



SOCAR:
мягкая
сила Баку

Стр. 7



Счастье
Ярослава
Трифонов

Стр. 8-9



Что скрывают
рулеты
из Японии?

Стр. 13



Азербайджан
лидирует
в Будапеште

Стр. 16

Газета «Каспий» учреждена в январе 1881 года. Просуществовала до марта 1919 года. Издание возобновлено в 1999 году

ГАЗЕТА ТРЕХ СТОЛЕТИЙ

Каспий

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ИЗДАНИЕ

№ 28 (1750)

26 июля 2025 г.

Цена – 60 гяп.

www.kaspiy.az

140 УЧАСТНИКОВ ШУШИНСКОГО МЕДИАФОРУМА ПРЕДСТАВЛЯЛИ 52 СТРАНЫ



ИСТОРИЧЕСКИЕ ЗНАКИ ХАНКЕНДИ

Одним из важнейших политических событий недели стал III Шушинский глобальный медиафорум. Мероприятие ознаменовалось знаковыми заявлениями Президента Азербайджанской Республики Ильхама Алиева.

ЦИФРОВЫЕ ПЕРЕХОДЫ

Становящийся традиционным Шушинский глобальный медиафорум в этом году был посвящен теме «Цифровые переходы: укрепление информационной и медиаустойчивости в эпоху искусственного интеллекта». При этом сам медиафорум утвердился в качестве одного из наглядных символов Великой Победы Азербайджана.

ПРИДЕТСЯ СЧИТАТЬСЯ ВСЕМ

Главный посыл ханкендинских заявлений Президента Азербайджана Ильхама Алиева состоит в том, что Азербайджан – независимое, подлинно суверенное государство, лидер Южного Кавказа, один из ключевых игроков на пространстве евразийской геополитики и геоэкономики. И с этим придется считаться всем.

Стр. 2

ПРЕЗИДЕНТ ИЛЬХАМ АЛИЕВ ПОЗДРАВИЛ РАБОТНИКОВ МЕДИА

СЛАВНЫЕ ИТОГИ И НОВЫЕ ЗАДАЧИ



Президент Азербайджанской Республики Ильхам Алиев выразил уверенность, что независимость азербайджанской прессы является одним из ключевых условий развития нашего общества.

Стр. 3

Обращение Ильхама Алиева подводит итоги 150-летнего пути и очерчивает стратегические задачи, стоящие перед азербайджанскими медиа в условиях глобальных трансформаций и цифровых вызовов.



ВСЯ НАДЕЖДА У ЕВРОПЫ – НА БАКУ

После начала кризиса в отношениях с Россией и сокращения российских поставок ЕС оказался перед необходимостью срочной диверсификации поставок и начал активно искать альтернативных поставщиков. В этом контексте Азербайджан стал одним из ключевых партнеров. Еврокомиссия рассматривает Баку как стабильного и надежного поставщика.

Стр. 4



СТАВКА НА ЗЕЛЕНУЮ МОБИЛЬНОСТЬ

Электромобили и гибриды более экономичны и экологичны, отвечают требованиям времени и тренду на зеленые технологии. Неудивительно, что все больше стран делает ставку на такой транспорт, ужесточая нормы для авто, работающих на бензине и дизеле. С учетом повышения цен на ископаемое топливо такой переход становится вполне логичным.

Стр. 10



ТУРИСТИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ ОГРОМЕН

Сфера гостеприимства в Азербайджане переживает важный этап становления. После пандемии страна стремительно восстанавливает свои позиции на международной арене. По данным Государственного комитета по статистике за январь-май, Азербайджан посетили 980 тысяч туристов, что на 1,5% больше, чем за аналогичный период прошлого года.

Стр. 11

11 НАГРАД ДЛЯ GLOBAL MEDIA GROUP

Президент Азербайджана Ильхам Алиев подписал распоряжение о награждении медалями и почетными званиями представителей СМИ.

Торжественное решение было приурочено к 150-летию юбилею национальной прессы Азербайджана. В список награжденных за выдающиеся заслуги в развитии и продвижении национальной прессы Азербайджана вошли сотрудники Global Media Group.

Медаль «Терегги» получили директор телеканала Baku TV Рамин Джафаров, заместитель главного редактора новостного портала Ohi.Az Ульвия Гюльмамедова, главный редактор информационно-аналитического портала Caliber.az Тимур Гусейнов и другие.

Стр. 3



АЗЕРБАЙДЖАН НИКОМУ НЕ ПОЗВОЛИТ ПРЕНЕБРЕГАТЬ ЕГО СУВЕРЕНИТЕТОМ



ЗНАКИ ХАНКЕНДИ

Одним из важнейших политических событий этой недели стал III Шушинский глобальный медиафорум. 140 его участников представляли 52 страны, 30 информагентств и 80 медиа-структур. Медиафорум ознаменовался знаковыми заявлениями Президента Азербайджана Ильхама Алиева.

НАТИГ НАЗИМОГЛУ

Становящийся традиционным Шушинский глобальный медиафорум в этом году был посвящен теме «Цифровые переходы: укрепление информационной и медиаустойчивости в эпоху искусственного интеллекта». При этом сам медиафорум утвердился, можно сказать, в качестве одного из наглядных символов Великой Победы Азербайджана, освобождения его земель от многолетней армянской оккупации. Равно как символичной стала и встреча главы Азербайджана с участниками Шушинского медиафорума в Ханкенди, в недавно построенном Конгресс-холле на площади Победы. В озвученных в Ханкенди заявлениях Ильхама Алиева, его ответах на вопросы гостей важное место заняла оценка нынешней ситуации в азербайджано-армянском урегулировании. Особенно в свете состоявшейся 20 июля в Абу-Даби встречи лидеров Азербайджана и Армении. Ильхам Алиев подтвердил, что гарантией мира должны быть международно-правовые нормы и документы, которые «будут, как я сказал в Абу-Даби, железобетонно закрывать крышку гроба сепаратизма. А для этого нужна ликвидация Минской группы ОБСЕ». Кроме того, «нужны изменения армянской конституции, чтобы оттуда была убрана



декларация независимости, содержащая территориальные претензии к Азербайджану. И в принципе все». Одним из элементов азербайджано-армянского мира должен стать Зангезурский коридор. «Для нас важно, и я еще раз сказал своему коллеге в Абу-Даби, чтобы у нас был беспрепятственный и безопасный доступ из Азербайджана в Азербайджан», — подчеркнул Ильхам Алиев. Добавив, что «это наше законное требование, и я считаю его абсолютно справедливым, иначе наши люди окажутся под угрозой». Президент Азербайджана подтвердил, что стороны «действительно очень близки к заключению мирного соглашения». Выразив уверенность в необратимости этого процесса, Ильхам

Алиев заявил: «К сожалению, на протяжении веков Кавказ был ареной кровопролития, конфликтов, войн, оккупации, и народы Кавказа много страдали. Хватит. Теперь нам нужно жить в мире». На встрече с участниками Шушинского медиафорума Президент Азербайджана раскрыл и суть взаимоотношений нашей страны с крупнейшими силовыми центрами. Суть, которая отвергает любые попытки внешних кругов пренебрегать интересами азербайджанского суверенитета, навязать Баку свою волю.

Ильхам Алиев заявил в Ханкенди, что защита национальных интересов — это основополагающий фактор политики Азербайджана. Этот принцип характеризует отношения Азербайджана со всеми великими державами, включая США. Азербайджан стремится восстановить прочные партнерские отношения с Соединенными Штатами, и как пояснил Ильхам Алиев, он уже получил «очень позитивные сигналы» от администрации Дональда Трампа. Это дает основание говорить о намерении Белого дома положить конец политике предыдущей администрации, которая, выражаясь словами Ильхама Алиева, «практически разрушила американо-азербайджанские отношения», «и все потому, что мы восстановили наш суверенитет и территориальную целостность».

Никогда не сдаваться



Бескомпромиссное отстаивание Азербайджаном собственного суверенитета выражается и в том, что происходит в настоящее время в его отношениях с Россией. Эти отношения вступили в состояние кризиса после того, как российские ПВО сбили азербайджанский гражданский самолет в конце прошлого года. «Наши просьбы или требования абсолютно естественны: признать вину за эту катастрофу, наказать тех, кто сбил наш самолет, и выплатить компенсацию семьям погибших, пострадавшим, а также AZAL — за потерю самолета», — вновь подтвердил Ильхам Алиев. Однако «к сожалению, мы не получили никакого ответа от российских официальных лиц по этому поводу, хотя прошло уже семь месяцев». В такой ситуации совершенно объяснимо и обоснованно то, что Азербайджан готовит «портфель документов для подачи в международную судебную систему». Поскольку, заявил Ильхам Алиев, «справедливость должна восторжествовать».

Азербайджан выступает принципиальным и последовательным поборником справедливости во всех мировых и региональных делах. Сам переживший в течение трех десятилетий агрессию и оккупацию, Азербайджан ратует за суверенитет и территориальную целостность всех стран. Поэтому нет ничего удивительного в том, что он с самого начала российско-украинской войны заявляет о признании международно признанных границ Украины. Отсюда и озвученный в Ханкенди совет Президента Азербайджана Ильхама Алиева Украине и ее народу: никогда не сдаваться и не смиряться с нарушением территориальной целостности своей страны. Таким образом, главный послы ханкендинских заявлений Ильхама Алиева состоит в том, что Азербайджан — независимое, подлинно суверенное государство, лидер Южного Кавказа, один из ключевых игроков на пространстве евразийской геополитики и геоэкономики. И с этим придется считаться всем.

Уважение со стороны ЕС

Азербайджан требует полного и безоговорочного уважения своего суверенитета и территориальной целостности и со стороны ЕС. «У нас также были трудные времена с предыдущей Европейской комиссией, но теперь мы получили очень позитивные сигналы от руководства новой Европейской комиссии,

и, безусловно, положительно на это отреагировали», — подчеркнул Ильхам Алиев. Тогда как «в европейском политическом спектре существуют определенные правила и процедуры, которые диктуют демонизацию Азербайджана и распространение слухов и различных фейковых историй о нашей стране».

Ильхам Алиев выделил две основные причины подобного явления: армянское лоббирование и разочарованность некоторых кругов тем, что «Азербайджан проводит слишком независимую политику, не слушает их указаний, игнорирует их советы и делает все, что хочет».

НЕЗАВИСИМОСТЬ ПРЕССЫ – ОДНО ИЗ КЛЮЧЕВЫХ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ НАШЕГО ОБЩЕСТВА



ИТОГИ И НОВЫЕ ЗАДАЧИ

Президент Азербайджанской Республики Ильхам Алиев поздравил работников средств массовой информации со 150-летием азербайджанской национальной печати.

В своем обращении глава государства отметил исключительное значение первого азербайджанского печатного органа – газеты «Экинчи», изданной 22 июля 1875 года выдающимся просветителем Гасан беком Зардаби. Президент назвал «Экинчи» «глашатаем прогрессивных идей, зеркалом эпохи и общественно-политической жизни». Выход первой азербайджанской газеты стал важным историческим событием, вызвавшим большой резонанс на всем Кавказе. Появление «Экинчи» «придало импульс развитию азербайджанского просветительского движения, национальному пробуждению, формированию национального самосознания и свободомыслия, сыграло значительную роль в воспитании целого поколения прогрессивных журналистов, публицистов, представителей интеллигенции», – говорится в поздравительном тексте главы государства.

ПРИОРИТЕТЫ ГОСУДАРСТВА

Президент Ильхам Алиев выразил уверенность, что «независимость азербайджанской прессы является одним из ключевых усло-



вий развития нашего общества. Развитие независимой, сильной, отвечающей требованиям сегодняшнего дня прессы, руководствующейся интересами народа, и создание необходимых условий для ее свободной деятельности всегда являлись одной из приоритетных задач, стоящих перед нашим государством». Глава государства подчеркнул, что в этом направлении регулярно проводилась системная работа, была создана нормативно-правовая база, нацеленная на оздоровление информационной среды в стране, укрепление потенциала и экономических основ деятельности медиа, адаптацию их к вызовам цифровой эпохи, проведение кардинальных реформ с целью укрепления экономической независимости информационных ресурсов и улучшения социальной защиты журналистов. Президент особо подчеркнул неоценимый вклад азербайджанской прессы в развитие общественной

мысли, в развитие азербайджанского литературного языка, укрепление независимости и духовных ценностей, а также особо выделил роль отечественных СМИ в исторических процессах последних десятилетий, включая Отечественную войну.

