

Нальчик в преддверии праздника



В прошедшее воскресенье, 12 августа в России отмечали День строителя. Пожалуй, ни в одной республике Российской Федерации сегодня так не задействованы люди этой профессии, как в Кабардино-Балкарии. В преддверии празднования 450-летия добровольного присоединения Кабардино-Балкарии к России в городах и селах нашей республики полным ходом идет строительство новых культурных и спортивных объектов, школ, дорог и многого другого.



С каждым днем преобразается столица Кабардино-Балкарии – растут новые объекты, обустриваются парки, скверы, площади. В том, каким обновленными и красивыми предстанут перед гостями и жителями нашей республики ее города и села, – немалая заслуга представителей этой профессии – наших строителей.

На снимках:
Нальчик
в преддверии
праздника.
Фото Е. Каюдина.



ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

Спартаковцы СТАЛИ единороссами

13 августа игроки и руководство футбольного клуба «Спартак-Нальчик» вступили во Всероссийскую политическую партию «Единая Россия»

СТР. 2

Президент намерен развивать вольную борьбу

СТР. 2

Питерский альпинист погиб в свой день рождения

СТР. 3

Врач АРСЕН ЦОПАНОВ:

«Я за точную диагностику и натуропатию»

СТР. 4

Виват шопоголикам!

СТР. 5

Прогноз погоды

Погода ожидается типичная до конца августа. В меру тепло и влажно. Во второй половине недели пройдут короткие дожди. Ночью +17, +19, днем +26, +28, с повышением до +31.

Валентина Орлова,
агрометеоролог.

«Мы готовы сотрудничать с любой партией»

В Нальчике в Государственном киноконцертном зале состоялась встреча президента КБР Арсена Канокова с партийным активом регионального отделения ВПП «Единая Россия».

Президент республики выразил желание встретиться с секретарями первичных отделений, членами политсоветов, руководителями исполкомов местных и регионального отделения, председателями местных координационных советов сторонников партии.

В разговоре с единороссом также принимали участие руководитель администрации президента КБР Альберт Кажаров, премьер-министр Андрей Ярин, главный федеральный инспектор аппарата полпреда президента РФ в ЮФО по КБР Александр Меркулов.

Со вступительным словом к собравшимся обратился секретарь регионального политсовета «Единой России» Борис Жеруков, рассказавший о целях и задачах партии в предстоящей предвыборной кампании.

Арсен Каноков обратился к секретарям первичных отделений, отметив их прямую связь с избирателями республики. Президент призвал сообщать власти о возникающих проблемах на местах: «От нашей с вами сегодняшней совместной работы зависит то, какой будет республика завтра». Для действенного результата, по словам Канокова, муниципальным и партийным руководителям всех уровней необходимо вести прием населения: «Если вы не будете разговаривать с людьми, знать об их проблемах и пытаться их решать, партия никогда не будет народной». Глава КБР с сожалением отметил, что «существует вакуум между населением и властью, высок уровень бюрократизма среди руководителей всех уровней власти». Нужно коренным обра-

зом ломать эту ситуацию.

По вопросу взаимодействия с другими партиями президент уточнил, что правительство республики готово сотрудничать с любой из них, которая хочет помочь Кабардино-Балкарии. Но те, кто работает на дестабилизацию обстановки, не должны рассчитывать на его поддержку и внимание. При этом разделение граждан республики по партийному признаку никогда не будет, все граждане равны – будь то единоросс, беспартийный или член другой партии. В адрес партийных органов «Единой России» на местах было высказано пожелание более тщательно подходить к приему в партию, давать кандидату, то есть стороннику «Единой России», время на осмысление идей и целей партии.

В своем выступлении президент затронул не только партийные вопросы. Собравшимся была представлена полная картина преобразований в республике – от дополнительной финансовой помощи из растущего бюджета республики районам до строительства дорог и благоустройства площадей. Арсен Каноков особо подчеркнул, что все это – не просто подготовка к празднованию 450-летия добровольного присоединения Кабардино-Балкарии к России, а коренная ломка старого и переход к новому. Но население республики не должно оставаться в стороне, иждивенчески относиться к государству. Сожалая о возникновении целого поколения таких людей, президент призвал возродить уважение к человеку труда: «В Испании, например, самой уважаемой работой считается уборка улиц. У нас – все хотят где-нибудь сидеть на службе в костюме и галстуке. А с таким отношением нам будет очень трудно поднять экономику республики».

Вячеслава Иванова.

Год охраны труда в энергетике

В субботу на базе Пенсионного фонда КБР «Эльбрус-социум» в Приэльбрусье прошло расширенное заседание правления ОАО «ГидроОГК».

С докладом о проекте стратегии ОАО «ГидроОГК» на период до 2020-го и перспективе до 2030 года выступил заместитель председателя Правления Василий Зубакин. В перерыве заседания председатель Правления Вячеслав Синюгин встретился с журналистами. По его словам, место проведения заседания было выбрано не случайно. «Сегодня один из центральных обсуждаемых вопросов касается инвестиционной программы реализации наших проектов, и один из них находится на территории республики – Нижне-Черекская ГЭС, и

мы хотим посетить стройку, посмотреть на станции ключевые аспекты и проблемные ситуации. Мы готовим станцию к пуску второй очереди каскада и по этому поводу и у нас, и у республики будет большой праздник», – сказал он. По словам Синюгина, Нижне-Черекская ГЭС – существенный инвестиционный проект для республики. «Для нас структурирование и финансирование этой станции является, по сути, пилотным проектом с точки зрения привлечения частных инвестиций», – признался он. – Во время посещения стройки я особо буду смотреть на ситуацию, связанную с охраной труда. Это один из контрольных вопросов, рассматриваемых нами, поскольку этот год объявлен годом охраны труда в энергетике».

Марина Маршенкулова.

Дорога в Приэльбрусье включена в проект стратегии развития железнодорожного транспорта РФ

Как сообщили «СМ» в пресс-службе президента и правительства КБР, строительство железной дороги, ведущей в Приэльбрусье, включено в проект стратегии развития железнодорожного транспорта России до 2030 года.

Решение о включении строительства железной дороги «Солдатская-Тырныауз» в стратегию развития железнодорожного транспорта России принято на совещании в Ростове-на-Дону, в работе которого участвовал премьер-министр Кабардино-Балкарии Андрей Ярин.

Предварительная договоренность о строительстве дороги была достигнута на состоявшейся в мае текущего года в Москве встрече президента КБР Арсена Канокова с главой Российских железных дорог Владимиром Якуниным.

По предварительным расчетам, реализация данного проекта обойдется в 7,3 миллиарда рублей, а также позволит создать рабочие места на построенных вдоль дороги новых предприятиях.

Кроме того, будущая железнодорожная ветка позволит доставлять в Приэльбрусье не только народнохозяйственные грузы, но и пассажиров, прибывающих на горнолыжный курорт.

Вручены медали организаторам сельхозпереписи

21 специалист из Нальчика награжден медалями «За заслуги в проведении Всероссийской сельскохозяйственной переписи 2006 года».

Награды вручила руководитель статуправления КБР Людмила Погребняк. Среди тех, кто получил медаль и удостоверение к ней, – мэр Нальчика Леонид Хамгоков и его заместители Антемирян Канокон и Хизир Тюбеев, а также главный врач Республиканской клинической больницы Аскар Жигунов, директор городского лицея №2 Борис Мальбахов, главы администрации близлежащих селений.

Еще 59 специалистов получили нагрудные знаки «За активное участие в проведении сельскохозяйственной переписи 2006 года». Помимо них, отметили и представителей СМИ, освещавших ход переписи.

Напомним, что Всероссийская сельскохозяйственная перепись проходила в июле прошлого

года. Ее цель – получение точной и объективной информации о ситуации в сельском хозяйстве. До этого в последний раз такая перепись проводилась в 1920 году, и отрасль оставалась «закрытой» для российского правительства. Что касается Кабардино-Балкарии, то в республике перепись прошла на хорошем уровне и в установленные сроки.

Как сообщил начальник городского управления сельского хозяйства и продовольствия Мартин Маремкулов, переписчики провели в республике и Нальчике огромную работу: «Многие жители попросту не спешили пускать переписчиков в свои дома, боялись того, что по результатам переписи их обложат налогами, и только благодаря профессиональной работе наших переписчиков все прошло благополучно».

Пресс-служба администрации г. Нальчика.

Спартаконцы стали единороссами

13 августа игроки и руководство футбольного клуба «Спартак-Нальчик» вступили во Всероссийскую политическую партию «Единая Россия».



