



Как справиться
с чувством тревоги?

СТР. 2

Крымская энциклопедия. В честь Всемирного дня
цирка газета вспомнила некоторые крымские истории

СТР. 4-5

ТВ:

воскресенье

16+

В СТРАНЕ И МИРЕ

НАШИ ЛИДИРУЮТ. Российские школьники завоевали 15 золотых и серебряных медалей на 60-й Международной Менделеевской олимпиаде по химии. В сборную России входили 15 победителей Всероссийской олимпиады по химии. Семь российских участников получили золотые медали – это лучший результат среди всех стран-участниц. Восемь завоевали серебряные медали.

НОВЫЕ ПРЕПАРАТЫ. Минздрав РФ совместно с Федеральным фондом обязательного медицинского страхования сформировали обновленный перечень таргетных противоопухолевых препаратов. Новый перечень содержит 30 позиций, в том числе шесть комбинированных схем лечения колоректального рака. Лечение доступно россиянам по ОМС.

МИГРАЦИЯ – В РЕКОРДЕ. Число мигрантов в ЕС достигло рекордных 64,2 млн в 2025 году, следует из доклада Центра исследований миграции. Показатель увеличился на 2,1 млн по сравнению с предыдущим годом. Еще в 2010 году в ЕС было около 40 млн иммигрантов. Германия остаётся страной с наибольшим числом мигрантов – почти 18 млн.

США РАСШИРЯЮТ ОПЕРАЦИИ. Соединённые Штаты расширили операции против Ирана за пределы Ближнего Востока. Накануне ВМС США перехватили танкер Tifani в Индо-Тихоокеанском регионе и сопроводили по меньшей мере ещё одно судно у западного побережья Индии. СМИ называют это усилением американского давления на Иран в глобальном масштабе.

ЦИФРА

120 МЛН РУБЛЕЙ – такова стоимость ремонта участка дороги Бахчисарай – Ялта.

СКАЗАНО



«На сегодняшний день у нас более 10 тысяч обращений именно по вопросу получения образования или переобучения. 7,5 тысячи участников СВО у нас находятся сейчас в различных сузах, вузах на подобных программах. Представители службы занятости всегда находятся, работают у нас в филиалах фонда «Защитники Отечества». Мы сотрудничаем с нашими ведущими вузами, а также с нашими корпорациями».

Анна ЦИВИЛЁВА,
заместитель министра обороны РФ.

ПОГОДА НА ЗАВТРА

Симферополь +12 / +5 	Севастополь +13 / +10 	Ялта, Алушта +16 / +10 	Евпатория +15 / +9 	Черноморское +13 / +8 	Феодосия +13 / +9 	Керчь +12 / +8 	Бахчисарай +13 / +7 	Армянск +13 / +5 	Джанкой +13 / +7 	Судак +14 / +10 	Белогорск +12 / +6 	Кировское +14 / +7
-----------------------------	------------------------------	-------------------------------	---------------------------	------------------------------	--------------------------	-----------------------	----------------------------	-------------------------	-------------------------	------------------------	---------------------------	---------------------------



Фото: Михаил ГЛАДЧУК

БОЛЬШЕ
ФОТО
НА САЙТЕ

ПОЖАЛУЙТЕ КУПАТЬСЯ

Система очистки в Малореченском превращает стоки в чистую воду

В селе Малореченском под Алуштой завершается реконструкция системы водоотведения – одного из ключевых экологических объектов на Южном берегу Крыма.

В СЕМЬ ЭТАПОВ

После ввода в эксплуатацию очистные сооружения обеспечат полный цикл очистки хозяйственно-бытовых стоков, что существенно улучшит экологическую обстановку в населённом пункте и снизит нагрузку на прибрежную зону Чёрного моря.

Технологический процесс на обновлённой станции – это многоступенчатая система. Как рассказал технолог Михаил Мишин, первым делом сточ-

“ СИСТЕМА ОЧИСТНЫХ СООРУЖЕНИЙ В МАЛОРЕЧЕНСКОМ – ОДИН ИЗ 24 ПОДОБНЫХ ОБЪЕКТОВ, РЕКОНСТРУИРУЕМЫХ НА ПОЛУОСТРОВЕ

ные воды проходят механическую очистку: через решётки и песколовки вода избавляется от грубой фракции и песка. Далее стоки поступают в ёмкостные сооружения на биологическую очистку. После этого – в отстойники. Они предназначены для того, чтобы гравитационно разделить воду и тяжёлую фракцию. Затем осветлённая вода направляется на микросетчатые фильтры с размером ячейки 20 микрон. И наконец – ультрафиолетовое обеззараживание. Только после этого тщательно очищенная вода сбрасывается через глубоководный выпуск в море.

– Вода отсюда выходит полностью безопасной для того, чтобы спокойно купаться в море возле села Малоречен-

ского, – подчеркнул генеральный директор компании-подрядчика Игорь Данилович.

КУДА ДЕВАЕТСЯ ИЛ

В процессе очистки образуется избыточный ил. Для его обработки на станции предусмотрены сооружения по минерализации: они уменьшают активные свойства ила и окисляют органику. Финальный этап – обезвоживание на специальных машинах-декантерах. Осадок доводят до влажности 80%, после чего он вывозится на полигоны. Отходы, задержанные на решётках, скапливаются в контейнерах и утилизируются там же.

Продолжение на стр. 3

КОЛОНКА
ЭКСПЕРТА

Злата БЛАЖКУН, клинический психолог.

КАК СПРАВЛЯТЬСЯ
С ЧУВСТВОМ ТРЕВОГИ?

Тревога напоминает сигнализацию, которая срабатывает на опасность, но порой наша «сигнализация» срабатывает на пустом месте. Это чувство – вовсе не враг, а всего лишь реакция сознания на интерпретацию ситуации. Она не несёт опасности для нашего здоровья, как и любая другая эмоция. Тревога – временное явление.

Тревога усиливается, когда для неё есть подходящая почва, а именно негативные мысли, которые мы принимаем за факты, или усердные попытки от неё избавиться. Здесь важно понимать, что нам нужно не избавляться от тревоги полностью, а научиться регулировать её уровень.

Когда тревоги становится слишком много, попробуйте замедлить дыхание, обратите внимание на своё тело и физические ощущения. Замедлитесь и признайте для себя, что тревога имеет место быть.