«В период 44-дневной Отечественной войны и антитеррористической операции азербайджанские СМИ самоотверженно и упорно трудились как на фронте, так и в тылу, обеспечивая оперативное освещение событий. На этом историческом и судьбоносном для нашей страны и народа этапе азербайджанские медиа сыграли большую роль в оперативном и объективном информировании общества, предотвращении массовых дезинформационных атак, проявили высокий профессионализм, истинный патриотизм и солидарность в донесении нашего правого голоса и нашей позиции до международной общественности. Несомненно, победа, одержанная нами в информационном пространстве, является неотъемлемой частью нашей славной Победы на поле боя, пятилетие которой мы будем отмечать в этом году», – заявил Президент.

Ведущая роль журналистики



Юбилейное обращение Ильхама Алиева подводит итоги славного 150-летнего пути и очерчивает стратегические задачи, стоящие перед азербайджанскими медиа в условиях стремительных глобальных трансформаций и цифровых вызовов.

«Ведущая роль ответственной, творческой, интеллектуальной и профессиональной журналистики в формировании современной медиакультуры неоспорима. Уверен, что азербайджанские медиа и впредь будут продолжать достойно выполнять свои задачи по объективному и профессиональному информированию нашего общества, построению современного общества и укреплению национальной солидарности», – отметил глава государства.



Человек, заканчивающий войны

Президент США Дональд Трамп поделился фрагментом выступления Президента Азербайджана Ильхама Алиева на III Шушинском глобальном медиафоруме в Ханкенди. Президент Азербайджана заявил на форуме: «Я не предвещал победу Трампа. Я просто сказал, что это было бы предпочтительнее для азербайджанского народа, с учетом того, что он, так же как и мы, разделяет фундаментальные ценности, в том числе и семейные ценности. Он единственный из президентов США, который не начинал войн. И вот за небольшой срок его пребывания у власти видно, что он – человек, который заканчивает войны. И также мы очень благодарны ему лично за стремление помочь Азербайджану и Армении в конце концов договориться. Несмотря на то, что он занят более глобальными вопросами международной безопасности, он ситуацию на Южном Кавказе тоже держит в поле своего зрения. Мы в Азербайджане, конечно же, рады, что он победил, по многим причинам, ну и, естественно, желаем ему, чтобы он довел дело до конца, особенно что касается «вашиingtonского болота», чтобы высушил его до дна».

Американский лидер разместил соответствующую публикацию на своей официальной странице в социальной сети Truth Social.

ПОДДЕРЖИВАЕМ ВИДЕНИЕ И УСИЛИЯ ТРАМПА

В ответ Президент Азербайджана Ильхам Алиев поблагодарил Президента США Дональда Трампа за публикацию. На своей странице в социальной сети «X» глава нашего государства написал:

«Я хочу выразить признательность Президенту Дональду Трампу за то, что он поделился на своей социальной медиаплатформе моими мыслями о партнерстве между США и Азербайджаном, а также его приверженности мирной повестке как в глобальном масштабе, так и в нашем регионе, высказанными на Шушинском глобальном медиафоруме. Еще раз хочу подчеркнуть, что мы поддерживаем видение и усилия Президента Трампа, связанные с продвижением мира и стабильности во всем мире, в том числе и в нашем регионе. Мы также разделяем общие ценности, такие как важность семейных традиций, и выражаем надежду, что в период президентства Дональда Трампа отношения между США и Азербайджаном поднимутся на новый уровень. Желаем ему успехов во всех его усилиях, направленных на достижение этой цели».

11 наград для Global Media Group

Президент Азербайджана Ильхам Алиев подписал распоряжение о награждении медалями и почетными званиями представителей СМИ. Торжественное решение было приурочено к 150-летию национальной прессы Азербайджана.

В список награжденных за выдающиеся заслуги в развитии и продвижении



национальной прессы Азербайджана вошли 11 сотрудников Global Media Group – одного из крупнейших медиа-холдингов страны.

Директор телеканала Baku TV Рамин Джафаров, главный редактор Азада Балаева и руководитель департамента Западного Азербайджана Самир Ибрагимов удостоены медали «Терегги». Медаль «Терегги» получили

также заместитель главного редактора новостного портала Oxu.Az Ульвия Гюльмамедова, главный редактор информационно-аналитического портала Caliber.az Тимур Гусейнов и его заместитель Джамил Байрамов, генеральный директор и основатель портала Baku.ws Орхан Мамедов.

Высоких наград от главы государства удостоены и сотрудники информаци-



онного агентства Report. В частности, генеральному директору Фуаду Гусейналиеву присвоено почетное звание «Заслуженный журналист».

Заместители главного редактора Илаха Мамедли и Эмиль Гулиев, а также руководитель европейского бюро Report Кямала Мустафаева награждены медалью «Терегги».

ЮЖНЫЙ ГАЗОВЫЙ КОРИДОР УЖЕ ДОСТАВЛЯЕТ АЗЕРБАЙДЖАНСКИЙ ГАЗ В ТУРЦИЮ, ГРЕЦИЮ, АЛБАНИЮ, ИТАЛИЮ



РЕШАЯ ПРОБЛЕМЫ ЕВРОПЫ

Чрезвычайно знойное лето в Европе, сопровождаемое все более частыми и продолжительными волнами жары, делает континент одним из наиболее уязвимых к последствиям климатических изменений. По данным Европейского климатического центра, средняя летняя температура в странах ЕС за последние десятилетия повысилась более чем на 2°С.

ИЛЬГАР ВЕЛИЗАДЕ

Потепление оказывает прямое влияние на энергосистему региона: растущая потребность в охлаждении помещений приводит к существенному увеличению потребления электроэнергии. В условиях продолжающегося энергетического перехода, сопровождаемого отказом от углеводородов, и сохраняющегося дефицита доступных энергоресурсов это создает серьезную нагрузку на инфраструктуру, повышает риск перебоев в энергоснабжении и усиливает социально-экономическую уязвимость государств ЕС.

ЖАРКОЕ ЛЕТО 2025-ГО

Одновременно повышение средних температур приводит к значительному увеличению потребления электроэнергии, прежде всего – на охлаждение зданий, что в условиях ограниченных мощностей, высоких цен на энергию и перехода к возобновляемым источникам создает серьезную нагрузку на энергосистему и увеличивает издержки для бизнеса и домохозяйств. Особенно остро проблема ощущается в летние месяцы, когда пик потребления совпадает с низкой генерацией ветряной и гидроэнергетики из-за засухи и отсутствия ветра. Рост энергозатрат ведет к общему удорожанию производства, логистики и услуг, что в свою очередь ускоряет инфляционные процессы и требует вмешательства государственных регуляторов. Сельское хозяйство, как одна из наиболее климатозависимых отраслей, стра-



дает от снижения урожайности из-за засухи, высоких температур и дефицита воды. Это провоцирует рост цен на продукты питания и вынуждает увеличивать импорт, снижая продовольственную самодостаточность. Жара также негативно сказывается на производительности труда, особенно в отраслях, связанных с физическим трудом на открытом воздухе. Рабочие смены сокращаются, растут больничные и медицинские расходы, что снижает общую экономическую активность. Увеличение случаев тепловых ударов, обострения сердечно-сосудистых и респираторных заболеваний ведет к увеличению расходов на здравоохранение и дополнительную нагрузку на медучреждения.

ИСПЫТАНИЕ ДЛЯ ЭНЕРГОСИСТЕМЫ

Инфраструктура сталкивается с новыми вызовами: деформация дорожных покрытий и рельсов, проблемы с водоснабжением, снижение эффективности электросети. Все это требует срочных инвестиций в адаптацию и модернизацию, что оказывает

давление на бюджет. Ну и, наконец, климатическая нестабильность влияет на инвестиционную привлекательность регионов: страховые премии растут, а инвесторы осторожнее подходят к проектам в климатически уязвимых странах, особенно в Южной Европе.

Конечно, в Евросоюзе принимают и практические шаги по решению этих критических проблем, однако эффективность мер по адаптации к экстремальной жаре и изменяющемуся климату вызывает все больше критики. Несмотря на принятие амбициозной стратегии «Зеленый курс», цель которой – достичь климатической нейтральности к 2050 году, на практике многие адаптационные программы реализуются фрагментарно и с опозданием.

На фоне снижения эффективности электростанций, работающих на возобновляемых источниках, в частности ветра и гидроэнергетики, особенно в летнее время альтернативы потреблению газа практически не остается, а это нередко противоречит заявленным климатическим целям.

Повышение средних температур приводит к росту электропотребления

АЛЬТЕРНАТИВЫ ГАЗУ НЕТ

Вот почему Европа, несмотря на активное продвижение зеленого перехода и стремление к климатической нейтральности, все еще остро нуждается в природном газе. Это объясняется сразу несколькими факторами. Во-первых, газ остается относительно чистым (по сравнению с углем) ископаемым источником энергии и играет роль «переходного топлива» в стратегии ЕС: он обеспечивает стабильную



генерацию электроэнергии в периоды, когда возобновляемые источники – солнечная и ветряная энергия – не справляются с нагрузкой. Во-вторых, в условиях климатических аномалий – особенно длительных волн жары или холодов – потребление энергии

резко возрастает, а система нуждается в надежных и управляемых источниках. Газ также критичен для промышленности, особенно в таких энергоемких отраслях, как производство удобрений, металлургия и химия. Кроме того, в странах Центральной и Восточной Европы он по-прежнему играет ключевую роль в отоплении жилья, и быстрое его замещение технически и финансово затруднено.

ВСЯ НАДЕЖДА НА БАКУ

После начала кризиса в отношениях с Россией и сокращения российских поставок ЕС оказался перед необходимостью срочной диверсификации поставок и начал активно искать альтернативных поставщиков. В этом контексте Азербайджан стал одним из ключевых партнеров. Южный газовый коридор, включающий трубопроводы TANAP и TAP, уже доставляет азербайджанский газ на рынки Турции, Греции, Албании и Италии, причем плани-

руется его расширение. Европейская комиссия рассматривает Баку как стабильного и надежного поставщика, геополитически менее подверженного рискам и способного нарастить экспортные объемы. Как известно, в июле 2022 года ЕС и Азербайджан подписали соглашение о стратегическом энергетическом партнерстве, предусматривающее удвоение поставок газа в Европу к 2027 году.

Роль азербайджанского газа в будущем будет заключаться не только

в краткосрочной компенсации потерь после отказа от российского топлива, но и в обеспечении гибкости энергетической системы в переходный период. И от способности Азербайджана наращивать добычу, расширять инфраструктуру и внедрять стандарты прозрачности и устойчивости, ожидаемые европейскими партнерами, будет зависеть ход процессов реструктуризации, по крайней мере юго-восточного фланга европейского энергетического рынка.



150 лет назад

вышел в свет
первый номер
газеты «Экинчи»,
учрежденной Гасан
беком Зардаби



1 млрд
552,4 млн

использовано
на восстановление
освобожденных тер-
риторий в I полугодии



ЦИФРЫ НЕДЕЛИ

На 29%

сократились запасы
колбасных изделий



\$116,958 млн

экспорт хлопка
в I полугодии



На 2,8%

сократилось
производ-
ство сливок
и сметаны

2777



адвокатов в стране

На 26%



увеличены
расходы
на оборону и
безопасность

PHOTOSTOCK.AZ

Фото: Руфат Микаилов / PhotoStock.az



Возвращение в Джебраил

В соответствии с поручением Президента Азербайджана Ильхама Алиева в рамках I Государственной программы «Великое возвращение» на освобожденные от оккупации территории из Гарадагского района г.Баку в восстановленный город Джебраил отправлен очередной караван переселенцев. В него вошли семьи, временно размещенные в общежитиях, санаториях и ад-

министративных зданиях в различных регионах страны. На этом этапе в Джебраил переселено 53 семьи (198 человек). В настоящее время в Карабахе и Восточном Зангезуре проживает около 50 тыс. человек. К ним наряду с отправленными туда бывшими вынужденными переселенцами относятся лица, работающие над реализацией проектов в этом регионе.

