

№ 37 (1150)

15 сентября 2021 г.

Издается с 1993 г.



# Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-  
версия:  
[www.goryankakbr.ru](http://www.goryankakbr.ru)

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Астемира Шебауова



**Оксана  
РАБАНОВА,**  
сотрудник Росгвардии,  
член женсовета  
города Прохладного

с. 5

# ХАРАКТЕР НАСТОЯЩЕГО БОЙЦА

14 сентября в Колонном зале Дома Правительства состоялась торжественная церемония вручения высшей государственной награды республики - ордена «За заслуги перед Кабардино-Балкарской Республикой» олимпийской чемпионке по прыжкам в высоту Марии ЛАСИЦКЕНЕ. Указ о награждении Глава КБР Казбек КОКОВ подписал 30 августа. На мероприятии присутствовали первые лица республики, в том числе олимпийские чемпионы, прославившие Кабардино-Балкарию в разные годы.

Поздравляя именитую спортсменку, Казбек Коков отметил, насколько сложным был ее путь к олимпийскому пьедесталу. Но Мария проявила характер настоящего бойца, силу духа, целеустремленность и одержала убедительную победу. Буквально на днях она стала победительницей «Бриллиантовой лиги», тем самым еще раз доказав, что равных ей в этом виде спорта на сегодняшний день в мире нет. Безусловно, всех этих достижений не было бы без выдающегося наставника - заслуженного тренера России Геннадия ГАБРИЛЯНА, слаженной работы всей команды, а также поддержки родных и близких. «От имени жителей всей республики поздравляю Марию и Геннадия Гарикивича со всеми замечательными достижениями. Желаю новых ярких побед», - сказал К. Коков.

Успехов и побед Глава республики пожелал еще одному нашему известному легкоатлету - участнику Олим-



пийских игр в Токио Сергею АКИМЕНКО, за которого мы всей республикой также болели. Казбек Коков подписал Указ о его награждении Почетной грамотой КБР.

После церемонии вручения награды Глава КБР, Мария Ласицкене и Геннадий Габрилян приняли участие в установке памятной таблички с именем спортсменки на Олимпийской аллее славы в Нальчике.

Чествование продолжилось на площадке перед Универсальным спортивным комплексом, где состоялась концерт и встреча со спортивной молодежью республики, детьми и болельщиками. Приветствуя собравшихся, Мария сказала: «Где бы я ни выступала, никогда не забываю, откуда родом, я счастлива представлять родную Кабардино-Балкарию по всему миру». Со словами благодарности и пожеланий будущих побед Казбек Коков вручил Марии Ласицкене ключи от квартиры, а Геннадию Габрилян - от автомобиля.

15 сентября выдающуюся спортсменку и ее тренера чествуют в спортивной школе Прохладного, где готовили Марию. По решению совета местного самоуправления г.о. Прохладного спортивная школа теперь будет носить имя олимпийской чемпионки. В честь такого знаменательного события на центральном стадионе города состоится спортивный праздник, который завершится любительским футбольным матчем прохладненского «Энергетика» с ростовским футбольным клубом «Нахичевань».

Алена ТАОВА

\* \* \*

**Уже всем – и профессионалам спорта, и болельщикам известно: Мария Ласицкене прыгает тем лучше, чем сложнее для нее ситуация. Ни одна из ее побед на Олимпиаде и трех чемпионатах мира не давалась легко – все в упорной борьбе. Она завершила сезон победой на международном турнире в Берлине.**

А до этого уже в ранге олимпийской чемпионки приняла участие в стартах «Бриллиантовой лиги» - ежегодной серии коммерческих соревнований по легкой атлетике, организатором которой выступает Международная ассоциация легкоатлетических федераций (ИААФ). На 12-м этапе «Бриллиантовой лиги» в Брюсселе, преодолев планку на высоте два метра ровно, Мария стала второй. За победу традиционно с россиянкой боролись медалистки Игр в Токио Никола МАКДЕРМОТ из Австралии и украинка Ярослава МАГУЧИХ.

В Цюрихе в финале «Бриллиантовой лиги» в первый день соревнований Мария Ласицкене вновь показала характер, взяв с третьей попытки, как и в Токио, злополучные 1,96, а затем с первой – 1,99. После того как ее основные соперницы - медалистки Олимпийских игр Никола Макдермот и Ярослава Магучих взяли по 2,01, Мария пропустила эту высоту и с первой попытки в блестящем стиле взяла 2,03 м. Магучих продолжала лидировать, также с первого раза взяв 2,03, а вот Макдермот отступила и две попытки перенесла на 2,05 м. Все трое не справились с первой попытки с высотой 2,05 м. Первой закончила Макдермот, у которой вторая заключительная попытка также была неудачной. Ярослава тоже не справилась со второй попытки с этой высотой, а Мария взяла, установив рекорд соревнований, который с 2004 года принадлежал Хестре КЛОТЕ из Южной Африки (2,04).

Таким образом Мария Ласицкене верну-

лась на первое место в мировом рейтинге женских прыжков в высоту. Из 140 недель существования мирового рейтинга Ласицкене возглавляла его 136 недель, на четыре недели его «забрала» Ярослава Магучих.

Говоря в одном из интервью об итогах столь сложного для нее сезона, Мария отметила, что он был особенным и фантастическим. Много сил и энергии было потрачено, чтобы выступать успешно. После травмы было непростое восстановление. На вопрос, откуда берет силы, спортсменка ответила: «Силы есть, потому что вокруг те, кто меня поддерживает, - семья, родители, Геннадий Гарикивич (тренер ГАБРИЛЯН – ред.), муж Владас, все со мной, все за меня. Это бодрит».

В летнем сезоне-2021 М. Ласицкене стала олимпийской чемпионкой и в пятой раз победила в финале «Бриллиантовой лиги», показав лучший результат сезона в мире, - 2,05 м. В активе Ласицкене три победы на чемпионатах мира, две - на чемпионатах мира в помещении, «золото» и «серебро» чемпионатов Европы, два «золота» континентальных первенств в помещении.

Ольга КАЛАШНИКОВА

## ВЫБОРЫ-2021

### ПАРТИЯ РОСТА ТРЕБУЕТ ПЕРЕСМОТРА ПЕНСИОННОЙ РЕФОРМЫ

4. Ставку социальных взносов сделать 15%. Для этого необходимо отменить пониженные страховые взносы для льготных категорий.

5. Предоставить гражданам альтернативную возможность получения пенсионных прав.

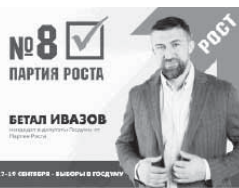
В зависимости либо от возраста (не менее 55 лет как для мужчин, так и женщин), либо от трудового стажа (не менее 35 лет). То есть если ты проработал 35 лет, можешь выйти на пенсию в 55, но с маленькой пенсией. Если выходишь на пенсию в 70 по своему желанию, она гораздо больше.

6. Разрешить выкупать пенсионный стаж полностью или частично. В настоящее время подобная возможность практически отсутствует. Перед выходом на пенсию гражданам необходимо предоставить возможность купить недостающий пенсионный стаж за любой период.

7. Накопительную систему для работающего поколения перевести на сугубо добровольную основу. И если гражданин решает формировать свою накопительную пенсию, он и его работодатель должны иметь льготы. Нужно вернуть принцип софинансирования. Именно за счет такой системы коэффициент замещения может быть поднят до рекомендованных МОТ 40%. Пенсии станут больше, а порядок их начисления честнее.

8. Пенсионные счета необходимо сделать собственностью гражданина, а не государства. В результате каждый гражданин получит возможность управлять своим счетом и передавать его по наследству.

Указанные меры позволят изменить сложившуюся ситуацию и создать пенсионную систему, гарантирующую уверенность в завтрашнем дне у граждан современной России.



### КОМПАРИЯ КОММУНИСТЫ РОССИИ

ВЕРНЁМ СССР!

№10



+7 495 963-0-01  
www.kprf.ru

ЛИДЕР ПАРТИИ НАСТОЯЩИХ КОММУНИСТОВ МАКСИМ СУРАЙКИН

Материалы публикуются бесплатно в соответствии с Федеральным законом №20-ФЗ «О выборах депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации»



**Яблоко**



**УВАЖАЕМЫЕ ИЗБИРАТЕЛИ!**  
ПРОГРАММА ПАРТИИ «ЯБЛОКО», С КОТОРОЙ Я ИДУ НА ВЫБОРЫ: «СВОБОДА. ПРАВА ЧЕЛОВЕКА. ДЕМОКРАТИЯ. ЖИЗНЬ БЕЗ СТРАХА»

Да, люди должны жить лучше, а страна быть сильнее. Россия должна быть достоянием детей, как, впрочем, и взрослых. Но ни в коем случае не наоборот. Но для этого необходимо, чтобы выполнялись социальные обязательства, была поддержка пенсионеров и семей с детьми, развивались медицина, образование, наука, инфраструктура. Чтобы были макроэкономическая стабильность, поддержка бизнеса, который вкладывает средства в страну. Обязательства государством должны исполняться. Необходимо ввести ответственность за дела, авторы законов должны знать, что придется отчитываться перед народом. Проблемы у народа во всех регионах одни, и связаны они с экологией, предпринимательством, низкими зарплатами, медициной и образованием.

И одна проблема на всех – то, что власть, депутаты оторваны от людей. Сейчас огромная диспропорция между элитой и обществом, жизнь в параллельных мирах. Вопиющая несправедливость в обществе, так жить невозможно. Укрепляется авторитаризм. Не может не возмущать факт, что большинство людей выживают, не зная, как купить или оплатить жилье, где взять деньги на лекарство. И прослойка, которая живет за счет всего населения. У нас в России называют иностранными агентами тех, кто борется против домашнего насилия, за права инвалидов, за права больных, за защиту окружающей среды. Это не инагенты, а агенты своего народа. Уважаемые избиратели! Необходимо выразить на выборах свою волю за свободу. Нужны новые подходы, новые ответственные и небезразличные люди. В наследство России досталась лучшая в мире страна, владеющая 42% мировых запасов природных ресурсов. Согласно Конституции в Российской Федерации 85 равноправных субъектов. Все проблемы регионального развития – от недостаточного и неравномерного финансирования. Необходимы изменение приоритетов бюджета в пользу социальной сферы и экономики и более справедливое распределение доходов между федеральным центром, регионами и муниципалитетами. Необходимы сокращение расходов на госаппарат, полицию и спецслужбы, на дотации регионам и направление освободившихся средств в социальную сферу: здравоохранение и образование. Доли расходов на здравоохранение и социальную политику в ВВП в соответствии с новым бюджетом «Единой России» будет сокращаться. А мы говорим: необходимо увеличение хотя бы до 8%. Почему огромное количество социальных проблем? Почему люди получают подкачки, а не достойную зарплату и пенсию? Бессмысленно принимать меры по стимулированию рождаемости без исправления ситуации с миграцией, урбанизацией, повышенной смертностью. Люди должны получать доходы не через пособия, а через зарплаты. Необходима единая тарифная оплата труда работников бюджетной сферы. Сокращение расходов по сравнению с предыдущими планами предусмотрено для охраны окружающей среды, жилищно-коммунального хозяйства, образования. При этом не трогают расходы на госаппарат, полицию и спецслужбы. У нас поддерживают крупные агрохолдинги, а нужна поддержка фермеров. Необходимы борьба с коррупцией, ответственность за работу, а не возможность прятаться за депутатскими мандатами. Уважаемые избиратели! Голосуя за «Яблоко», вы голосуете за свободу, за права человека, за свободу слова, за мирную политику. Когда в стране отсутствуют право и закон, тогда начинаются произвол и беззаконие. Российские граждане хотят жить в свободном, сильном государстве. Необходим голос свободы в Думе, необходимо снять ярлык инагентов со СМИ, с правозащитных организаций, а сейчас ситуация, как в 30-е годы, когда вешали ярлык врага народа. Власть должна прислушаться к возмущениям народа. 20 лет обещаний, но жить легче не становится. Права только на бумаге. Необходимы экономические реформы, необходимо внедрять чистые технологии в производство. **МЫ ЛЮБИМ СТРАНУ, МЫ ЛЮБИМ НАШУ РЕСПУБЛИКУ, МЫ ДОЛЖНЫ ЖИТЬ ЛУЧШЕ.** Прошу поддержать идеи партии «Яблоко». Мне нужна ваша поддержка, уважаемые избиратели! Вам предстоит сделать серьезный выбор. С уважением Ирина АТАМАНОВА



**ПАРТИЯ РОДИНА**  
**ОЛЕГ КУЗЬМИНОВ**  
**ЗАЩИТИМ ТРАДИЦИОННЫЕ ЦЕННОСТИ**

Меня зовут КУЗЬМИНОВ Олег Владимирович. С 2017 года являюсь президентом благотворительного фонда помощи тяжелобольным и инвалидам «Милосердие 07» и не понаслышке знаю обо всех проблемах народа, малого бизнеса и производства, проблемах бедности и социальной защиты населения. Большинство проблем, с которыми я сталкивался, можно решить, только закрепив новые законы на федеральном уровне. Поэтому в этом году я принял решение баллотироваться в депутаты и воплотить свои программы для улучшения жизни граждан в нашем государстве.

**О смертной казни**  
Я считаю, что высшая мера – вынужденный, крайний, но необходимый инструмент защиты жителей и государства от тех, кто потерял право называться человеком. Убийцы, педофилы, террористы не имеют права жить. Содержать их десятилетиями в тюрьмах за счет народа нечестно и несправедливо по отношению к их жертвам. К власти должны прийти те, кто защищает национальные интересы России и ее жителей!

**Буду бороться за:**  
➤ Процветание регионов и каждого города, деревни, поселка.  
➤ Справедливость, свободу и законность для каждого гражданина.  
➤ Мощное и эффективное государство не может состоять из обесцененных, безжизненных территорий.

**Россия не для элит, а РОДИНА для всех россиян!**  
Никакие санкции и враждебные действия Запада не смогли разрушить нашу страну. Мы смогли устоять! Пора подумать о будущем! Защитим национальные интересы страны и наших сограждан! Для меня семья – высшее духовное достояние. Сегодня вместо учителей за «воспитание» наших детей взялись блогеры и псевдоученые из интернета и с экранов телевидения. Это надо остановить любой ценой. Без семьи не будет государства и страны. Власть должна быть для народа, а не народ для власти. Власть не должна забывать, что она существует за счет налогов на родо. Поэтому она должна делать так, чтобы народ был богатым. Тогда и государство будет богатым и сильным.