Попробуйте применить технику «Дыхание по квадрату»:

- Вдох через нос, считая до четырёх.
- Задержка дыхания, считая до четырёх.
- Выдох через рот, считая до четырёх.
- Снова задержка дыхания, считая до четырёх.

Далее задайте себе несколько вопросов, которые помогут проверить негативные мысли на действительность:

■ Можно ли интерпретировать ситуацию иначе?

■ Какое развитие событий самое вероятное, а не самое страшное?

■ Что я об этой ситуации знаю на самом деле, а что предполагаю?

■ Что бы на эту ситуацию сказал мой друг (подруга) или коллега?

Ловите негативные мысли по типу «я не справлюсь», проверяйте их на действительность и заменяйте, например, на «это сложно, но я могу попробовать справиться шаг за шагом». То, что мы думаем, напрямую связано с тем, что мы чувствуем. Важно не уходить в «розовый позитив», а формулировать свои мысли реалистично и менее жёстко. Тогда эмоции тоже становятся менее интенсивными.

Для снижения тревоги необходимо сближаться с теми ситуациями, которые беспокоят, постепенно, шаг за шагом, от самого лёгкого к самому сложному. Избегание тревоги мешает столкнуться с ошибочными убеждениями и не даёт получить новый опыт, который мог бы опровергнуть её. Когда человек избегает ситуаций, которые его тревожат, мозг не узнаёт, что:

- ситуация может быть безопасной,
- вы способны справиться с этой ситуацией,
- тревога сама естественным образом снижается.

Парадокс заключается в том, что избегание снижает тревогу в моменте, но усиливает её потом. Если нет нового опыта, убеждение об опасности ситуации сохраняется и тревога остаётся либо возрастает.

Реальная жизнь не в том, чтобы постоянно ощущать только комфорт, а в том, чтобы позволять себе переживать весь спектр эмоций. Когда мы принимаем свои чувства, мы признаём их право на существование и учимся с ними взаимодействовать.

Рубрику ведёт Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ

БОЛЬШЕ
ФОТО
НА САЙТЕДРУЖИТЬ
ВСЕГДА ЛЕГЧЕ

Глава Крыма Сергей Аксёнов встретился с представителями СМИ из Европы, Азии, Африки и Латинской Америки.

МЫ ВОЗВРАТИЛИСЬ
ДОМОЙ

Один из самых неожиданных вопросов прозвучал от журналистов из Китая. Луо Хаошзин и Чжао Син поинтересовались, насколько прагматичными были крымчане в 2014 году: если бы Украина вкладывала в Крым не 20, а 200 миллиардов (в рублях), случился бы референдум и выбрал ли бы полуостров путь в Россию? Сергей Аксёнов ответил жёстко и без колебаний:

– Крымчане не ставили условий, не задавали вопросов, что будет, какие будут зарплаты и пенсии. Все уже устали от той жизни. Мы шли в Россию не за деньгами, не за бюджетом – мы возвращались домой.

Он напомнил, что Крым всегда был российским, а украинским оказался случайно – «по воле Хрущёва, никого не спросившего».

– Было восстановление исторической справедливости, не более того, – подчеркнул глава республики.

ИСПЫТАНИЯ НАС
СПЛОТИЛИ

Журналиста из Эквадора интересовало, как Крыму удаётся сохранять дружбу между представителями 170 национальностей и разных религий. Аксёнов объяснил, что украинские власти до 2014 года пытались вбить клин между народами Крыма, чтобы не допустить его сближения с Россией.

– Мы это выдержали до четырнадцатого года, не упали в эту пропасть. А давление после четырнадцатого нас ещё больше сплотило, – сказал он.

Глава республики подчеркнул, что на бытовом уровне противоречий нет, а с теми, кто пытается сеять рознь, «разговор короткий – вся суровость российских законов».

ПРАВИЛЬНЫЕ РЕШЕНИЯ
– ЗА НАРОДОМ

Журналист из Японии Казухиро Хаясида спросил о возможности построения тёплых отношений между Японией и Россией, несмотря на текущую политическую ситуацию. Аксёнов ответил, что, если у народа Японии будет желание, он вынудит своё правительство принять правильные решения.

– Сегодня Япония активно помогает Украине. Не знаю, зачем это Японии. До 2022 года у них вообще ничего общего не было, – заметил он.

При этом глава Крыма выразил надежду, что японские туристы и бизнес вернутся на полуостров:

– Мы не враги, в Крыму безопасно на 100%.

Вопрос из Малайзии касался возможности развития контактов, несмотря на задержание малайзийскими властями российского танкера.

– Мы только за, были бы рады, – сказал Аксёнов. – Но я вижу последние недружественные шаги со сторо-

ны руководства Малайзии. Надо не слушать западных партнёров, а делать по справедливости. Дружить всегда легче, чем воевать.

“ КРЫМЧАНЕ НЕ СТАВИЛИ УСЛОВИЙ, НЕ ЗАДАВАЛИ ВОПРОСОВ, ЧТО БУДЕТ, КАКИЕ БУДУТ ЗАРПЛАТЫ И ПЕНСИИ. ВСЕ УЖЕ УСТАЛИ ОТ ТОЙ ЖИЗНИ. МЫ ШЛИ В РОССИЮ НЕ ЗА ДЕНЬГАМИ, НЕ ЗА БЮДЖЕТОМ – МЫ ВОЗВРАЩАЛИСЬ ДОМОЙ»

ПРИЕЗЖАЙТЕ
НА РАСКОПКИ

Представительница Никарагуа Миранда Тапиа Ивонне Дель Кармен спросила о развитии образования и отдельном бюджете на археологические исследования. Аксёнов с благо-

дарностью отметил, что именно Никарагуа первой открыла в Крыму почётное консульство.

– У нас с вами особые отношения, – сказал он.

Глава Крыма рассказал, что школы на 90% укомплектованы современным оборудованием и что главная задача сегодня – не просто дать знания, а воспитать патриотов.

– Чтобы дети выходили из школ гражданами, любящими свою Родину, – подчеркнул он.

Перейдя к археологической теме, Аксёнов рассказал о недавнем скандале, когда в Польше задержали археолога за раскопки в Крыму – «с ума посходили, преследуют по надуманным причинам». И тут же пригласил журналистов:

– Как только всё устроится, пришлём вам график археологических экспедиций. Будет возможность принять участие.

После встречи «Крымской газете» удалось пообщаться с Мирандой Тапиа Ивонне Дель Кармен. Она рассказала, что в Крыму впервые и что по образованию историк-археолог.

