

№ 27 (984)

4 июля 2018 г.

Издается с 1993 г.



Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-версия:
www.goryankakbr.ru



ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Астемира Шлебухова

Уважаемые жители Кабардино-Балкарии!

*До 10 июля продлена подписка
на II полугодие 2018 года!*

*Стоимость подписки на «Горянку»
на 6 месяцев - 259,56 руб.*

Наш подписной индекс: П5409

с. 11

НАТАЛИЯ УЯНАЕВА,
ИНСТРУКТОР ЙОГИ, РУКОВОДИТЕЛЬ ЦЕНТРА
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК «ЛОТОС»

В КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ ОПЕРЕЖАЮЩИМИ ТЕМПАМИ ИДЕТ УБОРКА ЗЕРНОВЫХ КУЛЬТУР И ОВОЩЕЙ

На полях республики началась уборка зерновых культур на площади 44 тысячи гектаров. Средняя урожайность составляет 37 центнеров с гектара, что на 3 центнера превышает показатели прошлого года.

Овощей собрано 12 тысяч тонн, или 104,8 процента к уровню 2017 года. Средняя урожайность – 45 центнеров с гектара, что на 4,5 центнера больше, чем за аналогичный период 2017 года.

Уборка урожая на территории Кабардино-Балкарии идет опережающими темпами в соответствии с оптимальными агротехническими сроками.

По материалам Министерства сельского хозяйства КБР

В МВД ПО КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ СОСТОЯЛОСЬ ЗАСЕДАНИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО СОВЕТА



В Министерстве внутренних дел по Кабардино-Балкарской Республике состоялось заседание общественного совета ведомства, на котором подведены итоги работы в первом полугодии текущего года.

Министр внутренних дел генерал-лейтенант полиции Игорь РОМАШКИН вручил победителям и призерам республиканского этапа всероссийского конкурса «Полицейский дядя Степа» почетные грамоты и ценные подарки.

«Всегда интересно рассматривать творческие работы детей, чтобы увидеть себя их глазами. Спасибо вам за такие прекрасные работы, – подчеркнул глава ведомства.

Председатель общественного

совета, заслуженный артист Российской Федерации Валерий БАЛКИЗОВ рассказал о наиболее значимых мероприятиях, проведенных в первом полугодии, и обратил внимание присутствовавших на организацию профилактической работы с подростками в летний период.

Также собравшиеся обсудили работу комиссий, созданных при Общественном совете при МВД по КБР.

Пресс-служба
МВД по КБР

ВОЕННОСЛУЖАЩИЕ ВДВ ЛИДИРУЮТ НА ВСЕАРМЕЙСКОМ ЭТАПЕ КОНКУРСА «ЭЛЬБРУССКОЕ КОЛЬЦО-2018»

В поселке Теркол на базе Центра горной подготовки и выживания проходит всероссийский этап конкурса «Эльбрусское кольцо-2018».

Команды всех военных округов, Воздушно-десантных войск, Военного института физической культуры, Главного управления Генерального штаба, Северного флота, Дальневосточного высшего общевойскового командного училища, Национальной гвардии оттачивают свое мастерство в горной местности.

Подведение итогов всероссийского этапа конкурса «Эльбрусское кольцо-2018» состоится 9 июля.

По материалам федеральных информагентств

СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСОБИЯ - НАПРЯМУЮ

С 1 июля жители КБР будут получать социальные пособия напрямую из Фонда социального страхования в рамках пилотного проекта «Прямые выплаты».

Для этого работодателю необходимо правильно указывать сведения для назначения пособий (ИНН, СНИЛС получателя, средний заработок, стаж работника, период освобождения от работы, период оплаты, период предоставления отпуска по уходу за ребенком, очередность рождения детей и т.д.). При заполнении электронных реестров важно правильно указывать сведения о получателе пособия (Ф.И.О., реквизиты для перечисления и т.д.). Работодатель должен своевременно (не позднее пяти календарных дней с даты написания работником заявления и предоставления документов для назначения пособий) предоставлять сведения для назначения и выплаты пособий в региональное отделение.

В случае предоставления застрахованным лицом (его уполномоченным представителем) заявления о перерасчете и справки (справок) о сумме заработка работодатель не позднее пяти календарных дней со дня получения заявления о перерасчете и справки (справок) о сумме заработка предоставляет их в территориальный орган ФСС по месту регистрации.

Территориальным органом ФСС производится перерасчет назначенного пособия за

все прошедшее время, но не более чем за три года, предшествующих дню предоставления справки (справок) о сумме заработка застрахованного лица.

В соответствии с федеральным законодательством ежемесячное пособие по уходу за ребенком выплачивается застрахованным лицам (матери, отцу, другим родственникам, опекунам), фактически осуществляющим уход за ребенком и находящимся в отпуске по уходу за ребенком, со дня предоставления отпуска по уходу за ребенком до достижения ребенком возраста полутора лет.

Застрахованное лицо имеет право на ежемесячное пособие по уходу за ребенком в случае, если, находясь в отпуске по уходу за ребенком, работает на условиях неполного рабочего времени или на дому и продолжает осуществлять уход за ребенком.

В случае прекращения трудовых отношений с лицом, находящимся в отпуске по уходу за ребенком до достижения им возраста полутора лет, оно теряет право на получение соответствующего пособия за счет средств ФСС РФ. Сработавший в трехдневный срок направляет в территориальный орган фонда уведомление о прекращении права застрахованного лица

на получение ежемесячного пособия по уходу за ребенком. К таким обстоятельствам относятся: прекращение трудовых отношений с лицом, находящимся в отпуске по уходу за ребенком до достижения им возраста полутора лет; выход лица, находящегося в отпуске по уходу за ребенком до достижения им возраста 1,5 лет, на работу на условиях полного рабочего времени и в иных случаях.

Обращаем ваше внимание, что в соответствии с законодательством Российской Федерации работодатель несет ответственность за непредоставление документов, а также недостоверность либо сокрытие сведений, влияющих на право получения застрахованным лицом ежемесячного пособия по уходу за ребенком или его размера. Расходы, излишне понесенные страховщиком в связи с сокрытием или недостоверностью предоставленных работодателем указанных сведений, подлежат возмещению страхователем в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Пособие по уходу за ребенком до достижения им возраста полутора лет будет перечисляться ежемесячно до 15 числа следующего месяца.

Ольга КАЛАШНИКОВА



Пенсия по случаю потери кормильца. Несоввершеннолетние дети, не достигшие возраста 18 лет, а также нетрудоспособные члены семьи умершего кормильца до достижения ими возраста 23 лет при условии очного обучения в высших или средних специальных учебных заведениях имеют право на получение пенсии по случаю потери кормильца. Она может быть двух видов

– страховая или социальная. Страховая пенсия по случаю потери кормильца назначается, если умерший кормилец имел официальное трудоустройство и за него отчислялись в Пенсионный фонд РФ страховые взносы. Если же кормилец не имел официального трудоустройства, то детям, находившимся на его иждивении, выплачивается социальная пенсия. В тех случаях, когда размер пенсии ребенка не достигает величины прожиточного минимума в регионе, органы социальной защиты населения устанавливают ему доплату из регионального бюджета.

Если умерший кормилец не имел стажа, то его детям в возрасте до 18 лет, а также старше этого возраста, обучающимся по очной форме в образовательных учреждениях дополнительного образования, устанавливается социальная пенсия по случаю потери кормильца. Выплачивается она в этом случае до достижения обучающегося возраста 23 лет.

Пенсия детям, оба родителя которых неизвестны. В России с 2018 года введен новый вид социальной пенсии, назначаемой детям, оба родителя кото-

рых неизвестны. Выплачивается этот вид пенсии до 18 лет. Если ребенок получает образование по очной форме обучения, выплата может быть продлена до окончания учебы, но не дольше, чем до достижения им возраста 23 лет.

Компенсационные выплаты. По линии Пенсионного фонда России молодому неработающему гражданину, не достигшему возраста 18 лет, может ежемесячно выплачиваться компенсационная выплата по уходу за нетрудоспособным гражданином (инвалидом I группы, престарелым человеком, нуждающимся в постоян-

ном постороннем уходе, гражданином, достигшим 80 лет). Фиксированный размер выплаты составляет 1200 рублей в месяц. Она перечисляется пенсионеру вместе с пенсией, который впоследствии передает ее лицу, осуществляющему за ним уход. Пенсионеру и ухаживающему за ним лицу для назначения такой выплаты нужно обратиться в клиентскую службу ПФР и написать соответствующее заявление. В том случае, если оказывать помощь нетрудоспособному будет ребенок от 14 лет, требуется справка из школы или вуза, подтверждающая факт прохождения обуче-

ния. Детям от 14 до 16 лет также потребуются разрешение органов опеки и попечительства и письменное согласие родителей (либо усыновителей или иных представителей) на осуществление ухода. При подаче заявления лицом, ранее осуществлявшим трудовую деятельность, необходимо также предоставить трудовую книжку с записью об увольнении. Период ухода за нетрудоспособным гражданином включается в стаж как нестраховой. Гражданину за один год ухода начисляется 1,8 пенсионных баллов.

Подготовила
Фатима ДЕРОВА

ВИДЫ ПЕНСИЙ, КОТОРЫЕ МОГУТ БЫТЬ НАЗНАЧЕНЫ ДЕТЯМ



ОНИ ВОСПИТЫВАЮТ ЧЕМПИОНОВ

• СЕМЕЙНЫЙ ПОРТРЕТ

Пожалуй, природа и условия определили и то, чем Мисировы занимаются. Отец большого семейства является также главой крестьянско-фермерского хозяйства. Разводит крупный рогатый и мелкий скот. «Многие жалуются на безработицу. Я здоровый мужчина и считаю, если мужчина создал семью, он в ответе за нее и не имеет права не работать», - говорит Алим. - Быть фермером - нелегкий труд. Но я хочу, чтобы мои дети ни в чем не нуждались». Земфира имеет среднее-специальное медицинское образование, но всю жизнь посвятила воспитанию детей и ведению домашнего хозяйства. На вопрос, сожалеет ли о том, что не работает по профессии, ответила, что полученные знания пригодились в процессе воспитания детей.

Село - особая территория, где все друг друга знают. А если молодую семью Мисировых делегировали представлять весь район на республиканский конкурс, значит, она пользуется у земляков особым уважением. С их мнением совпало и решение жюри конкурса, посчитавшего ее одной из самых достойных. А зрители отметили, что приятно видеть в числе претендентов на номинацию «Многодетная семья» молодых супругов. Для самих Мисировых победа в конкурсе стала приятной неожиданностью. Потому что считают - в республике много достойных семей.

Сам из многодетной семьи - седьмой ребенок у родителей - Алим не представляет жизнь в маленькой семье. Они с супругой уверены, что дети - главное достояние любой семьи, без них невысказано будущее. У Алима и Земфиры четверо сыновей и две дочери - Ислам, Алий, Исса, Муслим, Аминат и Салима. Мисировы считают, что главное, чтобы ребенку было интересно то, чем он занимается. А поддержку со стороны родителей в любых своих начинаниях найдет



ЗАМЕЧАТЕЛЬНАЯ СЕМЬЯ АЛИМА И ЗЕМФИРЫ МИСИРОВЫХ ИЗ с. ВЕРХНЯЯ БАЛКАРИЯ ЧЕРЕКСКОГО РАЙОНА - В ЧИСЛЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ В НОМИНАЦИИ «МНОГОДЕТНАЯ СЕМЬЯ» РЕГИОНАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА «СЕМЬЯ ГОДА-2018». ОНИ ВОСПИТАЛИ ШЕСТЕРЫХ ДЕТЕЙ. ГОВОРЯТ, ВСЕ, ЧТО ОКРУЖАЕТ ЧЕЛОВЕКА С ДЕТСТВА, ДАЖЕ ПРИРОДА, ОПРЕДЕЛЯЕТ ЕГО БУДУЩЕЕ. СЕЛО, В КОТОРОМ РОДИЛИСЬ И ВЫРОСЛИ СУПРУГИ, А ЗАТЕМ И ИХ ДЕТИ, РАСПОЛОЖЕНО В ОДНОМ ИЗ САМЫХ КРАСИВЫХ УГОЛКОВ НАШЕЙ РЕСПУБЛИКИ.

всегда. Результат такого подхода не заставил себя долго ждать. Четверо старших детей учатся в школе №2 с. Верхняя Балкария. Их достижения в различных областях впечатляют.

Аминат любит рисовать и уже имеет большой опыт участия и побед во многих художественных конкурсах - диплом за творчество и талант на выставке рисунков в рамках фестиваля детского творчества «Сохраним пчелу - сохраним планету», третье место в конкурсе рисунков «Нартский эпос», Благодарность за активное участие в организации и проведении выставки «Традиционное искусство балкарцев: из прошлого в настоящее», диплом за участие в детском конкурсе-выставке изобразительного искусства «Купола Кавказа», диплом участника всероссийского конкурса рисунков «Никто не забыт, ничто не забыто», второе место в конкурсе рисунков в номинации «Профилактика правонарушений»,

второе место в конкурсе детского рисунка «Сохраним памятники архитектуры Балкарии».

Одиннадцатилетний Алий прославился мужеством и целеустремленностью. Он - участник открытого всероссийского турнира по смешанному единоборству «Битва в Домбае». Имеет диплом II степени в открытом турнире по панкратиону «Битва в Нальчике». Занял третье место в открытом турнире Кубка КБР по смешанному боевому единоборству (ММА), второе место по вольной борьбе среди юниоров, участвовал в спортивных соревнованиях в рамках Всероссийского дня зимних видов спорта «Мои первые старты». Но главным своим испытанием и достижением Алий считает восхождение на Эльбрус - высочайшую точку Кавказа и Европы, достиг западной вершины (5642 м). Свое восхождение совершил в десятилетнем возрасте, став самым молодым покорителем вершин, чем установил мировой рекорд. «К сожа-

лению, у нас не было времени официально установить рекорд», - говорит Алим. - Но остались видео- и фотодоказательства. Думаю, займусь этим вопросом в ближайшем будущем. Я сам активный и спортивный человек. Но, признаться, очень боюсь за сына. Он силен духом. Видя это, родной брат моей супруги, который работает туристическим гидом в Приэльбрусье, еще раньше просил отпустить мальчика на восхождение. Но ему тогда исполнилось всего девять лет. Мы с супругой не дали согласия. А в прошлом году уступили уговорам сына. Успокаивала мысль, что рядом будет его родной дядя. А когда они вернулись целыми, невредимыми и довольными, наши эмоции зашкаливали. Конечно, рады успехам сына. Мы гордимся всеми нашими детьми».