**ПАРТИЯ РОДИНА**  
Защитим национальные интересы

**ПОЗИЦИОНИРОВАНИЕ ПАРТИИ «РОДИНА»**  
Партия «РОДИНА»: «Мы мзду не берем, нам за державу обидно!»

**Что такое партия «РОДИНА»?**  
Мы объединим тех, кто ЗА Россию. За сильное и процветающее государство. За благополучие и богатство народа. За развитие и благодействие регионов и каждого города, деревни, поселка. Мы государственники, державники. Мы партия преданных России патриотов. Мы ЗА возврат русских земель на Родину. Мы плоть от плоти земли российской. Другой Родины у нас нет и не будет.

**Что делает партия «РОДИНА»?**  
Хранит веру отцов и дедов, традиции и культуру нашей страны. Защищает национальные интересы державы и ее жителей. Не дает местной власти превратить области и республики в удаленные княжества, в зоны экономического и уголовного беспредела. Борется с национал-предателями: прозападными либералами, коррупционерами и олигархами.

**Что добивается партия «РОДИНА»?**  
Развития без потреснивания; создания без револуций; общества без неравенства; патриотизма без фашизма; власти без предателей; пенсий без нищеты; стабильности без застоя. Мы считаем: коррупция должна быть приравнена к измене Родине

**ПАРТИЯ «РОДИНА», ЕСЛИ ЗА РОССИЮ...**

**ЛДПР**

**ОСНОВНЫЕ ПУНКТЫ ПРЕДВЫБОРНОЙ ПРОГРАММЫ ЛДПР-2021**

**СОЦИАЛЬНАЯ ПОЛИТИКА**  
Ежемесячно выплачивать МРОТ многодетным матерям и пособие по воспитанию детей до 14 лет. Дорогу молодым! Создать Министерство по делам молодежи и выбрать министра путем голосования в интернете. Запретить коллекторскую деятельность. Коллекторы выбивают из людей долги, нависшие в результате действий мошенников или навязчивой и недостоверной рекламы кредитных организаций.

**РЫВОК ВПЕРЕД!**  
Создать министерство по демографии. Бесплатно лечить бесплодие. Уговаривать женщин отказаться от аборта, оказывать им финансовую помощь при передаче ребенка на воспитание государству. Направить в регионы с сокращающимся населением дополнительные средства федерального бюджета. Защищать традиционные семейные ценности. Поддерживать все традиционные религии России. Защищать христианство. Все алименты выплачивать из федерального бюджета, а не из кармана родителей. Установить их размер - не менее 25% от средней заработной платы в регионе. «Назад в деревню!» Развивать малые города, строить там предприятия, жилье и дороги. Снизить налоги для населения малых городов и сел. Агитировать людей к переезду из крупных городов в провинцию.

**ЗДОРОВЬЕ И ЭКОЛОГИЯ**  
Требуется повысить базовые оклады медикам. Врач должен думать о здоровье пациента, а не о том, как сэкономить деньги. Вернуть полностью бесплатное здравоохранение и добиться возврата на тот высокий уровень, что был утерян после распада СССР. Запретить закрывать больницы под красивыми и лживым лозунгом «оптимизация». Перейти на стопроцентное федеральное финансирование системы здравоохранения. Бесплатно вакцинировать граждан и обеспечивать их медицинскими лекарственными препаратами в период эпидемий.

**ЭКОНОМИКА**  
Запретить продавать за рубеж необработанное сырье (нефть, лес, пшеницу). Вместо этого продавать продукцию переработки (нефтепродукты, мебель, макароны). Конфисковать имущество российских монополий, не связанное с их уставной деятельностью: виллы, офисы, самолеты, яхты и прочее. Увеличить плату за землепользование компаниям, использующим землю для свалок. Вести массовое малозаточное строительство - локомотив экономики. Каждая семья должна иметь отдельный дом с участком. Выдавать беспроцентные кредиты на покупку жилья. Создать единый федеральный центр подбора вакансий. Запретить въезд трудовых мигрантов, пока не будут трудоустроены все граждане России. Развивать российский туризм. Создать отели и дома отдыха дешевле и лучше, чем в Турции, Египте и на других курортах.

## • В ПАРЛАМЕНТЕ КБР

Парламент Кабардино-Балкарии возобновил работу осенней сессии после летнего перерыва. На первом заседании президиума депутаты почтили память своего коллеги Владимира БЕРДЮЖИ, заслуженного работника сельского хозяйства РФ, много лет возглавлявшего знаменитый сельхозкооператив «Ленинцы». На протяжении четырех созывов В. Бердюжа был депутатом законодательного органа республики, а два последних созыва – членом президиума Парламента КБР, сопредседателем комитета по межнациональным отношениям.

### ПОДДЕРЖАНЫ ИНИЦИАТИВЫ КОЛЛЕГ ИЗ ДРУГИХ СУБЪЕКТОВ

Депутаты рассмотрели большой блок проектов федеральных законов, законодательных инициатив и обращений из других субъектов РФ, касающихся контрактной системы в сфере закупок товаров, основ государственного регулирования торговой деятельности, ответственного обращения с животными, развития малого и среднего предпринимательства в РФ, а также внесения изменений в Бюджетный, Налоговый, Водный, Жилищный, Градостроительный кодексы РФ.

Обсуждены предлагаемые изменения в закон КБР «Об охране семьи, материнства, отцовства и детства». Они внесены Правительством КБР в соответствии с Указом Президента РФ в целях установления нового алгоритма определения размера ежемесячной выплаты на детей от трех до семи лет, применяемого с учетом степени малообеспеченности семьи получателя.

Рассмотрены также другие проекты законов КБР. Среди них изменения в закон «О туристской деятельности в КБР», расширяющий полномочия государственной власти субъекта в сфере туризма, в числе которых создание аттестационной комиссии для аттестации экскурсоводов и гидов-переводчиков, внесение сведений об экскурсоводах и гидах-переводчиках в единый федеральный реестр. Кроме того, изменения касаются организации и осуществления регионального государственного контроля (надзора) за деятельностью организаций, индивидуальных предпринимателей и физических лиц, применяющих специальный налоговый режим, которые оказывают услуги экскурсоводов, гидов-переводчиков и инструкторов-проводников.

Обсужден большой пакет проектов федеральных законов, законодательных инициатив и обращений из других субъектов РФ, касающихся пожарной безопасности, государственных пособий гражданам, имеющим детей,

поддержки сельскохозяйственных товаропроизводителей и т.д. В частности, поддержана законодательная инициатива Смоленской областной Думы по внесению проекта федерального закона «О почетном звании РФ «Город-герой». Учитывая социальную значимость, депутаты Парламента КБР поддержали обращение Думы Астраханской области к руководству страны по вопросу расширения круга лиц, имеющих право на досрочную страховую пенсию по старости в связи с осуществлением медицинской деятельности в учреждениях образования для детей.

Парламентарии единогласно поддержали обращение коллег из Государственного Совета Удмуртской Республики к Председателю Правительства РФ Михаилу МИШУСТИНУ по вопросу разработки нормативных правовых актов РФ, направленных на обеспечение безопасности образовательных организаций. Речь идет о разработке отдельной программы, предусматривающей целевое финансирование соответствующих мероприятий за счет средств федерального бюджета.

### НАЧАЛОСЬ ФОРМИРОВАНИЕ НОВОГО СОСТАВА ОБЩЕСТВЕННОЙ ПАЛАТЫ КБР

Парламент КБР сообщил о начале процедуры формирования нового состава Общественной палаты Кабардино-Балкарской Республики. Выдвижение кандидатов в Общественную палату осуществляется в соответствии с Федеральным законом «Об общих принципах организации и деятельности общественных палат субъектов Российской Федерации» и республиканского закона «Об Общественной палате Кабардино-Балкарской Республики». Со дня размещения информации о начале процедуры формирования нового состава Общественной палаты некоммерческие организации, структурные подразделения общероссийских и межрегиональных общественных объединений, зарегистрированные на территории Кабардино-Балкарской Республики, направляют заявления

о выдвижении кандидата в состав Общественной палаты, оформленные решениями полномочных органов соответствующих организаций (структурных подразделений). Указанные заявления должны содержать информацию о деятельности некоммерческой организации (ее структурного подразделения), а также сведения о представителе в состав Общественной палаты.

Структурные подразделения общероссийских и межрегиональных общественных объединений, зарегистрированные на территории Кабардино-Балкарской Республики, направляют заявления о желании включить своих представителей в состав Общественной палаты с приложением необходимых материалов Главе КБР не позднее тридцати дней со дня размещения информации о начале процедуры формирования нового состава Общественной палаты.

Некоммерческие организации, в том числе региональные общественные объединения, зарегистрированные на территории Кабардино-Балкарской Республики, направляют заявления о выдвижении кандидата в состав Общественной палаты с приложением необходимых материалов в Парламент Кабардино-Балкарской Республики не позднее тридцати дней со дня размещения информации о начале процедуры формирования нового состава Общественной палаты.

Местные общественные объединения, зарегистрированные на территории Кабардино-Балкарской Республики, направляют заявления о выдвижении кандидата в состав Общественной палаты с приложением необходимых материалов в Общественную палату не позднее шестидесяти дней со дня размещения информации о начале процедуры формирования нового состава Общественной палаты.

Некоммерческие организации, имеющие право представлять кандидатуру члена Общественной палаты в Парламент Кабардино-Балкарской Республики, не позднее тридцати дней со дня размещения настоящей информации направляют Председателю Парламента Кабардино-Балкарской Республики заявление о выдвижении кандидата с приложением необходимых документов.

Ольга КАЛАШНИКОВА

- Эндокринология - обширное и не до конца изученное направление в медицине. Как получилось, что вы выбрали именно его?

- Совершенно случайно. Я вообще мечтала стать адвокатом и четыре года товила к поступлению на юридический факультет. Родители поначалу относились к этому снисходительно, как к моему очередному увлечению, пока не поняли, что это серьезно. В 11-м классе предложили рассмотреть другие варианты и «совершенно случайно» оказалась на дне открытых дверей в Ставропольском государственном медицинском университете. Экскурсия меня настолько впечатлила, что я кардинально поменяла свое решение стать юристом. Хотя на подготовку оставались считанные месяцы, чтобы подтянуть профильные предметы, которым никогда не уделяла должного внимания. В итоге все получилось, и я поступила на бюджет. Первые два года пришлось нелегко. А когда к теории прибавилась практика, стало интересно, и я утвердилась в мысли, что хочу быть доктором. Направление тоже выбрала не сразу. Всех пугало мое желание стать патологоанатомом. Но время расставило все по своим местам. В Министерстве здравоохранения КБР предложили выбрать эндокринологию, поскольку в республике нехватка специалистов этого направления. Ни разу не пожалела о своем выборе. На сегодняшний день это самое развивающееся, востребованное и очень сложное направление из всей терапевтической части медицины.

- В Кабардино-Балкарии заболевания эндокринной системы занимают лидирующее место. Почему так?

- Сахарный диабет является эпидемией XXI века не только для нашей республики. В конце сентября планирую участвовать в международном конгрессе, на котором будут обсуждаться эти проблемы и инновационные пути их решения. Если сравнивать пути подхода к предупреждению, методам диагностики и лечению заболеваний эндокринной системы в России и ряде европейских стран, то они

## БОЛЕЗНЬ ЛЕГЧЕ ПРЕДУПРЕДИТЬ



Наш собеседник - член Российской ассоциации эндокринологов, врач-эндокринолог, диетолог, аспирант кафедры общественного здоровья и здравоохранения КБГУ, федеральный эксперт компании Taiva Светлана ШИГАЛУГОВА из с. Исламей Баковского района. О выборе профессии, проблемах, стоящих перед отечественной эндокринологией, и как получилось, что наша республика стала занимать лидирующие позиции по числу людей с избыточным весом по региону, - об этом и не только наш разговор с врачом.

значительно разнятся. В республике нет специалистов, занимающихся профилактикой сахарного диабета, нет диетологов. Всегда легче предупредить болезнь, чем лечить. А ранняя диагностика заболевания могла бы значительно снизить последующие тяжелые осложнения. Если в нашей стране пациенту поставили этот диагноз, непременно жди осложнений. А это снижение качества жизни, ранняя инвалидизация.

К сожалению, в Кабардино-Балкарии много людей с лишним весом. Если раньше мы по всему Северному Кавказу были чуть ли ни на последнем месте по этому показателю, то сейчас в числе лидирующих. И если такая динамика сохранится, лет через пять возглавим этот рейтинг. Всею виной - наши гастрономические предпочтения. Я часто бываю в соседних республиках и могу сказать, что у них не так много точек быстрого питания. Там акцент делают на национальные блюда, а у нас - фастфуд. Мы любим все жареное, жирное и чтобы было побольше. Свою роль играет и снижение физической активности. Не стоит забывать, что гормоны отвечают лишь за пять процентов избыточного веса. Остальные 95 процентов -

следствие нерационального питания. Но самое ужасное, что мы любим открывать наших детей. В результате помолодел сахарный диабет второго типа. Это следствие лишнего веса. Радует лишь то, что в Нальчике появились заведения правильного питания, и это направление в гастрономии приобретает популярность.

- С какими проблемами к вам обращаются чаще всего?

- Прежде всего с сахарным диабетом, лишним весом и заболеванием щитовидной железы. У нас есть и много других сложных диагнозов, но они встречаются не так часто, потому что не сразу диагностируются. Болезнь может существовать и без каких-либо явных симптомов, а те, что появляются, человек списывает на другие причины. Жителям Кабардино-Балкарии, особенно прекрасной половине, присуща одна черта - терпеть до последнего. К врачу обращаются лишь в крайнем случае. У 70 процентов женщин в приоритете проблемы и нужды семьи. В результате они составляют 60 процентов пациентов с эндокринологическими заболеваниями. Это обусловлено гормональными изменениями. Мы больше склонны к эмоциональным всплескам. Стресс является провоцирующим фактором определенных заболеваний. Поэтому я бы посоветовала

по возможности не перегружать себя эмоционально. У мужчин часто причиной тех или иных заболеваний является неправильный образ жизни - курение, алкоголь и так далее.

