

# Крымский ЖУРНАЛ

НАВИГАТОР ПО КРЫМУ

2 (43) 2023

## КОСМИЧЕСКИЙ ВОЯЖ

Читайте в номере:

**СИЛА РОДА**  
Медицинские  
династии Крыма

**ЗВЁЗДНОЕ  
ПРИТЯЖЕНИЕ**  
Фоторепортаж  
из обсерватории

**ГАСТРОКРЫМ**  
Витаминный  
взрыв

# Подписывайтесь!

«Крымский журнал»  
любит своих подписчиков  
и еженедельно дарит подарки



Подписывайтесь  
на «Крымский журнал»  
во ВКонтакте!

Вас ждут яркие фотоподборки, необычные клипы, последние туристические новости и увлекательные маршруты по Крыму

## Крым на рабочем столе

Скачивайте эксклюзивные красочные фотографии лучших мастеров Крыма и России на нашем сайте.

Отсканируйте QR-коды на страницах журнала или перейдите по ссылке на наш сайт:

**[journalcrimea.ru/  
posters/](http://journalcrimea.ru/posters/)**



**К**рым начинает подготовку к очередному туристическому сезону. Прогнозы разные, но мы, крымчане, как всегда, мыслим позитивно, уверены, что сезон всё-таки состоится, и готовим для туристов насыщенный событийный календарь.

Мы продолжаем интереснейший фотопроjekt «Крым и мир», в котором показываем, что на полуострове можно найти любую точку планеты.

Крым – это не только природа. Это люди. Те, кто здесь живёт и работает на благо республики. В каждом номере мы будем рассказывать об интересных людях самых разных профессий, о династиях, специалистах, о тех, кем гордится наш регион! В этом номере мы уделили внимание медицине и встретились с представителями наиболее известных врачебных семей полуострова.

В этом выпуске мы говорим вам: «Крым – это просто космос!»

Наши ребята побывали в Крымской обсерватории и изучили все телескопы астрофизиков, написали гид по всевозможным памятникам и объектам космической науки и не забыли рассказать все истории о Юрии Гагарине, которого многое связывает с полуостровом.

Ждём в Крыму!



*С уважением  
и любовью!*

главный редактор

**Мария  
ВОЛКОНСКАЯ**

# СОДЕРЖАНИЕ



стр.

# 70



Фото: Оля Филиппс

**4** Инвестиции  
Воды пловцам!

**12** Крым в цифрах

**16** Сила рода  
Интервью с представителями  
известных медицинских  
династий Крыма

**26** Безграничный туризм  
Не нужен нам берег французский

**38** Крым и мир

**40** Крым в кадре

**46** Эльтиген  
Мужество обречённых





стр.

54

Крымский музей

56

ГастроКрым  
Витаминный взрыв

62

Гагарин, мы вас любили...  
Знаете, каким он парнем был?

70

Звёздное притяжение  
Эксклюзивный фоторепортаж  
из обсерватории

82

Долетим  
до самого Солнца  
О том, какое место занимал  
Крым в освоении Вселенной

90

Отдыхать здорово  
Чек-ап по здравницам Крыма

26



стр.



# ВОДЫ ПЛОВЦАМ!



**Текст: Андрей Новохатько**

**Фото: Евгений Летов**

Дворец водных видов спорта в Симферополе стал одним из самых крупных центров развития плавания и водного поло на юге России. Но главное – он даст возможность осуществить давнюю мечту тысячам крымчан, как спортсменам, так и всем любителям здорового образа жизни.







Появления большого бассейна для профессиональной подготовки спортсменов Крым ждал три десятка лет. Бассейн спорткомплекса «Динамо» в Симферополе с начала 1990-х годов эксплуатировался без капитального ремонта, система водоснабжения и водочистки пришла в негодность, а в 2016 году экспертиза показала, что его треснувшая чаша не подлежит восстановлению. Было решено построить новый водный комплекс, который будет не только удовлетворять все потребности спортивных федераций, но и даст возможность развития.

Долгожданный объект начали строить в Симферополе в 2017 году. Прямоугольное здание с закруглёнными углами высотой 14 м и площадью 18,7 тыс. кв. м возвели быстро, но его обустройство и установка ливневой канализации, о которой забыли в первоначальном проекте, немного задержали сдачу объекта.



# 1,431

млрд рублей потрачено  
на строительство Дворца  
водных видов спорта



- Дворец водных видов спорта построен по поручению президента и открыт в преддверии девятой годовщины воссоединения Крыма с Россией. Здесь оборудованы три бассейна, один из которых детский. Во дворце будут проходить тренировки по спортивному и синхронному плаванию, по водному поло. Это очень важный и нужный объект спортивной инфраструктуры, который даст новый импульс развитию массового спорта в Крыму и станет площадкой для воспитания чемпионов.

**Сергей Аксёнов,**  
**Глава Крыма**

## ИНВЕСТИЦИИ

Три бассейна:

10-метровый для детей, которые только учатся плавать, стандартный 25-метровый и олимпийский на 50 метров, который может быть разделён для одновременного занятия нескольких групп. Емкость всех трёх чаш – 5000 куб. м воды. В день здесь могут заниматься почти три тысячи человек.

Современная система фильтрации и обеззараживания воды без хлорирования работает в автоматическом режиме, что позволит проводить занятия без технических перерывов.

В Крыму с 2014 года количество занимающихся физкультурой и спортом выросло почти в 3,5 раза

С 10%  
ДО  
38%





– Это долгожданное событие для всех спортсменов. В Крыму объектов такого уровня ещё не было. Сам дизайн дворца свидетельствует о том, что он технологичный и современный. Здесь установлено специальное оборудование, которое позволяет синхронисткам слушать музыку под водой. Сейчас во дворце уже тренируются 500 детей. Это только начальная ступень, потому что мощности объекта позволяют набирать новые группы спортсменов и обеспечить всех желающих заниматься плаванием, – рассказала министр спорта РК Ольга Торубарова.

В дальнейшем дворец сможет принимать как соревнования Южного федерального округа, так и всероссийские.

## Справка

**В составе комплекса три бассейна:**

- для проведения всероссийских и международных соревнований по спортивному и синхронному плаванию, водному поло (по регламентам FINA) с размером ванны 52х25 м (десять дорожек), переменной глубиной 2-2,5-3 м. Пропускная способность – 1920 человек в день;
- физкультурно-оздоровительный бассейн для взрослых с размером ванны 25х16,5 м (восемь дорожек), переменной глубиной 1,2-2-2,5 м. Пропускная способность – 1024 человека в день;
- детский бассейн с размером ванны 10х6 м, переменной глубиной 0,6-0,85 м. Пропускная способность – 320 человек в день.

Также в здании предусмотрены залы для занятий фитнесом, сауны, два массажных кабинета, медцентр, раздевалки, автономная котельная для подогрева воды и отопления помещений, трансформаторная подстанция. Вокруг центра большая парковка. Заниматься в главном бассейне Крыма смогут и дети, и взрослые.

Дети, которые хотят попасть в секцию плавания, должны уметь держаться на воде.

Сейчас спортсмены и тренеры обживаются в новом здании. Администрация Симферополя уже запустила новый автобус №18, на котором можно добраться до дворца из центра города. Транспорт будет ходить с шести часов утра до десяти вечера.



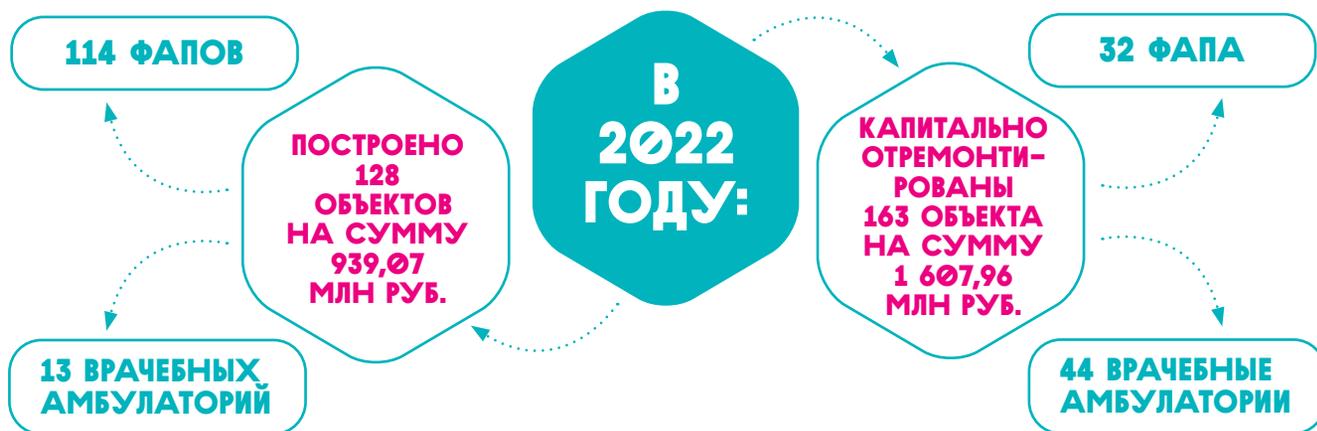


- Сегодня у нас 12 тренеров, они проводят отбор детей старше 7 лет в секции. Тренировки проходят ежедневно, кроме воскресенья. Для ребят, которые хотят заниматься просто для здоровья, планируем ввести коммерческие абонементы. Будет доступная гибкая система стоимости посещения. Также выделим коммерческое время занятий для взрослых. В приоритете у нас дети, которые будут заниматься в спортшколе, а в свободное время – все желающие, – рассказал директор школы водных видов спорта Сергей Боговаров.

# БЕЗБОЛЕЗНЕННЫЙ ПРИЁМ

Текст: Ирина Гуливатая

В Крыму делается всё возможное, чтобы местные жители и туристы могли вовремя и в полном объёме получить высококвалифицированную медицинскую помощь. Расскажем в цифрах о достижениях республиканского здравоохранения за прошлый год и планах на 2023-й.



куплено 25 единиц медицинского оборудования

в том числе стационарный цифровой рентгеновский аппарат, цифровой флюорограф, система компьютерной томографии, томограф рентгеновский компьютерный,

приобретено 49 автомобилей

для доставки пациентов в медицинские организации, для оказания медпомощи на дому и доставки лекарств жителям отдалённых районов.

2 модульных пункта компьютерной томографии

мобильный ФАП

ВЫДЕЛЕНО **294,85 МЛН РУБ.** НА ПРИОБРЕТЕНИЕ  
ОБОРУДОВАНИЯ И АВТОТРАНСПОРТА.

# 8,5 МЛРД РУБ.

израсходовано в 2022 году  
на модернизацию материально-технической  
базы медицинских организаций:

18 единиц медоборудования  
на 104,87 млн руб.

куплено по нацпроекту «Борьба  
с онкологическими заболеваниями»  
для онкодиспансеров,

118 единиц медоборудования  
на 308,37 млн руб.

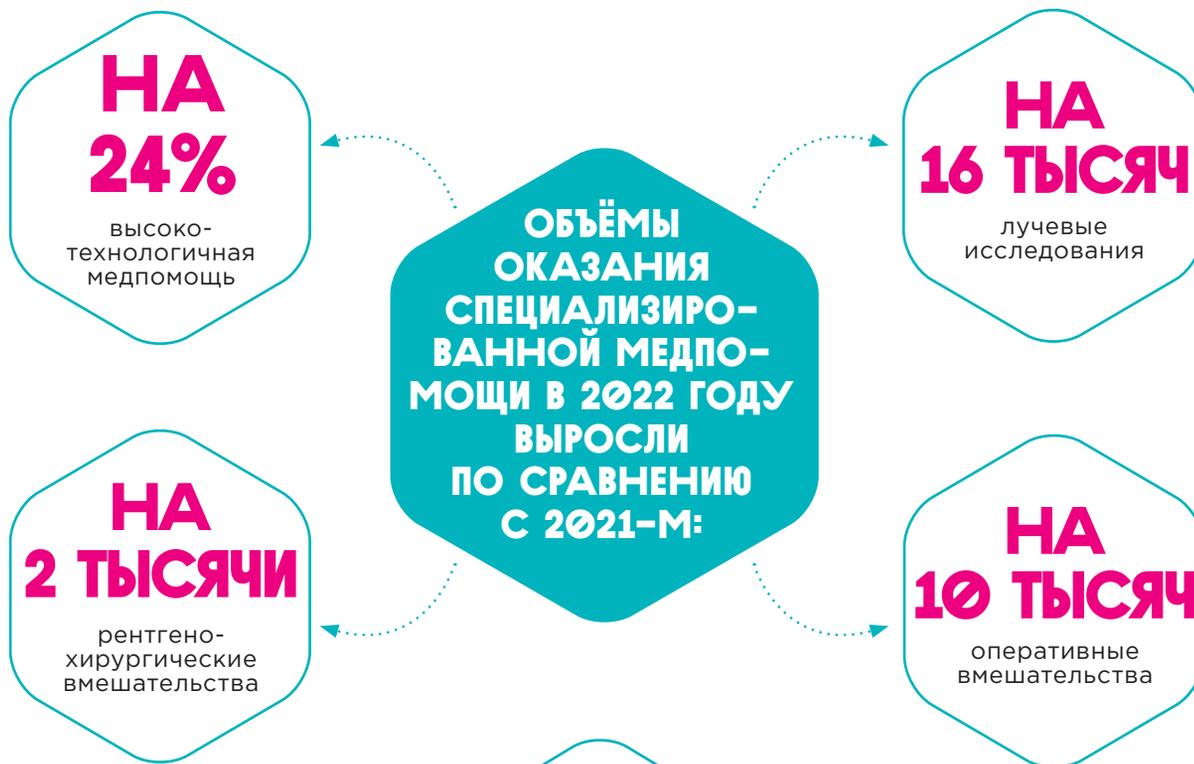
приобретено по проекту  
«Борьба с сердечно-сосудистыми  
заболеваниями»,

50 единиц медоборудования  
на сумму 141,55 млн руб.

куплено по региональному про-  
екту «Оптимальная для восста-  
новления здоровья медицинская  
реабилитация»,

70 единиц медоборудования  
и 74459 медицинских изделий  
на общую сумму 57,29 млн руб.

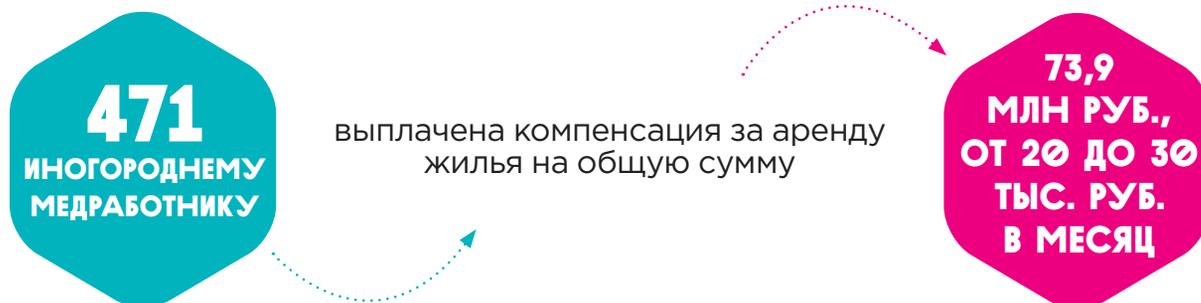
приобретено по региональному про-  
екту «Развитие системы оказания  
паллиативной медицинской помощи».



## В РАМКАХ ГОСПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РК В 2022 ГОДУ:



**5860 МЕДРАБОТНИКАМ,**  
живущим и работающим в сёлах, были  
компенсированы расходы на оплату  
коммунальных услуг  
**НА СУММУ 50 МЛН РУБ.,**  
по 750 руб. в месяц



**14 КВАРТИР** ПРЕДОСТАВЛЕНЫ СЕМЬЯМ МЕДИКОВ.

**63  
ВРАЧА**

**6  
специалистов  
со средним  
медицинским  
образованием**

привлечены из других субъектов РФ в рамках программ  
«Земский доктор» и «Земский фельдшер».

**В 2023 ГОДУ** продолжатся строительство, реконструкция и капитальный ремонт **67 ОБЪЕКТОВ** в рамках ведомственной целевой программы «Модернизация государственных учреждений здравоохранения с целью доведения их до федеральных стандартов и нормативов». На эти цели предусмотрено **3,3 МЛРД РУБ.**

**Планируется завершить:**

строительство здания эндоваскулярной операционной Симферопольской городской клинической больницы №7;

капитальный ремонт офтальмологического центра Республиканской клинической больницы им. Н. А. Семашко, акушерско-гинекологического корпуса Первомайской центральной районной больницы, Раздольненской районной больницы, поликлиники Евпаторийской городской больницы, поликлиники и инфекционного отделения Керченской городской детской больницы и других объектов.