– Сейчас учусь в Москве, и мне очень хотелось бы не просто посмотреть на Крым, а побывать на настоящих раскопках, увидеть древности, античные, средневековые, – поделилась она с нами.

Подводя итог встречи, Сергей Аксёнов подчеркнул: санкции не сломили крымчан, а лишь сделали сильнее. Он выразил уверенность, что после завершения спецоперации международные контакты вернутся, а Крым предложит партнёрам сотрудничество в таких сферах, как туризм, сельское хозяйство, промышленность, и многих других.

Олег АНФАЙЛОВ.

Фото Галы АМАРАНДО.

ПО ПОВОДУ

ЦЕНА УРОКА

Почему перестройка не дала того,
чего от неё ждали

23 апреля 1985 г. в Москве состоялся Пленум ЦК КПСС, на котором Михаил Горбачёв сообщил о планах реформ, направленных на ускорение социально-экономического развития страны. На пленуме впервые прозвучало слово «перестройка».

ПОВЕЯЛО НОВИЗНОЙ

«Задача ускорения темпов роста, притом существенного, вполне выполнима, если в центр всей нашей работы поставить интенсификацию экономики и ускорение научно-технического прогресса, перестроить управление и планирование, структурную и инвестиционную политику, повсеместно повысить организованность и дисциплину, коренным образом улучшить стиль деятельности». Это цитата из выступления Горбачёва. Так начиналась перестройка.

Изменения показались необычными, веяло новизной. Это только потом выяснилось, что никакой сути в них, конечно, не было и что Горбачёв ничего не доводит до конца.

Я тогда был руководителем и могу сказать однозначно, что мы его слушали с интересом: в его речах ощущался ветер перемен. И все понимали, что перемены жизненно необходимы. Но при этом мы хотели понять, куда мы идём, где конечная цель объявленных преобразований. Например, был проект «коллективного подряда», инициатором которого стал строительный бригадир Николай Травкин. Его имя стало символом нового метода организации труда, который пропагандировался как прорыв в советской экономике. Но проект оказался показушным.

КУДА ИДЁМ?

Горбачёв не смог сформулировать, куда движется страна, общество. Он не понимал, как реально страна функционирует. Такие люди, как он, очень опасны: они приведут к распаду всего, что есть, потому что они не знают, как работает система, но при этом лезут её «улучшать».

Горбачёв пришёл уже в загнивающую систему, но КГБ должен был сработать как структура, защищающая её. Почему Комитет не арестовал Ельцина, Кравчука и Шушкевича в Беловежской пуще? Не арестовал во время фактического государственного переворота. Почему этого не сделали, когда демонстративно подрывались основы конституционного строя, да ещё по согласованию с США, перед которыми отчитывались все эти могильщики СССР?

такой роли. Он ещё и наших друзей вне СССР предал. Вспомним хотя бы ГДР. Там, в этой части теперь единой Германии, люди до сих пор ностальгируют по тем временам. Неужели надо было отдавать ГДР на растерзание?

Если бы не быстрый вывод наших войск из Центральной и Восточной Европы, более похожий на бегство, многих нынешних проблем с безопасностью России просто не было бы. И никакого украинского кризиса тоже.

А РЕФОРМЫ
БЫЛИ НУЖНЫ

Цена этого урока перестройки: заявленные цели были запоздалыми, но ещё достижимыми. Я убеждён, что преобразования были возможны. В стране была плеяда потрясающих руководителей, потрясающая экономика, особенно тяжёлая, магистральная инфраструктура, которая работает до этой минуты. Но многое было устаревшим и нуждалось в модернизации.

Не надо было трогать политическую систему: она была предопределена нашей ментальностью – это вообще очень тонкая грань, сердце организма. А вот экономика – это да, там надо было проводить реформы, и шаг за шагом, смелее и смелее. Но без грабительской приватизации, в ходе которой наплодили олигархов, которые сегодня владеют миллиардами, ничего не сделал в жизни.

Вот главный изъян перестройки: она обернулась вопиющей несправедливостью, массовым грабёжом народа. А для Русского мира любая несправедливость недопустима. Он не выздоровеет, пока с ней не покончить.

И ещё. Нужно забыть про Запад. Только торговать,

“ ЦЕНА ЭТОГО УРОКА ПЕРЕСТРОЙКИ: ЗАЯВЛЕННЫЕ ЦЕЛИ БЫЛИ ЗАПОЗДАНЫМИ, НО ЕЩЁ ДОСТИЖИМЫМИ. Я УБЕЖДЁН, ЧТО ПРЕОБРАЗОВАНИЯ БЫЛИ ВОЗМОЖНЫ. В СТРАНЕ БЫЛА ПЛЕЯДА ПОТРЯСАЮЩИХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ, ПОТРЯСАЮЩАЯ ЭКОНОМИКА, ОСОБЕННО ТЯЖЁЛАЯ, МАГИСТРАЛЬНАЯ ИНФРАСТРУКТУРА, КОТОРАЯ РАБОТАЕТ ДО ЭТОЙ МИНУТЫ»

когда нам выгодно, – и всё. Отбросить надежды на то, что одни политики сменят других и эти новые выберут более конструктивный курс. Пора осознать: они хотят нас уничтожить. Всегда хотели. Мы в Крыму поняли это в 2014 году. Но тогда нас никто не понимал. Запад поставил вопрос об уничтожении Крыма как маленького острова. Как модели большой России. Мы чудом спаслись. И чудо это зовётся Россией. Но эти хищники не успокоились и будут выжидать удобный момент, чтобы вернуться за своей добычей.

Китай или Индия – это тоже не более чем взаимовыгодные политические и экономические отношения. А цивилизация – только внутри себя: свои вера, культура, история. Нам надо двигаться к себе.

Русский человек воспринимает хорошую, амбициозную идею. Русский собор – увенчание этой идеи. А толчок в этом направлении даёт СВО, стимулирующая патриотизм, чувство исторической справедливости и морально-политического единства народа. Пройдём этим путём до Русского собора – и тогда остальная Украина придёт к нам сама, без боя.

Владимир КОНСТАНТИНОВ,
Председатель
Государственного Совета РК.