- Возвращаясь к вопросу нехватки врачей в этой области. Эндокринологи есть в республике, только хороших специалистов мало.

- Это еще одна проблема республиканского масштаба. Большинство эндокринологов лечат пациентов лишь медикаментозно и только тогда, когда появились серьезные симптомы. Легче выписать кучу препаратов, таблеток и отпустить пациента. Тогда как акцент должен быть сделан на профилактике и предупреждении болезней и осложнений. Сейчас начала развиваться профилактическая медицина, но не все понимают, что это такое и что она является частью доказательной медицины.

Надо заниматься просветительской работой. Это очень важно, особенно в эндокринологии. Все-таки в нашей республике достаточно специалистов, знания которых пригодились бы как обычным пациентам, так и молодым врачам. Надо уметь делиться своими знаниями. Происходить это должно в том числе и в интернет-пространстве. На сегодняшний день оно превратилось в информационную свалку, где сложно найти профессиональное мнение. Все кому не лень становятся нутрициологами, диетологами, эндокринологами и так далее. Должен быть жесткий контроль, чтобы только дипломированные специалисты имели право вещать в массы квалифицированную информацию.

Напоследок скажу, что все самое эффективное для поддержания здоровья всегда простое и доступное: качественный сон, здоровое питание и положительные эмоции. Не надо ждать, что кто-то поможет. Постарайтесь изменить свой образ жизни, тогда непременно все изменится к лучшему.

Алена ТАОВА



# ЕСЛИ МЕЧТАЕШЬ ЧТО-ТО СДЕЛАТЬ, БЕРЕШЬ И ДЕЛАЕШЬ • БУДЕМ ЗНАКОМЫ



## ХОТЕЛОСЬ НАУЧИТЬСЯ ВСЕМУ

- Когда меня спрашивают, откуда я родом, ответить непросто. Мои родители из Ингушетии, а я родилась в Германии, где отец служил много лет, - рассказывает О. Рабанова. - Потом его перевели в Прохладный, и с тех пор мы обосновались здесь. Мой отец - ветеран боевых действий, награжден медалью Жукова за мужество и отвагу, проявленные при защите Отечества и государственных интересов Российской Федерации, и еще множеством других наград. Ушел из жизни 15 лет назад. Мама - учитель истории, тоже имеет много наград Министерства образования России и Правительства КБР, в том числе отмечена как победительница нацпроекта «Образование» в 2006 году, ветеран труда.

Я училась в гимназии №2 города Прохладного. Свой статус она приобрела позже, а тогда это была обычная школа. Мои школьные годы прошли под девизом «Мне все интересно», ходила в самые разные кружки, которые работали в школе: и на шитье, и на макраме, много лет отдала танцам - балльным и народным, пожалуй, это было моим основным увлечением в школьные годы. В общем, хотелось научиться всему, и такое стремление осталось у меня до сих пор. Ведь если кто-то что-то может, значит, этому могу научиться и я. Участвовала во всевозможных школьных олимпиадах - городских и республиканских. Не помню точно, о какой карьере мечтала в детстве, по-моему, хотела стать либо адвокатом, либо психологом. Но в десятом классе меня пригласили поучаствовать в экологическом проекте, тогда понятие «экология» только

Героиня нашей постоянной рубрики - спортсменка, активистка и просто красавица из Прохладного Оксана РАБАНОВА. Эколог по образованию, она после года работы радикально поменяла все в своей жизни. Сейчас является сотрудником Росгвардии, а вот ее главный жизненный принцип остался неизменным: никогда не сдаваться, если не получилось один раз, значит, надо пробовать сделать снова, пока не получится.

появилось в широком обиходе. В последние два года учебы в школе я ушла с головой в экологию. Участвовала в олимпиадах и во всероссийских конкурсах, была неоднократным призером в области экологии и биологии. За эти достижения в администрации города меня награждали несколько раз как активного ребенка, а в КБГУ предложили по результатам моих школьных достижений поступить в вуз без экзаменов на профильный факультет. Я выбрала охрану окружающей среды и рационального использования природных ресурсов и окончила учебу с двумя красными дипломами - инженера-эколога и преподавателя химии и биологии. Отработала год по полученной специальности и ушла в декретный отпуск. А вышла совершенно на другую работу. Моя сфера деятельности абсолютно изменилась, так как поступила на службу в Росгвардию. Поэтому сейчас основное мое увлечение - стрельба и бег. Они были изначально связаны с работой, но потом переросли в нечто большее.

## ПОБЕДИЛ - МОЛОДЕЦ, ПРОИГРАЛ - НАДО БОЛЬШЕ ТРЕНИРОВАТЬСЯ

- Помню свой первый старт на соревнованиях среди представителей Росгвардии по ЮФО в 2016 году. Это были мои первые крупные соревнования. И когда на старте я оказалась рядом с кандидатами в мастера спорта и мастерами спорта по бегу, меня, конечно, охватила паника, в голове пронеслось: что я, дилетант, любитель, вообще здесь делаю? Никакие уговоры членов команды не помогли. Уже была готова уйти со старта, чтобы участвовать в следующем забеге, где должны соревноваться такие же дилетанты, как я, слабые. Но подполковник, который руководил подготовкой нашей команды, подошел ко мне и сказал: «Ты хочешь быть сильной среди слабых или слабой среди сильных?» Эта его фраза у меня звучит в голове каждый раз, когда вижу перед собой сильных соперников, она помогает и успокаивает. В течение семи лет своей спортивной карьеры принимала участие во многих соревнованиях по стрельбе, служебному биатлону и легкоатлетическому кроссу.

Это были соревнования на уровне нашей республики, СКФО, как окружной призер выступала и на российских соревнованиях. Медалей и других наград - грамот и кубков у меня достаточно. Были победы и поражения, но на самом деле все это закаляет характер. Победил - молодец, не расслабляйся, впереди еще много работы. Проиграл - ничего страшного, значит, надо еще больше тренироваться, развиваться, чтобы снова оказаться на пьедестале. Потому что каждый раз соревнуешься в первую очередь с собой, а не с кем-то другим, с собой прежней и той, какая ты сейчас, вот и все.

Надо отметить, что с 2016 года команда Росгвардии по КБР на соревнованиях СКФО по служебному биатлону занимает первое общекомандное место. То есть мы не сдаемся уже много лет.

Благодаря увлечению профессиональной стрельбой и бегом я встретила много талантливых профессионалов, настоящих энтузиастов своего дела, которые меня всегда вдохновляли, многому научили и продолжают учить. Хочу отметить, что в Росгвардии много высококлассных спортсменов, специалистов, которые неоднократно доказывали свое мастерство на различных соревнованиях, в том числе международных, и в повседневной профессиональной деятельности. Эти люди увлечены своей профессией и с таким энтузиазмом могут об этом рассказать и все профессионально объяснить, что волей-неволей начинаешь их азарт ощущать на себе. В общем, не заметил, как тоже увлекся.

Именно здесь я поняла: надо учиться, учиться и еще раз учиться у тех, кто сильнее тебя, никогда не сдаваться, не получать один раз, значит, надо пробовать сотни раз, пока не получится. Проигрыш - это не поражение, а причина осмыслить свои ошибки и тренироваться еще больше. Все, что неожиданно изменяет нашу жизнь, на самом деле происходит не случайно, это шанс испытать себя, свою силу, свой характер, я уже давно перестала говорить «не могу», теперь говорю «попробую сделать все возможное». Потому что мы никогда не знаем, на что способны, пока не попробуем сделать.

## СОЗДАТЬ МЕЧТУ СВОИМИ РУКАМИ

- Конечно, как и все девочки, я представляла, что у меня будет большая дружная семья. Сейчас она не такая большая, мой муж умер тринадцать лет назад, зато наш сын - уже студент. Вообще я считаю, что мы сами создаем свое счастье. Надо не просто мечтать, но и что-то делать для этого. Поэтому у меня есть еще один жизненный лозунг - «Свою мечту мы создаем своими руками». Если начинаю чем-то увлекаться, ищу об этом разную информацию, решаю, что и как должна сделать, чтобы осуществить мечту, если надо научиться чему-то новому, иду и учусь, пока у меня не получится.

Я любитель путешествовать, была во многих уголках России и не только. Очень люблю природу, хочу заметить, что самые красивые места все-таки у нас в Приэльбрусье, наши горы, наши великолепные альпийские луга я просто обожаю. Может быть, я сужу предвзято, потому что это свое, родное, но пока меня в этом никто не переубедил, хотя есть много прелести и в других уголках по всему миру. Остальные увлечения активные - плавание, йога, велосипед. Недавно освоила ролики, это была мечта нескольких последних лет, но то времени не было, то страх пересиливал. Но в итоге в этом году все-таки встала на ролики и начала кататься.

## ЖИТЬ И ТВОРИТЬ

- Уже много лет я состою в совете женщин города Прохладного. Работаем под активным руководством Лидии ЧУМОВИЦКОЙ. Она была моим учителем математики в школе. Успела еще преподавать эту науку и моему сыну. Она активный и позитивный человек. Наш женсовет занимается многими вопросами: помогает пожилым людям, многодетным семьям, сотрудничает с органами опеки. Проводятся мероприятия по чествованию семей, которые отмечают юбилей совместной жизни. Помогаем ветеранам труда и Великой Отечественной войны. Я в основном отвечаю за спортивные мероприятия в группе здоровья. Многим запомнился прошедший несколько лет назад фестиваль здорового образа жизни среди пожилых людей. Все мы боимся старости, но когда смотришь на людей пожилого возраста, видишь, насколько они активны, энергичны и позитивны, и сам заряжаешься энергией, хочется жить и творить.

Ольга КАЛАШНИКОВА.  
Фото Астемира Шебзухова

## ОПРЕДЕЛИТЬСЯ ДО 1 ОКТЯБРЯ 2021 ГОДА

30 сентября - последний день приема заявлений от федеральных льготников для отказа или возобновления набора социальных услуг на будущий год.

денежной выплаты и включает медицинскую, санаторно-курортную и транспортную составляющие.

Федеральные льготники, име-

ющие право на НСУ, могут получить льготы в натуральной форме или в денежном эквиваленте. Стоимость набора социальных услуг ежегодно индексируется с

1 февраля. Отказаться можно как от полного набора социальных услуг, так и от конкретной его части.

Если же существующий поря-

док получения соцпакета (в виде натуральных льгот или денежного эквивалента) федеральный льготник менять не планирует, заявление подавать не нужно.



С заявлением можно обратиться как лично в клиентскую службу ПФР или офис МФЦ, так и на портале госуслуг или сайте ПФР. Заявление, поданное в текущем году, начнет действовать с 1 января 2022 года. Набор социальных услуг предоставляется получателям ежемесячной

**В ПФР продолжается прием заявлений на ежемесячные пособия для будущих мам, вставших на учет в ранние сроки беременности и находящихся в трудной финансовой ситуации, а также для одиноких родителей, которые воспитывают детей в возрасте от 8 до 16 лет включительно. Одним из критериев для назначения пособия является соблюдение правила нулевого дохода.**

Правило нулевого дохода предполагает, что пособие назначается при наличии у взрослых членов семьи заработка (стипендии, доходов от трудовой или предпринимательской деятельности или пенсии) или отсут-

## О ПРАВИЛЕ НУЛЕВОГО ДОХОДА

ствии доходов обосновано объективными жизненными обстоятельствами.

К таким обстоятельствам относятся: уход за детьми, в случае если это один из родителей в многодетной семье (т.е. у одного из родителей в многодетной семье на протяжении 12 месяцев может быть нулевой доход, а у второго родителя должны быть поступления от трудовой, предпринимательской, творческой деятельности или пенсии, стипендия); уход за ребенком, если речь идет о единственном родителе (т.е. у ребенка официально есть только один родитель, второй родитель умер, не указан

в свидетельстве о рождении или пропал без вести); уход за ребенком до достижения им возраста трех лет; уход за гражданином с инвалидностью или пожилым человеком старше 80 лет; обучение на очной форме для членов семьи моложе 23 лет; срочная служба в армии и трехмесячный период после демобилизации; прохождение лечения длительностью от трех месяцев и более; безработица (необходимо подтверждение официальной регистрации в качестве безработного в центре занятости, учитывается до шести месяцев нахождения в таком статусе); отбывание наказания и трехмесячный период после освобождения из мест лишения свободы.

Подготовила Фатима ДЕРОВА

# О способах решения проблемы бродячих животных в России

Вячеслав Володин подчеркнул, что за последние пять лет Государственная Дума особое внимание уделяла решению проблем, связанных с защитой животных.

«Принятие некоторых законов, в частности, исключающих жестокое обращение с животными, было для нас делом принципа. В ходе работы мы столкнулись с серьезным сопротивлением, но смогли его преодолеть. В конечном счете благодаря поддержке общества принципы гуманности в обращении с животными возобладали», - написал Володин.

По его мнению, принятие этих законов обоснованно. «Более того, нам необходимо было сделать это еще раньше. Животные - живые существа, им присущи чувства и эмоции, они способны испытывать боль и страдания. Мы должны их защищать, что и сделали», - написал Председатель ГД.

Однако, отметил Вячеслав Володин, несмотря на то, что законы уже приняты, в России до сих пор идет дискуссия: одна сторона говорит, что существующих мер недостаточно, другая просит защитить их от уличных собак, обвиняя при этом принятое законодательство.

«Совершенно очевидно, появление бродячих животных произошло из-за людей. Нам всем надо заняться реальными делами: строить приюты, пропагандировать ответственное отношение к братьям нашим меньшим. Тогда и проблема уйдет - не будет животных, брошенных бездушными владельцами», - заключил Председатель ГД.

**Председатель Государственной Думы Вячеслав ВОЛОДИН в своем telegram-канале отметил необходимость строить приюты для животных и пропагандировать ответственное отношение к ним, а также рассказал, что Государственной Думе уже удалось сделать в этой сфере.**

Он также перечислил принятые Государственной Думой законы, направленные на защиту животных:

## ЗАКОН «ОБ ОТВЕТСТВЕННОМ ОБРАЩЕНИИ С ЖИВОТНЫМИ»

В нем определено, что животное является не «вещью», а «живым существом, испытывающим эмоции, в том числе боль и страдания».