**В 2023 году по региональной программе модернизации первичного звена здравоохранения нацпроекта «Здравоохранение» планируется на 1,3 млрд руб.:**

завершить строительство 50 ФАПов

отремонтировать 1 врачебную амбулаторию и 3 ФАПа

приобрести 52 автомобиля и 4 единицы оборудования для районных и городских больниц

# Сила Родда

Текст: Анастасия Заплотнева

Фото: Евгений Летов

«Когда я вырасту, стану таким, как ты» – какой родитель не мечтает услышать эту фразу от своего ребенка? Наверное, в семьях врачей она звучит чаще, чем в каких-либо других. Чем же так привлекателен пример предков и почему именно дети медиков предпочитают идти по отцовским стопам, притом, что с младых лет видели в том числе обратную сторону трудной профессии? «Крымский журнал» искал ответ у представителей наиболее известных крымских династий.





«Когда поколение за поколением выбирает медицину – это, конечно, очень ответственно, ведь нужно соответствовать поднятой предками планке»



## За плечами опыт поколений

– В моей семье было принято так: или кормить, или учить, или лечить. Я решил выбрать последнее, – объясняет свой выбор профессии главный кардиолог Крыма Валерий Садовой.

Мама Валерия Ивановича была педагогом, родной дядя – травматологом. Спутницу жизни Валерий также выбрал себе под стать – с Еленой, будущей супругой, он познакомился в мединституте. Его старший сын стал кардиохирургом, дочь ещё не определилась со специализацией, но тоже решила лечить людей и прилежно грызёт гранит науки в Первом Санкт-Петербургском государственном медуниверситете им. Академика И.П. Павлова.

Причину, по которой именно в медицине часто встречаются династии специалистов, Валерий Садовой объясняет просто: профессию врача, как правило, выбирают люди, хорошо знающие, что она собой представляет. В конце концов, если ты с детства крутишься в этом мире и не видишь ничего другого, выбор довольно очевиден. В качестве подтверждения приводит множество примеров из жизни коллег, учителей. Например, известного хирурга, доктора медицинских наук, профессора Евгения Илларионовича Захарова, который в 1950-1960-е годы был заведующим кафедрой общей хирургии Крымского медицинского института и проректором по научной работе. Его сын, Александр Евгеньевич Захаров, был преподавателем Валерия Садового, а внучка, Марина Захарова, – практикующий крымский врач, пульмонолог высокого класса.

– Жизнь врача в бытовом, семейном отношении не самая простая. И график работы ненормированный, и звонки в любое время дня и ночи... Пока на один ответил, два пропущенных. И со надо

всеми надо поговорить, ведь за любым звонком может стоять человеческая жизнь. С другой стороны, когда впитываешь такое отношение к работе с детства... Сын только ходить научился, а уже прибежал ко мне в реанимацию инфарктного отделения – интересно же, – рассуждает главный крымский кардиолог.

Супруги Садовые подчёркивают: на выбор детей влиять не пытались, готовы были поддержать любое решение.

– Дочь даже не рассматривала иные варианты, кроме медицины. Сын в старших классах сомневался: он занимался музыкой, играл на саксофоне, причём очень хорошо, был лауреатом международного конкурса. Но всё-таки оказался не готов посвятить жизнь музыке. В 11-м классе попросился к отцу на работу, прошёл приёмный покой, реанимацию, кардиохирургию, всё внимательно изучил и решил, что хочет стать врачом, – рассказывает Елена Садовая, заведующая отделением консультативной поликлиники Перинатального центра, акушер-гинеколог высшей категории. – Мне медицина тоже близка с детства – мама была врачом-педиатром, невропатологом. Правда, работала она и в приёмном отделении, и в военкомате, где служил папа, из-за частых переездов ей приходилось примерять разные специальности.

О семейной жизни двух молодых врачей, вчерашних студентов, Елена вспоминает с улыбкой: супруг устроился дежурантом в отделение аритмии кардиодиспансера, она – в поликлинику, ведь маленький сын требовал внимания. К тому времени, как родился второй ребёнок, они решили нанять няню, чтобы оба могли полноценно работать.

**Профессию врача, как правило, выбирают люди, хорошо знающие, что она собой представляет**

– Что касается быта, старались делить обязанности, помогать друг другу. Хотя, конечно, женщина всё равно берёт на себя больше ответственности. Зато нам с мужем всегда есть что обсудить: я могу посоветоваться с ним по вопросам кардиологии, он – по нюансам акушерства. У нас даже есть общие пациенты, – признаётся Елена Садовая.

Семья Садовых уверена: когда поколение за поколением выбирает медицину – это, конечно, очень ответственно, ведь нужно соответствовать поднятой предками планке и не подмочить репутацию. Но это и несомненное преимущество, ведь у тебя за плечами опыт и знания всей семьи. К примеру, сын Валерия и Елены хоть и работает кардиохирургом далеко от Крыма, в Мариинской больнице Санкт-Петербурга, но всё же часто созванивается с отцом, просит совета в сложных случаях или просто делится интересными моментами. А дочери-студентке порой нужна помощь в учёбе: кто, как не родители-практики, сможет объяснить сложный вопрос или подсказать, в каком направлении двигаться?

– Кстати, сын тоже выбрал жену из нашей сферы: невестка работает в гинекологии. Может, и внуки пойдут по стопам родителей, кто знает, – смеётся Елена.

А значит, представители династии Садовых продолжают вписывать свои имена в историю отечественной медицины.

## Если не мы, то кто?

Многие поколения семьи Ефетовых занимаются медициной. Терапевты, педиатры, хирурги, онкологи, гинекологи, трансфузиологи, офтальмологи, стоматологи, невропатологи, рентгенологи – кажется, представители этой семьи охватили практически все медицинские специальности. И всё-таки наибольшую славу роду принёс Владимир Михайлович Ефетов – основатель крымской школы онкологии и создатель кафедры онкологии в Крымском медицинском институте, чьё имя носит Крымский республиканский онкологический клинический диспансер.

Продолжил дело отца Сергей Владимирович Ефетов – выдающийся онколог, хирург, за десятилетия медицинской практики спасший тысячи пациентов.

– Выбора как такового у нас и не было. Мы с детства впитывали медицинские знания, все разговоры в доме касались врачебных проблем, историй болезни, сложных случаев... Нам было странно даже представить, что мы вырастем и станем, например, космонавтами. Только медицина! – вспоминает Сергей Ефетов.

Сделать крошечный шаг в сторону от семейной стези смог двоюродный брат Сергея Владимировича – Константин Александрович Ефетов. Заведующий кафедрой биохимии Медицинской академии им. С.И. Георгиевского, профессор, академик РАЕ, выдающийся учёный с мировым именем, он также получил медицинское образование,



«Нам было странно даже представить, что мы вырастем и станем, например, космонавтами. Только медицина!»



**В семье Ефетовых  
прекрасно  
понимают:  
онкология – это  
наука, требующая  
очень больших  
знаний. И чтобы  
спасать людей,  
нужно трудиться  
с полной  
самоотдачей**

но выбрал биохимию. В зоне его внимания молекулярная биология, молекулярная иммунология и... молекулярная онкология! Шаг в сторону действительно оказался небольшим, и общая для большинства членов семьи тема не обошла стороной Константина Ефетова. Кстати, на его счету свыше 600 научных публикаций и такие

награды, как медали «Тысяча великих учёных мира» и «Международный чётный года». При этом он прославился не только как учёный, но и как поэт, автор свыше 60 поэтических сборников и член Союза писателей России.

Продолжают славное дело Владимира Михайловича Ефетова и внуки: Владимир и Татьяна

на тоже стали хирургами.

– Владимир известен всему Крыму, к нему даже с материка едут на операции. Татьяна занялась лечением онкологических заболеваний молочной железы, развивает пластическую хирургию молочной железы на полуострове, – рассказывает глава семьи Сергей Ефетов.

При этом, по признанию самой Татьяны, в семье никогда не принуждали выбирать медицину. Этот путь просто считался само собой разумеющимся, к нему подталкивала атмосфера в доме.

– Когда я подходила к бабушке со словами «а может, когда я вырасту, стану...», он просто обнимал меня и говорил: «Танечка, быть доктором, помогать людям – это же так здорово!

Подумай об этом». И эти разговоры стали решающими, когда дело дошло до выбора профессии, – вспоминает Татьяна Ефетова.

Легко ли быть продолжателем династии, когда у её истоков стоят такие легендарные личности? Конечно, уровень ответственности зашкаливает. И строже всех к начинающим врачам было не окружение, а семья.

– Мы ведь не просто штатные интерны, хирурги, онкологи. И отношение было соответствующее – не как к простому подчинённому, а как к сыну, которого надо не только научить, но и воспитать. Так что отчитывал отец на работе регулярно, – говорит Владимир Ефетов-младший, названный в честь выдающегося деда.

С другой стороны, только при таком подходе можно вырастить действительно грамотного специалиста. В семье Ефетовых прекрасно понимают: онкология – это наука, требующая очень больших знаний. И чтобы спасать людей, нужно трудиться с полной самоотдачей.

– О чём мечтаю? Диагностировать у всех онкобольных рак на первой стадии, когда можно исцелить любого. А ещё – изобрести лекарство, которое будет лечить онкологию на любой стадии. Тогда мы всей семьёй станем не нужны и уйдём на покой, – шутит Сергей Ефетов.

А пока чудо-лекарство не появилось, династия Ефетовых будет продолжать семейное дело, развивать отечественную онкологию и давать пациентам, которым поставлен страшный диагноз, шанс на жизнь. «Если не мы, то кто?» – эту фразу семья считает своим девизом, и, кажется, вполне заслуженно.

GAZETACRIMEA.RU

# ЛУЧШАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА КРЫМА\*

## КРЫМ ГАЗЕТА

Какие  
пов  
пол  
в п  
и п  
попу.

**СЛУШУТЫ ЗАКОНЧАТ РЕМОНТИРОВАТЬ В АПРЕЛЕ** Пятница  
14 апреля  
2023 года

**СЛОВО РЕДАКТОРА**

**ПОТЕЦ ГОДА**

**«СПОРТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ»**

На третьем месте рейтинга наш одноклассник Дмитрий Гуркин. Талантливо преобразовывая, старательно делая ремонт на Украине, он стал героем нашего времени. А для друзей – это фронт работы. А для друзей – это фронт работы. А для друзей – это фронт работы.

На втором месте традиционная украинская хохлома. В наше время это искусство переживает второе рождение. В наше время это искусство переживает второе рождение.



**ЧИТАЙ!**

**КОММЕНТИРУЙ!**

**ДЕЛИСЬ!**



\*По мнению редколлегии газеты

## ДЕМОГРАФИЧЕСКОЕ ТЛЕНИЕ

## КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА



№ 63 (71526)  
ЧЕТВЕРГ  
13 апреля  
2023 года  
GAZETACRIMEA.RU

СТР. 2 | Космос: Далёкое – близкое

СТР. 4-5 | ТВ: воскресенье

## КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА



№ 62 (71525)  
СРЕДА  
12 апреля  
2023 года  
GAZETACRIMEA.RU

СТР. 4 | Романс с Крымом, Сергей Рыхманов

СТР. 5 | ТВ: пятница суббота



## ГДЕ РЫБА – ТАМ ЦИ...





Просто отсканируйте  
QR-код и перейдите  
на сайт подписки  
PODPISKA-CRIMEA.RU

Оформите доставку  
«Крымской газеты»  
и «Крымского журнала»  
не выходя из дома!

Если нет времени регистрироваться  
самому, тогда мы сделаем это за вас.

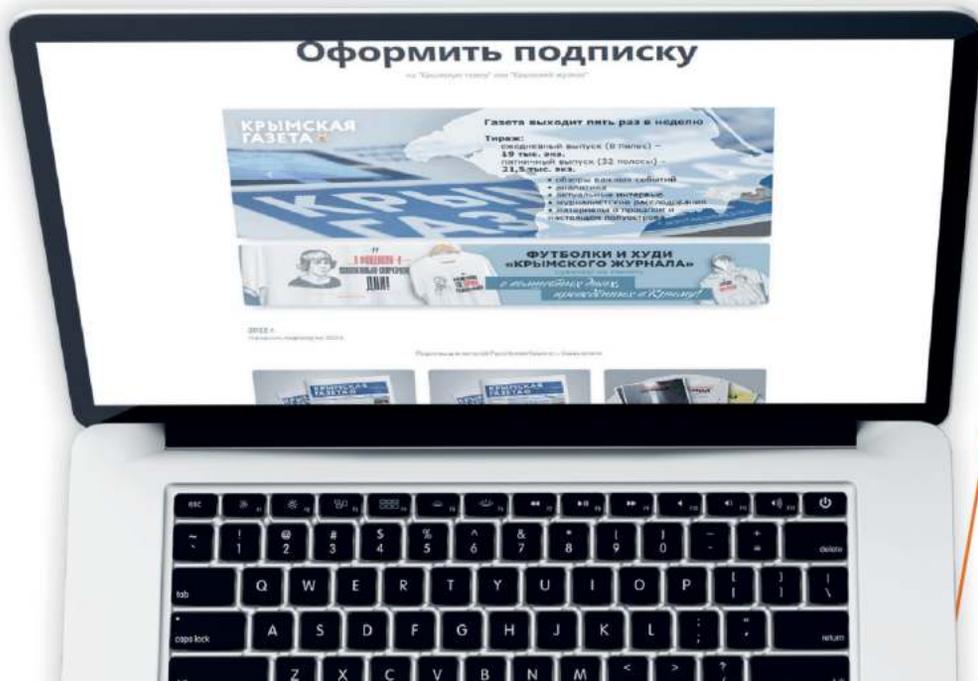
Отправьте сообщение со словом  
«ПОДПИСКА» на номер:  
+7 (978) 000-00-33

# ПОДПИСКА • 2023



ПОДПИСАТЬСЯ МОЖНО

ПО ВСЕЙ РОССИИ



ТЕЛЕГРАММЫ  
ИЗ КРЫМА



Всё самое  
интересное  
из жизни  
полуострова –  
на одном канале



# БЕЗГРАНИЧНЫЙ ТУРИЗМ

Не нужен нам берег французский

Текст: Анастасия Заплотнева

Фото: Евгений Летов, Оля Филиппс, Решат Алиев

Сезон отпусков не за горами, и многие наверняка уже строят планы на эти короткие недели счастья, беззаботности и веселья. Ключевой вопрос: **куда отправиться, чтобы получить максимум впечатлений и сделать десятки эффектных фотографий**, которые согреют воспоминаниями в промозглые осенние вечера? Мы, как и наши читатели, не раз любовались снимками популярных туристических локаций мира. А потом нашли их копии буквально у себя под носом! Не верите? Тогда отправляйтесь вместе с нами **в кругосветное путешествие по Крыму**.



МАРШРУТ ПОСТРОЕН

## ЭТРЕТА, ФРАНЦИЯ

Если вы мечтали увидеть знаменитые природные арки неподалёку от французского городка Этрета на побережье Ла-Манша, переставайте предаваться фантазиям и тратить время на попытки получить шенгенскую визу. Отправляйтесь на Тарханкут и воплотите свои мечты в жизнь! Уникальный мыс на западе Крыма поразит вас кристально чистой прозрачной водой и завораживающими пейзажами, ничуть не уступающими французским. Кстати, мы в «КЖ» уверены, что оригинальные скалы находятся как раз на полуострове, а во Франции всего лишь копии.







## **АРИЗОНА, США**

У крымских достопримечательностей есть огромное преимущество: от одной восхитительной локации до другой часто буквально рукой подать. Смогли бы вы позавтракать с видом на этретское побережье, а поужинать, любуясь космическими пейзажами Гранд-Каньона? Гостям Крыма такая смена впечатлений вполне доступна. Для этого нужно всего лишь отправиться в Орловку – небольшое, но известное среди туристов село под Севастополем. Яркие фотографии на фоне марсианских рыжевато-коричневых диких просторов наверняка удивят всех друзей и коллег.





## **АФИНЫ, ГРЕЦИЯ**

Миллионы туристов летят в Грецию не только из-за красивых видов, но и ради погружения в историю. Страна - наследница одной из древнейших культур - хранит множество артефактов и памятников: античные храмы и статуи, дивной красоты амфоры... Но Крыму и здесь есть чем ответить. Посмотрите внимательно на фото: думаете, это знаменитый храм Гефеста? На самом деле это собор Святых апостолов Петра и Павла в Севастополе!