#ЖКХМЕНЯЕТСЯ

ПОЖАЛУЙТЕ
КУПАТЬСЯ

Начало на стр. 1

Интересная технологическая деталь: ил, осевший во вторичных отстойниках, перекачивается не насосами, а эрлифтами – воздушными водоподъёмниками. Это сделано специально, чтобы не разрушать целостность структуры микроорганизмов.

ПУТЬ ДО СТАНЦИИ

С учётом рельефа местности был разработан проект, предусматривающий строительство канализационно-насосной станции на набережной Малореченского. Она собирает стоки со всего посёлка и поднимает их по двум напорным ниткам длиной 1600 метров непосредственно на очистные сооружения.

Очищенная вода самотёком возвращается на набережную и через глубоководный выпуск диаметром 500 мм, длиной 400 метров уходит в море. Для прокладки этого коллектора применялось микротоннелирование диаметром 1200 мм – сложный инженерный метод, позволивший проложить коммуникации без масштабных раскопок.

ФИНАНСИРОВАНИЕ И СРОКИ

Работы велись в рамках государственной программы «Социально-экономическое развитие Крыма и города Севастополя». Как сообщил **первый заместитель министра строительства и архитектуры Крыма Александр Резников**, финансирование составило 1,8 млрд рублей, из которых 95% – федеральные средства, 5% – республиканские.

– На реализацию данного объекта у нас предусмотрено 1,8 млрд рублей в целом. Все строительные-монтажные работы на объекте завершены в полном объёме, выполнены пусконаладочные работы на чистой воде. Сейчас у нас идёт подготовка ввода объекта в эксплуатацию, – сообщил Александр Резников.

Строительно-монтажные работы непосредственно по реконструкции объекта велись с 2021 года. До этого момента сооружения находились, по оценке специалистов, в неудовлетворительном состоянии.

К ЮБИЛЕЮ ПРОФЕССИИ

Как отметил Александр Резников, готовность объекта символически совпала с 70-летием строительной отрасли в стране.

– Строительство для Крыма – основной драйвер развития. Всё больший объём налоговых поступлений – это в том числе благодаря той стройке, которая сегодня развернулась на территории республики, – подчеркнул замминистра.

По его словам, в рамках госпрограммы в Крыму уже введено в строй более 600 объектов, ещё более 200 предстоит сдать до 2030 года. Система очистных сооружений в Малореченском – один из 24 подобных объектов, реконструируемых на полуострове. Все они создают благоприятные условия для дальнейшего развития курортных территорий.

Олег АНФАЙЛОВ.

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ



ДЖЕК ЛОНДОН ОТПРАВИЛСЯ В ПЛАВАНИЕ ВОКРУГ СВЕТА

1907 – Джон Гриффитс Чейни, известный как Джек Лондон, отправился на двухмачтовом судне в плавание вокруг света. В путешествии был собран богатый материал для книг «Путешествие Снарка», «Рассказы южных морей», «Сын Солнца». По замыслу Лондона, путешествие должно было продлиться семь лет, но было прервано в 1909 году из-за болезни писателя.



ЗАПУЩЕН ПЕРВЫЙ СОВЕТСКИЙ СПУТНИК СВЯЗИ

1965 – первый советский спутник связи «Молния-1» был успешно выведен на околоземную орбиту. Благодаря работе этого спутника жители Дальнего Востока впервые имели возможность в реальном времени смотреть первомайский военный парад 1965 года, проходивший в Москве.

ГОТОВИМСЯ К ВЫХОДНЫМ

**«ЗА МИЛЛИАРД ЛЕТ
ДО КОНЦА СВЕТА» (16+)****Место: собственный диван.**

Фантастическая повесть Аркадия и Бориса Стругацких, впервые опубликованная в 1976 году. Сюжет разворачивается в мире, где человечество успело завоевать космос и обнаружить другие разумные расы. Однако вместо радостного приветствия и сотрудничества люди сталкиваются с предубеждением и непониманием. Идеальный выбор для тех, кто хочет провести выходные за умной и глубокой фантастикой, которая заставляет думать.

ПАМЯТНИКИ ИЗ НИМФЕЯ (6+)**Место: музей каменных древностей «Лапидарий», г. Керчь, ул. Розы Люксембург, 24/14.****Время: 24 апреля, 15:00–16:00 (выставка работает до июля 2026 г.).****Стоимость: от 100 руб.**

Экспозиция посвящена 200-летию основания Керченского музея древностей. Представлены архитектурные детали Нимфейских пропилей: капитель колонны ионического ордера, алтарная плита, фрагменты мраморных алтарей, элементы карнизов и фрагменты скульптур, а также элементы фриза с растительным орнаментом «вьющаяся ветвь» и изысканные фрагменты декора интерьеров, поражающие высочайшим уровнем камнерезного искусства.

ИСКУССТВО КАЛЛИГРАФИИ (12+)**Место: Республиканская крымско-татарская библиотека им. И. Гаспринского, г. Симферополь, ул. Самокиша, 8.****Время: 26 апреля, 10:00–11:00.****Стоимость: от 500 руб.**

Мероприятие посвящено искусству каллиграфии как важной части культурного наследия и традиций письменной культуры народов России. В познавательной части участники познакомятся с историей развития каллиграфии, особенностями рукописных шрифтов. Практическая часть включает освоение базовых элементов каллиграфического письма, работу с пропорциями букв, ритмом строки и композицией текста.

ВЫСТАВКА КНИГ И РУКОПИСЕЙ (6+)**Место: Алуштинский литературно-мемориальный музей С. Н. Сергеева-Ценского, г. Алушта, ул. Сергеева-Ценского, 5.****Время: 24–26 апреля, 10:00–17:00.****Стоимость: от 200 руб.**

Выставка приурочена к героическим страницам русской истории. Писатель С. Н. Сергеев-Ценский в эпопее «Севастопольская страда» отобразил подвиг русского народа в первой обороне Севастополя в Крымской войне 1853–1856 гг., а в годы Великой Отечественной войны написал исторический очерк «Народ-герой», статьи «Героический Севастополь», «Гордость и радость народа», «Русская стойкость». На выставке представлены уникальные материалы из фондов музея.

ВЕСНА В БААР-ДЕРЕ (6+)**Место: Музей-усадьба А. Н. Бекетова, г. Алушта, ул. Комсомольская, 4.****Время: 24–26 апреля, 10:00–17:00.****Стоимость: от 200 руб.**

Экспозиция, приуроченная к Году единства народов России, демонстрирует творчество самобытных мастеров, представляющих различные национальности Крыма и всей страны. Выставка объединяет художников разных поколений: здесь переплетаются традиции петербургской классической школы, московской академии акварели Сергея Андрияки, крымской школы живописи и Союза армянских художников Крыма.