ПОЛУЧЕНЫ ДОКАЗАТЕЛЬСТВА

Азербайджан передал СК России доказательства пыток и убийства двух азербайджанцев в Екатеринбурге. Об этом заявил генеральный прокурор Азербайджана Камран Алиев.

«Мы возбудили уголовное дело по факту насилия в отношении азербайджанцев. Мы поддерживаем регулярные контакты как со Следственным комитетом, так и с Генеральной прокуратурой. Российская сторона заявляет, что пострадавшие являются гражданами их страны, однако хотелось бы напомнить, что Азербайджан не признает двойное гражданство. Мы считаем их гражданами Азербайджана. В этой связи мы провели необходимые экспертизы, которые, к сожалению, подтвердили факт смерти в результате пыток, избиений и тяжких телесных повреждений», — заявил К.Алиев.

«Российская сторона сообщила мне, что Следственный комитет проводит отдельное расследование фактов насилия. Мы надеемся, что возбужденное уголовное дело по этому вопросу даст результаты», — добавил генпрокурор.

ЛЕТНЯЯ КИБЕР-ШКОЛА

В Центре отдыха Бильгя Службы госбезопасности прошла «Летняя кибер-школа-2025», организованная Ассоциацией организаций кибербезопасности Азербайджана (АОКА). В мероприятии приняли участие 130 студентов из Азербайджана и Турции. Проект нацелен на подготовку кадров, просвещение молодежи и развитие международного сотрудничества. Основные тренинги проходили на базе Бакинской высшей школы нефти. В программе



— занятия в формате Red Team и Blue Team, мастер-классы, форум киберобразования, CTF-соревнования и другие мероприятия. Председатель правления АОКА Панах Мусев сообщил, что летняя школа, организуемая с 2021 года, удостоена «Глобальной премии безопасности» от OIC-CERT.

ЮБИЛЕЙНЫЕ МАРКИ

На III Глобальном медиафоруме по инициативе ООО «Азерпочт» и Агентства развития медиа Азербайджанской Республики были введены в обращение почтовые марки, посвященные 150-летию



национальной печати, и проведена церемония их гашения. На одной из них — портрет основателя азербайджанской национальной печати Гасана бека Зардаби и назва-

ние первой газеты на азербайджанском языке — «Экинчи». На другой — типография газеты «Каспий», основанной в 1881 году, а также портрет ее главного редактора — выдающегося публициста и

общественного деятеля Алимардан бека Топчибашева. Надпись на обеих марках: «Национальная печать-150 (1875-2025)» — подчеркивает историческое значение юбилея.

С 18 тыс. до
20 тыс. мест

увеличилась вмести-
мость трибун Гран-при
Азербайджана Формула-1

На 8,3%

выросли
поступления
в бюджет
по нефтегазу

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ БАНК АЗЕРБАЙДЖАНА ОЖИДАЕТ, ЧТО В ЭТОМ ГОДУ ЭКОНОМИКА СТРАНЫ ВЫРАСТЕТ НА 3%

Льготная ипотека для Карабаха

В Азербайджане упрощаются условия получения льготных долгосрочных кредитов на покупку жилья в Карабахе и Восточном Зангезуре. Впредь не только внутренние переселенцы, но и все желающие смогут оформить ипотеку в освобожденном крае на более выгодных условиях.

ДЖАВАД ИСКЕНДЕРОВ

Льготная ипотека в массовом своем проявлении уже произвела мощный положительный социальный эффект. За годы высоких цен преференциальные жилищные кредиты, выдаваемые Азербайджанским ипотечным и кредитно-гарантийным фондом, успели зарекомендовать себя катализатором на рынке жилья и строительства. На фоне высоких цен удобные параметры государственной ипотеки стали противовесом в виде альтернативного предложения. Люди получают бесценную возможность взять ипотеку на выгодных условиях. Теперь такой шанс появится и у граждан, покупающих жилье в Карабахе. Указом главы государства одобрены изменения в правила ипотечного кредитования, включая льготные кредиты на покупку жилья, выдаваемые целевым государственным фондом. По существу, новшество станет ключевой мерой господдержки возрождения освобожденных территорий и планов заселения через подпитку потребительского спроса.

НОВЫЙ СТАРТ

Таким образом, логическим продолжением этой желанной новации станут новые стимулы к возрождению освобожденного края, считает депутат и эксперт Вугар Байрамов. — Обновленные правила вводят новые механизмы оформления ипотечных кредитов, — поясняет парламентарий. — Они сыграют роль серьезной поддержки дальнейшего развития планов заселения освобожденных земель. Здесь, разумеется, важно учитывать ключевой момент: теперь всему населению предоставлена возможность брать ипотеку



Вугар Байрамов

на льготных условиях в Карабахе и Восточном Зангезуре. Именно этой цели послужат поправки к существующим нормативам. По принятым условиям, льготный ипотечный кредит для покупки жилья в Карабахе не может превышать 90% от стоимости квартиры на момент его оформления. Кроме того, размер ежемесячного платежа по кредиту будет зависеть от дохода заемщика. Другой нюанс: общая сумма ежемесячных выплат по ипотеке не будет превышать 75% от совокупного ежемесячного дохода заемщика. Однако это ограничение не применяется, если кредит покрывает менее 60% стоимости жилья. С одной стороны, это поможет дальнейшей активизации процесса заселения Карабаха, с другой — усилит динамику восстановления и развития экономики края. Новый подход, безусловно, важен и для улучшения жилищных условий молодых семей. Таким образом, льготная ипотека становится не просто инструментом жилищной политики, а частью более широкой государственной программы по восстановлению, социально-экономическому развитию и укреплению стабильности в регионе. Она также свидетельствует о стратегическом подходе государства к вопросам заселения и развития Карабаха и Восточного Зангезура.

КЛЮЧ В БУДУЩЕЕ

Обновленные правила ипотеки — ключ в будущее. Они раскрывают жилищные горизонты для молодых семей и других льготных категорий граждан, мечтающих о собственном жилье. При этом речь идет не только о комфортной ипотеке, говорит депутат. Ведь заселение Карабаха — не просто строительство домов, но и

развитие экономики региона. Шаг к новой реальности на освобожденных землях. Принятое решение будет применяться не только к внутренне перемещенным лицам родом из Карабаха. Оно коснется всех желающих. Иначе говоря, обновленный подход к ипотечным кредитам на средства целевого фонда расширит участие населения в льготных жилищных программах. Если говорить о подходах, то по убеждению исполнительного директора Ассоциации риелторов Эльнура Азадова, здесь все взвешенно и предельно логично. — Первоначальный взнос при покупке квартиры на льготных условиях в Карабахе составит всего 10%, — комментирует он. — Если сравнивать, то в столице и на других территориях покупатель оплачивает из собственных средств 15%, а на остальную сумму кредита приходится 85%. При среднем доходе заемщика в 1000 манатов в Баку он платит 70% от общего официально начисленного заработка, а в регионах — на 5% меньше. Таким образом открываются реальные перспективы для тех, кто планирует жить, работать и строить будущее в Карабахе. Главное — интерес и намерение переехать. Нужно еще учитывать, что значительная часть запланированной к строительству в Карабахе и Восточном Зангезуре недвижимости пока еще не построена и не вышла на рынок. А значит, речь идет о широких перспективах ближайшего будущего. Ведь если говорить о значении ипотеки, особенно льготной, то она играет центральную роль в развитии жилищного сектора и доступности квартир.

льготный
ИПОТЕЧНЫЙ КРЕДИТ
НЕ МОЖЕТ ПРЕВЫШАТЬ

90%

ОТ СТОИМОСТИ
КВАРТИРЫ

ОБЩАЯ СУММА
ЕЖЕМЕСЯЧНЫХ ВЫПЛАТ
НЕ БУДЕТ ПРЕВЫШАТЬ

75%

ОТ СОВОКУПНОГО
ЕЖЕМЕСЯЧНОГО
ДОХОДА

ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ
ВЗНОС НА ЛЬГОТНЫХ
УСЛОВИЯХ
СОСТАВИТ ВСЕГО

10%

ВСЕМ
ПРЕДОСТАВЛЕНА
ВОЗМОЖНОСТЬ
БРАТЬ ИПОТЕКУ
НА ЛЬГОТНЫХ
УСЛОВИЯХ
В КАРАБАХЕ
И ВОСТОЧНОМ
ЗАНГЕЗУРЕ

РАСТУЩИЕ ПОЗИЦИИ РЕГИОНАЛЬНЫХ ЗАЕМЩИКОВ

В целом неудивительно наблюдать растущие позиции региональных ипотечников в совокупном ипотечном портфеле целевого государственного фонда. Выданные в регионах долгосрочные кредиты на покупку жилья занимают до четверти всех ипотечных

обязательств АИКГФ. По мнению Э.Азадова, на региональных ипотечников могут приходиться заявленные объемы кредитного портфеля ипотечного фонда благодаря более низким ценам на недвижимость. — Во многом это объясняется тем, что

в регионах недвижимость дешевле, чем в столице и крупных городах республики, — продолжил он. — Но по официальным доходам село обычно уступает городу, потому что там больше заняты натуральным хозяйством: кто-то трудится на собственной фер-

ме, разводит сад-огород, занимается сбытом урожая. Так что доходы массы жителей нашей глубинки нигде не фиксируются. Поэтому многие жители регионов не могут предъявить банку свидетельство о своих белых доходах для оформления ипотечных кредитов.

МЯГКАЯ СИЛА КОМПАНИИ SOCAR

В современном мире энергетика остается одним из ключевых рычагов влияния на международные отношения. Государственные и частные нефтегазовые компании, особенно в странах, богатых ресурсами, все чаще выходят за рамки чисто экономической деятельности, становясь частью дипломатии.

**ПРИСУТСТВИЕ
КОМПАНИИ
НА ЗАРУБЕЖНЫХ
РЫНКАХ
ФОРМИРУЕТ ОБРАЗ
АЗЕРБАЙДЖАНА
КАК НАДЕЖНОГО
ПОСТАВЩИКА
И ПАРТНЕРА**



ИЛЬГАР ВЕЛИЗАДЕ

Участие нефтегазовых компаний в стратегических проектах, международных соглашениях и энергетической дипломатии превращает их в проводников национальных интересов на глобальной арене. В Азербайджане такую роль выполняет государственная нефтяная компания SOCAR.

ФОРМИРУЯ КАРТУ ЕВРОПЫ

В последние годы SOCAR последовательно укрепляет позиции инструмента «мягкой силы» Азербайджана. Компания участвует практически во всех ключевых соглашениях, заключаемых Баку с зарубежными государствами. Благодаря широкому портфелю международных проектов – от разведки и добычи до переработки и транспортировки энергоносителей – SOCAR стала важным связующим звеном между Азербайджаном и его внешнеэкономическими партнерами. Присутствие этой компании на зарубежных рынках не только укрепляет экономические позиции страны, но и формирует образ Азербайджана как надежного поставщика и стратегического партнера. Наиболее масштабное присутствие SOCAR за рубежом наблюдается в Турции, где он стал крупнейшим иностранным инвестором. Среди ключевых проектов – нефтеперерабатывающий завод STAR в Измире, газораспределительная инфраструктура и участие в строительстве Трансанатолийского газопровода TANAP, обеспечивающего поставки каспийского газа в Европу. Эти инициативы укрепляют позиции Азербайджана как энергетического партнера ЕС и способствуют стабильности на энергетическом направлении в регионе. В Европе SOCAR развивает розничную сеть и осваивает новые форматы энергетики. В Швейцарии компания приобрела сеть автозаправочных станций Esso Schweiz и ин-

вестирует в развитие водородной инфраструктуры. В Австрии контролирует сеть АЗС А1, а в Румынии, Грузии и Украине активно работает на рынке нефтепродуктов. Также заключены соглашения о поставках газа в Словакию и Северную Македонию.