Заявления о вступлении в партию написали все местные игроки клуба, а также практически все руководство команды во главе с генеральным директором Владимиром Баловым.

Свое решение футболисты объяснили желанием быть в одной команде с президентом Кабардино-Балкарии Арсеном Каноковым, который, как известно, является членом регионального политсовета «Единой России» и главным спонсором «Спартак-Нальчика».

Капитан команды легионер из Черногории Миодраг Джудович от лица игроков отметил, что за полтора года, проведенные в России, он понял, что «Единая Россия» является ведущей партией в стране. «Это очень прогрессивная партия, партия единства, которое мы стараемся создать и в нашем коллективе», – сказал он.

Секретарь регионального политсовета «Единой России» Борис Жеруков, в свою очередь, поздравил футболистов с принятием правильного решения. «Надеюсь, что у нас все получится и в политике, и в футболе», – отметил он.

Игроки «Спартак» вручили представителям «Единой России» футбольный мяч со своими автографами, а в ответ получили фирменные футболки.

Б.М.

8 миллионов для школьников из малообеспеченных семей
15 августа в республике прошел организационный Федерацией профсоюз КБР традиционный субботник в поддержку детства.

Как сообщила заместитель министра труда и социального развития КБР Фатима Амшкова, в результате акции предполагается вырвать более 8 миллионов рублей.

Врученные средства перечислят в доходы бюджетов муниципальных образований. Далее их совместно с органами образования и соцзащиты перечислят малообеспеченным и многодетным семьям. Списки нуждающихся в помощи на-

считывают 8 244 человека. К 1 сентября каждый из них получит по тысяче рублей для подготовки к новому учебному году.

Всего в субботнике приняли участие порядка 83 тысяч человек – сотрудников министерств и ведомств, а также всех муниципальных образований и других организаций и учреждений республики. К примеру, усилили работников администрации президента и правительства КБР была очищена пойма реки Нальчик в районе селения Хасанья.

Пресс-служба президента и правительства КБР.

Миротворческий лагерь в «Грушевой роще»

На прошлой неделе в санатории «Грушевая роща» открылся межрегиональный миротворческий лагерь «Плюс», организатором которого стал Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ).

Сто ребят из Чечни, Дагестана, Ингушетии, РСО-Алании и Кабардино-Балкарии будут отдыхать в лагере в течение десяти дней. По мнению организаторов, время-провождение в лагере поможет «наладить и укрепить межкультурное общение между детьми и подростками из разных республик, способствовать развитию лидерских качеств, дружбы и толерантности». Миротворческий лагерь в «Грушевой роще» проводится в рамках программы «Миротворческое образование и формирование толерантности среди детей и молодежи Северного Кавказа». На открытии лагеря присутствовали председатель Госкомитета по делам молодежи и общественных организаций

Борис Паштов и зам. министра образования и науки КБР Лидия Дорохина. По словам руководителя проекта Риты Алоковой, главного специалиста из министерства образования и науки КБР, само существование этого лагеря доказывает то, что «Кавказ – наш общий дом». «Мы специально сделали так, чтобы в одном отряде были представители всех национальностей. При этом здесь царит дружелюбный климат, ребята быстро нашли общий язык между собой, стали даже изучать родной язык друг друга». Делегацию детей из Кабардино-Балкарии представляют воспитанники школ-интернатов, сироты, дети из малообеспеченных и многодетных семей. Возраст детей варьируется от 10 до 16 лет, каждый день с ними работают тренера-психологи – это обязательное условие по программе. На закрытие лагеря 18 августа ожидается прибытие представителя ЮНИСЕФ в России Карела де Роля.

Марина Маршенкулова.

Цветы добровольцам, погибшим в Абхазии

14 августа на площади Абхазии в Нальчике прошла церемония возложения цветов к мемориалу добровольцам из Кабардино-Балкарии, погибшим во время грузино-абхазской войны 1992-1993 годов.

Подобные мероприятия в столице республики проводятся уже не первый год. На протяжении нескольких последних лет у мемориала в день начала войны – 14 августа и в день ее окончания – 30 сентября собираются добровольцы из КБР, принимавшие участие в боевых действиях на стороне Абхазии, а также их друзья и родственники.

– Ровно 15 лет назад войска Госсовета Грузии развязали этот военный конфликт, – сказал, выступая перед собравшимися наш соотечественник, бывший министр обороны Абхазии, генерал Султан Сосналиев. – Наши добровольцы с первых дней войны оказывали помощь братскому народу Абхазии в организации системы обороны и вооруженных сил и бок о бок с другими народами Северного Кавказа сражались за независимость этой страны.

– 64 наших товарища отдали свои жизни за свободу братского абхазского народа, – сказал председатель Союза абхазских добровольцев Алексей Бештоков. – Мы всегда будем помнить их и хотим, чтобы каждый житель нашей республики знал, за что они погибли, и чтит их светлую память.



Фото Е.Каюдина.

ПРОИСШЕСТВИЯ, КРИМИНАЛ,

Обстреляли милиционеров

10 августа в Эльбрусском районе была обстреляна автомашина с двумя сотрудниками милиции, никто не пострадал.

Около 00 часов 30 минут участковый уполномоченный милиции вместе с сотрудником патрульно-постовой службы вышли из кафе «Сакля», расположенного на выезде из поселка Эльбрус, и сели в автомашину «ВАЗ-2114», принадлежащую участковому.

В это время неизвестный произвел несколько выстрелов по автомобилю со стороны реки Баксан. В результате обстрела милиционеры не пострадали, три пули попали в дверь и заднее правое крыло «Жигулей».

Чуть позже на месте были обнаружены шесть гильз калибра 9 мм, предположительно от пистолета Макарова.

По данному факту прокуратурой возбуждено уголовное дело по статьям 317 УК РФ («посягательство на жизнь сотрудника правоохранительного органа») и 222-й («незаконный оборот оружия»).

Напомним, что 7 июля возле кафе «Сакля» неизвестными были подорваны «Жигули» сотрудника межрайонного отдела республиканского УБОПа Заура Хандохова, который впоследствии от полученных ранений скончался в больнице.

Хозяевам вернули 50 угнанных автомобилей

Сотрудники УВД Нальчика с начала текущего года разыскали и вернули хозяевам 50 единиц похищенного автотранспорта, сообщил на брифинге в МВД по КБР начальник службы криминальной милиции (СКМ) городского УВД Тахир Отаров.

«В текущем году нами найдены и возвращены владельцам 50 единиц похищенного автотранспорта, тогда как в прошлом году этот показатель составлял около 30 автомашин», – сказал Отаров.

По его словам, кроме того, установлены лица по 23 фактам угонов автотранспорта.

«В их числе и две группы угонщиков, состоявшие из пяти жителей Северной Осетии, Карачаево-Черкессии и Кабардино-Балкарии», – добавил полковник Отаров.

Он также уточнил, что при задержании угонщиков были изъяты самые современные технические средства – специальные сканеры, позволяющие «за короткое время вскрыть сигнализацию любой автомашины».

«Нами уже обнаружены 14 угнанных участниками этих групп автомашин с перебитыми номерами, и сейчас мы устанавливаем их владельцев», – отметил начальник СКМ.

По его словам, чаще всего похищенные автомобили переносились в Северную Осетию или Ингушетию, где у них переделывались агрегатные данные, после чего машины реализовывались новым владельцам.

«В настоящее время расследование преступной деятельности данных групп продолжается», – заметил Отаров.

Начальник СКМ 3-го ОВД Заур Канлов выразил озабоченность участвовавшими случаями краж в организациях и предприятиях, расположенных в промышленной зоне города. «С начала года зарегистрировано более 10 таких преступлений. Преступники путем взлома

или через окна проникали в помещения бухгалтерий или кассы, причем часто это происходило в конце того или иного месяца, то есть в период выдачи зарплат», – сказал Канлов. Он также отметил, что сторожа этих предприятий, которыми являются мужчины пенсионного возраста, не в состоянии обеспечить охрану большой территории.

Снова начинается операция «Оружие»

Правительство Кабардино-Балкарии приняло постановление о проведении в республике с 15 августа по 15 сентября текущего года операции «Оружие» по добровольной сдаче населением за вознаграждение незаконно хранящегося оружия и боеприпасов.

Как сообщил начальник лицензионно-разрешительной системы МВД по КБР Арсен Тлупов, в соответствии с постановлением за добровольно сданный пистолет и охотничий карабин гражданам будет выплачиваться вознаграждение в пять тысяч рублей, за автомат – шесть, пулемет и винтовку СВД – семь, подствольный гранатомет – восемь, а гранатомет РПГ-7 – 10 тысяч рублей.