Рубрику ведёт Олег АНФАЙЛОВ.

КРЫМСКАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

**ОНИ ВЕСЕЛЬЕ
В СЕРДЦЕ ЛИЛИ**

Суровые времена Римской империи породили жестокое, но очень популярное развлечение – гладиаторские бои. Граждане Херсонеса Таврического (современного Севастополя), ставшие «под твердую руку Рима» в первые века новой эры, быстро восприняли новые веяния в культуре. Так, на цирковой арене, перестроенной из бывшего театра, разыгрывались кровавые, но столь любимолюбившиеся сторонникам «хлеба и зрелищ» представления – гладиаторские бои. Об этом красноречиво свидетельствует найденный при раскопках мраморный рельеф, запечатлевший самый трагический момент поединка.

Гораздо жизнерадостнее выглядит сцена, изображённая на фрагменте некогда большой керамической чаши: нарядно одетый юноша выгнулся в «мостике», но уверенно удерживает на торсе три кубка, причём содержимое первого льётся прямо в рот! Этот акробатический трюк был хорошо известен посетителям народных празднеств в Средние века. Уникальный артефакт XIII–XIV столетий, обнаруженный археологами в Старом Крыму, раскрывает страничку жизни города Солхата – важнейшего культурного и торгового центра Золотой Орды.

Во времена Крымского ханства на полуостров переселялись цыгане. В соответствии с профессиональными



Фото: Гала АМАРА-НДО

КАК ЖУТКО, КАК СМЕЛО!

В честь Всемирного дня цирка вспомним некоторые крымские истории

занятиями они подразделялись на этнические группы. К примеру, аюджи дрессировали медведей и разыгрывали с ними сценки на ярмарках и праздниках.

**ВЫХОДЯТ НА АРЕНУ
СИЛАЧИ**

В XIX веке представления существенно пополнились силовыми видами спорта.

Наряду с традиционным поднятием тяжестей в цирках утвердилась борьба – национальная, на поясах, и так называемая французская. Чемпионаты стали главной приманкой для зрителей. В скором времени появились и кумиры.

В 1897 году начал путь на спортивный Олимп Иван Поддубный. Рослый бригадир грузчиков Феодосийского порта, посетив городской цирк, осмелился помериться силой с профессиональными атлетами. Первый опыт был неудачным, но природное упрямство и целенаправленные тренировки принесли эффектный результат: под рёв публики Поддубный положил на лопатки самого Луриха – одного из сильнейших борцов в мире.

Оттачивать спортивное мастерство Иван Максимович продолжил в Севастополе, под руководством знаменитого импресарио Энрико Труцци. Наряду с борьбой «чемпион чемпионов» освоил зрелищные силовые трюки. Например, он укладывал на плечи



Фрагмент чаши с изображением акробата повествует о жизни нынешнего города Старый Крым в XIII–XIV столетиях.

Фото: открытая археология.рф

РОДИЛИСЬ В ЭТОТ ДЕНЬ

**1891, СЕРГЕЙ ПРОКОФЬЕВ**

Русский композитор, пианист и дирижёр. Его перу принадлежат 8 опер, 8 балетов, 7 симфоний, 9 концертов для сольного инструмента с оркестром, 9 фортепианных сонат, оратории и кантаты, камерные вокальные и инструментальные сочинения.

**1930, ГЛЕБ СКОРОХОДОВ**

Советский и российский писатель, телеведущий. Заслуженный деятель искусств России. Был автором сценария, режиссёром и ведущим цикла передач «В поисках утраченного», вёл передачу «Киноистории Глеба Скороходова».

**1939, ЛЕВ ПРЫГУНОВ**

Советский и российский актёр театра и кино, художник. Народный артист России. Наиболее известны его роли в фильмах: «Пропавшая экспедиция», «Рождённая революцией», «Трактир на Пятницкой», «Криминальный квартет», «Колье Шарлотты», «Святой» и др.

Античный театр в Херсонесе Таврическом служил в римскую эпоху ристалищем для состязаний гладиаторов.



Скульптура Юрия Никулина в образе Балбеса украсила Алушту, где снимался фильм «Кавказская пленница».

Фото: Иван КОВАЛЕНКО

столб, за который цеплялись десять человек из публики, и устраивал «карусель».

Что касается Георга Луриха, то этот эстонский self-made man помимо личных побед внёс существенный

вклад в организацию спорта в Севастополе – открыл атлетическую секцию, где обучал воспитанников «49 приёмам французской борьбы, известных только профессионалам».

РЕВОЛЮЦИОНЕР ОТ ДРЕССУРЫ

Славно потрудился в Крыму Владимир Дуров. Один из основателей знаменитой цирковой династии прославился в первую очередь как дрессировщик, добившийся невиданных успехов в управлении животными. Но уметь ладить было нужно ещё и с людьми...

Выступая в 1907 году в Ялте, Дуров позволил себе острые высказывания по поводу высочайше принятой конституции, чем навлек на себя гнев градоначальника. Генерал Думбадзе немедленно выслал дерзкого комедианта из Ялты. Но через несколько лет курортная столица России вновь рукоплескала артисту, а Николай II вручил Дурову золотой перстень с бриллиантовым гербом империи.

Когда разразилась Первая мировая война, Владимир Леонидович обратился в генеральный штаб с неожиданным предложением – использовать специально обученных ластиногих для борьбы с вражескими кораблями и минами. Специалисты высоко оценили разработку Дурова. Летом 1917 года он приехал в Севастополь, встретился с командованием Черноморским флотом. Обсуждался вопрос об организации натурных опытов в Балаклавской бухте.

Но случилась беда: все подготовленные для опытов морские львы и тюлени были отравлены, а документация исчезла вместе с одним из сотрудников. До конца расследование так и не довели.

ВСЯ ЖИЗНЬ НА МАНЕЖЕ

55 лет отдал миру под куполом Пётр Тарахно (1895–1976). Уроженец Керчи, он должен был унаследовать семейную профессию рыбака. Но авантюрно настроенный отец решил попытаться счастья в поисках золота в древних гробницах и брал с собой на рискованный промысел 9-летнего сына: маленький и юркий, тот легко проникал в любую щель. Как-то раз добытчикам крупно повезло, и тогда глава семейства решил поощрить столь ценного помощника культпоходом в цирк.