Ислам тоже увлечен спортом и историей. Его достижения пока не так впечатляют. Но его победы еще впереди. А первой и главной из них стало то, что он поборол

свой физический недуг.

Исса в своих спортивных достижениях старается не отставать от братьев. Занял второе место на спортивных соревнованиях для детей «Веселье старты», первое среди юниоров по вольной борьбе. А еще любит учиться. Получил максимальное количество баллов по русскому языку на общероссийской предметной олимпиаде для школьников «Пятерочка». «Исса успевает заниматься и увлекаться абсолютно всем», - говорит Алим. - Еще недавно хотел быть врачом, а теперь твердо решил стать египтологом и обязательно сделать свои открытия».

Муслиму всего пять лет. Но его тоже ждет блестящее спортивное будущее. Начало уже отличное - дважды занимал первое место среди юниоров по вольной борьбе на республиканском уровне.

«Младшей Салиме два года. Но уже тянется к турнику в доме. Наверное, тоже станет спортсменкой, как и вся наша семья», - говорит Алим. - Нам все равно, какой профессиональный путь выберут дети. Главное, чтобы им нравилось то, чем будут заниматься».

Планы у семьи Мисировых самые обычные - жить и работать каждому дню. Расширять свое фермерское хозяйство. Старшие мальчики уже стали помощниками отца и активно интересуются семейным бизнесом. А в свободное от работы время вся семья выезжает в горы и катается на лыжах. Потому что ничто так не объединяет людей, как совместный активный отдых. И, конечно же, общая идея. Точнее идея принадлежит Алию, который буквально рвется в горы. Он поставил перед собой цель - покорить Эверест. И пусть у родителей при одной мысли об этом сжимается сердце, но они понимают сына и стараются поддерживать. А мы желаем ему удачи и легкого восхождения.

Фото из семейного архива

Будущее мира моды

КОНЕЦ ИЮНЯ - ВРЕМЯ ВРУЧЕНИЯ ВЫПУСКНИКАМ АТТЕСТАТОВ И ДИПЛОМОВ. НАЛЬЧИКСКИЙ КОЛЛЕДЖ ЛЕГКОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ ПО ЭТОМУ СЛУЧАЮ УСТРОИЛ СВОИМ ВОСПИТАНИКАМ НЕЗАБЫВАЕМЫЙ ПРАЗДНИК - ИХ ВЫПУСКНОЙ ПРОШЕЛ НА ПЕШЕХОДНОЙ ЧАСТИ УЛИЦЫ КАБАРДИНСКОЙ.

Такой оригинальный формат уже стал традиционным и проводится второй год. Вот и в этом году возможность понаблюдать за торжественным вручением дипломов и яркими концертными номерами выпала не только виновникам торжества и их родителям, но и обычным прохожим. Право открыть торжественную часть мероприятия было предоставлено одной из лучших выпускниц этого года - победительницей различных конкурсов, активистке и просто красавице Карине МУРЗАКАНОВОЙ.

Ежегодно колледж выпускает дизайнеров, технологов-конструкторов, парикмахеров, модельеров, бухгалтеров. В этом году из 115 выпускниц 32 окончили учебное заведение с отличием. 16 девушек по итогам выпускных экзаменов и мнению мастеров колледжа признаны лучшими в профессии. 12 стали лучшими в спорте, за годы учебы пополнившими копилку наград учебного заведения. За активное содействие в процессе обучения и воспитания учащихся особо отметили

29 родителей выпускников.

Поздравляя виновников торжества, директор колледжа Нина ТЕКУЕВА сказала: «Милые наши выпускники, уважаемые родители. Сегодняшний день волнителен не только для вас, но и для нас. Потому что сотни выпускников с завтрашнего дня займут достойную нишу в жизни. Мы дали вам прекрасные профессии, а вы их успешно освоили. Уверены, что вы пойдете с ними по жизни твердо. Желаем вам всех благ и успехов. Знайте, двери родного



колледжа для вас открыты всегда».

Слова напутствия сказали и гости вечера - заместитель руководителя центра дополнительного образования детской академии творчества «Солнечный город» Елена БЕЗРЮКОВА и руководитель Республиканского центра народных художественных про-

мыслов и ремесел Аслан УРУСОВ. Они отметили, что выпускные экзамены показали, что республика получила немало творческих личностей, не боящихся думать неординарно. А это главное для успеха в мире моды.

Дипломированных специалистов и всех присутствовав-

ших ждала концертная программа, включавшая шуточные викторины, благодаря которым выпускники вспомнили самые яркие моменты студенческой жизни, зажигательные танцы в исполнении коллектива национального танца учащихся колледжа. Настоящим украшением вечера стало поздравление талантливой певицы, одной из участниц популярных проектов «Новая звезда» и «Голос» Аиды ТЛИАШИНОВОЙ, в прошлом выпускницы этого колледжа. Завершился праздник выступлением ученицы нальчикской школы №3, обладательницы второй премии по вокалу «Студенческая весна» Ляцы ЧЕЧЕНОВОЙ.

• РАКУРС

• Материалы Алены ТАОВОЙ

МУЗЫКАЛЬНОЕ НАСЛЕДИЕ МУСТАФИРА ЖЕТТЕЕВА – ДОСТОЯНИЕ РЕСПУБЛИКИ

Наиболее известна в народе песня «Нальчикские вечера», созданная в содружестве с Сафаром МАКИТОВЫМ. Одной этой песни было бы достаточно, чтобы остаться в народной памяти. Но, к счастью, Мустафир никогда не останавливался на достигнутом.

Среди самых известных его произведений - песни «Радуга», «Романтики», «Молодость», «Приглашение в горы», «Теплый дождь», «Помню тебя», баллады «Пятнадцать богатырей» на стихи Берта ГУРТУЕВА и «О родном крае» на стихи Магомеда МОКАЕВА, детские «Песенка о мире» и «Мой учитель», пьеса «Праздник в ауле», первый балкарский балет «Легенда Чегемского водопада», пьеса для оркестра «Караван», увертюры «Кавказ» и «Светлый день». Сотрудничество с Балкарским государственным театром имени Кайсына Кулиева запомнилось широкой публике музыкой к драме Алима ТЕППЕЕВА «Артутай» и постановке Мурадина ОЛЬМЕЗОВА «Юшаях».

Произведения Мустафира звучали в лучших залах Москвы и Санкт-Петербурга, Тбилиси, Винницы, Махачкалы, Майкопа, Элисты и многих других городов нашей страны и зарубежья.

Без всякого сомнения, музыкальное наследие Жеттеева – достояние всей республики.

Открывая вечер, министр культуры КБР Мухаддин КУМАХОВ сказал, что прекрасно знал композитора по работе. Он отметил доброе отношение Жеттеева к коллегам, ответственность и открытость.

Глава администрации Эльбурского района Каншаубий ЗАЛИХАНОВ подчеркнул, что эльбурская земля богата на таланты, из родного села композитора Кенделен вышли многие прославленные люди. «Песни Жеттеева стали народными, нет и не может быть большего свиде-



В ГОСУДАРСТВЕННОМ КОНЦЕРТНОМ ЗАЛЕ СОСТОЯЛСЯ ВЕЧЕР ПАМЯТИ ЗАСЛУЖЕННОГО ДЕЯТЕЛЯ ИСКУССТВ КБР, ЧЛЕНА СОЮЗА КОМПОЗИТОРОВ СССР МУСТАФИРА ЖЕТТЕЕВА, ОРГАНИЗОВАННЫЙ МИНИСТЕРСТВОМ КУЛЬТУРЫ КБР СОВМЕСТНО С УПРАВЛЕНИЕМ КУЛЬТУРЫ ЭЛЬБУРСКОГО РАЙОНА.

тельства истинности таланта», - сказал К. Залиханов.

Заслуженная артистка РФ и КБР Галина ТАУКЕНОВА вспомнила долгие счастливые годы дружбы с композитором, она является педагогом сына Мустафира, Заурбека, который продолжает путь отца. «Когда я была в гостях у Жеттеевых, трехлетний Заурбек исполнил народную песню «Гапалау», и это меня потрясло», - сказала певица.

Народный поэт КБР Ахмат СОЗАЕВ рассказал, как создавались песни «Аллах айтса» и «Сен да, мен да жашайбыз». «Зал сегодня переполнен, это говорит о любви и признательности народа Мустафиру Жеттееву. Мы все его вспоминаем с благодарностью за прекрасные произведения», - сказал А. Созаев и прочитал свои стихи, посвященные композитору. Стихи карачаевского поэта и певца Каспота

ТАМБИЕВА, посвященные композитору, прочитал заслуженный артист республики Таубий МИЗИЕВ.

Зрители с воодушевлением встретили выступления ансамбля «Эрирей», созданного в свое время Жеттеевым, и танец солистов ГФЭАТ «Балкария» Лейлы ГУРТУЕВОЙ и Мурата АХАНАЕВА. Затем свое певческое мастерство продемонстрировали Алим ТЕППЕВ, Башир ЖАШУЕВ, Ахмат ЖАППУЕВ, Заира, Дженнет ГУЗИЕВА, Инара БАЙСОЛТАНОВА, Мелек ЖАШУЕВА. А Ауэс ЗЕУШЕВ, Арсен ЖАБОЕВ и сын композитора Заурбек ЖЕТТЕЕВ исполнили «Нальчикские вечера» на балкарском, кабардинском и русском языках. Завершился вечер песней «Приглашение в горы» в исполнении Дженнет Гузиевой, к которой присоединились все участники.

Удивительно, что такое богатое наследие оставил человек, чья судьба была

трагичной. Он музыкой лечил душевные раны. Мустафир был круглым сиротой. Его отец Зекерья Махмудович погиб под Смоленском. В трагические мартовские дни 1944 года его мать Шарипа АТМУРЗАЕВА с тремя малолетними детьми оказалась одна в обстоятельствах, которые легко ломали даже более сильных людей. В Джалал-Абаде (Киргизия), где поселилась семья, Шарипа выживала за счет своего умения шить. Но однажды преступники проникли в этот тихий мирный дом и убили Шарипу и старшего брата Жамала. Маленький Мустафир, забившись под кровать, застыл от ужаса. Рано утром следующего дня соседи обнаружили двухлетнего малыша, пролежавшего всю ночь рядом с телами матери и брата, в крови, среди беспорядочно разбросанных и поломанных вещей. Брат Камал по счастливой случайности избежал гибели, оставшись в ту ночь у родственников. Но дороги их разошлись на долгие годы. Мустафир рос в семье родственника Шамиля ТЕКУЕВА. Боль той трагедии преследовала его всю жизнь, он спасался музыкой, она была его опорой и радостью.

Когда балкарцы вернулись из депортации, у Мустафира началась другая жизнь. Он поступил в музыкальное училище, не отучившись предварительно в музыкальной школе. Однако Мустафир справился. Талант молодого человека был замечен, и вскоре он уже учился на отделении хорошего дирижирования. Уроки композиции проходили под руководством авторитетного Трурова ШЕЙБЛЕРА.

В 1962 году Мустафир Жеттеев начал работать звукорежиссером на государственном телевидении Кабардино-Балкарии, из них 30 лет - главным звукорежиссером.

Он ушел, но осталась его музыка. А в ней – его душа.

Фото Марзият Халаева

Этим летом завершилось ее обучение в Северо-Кавказском институте искусств. Становление Сюзанны как яркого самобытного музыканта – заслуга ее педагога, заслуженного деятеля искусств КБР, доцента кафедры народных инструментов СКГИИ Мадина КОЖЕВОЙ, которая в течение тринадцати лет развивала ее природные данные.

Открывая концерт, Мадина Кожева сказала, что вначале Сюзанна ничем не отличалась от других ее учеников, но достаточно скоро определилась с выбором жизненного пути, заявив, что сначала будет учиться в колледже искусств, а потом в институте. «В ней уже в детстве чувствовались стержень, характер, было зерно, и оно проросло!» - отметила Мадина Кожева. Траектория развития личности каждого человека индивидуальна. Сюзанна после поступления в колледж жадно вбирала знания, освоила разные жанры, а затем началось ее победное шествие по конкурсам. «Конкурсы – не самоцель,



а прежде всего взаимообогащение, профессиональное общение, повышение квалификации», - сказала педагог. Она подчеркнула многогранность таланта

Сюзанны. И концерт это подтвердил. «Фантазия» Иоганна БАХА звучала так, словно Сюзанна вела нас по коридору, открывая друг за другом закрытые

ОБАЯНИЕ ТАЛАНТА

В АРТ-ЦЕНТРЕ МАДИНЫ САРАЛЪП ПРОШЕЛ ПЕРВЫЙ СОЛЬНЫЙ КОНЦЕРТ ЛАУРЕАТА ОБЩЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА «МОЛОДЫЕ ДАРОВАНИЯ РОССИИ» (МОСКВА-2013), ЛАУРЕАТА I СТЕПЕНИ ПЕРВОГО МЕЖДУНАРОДНОГО КОНКУРСА ИСПОЛНИТЕЛЕЙ НА НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТАХ «КУБОК ПОВОЛЖЬЯ» (КАЗАНЬ-2017), ЛАУРЕАТА III СТЕПЕНИ МЕЖДУНАРОДНОГО МУЗЫКАЛЬНОГО КОНКУРСА «ПЕТРОПАВЛОВСКИЕ АССАМБЛЕИ» (САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-2017) И МНОГИХ ДРУГИХ ПРЕСТИЖНЫХ ФЕСТИВАЛЕЙ И КОНКУРСОВ СЮЗАННЫ ТХАЛИДЖОКОВОЙ.