Теперь от него нельзя просто избавиться - хозяин обязан передать его новому владельцу или в приют.

Запрещена пропаганда жестокого обращения с животными. Нельзя заводить диких животных в квартирах и частных домах. Под запрет попали контактные зоопарки в ТЦ, содержание животных в барах, кафе и ресторанах. Цирки, зоопарки, зоосады обязаны получать лицензии.

Появились правила выгула животных, работы приютов и обращения с бездомными животными. Возможна только программа «отлов - стерилизация - вакцинация - возврат в прежнее место обитания» с неснимаемой меткой.

## НАКАЗАНИЕ ДЛЯ ЖИВОДЕРОВ

Сегодня для живодеров грозит наказание не только за гибель животного или нанесение ему увечья, но и за действия, причинившие ему боль и страдание.

За трансляцию в интернете сцен жестокости и насилия над животными и вовлечение в это несовершеннолетних грозит до пяти лет лишения свободы.

## ЗАПРЕТ

### КОНТАКТНОЙ ПРИТРАВКИ

Дрессировка и подготовка собак возможны только в охотничьих угодьях и только способами, не допускающими жестокого обращения с животными. В частности, необходимо устанавливать ограждение, которое будет защищать дикое животное.

## ЗАЩИТА

### КРАСНОКНИЖНЫХ

Незаконная добыча и оборот особо ценных диких животных и водных биологических ресурсов, занесенных в Красную книгу или охраняемых международными договорами РФ, стали преступлениями средней тяжести и тяжкими. Это позволяет проводить полноценный комплекс оперативно-разыскных мероприятий и заключать подозреваемых под стражу.

## ЗАПРЕТ

### ИЗЫМАТЬ ЗА ДОЛГИ

Теперь нельзя изымать по исполнительным документам у граждан-должников их домашних животных.

*Подготовила  
Дина ЖАН*



Президент и сооснователь зоозащитной организации PETA Ингрид НЬЮКИРК и автор бестселлеров Джим СТУОН написали книгу «В мире с животными», где рассказывают об удивительных существах планеты, о том, как им вредит человек и как он может это исправить. Мы публикуем отрывок из главы «Досуг и развлечения».

## ПРИДОРЖНЫЕ ЗООПАРКИ, АКВАРИУМЫ И МОРСКИЕ ПАРКИ РАЗВЛЕЧЕНИЙ

Многие любители зоопарков считают, что в них с животными обращаются хорошо в отличие от цирков. Это далеко от истины, особенно если вспомнить ужасающее содержание животных в придоржных зверинцах. Даже в самых благоприятных обстоятельствах условия не позволяют воспроизводить естественную среду обитания диких животных. Это вынуждены признать и самые крупные зоопарки, которые постепенно склоняются к решению отказаться от слонов.

Животные не имеют возможности свободно бегать, питаться и выбирать партнера по своему усмотрению, они лишены права растить своих детей, поскольку их сразу используют как объект продажи или обмена.

Милые малыши привлекают толпы зрителей, но «лишнее» потомство и тех, кто не подходит для размножения, про-

дают циркам, научным лабораториям и другим торговым заведениям.

Зоопарки продают животных даже охотничьим фермам, где охотники используют их как движущиеся мишени, не имеющие возможности убежать, так как эти территории всегда огорожены. В некоторых медвежьих парках развлечения медведей убивали ради мяса. Любое животное может умереть от рук зрителей - и многие умирали, когда люди бросали отраву в вольеры. Иногда животные погибают в зоопарках при попытках выбраться на свободу - так случилось с гориллой в зоопарке Далласа в 2004 году.

Принято считать, что в неволе животные живут дольше, чем их собратья в естественной среде. Однако исследование, охватившее четыре с половиной тысячи слонов, живущих как в неволе, так и на свободе, показало, что средняя продолжительность жизни африканского слона в вольере составляет не более 17 лет, тогда как в естественной среде африканские слоны живут в среднем 50-60 лет. Наконец, ссылаясь на дефицит места, зоопарки время от времени проводят выбраковку животных - этим квазинаучным термином прикрывается элементарное убийство. Например, администрация шведского зоопарка призналась, что в 2017 году усыпила девять здоровых львят просто потому, что их нигде было разместить.

Об этом, конечно, не кричат на всех перекрестках, но почему-то считается допустимым вырывать животных из естественной среды обитания, лишая их нормальной жизни и держать в заточении. Так не должно быть. Вирджиния МАККЕНА, снимавшаяся в фильме о львице Эльсе «Рожденная свободной» (1966), в 2003 году получила орден Британской империи за вклад в защиту плененных животных. Участие в таком фильме заставило ее осознать, что «дикие животные принадлежат природе, а не зоопаркам». По ее словам, «свобода - это драгоценность, без свободы, находясь в плену, дикие животные страдают физически и психически».

# ...РАДИ РАЗВЛЕЧЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА

(Отрывок из книги)

Аквариумы и морские парки развлечений, навязывающие животным не меньше жизненных ограничений, также восходят к очень древним временам. Описания древних аквариумов, которые устраивала в своих садах и домах аристократия, встречаются в трудах древнегреческих и древнеримских авторов. Однако аквариумы, которые мы знаем сегодня, появились лишь в середине XIX века. Само слово «aquarium» придумал английский натуралист, новатор в области изучения морской биологии Филипп Генри ГОССЕ, по проекту которого в Лондонском зоопарке в 1853 году был создан первый аквариум, называвшийся просто «Рыбий дом» (Fish house).

Сегодня американские водные парки развлечений, как, например, «Морской мир» (SeaWorld), представляют собой часть миллиардной индустрии. Рик О'Бэрри, работавший в 1995-2000 годах тренером дельфина в популярном телесериале «Флиппер», а после ставший ярким активистом и борником освобождения дельфинов, как-то заявил, что никто не поддерживал бы существование подобных мест, если бы знал, что там происходит за кулисами. Например, дельфинов заставляют выполнять трюки с помощью жестоких методов: лишают еды, держат в изоляции, отлучают от стаи. Резервуары, где содержатся животные, слишком малы, а моют их химическими средствами, опасными для здоровья.

**Некоторые тренеры рассказывали, что дельфины бились головой о стенки бассейна или просто не поднимались на поверхность, чтобы вдохнуть, - океанолог Жак Ив КУСТО считал такое поведение попыткой самоубийства.**

Ричард ДОННЕР, продюсер фильма «Освободите Вилли» (1993), говорил о касатках: «Отлов этих прекрасных млекопитающих - когда их вырывают из природной среды в коммерческих целях - недопустим... Такая ужасная практика однозначно должна уйти в прошлое». Не только дельфины находятся на грани исчезновения, но и все животные - от осьминогов до акул, все, кого насильно

изымают из их родной среды и заставляют развлекать зевак. Они заслуживают лучшего.

В демонстрации животных зрители играют пассивную роль простых наблюдателей. Однако есть много других зрелищ с животными, во время которых люди становятся активными участниками, например, родео, где используют электрошокеры, шпоры и «удавки», чтобы раздражать и приводить животное в ярость. Дикое взбрыкивание, которое видит публика, происходят не из-за того, что животному весело, а потому, что туго затянутые ремни, сдавливающие им живот, заставляют их брыкаться в попытках избавиться от страданий. А тычки в бока шпорами нередко вынуждают их вылетать из ворот на арену. Обычно животные страдают от ушибов, разрывов связок, переломов костей и разрывов межпозвоночных дисков. Когда они, израненные и измученные, становятся непригодными для выступлений на родео, их продают на убой.

Собачьи бега, другая активная форма развлечения с участием животных, могут показаться не такими жестокими. Однако это не так. Маршрут «Айдитарода», известных ежегодных соревнований собачьих упряжек, которые проводятся в городе Айдитароде на Аляске, равен расстоянию от Орlando до Нью-Йорка, при этом вы гоните свою собаку, лишая ее сна, с поклажей около 180 килограммов. Из полутора тысяч собак, которые начинают гонку, треть оказываются больными, ранеными или истощенными из-за того, что их насильно заставляют бежать без отдыха по горным хребтам, замерзшим рекам и бесплодной тундре на резком ветру, под снежными выгонами, с экстремальными перепадами температуры. Некоторые собаки погибают по дороге, многих избивают и даже убивают за то, что они оказываются недостаточно проворными и сильными. «Этот совершенно варварский ритуал напрямую дает аляскинским собакам лицензию на убийство», - писал обозреватель газеты «Orlando Sentinel» Джордж ДИАС.

*(Продолжение следует)*



# СТОИТ ЛИ УЧИТЬСЯ НОВОЙ ПРОФЕССИИ ПОСЛЕ ПЯТИДЕСЯТИ? • ЕСТЬ ВОПРОС

## РАШИРЯЯ ГОРИЗОНТЫ

Какие причины толкают людей к переобучению? Многие испытывают многолетнюю неудовлетворенность своей профессией. Другие просто нуждаются в деньгах и ищут способы пополнения семейного бюджета. Третьи развивают себя как личность, осваивая новые профессии. «Я живу в Турции не по зову сердца, а по необходимости», - рассказывает Лейла ХУЛАМХАНОВА (ДИНАЕВА). - У меня двое сыновей и дочь, никому из них не навязывала свою волю, не диктовала, где и на кого учиться. Дочь сейчас учится на специалиста международных отношений в Турции. Мне хотелось быть рядом, поэтому поехала туда. За спиной были экономический факультет, работа в различных организациях. Надо сказать, турки доброжелательно относятся ко всем приезжим. Я там очень хорошо себя чувствую. Турция - страна, где появляются силы и желание жить и творить. На мой взгляд, там индустрия красоты не очень развита, есть потребность в кадрах. В Нальчике я обучилась на косметолога, потом научилась делать хиджаму, вникла во все тонкости мезотерапии, затем увлеклась аппаратной косметологией. Аппарат холодной плазмы позволяет значительно улучшить состояние кожи. Мне нравится наблюдать, как люди радуются обновлению кожи, как их удивляет и восстанавливает сама возможность омоложения. Хочу принести людям радость, и моя новая специальность позволяет это. Дочь будет еще год учиться в Турции. Я рядом с ней столько, сколько вообще это возможно. Не думала, что буду работать в чужой стране, была далека от мысли, что после пятидесяти буду приобретать новую специальность. Но жизнь совершенно непредсказуема».

Творчество людей предпенсионного и пенсионного возраста часто наполнено энергией юности. Так, творчество художника Мухаидина КИШЕВА, за которым мы следим в социальных сетях, можно охарактеризовать двумя словами: очаровательный ребенок. Ни возраст, ни болезнь не смогли убить в нем желание открывать новые горизонты в творчестве. Обещан-

**Мы привыкли безропотно принимать стереотипы. Например, верим, что после пятидесяти не способны воспринимать информацию, как в молодости. Однако по программе «Старшее поколение» в рамках национального проекта «Демография» многие в нашей стране переучивались, и этому никак не мешал возраст. «Человек не теряет способности учиться до конца жизни, при этом мы почему-то пытаемся усиленно учиться в молодости, а после пятидесяти автоматически отмечаем саму возможность обучения новой специальности», - говорит психолог Элла ШВЫРКОВА. - Хотя мировой и отечественный опыт показывает: люди зрелого возраста намного более серьезнее и ответственнее относятся к учебе, чем молодые. Помните свой курс. Какой процент работает по специальности? Единично. Это повсеместное явление. А когда серебро на висках, учишься, точно зная, где хочешь применить свои знания. Уже нет времени на разгильдяйство, нет желания обманывать преподавателя, после пятидесятилетнего рубежа абсолютно другое внутреннее самоощущение, это время зрелого, продуманного отношения к жизни».**

ный музей так и остается пока только обещанием, а оптимистичные картины, прославляющие жизнь, которые художник готов бескорыстно подарить родной республике, остаются в Испании, и это очень печально.

Возвращаясь к нашей теме, надо сказать, что не только в России, но и во многих странах мира есть программы переобучения людей предпенсионного и пенсионного возраста. Потенциальные возможности серебряного возраста огромны, и их надо использовать. Во время бесед директора школ признаются, что зачастую просят педагогов пенсионного возраста оставаться на посту, потому что они создают здоровую атмосферу, а также не устают помогать молодым учителям. А в школе наставничество чрезвычайно важно.

Так же и врачи, которые были гостями нашей редакции, говорили о наставниках. Конечно, важно учиться в тиши кабинетов, постигать азы мастерства, но становление хирурга начинается, когда он в качестве ассистента стоит рядом с мастером у операционного стола. Седовласые наставники незаменимы.

## ВО ЧТО ПОВЕРИТЬСЯ, ТО И СЛУЧИТСЯ

Часто, когда говорят о силе внушения, вспоминают эксперимент, который был проведен одним ученым над приговоренным к смертной казни: ему предложили участвовать в научном эксперименте,

который состоял из сокращения сердечного ритма до минимума, пока кровь медленно не вытечет до последней капли. Осужденному пояснили, что у него есть минимальная вероятность выживания, зато смерть точно пройдет без страданий и боли. Он согласился, потому что так умереть было лучше, чем на электрическом стуле. Его положили на носилки и привязали тело так, чтобы он не мог двигаться.

Затем врач сделал небольшой разрез на его запястье и положил ему под руку маленькую алюминиевую миску. Срез был плоский, только первые слои кожи, но осужденный поверил, что его вены были разрезаны. Под носилки положили сосуд с небольшим клапаном, регулирующим ход жидкости в виде капель, которые попали в сосуд. Осужденный мог слышать капельницу и считать каждую каплю того, что считал своей кровью. Ученый прикрыл клапан, чтобы капли медленно капали, с намерением заставить поверить, что у испытуемого заканчивается кровь. Через несколько минут лицо осужденного побледнело, а сердцебиение ускорилось. Когда отчаяние достигло пика, ученый закрыл клапан полностью, и осужденного вскоре остановилось сердце - он умер. Этот ученый смог доказать, что все, что мы воспринимаем, будь то положительное или отрицательное, влияет на весь наш психологический и

соматический аппарат. Возможно, этот эксперимент действительно проводился. В любом случае абсолютно доказано, что в фашистских концлагерях выживали те, кто просто верил в освобождение. Вера в себя, в лучшее будущее, в свои способности способна творить чудеса.