АКТИВНОСТЬ НА АЗИАТСКОМ РЫНКЕ

На Ближнем Востоке SOCAR в этом году получила лицензию на разведку газа в исключительной экономической зоне Израиля, став оператором одного из перспективных блоков. Кроме того, компания приобрела 10% акций действующего газового месторождения «Тамар», что обеспечило доступ к инфраструктуре и партнерству с такими международными компаниями, как Chevron и NewMed. С некоторых пор компания активно вовлечена в энергетический сектор Сирии, по сути занимаясь восстановлением разрушенной инфраструктуры. В Центральной Азии SOCAR расширяет геологоразведочную деятельность – в частности на плато Устюрт в Узбекистане. В Казахстане и Иране продолжается сотрудничество в сфере переработки и транспортировки нефти. В Сербии и России поддерживаются логистические и проектные связи. Особое внимание уделяется

Южной и Юго-Восточной Азии. В Пакистане SOCAR реализует долгосрочное соглашение о поставках СПГ, участвует в модернизации национального нефтеперерабатывающего завода и строительстве нефтепровода Machike-Thallian-Tarujabba. Обсуждается создание совместной трейдинговой компании в Сингапуре для обеспечения Пакистана энергоресурсами. Во Вьетнаме компания поставила на НПЗ Дунг-Кват более 30 млн баррелей нефти и заключила соглашения с Petrovietnam в разведке, техническом сопровождении и подготовке кадров. В Африке SOCAR сосредоточена на трейдинге нефтепродуктами и участии в модернизации энергетических мощностей. Подписано соглашение с государственной нефтяной компанией Республики Конго (SNPC) по модернизации НПЗ CORAF. Активно поставляет SOCAR нефть и нефтепродукты в Кению, Алжир, Нигерию, Буркина-Фасо, Кот-д'Ивуар, Бенин и другие страны региона, а также участвует в переговорах по проектам в зеленой энергетике с партнерами, включая Epi.

**В ЕВРОПЕ SOCAR РАЗВИВАЕТ
РОЗНИЧНУЮ СЕТЬ И ОСВАИВАЕТ
НОВЫЕ ФОРМАТЫ ЭНЕРГЕТИКИ**

Международное присутствие

В последние годы SOCAR активно включает в стратегию проекты в области возобновляемых источников энергии. Подписаны соглашения о строительстве оффшорных ветроэлектростанций в Каспийском море в партнерстве с китайскими и ближневосточными компаниями. Внутри страны развиваются проекты по солнечной и ветровой энергетике мощностью до 1 ГВт совместно с Masdar. В Швейцарии SOCAR развивает инфраструктуру для электромобилей. Также ведется сотрудничество с международными банками, в том числе с японским JBIC, по финансированию устойчивых экологических проектов. В то же время, несмотря на заметное расши-

рение географии деятельности и активное участие в транснациональных проектах, дальнейшее укрепление позиций SOCAR за рубежом требует не только инвестиционной активности, но и продуманной стратегии, учитывающей глобальные вызовы энергетической трансформации, политические риски и институциональные ограничения. Тем не менее SOCAR уверенно расширяет свое международное присутствие, совмещая экспортную модель с вовлеченностью в инфраструктурные, технологические и экологические инициативы. Ключевыми направлениями становятся Турция, ЕС, Ближний Восток, Южная Азия, Вьетнам и некоторые страны Африки. Такая география делает SOCAR не просто экономическим актором, но и важным посредником в формировании устойчивых энергетических связей между Азербайджаном и внешним миром.

30 млн баррелей нефти
на НПЗ Дунг-Кват (Вьетнам)
SOCAR поставил

ЕСЛИ АКТЕР НЕ ПУСТ, ТО ОН С САМОГО НАЧАЛА ЧУВСТВУЕТ СВОЮ РОЛЬ, ПОГРУЖАЯСЬ В НЕЕ ВСЕ БОЛЬШЕ. ЕСЛИ ПРОЧЕЛ ПЬЕСУ И ПОНЯЛ, КОГО ИГРАЕШЬ, ДОЛЖЕН СХОДУ ВЫДАТЬ ОБРАЗ

СЧАСТЬЕ ЯРОСЛАВА ТРИФОНОВА



И настроение поднимается



Ярослав Трифонов – один из самых востребованных актеров Азербайджанского государственного академического русского драматического театра. Он совмещает театр со съемками в больших кинопроектах, но сцена – главное дело его жизни, и это навсегда. О театре мы и побеседовали.

ВЯЧЕСЛАВ САПУНОВ

● **Ярослав, вы из театральных детей – помните, как это было?**

● В 80-е годы в Русской драме была «детская комната», куда артисты приводили своих малышей, если в садик не успевали или по каким-то другим причинам. Там я впервые встретился с Тимой Рагимовым, Олегом Амиребековым. Тогда же меня четырехлетним впервые заметила режиссер Джаннет Салимова: «Это кто у нас такой хороший мальчик? Ярослав, хочешь в театре играть? Ах, хочешь! Тогда придется выбросить соску, а то какой же ты актер будешь на сцене? Володенька, проконтролируй».

● **Кем был ваш отец?**

● Он тоже был актером. Владимир Викторович Трифонов. Окончил театральный институт в Ярославле, потому и назвал меня так. По окончании вернулся в родной Баку и стал актером нашего театра. В то время широко практиковался обмен опытом, и года два мой отец прослужил в Грозненском драмтеатре, где познакомился с моей мамой, работавшей гримером. Там я и родился.

В Баку вернулась уже целая семья Трифоновых. Государство выдало нам квартиру, которой мы, увы, лишились в лихие 90-е... Отец был вынужден уйти из театра. Ну как на зарплату в пять «ширванов» было прокормить жену и троих детей? Хватался за любую работу и в 2006 году умер. Он был удивительно светлым человеком и напоминал мне Чехова. Ни разу не слышал, чтобы он произнес грубое слово. И в театре его знали как очень интеллигентного человека – таким помнит до сих пор.

● **Несмотря на трудности переходного периода, вы все-таки пришли в театр...**

● Я пришел сюда в 2004 году, для меня это тоже было тяжелое время. Из-за утраты квартиры у меня не было документов, даже в армию не брали, хотя я обошел все военкоматы. Выкручивался как мог, но при этом не теряя лицо и никого не подставляя. Может, поэтому мне бог открывал дороги. Дирекция театра знала мое положение и помогала как могла. Я получал не зарплату, а гонорар за каждый выход – кажется, по 15 манатов. Поэтому стал еще и монтировщиком сцены. А затем директор Адалят Гаджиев помог мне получить паспорт – мне уже было тогда 35. Играл в сказках, эпизоды во взрослых спектаклях, снялся в кинопроектах «Посол зари», «Я возвращаюсь домой», «Судьба государя», «Умри отменным».

● **Говорят, в современном театре работают только фанатики...**

● Я не фанатик... вообще не люблю их.

● **А много фанатиков в театре?**

– (после долгого размышления) Не-ет, очень мало. Время фанатиков прошло. Они могут появиться, если им станет интересно. Но у многих интерес словно пропал. Возможно, из-за нехватки режиссеров. Однако в театре каждый талантлив по-своему, талантливых людей вообще не бывает. И актерский талант есть почти у каждого – мы все актеры по жизни. Просто

“Если уж пришел в театр, должен отдаваться ему полностью. Негоже вечно отпрашиваться на частные дела. Получаешь государственную зарплату – изволь отработывать”



Ярослав Трифонов

оказываясь на сцене, часто переигрываю.

● **Возвращаясь к самой первой роли... Вы сыграли кого-то у Джаннет Салимовой?**

● Да, в шесть лет – маленького царевича Гвидона. Мне за каждый спектакль бухгалтерия платила железный рубль с профилем Ленина. Я был богат! И вот спустя 35 лет Ирана Тагизаде снова ставит «Сказку о царь Салтане» и снова дает мне роль Гвидона! Тима Рагимов, который когда-то играл юного царевича со мной в паре, теперь играет царя Салтана, а я – его сына, уже взрослого Гвидона, хотя и старше Тимы...

● **Вас взяли в театр за дарование, в память об отце, или...**

● Все вместе, наверное. Но и потому, что в театре, как у нас говорят, не хватало «штанов» – исполнителей мужских ролей. Парни приходили и уходили, понимая, что заработка тут серьезного нет, а времени театр забирает немало. Чтобы служить в театре и успевать на съемки и корпоративы, нужно быть каким-то суперменом. По мне, если уж пришел в театр, должен отдаваться ему полностью. Негоже вечно отпрашиваться на частные дела. Получаешь государственную зарплату – изволь отработывать.

● **Монтировщик сцены – это, наверное, не только ради денег?**

● Во-первых, я всегда занимался гантелями, штангой. Во-вторых, интересно было – когда-то в песочнице строили маленькие замки, теперь на сцене – большие. Так что я совмещал: ставил декорации и в них же играл.

● **Какая ваша первая взрослая роль?**

● Меня ввели в спектакль «Нефтяной бум улыбается всем», затем был шикарный «Мужчи-

на по вызову». В обоих танцевал – я танцующий актер. А это, кстати, приветствуется, когда актер обладает дополнительными навыками – например, играет на саксофоне.

● **А что еще умеете?**

● Занимался экстремальным видом спорта – альпинизмом, поэтому способен на многое. А вот петь не могу...

● **Ради роли Лаэрта даже пришлось научиться фехтовать...**

● До последнего момента не верил, что эта затея реализуется. Казалось невероятным, что мне доверят роль в «Гамлете». Но все получилось!

● **Мне кажется, каждая новая роль – это и задача на преодоление, и школа для артиста.**

● Обязательно! И если актер не пуст, то он с самого начала начинает чувствовать свою роль, погружаясь в нее все больше с каждой репетицией. «Я еще образ не нашел, должен подумать...» – это все ерунда. Если прочел пьесу и понял, кого играешь, должен сходу выдать образ. У меня, во всяком случае, получается так. К примеру, когда Эмин Мирабдуллаев ставил «Женитьбу», образ отставного моряка Балтазара Балтазаровича Жевакина у меня родился сразу. И роль Лаэрта, которую мне доверил наш главный режиссер Александр Шаровский, у меня пошла быстро.

● **В скольких спектаклях задействованы сейчас?**

● В 16.

● **А сколько ролей?**

● Ну-у... получается тоже 16.

● **Но в «Капитанской дочке» и в «Али и Нино» по две роли...**

● Да... тогда 18. (улыбается)

● **Чем отличается игра в детских спектаклях от взрослых?**

● В сказках намного тяжелее. Намного! Надо сыграть так, чтобы тебе поверил самый недоверчивый ребенок.

Должна быть хорошая база – просмотренные мультфильмы, прочитанные сказки. Нужно стать тем самым персонажем, которого дети знают и любят. Это огромный опыт для артиста. Сказки – большое счастье, потому что юный зритель – очень благодарный. Мне пишут родители, рассказывают, что дети, вернувшись со спектакля, пародируют меня – изображают моего Медведя.

● **К примеру, того же Медведя сложно играть?**

● Сложно играть не просто Медведя, а трех разных в одном сказочном альманахе. Но у меня медведь – персонаж «Колобка» имеет один характер, в «Теремке» он другой, а в «Маше и Медведе» – третий. Костюм один, а образы, походка, манера – все разное.

● **Играя отрицательных героев, приходилось их оправдывать?**

● А кто отрицательный? Лаэрт, по моему убеждению, очень хороший человек.