Кроме того, по его словам, за добровольно сданное охотничье ружье можно будет получить три, гранату – две, а за газовый пистолет – одну тысячу рублей. Стоимость одного сданного патрона составит 10 рублей.

При этом, как отметил Тлупов, граждане, добровольно сдавшие оружие, освобождаются от уголовной ответственности, кроме того, им гарантируется конфиденциальность.

«Мы рассчитываем, что граждане республики, как и во время проведения подобной операции в конце прошлого года, примут в ней самое активное участие», – добавил полковник Тлупов.

Он также сообщил, что выплаты жителям республики, добровольно сдавшим оружие, будут произведены в течение месяца после окончания операции. «Все они получат деньги на свои лицевые счета, открытые в кредитных организациях, наличными платить мы никому не будем», – уточнил Тлупов.

Напомним, что в прошлом году в рамках операции «Оружие», продолжавшейся с 15 ноября по 31 декабря, гражданами КБР были добровольно сданы 253 единицы оружия и предметов вооружения. Сумма вознаграждения, выплаченного населению за добровольно сданное оружие и боеприпасы, составила 1 миллион 40 тысяч рублей.

Питерский альпинист погиб в свой день рождения

9 августа в Черекском ущелье при восхождении погиб альпинист из Санкт-Петербурга, а еще один получил травму ноги.

Как сообщили «СМ» в пресс-службе республиканского МЧС, двое питерских альпинистов – 67-летний Валерий Кайнов и 48-летний Ярослав Агеев совершили восхождение на вершину Архимед в районе Безенгийской стены. На высоте около 3600 метров Кайнов сорвался и погиб, а его товарищ получил травму ноги.

Свидетелями происшествия стали члены одной из туристических групп, в составе которой оказался врач. Тело Кайнова они временно захоронили на высоте 3600

метров, а травмированного Агеева начали транспортировать вниз, сообщив об этом спасателям.

На место выдвинулись две группы спасателей Эльбрусского поисково-спасательного отряда. Одна из них доставила в альплагерь «Безенги» тело погибшего альпиниста, а другая – его травмированного напарника, у которого подозревали перелом ноги. Однако позже выяснилось, что госпитализация Агееву не требуется.

В МЧС также сообщили, что питерские альпинисты были зарегистрированы в контрольно-спасательной службе альплагеря «Безенги», но ушли на маршрут, не поставив в известность спасателей. 9 августа у Кайнова был день рождения, который друзья планировали отметить на вершине.

Три гранаты в пакете

Пакет с тремя гранатами был обнаружен на одной из центральных улиц Нальчика 9 августа.

Около 16 часов 30 минут работники треста «Горзеленхоз» в кустах возле дома №15 по улице Мальбахова в Нальчике обнаружили черный целлофановый пакет, в котором находились предметы, похожие на гранаты.

Прибывшей на место следственно-оперативной группой было установлено, что в пакете действительно находятся три гранаты РГД-5 с запалами.

Изъятые боеприпасы направлены на экспертизу, устанавливается их происхождение.

Сель перекрыл дорогу

8 августа в Эльбрусском районе сошел сель, на некоторое время перекрывший движение по федеральной автодороге «Баксан-Азау».

Сель, ширина которого составляла 50 метров, а высота около 1,5 метров, сошел около 18 часов на 66 километре федеральной автодороги неподалеку от Тырнауза. В результате движение по трассе на участке около 100 метров оказалось перекрытым, но уже через несколько часов дорога была расчищена.

Жертв и разрушений нет.

Б.М.

Военные Эльбрус покорили

13 августа впервые в истории России армейское подразделение покорило Эльбрус.

Утром в понедельник военнослужащие мотострелковой роты горной бригады покорили обе вершины Эльбруса и водрузили на них флаги России и Сухопутных войск.

В тот же день военные провели в горах специальные учения, по сценарию которых личный состав роты получил задачу блокировать бандформирование на высоте 4,5 тысяч метров.

Военнослужащие стреляли из штатного вооружения, а также из приданных средств – 82-миллиметровых минометов, тяжелых пулеметов и противотанковых средств.

Кроме того, подразделение, совершавшее марш-бросок, было оснащено впервые примененным современным комплексом разведки, управления и связи «Стрелец», который повышает эффективность управления как отдельными военнослужащими, так и оружием при выполнении боевых задач.

Напомним, что восхождение на Эльбрус военнослужащие мотострелковой роты горной бригады Северо-Кавказского военного округа начали неделю назад.

Они спасли нашему мальчику жизнь

«Дорогая редакция!

Пишет вам житель с. Атажукино Баксанского района Хамжув Х. З., учитель с 32-летним стажем.

В июле этого года мой двухлетний внук Ратмир принял вовнутрь неизвестное количество растворителя уайт-спирит. Не буду описывать всего, что мы испытали, скажу только, что мы немного пришли в себя только в приемном отделении ГУЗ РДКБ в районе «Дубки», куда прибыли на а/м «Скорая помощь» в 22 часа. Дежурная бригада во главе с заведующим приемного отделения детским врачом З. А. Гарцовой, детским реаниматологом М. Урусмаметовой, детскими медицинскими сестрами Ф. Х. Баптинаевой и З. А. Нахушевой немедленно приступила к комплексу процедур, направленных на ликвидацию последствий. Сразу сделали тщательное промывание внутренних органов пищеварительного тракта, сделали рентгеновский снимок, поставили капельницу и так далее. Я не разбираюсь в медицине и поэтому всего не смогу объяснить. Через некоторое время опасность для жизни внука миновала, о чем нам сразу сообщили. Первое, что нам бросилось в глаза, это слаженная работа де-

журной бригады, отсутствие суеты, паники, каждый четко выполнял свои профессиональные функции, не было лишних движений, потери драгоценного времени. Видно было, что это врачи и медсестры высокого уровня, знающие и любящие свою работу специалисты. Через некоторое время внука перевели в отделение раннего возраста, где заведующим отделением работает З. З. Болотокова, старшей медсестрой Р. Орлокова, медсестрами А. Бариева, Ф. Бегуанова, С. Макоева, Э. Лукожева.

В результате тщательного ухода через несколько дней внука выписали совершенно здоровым, жизнерадостным. Нет меры нашей благодарности этим людям в белых халатах, которые бескорыстно, из чувства долга и внутреннего побуждения отдали свои знания, силы, любовь детям, которых постигло несчастье. Прошу вас выразить через газету чувство уважения, пожелание успехов в их нелегком ответственном труде, здоровья и счастья им в их личной жизни, их семьям и родным. Пусть их работа приносит им радость и удовлетворение от того, что они возвращают жизнь и здоровье нашим детям, будущему страны».

Спасибо за заботу и внимание!

«Недавно после инсульта я попал в Кахунскую больницу, в неврологическое отделение. Очень хотелось бы на страницах вашей газеты выразить огромную благодарность всем его сотрудникам. Особая благодарность моему лечащему врачу Анатолию Хасановичу. Спасибо его родителям за то, что они воспитали такого замечательного сына. Огромное спасибо всем медсестрам отделения. У них, всех – золотые руки, укол они делают почти безболезненно, все они очень добрые и ласковые, а ведь для нас, старых людей (мне 66 лет), доброе слово очень много значит. Отдельная благодарность врачу-невропатологу Ахмеду (к сожалению, я не знаю его отчества и фамилии). Он каждое утро заходил к нам в палату, интересовался нашим здоровьем, ободрял, успокаивал. Дай Бог ему здоровья, счастья и исполнения желаний. Хочу поблагодарить поваров и кухарочниц. Даже в такое нелегкое для больницы время, они ухитрились нас вкусно накормить, переживали, если из-за процедур мы опаздывали к обеду. Они помнили, что из-за диабета я на диете и с радостью предлагали мне диетические блюда. В этом коллективе все – от санитарок до врачей – добросовестные, честные, заботливые и внимательные. Спасибо им за все!

Еще я хочу обратиться к спонсорам или администрации района: помогите, пожалуйста, больнице приобрести несколько холодильников для пациентов, а то их мало, и скоропортящиеся продукты некуда девать».

В. У. Хасанова

Кахунская больница, Кахунский район

«Я за точную диагностику и натуропатию»

Китайская поговорка гласит: «Если ты потерял деньги – кое-что потерял, если ты потерял здоровье – ты потерял все». Большинство из нас вспоминают эту поговорку, к сожалению, слишком поздно. Вечном цейтноте мы не реализуем привлекательности нашего организма, опираясь на достижения таблетками и микстурами. Самой большой вред от неверной диагностики и от побочного эффекта лекарственных препаратов», - считает врач-терапевт Арсен Дюванов, более 10 лет посвятивший изучению натуропатии и, в частности, фитотерапии.