Почему Колин МАККАЛОУ не ограничивалась занятиями нейробиологией? Почему ученая, работавшая на кафедре Йельского университета, писала романы? Возможно, ее отличает от многих людей лишь одно качество - вера в себя. Роман нейробиолога Коллин Маккалоу «Поющие в терновнике» - одна из самых продаваемых книг в мире. Да, она писала, чтобы заработать деньги, но вместе с тем верила, что владеет этим искусством. А Поль ГОГЕН? Успешный биржевой маклер, по сути, буржуа, в тридцать семь лет бросил размеренную жизнь и начал рисовать. Ему хотелось рисовать, а не работать на бирже, и он занялся этим. Рисовал до последнего вздоха.

## КАК В ДВАДЦАТЬ ЛЕТ

Есть неопровержимые доказательства многочисленных исследований в разных странах, которые подтверждают: человек начинает болеть, когда живет по чужим лекалам и не следует мечте. Многие врачи лечат онкологию не только лекарствами, но и внушают пациенту мысль, что он может претворить мечту в жизнь. И это помогает, более того, исцеляет. Женщина, всю жизнь мечтавшая быть учителем начальных классов, в пятьдесят лет поступила учиться, а затем работает в школе... и онкология отступает. Почему пожилые люди часто болеют, ведь человеческий организм рассчитан на долгое служение. Наши болезни - следствие ложного понимания специфики жизни после пятидесяти. Мы думаем, что пора ставить точку, верим, что и физически, и психологически изношены. За верой в собственное бессилие приходит реальное бессилие. Но многие понимают, что предпенсионный и пенсионный возраст - возможность быть исключительно счастливым человеком. Как в двадцать лет!

Марзият БАЙСИЕВА

## В Сочи завершился XXV форум современной журналистики «Вся Россия-2021».

В его работе приняла участие делегация от Кабардино-Балкарии: председатель Союза журналистов КБР Разият ШАВАЕВА, главный редактор газеты «Прохладненские известия» Светлана ДАВРАНОВА и главный редактор газеты «Баксанский вестник» Сафарби ДОТКУЛОВ.

По программе прошли мастер-классы, лекции и дискуссии на актуальные темы.

В качестве спикеров и экспертов на форуме выступили авторитетные политики, ученые, журналисты и деятели культуры.

Для участников и гостей мероприятия были организованы демонстрационные площадки, на одной из них была представлена выставка печатных изданий Кабардино-Балкарской Республики.

12 сентября в рамках работы форума состоялась заседание Федеративного совета Союза

## Все в Сочи!



журналистов России. С отчетным докладом по итогам работы за прошедший год выступил председатель СЖР Владимир СОЛОВЬЕВ.

Одним из главных итогов работы союза, отметил В. Соловьев, стало включение Правительством РФ средств массовой информации в список наиболее пострадавших от пандемии COVID-19 отраслей российской экономики. Это позволило выстоять подавляющему большинству СМИ, подчеркнул глава СЖР.

Активно работал Центр правовой защиты журналистов. В частности, за отчетный период было зафиксировано 188 нарушений прав журналистов, по каждому из которых Союз журналистов принимал соответствующие меры.

Владимир Соловьев также остановился на других аспектах деятельности Союза журналистов России, в том числе на шагах по поддержке региональной прессы, оказании

помощи ветеранам, запуске новых проектов.

Управляющий делами СЖР Денис ТОКАРСКИЙ в отчетном докладе о финансово-хозяйственной деятельности Союза остановился, в частности, на вопросах материальной и иной помощи ветеранам и журналистам-инвалидам, правовой поддержке коллег в регионах и других вопросах.

Заместитель председателя Союза журналистов России Алексей ВИШНЕВЕЦКИЙ выступил с докладом о рейтинге региональных отделений СЖР. А. Вишневецкий рассказал в том числе о критериях, по которым составляется данный рейтинг, и огласил текущий список.

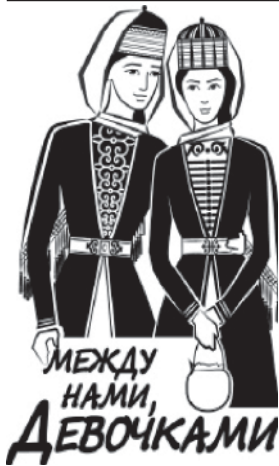
Спикеры ответили на многочисленные вопросы коллег.

Дина ЖАН.

На снимке:

Р. Шаваяева с В. Соловьевым после заседания Федеративного совета СЖР

## • ФОРУМ



## МОЖНО ДАТЬ СЕБЕ СВОБОДУ

Тех, кто не хочет иметь детей, так называемых чайлдфри, становится все больше и больше. Правда, в нашем обществе еще принято скрывать о таком намерении. Я знаю случай, когда девушка, убежденная чайлдфри, вышла замуж за нормального парня, скрыв это свое убеждение. Через какое-то время

она уступила ему и родила ребенка. Потом призналась подруге, что нужно было вовремя, еще до свадьбы, во всем признаться жениху. Раз так, значит, она не до конца приняла материнство...

Чайлдфри - это люди, осознанно отказавшиеся от рождения детей. Чайлдфри не рожают не потому, что

не могут, а потому, что не хотят. Обществу до сих пор не готово принять эту позицию. Тем более на Кавказе, когда дети - это культ, без детей, без сына мужчина не видит смысла жизни, а бездетная женщина равноценна несчастному созданию. Нежелание заводить ребенка везде воспринимается как проявление эгоизма.

Я не очень понимаю, чем плох эгоизм. Разве люди,

которые заводят детей, делают это не из эгоистических соображений? Детей рожают только потому, что хочется, - что может быть эгоистичнее? Пусть я эгоистка, хорошо. Пусть я желаю жить в свое удовольствие, это действительно так. Что в этом плохого? Чью свободу я этим ущемляю, кому приношу вред? Никому. Так почему нельзя оставить меня в покое?!

У меня интересная профессия. Я достаточно зарабатываю, к тому же успела объездить половину мира. У моего парня свой бизнес. Мы скоро поженемся. Мы не нуждаемся и совершенно точно можем себе позволить вырастить ребенка. Но мы просто его не хотим. Скорее всего, переедем в другой город, а при возможности и в другую страну.

Ирена

## ЧТО ЗАСЛУЖИВАЕМ

Я уже не хочу и не могу слушать, как люди жалуются на жизнь, на все происходящее вокруг, на родных, близких, чужих... Для себя выбираю жить по другим правилам. Все, что мы транслируем в мир, отражается нам обратно. Я давно поняла, что если излучаешь страх, жизнь создает ситуации, чтобы тебе было страшно. Если врешь, врут и тебе, притягиваешь к себе то, чего боишься. Закон бумеранга, который, пожалуй, ощущал на себе каждый, как раз следует из этого правила. Вывод, который сделали уже многие, простой, но очень действенный - работать над собой, своими мыслями и поступать с окружающими и миром так, как хочешь, чтобы поступали с тобой.

Если вы что-то отправили во вне, значит, вам это вернется. Например, если вы частенько жалуетесь

на жизнь, негативные мысли вернутся в виде неприятных событий, которые будут подтверждать ваши слова, что у вас все плохо. Если же благодарите жизнь даже за то, что имеете в данный момент, получаете еще больше. Отсюда следует знаменитая практика благодарности. Попробуйте в течение 21 дня каждое утро или вечер выписывать в тетрадь то, за что вы благодарны. Пусть это будут даже мелочи. Поверьте, вы увидите изменения и ощутите прилив энергии. Через какое-то время начнет меняться и пространство вокруг. Я проверила это на себе. Рекомендую! А всем, кто вокруг будет продолжать ныть, ругать других, плакаться «в жилетку», могу только повторить: все происходит так, как вы того заслуживаете.

Лара

## ЭТО МОЯ ЖИЗНЬ

Моя «Горянка», мои дорогие девочки! Хочу поделиться своим личным достижением. Я, которая была в очень большой зависимости от любимого (как мне казалось) человека, теперь ощущаю полную свободу. И не только от него, который меня не понял и не оценил, а вообще от отношений. Моё состояние можно было описать такими выражениями, как «я не могу без него жить», «без этого человека свет не мил и смысла нет», «я готова на все, чтобы только вернуть его» и так далее. Суть моей зависимости

состояла в том, что я мысленно и, главное, чувственно просто не представляла свою жизнь без того человека. Думала, что он один такой во всем мире. Я не жалею, что провела много времени рядом с ним, но мое состояние не переходило в какое-то спокойствие или ощущение защищенности. Наоборот, всегда ждала подвоха и измены. И дождалась. Может, я сама виновата в том, что мой любимый человек нашёл себе другую. Но для меня было важно сохранить не наши отношения, а себя. Я погибала и

исчезала, меня уже не было без него и вне наших отношений. Поэтому спустя время понимаю, что все, что случилось, к лучшему. Пусть так, он с другой, а я стала крепче. Нет, я не жесткая, не грубая, не озлобленная, но я другая. Я не живу надеждой, что мой бывший парень когда-нибудь пожалеет и вернется ко мне. Я живу дальше. Мне интересно жить. И пока я одна. И даже если буду одна всегда, это моя жизнь. И я ее ценю.

Жанна

## ШОПОГОЛИК

В нашей семье есть проблема: моя старшая сестра - настоящий шопоголик. Причем тратит как свои, так и чужие деньги. Что самое плохое, берет деньги в долг. Для похода по магазинам ей не помешает ничего. У нее есть свой круг общения, и, к сожалению, ее близкие подружки такие же, как она сама. Ни фитнес, ни прогулки, ни посещение кафе ее так не привлекают, как приобретение вещей. У нее много лишней одежды. Она не успевает носить то, что покупает. И расставаться с вещами тоже не хочет. Недавно она стояла перед выбором - сходить к стоматологу, чтобы поменять пломбу, или купить сумочку. Она купила сумочку на свои деньги, а деньги на лечение зуба выпросила у своего парня. Это же некрасиво?

Л.Д.

## ИЗ ДНЕВНИКА

Я редко делюсь своими мыслями, но в период самоизоляции из-за ковида, а потом дистанционной работы стала вести дневник. Причем у меня их два: один электронный, другой бумажный. Я записываю туда свои мысли. Причем то, что мы проходили по философии на втором курсе, теперь, спустя пять лет, воспринимаю совершенно по-новому. Понятие добра и зла, например. Различие этих понятий - неизбежное следствие свободы воли, которой мы отличаемся от животных. Но в этом и наше «проклятие», ибо зло, которое иной раз творит человек, просто чудовищно. Что такое зло, откуда оно и как его избежать? Ответы можно дать разные, но сейчас не об этом.

По сути, все сводится к тому, что человек должен принять свою свободу и научиться ей распорядиться. Он несет ответственность за свой нравственный выбор перед обществом, а главное, перед самим собой. Выбор в сторону добра и воспитания себя так, чтобы каждый раз делать этот выбор верно и привычно, и есть путь

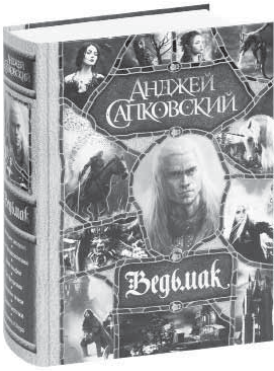
развития человека, на котором он сможет достичь высот духа, тогда и обществу будет хорошо. А со злом все-таки придется так или иначе бороться, потому что зло - это разрушение, страдания, деградация.

Да, это сложно и требует постоянных усилий. Иной раз сложно даже отличить добро от зла, еще труднее сделать выбор в сторону добра, отказавшись от зла, которое принимает соблазнительные формы. Философия, религия и во многом наука стараются помочь человеку в этом подвиге. Да, я считаю, что это именно подвиг. Однако человек ленив, ему не очень-то улыбается жить в борьбе, да и зло иной раз выглядит так привлекательно... И потому был найден второй ответ на вопрос добра и зла: почему бы не принять сторону зла? Тогда и подвиги не надо и бонусов масса! Однако прямо себе в этом признаться как-то боязно... А признаваться надо. И работать над собой. Если вам интересно, я напишу продолжение.

Надежда

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





- Плохо, что можно взять только одну книгу, и, конечно же, на необитаемом острове не окажется розеток, так что хитрость с электронными гаджетами, масса книг, не пройдет. Есть масса прекрасных книг, которые можно перечитывать, и еще больше тех, что хотелось бы прочитать. Я пожадничая и возьму «Ведьмака», именно ту, в которой напечатана вся серия сразу. САПКОВСКИЙ придумал замечательный мир, основываясь на легендах о разных существах, обитающих в Польше. Это прекрасная «сказка» о Ведьмаке, которая учит дружбе, заботе, любви, взаимопомощи, в книге также хватает юмора, а еще очень много страниц. Сказка, правда, не детская, в ней не обошлось без насилия, предательства и крови. Главные герои очень колоритные, у каждого своя тяжелая история жизни, сделавшая их жестокими, высокомерными, а кого-то верными. В книге также много морали и моментов, которые заставляют задуматься.

Любую хорошую книгу можно разобрать на цитаты, и эта не исключение. Вот несколько из великого множества:

*Те, кто связан предназначением, всегда найдут друг друга.*

*Мама, это демоны? Это Дикий Гон? Привидения, вырвавшиеся из ада? Мама, мама!*

## • КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН ЧИТАЙТЕ ТО, ЧТО ВАМ НРАВИТСЯ

Наш собеседник - Наталья ФРОЛОВА из Харькова, первой столицы Украины. По образованию - экономист-международник с основным направлением «маркетинг». У Натальи сложилось так, что работа связана с миром моды, можно сказать, это рай для любой девушки. Помимо чтения книг, любит настольные игры, которых сегодня огромное количество. Есть у Натальи еще одно увлечение - вышивка бисером, при занятии которым можно слушать аудиокниги. Как говорит Наталья, на выходе получаешь два удовольствия в одном - любимые книги с любимым хобби. Профиль в инстаграме - [\\_frolova\\_](#)

*Тише, тише, детки! Это не демоны, не дьяволы.*

*Хуже. Это люди.*  
Книга рассчитана на тех, кто немного верит в магию, любит сказки, а также не прочь посмеяться. Она для тех, кто не любит расставаться с персонажами и готов погрузиться в тысячи страниц повествования, а потом все равно огорчаться, почему так мало. Если вы любите фэнтези, в котором присутствуют персонажи из легенд, то эта книга для вас.