● **Если не считать подлости в финале...**

● Поэтому все происходит в темноте, хотя это очень тяжело... Мне было физически трудно выходить на поединок с отравленной шпагой. Александр Яковлевич меня убеждал: ты не хочешь этого делать, но у тебя перед глазами смерть сестры... Мне и королеву жалко, я отворачиваюсь, когда она выпивает яд, и с Гамлетом уже не хочу биться... Все это против естества моего Лаэрта.

● **Вы играете Лаэрта в двух составах. Есть разница?**

● Конечно. Они все разные. Например, Офелия – Тамилла Абулалыбова – умирает с большой самоотдачей. Ее – «бездыханную», с раскатыми руками – пронести через зал очень нелегко. А Офелия – Маша Дубовицкая – профессионально группируется и так удобно на мне висит,

словно я рюкзак несу. Благо у меня хорошая физическая форма, пять лет за кулисами грузы поднимал.

● **Импровизация в спектакле допустима?**

● Сутубо в рамках, пожалуй. Был занятный случай – еще во время пандемии. Карантин ослабили, и у нас первый спектакль – «Женитьба». На сцене все: Кочкарев – Амиребеков, Агафья Тихоновна – Белла Сафина, я – Жевакин, Заур Тергулов – Анучкин...

В какой-то момент возникает небольшая пауза, и чтобы заполнить тишину, по задумке режиссера Яичница (Юра Омельченко) принимается громко сморкаться в платок. Мой герой на него смотрит с тревогой... и надевает медицинскую маску. И чтобы символ той эпохи. Зал лег! Со словами «Ой, батюшки!» народная артистка Александра Никушина, игравшая сваху, убежала за кулисы. Смеялся даже директор театра...

Так что импровизации случаются, но больше в сказках, когда, чувствуя настрой детишек, могу их порой «дожать». Дети веселятся от души!

● **Ваша труппа условно делится на три поколения: «старики», «взрослые» и «молодежь». Как вам молодежь?**

● Мне наша молодежь нравится! Хотя она немножко несурезная, какая-то невыспавшаяся. А когда только пришел в театр, ветеранам в ноздри смотрел! Благодаря корифеям понял, что такое театр, слушал их, впитывал... Это было невероятно. Я стоял на сцене и смотрел, как Нодар Шашикоглу в роли короля Лира подходит к мертвой Корделии... и у меня слезы катились из-под очков! Я выходил на сцену с Фуадом Поладовым, Юрием Балневым, Октаем Нагиевым, Борисом Луккинским, Аскером Рагимовым... Это со мной навсегда.

● **Поговорим о партнерах...**

● Самая любимая – народная артистка Людмила Духовная. С «Бульвара Сансет» с Людмилой Семеновной в главной роли началась моя большая актерская жизнь. Я играл там пройдоху-сценариста. Людмила Семеновна – прекраснейший, сильный партнер! Если что-то у тебя не получается, она всегда поправит. Даже во время спектакля может подсказать сквозь зубы: «Идиот! Повернись!» (улыбается). Мощный профессионал. После спектакля разборчики обязательны. Мы каждый месяц играем «Ночь в спальне Екатерины», и она нередко предлагает что-то добавить, изменить, улучшить. И режиссер Эмин Мирабдуллаев неизменно соглашается, потому что Духовная пьесу просто изнутри видит – все характеры, все ходы...

Это старая партнерская школа. Дядя Юра Балиев таким был. Если вернуться к «Гамлету», то Тима Рагимов – отличный партнер, а в Маше Дубовицкой я чувствую сестру. Тамилла тоже хороша. Они разные, но все классные. С «молодым» Гамлетом – Руфатом Алиевым – тоже интересно, хотя в отличие от Тимы он закрытый. Мурад Мамедов – отличный партнер... А с Олегом Амиребековым мы понимаем друг друга с полувзгляда.

● **Чего недостает современному театру?**

● Дисциплины, ответственности, школы. Репертуар-

ного разнообразия. Театру нужны и современные актуальные пьесы. Я за то, чтобы у нас в театре были спектакли о Карабахской войне. Обязательно!

А еще не хватает профессионализма некоторым режиссерам. Театр должен создавать полноценный продукт, а не полуфабрикат.

● **Какой же смысл во всем этом?**

● Вот я просыпаюсь утром, и если у меня скоро сказка или сегодня-завтра взрослый спектакль, у меня настроение моментально поднимается. Счастлив тот человек, который занимается любимым делом! Пусть он не получает огромную зарплату, но от своей работы получает удовольствие – это уже счастье. А кто зарабатывает много, но идет на службу как на каторгу, счастлив никогда не будет. Лично я хожу на любимую работу!

Мы сейчас в отпуске, для меня это время скуки: жду не дожусь, когда начнется новый сезон в нашем театре. Хочу на сцену!

● **Ну и напоследок спросу о самой заветной роли: она уже случилась или еще в мечтах?**

● Самое памятное выступление у меня, как ни странно, связано не с театром. В декабре 2020 года меня попросили озвучить видео, приуроченное ко дню рождения нашего Президента. Я прочитал стихотворение Лейлы Алиевой «Солдат своей страны». Это была огромная честь для меня...

СТАВКА НА ЗЕЛЕНУЮ МОБИЛЬНОСТЬ

В последнее время наши граждане чаще стали обращать внимание на автомобили, работающие на электрической тяге. В стране были приняты важные решения, стимулирующие такой выбор. Но готовы ли мы к масштабной электромобилизации?



**ВВОЗ
ЭЛЕКТРОМОБИЛЕЙ
В АЗЕРБАЙДЖАН
ОСВОБОЖДЕН
ОТ НДС**

**СРЕДНЯЯ ЦЕНА УПАЛА НА
21%**



НИКА АСТРАЛЕВА

Электромобили и гибриды более экономичны и экологичны, отмечают требования времени и тренду на зеленые технологии. Неудивительно, что все больше стран делает ставку на такой транспорт, ужесточая нормы для авто, работающих на бензине и дизеле. С учетом повышения цен на ископаемое топливо такой переход становится вполне логичным. На мировом рынке электрокары продолжают набирать популярность. По данным консалтинговой компании Rho Motion, в прошлом году в мире было продано 17,1 млн электромобилей – на 3,5 млн больше, чем в 2023-м. Впечатляющие результаты показал Китай, где продажи выросли на 40%, достигнув 11 млн единиц. Согласно прогнозам Международного энергетического агентства, уже к 2030 году более 40% проданных в мире автомобилей будут электрическими. Но все не так просто на этом рынке, поэтому во многих странах он поддерживается субсидиями и льготами. Если в Поднебесной стоимость многих электромобилей оказалась ниже бензиновых и дизельных аналогов, то в большинстве стран они все еще на порядок дороже.

ГИБРИДЫ ПОПУЛЯРНЕЕ

В Азербайджане в последние годы активизировался интерес к зеленому транспорту, обладающему большими преимуществами.

На решение обновить свое транспортное средство оказали определенное влияние такие меры, как запрет ввоза в страну машин старше 10 лет, а также программа по утилизации уже отслуживших свой век. Потребители все чаще поглядывают в сторону электрокаров и гибридов, но в фаворе именно последние, как более гибкий вариант. Наличие и двигателя внутреннего сгорания, и электропривода делает их более универсальными. Предпочтения отразились и в данных статистики.

В январе-июне этого года в страну было ввезено свыше 51 тысячи автотранспортных средств. Это на 22% больше, чем за тот же период прошлого года. На легковые автомобили пришлось 47 тысяч единиц. Особенно заметен рост гибридных моделей – 23 тысячи импортированных машин, что в 2,6 раза больше, чем годом ранее. А вот показатели по электромобилям снизились: за первое полугодие ввезено всего 929 автомобилей на электротяге. Данные цифры на 38% ниже, чем за тот же период 2024 года. Их совокупная стоимость сократилась почти вдвое. Средняя цена импортируемого авто упала на 21% – с \$42 800 до \$33 588, но снижение цен не привело к повышению импорта.



Больше зарядных станций

Напомним, что ввоз электромобилей в Азербайджан освобожден от НДС, а если автомобилю не более трех лет, то и от таможенной пошлины. Продажа электрокаров также не облагается НДС. Помимо налоговых льгот, на развитие экологичного транспорта в стране влияет и активность финансового сектора. В 2024 году доля кредитов на покупку гибридных и электрических авто в общем автопортфеле выросла на 33 процентных пункта по количеству и на 27 – по объему. Такие меры не могли не стимулировать спрос, и на определенном этапе он действительно начал расти. Почему же сейчас интерес к электрокарам несколько упал? Эксперты в области транспорта уверены, что главная причина – недостаточно развитая инфраструктура. По данным на начало года у нас введено в эксплуатацию 430 зарядных станций для электромобилей, которые установлены в 195 пунктах по всей стране. Конечно, постепенно

цифры будут расти, но и сегодня в Баку с этим особых проблем нет: лишь в некоторых районах сложно, а то и невозможно подзарядиться. Кстати, в последнее время во дворах многоэтажек можно наблюдать такую картину: водители, вынужденные импровизировать, протягивают провода прямо из окон многоэтажек. Но эксперты предупреждают: такой способ опасен и вполне может привести к возгоранию или повреждению аккумулятора. Есть и другие сложности. Рынок электромобилей в Азербайджане еще на стадии становления. Не всегда просто найти запчасти, да и специалистов, умеющих профессионально обслуживать такие машины, пока не много. Кстати, это актуально и для гибридов. А заявленный производителями запас хода не всегда совпадает с реальными показателями: вместо обещанных 400 километров многие получают не более 300-350 в условиях городской эксплуатации. Вообще, немало сомнений и опасений связано со сроком службы батарей. Впрочем,

как показали исследования, аккумуляторы современных электромобилей сохраняют работоспособность до 15-20 лет, а деградация при нормальной эксплуатации составляет всего 1,8% в год. Экологов волнует, что до сих пор не решен вопрос с утилизацией, однако прогресс и тут не стоит на месте. Так, недавно созданы уникальные материалы, благодаря которым удастся дать отслужившим аккумуляторам вторую жизнь. Новые технологии должны решить одновременно и экологические, и экономические задачи. Пока многие потребители по объективным причинам не готовы к переходу на электромобили, но ситуация в скором времени может опять кардинально измениться. Тем более что необходимая база для развития зеленой мобильности уже имеется – остается лишь развивать инфраструктуру и повышать доверие потребителей. И вполне вероятно, что через несколько лет электрокаров на наших дорогах будет подавляющее большинство.

НА ТУРИСТИЧЕСКОЙ КАРТЕ МИРА

Сфера гостеприимства в Азербайджане переживает важный этап становления. После пандемии страна стремительно восстанавливает свои позиции на международной арене и параллельно укрепляет региональный туризм.

ЛЕЙЛА МАМЕДОВА

По данным Государственного комитета по статистике за январь-май, Азербайджан посетили 980 тысяч туристов, что на 1,5% больше, чем за аналогичный период прошлого года. Однако туристический поток пока ниже уровня 2019 года на 10,5%. Несмотря на это, эксперты уверены: потенциал у страны колоссальный.

РАЦИОНАЛЬНЫЙ СИМБИОЗ

По словам председателя Ассоциации отелей и ресторанов DAIR и Ассоциации экотуризма Азербайджана Самира Дубенди, поскольку наша страна богата как природными ресурсами, так и уникальным культурным наследием, мы должны рационально использовать этот симбиоз:

- Нужно уделять большое внимание развитию устойчивого туризма. Речь идет о бережном использовании природных и культурных ресурсов, о передаче их грядущим поколениям в сохранном виде. Наша задача – минимизировать воздействие туризма на окружающую среду и внедрить принципы устойчивого развития на всех уровнях, от национальных парков до городских отелей. Согласно статистике, в 2024 году Азербайджан посетило 2,6 млн туристов. Около 60% турпотока сосредоточено в Баку, но правительство и частные инициативы активно развивают регионы.
- Особая ставка делается на освожденные от оккупации территории – Шушу, Лачын, Зангилан. Эти регионы обладают мощным ресурсом – и природным, и историко-культурным. Уверен, что в ближайшие годы они станут центрами экотуризма, – подчеркнул С.Дубенди.