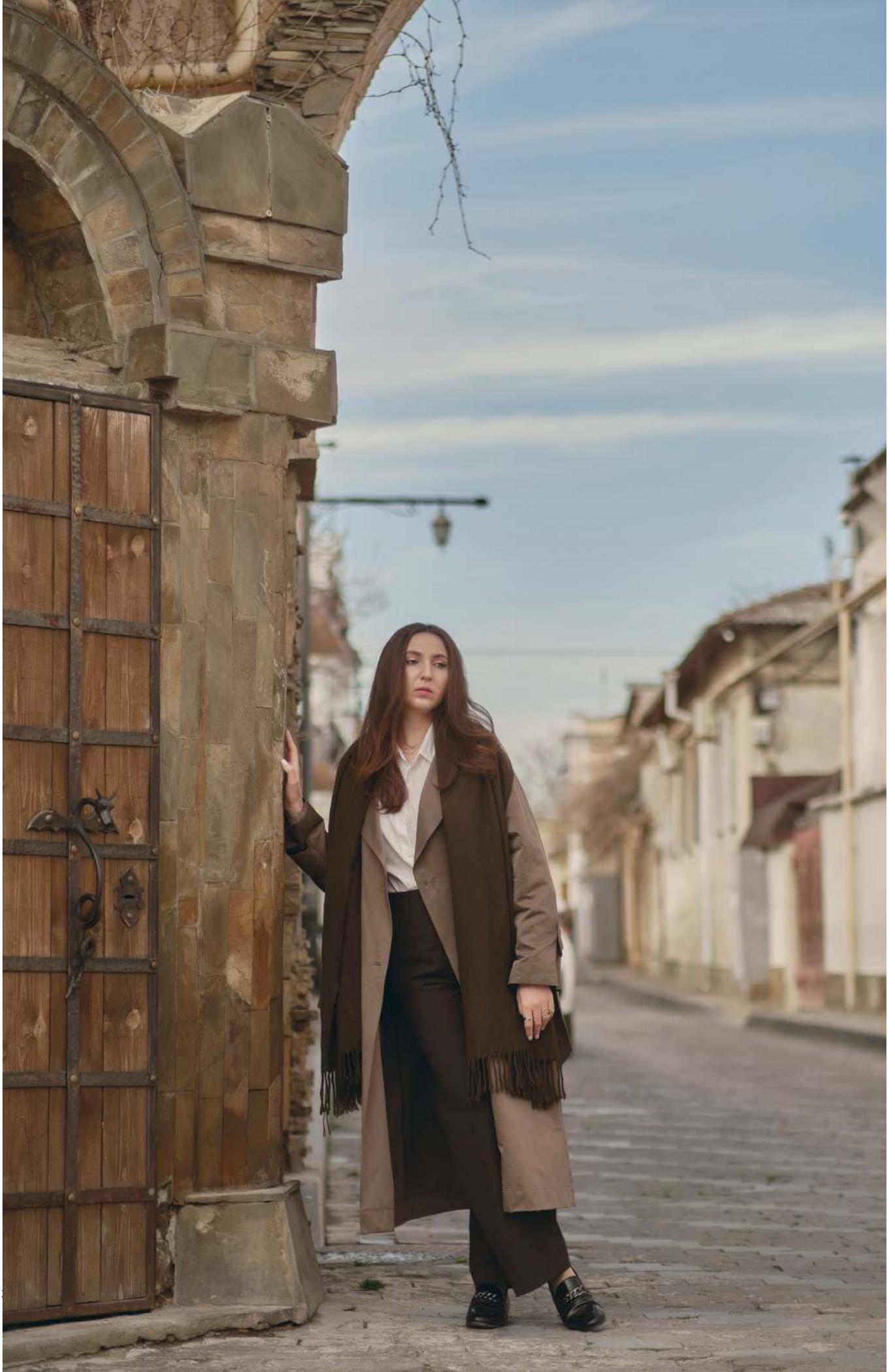
## ТОСКАНА, ИТАЛИЯ

О путешествии по городкам итальянской Тосканы не мечтал лишь ленивый. Едут сюда не только ради искусства, хотя Флоренция – это, конечно, центр притяжения для поклонников эпохи Ренессанса. Просто погулять по старинным улочкам небольших городов, наслаждаясь солнечной погодой, сочными фруктами и местным вином, посетить знаменитые виноградники, понежиться в волнах Средиземного моря – это ли не удовольствие? Вот только все это можно найти гораздо ближе – в окрестностях Ялты! Горные пейзажи не хуже тосканских? Имеются. Старинные улочки, дворцы и музеи тоже в наличии. Виноградники и уникальные крымские вина? Присутствуют! А уж море, солнце, фрукты и вовсе обязательные атрибуты крымского сезона.

## **КАППАДОКИЯ, ТУРЦИЯ**

Ежегодно тысячи и тысячи человек отправляются в турецкую Каппадокию, чтобы полюбоваться парящими над скалами воздушными шарами. А более продвинутые путешественники знают: ради такого шоу необязательно лететь за границу. Уверены, даже искушённые туристы не смогут с первого взгляда отличить снимки, сделанные в Турции, от фото, снятых под Белогорском. Фестиваль воздушных шаров в районе знаменитой Белой скалы не оставит равнодушными даже заядлых скептиков. Это зрелище действительно стоит того, чтобы прямо сейчас забронировать билет в Крым.







## **ИЕРУСАЛИМ, ИЗРАИЛЬ**

Если вам расскажут о древнем городе, ставшем точкой пересечения культур и религий, и покажут фото узких улочек, обрамлённых стенами из желтоватого камня, вы наверняка уверенно воскликните: «Да это же Иерусалим!». Стена Плача, Еврейский квартал, Скорбный путь – знаковые достопримечательности. Вот только на наших фотографиях изображены не они, а Евпатория! Один из старейших городов полуострова, в котором соседствуют православные храмы, мусульманские мечети и караимские кенасы, а каждый камень буквально дышит историей. Отправляйтесь на экскурсию по Малому Иерусалиму – яркие впечатления вам гарантированы.

# Дивные ДИВА

Текст: Михаил Семёнов

Пещерные города Вардзиа в Грузии и Инкерман в Крыму разделяют 810 км и Чёрное море. История этих замечательных творений рук человеческих убедительно показывает, насколько властно стихия и геополитика вмешиваются в естественное течение жизни.

Выдающийся памятник средневекового грузинского зодчества **Вардзиа** был основан в XII-XIII столетиях.

Высокий берег реки Куры венчает гора, сложенная осадочной породой – туфом. Мощная скала буквально источена рукотворными пещерами. Несколько сотен помещений поднимаются на высоту 8-этажного дома.

В толще горы была надёжно спрятана крепость, служившая для защиты границ государства. Пони-

мая, что в борьбе с иноземцами следует уповать не только на военную силу, но и на Божье покровительство, царь Георгий основал здесь монастырь. Дело правителя продолжила его дочь – царица Тамара. При ней Вардзиа украсился пещерным храмом Успения Богородицы.

В 1283 году страну постигла природная катастрофа. В результате землетрясения от массива откололся огромный пласт, вместе с которым обвалилась вся фасадная часть построек. Крепость потеряла



Потаённая крепость Вардзиа в долине реки Куры надёжно охраняла границы средневековой Грузии

главное преимущество – невидимость, но монахи не оставили Вардзиа. Обитель погибла в результате нашествия персов, затем турок.

Возрождение началось только в XIX веке, когда Грузия перешла под протекторат Российской империи. В советское время Вардзиа пребывал в статусе музея-заповедника. Лишь в конце 80-х годов XX века здесь снова зазвучали молитвы. Ныне Вардзиа является и памятником истории, и действующим православным монастырём.

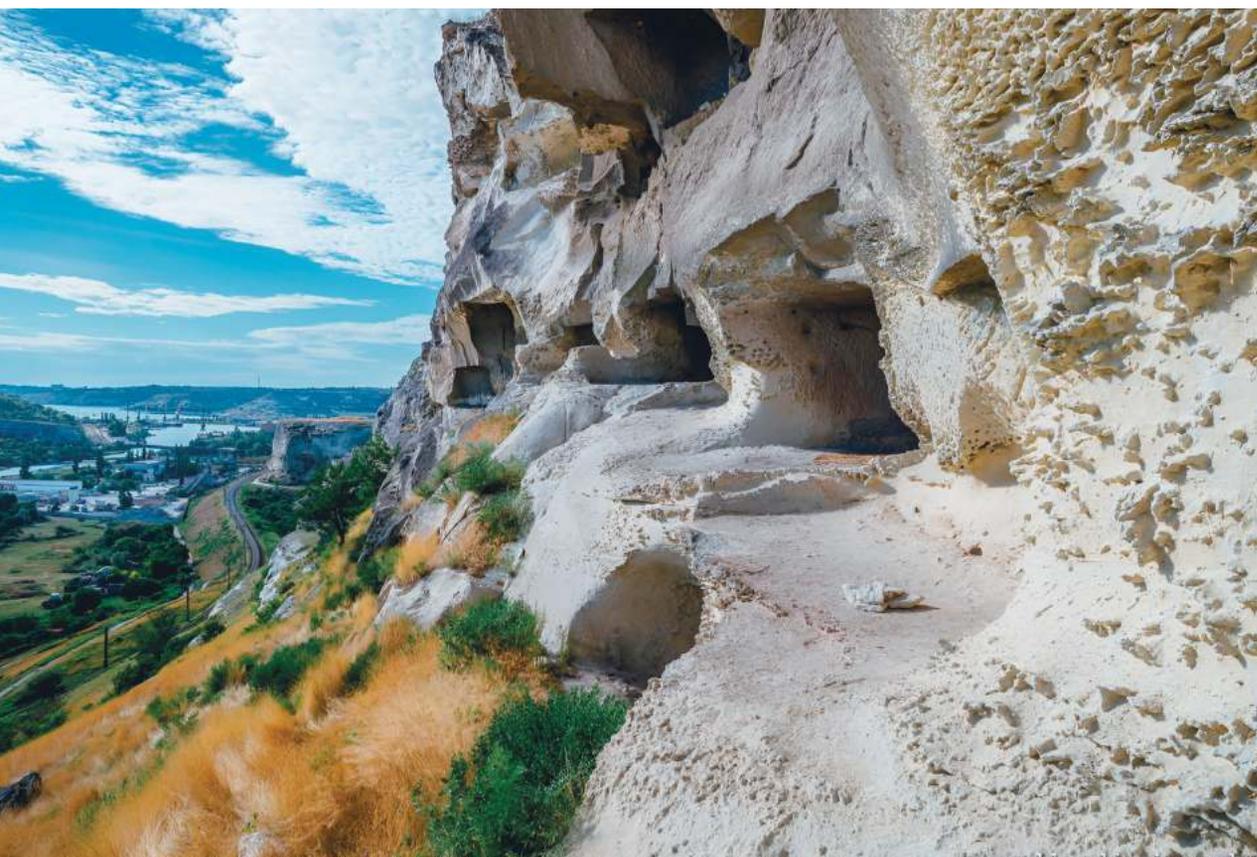
Зеркальным отображением Вардзиа является **Инкерман**. В этом городе, входящем в состав Севастополя, собраны удивительные памятники минувших эпох.

В античный период белый известняк со здешних месторождений шёл на строительство Херсонеса Таврического. Подлинный расцвет начался в V столетии, когда Таврика попала под власть Византии. На неприступных скалах выросло укрепление, защищавшее подходы к Херсонесу, а соседний массив обжили монахи. Они селились тут не по своей воле: в столице империи развернулась борьба противников икон с их почитателями, и те, кто отвергал иконоборческую ересь, были вынуждены искать убежище на окраинах государства.

Нашествие турок в XV столетии полностью изменило геополитическую ситуацию в регионе. Монастырь пришёл в упадок, а

крепость, получившая название Инкерман, была перестроена с учётом использования артиллерии.

Много изменений принёс XVIII век. В результате присоединения Крыма к России на руинах Херсонеса поднялся величественный Севастополь, а в Инкермане возродился пещерный монастырь во имя святого Климента. В 1794 году природа показала свой суровый нрав: в Инкермане произошёл обвал, в результате которого значительная часть скалы с многочисленными криптами была разрушена. По счастью, пещерные церкви Свято-Климентовского монастыря не пострадали и ныне радуют души светом истинной веры.



Пещерные церкви Инкермана служили духовным оплотом христианскому населению Тавриды

### **ЗУБЦЫ АЙ-ПЕТРИ**

**Фото: Андрей Кривцов**

Ай-Петри – одна из самых красивых гор в Крыму, увенчанная величественными скальными зубцами. Её скалы образованы отложениями древних кораллов и водорослей юрского периода, а сами зубцы появились в результате выветривания рифовых известняков. Полюбоваться ими можно, поднявшись по тропе «К зубцам Ай-Петри».



### КРЫМСКИЙ СТОУНХЕНДЖ

**Фото: Михаил Гладчук**

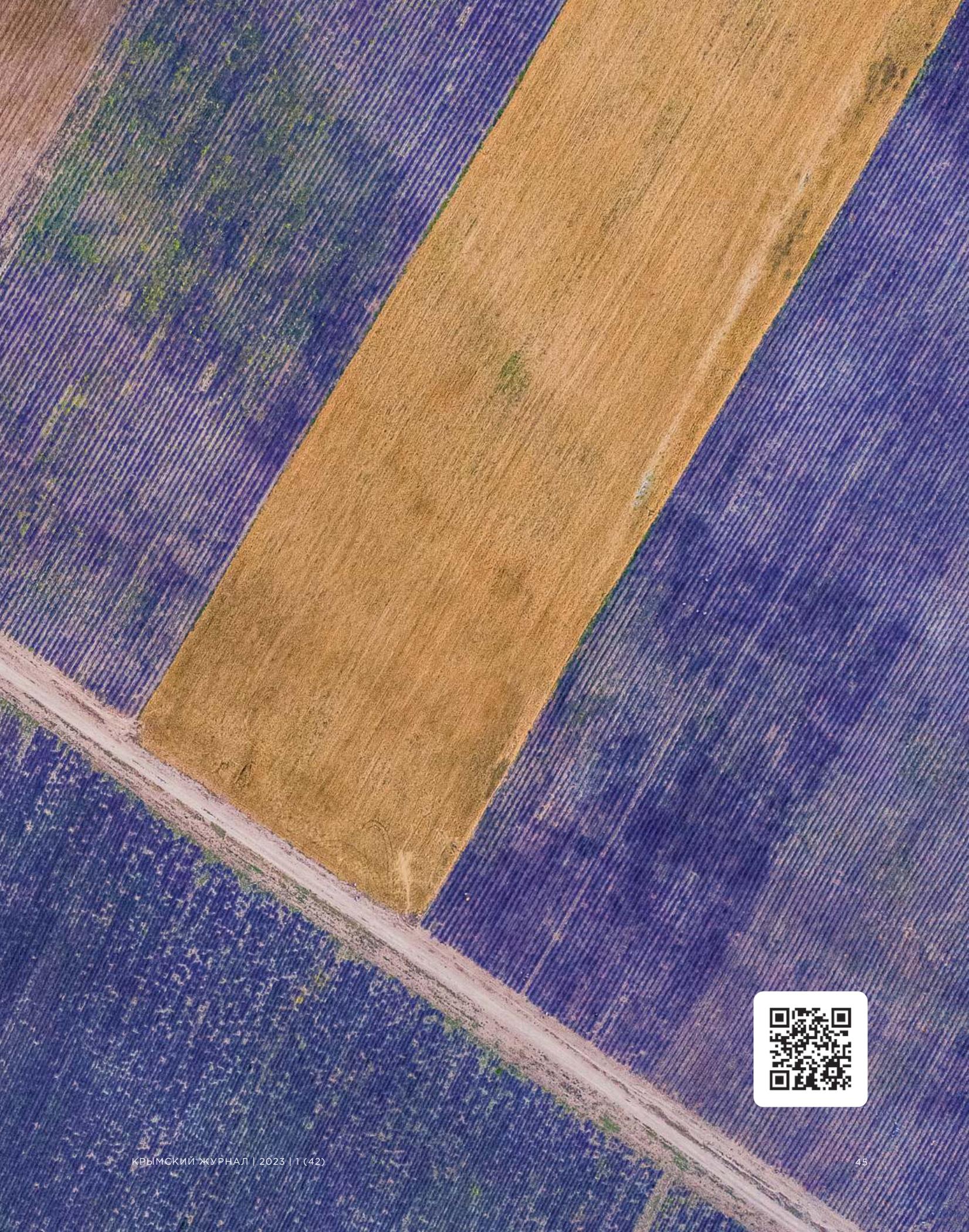
В Крыму есть настоящее место силы, исполняющее желания. О нём мало кто знает. Это Храм Солнца (скалы Тышлар), по форме напоминающий цветок с центральным камнем-алтарём. Эзотерики считают его центром космической энергии и порталом в иные миры. Верите вы в это или нет, но удивительное творение природы стоит посетить.