двери, а за ними – бесконечность. Было ощущение чуда, волшебства, словно мы видели, как Иисус идет по воде. Искусство не знает временных ограничений и пространственных рамок, и зрители сполна прониклись этим счастливым чувством свободы. «Торнадо» КУСЯКОВА из сюиты «Лики уходящего времени», «Лекури» ДОЛДИЗЕ из оперы «Кето и Котэ» показали широту музыкальных интересов Сюзанны. Без всякого сомнения, в центре ее внимания – национальная музыка. Старинные кафы, адыго-абазинские наигрыши, произведения из репертуара Курацы

КАШИРГОВОЙ и Мухажира ПШИХАЧЕВА заняли достойное место в концерте.

Композитор Джабраил ХАУПА сказал: «Сейчас общество активно обсуждает закон о языках, который может их убить. Но музыку убить невозможно!» Хаупа дал высокую оценку мастерству Сюзанны и ее педагога. «Однажды во время выступления Мадина в зале отвалился и упал огромный кусок с потолка, но она продолжала играть. Так мог поступить только настоящий музыкант». Также композитору поблагодарил Мадину САРАЛЪП: ее Арт-центр стал открытой площад-

кой и для молодых, и для признанных деятелей искусства, клубом встреч творческих людей и благодарной публики.

Сюзанна Тхалиджокова не только гармонист, тонко чувствующий национальную музыку, она прекрасно знает кабардинский язык, фольклор, обычаи и традиции своего народа. Также отлично декламирует стихи. Поэт, драматург, главный редактор газеты «Горянка» Зарина КАНУКОВА сказала: «Сюзанна участвует в проектах газеты «Горянка» и литклуба «Жан». Мы провели ряд концертов в школах с просветительской целью и поразились контакту Сюзанны с детьми, она умеет увлечь их в мир музыки, дарить радость. И прекрасно декламирует стихи. Я была бы рада, если бы под хештегом «Девушки Кавказа» мир увидел Сюзанну, потому что она – носитель национальной культуры, гармоничный образ».

Фото
Элены Караевой

• Материалы Марзият БАЙСИЕВОЙ



«Я ПРОДОЛЖАЮ МЕЧТАТЬ...»

АИДА ГЕРГОВА СЕМНАДЦАТЬ ЛЕТ ВОЗГЛАВЛЯЕТ МКОУ №4 г.о. БАКСАН, ГДЕ УЧАТСЯ И ПОЛУЧАЮТ ВОСПИТАНИЕ ШЕСТЬСОТ ТРИДЦАТЬ ДЕТЕЙ: СТО ШКОЛЬНИКОВ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ И ПЯТЬСОТ ТРИДЦАТЬ ДЕТСАДОВЦЕВ. У НЕЕ РЕСТОРАННЫЙ И АПТЕЧНЫЙ БИЗНЕС, САЛОН КРАСОТЫ. ЭТО ЧАСТЬ СЕМЕЙНОГО БИЗНЕСА, КОТОРЫЙ КУРИРУЕТ ИМЕННО ОНА, СУПРУГ ХАУТИ ГЕРГОВ УВЛЕЧЕН СТРОИТЕЛЬСТВОМ, ЭТО УЖЕ ЗОНА ЕГО ОТВЕТСТВЕННОСТИ. ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ СТАНОВЛЕНИЕ АИДЫ ПРОИЗОШЛО ИМЕННО В СЕМЬЕ.

- Аида Бионовна, нередко замужество тушит многие высокие порывы, превращая достаточно интересных девушек в скучных замужних дам. Как вам удается выглядеть на двадцать лет и находить силы и смелость, чтобы пробовать себя в совершенно разных ипостасях?

- Главный секрет - продолжаю мечтать и верить в свои мечты. Уже в детстве знала, что буду успешной, видела это в четких картинах со всеми деталями. Важно, как видишь себя и относишься к себе. В этом тоже проявляется культура человека. Думаю, сложно любить окружающих, если нет гармонии с собой.

- Вам интересно беседовать с супругом спустя двадцать два года брака?

- Мы часто сидим дома при свечах и беседуем. Он даже знает по именам всех моих воспитательниц. Когда я пришла в садик в качестве заведующей, здесь было пятьдесят шесть детей, в этом же здании располагалась налоговая инспекция. Потом они переехали, нам передали их площадь. Помогла администрация города, мы привлекли спонсоров, значительную помощь оказал супруг, провели ремонт, и здание преобразилось. В первый же год заняли третье место по республике в конкурсе по подготовке к новому учебному году. У нас много побед в самых различных конкурсах, это стимулировало в начале трудовой деятельности, но сейчас наш коллектив работает уже на другом уровне. Для меня важно признание родителей, их доверие и то, что дети реально здесь получают. Я - фанат детей, каждый из них - явление. Дети открыты для всего нового, невероятно обучаемы, и было бы преступно не использовать эти возможности. Мы в последние годы ввели предмет этики и эстетики: учим детей правильно вести себя на общественных мероприятиях, дома, в учебном заведении. Как принимать гостей, сервировать стол, проявлять уважение к старшим, танцевать на свадьбах, готовить дома еду - это свод конкретных знаний. Если говорить о национальной культуре общими словами без конкретного знания, это пустота. Стараемся дать детям детализированную информацию, где скрыты коды национального мышления наших предков. К счастью, это направление работы нашло понимание у родительской общности. Время пребывания детей в садике и начальной школе достаточно долгое, и, кроме развития речи, навыков чтения, письма, должно быть развитие социально адаптированной личности. Если ребенок еще в младенчестве не научится правильно вести себя в различных ситуациях, будут неизбежные трудности в более зрелом возрасте.

- Вы воспитываете с супругом сына и двух дочерей. Вы их контролируете?

- Очень жестко! Иначе нельзя. Мы живем в сложное время, источников влияния на неокрепшую психику детей много.

Родители должны знать, чем живут их дети, духовная и душевная близость с ними может спасти от многих проблем. Мы учим детей рационально использовать время, не предаваться безделью, всегда заниматься чем-то полезным. Наш сын получает третье высшее образование, старшая дочь - третьекурсница, младшая - третьеклассница.

- Согласны с тем, что работа с детьми - тяжкий труд?

- Нет, не согласна. Работа с детьми - это радость. Первый раз я это почувствовала, когда уживалась за племянницей, дочерью сестры. Была тогда школьницей и прибегала на большой перемене домой, чтобы покормить малышку. До сих пор помню радость общения с ней. Есть еще один момент в работе с детьми: никогда не скучно. Даже во время от-



Сын Аскер и дочь Алина

дыха с супругом за границей стараюсь все интересное, что связано с детством, замечать, фотографировать и высылать коллегам. Супруг говорит: «Можешь отдохнуть от работы хоть несколько дней?». Нет, я не забываю свой садик даже во время отдыха. Сейчас время ремонта, я кардинально меняю некоторые площадки, это так увлекает. Если вижу, что какие-то зоны наскучили детям, начинаю их преобразовывать. Дети должны радоваться жизни - это важно. У нас даже на Новый год несколько елок.

- Вам помогают родители в осуществлении ваших идей? Есть спонсорская помощь?

- Мы разъясняем, для каких целей требуются средства, и многие откликаются. Когда родители видят, куда тратятся



Аида и Хаути

средства, становятся соратниками и единомышленниками. У нас абсолютно все прозрачно.

- Расскажите, пожалуйста, на каких принципах строите отношения с работниками возглавляемого вами учреждения?

- Самое главное - субординация. На работе не может быть никаких личных отношений, только рабочие. У каждого в коллективе свои обязанности, и их надо выполнять. Отсутствие субординации, нарушение границ рабочего общения неизбежно приведет к дезорганизации. Не могу этого допустить, здесь шестьсот тридцать детей, за которых мы несем ответственность. У меня восемьдесят девять сотрудников, я уважаю труд каждого, мы взаимосвязаны и работаем на конечный результат: чтобы дети жили и учились в комфортной среде. У нас на сегодня неплохие результаты, но надо развиваться дальше. В достигнутом уровне - заслуга всех. Именно в нашем учреждении один в поле не воин. Административный корпус, учителя, воспитатели, няни, техники - единая команда, отвечающая за обучение, воспитание и здоровье детей.

- Не секрет, что иммунитет современных детей слабее, чем у их родителей. Что надо делать, чтобы дети меньше болели?

- Всю зиму в нашем районе малиновое варенье, компоты из калины и шиповника. Используем ароматерапию. Яблоки - круглый год, благо, родственники помогают. Воду дети пьют из одноразовых стаканчиков. Практикуем фруктовые салаты.

- Эта работа мне понятна. А с какого возраста педагогика рекомендует присутствие искусства в жизни детей?

- С первого дня! Недаром наши бабушки пели колыбельные песни ребенку, еще находящемуся в утробе. Колыбельная - это музыка и поэзия. А как вышивали, украшали все постельные принадлежности для малыша, потому что считали, что его должна окружать красота. В детском саду и начальной школе ребенка уже можно учить этому. У нас есть кружки национальных танцев, балльных, гимнастики. Есть еще художественный и математический кружки. Детская душа

отзывчива, ребенок порой чувствует искусство глубже и тоньше, чем взрослый человек. Присутствие красоты в жизни детей мгновенно раздвигает горизонты мировосприятия. На мой взгляд, важно быть в родной национальной культуре, но в то же время понимать и принимать в свое сердце весь мир.

- Я была на ваших праздниках и видела, с каким удовольствием дети танцуют, как декламируют стихи, поют, это замечательно!

- Эти поющие и танцующие малыши умеют и салаты, и пиццу готовить. Знают, как аплодировать - в этом тоже есть свои правила.

- Я знаю, что вы сами прекрасно готовите.

- Было бы странно, если бы я не умела готовить. Моя бабушка Тамара КИШЕВА была самым знаменитым поваром в Баксане, работала в ресторане, награждена орденом Ленина. Мы, три сестры, изо дня в день на кухне видели, как бабушка творит кулинарные чудеса. Никто в Баксане так не готовил утку и гуся по-терски, как моя бабушка. Она была очень хлебосольной, всем желала добра. Я тоже никогда не позволяю гнездиться в душе негативным чувствам. Они отравляют человека.

- Вы помогаете неумиющим...

- Мы с супругом помогаем людям, но считаем недопустимым рекламировать это. Нельзя пиариться на чужой беде. Благотворительность не должна быть унижительной для облагодетельствованного. Не зря наши предки строго соблюдали тайну милостыни. Бедный - не только нуждающийся, но еще и человек.

- Так может рассуждать только верующий человек.



Отец с младшей дочерью Милиной

- Я верю во Всевышнего. И каждый день благодарю Его, прошу оберегать моих близких и всех людей. Эта благодарность и связь моей души с тем, что выше нас и вечно, - важная часть моей внутренней жизни. Даст Бог, еще многое сделаю. Идей и замыслов хватает!

- Спасибо за откровенную беседу.

Успехов!

**Марзият БАЙСИЕВА.
Фото из семейного архива**

ЕСТЬ ПОБЕДЫ



ТРЕТИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ АРТИЙСКИЙ МУЗЫКАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «ЛАЗУРНАЯ ВОЛНА - СОЧИ-2018» СТАЛ ПЛОЩАДКОЙ ДЛЯ ОБМЕНА ОПЫТОМ, ВОЗМОЖНОСТЬЮ ДЛЯ АРТИСТОВ И МУЗЫКАНТОВ, ПРЕОДОЛЕВАЯ ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ И НАЦИОНАЛЬНЫЕ БАРЬЕРЫ, ПРОДЕМОНСТРИРОВАТЬ МНОГОЧИСЛЕННЫМ ЗРИТЕЛЯМ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ЖЮРИ СВОИ ТВОРЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ В РАЗЛИЧНЫХ ЖАНРАХ ИСКУССТВА. ПРОХОДИЛ ОН В ЛАЗАРЕВСКОМ РАЙОНЕ г. СОЧИ.

Председатель оргкомитета, вице-президент Мирового и Российского Артийского комитета, президент Евразийского континентального Артийского комитета, академик Аюес БЕТУГАНОВ отметил, что музыкальный чемпионат является отличной площадкой для творческих людей, профессиональных исполнителей и талантливой молодежи. Прежде всего участники получили возможность общения, обмена опытом и новые знакомства. Этому в полной мере способствовали красота лазурного берега Черного моря, «круглые столы», мастер-классы, вечера дружбы, молодежные дискотеки.

Третий международный чемпионат музыки «Лазурная волна Сочи-2018» стал хорошей школой для молодых исполнителей и профессионалов, где формируются и развивается талант представителей разных стран, укрепляются взаимопонимание и взаимоуважение разных музыкальных культур. Председатель жюри – заслуженный деятель

искусств России Владимир БЕЛЯЕВ и сопредседатель жюри – заведующая вокальным отделением СКГИИ Ирина ДАУРОВА отметили высокий уровень подготовки участников, разнообразность выступлений, глубокое осмысление исполняемых произведений.

Приятно отметить, что гран-при столь престижного чемпионата музыки удостоена наша землячка – талантливая певица из Нальчика Фатима ДЫШЕКОВА. Ее лирико-драматическое сопрано восхитило членов жюри и многочисленных слушателей. В числе тех, кто занял первое место, и мужской вокальный ансамбль «Лечинкай» Чегемского муниципального района.

Кульминацией конкурса стали большой гала-концерт, торжественное объявление результатов и награждение участников конкурса. Завершился чемпионат музыки грандиозным фейерверком.

Наш корр.