Мальчишка настолько впечатлился блеском иной жизни, что стал организовывать вместе с товарищами выступления для жителей улочек, окружающих гору Митридат. Занятие оказалось увлекательным, и в 15 лет Петя покинул родительский дом и отправился в Феодосию – предложить свои услуги в профессиональном цирке. Отсюда начался его долгий путь в искусстве.

Выйдя на пенсию, Тарахно вернулся в родной город. Но артист не привык сидеть без дела – он написал мемуары «Жизнь клоуна» и... снова вернулся к работе на арене. На этот раз – в художественной самодеятельности.

«Когда представление закончилось, на площадке у моего дома соседи веселились до утра. Вся гора Митридат праздновала мой юбилей», – вспоминал скромный служитель цирковых муз.

ПУТЬ К ЗВЁЗДАМ

Неожиданным образом проявился цирк в судьбе прославленного лётчика Султана Амет-Хана. Любовь к высоте у него была врождённой. В дагестанском ауле Цовкра, где родился его отец, бытовала поговорка: «Прежде чем научиться ходить по земле, мальчик должен научиться ходить по канату!»

В 1939 году Султан тоже попробовал свои силы в искусстве канатоходца: в Симферополь приехал цирковой коллектив, а коронным номером было выступление дагестанских родственников Амет-Хана. Молодые цовкринцы не только выделяли на канате сложнейшие акробатические упражнения, но и танцевали лезгинку! Юноша восхищённо наблюдал за ребятами, навистил их во время репетиции, и ему предложили пройтись по натянутому канату. Однако с первого раза не получилось. Руководитель группы подначил: «Это ж тебе, брат, не самолёт с мотором, тут самому равновесие держать нужно! Хочешь, научим?» Предложение земляка поддержал отец Амет-Хана. Самолёты были ещё в диковинку, и он искренне желал, чтобы у сына была интересная и денежная профессия. Однако Султан проявил настойчивость и выбрал небо. Впереди у него были две «Золотые Звезды» Героя Советского Союза и звание лётчика-испытателя.



«Лурих III сын Луриха I» (1920) Уроженец Симферополя, поэт Илья Сельвинский в юности выступал в борцовских поединках в цирке под именем Лурих III, сын Луриха I.

фото: из открытых источников

ВЕРТИТСЯ БЫСТРЕЙ ЗЕМЛЯ

3 апреля 1967 года состоялась всесоюзная премьера кинокомедии «Кавказская пленница, или Новые приключения Шурика», снимавшейся в Крыму. Главных героев – Нину и Балбеса – сыграли Наталья Варлей и Юрий Никулин, имевшие непосредственное отношение к цирку.

19-летняя «комсомолка, спортсменка, наконец, просто красавица» была выпускницей акробатического отделения училища циркового и эстрадного искусства, работала эквилибристкой в Московском цирке. Поэтому почти все трюки в картине исполняла сама: водила автомобиль, спускалась «дюльфером» со скалы, выпрыгивала из окна, сигала в горную реку. И что немало важно, не комплексовала, появившись в кадре в купальнике: для цирковой артистки это была привычная «униформа».

Что касается Никулина, то участие в фильме ему пришлось совмещать с основной работой в цирке. Но вот как бывает: учиться на клоуна Юрий Владимирович начал только после того, как его забраковали приёмные комиссии ВГИКа и ГИТИСа по причинам «отсутствия способностей и поразительно невыразительного лица». Более того, когда он всё-таки устроился в цирк, коллеги чистосердечно говорили ему: «Зачем тебе грим? У тебя и так лицо дурацкое». Примерно то же самое произнёс режиссёр Леонид Гайдай во время кинопроб на «Кавказскую пленницу»: «Всё, Балбеса искать не надо».

Иван КОВАЛЕНКО, крымовец.

ПРОИСШЕСТВИЯ/КРИМИНАЛ

18+


СПИЧКИ ДЕТЯМ НЕ ИГРУШКА! Сотрудники полиции выявили видеозапись, где запечатлено, как в Ялте группа несовершеннолетних подожгла бельё, которое сушилось на улице. Сразу после содеянного дети убежали. К счастью, хозяева имущества своевременно заметили возгорание и оперативно справились с ним, предотвратив тем самым его распространение на близлежащие здания. Нарушителями оказались брат и сестра – 12-летний мальчик и 11-летняя девочка. Они объяснили, что им было скучно и они решили устроить шалость. В отношении родителей несовершеннолетних составлен протокол об административном правонарушении за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по содержанию, воспитанию, обучению, защите прав и интересов несовершеннолетних. Санкция предусматривает предупреждение или наложение административного штрафа в размере от 500 до 2000 рублей.

ДОРОГОЕ ЗАСТОЛЬЕ. Жительница Евпатории сообщила в полицию о несанкционированных списаниях денежных средств со своего банковского счёта. В ходе проверки установлено, что накануне женщина проводила время в компании знакомого, отмечая праздник. В какой-то момент она передала ему свою банковскую карту и сообщила пин-код для приобретения продуктов к столу. После завершения встречи она забыла о переданной карте. Однако приятель, выполнив первоначальную просьбу, карту владелице не вернул и впоследствии распорядился её деньгами по своему усмотрению, совершая покупки в различных торговых точках города. Общая сумма причинённого материального ущерба превысила 18 000 рублей.

РЕАЛИЗОВАТЬ НЕ УСПЕЛ. В Крыму на федеральной трассе «Таврида» оперативники при поддержке экипажа ДПС возле города Белогорска остановили автомобиль под управлением жителя Симферопольского района. В ходе досмотра транспортного средства с применением служебной собаки полицейские обнаружили в заднем бампере скрытый тайник: к демпферу с помощью пластиковых хомутов были прикреплены два полимерных свёртка с порошкообразным веществом белого цвета. Они были изъяты и направлены на исследование. Эксперты установили, что содержимым пакетов является синтетический наркотик N-метилэфедрон общей массой около двух килограммов. Задержанный признался, что последние полгода сотрудничал с теневым наркомаркетом, однако позже решил организовать собственный нелегальный бизнес. Приобретая оптовую партию «соли» на интернет-ресурсе, он на арендованном автомобиле отправился в Московскую область. Забрав по полученным координатам в лесном массиве криминальный товар, мужчина планировал реализовать его в Крыму через сеть тайников-закладок.