### КРЫМСКИЙ ПРОВАНС

**Фото:Александр Шинкаревский**

Одной из достопримечательностей Крыма являются лавандовые поля. Завораживающим видом сиренево-синих ковров в полной мере можно насладиться в июне. Находятся поля с лавандой в разных районах полуострова. Самые большие и красивые поля можно найти в посёлках Тургеневка, Тарасовка, Заветное Бахчисарайского района.



# ЭЛЬТИГЕН:

## Мужество обречённых

Текст и фото: Михаил Семёнов

В нынешнем году мы отмечаем знаменательную дату – 80-летие Керченско-Эльтигенской десантной операции, ставшей преддверием великого Дня Победы. Каждый день на огненной земле являл миру образцы былинного героизма.



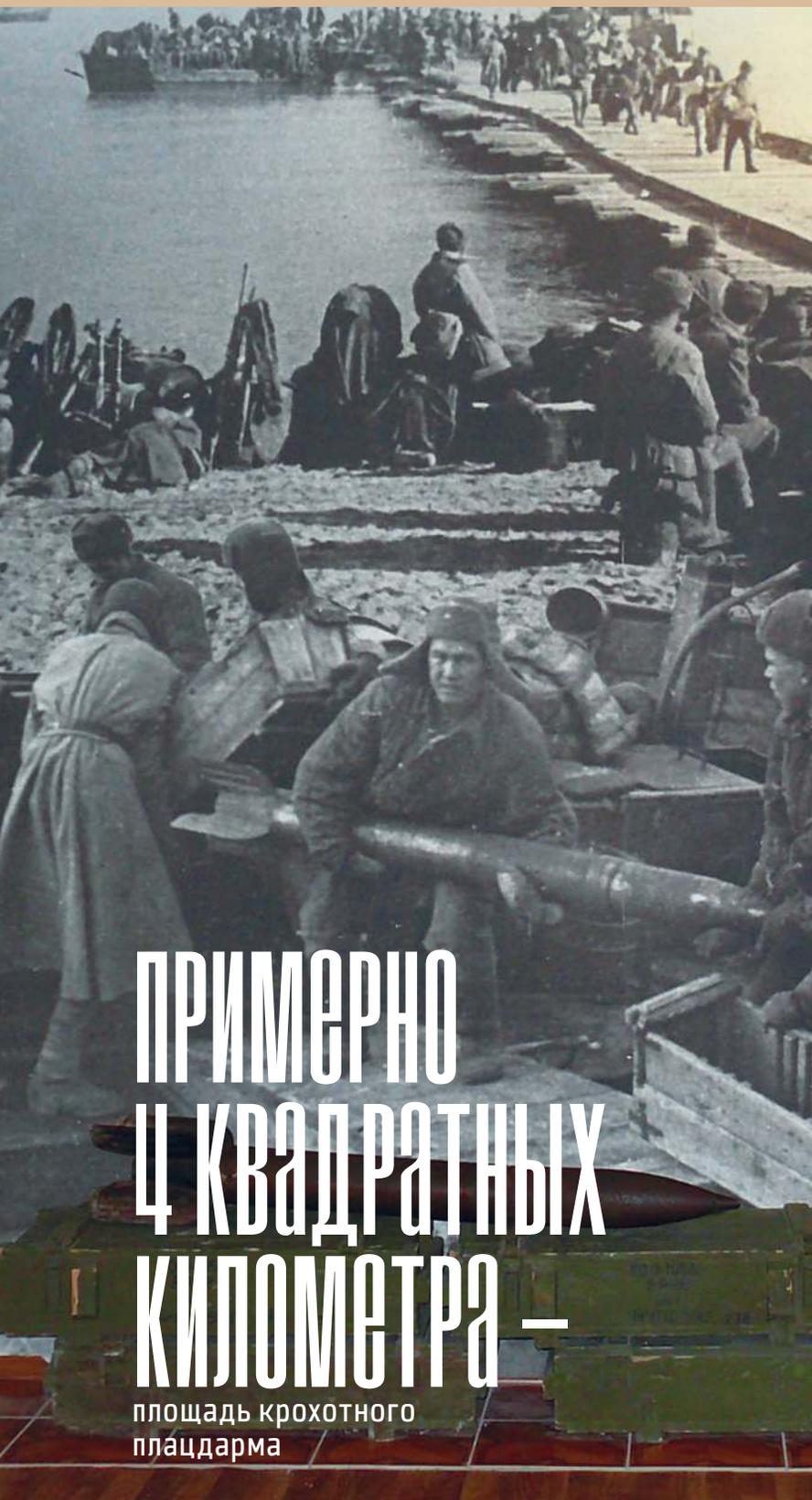
## Все судьбы в единую слиты

**Н**едалеко от Керчи привольно раскинулся курортный посёлок Героевское: уютные коттеджи, ласковое море, просторный пляж. А на постаменте – ошестившийся пулемётами десантный мотобот, на возвышенности – громада памятника Героям Эльтигена. Подобно скале, выступают из земли отлитые в бетоне барельефы воинов, а их осеняет монумент. Любуясь его необычной формой, видишь и взлетающую ракету – сигнал к штурму, и поднятую руку командира, указывающего направление броска, и осколок смертоносного металла, разрывающего огненную землю, и горькую чашу страданий, которую пришлось испытать защитникам плацдарма, и дикий тюльпан, что каждую весну расцветивает степь алыми огоньками. Но более всего он похож на наполненный ветром парус надежды.

Название Эльтиген очень древнее. В этом слове тесно сплелись индоевропейский и тюркский корни. Дословно они переводятся как «дружина отважных», «отряд непобедимых». Таков перст судьбы: в 1943 году советские солдаты сделали здесь первый шаг к освобождению Крыма от фашистов. И каждый из 40 дней был освящён воинской славой.

**ОКОЛО  
10 ТЫСЯЧ  
ЧЕЛОВЕК  
ВЫСАДИЛИСЬ  
В ЭЛЬТИГЕНЕ**





**ПРИМЕРНО  
4 КВАДРАТНЫХ  
КИЛОМЕТРА —**  
площадь крохотного  
плацдарма

## Гладко было на бумаге...

Командование намечало одновременно высадить две большие группы: основные силы северо-восточнее Керчи и вспомогательные — южнее, в районе села Эльтиген. Предполагалось, что после захвата плацдармов войска нанесут удары по сходящимся направлениям и овладеют портами Керчь и Камыш-Бурун.

Однако всё спутали стихия и просчёты в планировании. Пролив был нашпигован минами, акватория простреливалась насквозь. К тому же разыгрался шторм, разметавший все плавсредства. Когда волны начали захлёстывать утлые судёнышки, десантники встали, обнявшись, вдоль бортов, буквально нарастив их своими телами.

Не учли разработчики операции важнейшую особенность прибрежной полосы. Песчаная коса в сотне метров от берега создаёт иллюзию мелководья, и солдаты с полной выкладкой прыгали в воду, не подозревая, что через несколько шагов их ждёт глубина. Преграда оказалась коварной. Статистика первого дня неумолима: убиты 700 человек, утонули 1300...



## Один против семи

Удивительная история произошла со сторожевым катером МО-81, которым командовал старший лейтенант Соломон Флейшер. Возвращаясь под покровом ночи на базу из очередного рейса к Эльтигену, «мошка» оказалась перед колонной из семи вражеских кораблей. Командир принял дерзкое решение – пойти наперерез и первым открыть огонь. Уничтожив два катера, наш получил повреждения, но остался на плаву и успел скрыться в темноте.

Однако этим дело не кончилось. Внезапно появились другие фашистские

корабли: три слева, три справа. На «морском охотнике» приготовились к последнему бою. Начали приближаться к левой группе, когда оттуда подали сигнал фонарём «тире-точка-тире»: немцы полагали, что подходит кто-то из своих, но на всякий случай запрашивали пароль. «Быстро передавай то же самое тем, что справа», – приказал Флейшер сигнальщику. Справа тотчас отозвались: «точка-тире-тире». Левая группа приняла ответ. находчивость командира спасла израненный корабль от неминуемой гибели. Везучий МО-81 отошёл подальше и растворился в предутреннем тумане.

## Мы – штрафники...

На подъезде к Героевскому промелькнёт невысокий холм – древний курган, каких в окрестностях Керчи множество. 1 ноября 1943 года могиле скифского воина было суждено продлить свою историю. На возвышенности закрепились 18 морских пехотинцев во главе с лейтенантом Алексеем Шумским. В течение суток десантники удерживали позицию, отразив несколько атак. Гитлеровцы смогли захватить высоту только тогда, когда погибли все её защитники. Уже в наше время у подножия кургана высадили 18 тополей и установили стелу с надписью: «Их было 18. Их имена неизвестны».

Особую значимость памятнику придаёт тот факт, что подразделение Шумского состояло из штрафников. По этой причине скромный мемориал уникален, поскольку увековечивает память о тысячах безымянных солдат штрафных частей, кровью искупивших вину перед Отчизной.

Военные юристы разводили руками: три эльтигенца, воевавшие в штрафных ротах, получили звание Героя Советского Союза ранее официальной реабилитации. Невиданные случаи, единственные за всю войну!

## Ради жизни на земле

Эта строка из стихотворения рассказывает о подвиге, который совершила Галина Петрова. В мирное время она успела многое: поступила в институт, вышла замуж, родила сына. С началом войны муж Галины ушёл на фронт и погиб под Ленинградом. Галя окончила курсы медсестёр. Оставив ребёнка на попечении своих родителей, попросилась добровольцем на фронт. 1 ноября 1943 года главстаршина батальона морпехов Петрова была на Эльтигене.

Вот что говорит участник событий, военный корреспондент Сергей Борзенко: «Бойцы падали на песок перед колючей проволокой. В заграждении сделали проход. Теперь надо кому-то подняться первым, увлечь всех за собой. Это трудно, ибо, лёжа перед проволокой, можно на пять минут прожить дольше. Вдруг я увидел девушку. Она встала во весь рост и, закружившись в каком-то дивном танце, рванулась вперёд. Какой моряк мог допустить, чтобы девушка была впереди него в атаке? Будто ветер поднял людей!»

В первые же сутки Галя вынесла с поля боя свыше 20 раненых. И в числе первых получила звание Героя.

Через несколько дней настиг осколок и отважную сестричку. Её отправили в медсанбат, но туда попала бомба. Могила Галины находится на Воинском кладбище Керчи.



# 36 СУТОК

удерживали солдаты  
огненную землю,  
в то время как по плану  
через 5 суток десант  
должен был соединиться  
с основными силами



# 1140 ЧЕЛОВЕК

эвакуировали  
по окончании  
операции



## Штыком и гранатой

Положение десанта на Эльтигене становилось всё более тяжёлым. Против горстки измождённых бойцов фашисты бросили пехотную дивизию, танки, артиллерию и авиацию. 6 декабря командование приказало пробиваться к Керчи.

На плацдарме оставалось много раненых. Все способные держать в руках оружие вместе с группой прикрытия встретили врага в траншеях и окопах. Большинство воинов погибли, обеспечив побратимам отход.

Некоторые, не желая сдаваться в плен, бросились в студёную воду пролива. По законам природы их ждала смерть от переохлаждения, но воля к жизни оказалась сильнее: наши катера спасли 125 человек.

А в это время люди, изнурённые жестокими боями, бессонными ночами, голодом и холодом, со считанными патронами и гранатами совершили 25-километровый переход и, прорвав окружение, заняли оборону на горе Митридат в центре Керчи. Продержались ещё три дня, отбивая атаки штыками и сапёрными лопатками, пока не были эвакуированы 11 декабря 1943 года.

В Керчи укоренилась замечательная традиция: молодёжь ежегодно повторяет легендарный марш-бросок Эльтиген – Митридат, напоминающий о подвиге ныне живущим.



# 61 ЭЛЬТИГЕНЕЦ

был удостоен звания Героя Советского Союза. Нигде больше на участников одной локальной операции не проливался такой «золотой дождь»!

## Служили два товарища

Оптимистической трагедии Эльтигена исполнилось 80 лет. За это время написаны тома исследований, созданы прекрасные памятники, но далеко не все тайны раскрыты.

Несколько лет назад со дна Керченского пролива подняли остатки советского истребителя. Вместе с ним «выплыла» удивительная история.

Лейтенант Николай Крайний служил в штурмовом авиаполку ВВС Черноморского флота. 15 ноября 1943 года его самолёт был подбит. Пилоту удалось не только выпрыгнуть с

парашютом, но и вытолкнуть из кабины надувную лодку. С её помощью Николай держался на воде. Выручил Крайнего его друг – однополчанин Александр Карпов. Барражируя над проливом, он увидел лодку Николая и вывел к нему спасателей.

Но судьба решила повторить манёвр. В апреле 1944 года Крайнего опять сбили, теперь уже в районе мыса Тарханкут. Лётчик снова сумел приводниться, и его вновь обнаружил Александр Карпов. А в ходе поиска уничтожил немецкий гидроплан, посланный для того, чтобы взять в плен советского офицера.

Фронтовые друзья прошли войну до Победы и прожили долгие жизни.

# «Под звёздами. Крымская астрофизическая»

**Марк Янковский, 1972 г.**

**Холст, масло**

**Симферопольский художественный музей**

**Текст: Александра Кугушева**

Как часто мы смотрим на звёзды? Городскому жителю такая возможность представляется редко. Стать ближе к солнцу и звёздам можно, отправившись в посёлок Научный, который расположен в живописном уголке Бахчисарайского района. Здесь, на высоте 600 метров над уровнем моря, в 1945 году на базе Симеизского отделения Пулковской обсерватории была создана Крымская астрофизическая обсерватория.

Сегодня каждый гость полуострова может познакомиться с историей и деятельностью обсерватории на познавательных дневных и вечерних экскурсиях. Это место вдохновляет художников на создание произведений искусства. В 1959 году картину «Окрестности Крымской обсерватории» написала Елена Нагаевская (1900-1989). В 1961-1965 годах над серией акварелей и линогравюр, посвящённых научному объекту, работал талантливый крымский график Анатолий Козлов (1913-1979).

На картине Марка Янковского «Под звёздами. Крымская астрофизическая» (1972) изображена группа оптических телескопов, обращённых к ночному небу. Над горизонтом поднимается средняя гряда крымских гор, облака закручиваются проту-

беранцами на тёмно-синем фоне. Вероятно, изображённая художником яркая комета является собирательным образом пятнадцати комет, наблюдавшихся в 1972 году.

## **Справка**

Марк Ильич Янковский (1915-1980) – крымский живописец и сценограф. Родился в Астрахани. Окончил Астраханское училище им. Н.А. Власова, в 1940 г. поступил в Харьковский художественный институт, на факультет театрально-декорационного искусства. В 1941 г. был призван на фронт. Получил тяжёлые ранения, контузию. За боевые заслуги был награждён орденами Красной Звезды и Славы III степени. После окончания Великой Отечественной войны Марк Ильич в течение ряда лет работал в театрах Астрахани, Нальчика, Томска.

В 1953 г. Янковский переехал в Симферополь и до конца жизни работал главным художником Крымского драматического театра им. М. Горького. За успехи в творческой работе мастер был награждён орденом «Знак Почёта», в 1967 году ему было присвоено звание заслуженного деятеля искусств УССР.



## Точка интереса

- 1** Зеркальный телескоп Шайна – один из крупнейших в Европе. Вес главного зеркала составляет почти 4 тонны, подвижной части телескопа – 62 тонны.

# ВИТАМИННЫЙ ВЗРЫВ

Текст: Анастасия Заплотнева

После затяжной и холодной зимы особенно хочется получить заряд витаминов. В конце концов, кто из нас не ждал появления на обеденном столе салатов из первых овощей, отварного молодого картофеля и других весенних блюд? А лучший способ зарядиться витаминами и микроэлементами – добавить в рацион больше зелени!



К

К счастью, сегодня сочная, свежая, хрустящая зелень уже не кажется изыском и вполне по карману большинству россиян. А популяризация здорового образа жизни привела к тому, что слова «латук» или «ромен» уже не звучат для нас, как заклинания на неизвестном языке, да и шпинат давно не ассоциируется только с бравым моряком Папаем.