«ЗВЕЗДА АДЫГЕИ»

ТАК НАЗЫВАЕТСЯ ОЧЕРЕДНАЯ СОВМЕСТНАЯ РАБОТА КАНДИДАТА ИСКУССТВОВЕДЕНИЯ, РЕЖИССЕРА ТЕЛЕКОМПАНИИ «1 КБР» САМАРЫ САРАЛЬПОВОЙ И КАНДИДАТА ИСТОРИЧЕСКИХ НАУК, ПИСАТЕЛЯ И ПЕРЕВОДЧИКА КАРАЛЬБИ МАЛЬБАХОВА, ПРЕЗЕНТАЦИЯ КОТОРОЙ ПРОШЛА НА ПРОШЛОЙ НЕДЕЛЕ В АРТ-ЦЕНТРЕ M. SARALP.

Несведущему человеку на первый взгляд может показаться, что фильм «Звезда Адыгеи» посвящен кому-то из современных знаменитостей Адыгеи. Однако он повествует о ранее неизвестной для русскоязычного читателя поэме слепой ирландской поэтессы и писательницы Фрэнсис БРАУН, вышедшей в свет в 1844 году.

На презентации Каральби Мальбахов рассказал о жизни и творчестве Фрэнсис Браун, о своем знакомстве с ее произведениями и особо подчеркнул роль режиссера Самары Саральповой в создании фильма: «Каждый раз удивляюсь ее таланту, умению проникать в сложный материал. Я давал ей буквально какие-то отрывки информации, и на моих глазах все это превращалось в самостоятельное, пусть маленькое, но все-таки произведение искусства».

В свою очередь Самара Саральпова отметила заслугу самого Мальбахова: «У нас немало совместных творческих работ, и всякий раз материал, который приносит Каральби Ахмедович, оригинален и интересен. Вот и в этот раз, если бы он не обнаружил эту информацию, никто бы сейчас ее не увидел и не услышал. Так что в первую очередь все это благодаря ему».

По мнению режиссера, в современном мире, перенасыщенном разнообразной, но не всегда достоверной и полной информацией, интерес к подлинному документу будет

только возрастать. Ценность совместных лент Саральповой и Мальбахова заключается именно в подлинности используемых документов.

Возвращаясь к поэме, отметим, что свою работу Браун написала под влиянием событий Кавказской войны и произведений наших классиков – ЛЕРМОНТОВА, ПУШКИНА, ТОЛСТОГО. В то же время поэтесса вложила в нее много личного, осознанно проводя параллель между историей адыгов и ирландцев.

Полиглот Каральби Мальбахов не только открыл широкому кругу поэму «Звезда Адыгеи» и сделал ее подстрочный перевод, но и представил имя ее создательницы, которая известна нашему читателю в основном как автор популярного детского бестселлера «Сказки бабушкиного кресла» в новом свете. Родившаяся в Ирландии в 1816 году Фрэнсис Браун была седьмым ребенком в многодетной семье, где росли двенадцать детей. В полтора года, заболев оспой, она ослепла на всю жизнь. Свою первую поэму написала в семь лет, и с тех пор вся ее жизнь была посвящена литературе, а затем и журналистике.

После премьеры «Звезды Адыгеи» и ее небольшого обсуждения гости Арт-центра посмотрели фильм «Черкесы в Сирии. Забытые миротворцы» – также результат творческого тандема Саральповой и Мальбахова.

Лана АСЛАНОВА

СОЛНЦЕ, СВЕЖИЙ ВОЗДУХ, КРАСИВАЯ ПРИРОДА, ВЕСЕЛЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ И ХОРОШИЙ СЕРВИС - ГЛАВНЫЕ УСЛОВИЯ, ЧТОБЫ СЧИТАТЬ ОТДЫХ УСПЕШНЫМ. ВСЕМ ЭТИМ УЖЕ ДВА ДЕСЯТКА ЛЕТ ОБЕСПЕЧИВАЕТ РЕБЯТИШЕК ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ ПРИ МКОУ СОШ №1 г. ЧЕГЕМА ЧЕГЕМСКОГО РАЙОНА. НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ОН СЧИТАЕТСЯ ОДНИМ ИЗ ЛУЧШИХ В РАЙОНЕ И ПОЛЬЗУЕТСЯ БОЛЬШОЙ ПОПУЛЯРНОСТЬЮ НЕ ТОЛЬКО У ДЕТЕЙ.



НАСЫЩЕННЫЙ МЕСЯЦ

Этим летом здесь уже отдохнули 50 школьников. В подавляющем большинстве это дети из многодетных, малоимущих семей, а также сироты и оставшиеся без попечения родители. Оздоровительный лагерь оборудован всем необходимым для полноценного и активного отдыха. Чем только не наполнили педагоги и организаторы эти замечательные дни летних каникул! «Особенно родители и дети остались довольны организацией питания, - говорит руководитель школы Марита БЕКУЛОВА. - Меню было разнообразным и сбалансированным. Хорошее питание – важная составляющая здорового отдыха ребят».

На сытый желудок и играть веселее. А лето – главное время отдыха и веселья. Потому каждый день дарил ребятам не только новые знания, но и интересные открытия и приключения. За месяц дети посетили районный музей и детский дом творчества, провели библиотечный час, ярмарку талантов «Кто во что горазд», выпустили стенгазету, организовали вахту памяти, возложили цветы к памятнику погибшим солдатам.

Месяц изобилует спортивными праздниками, которые

сменялись познавательными квестами и конкурсами талантов. Легкоатлетический кросс, «Веселые старты», спортивные состязания «Мой веселый звонкий мяч», турниры по футболу, пионерболу, баскетболу, эстафета «Побеждаем вместе», «Большие гонки», «Самый ловкий», многоборье, шахматно-шашечный турнир, настольный теннис. Выбирали победителей и в конкурсах «Лучший отрядный уголок», «Музыкальный калейдоскоп», «Звездный час», «Мисс лагерь». Провели «круглый стол» «Я президент лагеря», викторины «Права детей», «В мире этикета», искали клад на территории лагеря, путешествовали «По тропинкам лета», познавали природу в экологической игре «Как прекрасен этот мир».

Но главными в работе лагеря всегда оставались мероприятия, направленные на просвещение в области дорожного движения и пропаганду здорового образа жизни. В рамках пропаганды безопасности дорожного движения на базе лагеря с участием работников ГИБДД дети в игровой форме изучали ПДД, закрепляли их практическим выполнением упражнений в импровизированном автогородке, а также обуча-

лись фигурному вождению на самокатах. Это было не только весело, но и поучительно, поскольку ребятам объясняли, к каким последствиям может привести невнимательность на дороге.

Еще одну акцию приурочили к Международному дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков. Потому что очень важно с малых лет и особенно в переходный период объяснять, какой вред здоровью наносит употребление наркотических средств. Не остались без внимания и вопросы формирования у ребят необходимых знаний и навыков по обеспечению пожарной безопасности. Детям не только рассказали об основных принципах поведения в чрезвычайных ситуациях, но и в игровой форме провели тренинги.

Не обошлось и без любимого практиками всеми мальчишками и девочками конкурса рисунков на асфальте «Мир вам, дети Земли!». Он состоялся в день торжественного открытия лагеря. С тех пор прошел месяц. Но для детей оздоровительного лагеря он пролетел незаметно. Этот насыщенный событиями месяц ребята запомнят надолго

Алена ТАОВА



ИНСТРУКТОР ЙОГИ, РУКОВОДИТЕЛЬ ЦЕНТРА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК «ЛОТОС» НАТАЛИЯ УЯНАЕВА НЕ ПЕРВЫЙ ГОД УВЛЕКАЕТ ЖЕНЩИН СИСТЕМОЙ ПРАВИЛЬНОГО ПОДХОДА К СОБСТВЕННОМУ ЗДОРОВЬЮ. ЕЕ СЛУЧАЙ НЕ ОТНОСИТСЯ К РАЗРЯДУ «САПОЖНИК БЕЗ САПОГ», ЕЕ ПРЕКРАСНЫЙ ВНЕШНИЙ ВИД, ОТНОШЕНИЕ К СОБСТВЕННОЙ ЖИЗНИ И СЕМЬЕ ПОДТВЕРЖДАЮТ, КАК БЛАГОТВОРНО ВЛИЯЮТ НА НЕЕ ЙОГА, СПОРТ И ЗНАНИЕ ПСИХОЛОГИИ.



- Наталия, расскажите о себе. Где вы родились и учились, какая у вас семья, как пришли к занятиям йогой?

- Я родилась и выросла в самом прекрасном городе - Нальчике в теплой и душевной семье. Она у нас большая и дружная. Я в семье младший ребенок. Отец всегда был олицетворением мужественности, надежности, достоинства и порядка. Мама - целая Вселенная, добрая, любящая и невероятно мудрая.

Моя собственная семья небольшая: я и два моих сына - Адам и Алан. Дети - моя гордость, радость и опора, а еще мои самые лучшие учителя - чуткие, мудрые и веселые. Я часто советуюсь с ними, если нужна их помощь. На них всегда можно положиться.

Они любят путешествовать и заниматься спортом. Адам увлекается футболом, мечтает стать знаменитым футболистом, Алан - борьбой, планирует пойти в художественную школу, хочет стать архитектором или инженером - еще не определился. Мое детство проходило ярко и красочно, как и у всех детей, особенно времен СССР. Ребенком я была очень открытым и активным, смотрела по телевизору оздоровительные передачи, в которых красивые, гармоничные девушки делали различные упражнения так эстетично, что я надолго замирала перед экраном телевизора. В душе всегда знала, что обязательно свяжу жизнь со сферой здоровья, как на физическом, так и на душевном уровнях. Мне очень хотелось лечить людей. Когда была в первом классе, в школу пришли два молодых тренера и объявили о наборе группы в секцию спортивной гимнастики. Я тут же пошла и записалась. Это решение определило мою дальнейшую жизнь и профессию. Спортивная гимнастика дала мощную базу как в формировании и укреплении внутренних качеств, так и внешних, за что очень благодарна моему тренеру Ирине ТАВИТОВОЙ.

После гимнастики успела позаниматься каратэ и большим теннисом, но это носило оздоровительный характер, а не спортивный. Спорт сопровождал меня в жизни всегда. Я поступила в КБГУ на факультет физической культуры и спорта по направлению спортивная гимнастика. Параллельно стала интересоваться фитнесом, ходила на степ-аэробику, различные силовые программы, йогу. Меня это очень увлекло, и я записала себе на перспективу пройти курсы подготовки инструкторов по фитнесу. По окончании университета мой научный руководитель предложила остаться работать на кафедре «Теоретические и методические основы физической культуры», и я охотно согласилась, проработала в КБГУ восемь лет. На тот момент у меня уже был старший сын Адам, спустя время появился и младший, Алан. После рождения второго ребенка у меня начались проблемы с позвоночником, вернее они и раньше были, но никак себя не проявляли. Приступы сильнейшей боли нередко приковывали к постели. Понимание того, что невозможно постоянно жить на уколах, сподвигло меня уехать в Москву и учиться на тренера по фитнесу. Так сбылась давняя мечта. Прошла обучение по направлениям «классическая» и «степ-аэробика», «силовые программы с различным оборудованием», программу «Pilates» - базовую и с малым оборудованием. Она дала мне правильный вектор в жизни. Очень благодарна моему учителю Майе МЕЛИТИЦКОЙ за то, что настояла на прохождении пилатеса.

Вернувшись в Нальчик, совмещала работу в университете и фитнес-клубе. Развивалась в направлении студийного пилатеса и пилатеса с малым оборудованием, проходила обучение у Энтони ЛЭТА, Хуана КАСТЕЛЬЯНО, Гедюна АВРААМИИ. Боли в спине прошли, и я занималась любимым делом. Между тем непростая семилетняя супружеская жизнь закончилась, на смену пришла спокойная и умеренная. Ничего не предвещало беды, но вскоре столкнулась с другим недугом - панической атакой. Год думала, что умираю, врачи не верили и говорили: «Вы

красивая, цветущая женщина, профессия замечательная, дети есть, что вам еще нужно?» Это хорошо, что тогда мне попались такие врачи! А тем временем через день ко мне приезжала скорая помощь... Когда поняла, что мне никто не поможет, кроме меня самой, зашла в интернет и стала изучать психологию, выяснила, что у меня, оказывается, паническая атака. Слушала лекции различных специалистов, и мне постепенно становилось легче, так как приходило понимание всех процессов. Решила вплотную заняться йогой. Давно знала о Игоре МАХИЧЕВЕ и методе йоги, который он практикует. Мне это было очень близко по духу - метод корректного подхода к позвоночнику. Чувствовала, что, помимо физического аспекта, соприкоснусь и с духовным. Он ответил практически на все мои вопросы, и в душе наступил покой. С той поры я окончательно распрощалась с паническими атаками. А впоследствии приняла решение поехать в Индию на инструкторский курс по Ваджра йоге (йоге корректного подхода к позвоночнику). Успешно прошла обучение, и с этого момента начался мой путь инструктора йоги. Вскоре открыла центр оздоровительных практик «Лотос», где преподаю Ваджра йогу и пилатес (включает корректный подход к позвоночнику) и гавайский храмовый массаж Ломи-Ломи Нуи. Помогаю людям ощутить и осознать их цельность, а также поправить здоровье.

- Сколько времени у вас занимает йога сейчас?

- Йога - это мой образ жизни, и она совершенно не занимает времени. Если говорить о преподавании, групповые занятия провожу три раза в неделю в утреннее и вечернее время. Остальное время занимают индивидуальные занятия, Ломи-Ломи, семья, подруги, путешествия.

- Сейчас многие увлекаются йогой, воспринимая ее по-разному. Например, вместо утренней зарядки выполняют несколько асан. Или уходят с головой в практику, теряя навыки в основной профессии. Что вы больше наблюдаете у нас в республике?

