - Москва

Мы гуляли по лесу часа три и за это время набрали две большие корзины: белые, лисички, опята, черные грузди, рыжики и т. д.

- Примерно 1500 рублей заработали, - оценивает Максим. - Была бы еще тара, набрали бы больше.

ЭКСПОРТИРУЕМ В ЕВРОПУ

Заготовитель Игорь Казаков объясняет: в разных районах Кировской области сбор разный. На севере - там, где сосновые боры, - хорошо растут белые грибы. Ближе к Кирову много лисичек, опят, красноголовиков (подосиновиков). В смешанных лесах - грузди, маслята.

Сборщики, как правило, набирают по видам. Пошли лисички - значит заготавливают их. Белые - значит белые. Так и сдавать проще. А вот сыроежки не годятся для промышленного сбора - слишком уж хрупкие грибы.

- Часть продукции мы отправляем на переработку - грибная икра, пельмени, соусы, - говорит Игорь Казаков. - Часть - в заморозку, а потом на экспорт.

- **И в какие страны?**

- В основном в Европу. Санкции, конечно, здорово нам навредили. Раньше мы туда неплохие объемы отправляли. Сейчас в разы меньше.

Наталья ВАРСЕГОВА.

Белые грибы

- первый сорт (маленькие) 200 - 250
- второй сорт (попуще, но еще не старые) 150 - 200
- третий сорт (большие с позеленевшей губкой) 80 - 100

Грузди
100 - 150

Как сохранить пользу грибов, овощей и фруктов с помощью заготовок - на сайте

ЧТО ПОЧЕМ?
СКОЛЬКО ПЛАТЯТ НА ПУНКТАХ СБОРА

Цена за кг, руб.

Маслята
50 - 80

Рыжики
300 - 350

Подосиновники
(их тоже разделяют по сортам) 150 - 200

Лисички
• желтые 80 - 100
• черные 300 - 350

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ВОПРОС НА ЗАСЫПКУ

Наведываемся на рынок в Кирове. Самые дешевые белые грибы - 400 рублей за кило. Продаются супруги-пенсионеры. Собирают в тайге на границе с Коми, ночь везут до Кирова и за день распродают все без остатка. Рядом женщина торгует лисичками по 250 рублей за кг и груздями - 1000 рублей за пятилитровое ведро.

На московских рынках цены в разы удивительнее. Свежие лисички - от 500 рублей за кило, белые - от 1500. Свеже-

Почему так дорого?

мороженные белые - от 3000 рублей, подосиновники - 2500. В интернет-магазинах подешевле. 1300 рублей за кило мороженных белых, сморчки - от 550.

При этом, напомним, сборщики платят грибникам по 200 рублей за кило белых и максимум по сотне за лисички (см. «Что почем?»). Почему грибы так сильно дорожают по дороге до прилавка? Президент союза «Национальный экоре-

сурс» **Юрий Рудаков** объясняет: скупить грибы у населения - это лишь начало долгого процесса.

- Дальше их нужно вручную перебрать и очистить, соответственно - заплатить за этот труд. Часть неликвида на выброс - опять затраты. Шоковая заморозка в промышленных камерах: снова затраты на обслуживание оборудования, электричество, аренду помещения.

После замороженные грибы в холодильнике едут к переработчикам. Там их фасуют, если сразу на продажу; сушат, отправляют на переработку... Не забываем про наценку розничных сетей, которая зачастую в этой категории составляет 100%. Вот и получается наглядное экономическое обоснование цены. А еще нужно учесть, что грибы продаются в течение всего года и приходится хранить их в холодильниках. Это тоже достаточно дорого.

МИСС РОСГВАРДИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ 2025



Мария БАБАЕВА, Иркутск:

- Я сержант полиции, Управление вневедомственной охраны Росгвардии по г. Иркутску. Уже как 15 лет тренажёрный зал - неотъемлемая часть жизни, являюсь КМС по пауэрлифтингу. Свободное от службы время посвящаю походам и активному времяпрепровождению.

Участвуй в конкурсах
на сайте www.irk.kp.ru



АНЕКДОТЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

- В своем резюме вы указали, что истребляете призраков.

- Да.
- Но их не существует!
- Не благодарите.

В шаурме продолжают находить останки кवादроберов.

Хотела спать. Выпила крепкого кофе. По-прежнему хочу спать, но уже более энергично.

Если бы каждый раз, когда мне говорили, что я неадекватен, мне давали по доллару, я бы

уже купил гидрокостюм ослику Артему.

Если фруктоза добывается из фруктов, из чего же добывается глюкоза?

Скажи, что у тебя на баннерах в браузере, и я тебе скажу, кто ты.

По утрам мир кажется недружелюбным.

Но уже ближе к обеду начинаешь понимать: нет, не кажется.

Девушки взрослеют быстрее мальчиков, у мальчиков грудь начинает появляться только годам к 40.

- Но ведь между нами есть что-то, правда?

- Да!.. Это называется пропасть...

- Дорогой, я села на диету, поэтому буду есть только лобстеры, трюфели и омары!