- Арсен, вы окончили медицинский факультет, по образованию – врач, почему решили овладеть знаниями по фитотерапии?

- Приведу в качестве примера себя: я никогда не мог похвастаться своим здоровьем. Когда начал ходить по коллегам-врачам, пытаясь понять что со мной, мне никто ничего разумительного не мог ответить. В этом вопросе мне не помогли специалисты ни из Нальчика, ни из Москвы. Лишь с помощью своих нетрадиционных методов мне удалось «вытащить» себя. Тогда я задумался: а почему бы мне не использовать такой тип лечения во благо своих близких и друзей? Ведь мои методы оказались интересными и очень эффективными. Вскоре у меня появились свои пациенты, и, в первую очередь, мною руководило чувство сострадания, хотелось всем помочь.

- Что главное в ваших методах лечения?

- Я занимаюсь диагностикой и лечением заболеваний пациентов, преимущественно используя фитотерапевтический метод, т.е. травы. Для начала я стараюсь найти причину заболевания, и, зачастую, причина кроется в виде конкретного возбудителя, конкретного паразита. Если не найдена настоящая причина болезни, можно пользоваться множеством препаратов, не достигаящих целенаправленного действия. До того, как я начну говорить о лечении травами, хочу упомянуть самое важное – точную диагностику. К примеру, если человек придет и скажет, что у него ревматоидный артрит, я обязательно перепроверю этот диагноз, не полагаясь только на его слова. То есть самый первый этап – постановка точного диагноза. Второй этап – подбор нужного фитопрепарата, нужного растения. Тот метод, которым я пользуюсь, не совсем традиционный, однако использование этих препаратов либо не имеет побочных эффектов вообще, либо они минимальны, в отличие от лекарственных препаратов, выпускаемых нашей промышленностью. Еще хотелось бы осветить такой аспект: по моему мнению, современные препараты, присутствующие на рынке, или на 60-80% фальсифицированы, или выдумана их химическая формула и искусственно завышена цена, и есть большая вероятность того, что побочный эффект будет максимальным. Поэтому я стараюсь использовать фитопрепараты, но при этом не исключаю необходимого экстренного медикаментозного лечения. Бывают острые случаи, где необходимо именно такое вмешательство. Но хронические заболевания можно и нужно лечить фитопрепаратами, физиопроцедурами, натуропатией. То есть я говорю о лечении натуральными продуктами – правильное питание, соки, диета, травы, мази, физиопроцедуры. Такие назначения делает врач-натуропат. Эта специальность за рубежом многогранна, она востребована и лицензирована, но на территории Российской Федерации есть только два ее направления – гомеопатия и рефлексотерапия.

- Зато огромное количество разных лечебников по народной медицине, в том числе по фитотерапии...

- Я против неразумного использования сборов из книг народной медицины. Многие сборы состоят из растительных антагонистов, то есть несовместимых друг с другом. Подбирать надо травы, которые между собой гармонизируют. И не следует через неделю ждать результатов. Лечение травами – очень мягкий способ, поэтому нужно время и терпение. Многое зависит от степени заболевания и индивидуальности организма. Каждому человеку, в зависимости от возраста, физической кондиции, характера и других особенностей, отдельный подход и подбор трав.

Если пойти и выбрать траву без назначения, в лучшем случае можно не добиться желаемого эффекта. В любом случае нужна консультация фитотерапевта.

- Значит вы придерживаетесь мнения, что нетрадиционная медицина не исключает традиционную?

- Именно так. Подходить к здоровью человека нужно очень гибко. Первый этап лечения может быть медикаментозным, второй и третий – с применением фитопрепаратов. Все это в комплексе может сопровождаться определенными упражнениями и физиопроцедурами.

- Что подсказывает ваша практика – какие виды заболеваний встречаются в нашей республике чаще всего?

- Одно из самых распространенных заболеваний – паразитарно-желудочно-кишечного тракта. Они, маскируясь, могут вызывать холецистит, пиелонефрит, аллергию, артрит и т.д., то есть все эти заболевания могут иметь паразитарную этиологию. Существует много способов выявления паразитов, но они, к сожалению, не все точные. При медикаментозном лечении необходимо также добавлять и фитосборы, тогда полное очищение и излечение возможно. Для определенного паразита подбирается определенная трава. Что касается официальных антипаразитарных препаратов, то их на всю страну только три, можете себе представить?

Паразиты могут со временем проявляться в виде мигрирующих, поражений нервной системы и даже некоторых скрытых форм алкоголизма и наркомании. Но, повторюсь, при лечении всегда нужно учитывать степень заболевания и индивидуальные особенности каждого организма. К сожалению, у нас нет ни одного дипломированного фитотерапевта...

- Народная медицина всегда была популярна у жителей Северного Кавказа и Азии. Не с этим ли связана их высокая продолжительность жизни?

- В первую очередь, это связано с образом питания, генетикой, привычками, природными факторами, качеством воды и методами ее обработки, позитивным мышлением и, естественно, народной медициной. Китайская народная медицина переживает многие страны. А почему? Потому что население умеет использовать травяные, и такой вид лечения считается традиционным. Также многое зависит от целевых установок человека. Но сейчас и в Европе – в Англии, например, становится все больше и больше центров нетрадиционной медицины. Состоятельные англичане предпочитают лечение натуральными природными средствами, хотелось бы, чтоб и в Нальчике появились центры такого типа, а вместе с ними и дипломированные фитотерапевты.

- Вы упоминали лечение натуральными продуктами. А какие виды продуктов питания могут негативно отражаться на здоровье человека?

- Наибольший вред организму причиняют генетически модифицированные продукты. К примеру, скрещивание картофеля с геном мыши, чтобы его не ел колорадский жук. От таких продуктов последствия сразу не проявляются, но через год-два начнутся проблемы. А покупая колбасную, к примеру, продукцию, можно найти в ее составе генетически модифицированный продукт – сою. На сегодняшний день странные явления происходят с некоторыми растениями, например, с арбузом, он становится аллергичным, отчасти этим могут «страдать» картофель, томаты и подсолнечник.

- Каковы ваши планы на ближайшее будущее?

- В последнее время я задался целью найти лекарство от самой актуальной болезни не только на территории Российской Федерации, но и в других странах – гепатита С. В связи с возрастающей наркоманной частотой этого заболевания эпидемическая высокая. Хотелось бы внести значительный вклад в развитие медицины и помочь миллионам больных.

И. Никитина

ВЕДОМОСТИ

МСУ «Центр приватизации муниципального имущества г. Нальчика»

15 августа 2007г.

1. Открытый аукцион по продаже муниципального нежилого здания с земельным участком.

В соответствии с «Программой приватизации объектов муниципальной собственности г. Нальчика на 2007 год» и постановлением главы местной администрации от 25.07.07г. №998 объявляется открытый аукцион по продаже муниципального нежилого здания с земельным участком, расположенного по адресу: КБР, г. Нальчик, ул. Ведаякина, 1-б.

Характеристика объекта:

Объект является отдельно стоящим зданием общей площадью 60,3 кв.м. Стены здания – туфовые, перекрытия – железобетонные плиты, перегородки кирпичные, полы – плитка. Площадь земельного участка – 90,36 кв.м. Инженерные коммуникации: отопление, электроосвещение.

Начальная цена – 179 600 рублей.

Задаток – 35 920 рублей.

Задаток перечисляется на спецсчет продавца: р/с 40703810200210000020 в КБФ ОАО АКБ «Связь-Банк», БИК – 048327721, ИНН – 0713000035 и должен поступить на указанный счет не позднее 13 сентября 2007г. Заявки с прилагаемыми документами принимаются с 15 августа по 13 сентября 2007г. включительно с 9.00 до 17.00 в рабочие дни, а 13 сентября – до 12.00. Признание претендентов участниками аукциона и подведение итогов торгов состоится 14 сентября 2007г. в 11.00.

2. Открытый аукцион по продаже муниципального нежилого помещения (подвал).

В соответствии с «Программой приватизации объектов муниципальной собственности г. Нальчика на 2007 год» и постановлением главы местной администрации от 19.07.07г. №974 объявляется открытый аукцион по продаже муниципального нежилого подвального помещения, расположенного по адресу: КБР, г. Нальчик, ул. Голубовко, 10.

Характеристика объекта:

Объект является встроенным в жилой дом подвальным помещением общей площадью 27,8 кв.м. Год постройки – 1962. Стены здания – кирпичные, перекрытия – железобетонные плиты, перегородки кирпичные, полы – плитка. Инженерные коммуникации: отопление, электроосвещение, водопровод, канализация.