Индустрия национального гостеприимства

Сектор размещения в стране активно расширяется. Сегодня в Азербайджане более 700 средств размещения. С 2019 года работает система классификации отелей по звездам, и более 200 объектов уже прошли сертификацию. – При этом наблюдается нехватка бюджетных предложений и теневая конкуренция со стороны частных квартир, сдаваемых без регистрации. Квартирный фонд наступает на пят-

ки гостиничному бизнесу, и это не всегда честная конкуренция. Здесь нужно государственное регулирование, – считает С.Дубенди. По его мнению, важным шагом стал запуск в Азербайджане экологического стандарта Green Key, которым уже сертифицировано несколько крупных отелей: – Это усиливает привлекательность страны для экологически сознательных путешествен-

ников и способствует росту имиджа Азербайджана как экологичного направления. Однако также необходима разработка национальных стандартов. У нас пока мало собственных норм, особенно в области работы на охраняемых природных территориях, в сфере ресторанного бизнеса и развлечений. Но мы активно трудимся над созданием таких стандартов. Помимо отелей и хостелов в

регионах растет интерес к альтернативным форматам проживания – таким как кемпинги, глэмпинги, сельские дома и даже караваны. Это особенно важно для туристов, ищущих тесный контакт с природой. В рамках экомаршрутов часто предлагают мастер-классы по традиционным ремеслам, участие в сельхозработах и знакомство с местной кухней. Такой опыт делает путешествие интереснее и экологичнее.

Кто за чем приезжает

Вот что рассказал о профиле туристов член Комитета по въездному туризму Ассоциации туристических агентств Азербайджана Юсиф Гаджиев:

– Для иностранцев важна уникальность. Туристы из Персидского залива любят живописные города, такие как Шеки, Габала, Шамаха. Россияне активно посещают горнолыжный курорт Шахдаг, а пожилые путешественники выбирают Нафалан и Галаалты, известные своими оздоровительными санаториями. В свою очередь для местных туристов одним из ключевых факторов при выборе маршрута является время, проведенное в пути. Это объясняет популярность направлений в пределах трех часов езды от столицы. Однако инфраструктура постоянно улучшается: отремонтированы дороги, расширено железнодорожное сообщение, работают международные аэропорты в регионах, и это открывает новые перспективы для туризма вне Баку.

ПРОДВИЖЕНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Азербайджан активно продвигает свои туристические возможности на международных выставках, а также через инфотуры для блогеров и журналистов. Большую роль играет онлайн-продвижение, в том числе в соцсетях и на сайтах турагентств. – Среди стран-лидеров по числу туристов – Россия, Турция, Индия, Иран, Грузия, Казахстан. Также есть интерес в Израиле, Китае и странах Персидского залива. С Китаем у нас отменен визовый режим, и это дало свои плоды – число туристов из КНР увеличилось с 2023 года в четыре раза, – отмечает В.Гаджиев. Итак, потенциал Азербайджана в сфере туризма очевиден. Разнообразие природных ландшафтов, богатое историческое наследие, растущая инфраструктура и стремление к устойчивому развитию делают страну привлекательной как для массового, так и для нишевого туриста. Причем есть все предпосылки, чтобы туризм стал не только визитной карточкой страны, но и устойчивым драйвером экономики.

60%
турпотока
сосредоточено
в Баку

Отменен визовый режим
Азербайджана с Китаем

4
Увеличилось число
туристов из КНР
РАЗА

700
Количество объектов
размещения туристов

**ЗА ЯНВАРЬ-МАЙ
АЗЕРБАЙДЖАН
ПОСЕТИЛИ
980 ТЫС.
ТУРИСТОВ**

ПОЧЕМУ ЛЕТОМ ОСОБЕННО ВАЖНО ОГРАНИЧИВАТЬ КОЛИЧЕСТВО САХАРА В РАЦИОНЕ

Сегодня как никогда актуален вопрос влияния сладкого на здоровье. Увлечение пепси, фантой и десертами стало настоящей проблемой для современного общества. А ведь избыточное потребление сахара провоцирует целый ряд заболеваний. Слово – диетологу.



СЛАДКИЕ МИФЫ О ГЛАВНОМ

ХАНУМ ГАДИРЛИ

Мы связались с кандидатом медицинских наук, врачом-онкогинекологом, ведущим специалистом в области диетологии Эмилией Исаевой, чтобы узнать, почему сладкое так вредно и каким образом оно наносит ущерб организму.

● **Говорят, именно летом особенно важно ограничить количество сладкого в рационе. Почему?**

● Вообще-то это важно всегда, но летом действительно особенно, поскольку нагрузка на организм возрастает: усиливается пототделение, теряется больше воды и электролитов. Сладости с высоким гликемическим индексом вызывают резкий скачок сахара в крови, а затем такое же резкое падение. Это приводит к вялости, жажде (часто люди путают жажду с чувством голода) и в итоге – к переданию. Например, в моей практике бывали случаи, когда родители самостоятельно пытались ограничить сахар, но делали это неправильно – переходили на финики, мед или сиропы, полагая, что это полезнее. На самом деле – те же скачки сахара, так что смысла в подобной замене нет.

● **Как чрезмерное потребление сахара влияет на организм в долгосрочной перспективе – есть ли необратимые последствия?**

● Конечно, есть. Это вызывает инсулинорезистентность, а далее – диабет второго типа, что является необратимым процессом. Плюс развивается ожирение печени, ускоряется старение кожи, усиливаются хронические воспаления и сосудистые нарушения. Ну и, помимо прочего, сахар провоцирует гликацию белков: коллаген и эластин становятся менее эластичными, что приводит к преждевременному старению кожи.

● **Может ли натуральный са-**

хар быть полезнее рафинированного?

● Например, фруктоза из яблока и из сиропа – это совершенно разные продукты. Фруктоза в цельных фруктах – это добавленный сахар, он сопровождается клетчаткой, витаминами и антиоксидантами. Клетчатка задерживает резкий скачок сахара в крови, поэтому уровень его поднимается постепенно. А вот мед, сироп агавы, топинамбура и так далее – это добавленный сахар, который ведет себя абсолютно так же, как и рафинированный. Смысла заменять один другим нет.

Часто мамы стараются кормить детей «здоровыми» продуктами – йогуртами с добавками, фрешами, «полезными» батончиками. На самом деле во фрешах сахара предостаточно, а в этих батончиках его порой даже больше, чем в плитке шоколада. Это пример того, как люди, думая, что они питаются правильно, на самом деле получают столько же сахара, только под другим названием.

● **А что происходит в организме после резкого увеличения потребления сладкого?**

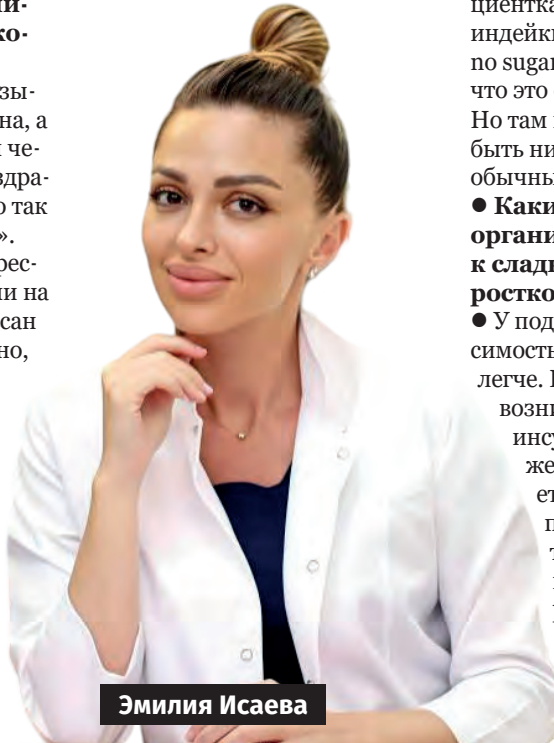
● Резкий скачок глюкозы вызывает быстрый выброс инсулина, а потом резкий спад сахара – и человек ощущает усталость, раздражительность, сонливость. Это так называемая «сахарная горка». Плюс повышается гормон стресса – кортизол. Например, если на завтрак съесть сладкий круассан и запить его сладким капучино, прилив энергии продлится максимум полчаса, а затем наступит откат и появится желание снова съесть что-то сладкое. Индекс насыщения такого завтрака практически равен нулю.

● **Отказ от сладкого улучшает состояние кожи?**

● Да, и это доказано многими исследованиями. Сахар усиливает гликацию белков,

“ У подростков пищевая зависимость формируется быстрее и легче. Нарушается метаболизм, возникает ожирение, гиперинсулинемия, проблемы с кожей, самооценкой, ухудшается концентрация

”



Эмилия Исаева

коллаген и эластин теряют эластичность, кожа стареет быстрее. Повышение инсулина и андрогенов провоцирует угревую сыпь. Чем меньше добавленного сахара в рационе, тем меньше воспалений. Но важно следить именно за добавленным сахаром, а не за тем, который содержится в натуральных продуктах. Например, у многих моих пациентов есть иллюзия, что финики, мюсли и протеиновые батончики – это здоровая альтернатива сладкому. На самом деле пользы от них не много, и они могут вызывать те же проблемы.

● **Есть ли неожиданные источники сахара?**

● Это именно тот сахар, который скрывается в продуктах, где его, казалось бы, быть не должно, – йогурты, кефиры, кетчупы, соусы, диетические батончики, хлеб, готовые завтраки, газированные напитки. Нужно обязательно читать состав: фруктозный сироп, глюкозный сироп, различные патоки – это все сахар, но под другими названиями.

Однажды ко мне обратилась пациентка, которая прислала фото индейки с надписью no lactose, no sugar, no gluten, уверенная, что это суперполезный продукт. Но там в принципе не должно быть ни лактозы, ни глютена, это обычный маркетинг.

● **Какие риски несет для организма постоянная тяга к сладкому, особенно у подростков?**

● У подростков пищевая зависимость формируется быстрее и легче. Нарушается метаболизм, возникает ожирение, гиперинсулинемия, проблемы с кожей, самооценкой, ухудшается концентрация. Мозг подростков очень чувствителен к скачкам дофамина, а сахар это провоцирует особенно активно. Поэтому у них привычка к сладкому формируется намного быстрее, чем у взрослых.

Научно обосновано

● **Сахар действительно вызывает привыкание?**

● Да, сахар влияет на дофаминовые пути, аналогично другим видам зависимости. Но это делают все быстрые углеводы. Официально пищевая зависимость от сахара пока не классифицируется как болезнь, но в научной среде это активно обсуждается. Главное – помнить про баланс.

● **Существуют ли здоровые альтернативы сладкому?**

● Не стоит полностью отказываться от сладкого, главное – разделять праздник и будни. Если 80% вашего рациона в порядке: достаточно белков, клетчатки, медленных углеводов, то кусочек торта по праздникам принесет только радость. На каждый день можно выбирать альтернативы: горький шоколад, фрукты, ягоды, легкие десерты, протеиновые батончики. Но нужно внимательно изучать состав.

● **Оправдана ли рекомендация по сокращению сахара или это просто дань моде?**

● Нет, это не дань моде, а научно обоснованная рекомендация. Всемирная организация здравоохранения рекомендует, чтобы добавленный сахар составлял не более 5% от общей калорийности рациона. Это связано с ростом числа метаболических недугов и эпидемией ожирения, а значит, и с увеличением риска сердечно-сосудистых заболеваний.

РЕКОМЕНДУЕМ БРАТЬ СУШИ И РОЛЛЫ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО В ПРОВЕРЕННЫХ МЕСТАХ, НИКАК НЕ НАОБУМ

ЧТО СКРЫВАЮТ РУЛЕТЫ ИЗ ЯПОНИИ?