- Под словом «йога» в наше время может скрываться все что угодно. Существует много различных направлений йоги, и каждый преподносит ее по-своему. Каждый, произнося слово «йога», подразумевает что-то свое. Кто-то, практикуя йогу, действительно избавляется от недугов как телесных, так и психологических, укрепляет нервную систему и приходит к глубокому истинам. А кто-то закатывает свой йоговский путь в травматологию или психиатрической лечебнице. Если йога уводит человека от реальной жизни, это не йога. Если йога не повышает качество вашей жизни, это тоже не йога. Но у каждого свой путь и свой выбор. Как говорил мой учитель, каждый имеет право болеть и умирать. Во всем и всегда важна мера! И только мера определяет все. Йога - это целая наука совершенствования человека, основанная на законах природы. Она включает различные телесные упражнения, медитацию, очистительные практики, призванные привести человека к состоянию спокойного и ясного ума, к внутренней и внешней гармонии. Часто тренеры йоги совмещают эту деятельность с основной профессией, кто-то решает перейти только на преподавание йоги.

- Есть гены, от которых никуда не уйдешь. Разве люди Кавказа предрасположены к гибкости и особому питанию, которому учит йога?

- Питание человека в большей степени зависит от того, где он живет и какой ведет образ жизни. Исходя из того, что мой прадед и прабабушка моего мужа жили около 130 лет и при этом всю жизнь ели мясо и пили вино, а мой еще и курил, не могу сказать, что мясо, вино и табак (в чистом виде) вредны для здоровья и влияют на продолжительность жизни. Все определяют мера и генетика. А наши предки знали меру!

Что касается меня, я придерживаюсь интуитивного питания. Мясо - действительно пища тяжелая, стараюсь его много не есть. Мой организм для себя определил, что летом ему мясо не нужно, а зимой я его ем охотно. Вот и вся моя философия. Прислушиваюсь к себе и ем то, что хочу в конкретный период.

Попробуйте в Сибири есть вегетарианскую пищу. Думаю, долго там такой режим не выдержат. Поэтому

в большей степени вегетарианское питание подходит для жителей теплых стран. В Гоа мясо едят мало, потому что там жарко и изобилие фруктов и овощей. А в Гималаях такого изобилия нет, что есть в этом случае? Конечно, мясо и различные крупы с приправами.

Кавказ тоже не исключение, хотя я знаю много людей, которые, живя на Кавказе и совершенно не имея отношения к йоге, отказались от мяса еще в детстве. Каждому свое. Наш организм уникален, нужно просто прислушиваться к себе. Наши предки были достаточно гибкими, несмотря на то, что жили в условиях гор. Это было неотъемлемой частью культуры наших народов,



важно было гармонично развивать все физические качества, а иначе как защищать свои земли? Дело в другом, наши народы никогда не увлекались сверхгибкостью, как, собственно, и древние индусы, так как если мы прочтем первые йогические тексты, то не увидим ни одной асаны на скручивание позвоночника, стойки на голове и т.д. Все асаны были достаточно простыми и укрепляли физическое тело, готовили его к пребыванию в медитации.

Как было написано в одном из древних текстов: «Человек, практикующий асану, приобретает устойчивость, легкость тела и ума, свободу от недугов и гибкость конечностей». «Конечности» здесь - ключевое слово, так как шаровидное строение плечевого и тазобедренного сустава позволяет достичь большой амплитуды движения.

Здесь нет ни слова о скручивании позвоночника, который несет опорно-двигательную и защитную функцию. Позвоночник защищает нервную систему от повреждения. Так что отсутствие сверхгибкости позвоночника, скорее, спасение, а не проблема.

Ангела ГУМОВА



Я не раз попадала в ситуации, когда приходила на помощь людям, а потом оказывалось, что не нужно было этого делать. Кажется, надо каждый раз внимательно подходить к ситуации и все взвешивать. Даже когда на дороге стоит человек и просит милостыню, я сомневаюсь. Если мы все, прохожие, будем подавать ему деньги, он никогда не изме-

ПОМОГАТЬ РАЗУМНО

нится сам, так и проживет свою жизнь с протянутой рукой. А если жалеешь свою мелочь и проходишь мимо, тоже на душе неприятно.

Я каждое лето бываю подолгу у бабушки в селе. Среди соседей там есть одна семья, в которой много детей, десять или одиннадцать. Никто из них еще школу не закончил. Все соседи стараются помогать этой семье. Домик у них маленький, соседи решили помочь и с новым домом. Бабушка говорит,

что мать детей - очень хорошая женщина, старается сама все делать, мужа у нее болеет. Она следит и за мужем, и за детьми. Времени работать у нее нет, работу найти в селе почти невозможно. В поле работать, как это делают многие, она не может, так как там надо быть с утра до вечера. Бабушка говорит: «Раньше такие семьи не оставляли без помощи и сейчас нельзя». Но если бы эта семья была пьющей или просто ленивой, думаю, со-

седы не стали бы с ними возиться. Потому что когда помогаешь ленивым, алкоголикам или наркоманам, они считают, что им все должны, или им вообще все равно. Но для меня опять непонятно, ведь у этих людей тоже есть дети, они же не виноваты, что у них такие родители. Получается, из-за родителей мимо них проходят люди. Они жертвы ситуации в семье и жертвы в обществе, которое просто от них отворачивается.

Лаура

Двоюродный брат женился. Наш Л. - такой красивый, умный, обаятельный парень! Ему 27 лет, а он успел сам заработать и на машину, и младшему брату помогать учиться. Родители купили ему квартиру, и он сам

тая женщина неопределенного возраста.

Маленькие черные глазки буравили всех, крючковые пальцы вцепились в руку мужа и вряд ли от него отцепятся... Такой она была в день свадьбы. Когда

ПРИВОРОТ

сделал там ремонт. Но не это все главное, а то, какой он человек хороший! Таких очень мало среди его ровесников и вообще среди молодых. Он такой надежный, добрый, при этом не наивный, все понимает, как будто ему намного больше лет. И вот наш красавчик женился... Как нам его выбор? Сказать, что мы расстроены, - значит ничего не сказать, мы просто в шоке. О таких, как наша невестка, в народе говорят: «И ее создал Бог...», имея в виду, что она тоже Божье создание, но обсуждайте. Я и не обсуждаю, но так ужасно было видеть ее рядом с нашим Л. Он такой красивый, а она... Бывают люди, которые очень плохо выглядят, но потом узнаешь их характер, и внешность уже не кажется такой страшной. А наша невестка по характеру просто идеально соответствует своей страшной внешности. Вредная, урюмая, себе на уме. При этом худая, кости просто, маленькая волоса-

в комнате я случайно увидела ее ноги под свадебным платьем (она подняла юбку, чтобы поправить колготки, что-ли?), снова впала в шок. Это две кривые палочки, коротенькие и волосатые. Она даже депиляцию нормально не сделала к свадьбе! Я не преувеличиваю. Я теперь думаю, что девушка-обезьяна просто очень удачно обратилась к гадалкам и крепко привязала к себе брата с их помощью. Приворот никто не запрещал, и она точно им воспользовалась. Брата кто-то из тетушек спросил, где же он такую красавицу нашел. Вопрос был шуточным, а он, бедный, не сомневаясь, что тетушка так и считает, довольный, ответил, что у его невесты было много поклонников, но она выбрала его. Он на самом деле считает ее самой красивой и доброй. Да, кстати, мы так и не поняли, есть ли у нее хоть какое-то образование. Как мне жалко брата...

Т.А.

ГОРЫ ИЛИ МОРЕ

Застрять в городе на все каникулы - что может быть хуже? Застрять в городе, когда все одноклассники разъехались, - самое худшее, что можно придумать для лета-2018. А вот со мной произошло именно это. Мамино: «Ну выйди с подружками погуляй!» меня просто вводит в ступор. Сто три раза сказала, что они отдыхают не в Нальчике. Одна вообще на чемпионате в Сочи. Причем уехала почти втихаря туда. Другая подруга в Турции, застопила ленту своими фотками. Самая тихая из нас, Неля, которая говорила, что останется, тоже уехала в Приэльбрусье. Мне уже все равно, горы или море, хоть бы куда-нибудь уехать.

Рита

Жара для бездомных животных

Сейчас начинается очень жаркий период. И даже для домашних животных, получающих должный уход, это сложное время. У них шерсть, как шуба, ее животное не скинет, не освободится, а значит, надо сделать так, чтобы они не перегрелись, найти для них в доме прохладный уголок, следить за тем, чтобы постоянный доступ к воде был, по возможности купать их. Невыносимо жалко бездомных животных в это время. Многие из них просто гибнут. Хочу обратиться к людям: ничего зазорного не будет в том, чтобы вы напоили водой животное. Не зря в Стамбуле, Баку и в других красивейших городах люди с вниманием и любовью относятся к бездомным кошкам и со-

бакам. Если у вас есть магазинчик или вы живете на первом этаже, просто поставьте посуду для воды и наполняйте ее каждый день. Найдутся вредные соседи, не обращайтесь на них внимания - придомовая территория точно так же и ваша. Вы имеете право ею пользоваться. Зато поможете живому существу пережить жару. Еще неизвестно, какой грех страшнее. Возможно, грех перед существом, которое само не может выжить без помощи человека, окажется для человека самым страшным...

Но даже если вы не верующий человек и у вас есть сердце, помогите живому существу выжить.

Л.Д.

СТРАННЫЕ ПАРЫ

Есть такие пары, которые постоянно ссорятся и продолжают жить вместе. Когда ссорятся, как будто навсегда расстаются. Иногда расходятся, но через некоторое время снова вместе. Ну вроде бы это только их касается, пусть делают, что хотят. Но это не так. Они просят вмешаться, зовут соседей, друзей, родственников на свои разборки. Часто такие муж и жена дерутся, достается жене, поэтому у родственников какой-то долг защитить свою сестру, дочь... И необязательно, чтобы муж пил, бывает, он просто вспыльчивый. Бывает, что жена - истеричка и доводит его до срыва. Но всегда в итоге они мирятся. И получается, что соседи - дураки, что вмешивались, родственники зря лишний раз приезжали. Говорят, что такие пары просто испытывают определенный стресс, а потом после примирения чувства у них острее. Не верю, что это любовь, потому что любовь мирные чувства проявляет, и приятно наблюдать за теми, кто любит друг друга. А эти просто нашли друг друга, чтобы мучать и находить в этом особое удовольствие. Считаю, что это отклонение, своего рода психическая болезнь.

Студентка
медицинского колледжа

БАБУШКИ С КНИГАМИ

В городе многие видят двух старушек с книгами. Они продают книги, скорее всего, из домашней библиотеки. Люди теперь редко покупают книги, а у бабушек вообще старые книги, поэтому мимо них почти все проходят. Я всегда покупаю. Мне жалко бабушек. Мне кажется, у одной из них дома то ли муж, то ли сын (или невестка, я не знаю) пьет, наверное, забирает все деньги. Однажды я заметила синяк на ее лице. Мне очень жаль бабушек, наверняка они в молодости вели достойную жизнь, и сейчас им совесть не позволяет просить деньги на улице. Мне очень жаль, что у них такая старость... Не проходите мимо, покупайте книги.

Зуля

Свои письма вы можете присылать по адресу:
г. Нальчик, пр. Ленина, 5, Дом печати,
или на наш электронный адрес: gazeta-goryanka@list.ru.



• БУДЕМ ЗНАКОМЫ

ВДУМЧИВАЯ И СЕРЬЕЗНАЯ ЛАНА

- Мою дочку зовут Лана. Семь лет назад в городе Эссенуки она появилась на свет, и сразу все вокруг переменялось, - рассказывает ее мама Зарина ШЕВЛОКОВА. - С рождением Ланочки в нашем доме вошло маленькое солнышко, которое принесло в семью еще больше тепла, любви и терпения. Наверное, поэтому мы и стали называть ее Солнышко. У Ланы есть младшая сестра Злата, которой пять лет и с которой они очень дружны. Лана - вдумчивый и серьезный ребенок. Считая себя уже достаточно взрослой, она оберегает Злату и обучает всему, что знает сама. Златочка же у нас, напротив, игривая, веселого нрава, поэтому они отлично дополняют друг друга. Дома они делают все вместе - играют, рисуют, лепят. Весь наш дом обставлен их рисунками и поделками. Они любят помогать по дому: раскладывают вещи по местам, учатся пылесосить и мыть посуду. Лана очень любит



готовить, правда, пока опасается что-то делать сама, но уже помогает мне добавлять ингредиенты в блюда и лепить красивые фигурки из теста. В этом году Ланочка окончила первый класс.

В школе у нее появились подруги, с ними она в свободное время читает, рисует и играет. Но лучшим другом считает свою бабушку, с которой они очень хорошо понимают друг друга. Бабушка отвела ее в музыкальную школу, где Лана поступила сразу на два отделения - хорового пения и фортепиано. Она очень ответственно подошла к обучению и, помимо основных уроков, каждый вечер занимается на фортепиано. В сентябре Лана пойдет в первый класс в общеобразовательной школе и в музыкальной. Ей очень нравится учиться и осваивать новые предметы, поэтому легко совмещает учебу в двух школах.

Еще одним увлечением Ланы является художественная гимнастика. - Несмотря на слож-

ность этого вида спорта, нельзя не отметить его красоту. Поэтому практически каждая девочка хочет заниматься художественной гимнастикой. Лана, конечно же, не исключение, - продолжает свой рассказ ее мама. - Она заинтересовала и Злату этим видом спорта, также они вместе занимаются плаванием.

Хотелось бы поблагодарить педагогов и тренеров, с которыми мои девочки занимаются. Я очень рада, что в нашем городе есть профессионалы, которые, увидев искорку желаний у ребенка заниматься, прилагают все усилия, чтобы превратить ее в огонь.

Конечно, в течение учебного года у Ланочки насыщенное расписание дня, я вижу, что она очень устает. Но ей все нравится,

поэтому мы пока не можем выбрать что-то одно. Понимая, что с каждым годом программа в обеих школах будет усложняться и уроки начнут занимать больше времени, надеемся, что удастся все совмещать так, чтобы оставалось время на игры и отдых, - говорит Зарина.