Начальная цена – 119 600 рублей.

Задаток – 23 920 рублей.

Задаток перечисляется на спецсчет продавца: р/с 40703810200210000020 в КБФ ОАО АКБ «Связь-Банк», БИК – 048327721, ИНН – 0713000035 и должен поступить на указанный счет не позднее 13 сентября 2007г. Заявки с прилагаемыми документами принимаются с 15 августа по 13 сентября 2007г. включительно с 9.00 до 17.00 в рабочие дни, а 13 сентября – до 12.00. Признание претендентов участниками аукциона и подведение итогов торгов состоится 14 сентября 2007г. в 15.00.

Аукцион проводится открытый по составу участников. Договор заключается в течение 5 дней с даты проведения торгов.

Документы, предоставляемые юридическими лицами:

а) копии учредительных документов, заверенные в установленном порядке;
б) письменное решение соответствующего органа управления претендента, разрешающее приобретение пакета акций, если это необходимо в соответствии с учредительными документами претендента и законодательством страны, в которой зарегистрирован претендент;
в) документ, подтверждающий наличие и размер или отсутствие в уставном капитале претендента доли РФ, субъектов РФ, муниципальных образований;
г) доверенность на лицо, имеющее право действовать от имени организации претендента.

Ограничения на участие в торгах нерезидентов РФ, а также резидентов РФ, имеющих в качестве учредителей (участников) и аффилированных лиц, иностранных физических и юридических лиц, нет.

Древнейший напиток

Кофе – один из самых древних напитков на земле. Некоторые эфиопские племена и нубийские берберы давили спелые кофейные зерна, смешивали с жиром животных и скатывали в шарики. Эта пища обладала возбуждающими свойствами, помогая выжить в тяжелых природных условиях.

Более развитые эфиопские племена делали вино из забродившей пупы кофейных ягод. Такой напиток называется кавах – «хмельной напиток». Вот отсюда и пошло современное название «кофе».

Мнения о кофе всегда были противоречивы. На востоке, например, его применяли как лечебное средство от чинги, водянки, подагры и глазных заболеваний. В Мекке же невенство преследовали и запрещали из-за того, что он «способствовал распространению веселья среди населения». Отношение арабов к кофе отразилось в персидских сказках. В одной из них говорится, что когда пророк Мохаммед попробовал первую в своей жизни чашку кофе, то почувствовал себя способным победить 40 всадников!

Диспуты о вреде и пользе кофе с годами не утихали. Как научные, так и религиозные. Мусульмане и христиане, например, считают кофе трезвым напитком – альтернативой спиртному, а сектанты (в частности, мормоны) полностью его отвергают, называя «наказанием божьим».

Кофеин вызывает возбуждение, которое нарастает постепенно и длится до трех часов. Он не накапливается в организме и обычно выводится спустя не-

сколько часов после употребления кофе. Анонимные статистические исследования выявили любопытную закономерность: чем больше кофе употребляет человек, тем реже он думает о самоубийстве. Ученые нашли этому факту научное объяснение: окисляется, кофеин стимулирует отделы мозга, которые отвечают за оптимизм.

Очень большая доза кофеина (примерно 10 чашек крепкого кофе) приводит к токсикозу: появляются лихорадка, озноб, головные боли. Опасная для жизни доза кофеина для человеческого организма – около 10 г, что эквивалентно ста чашкам кофе.

Польза от кофе

- активизирует работу сердца и обмен веществ;
 - положительно влияет на работу легких;
 - улучшает кровоснабжение;
 - содержит витамин РР и минеральные вещества;
 - стимулирует деятельность почек;
 - останавливает кровь при порезах;
 - положительно влияет на гипотоников;
 - повышает выносливость;
 - помогает преодолевать сонливость;
 - улучшает память и способность к концентрации;
 - стимулирует творческий настрой и ассоциативное мышление;
 - лечит простуду (на начальной стадии);
 - улучшает настроение.
- Лучше не надо**
- сочетать кофе с алкоголем. Опьянение может быть слишком сильным и наступить очень быстро.
 - добавлять в кофе сахар. Всасывание кофеина и полезных минеральных веществ замедляется.

Раздражение слизистой желудка может спровоцировать возникновение гастрита, язвы и других заболеваний органов пищеварения.

- курить и пить кофе одновременно. Скандинавские ученые установили, что уровень холестерина в организме повышается из-за взаимодействия кофе и сигарет.

Кофейные мифы

Миф: кофе усиливает артериальное давление.

Правда: 2-3 чашки в день не приводят к гипертонии и даже не влияют на ее протекание.

Миф: кофе провоцирует инсульт миокарда, сахарный диабет и подагру.

Правда: эти обвинения полностью с кофе сняты.

Миф: кофе способствует развитию рака.

Правда: между ними нет прямой зависимости. Миф: кофе повышает уровень холестерина в крови.

Правда: уровень холестерина повышает не сам кофе, а его осадок, в котором содержатся жирные вещества – липиды. Но зачем его пить?

Миф: пить кофе с молоком вредно.

Правда: если у тебя нет склонности к аллергии и кожным заболеваниям (крапивнице, экземе, нейродермиту), этот запрет не для тебя.

Миф: кофе – это наркотик.

Правда: резкий отказ от кофе может вызвать головные боли, депрессию, тошноту и даже снижение интеллектуальных способностей. Но психологической зависимости, свойственной наркотику, кофе не вызывает.

Классика или степ?

В чем преимущество степ-аэробики перед обычной аэробикой и чем она позволяет добиться результатов быстрее?

Степ-аэробика, – наверное, один из самых простых и эффективных стилей и направлений в большом семействе аэробики. «Степ» в переводе с англ. яз. буквально означает «шаг».

Шаговая аэробика до смешного проста, она не требует излишней концентрации и концентрации мыслей на правильном усвоении тех или иных движений. Все, что вам нужно, – это уметь красиво ходить. Только не стоит думать, что она означает однообразное хождение по спортивному залу или собственной квартире. Степ-аэробика интересна и разнообразна, а несколько лет назад она была официально признана самостоятельным видом спорта, по которому проводятся соревнования.

Плюс: вам не придется приобретать дорогостоящие тренажеры. Достаточно самого минимума, который наверняка найдется в каждой квартире. Этот минимум состоит из шаговой скамейки, широкой резиновой ленты, мяча (любого) и двух небольших гантелей, которые дадут нужную нагрузку на плечевой пояс.

Отличительные особенности этого нового вида спорта таковы: вы не накачаете целую гору мускулов в ненужных местах, а получите гармонично развитое тело, прекрасную осанку и сможете выработать у себя красивые, выразительные и точные движения.

Степ-аэробика является одним из самых быстрых способов «сдвинуть» себе талию. Но главной тренируемой частью тела будут все же ноги, которые станут стройными и сильными.

В степе используются те же уп-

ражнения, что и в классической гимнастике. Все они направлены на тренировку мышц сердца, на выработку лучшей координации движений.

Но существует одно немаловажное отличие степа от классической гимнастики: выполняя аналогичные упражнения, можно достичь гораздо большей нагрузки и, следовательно, результат даст о себе знать намного быстрее. Степ-аэробика воздействует на тело комплексно, при этом деликатно корректирует форму ног, развивая нужную группу мышц. Ваше тело будет более стройным, гибким, пластичным и выносливым. Весьма важно отметить, что этот вид аэробики достаточно эффективен для тех групп мышц, которые очень трудно задействовать: ягодич, задней части бедра и приводящих мышц бедер.

Как лучше заниматься степ-аэробикой – одному или в группе? Это далеко не последний вопрос. Решается он сугубо индивидуально. Новичкам лучше начинать занятия степом в спортивном клубе, где вас научат правильно тренироваться. Занятия в группе проходят весело, динамично. К тому же, новичкам там всегда предостаточно, и вы не будете чувствовать себя неловко.

В качестве одежды можно выбрать практически все, что угодно. Основное, чем вы должны руководствоваться, не надевайте толстые шерстяные голфы или гетры, потому что ноги быстро потеют.

Как говорят, любви и спорту все возрасты покорны, поэтому степ-аэробикой может заниматься любой, практически без ограничений, т.к. никакого вреда эта гимнастика принести не сможет.

Рядом с местом, где вы работаете, находится супермаркет, в котором можно найти практически все. Каждый день мы с коллегами наводимся в это чудо-магазин, чтобы удовлетворить свои гастрономические и не только потребности. И каждый раз мы выходим оттуда неудовлетворенными.