ОТДЕЛАЛАСЬ ШТРАФОМ. В Ялте местную жительницу признали виновной в оскорблении и применении насилия в отношении сотрудника Росгвардии. Инцидент произошёл 8 января. Росгвардейцы задерживали мужа женщины. Крымчанка начала публично оскорблять правоохранителей. Кроме того, она применила насилие в отношении одного из правоохранителей. Женщина схватила его за руку и причинила физическую боль. С учётом позиции государственного обвинителя суд назначил ей наказание в виде штрафа.

Рубрику ведёт Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

Все главные новости Крыма в «Крымской газете»
на  одноклассники



КОРОТКО

ЮВЕЛИРНАЯ РАБОТА. В Симферополе начали проводить операции по реплантации пальцев и кистей. Новое направление освоили в ГБУЗ РК «Симферопольская клиническая больница скорой медицинской помощи № 6». Речь идёт о высокотехнологичной медицинской помощи: хирурги восстанавливают утраченные части конечностей с помощью микрохирургии. Операции выполняются под микроскопом с использованием инструментов и шовного материала тоньше человеческого волоса. Процесс проходит в несколько этапов: сначала фиксируются кости, затем восстанавливается кровотоки, а это самый сложный этап, после чего сшиваются нервы для возвращения чувствительности. Успех зависит от характера травмы (разрез или размозжение тканей), времени, прошедшего с момента повреждения, уровня ампутации и общего здоровья пациента. Решение принимается врачебной комиссией индивидуально.

КАПИТАЛЬНЫЙ РЕМОНТ. В Черноморском районе модернизировали три объекта первичного звена здравоохранения. В селе Межводном капитально отремонтировали врачебную амбулаторию: на эти цели направили 10,9 млн рублей. Обновлённое учреждение обслуживает более двух тысяч жителей. В сёлах Дозорном и Ленском построены модульные фельдшерско-акушерские пункты стоимостью 16,9 млн рублей каждый. Они рассчитаны на 170 и 190 жителей соответственно.

СКОРЕЕ, ВЕРТОЛЁТ! В Крыму планируют построить 10 новых подстанций скорой помощи и 20 вертолётных площадок. За последние годы уже создан 41 пункт постоянного базирования бригад, а также 22 подстанции при семи станциях скорой помощи, расположенных в Симферополе, Евпатории, Ялте, Феодосии, Джанкое и Красноперекоске. В сельской местности работают ещё 58 пунктов, где дежурят по 1–2 бригады. В пиковые периоды, например летом на трассе «Таврида» в районе Керчи, дополнительно разворачивают временные пункты базирования. Основная задача – удерживать время доезда на экстренные вызовы в пределах 20 минут. При этом около 80% обращений связаны с сердечно-сосудистыми проблемами.

С ОЖИРЕНИЕМ – ПО ОМС. В Крыму бариатрические операции стали доступны по полису обязательного медицинского страхования. Если раньше такие вмешательства выполнялись только на платной основе, теперь их проводят за счёт бюджета. Показанием считается индекс массы тела выше 35 при наличии сопутствующих заболеваний (гипертонии, диабета, артрозов). При ИМТ выше 40 операция может быть рекомендована даже без сопутствующих патологий. При этом хирургическое лечение подходит не всем. Существуют ограничения: возраст до 18 и старше 60 лет, онкологические заболевания, психические расстройства и ряд других состояний. Операции выполняются в Республиканской клинической больнице им. Н. А. Семашко. Перед вмешательством пациент проходит комплексную подготовку: обследования, консультации специалистов и оценку состояния здоровья.

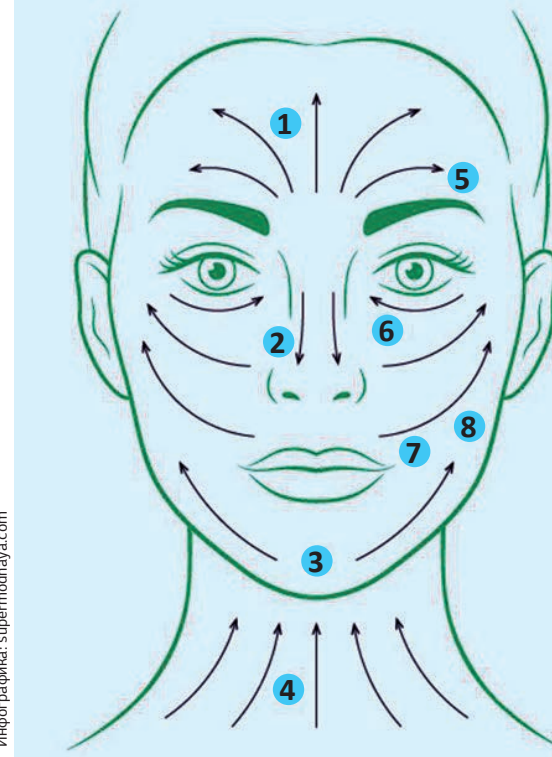
СЛЕПКИ ДЫМА. Китайские врачи удалили чёрные слепки бронхов из взвешенных частиц дыма 87-летнему мужчине. Он поступил в неотложное отделение китайской больницы с жалобами на затруднённое дыхание после вдыхания густого дыма от лесного пожара в течение нескольких часов. Когда дыхание пациента ухудшилось, его перевели на искусственную вентиляцию лёгких и выполнили ревизию дыхательных путей, в результате чего обнаружили массы чёрного цвета. Их удалили с помощью криозонда. Через неделю после лечения сопутствующей пневмонии его выписали из стационара, а через две недели дыхание полностью нормализовалось.

НЕ ТОЛЬКО КРАСОТА

СТОИТ ЖЕРТВ?

Пока некоторые только привыкли к инъекциям и пластике, в тренды ворвалась гимнастика для лица. Её массово продвигают блогеры без профильного образования. Обещания звучат заманчиво: всего несколько минут перед зеркалом с роликом или охлаждённым скребком гуаша – и лицо подтягивается, морщины разглаживаются, кожа становится упругой.