Сегодня самые популярные сорта зелени и салата можно найти и в супермаркетах, и на рынке. Выращивают их и крымчане: от мелких фермеров до крупных компаний. Например, сельскохозяйственный потребительский сбытовой кооператив «КМ Гринхаус» в Бахчисарайском районе более пяти лет выращивает шпинат, рукколу, мангольд в теплицах на площади 10 га, и с каждым годом выручка и объемы производства растут. Что неудивительно, ведь крымчане давно распробовали вкусные витаминные листовые салаты и уже не ограничиваются традиционной советской тройкой – укропом, петрушкой и зеленым луком.

Самые любознательные и активные даже устраивают мини-теплицы на подоконниках, ведь





Основной объём поставок салатной зелени, по информации Минпрома Крыма, ожидается в мае, в том числе из новых регионов.

В настоящее время на оптово-розничный рынок «Крымский привоз» производители из Херсона и Запорожья завозят в небольших объёмах зелень: лук (перо, репчатый ранний и порей), кинзу, петрушку, салат, айсберг, укроп, щавель и шпинат.



многие виды зелени и листовой салат достаточно неприхотливы и хорошо растут в домашних условиях. Чуть-чуть усилий – и в любой момент можно не только дополнить блюдо полезными ингредиентами, но и внести новые вкусовые нотки в привычное меню.

Кстати, особой популярностью у рестораторов и поклонников здорового образа жизни пользуется микрозелень – именно первые ростки всем известных сельскохозяйственных культур считаются настоящими витаминными бомбами. Главное – подобрать зелень, которая понравится именно вам. Для этого мы подготовили гайд по популярным видам зелени.



### Латук

Лёгкий воздушный салат со слегка маслянистыми листьями. Сочетается с пряными травами и заправками на основе винегрета (французский соус из уксуса, оливкового масла и горчицы)



### Лолло росса

Один из самых распространенных в продаже салатов, узнаётся по кудрявым листьям фиолетового и пурпурного оттенков. Гармонирует с ореховыми заправками, пряными травами и сладкими фруктами.



### Айсберг

Без этого продукта не обходится ни один классический «Цезарь». Плотные кочаны с ярко-салатными листьями напоминают капустные, но в айсберге больше воды, а значит, свежести и хруста. Сочетается не только с заправкой для «Цезаря», но и с голубым сыром.



### Ромен

Салат с широкими хрустящими листьями насыщенного зелёного цвета пользуется популярностью у рестораторов, ведь он прекрасно дополняет многие овощи – от классических огурцов до экзотического авокадо. Любит терпкие заправки, в том числе с добавлением благородных сыров.



### Руккола

Популярная итальянская зелень с остринкой и ореховым привкусом давно перестала быть диковинкой для россиян. Эта зелень подружится с масляными заправками, майонезом и оттенит жирные или солёные блюда.

### Кресс-салат

Пока менее распространённый, но определённо заслуживающий вашего внимания продукт. Нежная водянистая зелень с перечными нотками станет превосходным дополнением к рациону, но её следует тщательно промывать от песка и прочего мусора перед употреблением.



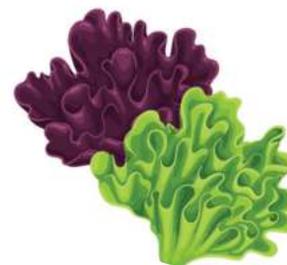
### Шпинат

Настоящий кладёз витаминов, хорош как сырой, так и слегка припущенный, в качестве начинки для пирогов и ravioli. Идеально сочетается с цитрусовыми заправками и сырами, особенно с мягкими, например, рикоттой или другим творожным сыром.



### Дубки

Листья дуболистного салата с ярким ореховым привкусом по форме напоминают дубовые, отсюда и название. Подходит к грибным блюдам, жареной рыбе, овощным салатам.



### Мангольд

Подвид хорошо знакомой нам свёклы, у которого в пищу употребляются не корнеплоды, а листья и стебли. Мангольд используют не только в свежем виде в салатах, но и в борще, свекольнике и даже для приготовления голубцов!





## Энциклопедия микрозелени

Молодые побеги растений – рекордсмены по содержанию полезных веществ: некоторые исследования показали, что микрозелень в 40 раз превосходит зрелые растения по количеству витаминов и микроэлементов. Вот лишь часть из них: витамины К, С, Е, бета-каротин, калий, железо, цинк, магний, медь.

Учёные считают, что регулярное употребление микрозелени помогает контролировать вес, уровень холестерина и является хорошей профилактикой сердечно-сосудистых заболеваний.

Например, микрозелень гороха богата бета-каротином, который участвует в синтезе витаминов А, С и фолиевой кислоты. А в побегах брокколи содержится сульфорафан, который обладает противораковым и антибактериальным свойствами, нормализует давление и устраняет воспалительные процессы в почках.

Выбрать подходящую для себя микрозелень может каждый, как и вырастить её самостоятельно: сегодня легко можно найти в продаже и семена, и подробные инструкции по их выращиванию.



### Советы эксперта

#### Денис Цой, бренд-шеф ресторана «Монро»:

– Мы покупаем зелень у фермеров ежедневно, чтобы продукт был максимально свежим. У них есть точки на Привозе, где наиболее распространённые виды зелени можно легко найти и зимой, и летом. Сложности возникают, когда дело доходит до листовых салатов ресторанного уровня, это айсберг, латук, дубки и другие. Их хоть и выращивают в Крыму, но зачастую продают на материк оптовыми партиями, а нам достаются привозные. Так как хорошие рестораны пропагандируют использование локальных продуктов, хотелось бы иметь возможность заказывать продукцию у местных фермеров.

Чтобы сохранить зелень свежей как можно дольше, нужно срезать концы, убрать резинки и нитки, поставить пучок в воду и накрыть обычным пакетом. Благодаря такому лайфхаку зелень можно хранить в холодильнике достаточно долго. Если просто положить зелень в пакет и убрать в холодильник, она быстро завянет и пожелтеет из-за нехватки влаги и кислорода.

Чтобы правильно использовать микрозелень и не испортить готовое блюдо, нужно запомнить простое правило: вкус побегов – это концентрированный вкус зрелого растения. Например, микроредис – водянистый, с горчинкой, его легко сочетать с чем угодно. А вот микрокинза или микрокукуруза имеют яркий вкус, это надо учитывать.



## ROSA AB ORIGINE

Первая. Единственная. Настоящая



КРЫМСКАЯ  
РОЗА

МАСЛО-КОНЦЕНТРАТ

С МАСЛОМ РОЗЫ	contains 100%*
Сделано в Крыму	Интенсивное омоложение



**КРЫМСКАЯ  
РОЗА**

СИМФЕРОПОЛЬ:  
Евпаторийское шоссе, 8,  
ТРК «Меганом»

ул. Киевская, 189,  
ТРЦ «Южная галерея»

ул. Севастопольская, 62,  
ТРК «CENTRUM»

СЕВАСТОПОЛЬ:  
пр. Ген.Острякова, 260,  
ТЦ «SeaMall»

ул. Вакуленчука, 29/2,  
ТРЦ «Муссон»



\*Первая и единственная косметика  
на основе гидролата розы в Крыму



# ГАГАРИН, МЫ ВАС ЛЮБИЛИ...

*Знаете, какими он  
парнем был?*

**Текст: Иван Коваленко**

Несмотря на свою звёздность, первый космонавт планеты оставался абсолютно земным: полётные перегрузки компенсировались крымскими переагрузками.

## **На руках весь мир его носил**

12 апреля 1961 года на невысокого, но ладно сложенного 27-летнего старлея вместе с майорскими звёздами и золотой звездой Героя Советского Союза обрушилось тяжкое бремя славы. В мгновение ока он обрёл мировую известность, став, по счастью, живым, более того, вполне осязаемым символом Страны Советов. Эта публичность давалась очень нелегко.

На симферопольской улице Воровского стоит некогда pompезное здание – бывший дом культуры бывшего консервного завода. Пожогим сентябрьским днём 1965 года здесь состоялась встреча передовиков производства с Юрием Гагариным.

Очередное из многотысячных мероприятий планировалось по накатанному сценарию, но в Симферополе что-то пошло не так.

Зал уже набился до отказа, а на улице колыхалось море людей, жаждающих увидеть «небожителя». Как только Гагарин вышел из автомобиля, восторженные горожане подхватили его на руки, и Юрий Алексеевич буквально поплыл над толпой! А вечером, тихо чертыхаясь, пришивал к мундиру пуговицы взамен оторванных на сувениры азартными поклонниками.

Но что бы ни происходило, его рукопожатие было крепким, а улыбка искренней. Посмей не улыбаться и тем более откажись сфотографироваться, сразу полетят сигналы куда надо: мол, просим обратить внимание на высокомерное поведение...

Под занавес встречи обязательный обед в компании первых лиц с традиционным возлиянием – святые традиции гостеприимства.

### **Форосское грехопадение**

«В его улыбку и озорной взгляд были влюблены все женщины планеты», – признавалась актриса Джина Лоллобриджида. Ну если секс-символ мирового кинематографа мечтала воспарить с покорителем космоса, то что говорить о простых советских девушках? Понятно, Юрий верен любимой Валечке, подарившей ему двух дочурок-очаровашек. Но согласитесь, в сердце каждой золушки теплится мечта о принце... И только попробуй разочаровать девушку!

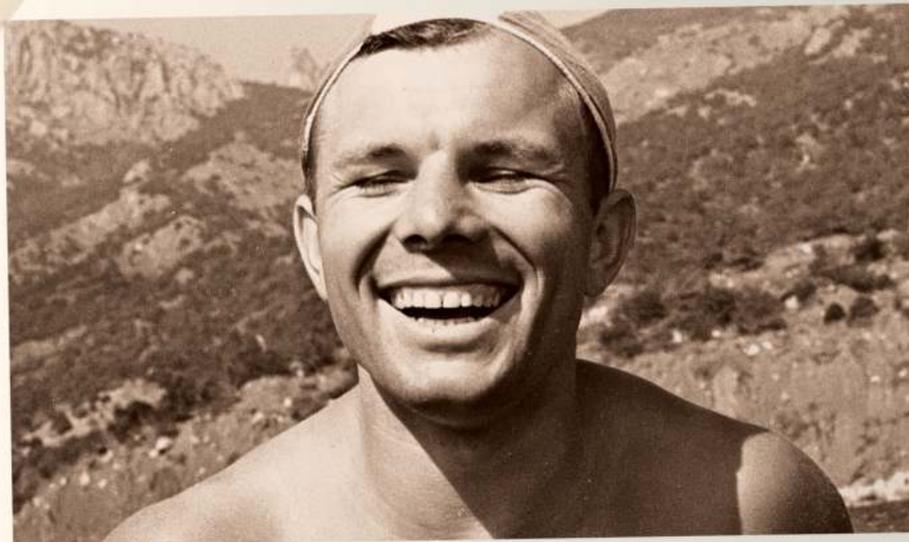
Одна из таких бедных, но гордых по имени Аня трудилась горничной



О выступлении Гагарина перед симферопольцами напоминала мраморная мемориальная доска на фасаде Дома культуры



Джина Лоллобриджида без памяти влюбилась в покорителя космоса... и одарила его поцелуем



Космонавт №1  
отдыхал в Крыму  
на полную катушку



в южнобережном санатории «Форос». Золотой осенью 1961 года сюда нагрнула звёздная команда. Ребята весёлые, разбитные, но начальника своего Каманина, дядьку серьёзного, побаивались. Крым встречал радушно, и добры молодцы вскоре разжились ящиком коньяка. Спрятать НАЗ (носимый аварийный запас – прим. ред.) подальше от командирских глаз договорились с красной девицей, благо жила она в том же корпусе. Так каждый день к Анечке за бутылкой-второй тайком и бегали.

А шепотной космонавт №1 начал чудить с первого дня: то гонку на катере устроит, то отправится на рыбалку в штормовое море и чуть не утонет, то массандровских вин маленько передегустирует. Валентина Ивановна как могла сдерживала не в меру ретивого супруга, но щедрое солнце, видать, распалило Гагарина, и он пошёл вразнос. В ночь перед отъездом космонавт вознамерился излить душу бедовой хранильнице мужских тайн. Валентина, заподозрив неладное, требовательно постучала в чужую келью. Через несколько мгновений дверь отворилась, но Юрия там не было. В ответ на вопрос, где он, Аня пролепетала: «С балкона выпрыгнул...»



Гагарин в военном госпитале: «Глаз затёк, бровь вспухла, и ехать с таким лицом в Москву было неудобно. Я сильно переживал и остался на несколько дней в Крыму, вручив свою судьбу докторам, которые довольно искусно заштопали рану».

## Упал – отжался

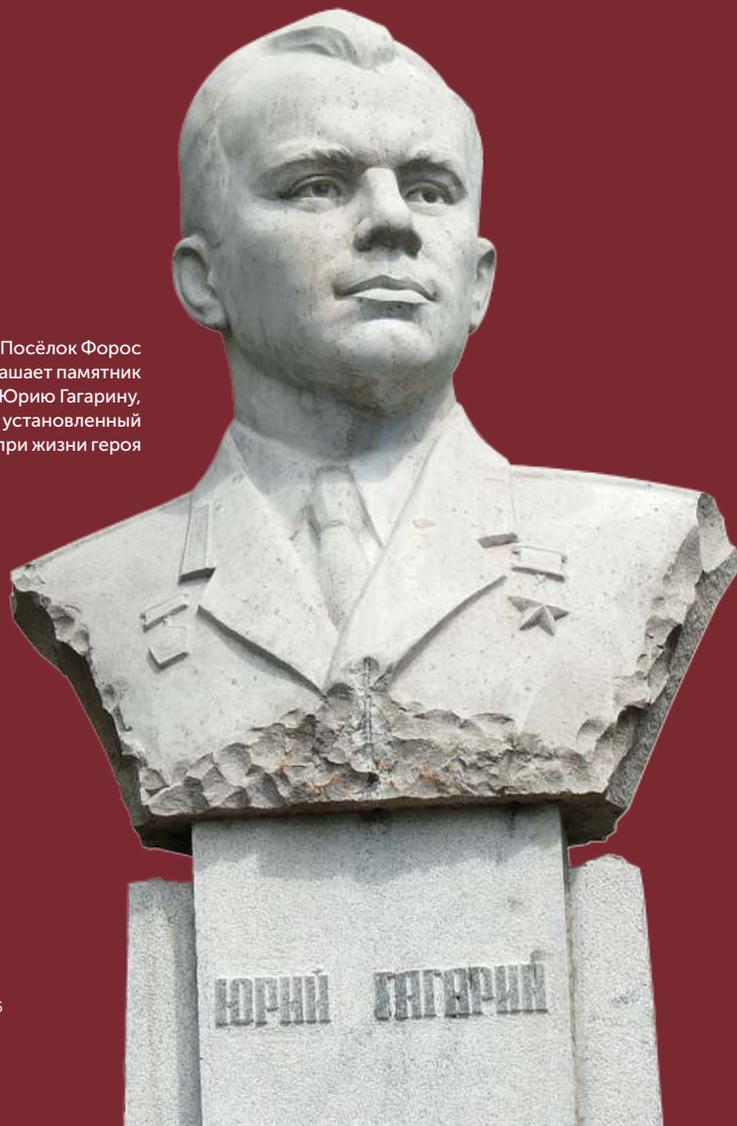
Дальше события развивались, как в плохом кино. Валя выскочила на балкон и с ужасом увидела бездыханное тело благоверного. На крик «он умирает!» сбежались все. Гагарин дышал, но был без сознания, лицо залито кровью. Вызвали врачей. Операцию решили делать немедленно, прямо в санаторском номере. Вердикт неутешительный: сотрясение мозга, кровопотеря, пробита кость над бровью. Останется шрам. Глаз, по счастью, цел. После операции увезли в Севастопольский военно-морской госпиталь продолжать лечение.

Когда волнение немного улеглось, осмотрели место происшествия. Высота невелика, метра два, но у стены росла какая-то лиана. Незадачливый ловелас зацепился за неё ногами, рухнул вниз головой – и прямо в бетонный бордюр.

Космическое начальство пребывало в состоянии тихого бешенства: на днях открывается съезд КПСС, первопроходец Вселенной должен восседать в президиуме одесную от Хрущёва, говорить речи, голосовать за моральный кодекс строителя коммунизма, а тут такое...