Ходить от прилавка к прилавку, на тебя смотрят аппетитные крылышки, салатки и филе. Но ничего не хочется, хотя часы и желудок твердят в унисон, что обед давно нарез. Тогда в чем проблема? Может, в супермаркете нет того самого продукта, которого требует наш капризный организм? Или на самом деле мы ничего не хотим, а просто нас постигла та самая болезнь, называемая шопоголизмом? Говорят, лучше всего ходить по гастроному в сытом виде. Тогда не будешь тратить деньги на ненужную калорийную еду. А еще мы делаем покупки, когда нам нечего делать. В принципе, если покупки не причиняют хлопот, а финансы позволяют, почему бы, собственно, и нет? Эту напасть называют «болезнью», психологи помогают с ней бороться, семейный бюджет объявляет войну, а я решила наоборот – рассмотреть семь положительных моментов хождения за покупками. Ведь, кто знает, тот всегда найдет!

1. Когда моей подруге лень идти на аэробик, она идет по магазинам. Надо в этот момент видеть ее блестящие глаза, которые заглядывают во все витрины. Что касается меня, я считаю это потерей времени – слоняться по магазинам, когда в кармане пусто. На это мне дружно ответили, что во мне отсутствует некая черта, отличающая меня от мужской особи. «В конце концов, я не только этим отличаюсь», – огрызнулась я в ответ и пошла дальше. А в голове родилась мысль: попробовать как они (читаю «как все»). Расправила плечи, поехала в центр и начала осмотр «достопримечательностей». Три часа пролетели незаметно, в итоге я приобрела: полные пакеты модной и не очень одежды и пустую кредитку. Бонус: сытного обеда на бедрах

Виват шопоголикам!

как не бывало.

2. Если вы получили зарплату, и вам некуда ее деть, могу открыть один секрет. По-крайней мере, это то самое место, где я оставляю одну треть своей заработной платы. Дамы и господа, итак, книжный магазин. Единственное, что меня нервировало в этих благословенных местах, – мягоко назойливые помощники, которые норовят всучить тебе ненужную книгу или вечно подсматривают, не собираешься ли ты стащить что-нибудь. Бонус все же имеется: хотя калории вы особо не растеряете, но выбрать в подарок книгу – не банально и всегда актуально.

3. Тема женского белья волновала женщин всех возрастов и исторических периодов. Да, мы стыдимся лишние складочки на своем теле. Но это не значит, что мы готовы променять сексуальную ночнушку на вещь из прабабушкиного приданого (хотя зимой в одинокой постели она весьма кстати). Касание шелковой ткани голого кусочка тела возбуждает не меньше прикосновения мужчины, поэтому мы так любим эти магазинчики – французские, итальянские, российские. И совершенно неважно, что цены в подобных бутиках вполне сопоставимы с месячной зарплатой. Сплошные бонусы.

4. Хочу поблагодарить от лица многих создателей торговых центров. Место, в котором есть все – от мебели и спортивных снарядов до косметики и модных аксессуаров. Также без отрыва от производства можно: а) пообедать; б) сделать бесплатный массаж в отделах с массажными принадлежностями; в) поспать (касается только заграничных центров, не вздумайте практиковать подобное в России); г) кататься на коньках; д) многое другое. Однажды я к тому же успела посмотреть

концерт известного певца совершенно бесплатно.

5. Всю жизнь мечтала летать за границу исключительно на шоп-туры. Об этом модно рассказывать подругам, подобной одежде не увидишь ни на одной подруге, к тому же, словарный запас иностранных слов значительно пополнится.

6. В этих магазинах вы вряд ли что-то купите, так как они полны бесполезных вещей по баснословным ценам. Здесь можно найти подставку для раскуренной трубки, подушку для локтей, китайские палочки с золотым напылением и хрустальную туфельку Золушки. Зато они уникальны, оригинальны и подойдут в подарок человеку, у которого все есть. Кроме китайских палочек, например.

7. В последнее время не обязательно себя утруждать покупками в оффлайне. Интернет – место тусовки миллионов покупателей. Здесь продают, покупают, меняются и снова продают. Обмануться можно, но довольно часто можно найти ту вещь, за которой ты гонялась несколько лет как минимум. Советую попробовать: минимум времени, максимум пользы.

Для того, чтобы я что-то стала ненавидеть, мне достаточно полюбить это что-то очень сильно. Полюбила я, значит, шаурму. Ее образ преследовал меня в ночи, я истекала слюнками, едва заведя кафе, где его искусно готовят. Так прошла неделя, в течение которой каждый день на обед я поехала ее снова и снова. Через семь дней я



поняла, что любовь медленно сменяется на противоположное чувство. Приоритеты сменились, сейчас я серьезно настроена на пирожное с черносливом. Мораль сей басни такова: в сытом виде мне вряд ли захочется чернослива, да и я стану ловить постепенно гурманом. Но, даже имея гардероб в три комнаты, я ни за что не откажусь от мысли пополнить четвертую.

Молодежка Internet КЛУБ - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Back Forward Stop Home Search Favorites Media Print

Address [пообщаться с Купиром](#)



Аристарх Венес

ственно пишу стихи, хотя у меня это случается только тогда, когда я влюблен. Вообще мне все это: работа, мой образ, компания - очень-очень нравятся».

По словам Ариса, «Кадетство» почти не оставляет ему свободного времени. Но когда оно есть, он старается проводить время с семьей - бабушкой, родителями и младшей сестрой, ей 4 года. Также он любит спорт, играет в футбол, теннис, занимается в тренажерном зале, гуляет: «У меня очень много важных дел, я увлекательно провожу не только свое «free time», но и всю жизнь».

Аристарх Венес (кадет Сухомлин) родился 4.10.89 г. в семье актеров. Необычная фамилия досталась ему от деда - греческого политэмигранта, и назвали его в честь дедушки: «Было время, когда я считал Грешно своей настоящей родиной - я там раньше подолгу находился. Россия считалась второй родиной. Сейчас по-другому. Греческие корни помогают мне - у нас в генах заложено такое крепкое уверенное мужское начало. Греки очень романтичные, любят людей и ценят дружбу».

Друзья и близкие зовут его Арис. Закончив экстерном английский спецшкола, Арис в 15 лет поступил в Школу-студию МХАТ, но учебу вскоре оставил. Впрочем, к тому времени он уже активно снимался. Первая его работа в кино - в сериале «Операция «Цвет нации», он также снимался в сериалах «Ландыш серебристый-2», «Кодекс чести» (2 и 3), «Кадеты».

«Лично я очень люблю своего героя, - говорит Венес, - и считаю, что он вообще один из самых интересных, если не самый. Работа есть работа, и я не хожу, как зомби, в образе своего героя. Я знаю, что мы с ним во многом похожи. Порой ловлю себя на мысли, что «также мог сказать Сухомлин». Он оторва редкостная, я тоже о себе такое смело могу сказать. Кроме того, он sentimentalный на самом деле парень, пишет стихи и поет песни. И так органично сочетает это все с качествами, как я уже сказал, оторвы и паца. У меня все то же самое: я тоже есте-

Наш сегодняшний выпуск - для Софии, Асият, Зои, Радимы, Радмилы и всех поклонниц сериала «Кадетство»

щение с родителями дает понятие - быть взрослым. Их пример служит для тебя планкой. Сейчас дурных поступков, которые были в детстве, я себе не позволяю. Родители контролируют меня - и это нормально. Они мне всегда помогут, я в этом уверен, они меня безумно любят, и опека эта важна для ребенка. Мне нужно чувствовать, что я под родительским крылом, что у меня есть дом, семья. Потому что, согласитесь, в данный момент в мире мало хороших людей. И самые главные люди, которых дал Бог, - это родители. Если этой хорошей семьи, им можно доверять. Конечно, настанет время, когда я буду жить раздельно с родителями, но я всегда буду рядом с ними. Мои родители - уникальные, они помогают мне не только в личных вопросах, но и в профессии. Мне часто повторяли: «Арис, это жестокая профессия. Здесь много лицемерия, люди могут тебе в лицо говорить, ух, ты какой хороший, молодец, как хорошо сыграл, а за кулисами рассмеяться, дескать, какое фуфло это человек!». беру их советы на вооружение».

Высшая степень актерского мастерства для Венеса - покорить Голливуд. Он учит язык, говорит, что разговорный уже знает достаточно. Фильмы последних лет, которые его впечатлили, - «Остров», «Апокалипсис», «Вавилон»: «Вот такие фильмы нужны сейчас. По крайней мере, для меня, чтобы прийти посмотреть и что-то осталось в подкорке, чтобы было зерно для раздумий».