Суши и роллы давно уже не экзотика. В Баку их заказывают довольно часто. Но за популярным блюдом могут скрываться риски – от пищевого отравления до паразитарных инфекций. Как избежать неприятных сюрпризов?

НИКА АСТРАЛЕВА

Интерес к азиатской кухне сделал суши и роллы неотъемлемой частью городского меню по всему миру. В Азербайджане они популярны у всех категорий граждан, но особенно среди молодежи. Один из самых обсуждаемых вопросов на местных страничках социальных сетей: где в Баку купить самое вкусное суши? Вопрос действительно актуальный: заведений, предлагающих его, много, но поход туда или заказ на дом может обернуться бесполезной тратой денег, испорченным настроением, а иногда и проблемами со здоровьем. В числе основных жалоб любителей такой кухни – экономия на ингредиентах. На рис, как правило, не скупятся, он ведь недорогой. А вот с рыбой, икрой или креветками нередко возникают проблемы. В списке претензий и размер порций – больно уж мал. Сами по себе суши и роллы могут быть полезны, но

только если приготовлены правильно. Как известно, рыба – источник полноценного белка и омега-3 жирных кислот, поддерживающих здоровье сердца и мозга. Морские водоросли насыщают организм йодом и другими важными микроэлементами. Васаби и маринованный имбирь обладают антибактериальными свойствами. При этом блюда содержат не так много жиров и калорий, что делает их привлекательными для приверженцев правильного питания и идеальной фигуры. Впрочем, диетологи настоятельно рекомендуют не увлекаться ими – не чаще трех раз в неделю. Дополнительное внимание заслуживают популярные соусы – соевый, унаги, терияки. Некоторые из них содержат немало соли и сахара, и это стоит учитывать.

Суши с роллами могут превратиться в бомбу, начиненную бактериями, включая кишечную палочку, сальмонеллу и пр.

Несмотря на рост числа суши-ресторанов, их качество и санитарные условия далеко не всегда соответствуют нормам

В числе основных жалоб любителей азиатской кухни – экономия на ингредиентах



Сами по себе суши и роллы могут быть полезны, но только если приготовлены правильно

ПИЩЕВОЕ ОТРАВЛЕНИЕ

Обычно суши и роллы адаптируются к вкусовым предпочтениям граждан той или иной страны. Блюдо иногда готовится из сырой рыбы или морепродуктов, что несет дополнительные риски: вполне возможно паразитарное заражение, поэтому контроль безопасности должен быть существенно усилен. Заморозка на определенный период при нужной температуре позволяет уничтожить паразитов. Также необходимо соблюдать «холодовую цепь», проводить регулярную дезинфекцию оборудования и следить за медицинским осмотром персонала. В Азербайджане исходя из покупательских запросов, как правило, используют термически обработанную копченую рыбу, но и она может быть небезопасна при нарушении санитарных норм. Основной угрозой остаются пищевые отравления. Несоблюдение температурного режима, плохая гигиена или использование просроченных продуктов – и суши с роллами могут превратиться в бомбу, начиненную бактериями,

включая кишечную палочку, сальмонеллу и пр. В итоге так славное начинившаяся трапеза завершится серьезным расстройством желудка или даже госпитализацией. Вспомните, ведь отравления, в которых вину некачественные суши с роллами, происходили у нас неоднократно. В 2022 году четыре студентки Бакинского государственного университета попали в больницу на следующий день после ужина с суши в заведении рядом с вузом. В марте этого года в Гяндже три человека почувствовали симптомы отравления после суши и были госпитализированы. На самом деле подобных случаев наверняка гораздо больше, просто многие никуда не обращаются. Агентство продбезопасности Азербайджана (АПБА), проводя проверки заведений общепита, периодически выявляет нарушения, допускаемые при производстве суши. Недавно агентство выявило серьезные санитарные нарушения на предприятии по производству суши в Наримановском районе столицы. Готовилось блюдо в антисанитарных условиях, температурный режим хранения не соблюдался, были нарушены требования к маркировке, отсутствовали необходимые сопроводительные документы на материалы, которые контактировали с пищевыми продуктами. Деятельность заведения приостановили до устранения всех недостатков. В отношении руководства составлен административный протокол и выданы обязательные к исполнению предписания.

ПРОДУКТЫ ПОРТЯТСЯ БЫСТРЕЕ



Эюб Гусейнов

Председатель Союза свободных потребителей Эюб Гусейнов подчеркивает, что популярность суши не означает их безопасность: – Несмотря на рост числа суши-ресторанов, их качество и санитарные условия далеко не всегда соответствуют нормам. Во многих стра-

нах распространены заведения, где суши подают клиентам на вращающейся ленте, и можно самому выбрать понравившийся кусочек. Потому я называю суши «русской рулеткой» – одному повезет, а другой, увы, может оказаться не столь везучим. Особенно велик риск летом, когда продукты портятся быстрее. К скоропортящимся относятся в первую очередь рыба и морепродукты.

В нашу организацию примерно раз в месяц поступают звонки от потребителей по поводу суши. Интересуются, на что обращать внимание при выборе, и это вполне объяснимо. Мы рекомендуем брать суши и роллы исключительно в проверенных местах, никак не наобум или в заведениях с сомнительной репутацией... Э.Гусейнов также отметил, что потребитель имеет право узнать у продавца или обслуживающего

персонала состав, дату изготовления, происхождение продуктов. Все объекты, связанные с питанием, у нас под контролем АПБА. Потому когда потребители сталкиваются с ненадлежащим качеством продуктов питания, звоните на горячую линию агентства – 1003. Чем больше будет таких обращений, тем меньше станет нарушений. Это еще раз подчеркивает важность общественного контроля.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИ НЕЗДОРОВЫЕ ЛЮДИ – ОБЫЧНО ФАНАТИКИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

ОЧЕНЬ ВРЕДНЫЙ ЗОЖ



За последние годы можно наблюдать повышение интереса к здоровому образу жизни – занятиям любительским спортом, танцами, вопросам правильного питания. ЗОЖ сегодня – не столько дань моде, сколько естественный результат развития общества.

ГАЛИЯ АЛИЕВА

Люди, ведущие здоровый образ жизни, гораздо менее подвержены риску развития заболеваний и менее склонны к преждевременной смерти от онкологических или сердечно-сосудистых заболеваний, чем люди с вредными привычками, которые во многом связаны с высокими стрессовыми нагрузками на психику и тело, особенно в больших городах. Идея здорового образа жизни в наше время на пике своей популярности, а разные преимущества от правильного питания и занятия фитнесом красочно описаны в разных статьях о здоровье и способах его сохранения. Изрядный процент населения успел твердо усвоить, что ведение здорового образа жизни – это ключ к улучшению состояния физического и психического здоровья, способ профилактики различных заболеваний и расстройств, а также самый эффективный путь к долголетию. Именно поэтому множество озабоченных сохранением здоровья и физической привлекательности людей неукоснительно следуют советам фитнес-тренеров вместо профессиональных врачей-диетологов и эндокринологов. Стремление к совершенству тела и духа, безусловно, похвально, но где грань между заботой о себе и опасным, порой разрушительным перфекционизмом? Как определить, не превратилась ли забота

о здоровье в проблему? Об этом нашим читателям рассказывает преподаватель кафедры **психиатрии Азербайджанского медицинского университета Халид Абдуллаев**.

СЕБЯ НАДО ЛЮБИТЬ

● Карл Юнг утверждал, что **психологически нездоровые люди – обычно фанатики здорового образа жизни. Они постоянно ищут правильную пищу и напитки, не курят и не пьют вина, одержимы аптеками. Он писал: «Эта поразительная страсть, например, к питью определенной воды, происходит из постоянного страха смерти...».** Вы согласны с великим швейцарским психиатром XX века?

● В определенной степени – конечно. Как бы тривиально это ни прозвучало, но к себе нужно относиться с любовью и симпатией. Самоуничтожение, сарказм и открытый негатив в адрес самого себя уничтожают доброе отношение к себе и могут привести к ухудшению как физического, так и психического здоровья. Когда человек упрекает себя, даже в полупушливой манере, он все равно выливает на себя поток негатива, и такое отношение всегда демотивирует.

● **Изнурительные тренировки, вечные диеты, постоянное самоограни-**

чение – и все это во имя сохранения здоровья. Насколько это опасно для психики?

● Безусловно, рассуждая подобным образом, люди могут чрезмерно увлечься идеей здорового образа жизни, и то, что должно было идти на благо физического и психического здоровья, начинает наносить вред организму и психической стабильности. То, что было лекарством, в слишком большой дозировке превращается в смертельный яд. Тот же принцип действует и при соблюдении рекомендаций здорового образа жизни.

КОРНИ – В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

● Одна из наиболее популярных идей современности: **человеку всегда чего-то не хватает для достижения идеала, и это обязательно надо исправить...**

● Корни почти фанатичной увлеченности здоровым образом жизни (по крайней мере, тем его образом, который активно рекламируют современные СМИ) растут из особенностей современного мира. Сначала человек самоотверженно двигается к совершенству, но из-за обилия социальных требований начинаются неполадки с психическим здоровьем.

● **С какими проблемами могут столкнуться фанаты ЗОЖ?**

● В первую очередь это расстройства пищевого поведения, депрессия, навязчивые мысли, чрезмерная тревожность и другие психические расстройства невртического круга. Излишняя увлеченность здоровым образом жизни может таить опасности для психического здоровья.



Халид Абдуллаев

Из чувства вины, а не из любви к себе

● По каким признакам можно определить, что стремление к здоровью превращается в навязчивую идею, источник тревоги и даже вреда?

● Нездоровое стремление к «идеальному» питанию – орторексия – становится все более распро-

страненной проблемой. Здоровое питание должно быть гибким, а не превращаться в навязчивую идею. Далее ЗОЖ из чувства вины, а не из любви к себе ведет к моральному выгоранию, стрессу, срывам, перееданию, тревожности (постоянное стремление к недостижимому),

игнорированию реальных болезней, доверию сомнительным медицинским сайтам и т.д. Здоровый образ жизни – это не только правильное питание и физическая активность, но и умение слушать свой организм, соблюдать баланс и не забывать о психологиче-

ском комфорте. Перед началом новых программ по улучшению здоровья рекомендуется проконсультироваться со специалистами, избегать крайностей и помнить, что здоровье – это ценность, требующая бережного отношения и разумного подхода.

Переключайтесь на ПОЗИТИВ



● Одним словом, **здоровый образ жизни должен приносить радость, а не быть мучением?**

● Конечно. Ведь самая большая опасность чрезмерного увлечения здоровым образом жизни – это пренебрежение психическим здоровьем. Профилактика стрессовых состояний, положительный эмоциональный настрой очень важны для здоровья человека. Надо научиться расслабляться, отдыхать, переключать свое вни-

мание на позитивные вещи, замечать хорошее. Важно понимать, что здоровый образ жизни – не таблетка, мгновенно устраняющая все недуги. Это принцип, стиль жизни, особое мировоззрение и каждодневная приятная работа над собой, которая в итоге обязательно увенчается успехом. Ни при каких обстоятельствах не стоит забывать, что физическое и психическое здоровье едины, и одно без другого существовать не может.

Каспий

26 июля 2025 года №28 (1750)

Учредитель:
Global Media Group

Главный редактор:
Вячеслав Сапунов

Редколлегия:
Отдел политики – **Тамилла Нуриева**
Отдел науки – **Галия Алиева**
Литературный редактор – **Татьяна Барсукова**

Технический отдел
Креативный директор – **Мурат Арбай**
Дизайнеры – **Аэлиа Фролова, Айдан Юсиф-заде, Сабина Бейбутова**

Отдел рекламы – Тел.: (+994 55) 457-02-03; (+994 77) 447-47-17
Отдел подписки и распространения – Тел.: (+994 55) 200 27 10

Адрес редакции: г.Баку, ул.Самеда Вургуня, 34, 5-й этаж
Электронная почта: kaspiy@kaspiy.az Сайт: kaspiy.az

Лицензия №022264 Регистрационный № V 64. Тираж: 2000
Газета отпечатана в издательстве «Азербайджан».
Заказ: 1550



Фото: Эмиль Халилов, Фахрия Мамедова

АРТЕФАКТЫ ИСТОРИИ ПЕРИОДИКИ

В Баку завершился международный арт-симпозиум MətbuArt, приуроченный к 150-летию национальной печати, увенчавшийся общей выставкой всех его 34 участников из 16 стран, включая нашу.