Папа девочек - Асланбек работает в правоохранительных органах, очень любит читать и пытается привить любовь к чтению детям. А вот любовь к искусству у Ланы от мамы. Она училась в СОШ N 31 им. Нури Цагова в хореографическом классе и в школе искусств. Выступала в ансамбле народного танца «Хатти», была «Мисс «Горянка».

На снимке: Лана (справа) с младшей сестрой Златой

• РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

Если вы хотите воспитать здорового и счастливого ребенка...

ПОЗВОЛЯЙТЕ ЧАЩЕ ИГРАТЬ

Время, которое современные дети тратят на игру, уменьшается, при этом у них повышается уровень тревожности, чаще наблюдаются депрессия, ощущение беспомощности и одновременно детский нарциссизм и снижение эмпатии, то есть сочувствия к окружающим. Но в силах взрослых - дать ребенку то, что требуется для гармоничного развития. И игра в этом смысле нужна как воздух. Почему сокращение времени на игру влечет за собой расстройств эмоционального и социального характера? Игра - естественный способ научить детей решать их проблемы, контролировать желания, управлять эмоциями, смотреть на проблему с разных точек зрения, обсуждать разногласия и общаться друг с другом на равных. Другого способа освоить эти навыки нет. Вот почему так важно, чтобы ребенок много времени уделял играм.

СТИМУЛИРУЙТЕ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ

У детей врожденная склонность к познанию мира, которую обязательно нужно поддерживать. Один из способов сделать это - показывать самые разнообразные варианты решения задач. Эксперименты подтверждают эту идею: если в процессе игры ребенку сразу показать одну единственную функцию игрушки, он придет к выводу, что она больше ни на что не способна. А вот когда игрушку давали ребенку «на откуп», он начинал изучать ее тщательно и открывал для себя новые возможности использования. Это относится не только к играм, но и к жизни.

РАЗРЕШАЙТЕ ДРУЖИТЬ СО СТАРШИМИ

В разновозрастных группах у маленьких детей есть возможность заниматься тем, что было бы слишком сложно или опасно делать самостоятельно или в группе ровесников. Они также могут учиться, просто наблюдая за более старшими ребятами и слушая их разговоры. Старшие эмоционально поддерживают младших и заботятся о них лучше, чем ровесники, но может выполнять при участии более опытных людей. Выготский предполагал, что дети получают новые навыки и развивают мышление, взаимодействуя с другими в зоне своего ближайшего развития. Вот почему возможность общаться с детьми постарше важна для физического, социального, эмоционального и умственного развития ребенка.

УЧИТЕ ОТЛИЧАТЬ ХОРОШЕЕ ОТ ПЛОХОГО

Если плохой поступок вознаграждается, то молодой мозг может зафиксировать его как полезный с точки зрения выживания индивидуума. Если ребенок, проявляя агрессию, получает поддержку, а проявляя стремление к взаимодействию, поддержки не получает, его мозг может легко запомнить, что агрессия подходит для выживания. Если малыш получает вознаграждение, будучи большим, и теряет его, выздоравливая, у него формируются соответствующие долговременные связи.

БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ ПОЛЕЗНО

Счастливые моменты в прошлом создают особые связи между нейронами, которые готовы к тому, чтобы производить «гормоны счастья» в следующий раз, когда вы испытаете подобные позитивные ощущения. Другими словами, чем чаще ребенок будет чувствовать счастье и радость, тем легче ему это дастся во взрослой жизни.

Например, у ребенка, который пользуется большим уважением своих родителей, поскольку умеет обращаться с компьютером, формируются нейронные связи, которые позволяют ему ожидать большей радости при оказании такой помощи другим людям. Он повторяет свои действия, и в его нервной системе появляются новые нейронные пути счастья. Каждый позитивный момент укрепляет нейронные пути, а наш мозг устроен так, что «обращается» к тем путям, которые самые крепкие и используются чаще всего. Человек накапливает такой опыт с детства, а потом обращается к нему всю жизнь.

ОБНИМАЙТЕ ДРУГ ДРУГА

Прикосновения и объятия - это не чья-то прихоть. Есть четкая физиологическая основа, которая делает и взрослых, и детей счастливыми, когда они выказывают привязанность друг к другу. Окситоцин - «гормон счастья», который выделяется у млекопитающих. Рождение детей также вызывает значительный прилив окситоцина. Причем как у родителей, так и у малышей. Воспитание чужих детей тоже способствует повышению уровня окситоцина. Он дарит нам удовольствие быть спокойными

рядом с теми, кому доверяем. Это не осознанное решение, а скорее физическое чувство безопасности. Нейронные пути, формирующиеся с участием окситоцина, возникают в течение всей жизни. И очень важно формировать их в детстве, чтобы ребенок чаще ощущал радость жизни.

УВАЖАЙТЕ ПРАВО НА САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ПУТЬ

Если мы сами ценим свободу и несем ответственность за свои поступки, то должны уважать право ребенка самостоятельно прокладывать свой жизненный путь. Наши устремления не могут стать устремлениями ребенка, равно как и наоборот. Поиски собственного курса начинаются с раннего детства. Чтобы научиться отвечать за себя, дети должны научиться принимать решения постоянно, этому они могут научиться только на практике. Все любящие и заботливые родители пекутся о будущем своих детей, поэтому им тяжело не пытаться их контролировать. Но любая попытка, совершенная под контролем, не приведет к цели. Когда мы стараемся определить судьбу ребенка, то не даем ему распоряжаться его жизнью и учиться на собственных ошибках.

Подумайте о своем детстве и вспомните самый счастливый момент. Где вы были? Что делали? Кто был с вами рядом? Правда, приятное чувство? Когда мы становимся родителями, одна из главных наших задач - сделать так, чтобы у ребенка было как можно больше счастливых воспоминаний, умений и навыков, которые помогут ему во взрослой жизни.

ГОВОРЯТ «ДЕТИ»

Максим идет с мамой по улице:
- Мама, а почему этот дядя такой радостный?
- Не знаю... Может, у него день рождения.
- Что, у взрослых тоже бывает день рождения! ***

Мама после обеда спрашивает дочку (3,5 года):
- Ты фрукты будешь есть?
- Да, буду.
- Яблоко или грушу?
- Конфеты! ***

Сын рисует мелом на асфальте человечка. Все нарисовал, кроме рук.
- А ты человечку забыл руки нарисовать, - напоминает мама.
- Я специально не нарисовал, чтобы он грязными руками ничего не трогал! ***

Мама кормит сына (4 года) супом, он его есть не хочет и вдруг как закричит:
- Ой! Hora! Hora!
У мамы паника:
- Что? Что с ногой?
- Тошнит в ногу от супа! ***

Наташа (4,5 года) поднимается по лестнице в подъезде. Вдруг говорит:
- Ужас-то какой!
Мама спрашивает:
- А какой ужас?
Наташа, спокойной так:
- Ну, какой-нибудь. ***

ВЫБИРАЮ КНИГИ ПО ИНТЕРЕСАМ

НА ВОПРОСЫ РУБРИКИ ОТВЕЧАЕТ АСЛАН ШЕРГОВ – СТОМАТОЛОГ, ВРАЧ-ОРДИНАТОР КБГУ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ОРТОДОНТИЯ», ПРЕДСЕДАТЕЛЬ КОМИССИИ ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ МОЛОДЕЖНОЙ ПАЛАТЫ ПРИ ПАРЛАМЕНТЕ КБР.

- Что читаете сейчас?

- Не могу сказать, что увлекаюсь художественной литературой и читаю много произведений такого плана. Конечно, необходимую литературу, которую нужно читать, чтобы поддерживать разговор, находясь в любом обществе, классику, которую нужно знать, читал в школе. Потом очень любил пересматривать ее экранизацию: «Мастер и Маргарита», «Анна Каренина», «Война и мир». Но сейчас в связи со спецификой моей профессии можно сказать, что все последнее десятилетие читал в основном медицинскую литературу. Когда изучаешь медицину, практически не остается времени на другую литературу. Целенаправленно ищу и читаю различные фактические данные, информацию по тому, что сейчас необходимо в силу моей работы, в том числе общественной: данные по проектированию, программированию мероприятий, проектов. Недавно увлекся этим направ-



лением и стараюсь самосовершенствоваться в этой области.

- Книга, к которой чаще всего обращаетесь?

- Люблю читать книги по психологии. Это интересно, и всегда меня привлекало. Например, Дейл КАРНЕГИ – у него целая серия книг, написанных простым языком, которые легко и быстро читаются, они очень интересны. Он пишет о простых вещах в очень понятной манере, его советы помогают в жизни, в каких-то конкретных ситуациях.

- Как выбираете книги?

- По интересам. Например, в данный момент мне нужна та или иная книга, необходима и интересна или надо найти определенную ситуацию в силу моих профессиональных потребностей, и я ищу, советуюсь, нахожу в интернете и читаю эту книгу.

- Какая для вас идеальная обстановка для чтения?

ЧИТАТЕЛЬ НЕДЕЛИ

- Не могу сказать, что для меня есть определенная предпочтительная обстановка для чтения. Могу абстрагироваться в любой компании и атмосфере и читать то, что мне нужно. Могу читать, когда нахожусь один дома или в маршрутке, так что определенного места нет.

- Какая книга обязательно должна быть в вашей библиотеке?

- Считаю, что обязательно должна быть в домашней библиотеке классическая литература – и для детей, и для взрослых. Это то, что люди должны знать, что обогащает нас, развивает речь, мышление, формирует мировоззрение. Школьная программа по литературе дома должна быть.

- Есть ли брошенные вами книги?

- Могу привести такие примеры: последняя книга, которую не дочитал, – всемирно известный бестселлер «Убить пересмешника» Харпер ЛИ. Достаточно специфичная литература, я дочитал ровно до середины. Смотрел много комментариев в соцсетях, говорил с друзьями, по совету которых взял ее, но меня она почему-то не «зацепила». Достаточно сложная для меня книга, что-то пока не сошлось у нас с ней.

Беседовала

Марина БИТКОВА.

Фото Астемира Шебухова

ПЕРЕД НАСТУПЛЕНИЕМ ОСЕНИ

УЧАСТОК

Жаркая сухая погода, наступившая в последней декаде июня, в значительной степени сказывается на фенологии развития плодовых деревьев и ягодных культур, в том числе винограда. В текущем году ожидается раньше обычного прекращение весенне-летнего прироста, что способствует более ранней закладке плодовых образований (копьец, плодушек, прутиков, а у винограда почек с плодоносными побегами). У раносозревающих плодовых и ягодных культур и их сортов этот процесс заканчивается раньше, чем у поздних. Наступает пора дифференциации почек у поздносозревающих культур и сортов осенних и зимних сортов яблони и груши, айвы, поздних сортов сливы (Президент, Анна Шпет, Венгерка итальянская и др.), боярышника крупноплодного.

Создание благоприятных условий питания и водного режима почвы обеспечивает обилие плодовых почек на отдельных растениях. Такое положение в полной мере соответствует для деревьев яблони, привитой на карликовые (слаборослые) подвои. Удобрение деревьев с применением минеральных туков на фоне полива обеспечивает увеличение доли плодовых почек, что позволяет надеяться на высокий урожай в последующем году. При этом внесение удобрений и полив проводятся не только после уборки урожая, но и до начала листопада.

На деревьях, привитых на семенные и напольные подвои, процесс дифференциации почек длится в течение всей осени и продолжается в начале

период зимы (до наступления морозов ниже 5-7°C). Ввиду того, что у сильнорослых растений развивается мощная и глубокая корневая система, уровень их питания и влагообеспеченности мало сказывается на обилии плодовых почек. Тем не менее благоприятные условия питания и режим влажности почвы оказывают положительное влияние на урожай последующего года.

Одним из важнейших признаков недостаточной влажности почвы является пожелтение листьев в нижнем ярусе кроны. Такое явление наблюдается при влажности на четыре-шесть процентов выше уровня «мертвого запаса», ниже которого растения перестают поглощать влагу из почвы. Ввиду того, что органические удобрения способствуют активизации разложения опавших листьев и мелких веточек, в засушливый период предпочтительнее вносить органику, чем минеральные туки. Из органических удобрений в предгорной зоне наиболее подходящими являются птичий помет и компосты. Норма внесения сухого птичьего помета составляет 150-200 кг на квадратный метр. Компосты вносятся по 250-400 г/м². Органические и минеральные удобрения после их внесения заделываются в почву на глубину до 10-15 см.

В степных районах следует отдавать предпочтение поливу деревьев. Минеральные и органические удобрения в этой зоне осенью мало эффективны.

Их внесение в этой зоне более рационально проводить в предзимнее время: в ноябре – начале декабря.

Михаил ФИСУН

ЛЕД РАСТАЯЛ... И ЗЕМЛЯ САННИКОВА ИСЧЕЗЛА

ДЕНЬ В ИСТОРИИ

4 июля



4 июля 1807 года родился итальянский революционер и народный герой Джузеппе ГАРИБАЛЬДИ. С юных лет Джузеппе вдохновляется идеями равенства, братства и равноправия. Вступает в тайное революционное общество «Молодая Италия». В Марселе Гарибальди участвует в подготовке восстания в Пьемонте, которое, однако, закончилось ничем. Джузеппе пришлось бежать, он был заочно приговорен к смертной казни. В изгнании революционер находился до 1848 года. Все это время он активно сражался за независимость южноамериканских республик. Гарибальди решает вместе с семьей вернуться в Италию. Именно в это время Италия была охвачена революционным движением. Джузеппе с отрядом волонтеров ведет военные действия в Альпах против Австрии, которой Пьемонт объявил войну. Гарибальди становится одним из вождей революционного крыла Рисорджименто. Через год итальянская революция была подавлена, Гарибальди был взят в плен и заключен в крепость в Генуе. Его арест вызвал бурю возмущения. В итоге правительство освободило его и выслало из Пьемонта сначала в Северную Африку, а затем в Америку. Гарибальди впоследствии принимал участие в освободительных войнах против Австрии. Возглавив знаменитый поход «Тысячи», освободивший юг Италии и обеспечивший победу итальянской революции в 1859-1860 годах.