Сначала я никак не хотела учиться читать, были слезы и упорство. А потом родители на свою беду все-таки научили. И им уже приходилось чуть ли не силой укладывать меня спать. Пылливый детский ум нашел выход из ситуации - я читала с фонариком под одеялом. Все детские сказки успела прочитать еще до школы, поэтому на внеклассном чтении в младших классах читала «Молодость короля Генриха», выбирала книги поувесистее. Так что литература - это любовь с самого детства и на всю жизнь. Видимо, отсюда же любовь к большим сериям.

Читать так много, как хотелось бы, сейчас не удастся, есть еще масса других задач и увлечений. Конечно же, ничто не сравнится с бумажной книгой, ее запахом и шелестом страниц. Но, несмотря на это, почти всегда читаю электронный вариант. Купленная

бумажная книга может не понравиться, и тогда это зря потраченные деньги. К тому же это хотя бы немного бережет природу, потому что столько деревьев переводится на бумагу. Еще часто слушаю аудиокниги, сначала мое внутреннее я противилось, что кто-то посторонний читает ему книги, а потом даже понравилось. Это экономит массу времени, к тому же если озвучка хорошая, слушать - одно удовольствие. Аудиокниги очень удобно слушать в дороге или, например, когда готовишь.

Я всегда предпочитаю книгу фильму, да и в 90 процентах случаев фильмы оказываются гораздо хуже самого произведения. Еще и проблема с подбором актеров, потому что мозг уже нарисовал себе персонажей. Например, у Дэна БРАУНА есть прекрасная серия о профессоре Лангдоне, и какое же разочарование фильмом по мотивам этих книг.

Я человек настроения, поэтому одновременно читаю несколько книг разных жанров. Сегодня хочется сказку, завтра пишу для мозга или книги по психологии, через неделю потяну на детективы или хоррор. В любом жанре можно найти прекрасные произведения.

Делайте то, что вам нравится, читайте то, что вам нравится. Чужое осуждение ничто по сравнению с собственной гармонией и радостью.

Светлана СИХОВА

## • КРАСОТА. МОДА. СТИЛЬ

### Возвращение к гламуру

Модная индустрия сосредоточилась на неделях моды в Париже, Лондоне, Нью-Йорке и Милане, в рамках которых бренды представили свои коллекции в виде лукбуков, короткометражных фильмов, онлайн-трансляций, а в некоторых случаях и живых показов.

В период отсутствия традиционных выставок, массовых презентаций и публичных мероприятий модельеры вдохновлялись уже известными тенденциями. Так, этой осенью в моде по-прежнему останутся пышные рукава и oversize-силуэты. Новые тренды показывают разносторонние желания общества: достичь максимального комфорта или вернуться к гламуру и нарядной одежде былых (доковидных) дней. Отсюда на подиумах появились столь контрастные друг другу вырезы и теплые жилетки, пайетки и стеганая одежда.

Мода отходит от наскучившего минимализма в сторону более яркой и акцентной эстетики. Одной из ее составляющих является изобилие разнообразных паттернов, наполнивших дизайнерские коллекции.

Дизайнеры в очередной раз показывают, что в трудные времена людям как никогда нужен повод отвлечься от насущных проблем. В мире моды это уход от надоевшей домашней одежды и выбор в пользу нарядных и ярких образов. Достичь в этом максимального потенциала помогают мерцающие пайетки: блестящие детали сплошь украсили финальные образы от Prada, длинные платья и свитера от Valentino и инновационные костюмы от Rick Owens.



Тренд на стеганое наблюдается в модной индустрии уже давно, и с каждым сезоном затронутых им предметов одежды становится все больше. На этот раз, помимо привычной верхней одежды (лыжные костюмы у Miu Miu и куртки непривычного кроя у Marni и Rick Owens), модельеры расширили свое видение и на другие айтемы. У Thom Browne модели появились в стеганых бальных платьях, Loewe представил удлиненные одеялоподобные жилетки, а Balmain - замысловатые комплекты из бомберов с широкими плечами и короткими юбками.

Главным обувным трендом предстоящего сезона можно назвать сапоги до колена или бедра. Ким ДЖОНС, презентовавший свою дебютную коллекцию RTW в Fendi, остановился на элегантной классике - прямых сапогах до колена бежевого, коричневого и кирпичного оттенков. Облегающие сапоги из кожаных блоков на фирменной платформе дополнили образы Rick Owens. Более мешковатый вариант можно увидеть на показе Louis Vuitton, а модели Miu Miu оказались обуты в экзотическую меховую итерацию силуэта.

Подготовила МАДИНА БЕКОВА

## ЗАСЛУЖЕННО НОСИТ ЗВАНИЕ КОРОЛЕВЫ ДЕТЕКТИВА

### • ДЕНЬ В ИСТОРИИ



### 15 сентября

15 сентября 911 года князь Олег заключил первый международный договор с Византией. Произошло это после его успешного похода на Константинополь. Летопись рассказывает, как «иде Олег на Греку», взяв с собой союзников: «множество Варяг, и Словен, и Чюдь, и Кривичи, и Мерю, и Деревляни, и Радимичи, и Поляны, и Северо, и Вятичи, и Хорваты, и Дулебы, и Тиверцы» - и «на конях и на кораблях приде к Царюграду».

Когда греки преградили путь по Босфору, Олег повелел поставить ладьи на катки и, подняв паруса, с попутным ветром перебраться их в Золотой Рог, откуда Константинополь был более уязвим. Византийцы, напуганные появлением войска у столицы, были вынуждены заключить мир. Известно из текста договора, что в походе участвовало 2000 ладей, «а в корабле по 40 мужь».

Этот договор устанавливал дружественные отношения Киевской Руси и Византии, а также определял порядок выкупа пленных, наказания за уголовные престу-

пления, совершенные греческими и русскими купцами в Византии, правила ведения судебного процесса и наследования, создавал благоприятные условия торговли для русских и греков, изменял береговое право. Согласно договору вместо захвата выброшенного на берег судна и его имущества владельцы берега обязывались оказывать помощь в их спасении.

Кроме того, по условиям договора допускалась возможность найма русских на военную службу в Византии. А русские купцы получили право жить в Константинополе по полгоду, империя обязывалась содержать их в течение этого времени за счет казны, им было предоставлено право беспопышной торговли в Византии.

Договоры с Византией были первыми известными международными договорами Древней Руси. Основные из них были заключены в 911, 944, 971 годах. До наших дней сохранились древнерусские тексты договоров, переведенные с греческого языка на старославянский, и дошедшие в составе «Повести временных лет»,

куда были включены в начале XII века.

В этот день в 1254 году родился известный итальянский путешественник Марко ПОЛО.

Его отец Николо и дядя Маффео были купцами, много лет вели торговлю со странами Востока, бывали на Волге и в Бухаре.

В 1271 году они взяли семнадцатилетнего Марко Поло в путешествие в Азию. Конечной целью маршрута был Китай - город Камбала (Пекин), исходной точкой - Венеция.

Путь был длинным, лишь спустя четыре года купцы приплыли в Пекин. Они много лет торговали в Китае, а Марко Поло состоял на службе у великого хана Кублая и пользовался большим расположением правителя. Он объездил почти весь Китай. В общей сложности Марко Поло пробыл в Китае около семнадцати лет.

Вернувшись на родину, Марко вел активную жизнь. В 1297 году участвовал в морском сражении между Венецией и Генуей и попал в плен. В тюрьме продиктовал заключенному пизанцу РУСТИЧАНУ

свои воспоминания о далеком странствии. Таким образом появилась «Книга о разнообразии мира».

В то время эта книга была едва ли не единственным источником знаний Запада о Центральной, Южной и Восточной Азии. Марко Поло не был географом, поэтому расстояния в его описании оказались намного завышены, вследствие чего картографы составили не совсем точные карты. Однако описание жизни восточных народов и искусство изложенные наблюдения оказались бесценными.

15 сентября 1890 года родилась английская писательница, автор детективных романов и пьес Агата КРИСТИ.

В своем первом романе «Таинственное происшествие в Стайлзе» Агата вывела столь любимого читателями детектива Эркюля Пуаро. Не менее знаменита и его коллега, тоже любительница частного сыска, проницательная мисс Марпл.

Агата Кристи активно путешествовала, события ее жизни нашли отражение во многих ее произ-

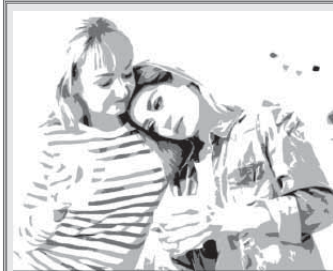
ведениях. С мужем-археологом она участвовала в экспедициях, особенно на Ближнем Востоке.

Всего писательница опубликовала более 60 детективных романов и 19 сборников рассказов. Кристи переводили на другие языки больше других английских авторов, за исключением ШЕКСПИРА. В числе ее лучших романов - «Убийство в Восточном экспрессе», «Багдадская вечерка», «Ночная тьма», «Вечеринка на Хэллоуин» и многие другие.

Удачно выступала Кристи и как драматург: шестнадцать ее пьес поставлены в Лондоне, по многим из них сняты фильмы. Также она писала психологические романы.

Агата Кристи была награждена орденом Британской империи II степени. И в наши дни писательница заслуженно носит звание королевы детектива.

Подготовила ФАТИМА ДЕРОВА



«Судьба – не злодейка, судьба – калейдоскоп», – думала Дарина, отправляясь домой со свадьбы подружки.

У нее перед глазами была молодая счастливая пара молодоженов, в ушах звенела мелодия национального танца с обязательными барабанами, а в голове теснились вопросы. Девушка решила все вопросы собрать в один мешочек наподобие чыс – маленькой вышитой сумочки у невесты, такое дополнение ее образа и самого платья – фаша.

А вопросом там было очень тесно. И Дарина, зайдя к себе в комнату, села перед зеркалом, чтобы спросить у него: «Что не так со мной? Почему и первый, и второй ушли и перешли к подружкам?»

Дарина внимательно разглядывала себя, свои выразительные глаза, распахнутые для чуда, брови, не сильно подведенные, как у других девочек, во всяком случае, изгиб свой, от природы. Маленький аккуратный носик, натуральные губы! Дарина удивлялась ровесницам, увеличивающим свои губы. Зачем? Если хочешь сделать на них акцент, просто накрась и обведи, главное – сделай это искусно. Припухлые щеки – даже они

## Утренний кофе

не мешали чувствовать себя милой. Свою фигуру девушка разглядывать не стала – она знала ее очень хорошо, потому что через день посещала фитнес-клуб, а там зеркала – ого-го! И фигура у нее классная. Дело вовсе не во внешности, что-то не то с ее характером. Почему парни, так активно добивающиеся ее расположения, быстро переходят в состав друзей, а не в статус жениха? Это еще куда ни шло, но последний случай с Ратмиром... Он сегодня чуть ли не гарцевал на своей свадьбе. А год назад, когда Дарина с ним познакомилась, точнее, когда она сама познакомилась с ней, все начиналось многообещающе. Ратмир сразу пригласил ее в кафе. Пришел туда с цветами. Они начали встречаться. И она допустила свою старую ошибку – познакомилась с подружками. Наима – одна из подруг, очень шустрая, пробивная, веселая, тут же стала общаться с Ратмиром. И Дарина со свойственной ей гордостью сделала шаг назад. В этой позиции она могла спокойно наблюдать, на что готовы эти двое. А они стали встречаться. Без объяснений произошедшего. Ну что ж, не вешаться же теперь из-за этого. Ратмир не признавался ей в чувствах. Все только начиналось. И сердце Дарины было почти спокойно. Но спустя несколько месяцев Ратмир появился для того, чтобы сказать: «Прости, я, кажется, запутался. Мне нужна ты...» В этот момент ее сердце затрепетало. Она приняла извинения, они вновь отправились в то же кафе, где успели посидеть, мило беседуя, узнавая друг друга. И все

было прекрасно, романтично, солнечно... Но однажды появилась Наима. Она не плакала, но была бледной, осунувшейся, ее голос звучал так тихо, голова была опущена так низко, что узнать в ней прежнюю бойкую девушку было трудно. Суть просьбы Наимы сводилась к тому, чтобы она ее простила... Простила и... разрешила еще раз поговорить с Ратмиром. «Он не берет трубку. Клянусь, если ты его попросишь и он поговорит со мной, я забуду его и не буду вам мешать». И тут Дарина увидела кисти подружки – они были в шрамах! Господи, да что же это такое?! Неужели вот так можно уйти из жизни?! Дарина не могла этого допустить. Она тут же попросила Ратмира, чтобы он позвонил подружке. И они... помирились. Не просто помирились – стали встречаться! Каждый раз, когда Дарина расстраивалась по этому поводу, вспоминала глаза Наимы и ее руки... Чтобы она выбрала – чтобы у нее сложилась жизнь с Ратмиром через смерть Наимы или... Вышло как вышло – Наима и Ратмир сыграли свадьбу, а Дарина была на ней подружкой невесты. И все бы ничего, если бы... Дарина еще раз посмотрела на себя в зеркало, тихо вышла из своей комнаты и пошла на кухню. В доме все давно спали, она двигалась так, чтобы никого не разбудить. И все-таки, когда она уже сварила себе кофе, мама пришла к ней и села рядом. Мама, теплая, мудрая, спокойная... Дарина предложила ей кофе. За окном уже светлело, так что можно себе позволить. Мама обняла дочку, та потянулась к ней, как котенок.

## • СЕНТИМЕНТАЛЬНЫЙ СЮЖЕТ

- Мама, почему мужчины такие?  
- Какие, моя хорошая?  
- Как дети?  
- Ну не все. Просто ты пока встречала только таких... А что случилось?  
- Ничего особенного. А знаешь, ты права. Наш папа – очень мудрый, сильный... и все знает наперед.  
- Да, так и есть... Только ты можешь такого не встывать. Поэтому...