Очки Арис носит только для роли, а человек придумал себе сам. Помимо всего прочего, он занимался танцами, учился игре на скрипке, увлеклся карате, плаванием и штангой. Серьезно занимался футболом, а на вечеринках съёмочной группы частенько удивляет друзей выступлениями в стиле рэп.



АЛЕКСАНДР ГОЛОВИН

Александр Головин родился в 13.01.89 г. в Чехин, сейчас семья живет в Москве. С раннего детства Саша говорил: «Я буду актером, как Шварценеггер», и это была судьба. Его папа - военный летчик в отставке, мама - домохозяйка и по совместительству исполняет роль Сашино менеджера; есть сестра Женя. У родителей есть свой магазин хозяйственных товаров. Как-то родители ехали за товаром и увидели рекламный плакат о наборе в модельное агентство Славы Зайцева.

Вернувшись домой, Сашина мама сказала, что записала Женю на кастинг и чтобы она собралась. Тут возник Саша - ему было тогда всего 9 лет - и уговорил его тоже взять на кастинг. Сашу и Женю взяли - обоим. С этого и началась карьера юного Саши. В модельном агентстве Сашу заметил преподаватель Андрей Белкин, именно он и помог раскрыть его талант. Разумеется, школа в его жизни с этого момента стала второстепенным занятием.

Первый опыт съемки у Саши был в клипе Наиля Барзова «Три слова», а чаще всего его можно было видеть в «Ералаше». В свои 17 лет он уже успел сняться в ряде сериалов и фильмов: «Кадетство», «Сволочи», «Ангелы на дорогах», «Приключенные маги», «Неотложка» и других. Играл в мюзикле «Норд-Ост», именно там научился петь. Работа в этом мюзикле сильно повлияла на Сашу, научила не расслабляться, даже когда отдыхаешь. Он всегда смотрит себя по телевизору, все свои работы.

Несмотря на обширный круг общения, у Саши мало друзей, «но зато они настоящие, и это главное». В жизни он боится только подлости и предательства людей.

Раньше Саша занимался теннисом, теперь - американским футболом. После «Сволочей», как говорит, «зауважал уроки физкультуры и начал относиться к ним серьезнее»: там всей «физик» их учили профессиональные тренеры. Иногда ему приходится участвовать в драках, по разным причинам, кто-то сам задирает, но иногда и Саша бывает инициатором, правда, со временем реже. Однажды он чуть не стал жертвой уличного ограбления, но, к счастью, обошлось.

Головин не любит и не носит наручные часы; просто обожает Linkin Park, из-за чего его даже называют «Линкин»; с удовольствием ходит в кино, иногда - в оперу; раньше одевался, как репер, а сейчас предпочитает более строгий стиль, изредка носит костюмы; из развлечений обожает аквапарк, русский бильярд, дискотеки, картинг, и пейнтбол. В свободное время любит поиграть в компьютерные игры в клубе рядом с домом.

Саша пользуется общественным транспортом и хорошо относится к своим фанатам, только к настоящим: «Просто есть такие странные люди - «эй, ты, это типа мы тебя видели по телеку», вот таких я не люблю».

Домашних животных нет, но он очень хочет собаку породы шарпей: ему очень нравятся мягкие игрушки, а любимая - конечно - шенок шарпей». Любит электронную музыку типа Prodigy; Интернетом пользуется редко; любимое блюдо - суши, а напиток Кока-Кола; любимый праздник - Новый год, потому что можно гулять всю ночь. Мечтает о машине: «Хочу купить себе «Мустанг» старой модели, как в фильме «Факультет», но с новым движком, и там со всеми прибамбасами».

Девушки у Саши нет, он хочет найти «порядочную, без вредных привычек, с прекрасным мягким характером и главное - любящую».

Из кино ему нравится комедия и фантастика, любимый актер - Джим Керри, с которым он очень хотел бы встретиться и сыграть с ним любую комедийную роль. Саша верит в бога и читает молитвы. На вопрос о несбыточной мечте отвечает: «Оказаться на необитаемом острове со своей семьей, друзьями и со своей второй половиной».

Артур Сопельник родился 26.05.91 г. в Дрездене, Германия, позднее семья переехала в Россию. Склонность к актерской профессии у мальчика проявилась уже в первом классе. Как-то в школе задали учить басню «Волк и ягненок» по ролям, и Артуру это очень понравилось. К тому времени он занимался спортом - хоккеем, карате, но театр все же взял верх. Его приняли в Московский театр «Мель», где он и стал заниматься после школы. В театре «Мель» Артур Сопельник проработал семь лет, играя, как правило, различных шутливых заводил. Среди его работ - роли в спектаклях: «Ромео и Джульетта», «Алые паруса», «Малыш и Карлсон». Он говорит: «У меня огромный интерес к этой профессии. Театр дал мне очень многое в плане правильного восприятия настоящей актерской жизни».

Знающие Артура люди говорят, что он добродушный, открытый человек, пользующийся успехом у девочек. Сейчас он учится в 10 классе, учителя его поддерживают, легко отпускают на съемки сериала. Артур имеет уже некоторый опыт съемок: в картинах «Аэропорт-2» и «Настоящий Дед Мороз», а также в рекламных роликах «Кадетство» - первый его крупный проект: «Стоят толпы, кричат, визжат. Такое со мной никогда еще в жизни не было. С одной стороны, это, конечно, приятно: поклонники, автографы. Но, с другой стороны, все это кажется мне странным. Например, если бы я увидел известного человека, или любимого актера, я бы по-



Артур Сопельник

смотрел на него, порадовался, что видел его, но не стоял бы под занавесом и не кричал бы ничего. Но это же девочки! Чего еще от них можно ожидать!»

Вот что он рассказывает о съемках: «Ле-

том мы жили в казарме, на территории Тверского суворовского училища, где идут съемки, и жили, в принципе, так же, как и они. Часто питались вместе с ребятами в кадетской столовой. Когда в суворовском началась учеба, нас переселили из казармы. Ведь мы будем отвлекать кадетов своим присутствием, если станем продолжать жить на территории училища. Тем более некоторые ребята-суворовцы возмущаются, что им не уделяют столько внимания, сколько нам, актерам. Их я понимаю. Здесь и обижаться не стоит. Между прочим, когда я начал сниматься, то всерьез подумал: а может, мне сюда поступить и тоже быть суворовцем? Кадетская жизнь - это так здорово! Но через некоторое время, пообщавшись с ребятами-суворовцами, я понял, что на самом деле жизнь в училище несладкая и не все так радужно и весело, как кажется на первый взгляд. Парней каждый день муштруют, что и показано в сериале. Словом, все взвесив, я решил, что это не для меня. Но я очень уважаю ребят, которые сделали такой выбор. Они молодцы».

Артуру нравится суворовская форма, зато он не всегда удовлетворен своей работой: «То мне голос мой не нравится, то нахожу серьезные недостатки в своей игре. Но так, думаю, случается у каждого актера. На съемочной площадке я стараюсь сделать так, чтобы у меня не возникало никаких

сложностей. Но они все же бывают, правда, не в смысле съёмочного процесса как такового, а, что называется, в смысле устава, порядка. Мне очень хочется домой. Я давно там не был. Скажу по своей. А так на площадке все хорошо. У нас отличная группа. И мне нравится мой персонаж - я такой же энерджайзер, как и Трофимов».

В Интернете существует множество фан-сайтов Артура. Из-за Интернета, кстати, возник конфликт с руководством проекта. Дело в том, что парень завел интернет-дневник, где выдал тайны съёмочного процесса. Мог рассказать, что будет в следующем сезоне, или обнаружить факты личной жизни актеров. Сдали его руководству другие «кадеты». «Продюсерская компания просекла мой дневник, - подтвердил Артур. - Мне влетело. Кроме того, я часто писал матом. На меня наложился немалый штраф - \$600. А это 60 часов бесплатной съемки. Пришлось отработать. И Интернет ограничили - дали мне всего час в день. А у меня в электронной почте по полторы тысячи писем в день приходит!».

Главным из своих качеств Артур считает настойчивость: «Если я ставлю перед собой цель, то обязательно рано или поздно ее добиваюсь». В будущем юноша намерен связать свою судьбу с театром и кино.

Къагьырмэс Борис Си блокнотым къысыжыжэхэр

«Адыгкэ?! – жаймэ адыгкэ?!» – «хабэз пхэлкэ?!», «Пыгэ уиэкэ?!» – жиу арац. А къагьэжкэ мыхэ-нэр ибэу нэгъуэнт лъапкэм хуэгъэуэ зэи жайркъым. Жайркъым, дыхэхшэн мэхури. Псалъэм пашцэ, «уурыскэ?!», «унгъуейкэ?!», «журткэ?!». Апхуэдэу шыжамылэр а лъапкэр нэхъыкэу аракъым, ауэ, жыи пэт, зыри кыкыркыым.