Дальше ещё хуже. Ушлый «Голос Америки» вострубил: Гагарин отсутствует среди делегатов съезда партии, поскольку заболел лучевой болезнью. Наш народ рассуждал более приземлённо: побили в драке, а может, машина стукнула. Пришлось подключать центральную прессу. Журналист среди прочих вопросов поинтересовался происхождением шрама. Ответ казался убедительным: «Отдыхал в Крыму, играл с дочкой, споткнулся, ударился о камень. До следующего космического полёта заживёт!»

Каждое утро, бреясь перед зеркалом, Гагарин поминал форосский полёт недобрым словом. Шрамы, конечно, украшают мужчину, но хирурги сшили бровь углом, и теперь она выглядела несколько



Посёлок Форос украшает памятник Юрию Гагарину, установленный при жизни героя



Гагарин возлагает цветы к памятнику Евпаторийскому десанту 1942 года. Фото: Виталий Меренбах

необычно. Впрочем, знаменитую улыбку это не омрачило: впереди маячил новый старт.

## Гвоздь программы

Летом 1965 года в Евпатории вспыхнула дизентерия. Очень скоро заболевание приобрело эпидемический характер. Об этом каждый день бубнило Би-Би-Си, но пионеры ничего не боялись и пригласили Гагарина, отдохавшего в Гурзуфе, навестить лагерь, названный его именем. Герой космоса тоже не испугался хворобы и в условленное время появился в Евпатории.

– Хороший лагерь! Хорошие у вас дела! – подвёл итог официальной части новоиспечённый почётный пионер.

Сфотографировался со всеми отрядами, щедро раздал автографы. По завершении протоколь-

ных мероприятий перешли к неформальному общению.

На рыбацком стане в предместье Евпатории уже ждали. Гвоздём программы, помимо традиционной ухи, стал местный специалитет – кефаль горячего копчения. Она отлично сочеталась с весьма уважаемой космонавтом водкой «Кристалл» латвийского производства. Дефицит невероятный, но для дорогого гостя доставали. Посидели душевно. Вспомнив былое, заговорили о Евпаторийском десанте. Гагарин удивился: «Что за десант в 1942 году?» Спутники рассказали трагическую историю, и Юрий Алексеевич выразил желание посетить священное место. Сказано – сделано.

Подъехали к памятнику. Отчаянных морпехов из кованной меди тогда ещё не было. На постаменте стояла бетонная скульптура «Матрос с гранатой». Первый из землян преклонил колено, замер в молчании и возложил к подножию все цветы, которые ему подарили пионеры.



Гагарин принимает парад в евпаторийском пионерском лагере имени себя. Фото: Виталий Меренбах

## Неоконченный дневник

7 марта 1968 года в кабинет первого секретаря Евпаторийского горкома партии Валентина Петунова вошёл бравый полковник: «Папа Валя, здравия желаю! Докладываю: прибыл в командировку на «площадку» и решил заглянуть к тебе. Программа насыщенная. Сейчас работаю на очередном пуске, зондируем подъезды к Луне. А тут ещё 8 Марта на носу, следом мой день рождения, если помнишь. 33 года, понимаешь, преодолел... Ребята соберутся. Поможешь организовать стол?»

Вечером началось паломничество в гагаринский люкс. Тосты произносились один за другим, однако виновник торжества очень настойчиво просил: «О дне рождения давайте не будем. Нехорошая, говорят, примета – заранее праздновать».

8 марта продолжили уже по-семейному в гостях у директора местного предприятия, выполнявшего спецзаказы «площадки» – Центра дальней космической связи. А 9 марта организовали день рождения как положено. В новеньком кафе собрался весь сакско-евпаторийский партхозактив. Столы ломились от шедевров местных кулинаров. Под занавес выкатили огромный торт в виде раскрытой книги с надписью «Дневник космонавта». Осилить его уже не получилось, и Юрию предложили забрать торт в Звёздный: угостить супругу и дочек, а потом приступить к заполнению новых страниц «дневника». Он рассмеялся, поблагодарил и сказал, что скоро снова приедет в Евпаторию – за добавкой и с хорошими новостями. Никто и не догадывался, что «дневник космонавта» уже стал книгой жизни, которой суждено было оборваться на полуслове.

«Путь в космос  
для каждого из нас  
начинается здесь,  
на Земле».

Юрий Гагарин



# ЗВЁЗДНОЕ ПРИТЯЖЕНИЕ

Текст: Анастасия Заплотнева

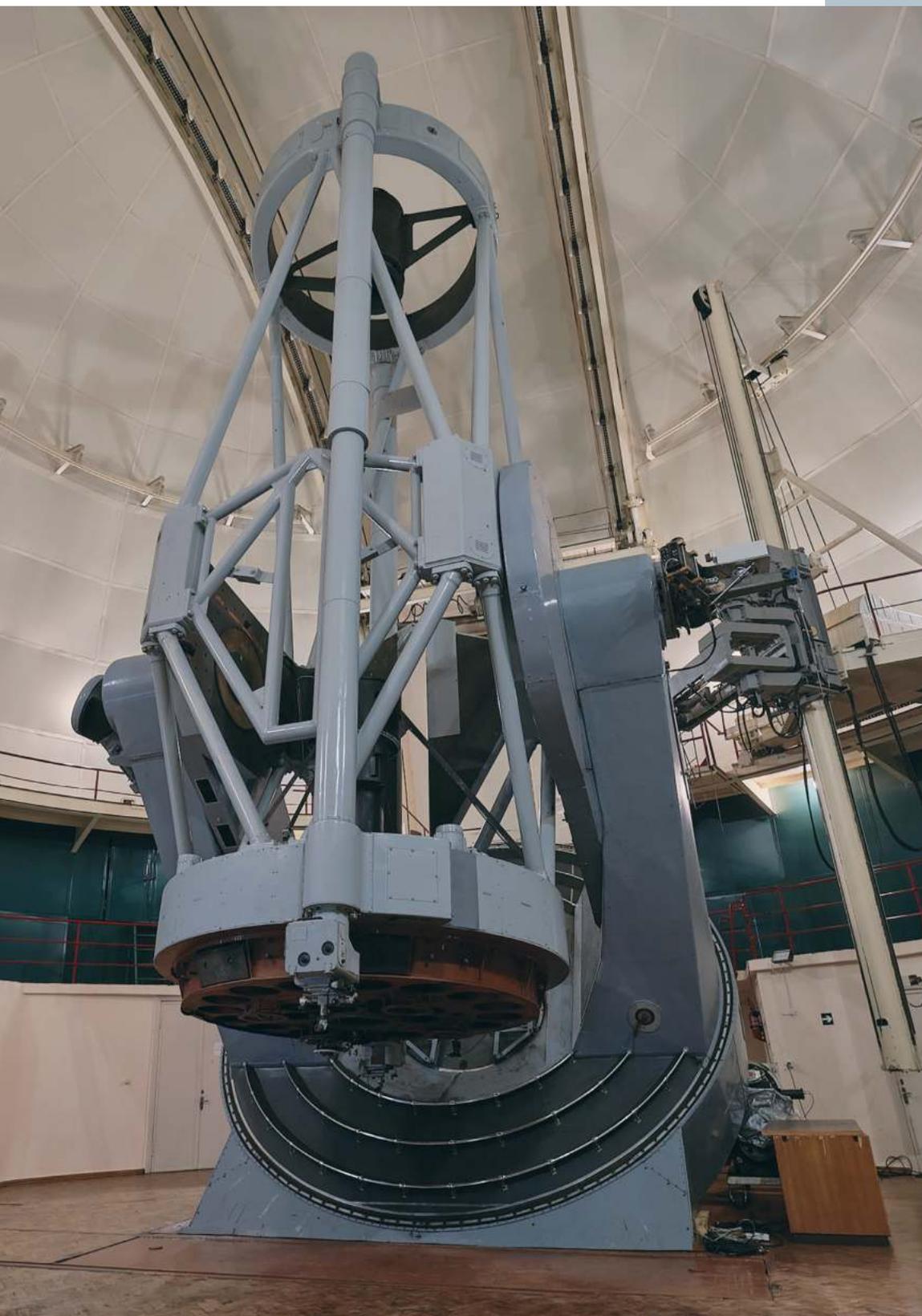
Фото: Евгений Летов, Леонид Литвин

Если хочется понаблюдать за звёздным небом, делать это, конечно, надо в Крыму. По крайней мере, жители полуострова твёрдо убеждены в том, что мало где ещё в наших широтах можно увидеть такое восхитительное ночное небо, усыпанное россыпью звёзд. Мнение крымчан подтверждают учёные, ведь не зря первая обсерватория появилась здесь ещё в начале XX века. И спустя сто лет крымские астрофизики всё так же всматриваются в бескрайние космические дали в поисках ответов на важные вопросы, волнующие человечество.

«Крымский журнал» побывал в Крымской обсерватории и делится эксклюзивным фоторепортажем.



Сегодня крымская обсерватория – это целый комплекс, в который входят научная библиотека, опытное оптическое производство, 17 оптических телескопов, в том числе второй по величине в России зеркальный телескоп им. Академика Г.А. Шайна; первый в Европе гамма-телескоп второго поколения, оснащённый фотополяриметром; уникальный комплекс солнечных телескопов. Правда, последний раз этот инструментарий обновлялся в 1989 году, с тех пор новые телескопы для решения задач астрофизики в Крыму не строили.



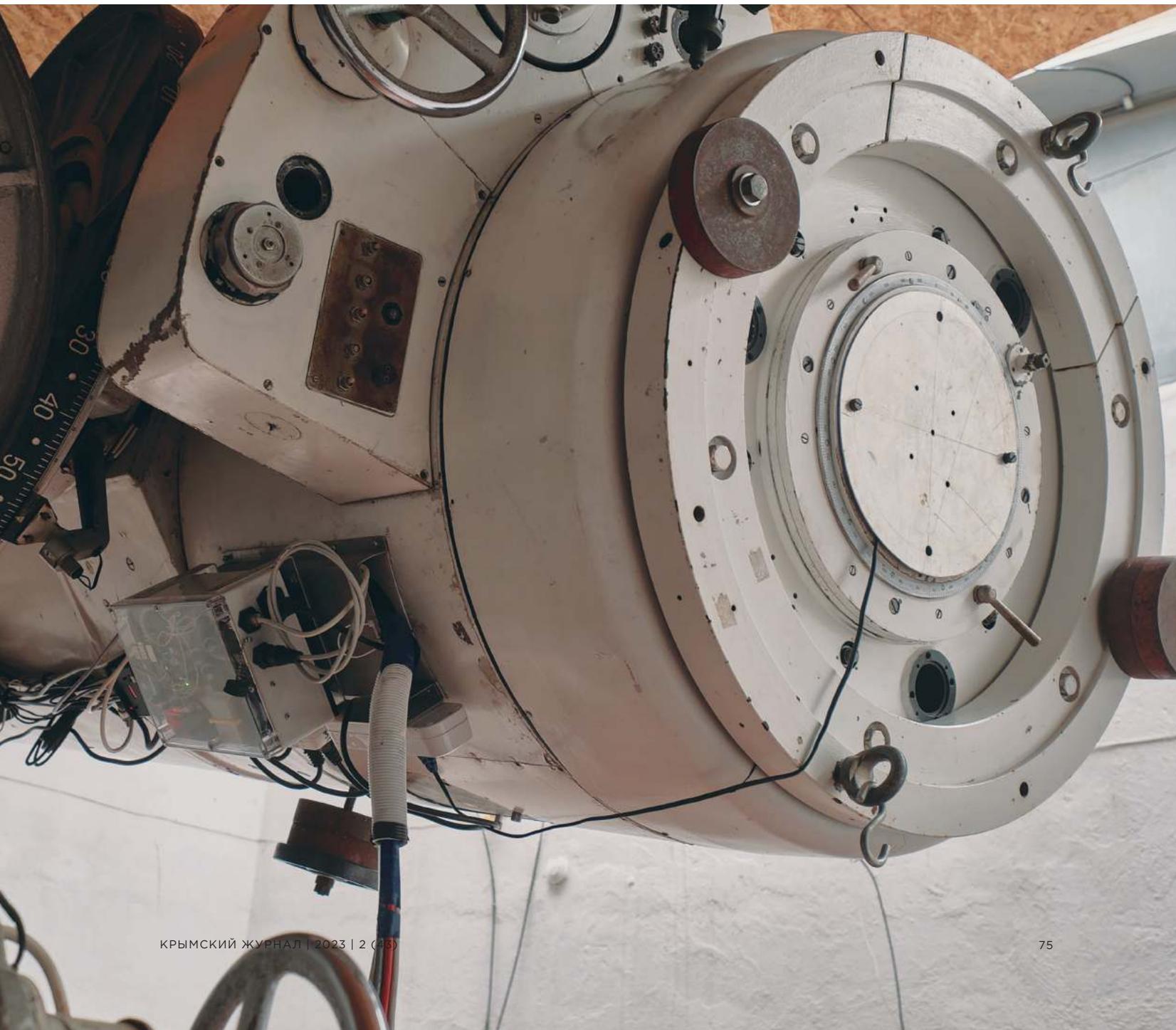
Один из крупнейших телескопов Европы – 2,6-метровый аппарат, названный в честь академика Григория Шайна. Именно он в настоящее время является основным оптическим телескопом обсерватории.

## ФОТОРЕПОРТАЖ

Справедливости ради заметим, что даже в стеснённых обстоятельствах команда учёных из Крыма, Москвы и Роскосмоса умудряется делать открытия. Например, здесь обнаружили совершенно нетипичную конфигурацию магнитных полей у вспыхивающих катаклизмических звёзд. Как пояснил нам астрофизик, научный сотрудник Крымской обсерватории Сергей Назаров, у некоторых звёзд более сложные внутренние структуры, поэтому у их магнитных полей не привычные нам два полюса, а четыре. В отличие от многих других космических открытий, это явление не предсказывали даже в теории!

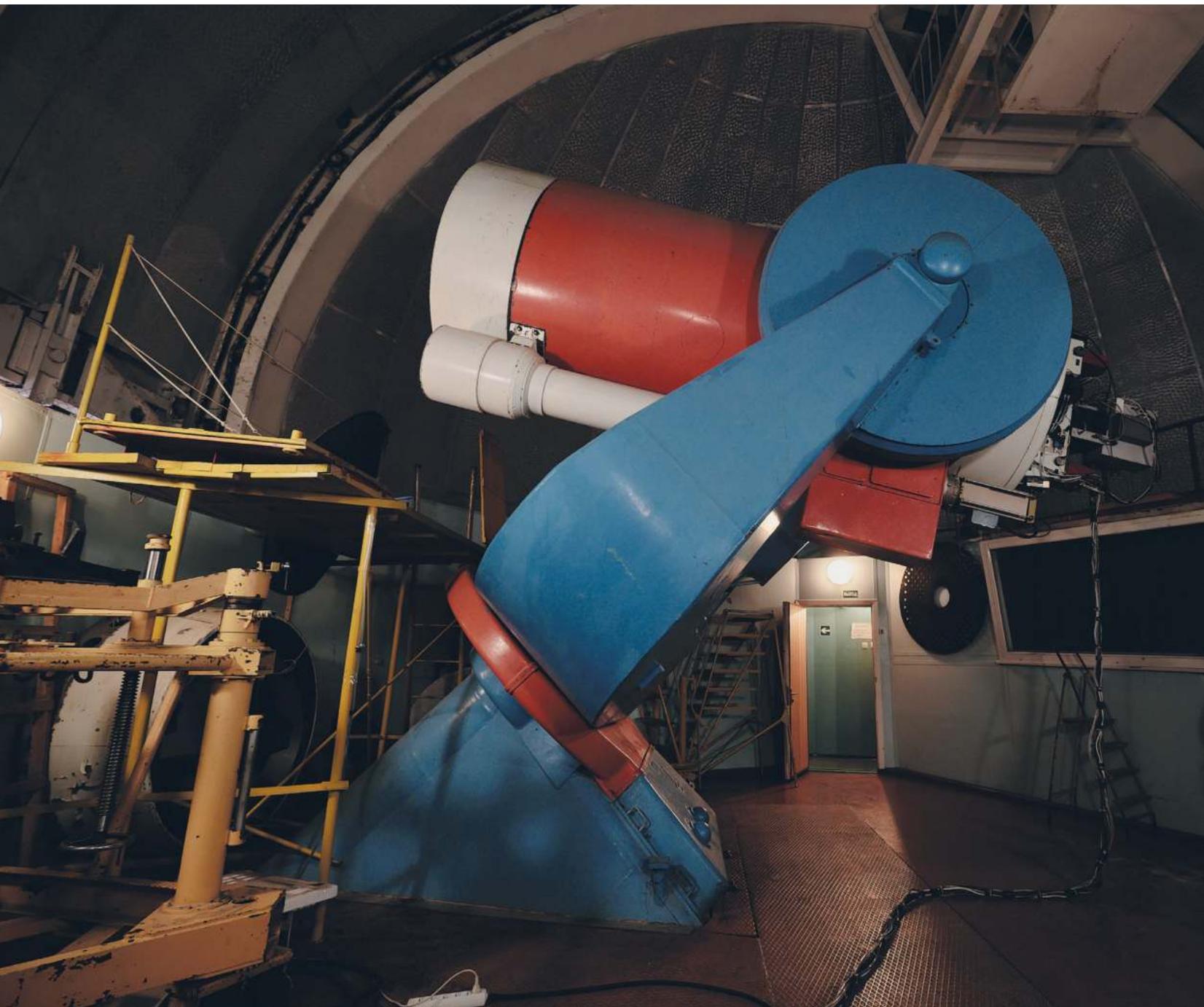


Астрономический зеркальный телескоп – один из наиболее современных в арсенале обсерватории. 1,25-метровый рефлектор системы Ричи-Кретьена используется для фотометрических и поляриметрических наблюдений за космическими объектами: переменными звёздами различных типов, активными ядрами галактик, астероидами, кометами.