Дарина рассмеялась:  
- Поэтому, я должна принять мужчину-ребенка?  
- Я этого не говорила! – тоже рассмеялась мать в ответ.  
В середине свадьбы Ратмир, который немного выпил с друзьями, растрогался. Стал говорить Дарине: «Это все из-за тебя! Ты меня подставила! Я не собирался на ней жениться! Все эти угрозы, что она покончит с собой... Я просто не мог подружиться!»

Дарина в шоке от услышанного взяла себя в руки и ответила жениху:

- Так, хватит, забудь! Ты женил и полностью за нее отвечаешь! Не любил бы, не женился!

Дарина уже не хотела слушать дальше, про то, что Ратмир любит ее: это лишние слова на чужой свадьбе от чужого жениха...

- А знаешь, мама! Я нашла ответ! Главное – не становиться всем мамочкой! Тогда и мужчина не будет ребенком!

- Правильно! – ответила мать. – Свари нам еще кофе! Папа уже проснулся.

Мадина БЕКОВА

## Свои сердца отдавая больным

### • ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Хочу через газету «Горянка» выразить искреннюю, человеческую благодарность всем врачам, медсестрам и санитаркам пятого инфекционного отделения первой городской клинической больницы, которым руководит Мадина Мухамедовна САСИКОВА, за их поистине титанический и героический труд по лечению заразившихся коронавирусной инфекцией.

Меня привезли в больницу на машине скорой помощи с высокой температурой, на коляске, а вышел своими ногами! Это благодаря им, нашим дорогим медикам, внимательным и обходительным. Они порхают среди нас как ангелы в непроницаемых, наглухо закрытых комбинезонах-скафандрах, в очках и респираторах, без права за всю смену выпить глоток воды или перекусить. За смену их ноги начинают хлюпать в резиновых сапогах, так они потеют. А ведь им приходится все время спешить, буквально бегать к каждому больному по первому зову – и днем, и ночью, чтобы облегчить страдания. Среди нас, больных, сраженных тяжелейшим недугом, есть тихие, злые, стонущие и даже кричащие от боли. И я был свидетелем, как для каждого наши спасатели находили теплые, искренние слова утешения, идущие от самого сердца. А еще уколы, капельницы, и нам изо дня в день становилось легче. Я удивлялся, как же вы в этих скафандрах, измученные, уставшие, не только лечили, но и ободряли нас, на-

ходили силы вести с нами беседы?! Каюсь, я был беспечен, как и многие заболевшие, а когда наступает кризис, крест тяжелой работы по нашему исцелению падает на плечи докторов. Хочу крикнуть, доступаться до неверящих в силу вакцинации и пока избежавших заражения. Прошу вас, прекратите слушать небывлицы о «небезопасной вакцине». Ложь три недели, как я, задыхаясь без кислорода, весь в поту, с температурой, кстати, лежать только на животе – это что, лучше? Врагу не пожелаю таких мытарств. А причина этого одна: я все время оттягивал вакцинацию.

Но это письмо не о моих страданиях, а благодарность. Выражаю искреннюю признательность главному врачу ГБУЗ ГКБ №1 Анзору КУМЫШЕВУ и начальнику ГООИ №2 Елене БИЦУЕВОЙ за высокий профессионализм и полную самоотдачу.

Хотелось бы назвать всех без исключения поименно, но понимаю, что это невозможно. Но врачи Залина ХАЧЕВА, Мара МАХОТЛОВА, Халимат КАЦИЕВА, Фатима ШОГЕНОВА, Марьяна БИЧОЕВА по праву заслуживают поощрения, самой высокой похвалы за самоотверженный труд. И, конечно, склоняю голову перед медсестрами, которые идут рука об руку с врачами: З. ПШИБИЕВОЙ, Ф. ХАМИЗОВОЙ, А. БЛЯШЕВОЙ, М. ХАТШУКОВОЙ, О. НАЗРАНОВОЙ, А. АЛХАСОВОЙ. Все они с любовью выполняют свою работу.

В госпитале нет незначительного участка работы – от всех работников зависит конечный результат. Санитаркам Р. БАЗИЕВОЙ и Ф. КУШХОВОЙ спасибо за идеальную чистоту и порядок в палатах. Еще они ночью аккуратно поправляют одеяло, чтобы не разбудить больного, днем перестилуют постель, накормят нас – тоже их обязанность. Спасибо, дорогие!

Хотел бы сказать и о санитаре Магомете ТЮБЕЕВЕ, он помогал всем. После выписки узнал, что Магомет – студент четвертого курса медицинского факультета. Вот какая у нас молодежь: трудолюбивая, милосердная, образованная. Уверен, из Магомета выйдет замечательный врач.

Завершая свое письмо, хочу обратить внимание на одну досадную деталь: после смены в двенадцать ночи наши дорогие врачи, медсестры и санитарки вызывают такси. Они живут не только в Нальчике, но и в пригороде. Очень хотелось бы, чтобы у тех, кто работает в госпиталях, был транспорт хотя бы в ночное время.

Я понял за время лечения: каждому из нас надо заботиться не только о себе, но и беречь всех, кто работает в это непростое время в госпитале.

Виктор Запорожеч,  
авиатор, пенсионер,  
г. Нальчик

## В ОТДЕЛЕНИЯ ПОЧТОВОЙ СВЯЗИ ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ ОПЕРАТОРЫ ПО РАБОТЕ С КЛИЕНТАМИ

Мы предлагаем вам:

- заработную плату от 17 до 20 тыс. руб., ежемесячную премию, вознаграждение за оказание сетевых услуг (индивидуально) при условии выполнения плановых показателей;
  - оформление по ТК РФ, работу в крупной стабильной компании;
  - полную социальную защищенность;
  - возможность работы рядом с домом;
  - график работы: 6/1, с 8 до 16 часов.
- По вопросам трудоустройства обращаться по адресу: **г. Нальчик, пр. Шогенчукова, 14, 4-й эт., кабинет 2, тел. 8 (8662) 42-36-18.**  
**(Важно! На территории пропускная система, при себе иметь паспорт).**

## В ОТДЕЛЕНИЯ ПОЧТОВОЙ СВЯЗИ ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ ПОЧТАЛЫОНЫ

Мы предлагаем вам:

- заработную плату от 17 до 20 тыс. руб., ежемесячную премию, вознаграждение за оказание сетевых услуг (индивидуально) при условии выполнения плановых показателей;
  - оформление по ТК РФ, работу в крупной стабильной компании;
  - полную социальную защищенность;
  - возможность работы рядом с домом;
  - график работы: 5/2, с 8 до 16 часов.
- По вопросам трудоустройства обращаться по адресу: **г. Нальчик, пр. Шогенчукова, 14, 4-й эт., кабинет 2, тел. 8 (8662) 42-36-18.**  
**(Важно! На территории пропускная система, при себе иметь паспорт).**



**ОВЕН (21 марта - 20 апреля)**

Эта неделя будет для вас в некотором роде переходной. Вы выступаете в позитивную фазу своей жизни. Откроются новые возможности для развития как в личной, так и в профессиональной сфере. Будете наслаждаться этим в ближайшие дни. Вера в себя будет вашим главным оружием.

**ТЕЛЕЦ (21 апреля - 21 мая)**

Вам предоставится возможность начать работать над одним важным проектом. Однако перед тем как взяться за него, реально оцените свои силы и если почувствуете, что полны решимости, смело двигайтесь вперед. Только потом, что бы ни случилось, не теряйте веры в себя, только таким образом сможете добиться успеха.

**БЛИЗНЕЦЫ (22 мая - 21 июня)**

Будьте осторожны и не ввязывайтесь в аферы, избегайте неблагоприятных предложений, даже тех, которые лишь кажутся сомнительными. В скором времени увидите, что ваши предостережения были не напрасными, а когда все уляжется, снова можете начать действовать продуктивно.

**РАК (22 июня - 22 июля)**

В этот период не стоит спорить с начальством, ваш шеф пребывает не в самом благостном расположении духа, поэтому, если возможно, сведите к минимуму общение с ним. Возьмите инициативу на себя и не спрашивайте у него разрешения на каждый ваш шаг. Это будет его раздражать, а вы и так все прекрасно знаете и умеете.

**ЛЕВ (23 июля - 21 августа)**

Амбициозность и даже излишняя вера в собственные силы позволят сделать этот период исключительно удачным, причем не только для вас, но и для всего коллектива в целом. Однако неделя будет не такой удачной для тех, кто не чувствует себя достаточно ценным на своей должности. Вероятно, пришло время для изменений.

**ДЕВА (22 августа - 23 сентября)**

Интересные события ожидают вас в личной жизни. Судьба может свести с тем, с кем еще недавно развелась. Это великолепный шанс, чтобы попробовать все изменить. Взгляните на то, что произошло между вами, с высоты прошедшего времени и, может быть, увидите то, чего не сумели разглядеть раньше. Все в ваших руках!

**ВЕСЫ (24 сентября - 23 октября)**

Ваше стремление к безопасности, скорее всего, проявится в отношении

**ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ**

финансовой сферы. Бережливость и материальная дисциплина помогут улучшить стабильность. Не стоит впадать в крайности, и тогда период будет весьма благоприятным. Вы можете получить дополнительный доход, новые проекты или привлекаемые бонусы.

**СКОРПИОН**

**(24 октября - 22 ноября)**

Иногда стоит забыть о своих принципах или промолчать: так, по крайней мере, придется поступить в эти дни. Пусть вам это и не нравится, в возникшем столкновении с руководством следует попридержать язык, хотя правда будет на вашей стороне. Но есть такая истина: начальник всегда прав, а если не прав, смотри пункт первый.

**СТРЕЛЕЦ (23 ноября - 21 декабря)**

Вам не нужно предпринимать больших решительных шагов, лучше следить за событиями - они покажут, когда надо действовать. Выполняйте текущие задачи, работайте спокойно и не торопитесь. Если вы все же замечаете никаких изменений, постарайтесь избавиться от всего старого и ненужного.

**КОЗЕРОГ (22 декабря - 20 января)**

Успех в деловой сфере будет зависеть от того, насколько вы готовы показать себя, реально оценить свои способности и навыки, а также, насколько вам нравится ваша профессия. Возможно, обнаружите что-то новое для себя, поймете, на что нужно ориентироваться, или смените деятельность и направление в жизни.

**ВОДОЛЕЙ (21 января - 19 февраля)**

Что бы ни происходило, живите настоящим. Ищите компанию людей, в окружении которых чувствуете себя комфортно, и проводите с ними свободное время. Проявите терпение и снизьте планку ваших ожиданий. Не стоит на работе навязывать коллегам свое мнение, чтобы не ввязываться в бессмысленные споры.

**РЫБЫ (20 февраля - 20 марта)**

Если вы устали, стоит немного замедлиться. Может быть, вам и нравится постоянная динамика, но на этом этапе она не даст больших результатов. Прислушайтесь к внутреннему голосу, чего вы хотите, как этого добиться и, самое главное, что вас беспокоит. Тогда можете узнать ответы, но вам нужно быть наблюдательными и не бояться копать глубже.

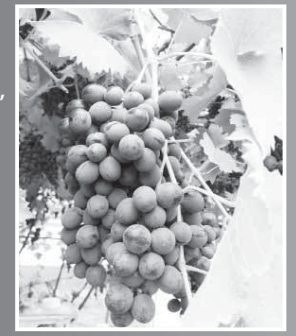
*Подготовила Фатима ДЕРОВА*

**ОСЕННИЕ ХЛОПОТЫ**

В этом году осень уверенно и без промедления вступила в свои права. Но ягодно-фруктовый сезон продолжается. Это значит, что будем продолжать запасаться дарами природы. Яблоки, груши, кизил, виноград, на подходе айва. И это лишь малая доля того, что растет на наших приусадебных участках.

- Хочется сохранить на зиму как можно больше того, что сейчас имеем в изобилии. Зимой и ранней весной все это будет стоить в разы дороже, - говорит **Мадина ХОХОВА** из с. Урвань. - Традиционно август и сентябрь - пик сезона заготовок. Приходится нелегко, но для меня это приятные хлопоты.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА**



**ВИНОГРАДНОЕ ЖЕЛЕ**

**Ингредиенты:** 650 г винограда, 600 г яблок, 350 г сахара, 1 ч. ложка пектинового порошка, вода.

**Способ приготовления.** Для желе подойдут сладкие сорта винограда и кисло-сладких яблок, чтобы желе не получилось приторным. Оборвать ягоды винограда с грозди, выложить в дуршлаг, тщательно промыть под проточной водой. Яблоки тоже помыть, вырезать сердцевину и крупно порезать. Выложить нарезанные яблоки и виноград в кастрюлю с толстым дном, налить примерно 50 мл воды, чтобы в процессе нагрева плоды не пригорели.

Кастрюлю плотно закрыть крышкой и поставить на плиту. На умеренном огне распаривать примерно 30 минут. Когда яблоки превратятся в пюре, а виноградины лопнут и станут мягкими, снять кастрюлю с плиты. Распаренные фрукты протереть сквозь тонкое сито столовой ложкой, пока на сетке не останется один жмых. Фруктовое пюре отправить в кастрюлю, попробовать на вкус и насыпать сахар - регулировать по своему предпочтению.

Уваривать пюре примерно 20 минут. За три минуты до готовности рассыпать по поверхности пектиновый порошок, смешанный со столовой ложкой сахара, перемешать и кипятить желе с пектином не более трех минут. Разложить по стерилизованным банкам и закатать стерильными крышками.

Если нужно приготовить желе без сахара, после расфасовки его нужно стерилизовать таким образом: поставить банки с желе в большую кастрюлю на салфетку, залить в кастрюлю горячую воду и стерилизовать пол-литровые банки 15 минут после закипания.

**ВАРЕНЬЕ ИЗ КИЗИЛА**

**Ингредиенты:** 1 кг кизила, 800 г сахара, немного воды (на доньшке кастрюли).

Для такого варенья подойдут крупные и

спелые ягоды - мягкие, темно-вишневого цвета.

**Способ приготовления.** Промыть ягоды в дуршлаг и ненадолго оставить, чтобы стекла вода. Налить немного воды на дно эмалированной кастрюли. Алюминиевые емкости не подойдут. При контакте с ягодным соком начнется реакция окисления, в результате получится бесполезный продукт.