- Да чё ты мелочишься! Ешь уже сразу деньги!

Ничто не принадлежит тебе в этом мире. Даже воздух, который ты вдыхаешь, ты должен выдохнуть.

В моем авокадо вновь оказался деревянный шарик! Неужели производители авокадо не могут придумать какие-нибудь другие игрушки-сюрпризы?

Я из тех мужчин, которым женщины делают комплименты только в одном случае - когда на рынке пуховик примеряю.

Медленный интернет раздражает больше, чем те события, о которых он рассказывает.

Придет веганский волчок и укусит кабачок.

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

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

СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА

1

ПРОСТОЙ

	5	9	8					
3			7			8	2	
				6		7		4
	1		6			2		5
4		2				9		7
5		7			8		1	
1		5		7				
	9	4			2			8
					5	6	9	

2

СЛОЖНЫЙ

3			5	7				1
1		8	3	9	6			
2						9		
		5		4				
6	3	7						
						1		5
			8		7		1	
	9					8	5	3
4	8			5	9			

Ответы на sudoku

1

1	6	9	5	8	7	3	2	4
8	2	5	2	3	1	7	6	9
2	7	3	9	1	6	5	8	1
9	1	7	8	6	2	4	3	5
7	8	6	3	1	5	2	9	7
5	3	2	7	9	8	1	6	4
7	5	4	6	9	3	1	2	8
6	2	8	1	5	7	9	7	3
3	9	1	7	2	8	6	5	4

2

2	9	7	6	5	1	3	8	7
3	5	8	7	2	9	1	6	4
6	1	7	4	3	8	2	9	5
5	6	1	3	9	7	4	2	8
8	7	2	5	1	6	4	3	9
9	7	3	8	7	2	5	1	6
7	3	6	1	8	7	9	5	2
4	2	5	9	6	3	8	7	1
1	8	9	2	7	5	6	4	3

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9, но так, чтобы в любой строке по горизонтали и по вертикали и в каждом из девяти блоков, отделенных жирными линиями, не было двух одинаковых цифр. Мы предлагаем вам два варианта - простой и чуть посложнее. Желаем удачи!

Прогноз погоды на завтра, 21 октября

	ночью	днем
Иркутск	-5...-4	-3...0
Бодайбо	-11...-10	-8...-4
Братск	-7...-6	-5...-3
Ербогачен	-11...-10	-8...-5
Тайшет	-6...-5	-4...-2
Усть-Илимск	-7...-6	-5...-4

Давление 732 мм рт. ст.
(норма для октября - 721)
Относительная влажность воздуха 60%
(норма для октября - 71%)
Ветер северо-западный, 1-2 м/с
Восход - 07.27
Закат - 18.11
Луна убывает



СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть:

● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение
для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор,
генеральный директор
Олеся Вячеславовна
НОСОВА.

Автор современной
версии издания -
Владимир Николаевич
СУНГОРКИН.

Ведущий
редактор номера
Н. АНДРЕАСЕН.

Шеф-редактор
Е. САЗОНОВ.

Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».

Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда»,
Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800,
Москва, 127015.

Ценные почтовые отправления не
доставляются.
ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями -
(495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22
e-mail: kp@kp.ru
Web-сервер: www.kp.ru
отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82
e-mail: advert@kp.ru
служба распространения - (495) 777-02-82

Индексы П1101, ПМ976
Тип. № 128.

Время подписания московского
выпуска по графику - 20.30,
фактически - 20.30

Отпечатано в ООО «Типография
КомПресс-Москва».
Адрес: Нагорное шоссе, д. 2,
Московская обл., г. Химки, 141407.

ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА»,
«ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС»,
«ВЫБОРЫ-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ»,
«ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ»,
«ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО»,
«РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» -
публикации на коммерческом основе.
Редакция не несет ответственности за достоверность
содержания рекламных материалов.

Тираж этого номера: 160 179 экз.

Рекомендуемая цена - 25 руб.

© АО ИД «Комсомольская правда», 2025.
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.

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

Выпуск подготовлен при участии издателя и региональной редакции Иркутского филиала АО «Издательский дом «Комсомольская правда»

Директор - С.И. ГОЛЬДФАРБ.
Главный редактор «КП» - Иркутск - Н. Г. ЛЫТКИНА.
E-mail: natalya.lytkina@phkp.ru
www.irk.kp.ru

Адрес местонахождения: г. Иркутск, ул. Партизанская, 75. Для писем: 664009, г. Иркутск, а/я 194.
ТЕЛЕФОНЫ: репортерская группа - 8 (3952) 208-008;
рекламная служба - 8 (3952) 208-004, 208-979;
отдел распространения и продвижения - 8 (3952) 208-770.

Отпечатано на удаленном производственном участке
АО «Советская Сибирь» в городе Иркутске,
664043, г. Иркутск, бульвар Рябикова, д. 36, строение 1.
Тираж регионального выпуска - 4000 экземпляров.
Распространяется в Иркутской области, Республике Бурятия,
Забайкальском крае и Республике Саха (Якутия)