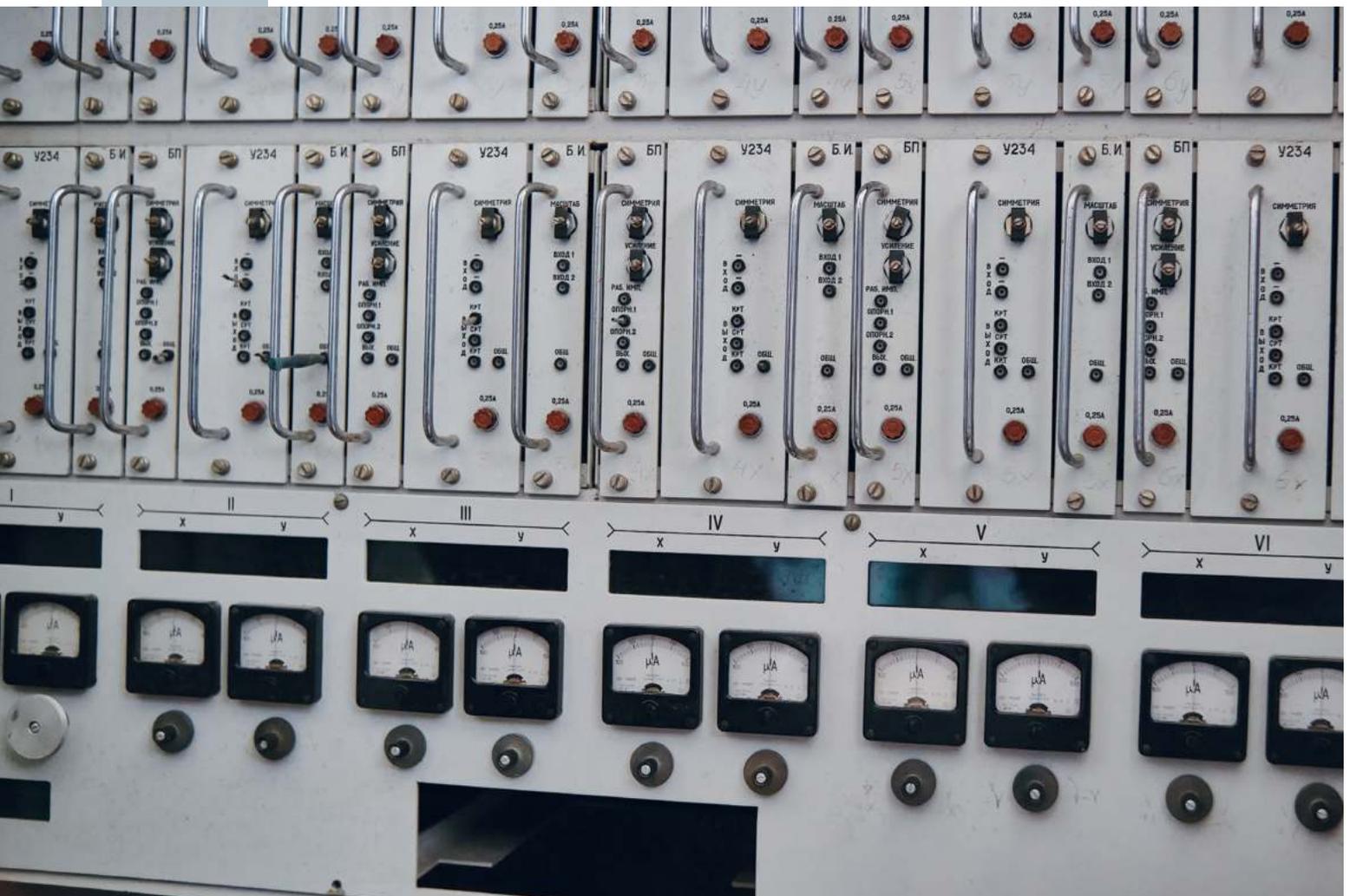
## ФОТОРЕПОРТАЖ

Гамма-телескоп ГТ-48 стал первым подобным телескопом в Европе и пока последним пополнением технического парка обсерватории. С его помощью ведутся наблюдения активных ядер галактик (блазаров, квазаров) и пульсаров.

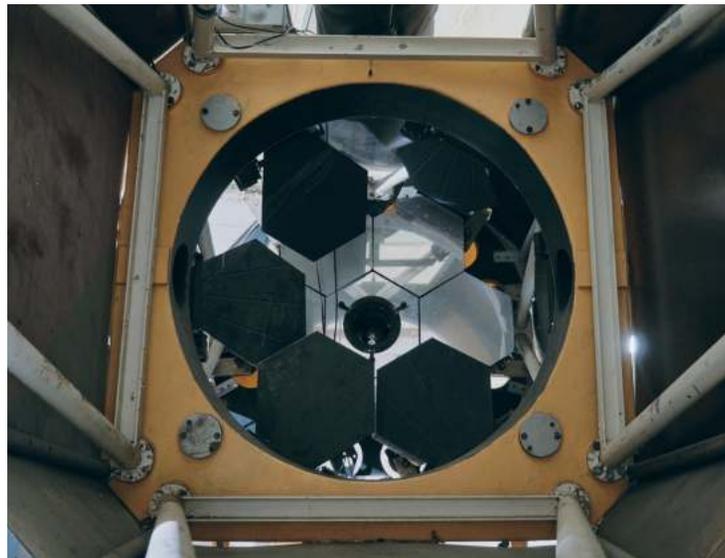




Начало исследованиям в Научном положеил в 1940-е годы трофейный цейсовский телескоп, вывезенный из Германии. Он, кстати, до сих пор в строю! 122-сантиметровый аппарат был изготовлен немецкой фирмой «Карл Цейсс» для Берлинской/Бабельсбергской обсерватории в начале XX века. Первые наблюдения с его помощью начали вести в 1924 году, и в течение двадцати лет это был крупнейший телескоп Европы.

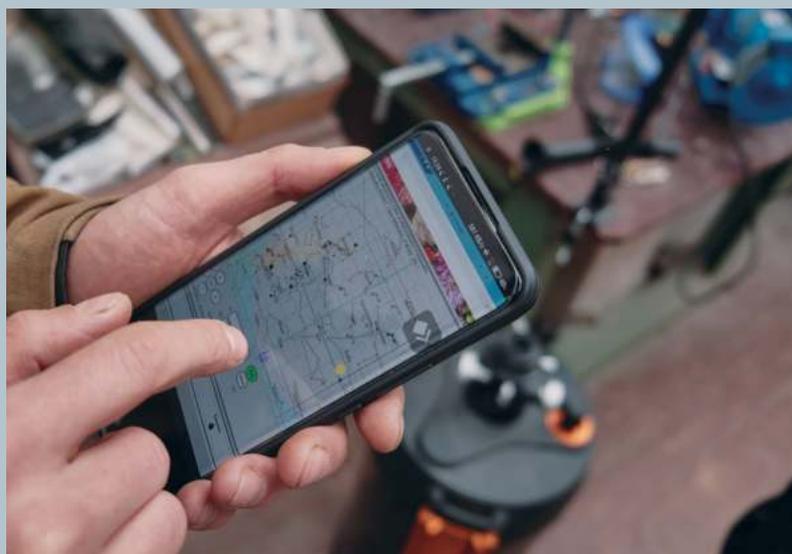


Советские эксперты приступили к созданию телескопа с приспособляющейся к атмосферным условиям оптикой, но завершить работу не успели: Советский Союз рухнул. И уже в 1993 году по такой же технологии создали свой телескоп США.





Сергей Назаров может вести наблюдение за звёздами из любой точки мира, притом, что его телескоп находится в Научном.



Сейчас он вместе с коллегами работает над программой по обнаружению неизвестных астероидов, которая в советские годы позволила найти более тысячи таких объектов. После развала СССР исследования были заморожены, но недавно по инициативе Сергея программа обрела вторую жизнь, и уже есть первые результаты. Крымским учёным удалось обнаружить 150 неизвестных астероидов.

## Попасть сюда на экскурсию вполне реально, и не только днём, но и поздним вечером



Хотя Крымская обсерватория является серьёзным научным учреждением, назвать её полностью закрытой для неспециалистов, к счастью, нельзя. Слишком уж притягательно звёздное небо: разве можно, живя в Крыму или приехав на полуостров в отпуск, не заглянуть в объектив мощного телескопа, чтобы своими глазами увидеть кратеры на Луне, Венеру или Млечный путь во всей его красе?



Почти половина ночей в году в Научном подходят для астрономических наблюдений, поэтому подгадать время и полюбоваться звёздами не составит проблем. Заодно можно узнать больше об уникальных космических объектах, современных научных открытиях и погрузиться в историю отечественной астрофизики.

# ДОЛЕТИМ ДО САМОГО СОЛНЦА

Текст: Михаил Семёнов

В программах освоения Вселенной особое место занимал Крым. Расположенные на полуострове объекты и работающие на них высококлассные специалисты обеспечивали успехи нашей страны в штурме околоземного пространства и дальних миров.

Фото: Андрей Кривцов



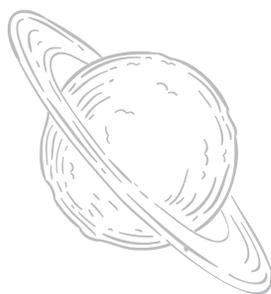
## ГОРА КОШКА. Обратная сторона Луны

Гора, что возвышается над южнобережным Симеизом, действительно похожа на кошку. Она уютно и безмятежно примостилась у моря, но при этом наострила уши, чутко вслушиваясь в звуки Вселенной. Место здесь и правда непростое.

Вековые можжевельники обступили большую, изрядно заржавленную конструкцию. В 1959 году она служила параболической антенной и принимала непосредственное участие в грандиозных экспериментах по изучению Луны. Первый облёт позволил получить информацию о потоках ионизированной плазмы. Впоследствии они были названы солнечным ветром, хорошо известным землянам в виде магнитных бурь и полярных сияний. Следующий полёт завершился первым в истории человечества прилунением. Третий аппарат, управляемый с помощью этой антенны, выполнил уникальную научно-политическую задачу: сфотографировал обратную сторону Луны, невидимую с Земли, и передал снимки по радиоканалу на Кошку.

27 октября 1959 года сенсационные кадры были опубликованы в газетах. Временный центр дальней космической связи на горе Кошка прекратил существование: для него нашли лучшее место.





## КЕРЧЕНСКИЙ ПОЛУОСТРОВ. Солёная купель

В СССР развернулась подготовка первого в мире пилотируемого полёта. Будущие покорители космоса приступили к тренировкам.

Серьёзные испытания ожидали крепких парней под Керчью. Здесь они отрабатывали действия при падении спускаемого аппарата в воду. Ситуации моделировались самые разнообразные, но обязательным условием было одно – штормовая

погода. Жестокая качка, швыряющая шарообразную капсулу, как мячик, скованность тел в позе кузнечика, теснота, духота и как результат тошнота, рвота...

На том же полигоне учились приземляться и приводняться с парашютом. Дело, казалось бы, для лётчика привычное, но тут задачу невероятно усложнял сковывающий движения скафандр. Однако, как говаривал Суворов, тяжело в ученье – легко в бою. Когда Гагарин катапультировался из капсулы, он, умело управляя стропами, опустился на поле, а не рухнул в Волгу, по которой всюду шёл лёд.

## САКСКИЙ РАЙОН. «Говорит и показывает Москва!»

Пока отряд колумбов звёздных миров принимал боевое крещение в черноморской купели, в степях под Евпаторией кипела грандиозная стройка: возводили Центр дальней космической связи (ЦДКС).

Первая антенна, созданная под руководством главного конструктора Сергея Королёва, представляла собой уникальное сооружение. На фундамент установили опорно-поворотные устройства линкоровских орудийных башен главного калибра. На поворотных устройствах закрепили фермы железнодорожного моста. На них –

элементы корпуса подводной лодки. Венчали пирамиду дюралевые параболические зеркала. Передатчик посылал радиосигнал на 300 миллионов километров, а приёмная часть могла улавливать энергию, эквивалентную горению спички, если бы получилось зажечь её на Луне.

Антенны и соответствующая инфраструктура были многофункциональны и действовали в том числе как центр управления пилотируемыми программами. 12 апреля 1961 года специалисты центра обеспечивали радиосвязь с Юрием Гагариным. До 1980 года из Крыма велось управление всеми космическими кораблями, и за это время в ЦУПе побывали все разведчики Вселенной: их бесценный опыт мог пригодиться тем, кто находился на орбите.





## САКСКИЙ РАЙОН. Послания инопланетянам

Космическая программа страны расширялась и усложнялась. Взоры Москвы были обращены к Марсу и Венере. Однако для осуществления полёта автоматической станции к этим планетам требовался комплекс с большими мощностями.

В 1980 году в евпаторийском ЦДКС ввели в эксплуатацию не имеющий аналогов в мире радиоастрономический телескоп. С его помощью исследователи не только с высокой точностью измеряли траектории движения аппаратов в атмосфере Венеры, но и получили цветные фото её пейзажей.

Способность чудо-техники «видеть» значительно дальше Солнечной системы использовали для амбициозного эксперимента – попыток связи с инопланетными цивилизациями. Впервые в мире это произошло в 1962 году: Крым сообщил нашей Галактике слова «Мир, Ленин, СССР». Затем ещё несколько раз предпринимали действия для установления контактов с братьями по разуму. Сигналы отправлялись в созвездия Рака, Кассиопеи, Андромеды, Большой Медведицы и Ориона, поскольку в них есть звёзды, напоминающие наше Солнце, следовательно, найти жизнь в тех мирах более вероятно.

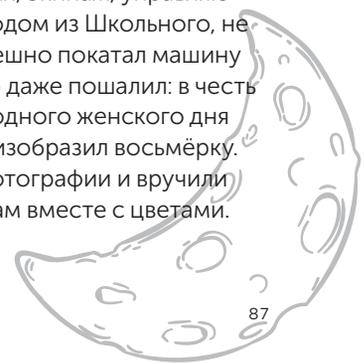
## СИМФЕРОПОЛЬСКИЙ РАЙОН. Лунный «трактор»

О былой славе посёлка Школьное нынче напоминают ржавая тарелка огромной антенны, скромный памятный знак да небольшая экспозиция самодеятельного музея в местной библиотеке. Расположенные здесь структуры обеспечивали практически все достижения советской космонавтики на протяжении 30 лет, начиная от первого искусственного спутника и заканчивая полётом орбитального самолёта «Буран». Но поистине легендарную известность получила программа, связанная с луноходом.



Когда разработчики определились с типом шасси, потребовалось провести ходовые испытания на земле, смоделировав поверхность Луны. Изучение образцов лунного грунта показало, что его прямым аналогом является камень-ракушечник, месторождениями которого изобилует наш полуостров. Обустроили лунодром, замостив низины и пригорки блоками ракушечника, и запустили невиданную колесницу. Она уверенно преодолевала препятствия.

17 ноября 1970 года на Луну опустилась межпланетная станция, и внеземной транспорт проложил первую в истории «космическую колею». Техника оказалась супернадёжной: вместо трёх расчётных месяцев исправно проработала почти год. Благодаря навыкам, приобретённым на наземных тренировках, экипаж, управляющий луноходом из Школьного, не только успешно покатал машину по Луне, но даже пошалил: в честь Международного женского дня «трактор» изобразил восьмёрку. Сделали фотографии и вручили сотрудницам вместе с цветами.