В этот день в 1848 году ушел

из жизни Франсуа-Рене де ШАТОбРИАН – известный писатель, один из основателей французского романтизма, искусный дипломат. Он получил прекрасное образование, много путешествовал, в том числе плавал в Северную Америку. Вернувшись во Францию по приглашению Наполеона, начал дипломатическую карьеру. В литературе Шатобриан занял почетное место одного из основоположников французского и европейского романтизма. Главными его произведениями являются «Апология христианства», а также роман «Атала, или Любовь двух дикарей в пустыне» и повесть «Рене, или Следствия страсти». Писатель использовал в своих творениях новые способы выразительности, передавал чувства героев через состояние природы. Места, где происходит действие, Шатобриан, как и все романтики, старался выбирать по экзотичнее или переносил действие в «романтические» исторические эпохи, но сочетать и оба приема сразу. Творчество писателя оказало влияние не только на французскую, но и на всю европейскую литературу эпохи романтизма.

4 июля 1865 года вышло первое издание книги Льюиса КЭРОЛЛА «Приключения Алисы в Стране чудес». Однажды на лодочной прогулке десятилетняя Алиса ЛИДДЕЛЛ попросила своего учителя математики Чарльза ДОДЖОНА сочинить чудесную историю для нее и ее сестер Эдит и Лорины. Доджон, которому раньше приходилось рассказывать детям декана Лидделла сказки, с готовностью согласился. Он поведал сестрам о приключениях маленькой

девочки в Подземной Стране, куда она попала, провалившись в нору Белого Кролика. Героиня сказки напоминает саму Алису, а некоторые второстепенные персонажи – ее сестер Лорину и Эдит. История так понравилась Алисе Лидделл, что она попросила учителя записать ее. Доджон подарил ей рукопись, которая называлась «Приключения Алисы под землей». Через некоторое время автор решил переписать книгу. На рецензию своему другу Джорджу МАКДОНАЛЬДУ он отправил ее весной 1863 года. На Рождество Доджон преподнес своей любимице уже новую версию книги. В британском издательстве «Macmillan and Co» его книга, опубликованная под псевдонимом Льюис Кэрролл, вышла 4 июля 1865 года. Первое издание книги называлось «Приключения Алисы в Стране чудес от Льюиса Кэрролла». Шестью годами позже, в 1871 году, появилась вторая книга – «Алиса в Зазеркалье». Сказки популярны и в наши дни, а рукописный экземпляр, который Доджон подарил когда-то Алисе Лидделл, хранится в британской библиотеке.

В этот день в 1900 году из Кронштадта на поиски мифической Земли Санникова вышла шхуна «Заря» академической Русской полярной экспедиции под началом известного исследователя Арктики барона Эдуарда ТОЛЛЯ. О загадочном острове в 1811 году впервые сообщил добывавший пещера на северных берегах Новосибирских островов зверопромышленник Яков САННИКОВ. Он высказал мнение о существовании «обширной земли» к северу от острова Котельного. В

пользу существования обширных земель на севере также стали наблюдения за перелетными птицами, весной улетающими дальше на север, а осенью возвращающимися с потомством. Предполагалось, что расположенная на севере земля Санникова богата и плодородна и птицы летят именно туда. На ее поиски были нацелены арктические экспедиции барона Толля. Исследователь увидел контуры четырех столовых гор, которые на востоке соединились с низменной землей 13 августа. «Таким образом, сообщение Санникова подтвердилось полностью», – написал полярник в своем дневнике. – Мы вправду, следовательно, нанесли в соответствующем месте на карту пунктирную линию и написать на ней: «Земля Санникова»...». Спустя 38 лет советские летчики доказали, что Земли Санникова не существует. Она, как и многие арктические острова, была и остается не из скал, а из вечной мерзлоты, поверх которой был нанесен слой грунта. Лед растаял... и Земля Санникова исчезла.

4 июля 1927 года в городе Субьяко родилась Джина ЛОЛЛОБРИДЖИ-ДА – итальянская актриса, великий офицер ордена «За заслуги перед Итальянской Республикой», кавалер ордена Почетного легиона, офицер ордена Искусств и литературы. С юных лет Джина увлекалась рисованием и пением. Впоследствии даже начала учиться в Академии изящных искусств. Уже в юности она выделялась своей смелой чувственной красотой. Джина в 1947 году принимает участие в конкурсе «Мисс Италия» и занимает третье место. Ее карьера в

кино стремительно пошла в гору. Через четыре года Джина сыграла свою первую значительную роль в фильме «Пасно: бандиты!». Популярность и красота юной итальянской звезды привлекают к ней внимание продюсеров из-за океана. Джина Лоллобриджида начинает сниматься в Голливуде. Большую популярность актрисе принесла французская кинокомедия «Фанфан-Тюльпан», где она исполнила главную женскую роль. Ее партнером был сам Жерар ФИЛИПП. Надо отметить, что Джина много снималась в кино, играя с самыми известными актерами своего времени, такими как Фрэнк СИНАТРА, Берт ЛАНКАСТЕР, Юл БРИННЕР. За роль в фильме «Приходи в сентябре» Лоллобриджида получила премию «Золотой глобус». Среди других известных фильмов с ее участием – «Леб, любовь и фантазия», «Собор Парижской Богоматери», «Самая красивая женщина в мире», «Имперская Венера» и другие. В фильмографии актрисы всего более 60 ролей. Джина Лоллобриджида, помимо этого, является режиссером документальных фильмов и автором нескольких фотоальбомов. Ведет активную светскую жизнь, занимается фотографией, проводит фотовыставки, участвует в различных благотворительных и общественных мероприятиях.

Подготовила Фатима ДЕРОВА



ОВЕН (21 марта - 20 апреля)

Необходимо завершить все дела, которые накопились в течение последних недель. Чем дольше вы будете с этим тянуть, тем более негативными будут последствия. За невыполнение обещанных дел можете потерять доверие коллег и начальства. Творческие проекты этой недели помогут улучшить финансовое положение, а также наладить деловые связи, которые пригодятся в будущем. Выходные проведите в кругу друзей и семьи.

ТЕЛЕЦ (21 апреля - 21 мая)

Много нового и необычного принесет вам эта неделя. Изменения коснутся вашего финансового положения – оно существенно улучшится благодаря дополнительным заданиям или проектам на вашей работе. Если есть проекты, которые раньше казались вам бесперспективными, то на этой неделе все изменится. Не избегайте встреч с новыми людьми, а также деловых переговоров – есть большая вероятность, что они положительно скажутся на вашей карьере. Также сейчас благоприятное время для планирования отпуска или отдыха.

БЛИЗНЕЦЫ (22 мая - 21 июня)

Эти дни пролетят с необычайной скоростью, они будут насыщены событиями, изменениями и новыми встречами. Придется задерживаться на работе допоздна. Но результат такой усердной работы не заставит себя долго ждать – вы получите повышение или сможете улучшить свое финансовое положение. В выходные лучше спланировать отдых в тесном кругу, чтобы отдохнуть от насыщенных будней. Одинокие имеют шанс встретить вторую половинку.

РАК (22 июня - 22 июля)

Успешная во всех отношениях неделя. На работе закончится поток дел, которые не нравилось выполнять, вы сможете размеренно и спокойно приступить к выполнению более приятных обязанностей. Больше времени общайтесь с коллегами, позволяйте себе в течение рабочего дня переключаться на беседы или просто на кофе. Это поможет расслабиться. В выходные отдохните за городом или в гарах.

ЛЕВ (23 июля - 21 августа)

На работе у вас появится новый проект, который поможет достичь превосходных результатов. Не бойтесь брать на себя ответственность – вы отлично справитесь с задачей. При этом не забывайте обращаться за помощью к коллегам – так вы сможете улучшить свой имидж внутри компании. Шумных вечеринок лучше избегать. Вы можете встретить людей, которые будут приносить только негатив. Позаботьтесь о своем здоровье – физическом и психологическом. В последнее время у вас накопилось много негатива, который лучше выпустить через спорт.

ДЕВА (22 августа - 23 сентября)

Довольно сложной и насыщенной на события будет эта неделя, но вам хватит сил разобраться со всеми делами. Возможна крупная ссора с любимым человеком. Свои эмоции нужно держать под контролем, чтобы не обострять ситуацию. Холодный ум и спокойный разговор помогут уладить конфликт. На работе у вас также назревает не очень приятная ситуация. Старайтесь не впутывать себя в сплетни, сохраняйте нейтральную позицию.

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ

ВЕСЫ (24 сентября - 23 октября)

Много приятных новостей, ярких и незабываемых событий и непредсказуемых моментов принесет эта неделя. Не отказывайте себе в спонтанных решениях – они будут иметь положительный результат. Вероятны незапланированные расходы на ремонт в доме или автомобиля. Придется потратить существенную сумму, но брать кредит не стоит. Это может негативно отразиться на вашем финансовом положении в ближайшем будущем.

СКОРПИОН (24 октября - 22 ноября)

Благоприятные дни для переговоров и деловых встреч. Ваша инициатива получит поддержку, и вы сможете претендовать на повышение. Уже в ближайшее время почувствуете существенное улучшение своего финансового положения. Есть шанс получить неожиданную прибыль. Также неделя богата на бурные эмоции, связанные с личной жизнью. Одинокие могут влюбиться и сразу погрузиться в чувства. Те, кто уже имеет пару, смогут пережить моменты, которые напомнят о чувстве влюбленности, поглощающей полностью и с головой.

СТРЕЛЕЦ (23 ноября - 21 декабря)

На этой неделе беритесь за все новое, прибыльное и оригинальное. Вы еще раз убедитесь, что работа может приносить не только деньги, но и удовольствие. Будьте активными, проведите переговоры, которые давно планировали. Все начинания на работе увенчаются успехом, вы сможете существенно продвинуться в карьере. Также вам необходимо позаботиться о наличии финансов. Они могут понадобиться для решения вопросов имущества, недвижимости и ремонта.

КОЗЕРОГ (22 декабря - 20 января)

Неделя заберет у вас много энергии, которую планировалось потратить на отдых, хобби и свидания. Частые поездки, важные разговоры и денежные затраты неожиданно свалются на голову. Не паникуйте, проанализируйте каждый свой шаг. При правильной планировке времени сможете легко со всем справиться. Также стоит решить все рабочие вопросы и не допускать конфликтов с коллегами и начальством.

ВОДОЛЕЙ (21 января - 19 февраля)

Неделя будет насыщенной новыми свершениями и положительными эмоциями. Вы успешно закончите дело, в которое вложили много сил и времени. В обучении вас ожидают неожиданные результаты – ваша работа на протяжении последнего времени окупится сполна. Займитесь обустройством своего дома. Можете смело совершать крупные покупки, эти вещи прослужат вам очень долго.

РЫБЫ (20 февраля - 20 марта)

Будьте осторожны – есть риск потерять работу из-за рассеянности и невыполнения обещаний. Ищите баланс между работой и домом, тогда все невзгоды вас обойдут стороной. Ожидаются частые командировки, перелеты и общение с новыми людьми. Неделя идеально подходит для того, чтобы оказаться в центре внимания и посетить культурные мероприятия. У одиноких есть возможность встретить вторую половинку, задуматься о семье и детях.

Подготовила
Фатима ДЕРОВА

ХОЛОДНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ • ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



На дворе самое любимое время года для детей – лето. Ассоциаций с этим словом масса – каникулы, речка, море, отдых. Но в первых рядах этого ассоциативного ряда, несомненно, стоит мороженое. Когда еще лакомиться этим самым вкусным продуктом, как ни летом?!

- В жару его надо употреблять очень осторожно, - говорит Марина САРБАШЕВА из Нальчика. - Я предпочитаю делать мороженое сама и угощать им детей дома под своим присмотром. Тем более, что сейчас много некачественных продуктов. Один из номеров журнала «Школа гастронома», который когда-то покупала, был полностью посвящен рецептам мороженого. Некоторые из них взяла на заметку и до сих пор использую.

ОСНОВНОЙ РЕЦЕПТ

Ингредиенты: 300 мл сливок жирностью 35 %, 3 яичных белка, 0,5 лимона, 80 г сахарной пудры, 100 г сахара, 0,3 ч. ложки ванильного сахара. Для украшения: зеленое яблоко, красное яблоко, 2 ст. ложки сахара, сок 0,5 лимона.

Способ приготовления. Сливки перелить в сотейник, добавить сахар, ванильный сахар, перемешать и проварить на медленном огне в течение 30 минут. Остудить и взбить миксером до пышной пены. Отдельно взбить яичные белки с сахарной пудрой и соком лимона в плотную пену. Аккуратно ввести взбитые белки во взбитые сливки и осторожно перемешать. Накрыть миску с плюмбиром пищевой пленкой и поставить в морозильную камеру. Через три часа достать замороженную массу, снова взбить миксером и вернуть в морозильник еще на три часа.

Яблоки нарезать тонкими кружочками. Сбрызнуть соком лимона, посыпать сахаром и перемешать. Сложить яблочные кружки парами – зеленого и красного яблок. Между парой положить шарик мороженого. Рецепт этого мороженого можно разнообразить, добавив в него разные ягоды и шоколад.

АБРИКОСОВЫЙ ПЛОМБИР

Ингредиенты: 300 мл 35-процентных сливок, 3 яичных белка, 0,5 лимона, 80 г сахарной пудры, 100 г сахара, 0,3 ч. ложки ванильного сахара, 500 г абрикосов.

Способ приготовления. Абрикосы разрезать пополам и удалить косточки. Половину отложить, а оставшееся мелко нарезать. При-

готовить сливочную массу, как в предыдущем рецепте. Добавить нарезанные абрикосы, перемешать, отправить в морозильную камеру. Взбить, как описано выше.

ПАРФЕ ИЗ ЧЕРНИКИ

Слово «парфе» с французского переводится как безукоризненный, великолепный. Это одна из разновидностей мороженого, в которую, помимо сливок и белков, еще добавляют желтки, что делает массу более плотной и шелковистой.