Рациональное зерно в этом есть. Лёгкие техники действительно могут улучшить микроциркуляцию, снять напряжение и освежить внешний вид. Но когда человек без подготовки начинает активно «прорабатывать» ткани, результат может быть обратным: вместо



- 1 разглаживание морщин
- 2 коррекция носогубной зоны
- 3 лифтинг подбородка
- 4 улучшение кожи в области шеи
- 5 лифтинг надбровной зоны
- 6 снятие отёчности
- 7 смягчение линии улыбки
- 8 лифтинг скул

СОХРАНИТЬ
ЛИЦО

В интернете активно обучают домашнему массажу лица, который якобы способен заменить инъекции. Но действительно ли фейсфитнес работает дома?

лифтинга – отёки, вместо расслабления – спазмы, а в отдельных случаях – травмы сосудов. Ошибки могут проявляться не сразу, но со временем нарушается лимфоток, растягивается кожа, усиливаются возрастные изменения.

Один из самых обсуждаемых трендов – буккальный массаж. Это глубокая техника, при которой специалист работает с мышцами через полость рта, буквально моделируя лицо изнутри. Но без навыков легко травмировать слизистую, занести инфекцию или неправильно распределить нагрузку на мышцы.

– Он хорошо подходит для деформационно-отёчного типа старения, при спазмах мимической и жевательной мускулатуры. А вот при мелкоморщинистом типе его лучше не использовать: с возрастом там и так происходит липодистрофия, и массаж может усилить этот процесс. В соцсетях часто показывают техники с выдвиганием нижней челюсти, но такие приёмы могут навредить височно-нижнечелюстному суставу, – предупреждает **косметолог Наталья Цормудян.**

Руководитель Центра красоты и здоровья Григорий Дубинин добавляет:

– Возможно повреждение слизистой и зубов, раздражение дёсен, травмы нижней челюсти и височно-нижнечелюстного сустава, неправильное направление

давления – риск усиления морщин или асимметрии, ухудшение симптомов при наличии гнойных процессов, воспаления суставов, хронических заболеваний.

ИНСТРУМЕНТ
ПОДДЕРЖКИ

В реальности любые массажи лица – инструмент поддержки. Он может улучшить кровообращение, снять мышечное напряжение, уменьшить отёчность и за счёт этого визуально освежить лицо. При регулярной работе можно добиться более чёткого его овала. Но глубокие морщины, выраженное провисание тканей и серьёзные возрастные изменения он не устранил, говорит Наталья:

– Массаж хорошо работает с отёками, улучшает лимфоотток и кровообращение, за счёт чего лицо выглядит свежее. Но с возрастом происходит резорбция костной ткани, ослабевает связочный аппарат, и массаж на эти процессы не влияет. Более того, ни одна техника массажа не заменит инъекционные или аппаратные методики. Если кожа обезвожена, массаж её не увлажнит – здесь работает только грамотный уход или косметология.

При этом безопасные практики для дома всё же есть.

– Можно использовать лёгкий лимфодренаж – мягкие поглаживания от центра

СТАТИ

Чтобы кожа оставалась упругой и эластичной, в рационе должно быть достаточно белка. Прежде всего полноценного животного, а это рыба, яйца, мясо, молочные продукты, и растительного (бобовые и орехи). Именно белок даёт организму аминокислоты, необходимые для синтеза коллагена.

циалисту, – призывает Наталья Цормудян.

Григорий Дубинин в свою очередь отмечает, с чем лучше не экспериментировать дома:

– Агрессивные техники, направленные на глубокие мышцы или лимфодренаж с сильным давлением, буккальный массаж без обучения – это риск травм слизистой, зубов и височно-нижнечелюстного сустава. Любые процедуры на открытых ранах, воспалениях, дерматитах, куперозе, после косметических хирургических вмешательств. Проведение более глубоких процедур (миофасциальный, лимфодренаж, скульптурный массаж) – только под контролем профи.

БОЛЬШЕ МАРКЕТИНГ

Текущие тренды массажа в Крыму – это классический косметический массаж, лимфодренаж, миофасциальный массаж лица, глубинные техники, плюс массаж без инородных инструментов.

– В последние годы вырос интерес к скульптурному массажу и миофасциальному подходу, массажу, ориентированному на расслабление и снятие мышечного напряжения, сочетанным методикам с элементами лифтинга без хирургии. Однако часть «буферных» обещаний по мгновенным лифтинг-эффектам остаётся маркетингом.

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 26 АПРЕЛЯ

1 ПЕРВЫЙ канал
06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости
06:10 «Играй, гармонь любимая!» 12+

РОССИЯ 1
05:25, 03:10 Х/ф «Потерянное счастье» 16+

5 ПЯТЫЙ канал
05:00 М/с «Маша и Медведь» 0+

НТВ
04:45 Х/ф «Гражданка начальница» 16+

ТВУ
06:00 Х/ф «Сердце женщины» 16+

РУССКИЙ РОМАН
08:00 Х/ф «Два берега надежды» 12+

ТНТ
07:00, 03:25 Т/с «Однажды в России» 16+

СТС
05:00, 04:25 «Сториз» 16+

ПЯТНИЦА!
05:00, 03:50 «Секреты на кухне» 16+

РЕТРО
06:05, 02:20 Х/ф «Меня ждут на земле» 12+

КИНОХИТ
01:35 Х/ф «Мои счастливые звезды» 0+

КИНОКОМЕДИЯ
01:25 Х/ф «Дорога на Вэлвилл» 12+

КРЫМ
06:00 Мультфильмы 6+

МИЛЛЕТ
04:15 «Мирас» 12+

Ты любишь социальные проекты, готов помогать людям, отвечать на их вопросы и писать об этом? Ты можешь стать частью большой команды «Крымской газеты»!

ФИЛЬМ ДНЯ
«438 ДНЕЙ» 18+
Двое шведских журналистов пересекают границу Сомали и Эфиопии.

В программе телепередач возможны изменения. За содержание программы редакция ответственности не несёт.

ОПЕРАТИВНЫЙ МОНИТОРИНГ МИНИМАЛЬНЫХ РОЗНИЧНЫХ ЦЕН

НА ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫХ ТОВАРОВ ПЕРВОЙ НЕОБХОДИМОСТИ В РАЗРЕЗЕ КРУПНЫХ ТОРГОВЫХ СЕТЕЙ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ*

Table with 10 columns: Наименование товара, Цена, руб., Торговая марка, and corresponding data for five retailers: ЭМБЕЗЦЕН, ПУА, ДОБРОЦЕН, МАГАЗИНЧИК, and another unnamed retailer.

*По состоянию на 21.04.2026. Данные предоставлены Министерством промышленности и торговли Республики Крым.