Чистые ягоды кизила выложить в кастрюлю, засыпать сахаром и варить при слабом огне, постоянно помешивая. Довести до кипения и варить около 10 минут. Образовавшуюся пенку периодически снимать.

Через 10 минут выключить газ и дать варенью остыть, можно оставить на ночь. Затем снова довести до кипения и варить еще 10-15 минут. Горячее варенье разложить по стерильным банкам и закупорить стерильными крышками.

**АССОТИ ИЗ ГРУШ, СЛИВИ И ЯБЛОК**

**Ингредиенты:** 1 кг груш, 500 г слив, 500 г яблок, 2 звездочки бадьяна, 1 ч. ложка молотой корицы, 1,5 кг сахара, 150 мл воды.

**Способ приготовления.** Сливы помыть и освободить от косточек. Груши тоже помыть, вырезать сердцевину и нарезать на небольшие кубики. То же самое проделать с яблоками. Все фрукты выложить в широкую кастрюлю или сотейник и перемешать. Засыпать сахаром и аккуратно размешать. Залить чистой фильтрованной или кипяченой водой. Поставить на плиту, насыпать молотую корицу и добавить звездочки бадьяна. Довести до кипения на умеренном огне. Варить на медленном огне 30 минут, периодически помешивая, чтобы варенье не пригорело. В процессе снимать образовавшуюся пенку. Разложить в подготовленные сухие стерилизованные банки и закрыть стерильными крышками.

*Подготовила Лана АСЛАНОВА.*

*Фото автора*



**КРОССВОРД**

**По горизонтали:** 6. Право самостоятельного осуществления государственной власти. 8. Зал для пребывания зрителей перед началом спектакля, в антракте. 9. Пещерный город в Иордании. 10. Киргизский музыкальный инструмент, вид флейты. 11. Разрешение на въезд-выезд и проезд через какую-либо страну. 12. Норвежский композитор, автор сюиты «Пер Гюнт». 17. Бытовое название внедорожника. 18. Современный заменитель скальпеля. 20. Награда победителю. 21. Итальянский живописец, основоположник реалистического направления в европейской живописи.

**По вертикали:** 1. Российский писатель, автор книги «Конармия». 2. Эстрадная чететка. 3. Традиционное чаепитие в Китае. 4. Птица семейства тетеревиных. 5. Наука о химических веществах в составе организмов. 7. «Дистанционный пульс» для игрового компьютера. 13. Точка зрения. 14. Наиболее легкая элементарная частица. 15. Растение семейства зонтичных, индийский тмин. 16. Ферритовый сердечник, используемый в качестве логического или запоминающего устройства. 18. Символ поэзии. 19. Порода, несущая металл.

*Составила Фатима КАРАЦУКОВА*

**По вертикали:** 1. Бабель, 2. Степ, 3. Ямча, 4. Явчик, 5. Биохимия, 7. Джойстик, 13. Аспект, 14. Лентон, 15. Ажго, 16. Биак, 18. Липа, 19. Руда.  
**По горизонтали:** 6. Автономия, 8. Фойе, 9. Петра, 10. Чоор, 11. Виза, 12. Гип, 17. Джип, 18. Ответы на кроссворд

## ДЖЕЦУН ПЕМА ВАНГЧУК, КОРОЛЕВА БУТАНА

Джецун Пема родилась 4 июня 1990 года в семье Дхондуп Гьялчена, который работает пилотом на коммерческих авиалиниях, и Сонам Чоки, являющейся дальней родственницей королевской семьи. Она принадлежит к одной из старейших и благородных семей Бутана. У Пемы двое братьев и две сестры, старшая сестра замужем за одним из братьев короля.

Будущая королева обучалась в школе Бутана до того как поступить в школу при монастыре Святого Иосифа в штате Западная Бенгалия (Индия), которую посещала в течение года. После старшей школы Джецун поступила в Риджент колледж в Лондоне по направлению «международные отношения» и успешно его окончила. Ее Величество говорит на родном языке дзонгкха, на английском и хинди.

О ее помолвке с Джигме Кхесар Намгьял Вангчук, королем Бутана, было объявлено, когда

Джецун было 20 лет. На одном из выступлений король говорил, что у каждого свое представление о том, какой должна быть королева, лично он считает, что королева должна быть в первую очередь хорошим человеком. Он также заявил, что благодаря своему доброму характеру Джецун сможет отлично послужить своему народу.

В скором времени состоялась свадьба. Церемонию провели в традиционном бутанском стиле в укрепленном монастыре в Пунакхе (известном как Дворец

великого счастья), древней столице страны. И хотя в Бутане разрешена полигамия, король заявил, что больше не женится и Пема останется его единственной женой. Спустя четыре года, 5 февраля 2016 года, у королевской четы родился первенец, которого назвали Джигме Намгьял Вангчук, наследник престола. 19 марта 2020 года родился второй сын - Джигме Угьен Вангчук.

### Обязанности королевы

Став титулованной особой, Джецун Пема остается простой и часто встречается с бутанцами. Она сопровождает мужа во время его официальных поездок как за границу, так и в отдаленные части Бутана. Помимо того, что Джецун выполняет королевские обязанности, она также курирует



работу различных социальных организаций. Является президентом Общества Красного Креста в Бутане и послом ЮНЕП по охране озонового слоя Земли. Кроме того, Джецун также поддерживает различные организации по охране окру-

### • ТИТУЛОВАННАЯ ОСОБА

жающей среды – Национальной комиссии по охране окружающей среды, Королевскому обществу защиты природы, а также другим государственным и негосударственным организациям, занимающимся различными вопросами экологии.

Королева также выступает в защиту людей с ограниченными возможностями здоровья, тесно сотрудничает с правительством, школами и негосударственными организациями, которые помогают таким людям, оказывая им различные услуги, чтобы сделать их жизнь лучше. Кроме того, Джецун занимается вопросами обеспечения качественного здравоохранения и образования детей.

Сана АЛИМОВА.  
(Продолжение следует)

## «ЦЫГАНСКИЕ» СЕРЬГИ • ИСТОРИЯ ВЕЩЕЙ И ОСОБЕННЫЙ ПОДАРОК

Раньше было привычно, что почти все женщины носили золотые украшения, - рассказывает жительница Баксана Асият ИВАНОВА. - Помню, как в детстве любовалась бабушкиными сережками: они привлекали меня своими шариками и красивым узором. Конечно, мода не стоит на месте, совершенствуется, и бабушкино украшение уже давно вышло из моды, но не из моего сердца.



Детская мечта сбылась - бабушка отдала эти сережки мне. Сестра посоветовала: «Ты их почти не носишь, лучше продай или отнеси ювелиру, доплати и сделай модное украшение». «Бабушка для этого отдала их мне?» - спросила я ее. «Я тоже ее помню, она в моем сердце всегда» - с обидой ответила сестра, за что мне стало неловко, что доплатила резкость.

С одной стороны, она права, мы состоим из частичек наших предков, которые всегда с нами, в частности, от их поступков в прошлом зависит и наша судьба. Тем не менее предпочитаю, чтобы сережки в дальнейшем хранились в моей красной коробке, я их периодически надеваю, когда требует душа и есть подходящий наряд.

Бабушка была очень внимательным человеком и, наверное, заметила, как в детстве я смотрела на ее сережки. Она дождалась момента, чтобы никому не было обидно, и когда я оканчивала школу, сняла их с себя и отдала мне со словами: «Я еще пенсию не получила, а в такой день принято дарить подарки, поэтому отдаю тебе свои сережки». Я была на седьмом небе от счастья.

Эти сережки бабушке купил наш дедушка, который обещал, что если родит ему сына, подарит ей золотое украшение. В то время были модными «цыганские» сережки - так их называли в народе. Правильно они называются «сударушки», потому что

чем-то напоминают славянское начало - перевернутый вниз кокошник. На кайме сережек были различные узоры. Такие украшения были удобными в носке, безопасными, даже застежка была сделана таким образом, что если и расстегнется, сережка останется в ухе.

Украшения времен СССР выполнены качественно, и бабушкино наследие спустя почти 60 лет в хорошем состоянии, все замки целые, вставки на месте и ничего не повреждено. Если даже замок сломается, сразу не выпадет из уха, потому что крепится у самого основания сережек. Бабушка потом шутила рассказывала, что больше хотела «цыганские» сережки, чем мальчика.

Я бы не расстроилась, как муж, если бы и четвертым ребенком была девочка, но так хотела сережки, что молилась, чтобы родился сын.

Дедушка выполнил свое обещание, но каково было разочарование, когда бабушка увидела не те сережки, о которых мечтала. Когда дедушка понял, в чем дело, сказал: «Не нравится - выброси. Я, наоборот, думал, что обрадую тебя, эти сережки стоят дороже, чем те, «цыганские», и я не хотел, чтобы ты была, как все». После этих слов бабушка успокоилась, представляя, что она особенная, и больше не мечтала о «цыганских» серегах. Как я могу после этой истории продать ее подарок?!

Однажды решила отдать их маме, но та не согласилась их взять.

Раз бабушка доверила их тебе, будь добра, храни и носи, гордясь оказанной честью.

Когда сережки на мне, мама не комментирует, но чувствую, что ее это радует. Эти сережки мне приносят массу детских воспоминаний, которые ценнее любого новомодного украшения.

Анжела КУДАЕВА

- Каждый садовод мечтает, чтобы на его участке росли персики, - говорит Марат КЯРОВ из Черекского района. - Я тоже люблю эти пушистые, сочные, с потрясающим запахом фрукты, поэтому с удовольствием выращиваю их. К тому же персики всегда пользуются большим спросом у покупателей. Не могу сказать, что деревья персика занимают большую часть на моем участке. Все-таки персиковая отдаётся яблокам. Но персики нескольких сортов все же растут у меня.

## ВКУС СПОКОЙСТВИЯ

Вы никогда не замечали, что этот фрукт действует успокаивающе? Это доказано официальной медициной. Даже запах поднимает настроение и дарит ощущение счастья. К тому же персик благотворно воздействует на желудок при повышенной кислотности. И это не все полезные свойства этого удивительного фрукта.

Меня часто спрашивают: когда лучше высаживать саженцы персика, чтобы они хорошо пошли в рост, не болели, давали высокий урожай, - осенью или весной? На этот вопрос нет однозначного ответа - и весна, и осень посадки имеют свои преимущества и недостатки. Каждый садовод со стажем выбирает для себя наиболее оптимальный вариант. Я же по ряду причин сделал выбор в пользу осенней посадки этой культуры. До морозов, чтобы они успели прижиться и укорениться до зимних холодов. В зимний период под воздействием осадков земля вокруг саженцев уплотняется, корешки, проросшие до морозов, будут развиваться без повреждений и отклонений.

Можно, конечно, весной тоже высаживать. Но есть существенные недостатки. Весенняя посадка отнимает больше сил и времени. С саженцами нужно проделать много лишних манипуляций, а весной работы в саду и без этого достаточно. К тому же нужно учитывать нестабильность погоды. Она бывает благоприятной, а бывает и наоборот. Могут на неделю зарядить дожди, во время которых о посадке не может быть и речи. При этом уже достаточно тепло и



почки саженцев развиваются, не дожидаясь, пока деревья высадят в грунт. Есть еще ряд других нюансов, свидетельствующих не в пользу весенней посадки. Но каждый сам решает, как и когда ему удобнее высаживать те или иные культуры.

Персик относится к южным жителям. А так как мы живем на юге, то он легко переносит зиму. Но все же подготовка к холодам нужна. Это в первую очередь обрезка. Она необходима как для продления жизненного срока дерева, так и для повышения количества урожая в будущем. Это стимулирует рост молодых побегов. Все необходимые действия начинаются после сбора плодов, но не позднее середины осени. Вегетация к этому времени уже закончилась. Удаление прикорневой поросли защитит от появления вредных насекомых, чтобы к весне дерево было здоровым. После обрезки важно обработать места срезов с помощью садового вара. Кроме того, инструмент должен быть хорошо заточен и продезинфицирован. Ветви не рекомендуются опиливать. Лучше их срезать одним движением с помощью секатора. Что еще хотел бы выразить у себя? Инжирный персик. Его вкусовые качества даже превосходят привычные нам сорта персика. Надеюсь, смогу купить в республике качественный саженец и в скором времени коллекция сортов персика на моем приусадебном участке пополнится.

Алена ТАОВА.  
Фото автора

КМОО «Совет женщин г.о. Нальчик КБР» выражает искреннее соболезнование родным и близким **МОЛОВОЙ Раисы Хаталовны**, члена городского актива женщин г.о. Нальчик, в связи с ее уходом из жизни.

Раиса Хаталовна внесла большой вклад в развитие женского движения столицы Кабардино-Балкарской Республики. Ее имя навсегда сохранится в наших сердцах.

<p><b>УЧРЕДИТЕЛЬ:</b> ПРАВИТЕЛЬСТВО КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ</p>	<p><b>Редакционная коллегия:</b> <b>Ф. КАРАЦУКОВА</b> (отв. секретарь), <b>О. КАЛАШНИКОВА</b> (редактор отдела), <b>М. БАЙСИЕВА</b> (редактор отдела).</p>	<p>Телефоны <b>42-26-75</b> – отв. секр., <b>42-75-34</b> – корреспондентская; <b>42-26-75</b> - факс; <b>42-69-96</b> - реклама</p>	<p>Газета отпечатана в ООО «Издательство «Южный регион», 357600, Ставропольский край, г. Ессентуки, ул. Никольская, 5-а</p>	<p>Выходит по средам. Тираж <b>1411</b>. Заказ <b>2055</b>. Время подписания в печать по графику – <b>18.00</b> Фактически <b>14 сентября в 17.00</b> Индекс - <b>31222</b></p>	<p>Газета «Горянка» зарегистрирована Региональным управлением Роскомнадзора в Кабардино-Балкарской Республике 23.07.1998 г. Регистрационный номер - Н-0143</p>	<p><b>АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:</b> <b>360000</b>, г. Нальчик, пр. Ленина, 5 E-mail: gazeta-goryanka@list.ru. Instagram: goryanka_gazeta. You Tube: Газета Горянка</p>
---	--	--	---	---	--	---