Ингредиенты: 2 яйца, 70 г сахара, 200 г ягод черники, 300 мл 33-процентных сливок, 70 г сахарной пудры, лимон.

Способ приготовления. Чернику тщательно перебрать, помыть, обсушить бумажным полотенцем и измельчить в блендере. Добавить в черничное пюре сок лимона и перемешать. Отделить яичные желтки от белков. Белки перелить в жаростойкую посуду и слегка взбить с сахарной пудрой. Переставить на кастрюлю с кипящей водой и, постоянно взбивая венчиком, уваривать пять минут. Снять с огня, переставить в миску, наполненную льдом, и продолжать взбивать, пока белки не загустеют. Дать остыть.

Желтки растереть с сахаром до появления пены. Сливки взбить миксером в густую пену. Добавить в желтки взбитые белки и сливки. Осторожно перемешать. Ввести в смесь черничное пюре, аккуратно перемешать. Выложить парфе в пластиковый контейнер, накрыть крышкой или пленкой и поставить в морозильную камеру на пять часов.

Подготовила Лана АСЛАНОВА



КРОССВОРД

По горизонтали: 6. Глубоководный самоходный аппарат для океанографических исследований. 8. Зал в театре для пребывания зрителей перед началом спектакля, во время антрактов. 9. В древнегреческой мифологии искусный мастер, архитектор и ваятель, построил для Миноса, царя острова Крита, знаменитый лабиринт. 10. Международный политический договор. 11. Гавань, пристань. 12. Государство в Южной Америке. 17. Карельская, финская, эстонская народная эпическая песня. 18. Совокупность вооруженных сил государства. 20. Полуостров на Черном море. 21. Группа островов, расположенных на близком расстоянии друг от друга.

По вертикали: 1. Сокращение сочинения, вы-

держки из него, очерк. 2. Упражнение для развития исполнительской техники. 3. Короткая палка, которую использует регулировщик движения. 4. Древняя порода собак Китая. 5. Надстроная запятая. 7. Строение древесины, горной породы. 13. Ветер огромной разрушительной силы. 14. Город-порт в США, где построили первое в мире «чертовое колесо». 15. Независимая проверка финансово-хозяйственной деятельности. 16. Приспособление для уравнивания большей силы меньшей. 18. Молочная водка у народов Монголии и Южной Сибири. 19. Общественное учреждение для самых маленьких.

Составила
Фатима КАРАЦУКОВА

По горизонтали: 1. Абрикос. 2. Стод. 3. Жезл. 4. Шарпей. 5. Апостроф. 6. Текстура. 7. Ураган. 14. Чкало. 15. Аудит. 16. Рычал. 18. Арх. 19. Ясли. По вертикали: 1. Крестик. 2. Архитектор. 3. Кривая. 4. Архипелаг. 5. Батискаф. 6. Батискаф. 8. Фойе. 9. Дедаг. 10. Лакт. 11. Порт. 12. Перу. 17. Руна. 18. Ответ на кроссворд

• КИНОЗАЛ ДЛЯ ОДНОГО

ИЗ ЧЕГО ЖЕ, ИЗ ЧЕГО ЖЕ, ИЗ ЧЕГО ЖЕ СДЕЛАНЫ НАШИ ДЕВЧОНКИ?

Сказать, что мы ждали «8 подруг Оушена», - значит ничего сказать о том градусе негерпения, который настиг нас к середине июня. Еще с момента выхода последней (на сегодняшний день) части про Оушенов слухи постоянно создавались, и обрывки их долетали к нам из-за океана, обрстая уже бесконечным количеством подробностей. Мы то четырнадцатого друга ждали, то подруг и вот, наконец, дождалась!



Фильм стал в какой-то мере гимном борьбы женщин Голливуда за свои права – он делался на пике скандала с харрасментом и активизации движения «Me too», из-за некорректных в этом контексте высказываний Мэтта ДЕЙМОНА эпизод с его участием даже удалили при монтаже картины. Хотя с чисто феминистской точки зрения к фильму можно предъявить не одну претензию, и начинать следует с названия. Справедливости ради стоит оговориться, что речь идет именно о русском варианте. Оригинальный заголовок «Ocean's Eight» вроде бы идентичен приквелам, начиная с «Ocean's Eleven», но если в английском языке нет разницы в грамматическом роде фамилии, то в русском, очевидно, что речь идет о мужчине – Денни Оушене, а не его сестре Дебби Оушен. Ведь в этом случае фильм должен был бы называться «8 подруг Оушен» - без склонения фамилии, принадлежащей лицу женского пола. Но в оправдание отечественных прокатчиков стоит сказать, что игру слов и ассоциаций оригинального названия можно было перенести на русскоязычную почву только так.

Гораздо более существенные замечания к системе образов главных героинь. Да, с одной стороны, прекрасно удалось создателям фильма обойтись без мужчин, сделать их «козлами отпущения», решить те же вопросы, с которыми справлялись целых одиннадцать маскулиных героев, силами всего восьми женщин. Но если вернуться к лингвистике, то можно позаминствовать отсюда термин «калькирование» – он лучше всего объяснит основной принцип построения ансамбля главных героинь. Здесь есть возрастная лидерша-брюнетка (Сандра БУЛЛОК), у нее оборожительная подружка-блондинка (Кейт БЛАНШЕТ), кроме того, в команде афроамериканка-хакерша (Рианна), азиатка-фокусница (Аквафина), человек-ха-

мелеон (Сара ПОЛСОН). Параллели с трилогией Стивена СОДЕРБЕРГА про Оушенов, я думаю, вслух можно не произносить: кто смотрел, и так все понял, а кто еще не смотрел, тот счастливчик, у которого все впереди! Дальше авторы «8 подруг» чуть пофантазировали, добавив индианку-ювелира (Минди КЕЙЛИНГ), дизайнера с чудачествами (Хелена БОНЕМ КАРТЕР) и актрису-глупышку (Энн ХЭТЗУЭЙ), но на концепции это в целом не отразилось.

Да, надо отдать должное всем героиням и актрисам: они не менее виртуозны, чем их негласные соперники, и уж точно куда более блистательны. Но они словно бы соревнуются с ними и копируют их во многом, даже в повадках и поведении. Не очень-то по-феминистски. А кроме того, мужчины в своих мотивах выглядят и побороднее: они преступники не только по зову сердца, но и вынужденно: в первый раз идут на дело из любви Денни Оушена к бывшей жене, во второй – ради спасения ее же и их жизни, а в третий – во имя мужской дружбы. Женщинами же руководит какая-то бабская мечта: просто наказать бывшего. Так себе мотивация для амбициозных и самодостаточных.

А теперь о хорошем! «8 подруг Оушена» - это динамичная интригующая история, в которой, хоть и присутствуют некоторые штампы и недоговоренности, но есть место главному в фильмах своего жанра: колоссальному удовольствию зрителя и, как мне кажется, актеров и прочих создателей. Фильм смотрится не просто легко – он как-то молниеносно врывается в сознание, и пока устраиваешься поудобнее в кресле, подхватывает тебя и бросает в эпицентр своего водоворота.

Прекрасные актерские партии Кейт Бланшет, Хелены Бонем Картер, Энн Хэтзуй, пусть не станут в профессиональном плане какими-то вехами, но зато наполнены изяществом и задают прекрасный импульс. Их авантюризм сложнее мужского: они не просто отплетые мошенницы, но еще и превосходные актрисы – внутри своей роли каждая играет еще одну, а то и несколько ролей. Кроме того, все они безукоризненно стильные, а это та еще задачка – разрабатывать план ограбления и параллельно следить за своей прической, макияжем и сочетанием аксессуаров. Остаются только гадать, как в огромном неотапливаемом помещении героини умудрялись так идеально укладывать волосы?! Так что, кто из Оушенов – брат или сестра более крут, в конце концов, не так уж очевидно.

Томас ТЕХАЖЕВА

• В РАЙОНАХ РЕСПУБЛИКИ

ЛЮБОВЬ ХРАНИТЕ ДО СЕДИН

Майский район готовится с размахом отметить День семьи, любви и верности. 6 июля в зале городской администрации Майского состоится районный праздник «Любовь храните до седины». Развлекательная программа «Наговорная водица», которую проведет клуб выходного дня «Веселая пятница», стартует в 18 часов на главной площади города. А праздник «Любите и будьте любимы» пройдет в ДК «Россия».

Мероприятия запланированы и в поселениях района. Витражная выставка «Ромашка любви», конкурс рисунка «Моя семья в будущем» для молодежи и праздничные посиделки «Счастливы вместе 25 лет» пройдет 6 июля в ДК «Октябрь» станицы Александровской. Час полезных советов «Любовь и быт. Что победит?», а также семейный вечер отдыха «Адрес семейного счастья» в этот же день состоится в Октябрьском СДК. Семейный праздник «Ромашковая Русь» пройдет 7 июля в Ново-Ивановском СДК. Народное гуляние «Любовь и верность на века» в Котлярском СДК начнется в 18 часов 30 минут.

Конкурс рисунка на асфальте «Папа, мама, я – дружная семья!» проведут сводные отряды ОУ, МКУ ДО ЦДТ. Выставка поделок декоративно-прикладного творчества «Моя семья – мое богатство» откроется 8 июля в Центре детского творчества.

Газета «Майские новости» подготовила к празднику статьи и очерки о многодетных семьях района.

Ольга КАЛАШНИКОВА

ПИР ДУХА • ШУМ НА СТАДИОНЕ

Этот чемпионат мира – просто-напросто пир духа. Исполняет мечты, так сказать. Но только, конечно, если вы не Лионель МЕССИ или Криштиану РОНАЛДУ, тогда у вас слишком сложные мечты. А давайте помашем рукой вслед тем белым лайнерам, в которых покидают хлебосольную заклятые друзья из Португалии и Аргентины. Мы не узнали, кто круче. И, может, тепер «Золотой мяч» отдадут кому-то другому.

А мы – люди простые и хотим чего-то такого, что запомним надолго, что нас потрясет и удивит. Ну, поехали! Вот что мы увидели за прошедшую неделю на

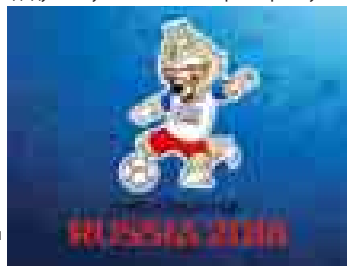
черноземных полях нашей Родины. Ио-хо-хо! Со мной такое бывает крайне редко – анонсированное мной чудо случилось. Южная Корея показала фигу, что по несчастью пришлось разглядеть немцам, которые настолько надменно и уверенно в себе ее разглядывали, что незаметно для себя оказались в поезде на «франкфурт» или «фракфурт», а может, на фудкорт... Что-то с ними произошло невероятное. Это на самом деле самое подходящее слово – «невероятное». Так не бывает – просто корейцы не знали.

А еще провалилась Африка. В тартарары куда-то. Африки пока нет на футбольной карте мира – там есть отчаяние, несправедливость (здесь очень субъективное чувство). Объективную силу Африка показала разве что перед Панамой. В остальном, как обычно: судья виноват и «в понедельник их мама родила». А футбола мало, почти нет.

Наверное, вы даже не знаете, что в понедельник увидели самое

обычное для чемпионатов мира дело, – это рубрика «самое вероятное»: Мексика поехала домой после 1/8 финала. Она всегда так делает. Трудно понять, как ей это раз за разом удается, но удается. С-стабильность.

Извините за телеграфный слог, но места мало, а помянуть бы хорватов и французов, Кавани и что-то еще. Но надо похвалить японцев, которые прыгнули выше головы,



причем сразу двух: своей и бельгийской, но бельгийская голова отпрыгалась в ответ, и это было захватывающе. Первый триллер. Огонь! Японцев можно не жалеть, они красавцы.

с бразильцами.

Тут все молодцы.

И, наконец!

Победа! Наша!

Сборная России сквозь гомон и неверие, терпение и перетерпение, опять же вопреки, понимая, кто мы, а кто они, сделала так, что мы захлебнулись в победном крике. Об игре здесь говорить особо нечего: те катали мяч, будто им причитается что-то обещанное, мы стойко делали непонимающий, что именно обещано, вид. Но иначе мы и не выиграли бы. Ведь в том самом нашем суперудачном 2008 году мы уже играли, по сути, с этой сборной Испании, которая тогда только открывала свое «золотое поколение» миру, и нам было тогда очень больно. АКИНФЕЕВ с ИГНАШЕВИЧЕМ помнили.

А теперь победа! Праздник! Пир духа!

Дальше все уже не кажется несбыточным, дальше хочется большего!

Давайте, парни! Сделайте это снова!

Алим БИТОКОВ

**УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ**

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

Редакционная коллегия:
Ф. КАРАЦУКОВА (отв. секретарь),
О. КАЛАШНИКОВА (редактор отдела),
М. БАЙСИЕВА (редактор отдела),
Над номером работали:
М. БИТОКОВА – дежурный редактор номера;
Т. БЕКУЛОВА – комп. верстка;
И. ПОГОРЕЛОВА – корректор

Телефоны
42-26-75 – отв. секр.;
42-75-34 –
корреспондентская;
42-26-75 – факс;
42-69-96 –
реклама

Газета отпечатана
в типографии
ООО «Тетраград»
г. Нальчик,
пр. им. В.И. Ленина, д. 33

Выходит по средам.
Тираж **3330**. Заказ **678**.
Время подписания в печать
по графику – **18.00**
Фактически 3 июля в 17.00
Индекс – **31222**

Газета «Горянка»
зарегистрирована
Регистрационным управлением
Роскомпечати
в Кабардино-Балкарской
Республике
23.07.1998 г.
Регистрационный номер -
Н-0143

**АДРЕС РЕДАКЦИИ
И ИЗДАТЕЛЯ:**
360000,
г. Нальчик, пр. Ленина, 5
E-mail: gazeta-goryanka@list.ru.
Instagram: goryanka_gazeta.
You Tube: Газета Горянка