НАИЛЯ БАННАЕВА

Инициатором и организатором мероприятия выступило ООО «Издательство «Азербайджан». В рамках симпозиума прошли панельные обсуждения, мастер-классы и открытые студии, создавшие для посетителей возможность напрямую пообщаться с художниками.

УВЕКОВЕЧИТЬ ЭПОХУ

Подробнее о том, как зародилась идея и выкристаллизовалась дальнейшая концепция уникального симпозиума MətbuArt, рассказала его **арт-директор и куратор, генеральный директор ООО «Издательство «Азербайджан» Лейла Гюльалиева**: — 150 лет национальной прессы — это значимая дата в истории Азербайджана. И нам хотелось отметить ее не рядовым культурным событием, а чем-то особенным, что могло бы отозваться далеко за пределами нашей страны, чтобы весь мир узнал о нашей богатой культурной и печатной традиции. Издательство «Азербайджан» уже более века неразрывно связано с историей национальной прессы. На его территории до сих пор можно увидеть детали старых типографских машин — интересные артефакты истории этой сферы. Ну и как во всяком издательстве, здесь имеются типографские отходы разного вида и формы — считай, готовые составные части для произведений современного искусства: рулоны бумаги и картона, канистры из-под красок и



Лейла Гюльалиева

химикатов... Я задумалась, как вдохнуть вторую жизнь во все эти предметы, превратив их в произведения искусства и вписав тем самым в историю. Не хотелось бы, чтобы все это просто ушло на выброс. Так возникла идея арт-симпозиума — прекрасная возможность рассказать о нашей стране, о печатном слове, исторической памяти языком искусства. Мы пригласили 17 художников, скульпторов и фотографов из-за рубежа и еще столько же из Азербайджана. Десять дней они создавали произведения искусства, а 22 июля открылась итоговая выставка. Арт-симпозиум MətbuArt — не просто проект, это диалог между словом и формой, между журналистикой и художественным выражением. Ведь пресса — это не только передача информации, она отражает эпоху, формирует взгляды, пробуждает мысли. То же самое делает и искусство.

ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ ВРЕМЕН

Тема креативной платформы MətbuArt — «Объединяющая сила искусства и культуры в глобализирующемся мире», девиз — «Слово, печать, форма — объединенные миры». И хотя все участники проекта получили фактически одно и то же поле деятельности, к теме симпозиума они подошли очень по-разному — от пепла в работах марокканского автора Хасана Буркия до льда в творениях венгерской художницы Каталин Веребикс. Естественным образом тематика печатного дела и его истории во многих работах переплелась с темой экологии и взаимоотношений человека, общества и природы.

Некоторые авторы при этом предпочли с благодарностью оглянуться на истоки печати. Так, современный **мексиканский скульптор Хавьер Асторга**, объединяющий в своем творчестве европейские и мексиканские традиции, черпающий в них вдохновение для изысканных металлических скульптур, создал в рамках симпозиума произведение, которому дал азербайджанское название — Kitabxana (библиотека). В его конструкции идея книги неразрывно сплелась с идеей рукотворного «единого информационного поля». Сам художник рассказывает об этом так: — Мы переживаем важный этап в истории азербайджанской прессы, и особенно значимо это событие для издательства «Азербайджан». Моя скульптура символизирует поток информации, который сегодня мы так легко получаем благодаря интернету и искусственному интеллекту. Однако эта информация не возникла из ниоткуда — ее основой стали книги, заложившие прочный фундамент для электронных источников знаний. **Норвежская художница Мирей Абрахамсен** тоже подошла к теме с точки зрения раскрытия истоков нынешних достижений. Она создала серию из четырех работ, используя довольно специфический материал. Вот как она описывает форму и содержание своих произведений: — В своих работах я использую старые тиражные листы, включаю в них слова, связанные с издательским делом. Например, на одной из них присутствует слово «тираж». Во всех четырех полотнах я поместила слово «возможности», разделив его на части. Для меня это символично: когда издатель выпускает книгу, он делает ее доступной для людей и вместе с тем дарит знания и открывает новые возможности.



Сохранить в новом облике

В то время как одни участники симпозиума увлеченно искали в прошлом основы основ, другие предпочли протянуть нить в будущее, кардинально изменив объекты, над которыми поработали. Арт-инсталляция **концептуально-го художника и скульптора Мамеда Рашидова**, названная им Filter City (Город-фильтр), творчески воплощает идею цензуры в печати былых времен: — В своей работе я использовал стеклянные колбы, банки и прочие сосуды, а также химикаты, применявшиеся для печати в советское время. Добавил к ним отходные пленки и негативы. Для меня это символ того, как информация проходила фильтрацию. Все, что публиковалось, отсеивалось и редактировалось, до людей доходил лишь тщательно отобранный фрагмент реальности. В этой работе я как бы сохраняю информацию: она никуда не исчезла, но заключена внутри сосу-

дов. Азербайджанская **художница Ирина Эльдарова** преобразовала привычный предмет обстановки издательства, изменив его силой своей фантазии: — Сначала я думала о шкафе как о главном объекте, но постепенно идея изменилась. Я поняла, что на нем должна появиться яркая оранжевая полоса — эмоциональная константа. Для меня это главное — чтобы люди испытывали волнение. Любую свою работу я оцениваю на себе: если она задевает меня, то есть надежда, что и другие почувствуют то же самое. Любой изначальный замысел в процессе работы неизбежно меняется. По собственному опыту знаю: не ты ведешь работу, а она тебя. Она рождается из множества факторов: из места, где создается, света и атмосферы вокруг... А здесь, в этом просторстве, просто невозможно было не создать нечто масштабное, воздушное и легкое.

«КАРАБАХ» РАЗГРОМИЛ «ШЕЛБУРН»



Агдамский «Карабах» буквально ворвался в новый сезон Лиги чемпионов, одержав разгромную победу в первом матче второго квалификационного раунда главного футбольного еврокубка. Подопечные Гурбана Губанова победили ирландский «Шелбурн», забив в ворота соперника три безответных мяча.

Важно и то, что победа была одержана на выезде, что в матчах по системе «дома – в гостях» имеет определяющее значение. После 3:0 в Дублине ответный матч в Баку фактически становится формальностью, так как вероятность того, что «скакуны» пропустят на своем поле три безответных мяча стремится к нулю.

Впрочем, главный тренер «Карабаха» Гурбан Гурбанов сохраняет привычную осторожность. «Несмотря на разгромный счет, эта победа далась нам нелегко. К тому же чтобы пройти в следующий раунд, нам нужно победить по итогам двух матчей. Так что мы по-прежнему настроены на победу и в Баку»,

– сказал он после матча. В случае победы – а в этом уже практически нет сомнений – «Карабах» сыграет с лучшим в противостоянии между румынским ФКСБ и северомакедонской «Шкендией». Первый матч этих команд в Скопье завершился победой хозяев поля с минимальным счетом.

Каспий

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ИЗДАНИЕ

ГАЗЕТА ТРЕХ СТОЛЕТИЙ

26 июля 2025 года

www.kaspiy.az



Azərbaycan
Güləş
Federasiyası

АЗЕРБАЙДЖАН ЛИДИРУЕТ В БУДАПЕШТЕ

ТАМЕРЛАН ДЖАФАРЛИ

Классики завоевали четыре медали и набрали 94 командных очка, уверенно обойдя Казахстан и Узбекистан. «Золото» принес Нихат Мамедли (60 кг), который безупречно прошел все раунды, а «бронзу» добавили Руслан Нуруллаев (72), Ислам Аббасов (87) и Мурад Ахмадиев (97). Плотная медальная линейка обеспечила Азербайджану первое место и статус едва ли не главного фаворита мировой арены в Загребе.

Главный тренер классиков Александр Тараканов в беседе с «Каспием» отметил, что команда «прошла репетицию в штатном режиме», хотя на турнире не обошлось без микротравм. Ушибы получили Хасрат Джафаров (67) и Бека Кандаки (130), но, по словам наставника, серьезных последствий нет, и к сбору в Турции 3-12 августа оба будут готовы.

«Главное – избежать рецидивов и сохранить настрой, который вывел «классиков» на вершину рейтинга серии UWW. Благодаря турниру в Будапеште увидели и свои недостатки, которые в ближайшее время будем устранять. Также важно, что ребята понимают свои цели и задачи тренерского штаба. Глобальная цель – подготовка к Олимпийским играм 2028 года в Лос-Анджелесе», – сказал А.Тараканов.

5 НАГРАД И НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ

Не менее впечатляющей оказалась добыча вольников: 1 «золото», 3 «серебра» и 1 «бронза». Итог выглядит так: Арсений Джигоев (86) – «золото». В финале соперник азербайджанского вольника снялся с турнира из-за травмы, но до того Джигоев уве-

ренно прошел грузина, венгра и узбека, демонстрируя тотальную доминацию в стойке. Ислам Базарганов (57) – «серебро». На пути к финалу он одолел представителей Беларуси, Казахстана и Грузии, уступив лишь американцу Люку Лиллеланду – 1:3. Али Рагимзаде (65) – «серебро». Пробился в решающую схватку, где в острой борьбе уступил индийцу Суджиту. Магомедбашир Ханинев (74) – «серебро». Поднялся на пьедестал после 5 напряженных схваток, продемонстрировав исключительное чувство дистанции. Абубакр Абакаров (86) – «бронза». В «малом финале» сломил сопротивление казахстанского борца, добавив важные очки в командную копилку.

Азербайджанская борьба завершила последний рейтинговый турнир сезона в Будапеште с рекордным урожаем наград. В двух дисциплинах – греко-римской и вольной борьбе – наши спортсмены поднимались на пьедестал 9 раз.

РЕПЕТИЦИЯ ЗАГРЕБА-2025

Благодаря 5 медалям вольники с 132 очками замкнули тройку сильнейших команд, пропустив вперед лишь США и Грузию. Для сборной, которая прошла серьезную ротацию состава всего год назад, подобный результат – огромный шаг вперед. Особенно ценно, что победу в весе 86 кг принес Джигоев –

представитель нового поколения. Формат рейтинговых серий UWW делает каждый подобный старт критически важным: очки, заработанные в Будапеште, напрямую влияют на посев на чемпионате мира. «Золото»

Джигоева, а также победа Мамедли в греко-римской борьбе автоматически гарантируют азербайджанцам благоприятную «сетку» в двух весах. Высокие командные баллы добавят преимущества и в остальных категориях, где Азербайджан входит в первую четверку мирового рейтинга. Наставники обеих сборных подчеркивают, что главной задачей было проверить готовность ребят после ряда микрподготовительных циклов. По словам А.Тараканова, «самое важное – видеть, что команда продолжает прогрессировать», а 9 наград – «статистика, которую не обманешь».

СТРАТЕГИЧЕСКАЯ ПЕРСПЕКТИВА

Если экстраполировать результаты Будапешта, Азербайджан имеет реальных претендентов на медали минимум в шести весах греко-римского стиля и четырех – в вольной борьбе. Молодые лидеры уже доказали, что способны выигрывать рейтинговые турниры, а ветераны вроде Аббасова и Нуруллаева обеспечивают надежный фундамент. Следующая контрольная точка – международный тренировочный лагерь в Турции. После него тренерские советы двух сборных окончательно утвердят заявки на чемпионат мира в Загребе 12-18 сентября. Судя по динамике, интрига сместилась от «возьмем ли мы медали?» к «сколько будет золотых?».



Нихат
Мамедли

Ислам
Аббасов

Руслан
Нуруллаев