## **СИМФЕРОПОЛЬ. Космопорт для «Бурана»**

В 1988 году Советский Союз успешно провёл первый пуск орбитального корабля многоразового использования «Буран». Взлётный комплекс и основной аэродром для посадки располагались на космодроме Байконур. Полёт проходил в автоматическом режиме, и было не вполне ясно, как поведёт себя космолёт в процессе приземления. Поэтому для подстраховки построили две запасные посадочные полосы со всей инфраструктурой – на Дальнем Востоке и в Крыму. Однако отечественный шаттл благополучно приземлился, как и предполагалось, на Байконуре.

Казалось бы, совершён очередной прорыв, страна располагает полным арсеналом космических средств. Однако ураган под названием «перестройка» уже сотрясал СССР. Через три года держава рухнула, и воплощать план 100 полётов на ракетоплане стало некому. Но крымской полосе нашлось достойное применение: теперь она встречает самолёты гражданской авиации, прибывающие в новенький аэропорт Симферополь.

Автомобилисты, следующие по шоссе в сторону Евпатории, поначалу удивляются, почему на ровном месте, среди степи, дорога прячется в глубокий тоннель. А если повезёт, водители и пассажиры могут наблюдать потрясающее зрелище: наперерез их машине мчится огромный аэробус.

## «АРТЕК». Дети галактики

Квинтэссенцией крымского космоса является музей в «Артеке». Первая в стране специализированная выставка содержит множество уникальных артефактов, и каждый олицетворяет этапы освоения Вселенной.

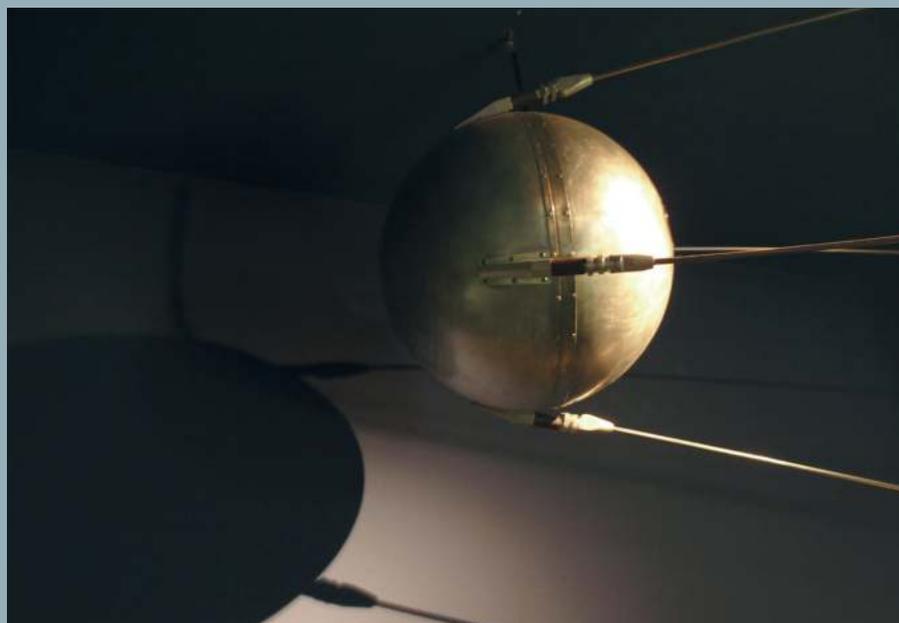
Макет первого искусственного спутника Земли, возвестившего своим курлыканьем новый виток истории, изготовлен на том же заводе, из тех же материалов, что и его знаменитый собрат.

Странного вида одеяние – скафандр Чернушки. В 1961 году собачка успешно слетала на орбиту в компании мышей и морских свинок, а также манекена Иван Иваныча. Внутри одетой в скафандр габаритно-весовой куклы находились приборы, имитирующие функционирование человеческих органов. Поскольку все обитатели ракеты перенесли путешествие нормально, было принято окончательное решение о полёте Юрия Гагарина.

Первый космонавт планеты стал инициатором создания музея в «Артеке» и лично

привёз экспонаты – свой тренировочный скафандр, дубликат кресла-катапульты, изготовленного в соответствии с параметрами тела Юрия Алексеевича, парашют, на котором «небожитель» спустился на землю.

Отдельный зал посвящён знаменитому луноходу. Здесь выставлен брат-близнец планетохода, оставшегося на Луне.



ВСЕ В КРЫМ!

# ЗДОРОВО *отдыхать*

## Чек-ап по крымским санаториям

Текст: Василий Акулов

Фото: архив «КЖ»

Эксперты российского туристического рынка отмечают, что **аудитория курортов и санаториев в последние годы стала значительно моложе** – её возраст составляет 25-35 лет. И этот факт радует, ведь что может быть важнее здоровья? Тем более в отдыхе, насыщенном бездействием, есть доля пользы... И сделать это надо обязательно в Крыму, **богатом самыми разными здравницами**, порой не совсем обычными...



Фото: www.istockphoto.com, автор: Nikita Burdenkov

Пик популярности санаторного отдыха пришёлся на период расцвета СССР, а вот строить здравницы начали гораздо раньше. Ещё в 1919 году был подписан декрет «О лечебных местностях общегосударственного значения» – с этого момента и началось активное освоение лечебных природных богатств страны

## Лечимся голодом

Вопреки стереотипам об обжираловке в течение длительных выходных желательно всё-таки придерживаться умеренности в питании. А заодно помнить о голоде, который может быть лечебным. Разумеется, под пристальным контролем медиков. Таким, какой обеспечат специалисты Крымского центра оздоровления Неумывакина. Последний – пример уникального сочетания инновационных методов оздоровления и методик заслуженного изобретателя РСФСР, профессора Ивана Павловича Неумывакина, проверенных

десятилетиями и применением в отрасли космической медицины. Основная специализация центра – лечебное голодание. Эту методику Иван Павлович разрабатывал в Институте космической медицины, совершенствуя почти 30 лет. Реализуемые в центре программы очищения, детоксикации, укрепления организма и восстановления жизненных сил основаны на важнейших рекомендациях Неумывакина. Только Крым обладает уникальным сочетанием климатических условий, природы, морского воздуха, которые максимально способствуют оздоровлению, убеждён профессор.

## Дышите глубже

Несколько лет назад медицинский центр пансионата «Озеро сновидений» (Евпатория) стал одним из пионеров внедрения программы постковидной реабилитации в Крыму. Прежде всего она направлена на устранение последствий, затронувших дыхательную и нервную системы. Увы, ковидная пневмония нередко приводит к развитию эластоза лёгких, когда лёгочная ткань превращается в рубец, из-за чего лёгкое не расширяется должным образом и, следовательно, не обогащает кровь кислородом. Для лечения в том числе подобных болезней в здравнице применяют





медикаментозную и ингаляционную терапию, а также лечебную физкультуру, отличную от той, которую назначают при обычной пневмонии. Если после типичной пациенту предлагают, проще говоря, надувать шарики и дуть на водичку, то в этом случае упражнения направлены на увеличение мышечного объёма грудной клетки, расширение межрёберных промежутков. Здесь также применяют лечебный массаж, тонизирующий межрёберные мышцы.

В республиканской больнице восстановительного лечения «Чёрные воды» (с. Аромат Бахчисарайского р-на), как и в «Озере сновидений», есть отде-

ление медицинской реабилитации для пациентов, перенёсших COVID-19. Продолжительность курса – 14 дней. В соответствии с новой моделью оказания медицинской помощи при поступлении пациента в профильное отделение медики сразу собираются на мультидисциплинарную комиссию. Оценив состояние человека и его реабилитационный потенциал, терапевт, психолог, инструктор по лечебной физкультуре и другие специалисты составляют индивидуальную программу реабилитации. Наряду с медикаментозной терапией в неё входят лечебная физкультура, дыхательная гимнастика и физиотерапевтические процедуры.

**Этим летом количество поездов, курсирующих между Крымом и другими регионами России, будет увеличено до 22. Несмотря на логистические сложности, полуостров сохраняет место в пятёрке лидеров национального туристического рейтинга**

## Движение – это жизнь

Санаторий «Саки», расположенный в одноимённом курортном городке, специализируется на лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата и гинекологических нарушений. Каждый год здравница принимает тысячи пациентов с гинекологическими, урологическими, невралгическими, костными и другими недугами, оказывая им всестороннюю медицинскую помощь. В санатории, в частности, лечат бесплодие и болезни, приводящие к его развитию, дисфункции яичников, любые нарушения менструального цикла (аменорея, олигоменорея, нерегулярный цикл). Как заверяют медики санатория, каждая третья женщина после оздоровительного курса способна зачать и выносить ребёнка, ещё больше пациентов забывают о своих хронических недугах навсегда.

Больных с постковидным синдромом здесь обязательно обследуют на аппарате спирометрии. Затем, как правило, дополнительно назначают массаж грудной клетки (при лёгочных нарушениях), дыхательную гимнастику, ингаляции на основе ингасалина – препарата, который способствует размягчению рубцов, образовавшихся в лёгких после болезни. На терри-



Магнитотурботрон, применяемый, когда нужно оказать противоотёчное действие и улучшить заживление тканей

тории санатория есть источник природной минеральной воды, которая насыщена серой, а значит, способствует восстановлению в организме водно-электролитного баланса. Кроме того, для пациентов предусмотрены связанные с климатотерапией методы оздоровления, такие как терренкур вдоль берега Сакского озера и скандинавская ходьба.

Лечебные программы санатория «Полтава-Крым» (Саки) базируются на холистическом подходе, в соответствии с которым человек и его здоровье рассматриваются как единство не только всех органов и систем организма, но и духа, души и тела, а также единство человека и окружающей среды – природы и общества. Поэтому

оздоровительные пакеты санатория, начиная климатолечением и заканчивая специализированными программами, так или иначе содержат элементы холистической медицины, что способствует оздоровлению организма на физическом, духовном и душевном уровнях, укреплению иммунитета, позитивному настрою, улучшению памяти и мышления, двигательной активности, бодрости и работоспособности. Среди эксклюзивных холистических методик, применяемых в санатории, – ландшафтотерапия, арт-терапия, танцевально-двигательная терапия, йогатерапия и аква-йога, арфотерапия, аэрофитотерапия, дозированная гелиотерапия, талассотерапия, музыкотерапия, кинезиотерапия, фитотерапия и ароматерапия.



Санаторий расположен на берегу уникального Сакского озера. Обогащённый минералами целебный ил с его дна в лечебные ванны здравницы доставляют по собственному грязепроводу. Полное обёртывание грязью восстанавливает двигательные функции, успешно лечит воспаления, омолаживает и оздоравливает кожу.

## Водные процедуры

Ещё один метод лечения, которым славится Крым, – бальнеотерапия. В санатории «Полтава» есть собственная термальная скважина минеральной воды. Но здесь хочется отметить санаторий «Утёс», расположенный в одноимённом посёлке неподалёку от Алушты. Это единственная здравница, куда доставляют неповторимую по составу крымскую минеральную воду Савлух-Су. Она, в частности, показана при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Исторически



сложилось, что территория, на которой находится здравница, – старинный ландшафтный Карасанский парк. В нём около 200 видов экзотических и редких растений. Заказник изобилует можжевёловыми рощами. А можжевельник насыщает воздух фитонцидами, целебные свойства которых известны человечеству с давних времён. Сам факт, что эти растения выделяют фитонцидов в шесть раз больше, чем любое другое хвойное растение, и в 15 раз больше, чем лиственные, свидетельствует о том, что огромную пользу приносит просто вдыхание такого воздуха.



## Финансовый университет при Правительстве РФ – сделай правильный выбор!

ФГБОУ ВО «Финансовый университет при Правительстве РФ» занимает шестое место в рейтинге RAEX по востребованности выпускников. Новороссийский филиал Финансового университета входит в число лучших высших учебных заведений в Южном федеральном округе.

50 выпускников школ и колледжей в 2023 году имеют возможность поступить на обучение за счёт федерального бюджета. Обучение в филиале проводится по 11 самым востребованным программам, связанным с экономикой, управлением и информационными технологиями.

В течение учебного года в университете для студентов проводятся карьерные мероприятия с участием ведущих российских компаний. Вуз совместно с деловыми партнёрами: ВТБ, Черномортранснефть, РЖД, Морской порт «Тамань», НУТЭП, «Абрау-Дюрсо» и другими – создал эффективно действующую систему содействия занятости студентов.

Учёба в университете включает получение качественных теоретических и практических знаний и компетенций. Активно участвуя в научной и общественной жизни, студенты могут рассчитывать на повышенные стипендии. Выпускники филиала получают диплом Финансового университета (г. Москва).

**г. Новороссийск, ул. Видова, д. 56.  
Тел.: +7 (8617) 21-13-88; +7 (989) 259-49-27.**

# Крымский ЖУРНАЛ



**Наименование:**  
«Крымский журнал»

**Учредитель и издатель**  
**«Крымского журнала»:**  
Государственное бюджетное  
учреждение Республики Крым  
«Редакция газеты «Крымская газета»

**Адрес редакции и издателя:**  
295015, Республика Крым,  
г. Симферополь, ул. Козлова, 45а

**Телефоны:**  
8 978 0000 880, (3652) 51-88-46

**E-mail:** journal@gazetacrimea.ru  
**Сайт «КЖ»:** www.journalcrimea.ru

Перепечатка материалов журнала  
и использование фотографий возможны  
только с разрешения редакции

Отпечатано в ООО «АРКОЛ»  
Адрес: Ростовская обл., г. Ростов-на-Дону,  
ул. Серафимовича, д. 45, кор. 54а, оф. 10

Заказ №232823  
Тираж 1288 экз., из которых 1250 –  
бесплатно, 38 – цена свободная.  
Подписано в печать 20.04.2023 г.  
Порядковый номер издания: 2 (43) 2023  
Дата выхода номера в свет 28.04.2023 г.

**Отдел маркетинга и рекламы:**  
+7 978 00000 33  
marketing@gazetacrimea.ru

Оформить подписку  
на «Крымский журнал»  
можно во всех регионах  
России

В каталоге «Почта России»  
**ИНДЕКС П3497**

В Республике Крым  
подписка принимается  
во всех отделениях связи  
**ИНДЕКС 30367**

В каталогах ООО «Урал-Пресс»  
**ИНДЕКС 30367м**

Покупайте «Крымский журнал»  
в киосках «Союзпечати»  
во всех городах Крыма  
и Севастополе. Цена свободная

«Крымский журнал»  
зарегистрирован в Федеральной  
службе по надзору в сфере связи,  
информационных технологий  
и массовых коммуникаций  
(Роскомнадзор)

Свидетельство о регистрации  
ПИ № ФС77-64457  
от 31 декабря 2015 г.  
Информационная продукция –  
от 12 лет и старше.

За содержание рекламы  
ответственность  
несут рекламодатели

---

**Главный редактор:**  
Мария Юрьевна ВОЛКОНСКАЯ

**Шеф-редактор:**  
Маргарита АСРЯН

**Дизайн и вёрстка:**  
Анастасия ГОЛИК

**Фото (иллюстрации):**  
Евгений ЛЕТОВ  
Гала АМАРАНДО  
Александр ШИНКАРЕВСКИЙ  
Андрей КРИВЦОВ  
Михаил ГЛАДЧУК  
Дарья САМСОНОВА

**Над номером работали:**  
Анастасия ЗАПЛОТНЕВА  
Андрей НОВОХАТЬКО  
Александра КУГУШЕВА  
Михаил СЕМЁНОВ  
Иван КОВАЛЕНКО  
Ирина ГУЛИВАТАЯ





Фото: Гэла Амарандо

# ФИЛОСОФИЯ КОМФОРТА

Места, где можно почитать «КЖ»

и не только

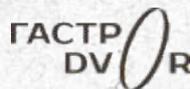
## Алушта



PORTO MARE



## Ялта



## Симферополь

Эспрессо бар ПЕРВЫЙ

ПИЦЦА БАР



КОФЕ С СОВОЙ

Mon Plaisir

GRAND BRO BURGER & FAMILY



CENTRUM Торгово-развлекательный комплекс

SimpleBar



ПРОСТО с Симферополь, бул. Франко, 4 с Севастополя, ул. Пастухов, 12

Прокофьев

Наше кофе и про кофе

## Евпатория



## Бахчисарай



## Севастополь



## Щёлкин