Иэнал имыуэ ди бэм хэдзын хуейц ди цыххэм (нэхъыжхэм) къамыпсэлъыф икни къагъурымыуэ урыс псалъэхэр. Къызыфлэгъэщит къуажэ фызыжэ цыныгъэншэм «Дэнэ укIуэрэ, нанэ?» – жиуэ зыгуэр еушцлау. Къыжриуфону плэрэ «мунишпалитетым сокIуэ» жиуэ? Гупсыси псалъэ жыуаIэм енхыц псори энпэлъытау псалъэр бэм хэбгъэхъныр.

дэр поэмэрц. А жанрыр зэхулла усакум къыпщылъа творческэ гъуэгуанэм лъабакэу Iупш цичауэ арац.

Уи гур зыгъэныкэу, хэзыгъэщI гуэри куэдрэ умышэч – абы умышIэххэрэ уи къарур шихынущ. Iэмал зэригэкIэ, уэ псэм зэрылIэныкым хуэдэу, улсэуным хушIэкъу, ар зэгъэхъуIэну мытынши.

Пэжымрэ пшырмэ зтеплэпI мыхуэ шхэкIэ, зыр шымыIэмэ, алдэрир шыгъэныкым.

Гуэауджэм и лэжакIуэхуэу суртэгъышр, скульпторыр, композиторыр эдзэкIакIуэ хуэмей шхэкIэ, литераторым, дунейпсэ утыку ихэн пашцэ, эдзэкIакIуэ имылырн Iэмалыншэц.

ЦIэ Iей шыгъэным. Ар зыхуэдэ-нур зэлытар зыжыжэрц.

Паспортым итц укышальхуар. УшыцIэныури иту шытамэ арагъэкэ – цыху хуэдэу улсэуным нэхъ ухушIэкъунт. Армыхъуамэ, языныкыуэхэм зэрамыхъэ шыгъэным.

Мыхуэдэ махуэр схуэзугъур-лыкым, - жиурт абы, ауэ угъур-лы хуэхун пашцэ, зыри илжы-ырткъым. АтIэ махуэм сыт и лажэ, лажэр зытехуар уэрэм!

Тхъэусыхэрэуэ уцымыт: тхъэусыхэрэм уэрэд хуэусыркым, абы иусыр гыбзэц.

Сабийм къызэралъхуу гын шедэц. Дауи, абы ишIэ хунщ арзэи зытемыхъуэн куэд къызэрэ-пылпIэр.

Абы и шхэм Алыхыи куэд кыртхат, арщхэкIэ езым кеджэкIэ ищIэрткъым.

Шыхур мыгугъэтэм псэрэрт! Гуэгэ зымыгъэжыр мыпсэуным хуэдэц.

Поэзием и шыгу нэхъ лыга ды-

дэр поэмэрц. А жанрыр зэхулла усакум къыпщылъа творческэ гъуэгуанэм лъабакэу Iупш цичауэ арац.

Уи гур зыгъэныкэу, хэзыгъэщI гуэри куэдрэ умышэч – абы умышIэххэрэ уи къарур шихынущ. Iэмал зэригэкIэ, уэ псэм зэрылIэныкым хуэдэу, улсэуным хушIэкъу, ар зэгъэхъуIэну мытынши.

Пэжымрэ пшырмэ зтеплэпI мыхуэ шхэкIэ, зыр шымыIэмэ, алдэрир шыгъэныкым.

Гуэауджэм и лэжакIуэхуэу суртэгъышр, скульпторыр, композиторыр эдзэкIакIуэ хуэмей шхэкIэ, литераторым, дунейпсэ утыку ихэн пашцэ, эдзэкIакIуэ имылырн Iэмалыншэц.

ЦIэ Iей шыгъэным. Ар зыхуэдэ-нур зэлытар зыжыжэрц.

Усэм псэ хэлыи хуейц, къеджэр къызэщIыгIэу, игъопейтеуэ, игъэгупсысэу. Армырамэ псалъэ къудейуэ къонжэ.

Лъапкыр зыхуэдэр, абы и мен-талитетыр къэщIыну ухуейц, шыгуэзэ зыцI абы и жырыуатэ творчествэм – хыбарыжкэм, таурыхъэм, шыпсэхэм, эпосым. Псы къабэз хэл мывэхэр къызэ-рыхъэм хуэдэу, абыхэм кыхащ а лъапкыр зыцIэхъуэпсыр, абы насынуп кыллэтыр, и мурадхэр, и хабэхэр. Лъапкэ куэдэм я фольклорым нэхъыбэу кыхъэщыр ахъ-шэц, абы ехэлпалэ я гъащIэ псор. АтIэ фыхэллэт ди адыгэ Iуэрыуатэм, нарт хыбархэм. Абыхэм ахъшэ гугъу хэткъым, узышрихъэлIэр лыгъэ зехъэн, лыхъужыуэ шыгын, захауагэм тетын, цыхур зытэт нэгъуэщI хэл-шэныфIэхэр.

ГъащIэм и шхуэ псори къэщIылау кэпллэтыр хуэмэ, кхыIэ, кыхуэхуэгъуэ зы чэнджэц устынущи: Iэмал имыуэ психиатрыр зэгъэплэ.

Хыбар зилэ псэлъафэхэр

КЫФЫШИ, ТАУРЫХЫР СИГЪЭЛБАГЪУРКЪЫМ
Мэкъуаухэр пшыхъэхъэм шхауэ, пшыIэм шхъжэ и занцIэкIэ загъэукуриуэ загъэпсэхурт, зыгуэрным таурыхъ гышIэгъуэн жиурт. Псори абы дихъэхэу эдэдалуэм, зыгуэр кыхъэкинкIакI.

- КхыIэ, а мафIэр зышIэвгъэст, кыфIши, таурыхыр сигъэалбагъуркым, - жиурт.
Шхъэусыгъуэ мыхун зыцIыи хуэжал.

МО ДЖАТЭР КЫПЫХУНУРЭ СИ КЪЭМ И НЭР ИРИШЫНУЦ...
Хыджэбзыжыр шысурэ, зуэу кышыиудри гъуагаш.

- КыпшыцIар сыт? – жалуу шеушыам:
- Сэ саа нуужэ, къуэ цыкIуэ згъуэтанущ. Си къуэ цыкIуэ сIыгыуэ сыкълэуэжэм, мо джатэр кыпыхунурэ и нэр иришынущи, арац сышIэгъыр, - жиуаш пасэрэи хыджэбзыжырым.

Къэмыхъухъунум цышынурэ гуэвам хуэжал.

МО СЛАГЪУР КЪЭСМЭ, ДИУФЭННШЫНУЦ...
Хъэндэрыкыуэжыжыр джэуэ псы Iуфэм здылусым, елIэкIри

ушыкыуэ къакулэрт.
Мо слэагъур къэсмэ, днуэфцIынуц, ауэ ди тIэмбыцIапIэ дисыжынцI – жиурт псым хэлIэжаш.

Гуэуехэ цыкIуэ зыпIуидэ фIыцIуэ гуэгуэыхышхуэм зыхъэидэ хуэжал.

МЫПХУЭДИЗРЭ ДУМЫЛЪЭУ,
СЫФIЭБГЪЭЖЫНУМИ СЫФIЭБГЪЭЖАЩЭРЭТ
Лым и къуэр къэдалуртэкъым, игъэшынэн шхэкIэ тридзауэ, сэ тIыгур и шэм дилъэрт.

- У кы з э м ы д е I у э н у м э , уфIэгъэжынцI! – жиуртэ.
- Мыпхуэдизрэ думылъэу, ди адэ, сыфIэгъэжынуми, ээ сыфIэгъэжашэрэст, - жиуаш и къуэм.
Ягъышынурэ зи цыхэ зрагъэу-эжэуам жейлэ псэлъафэу къэно-жаш.

ХЪЭТЫХЪУ И ДЫГЪУЖЫ-ЦI
- Дыгуэасэ мээ сыщыкIуам дыгъуэжышэ слэгъуащ, - жиуаш Хэтыхъу, гупым яхъыжэри.
- Шыгъэт, Тхэм шхэкIэ, дыгъуэжышэ згъуэу дунейм теткъым, - жалэри гуыр зэцIэдыхъашащ.
- Тхэ слэуэщ, шэ мыхъуми,

- * Бадзэ зытэгIысхэм бжыгъэ къинамэ, процентI-у зэхэщIа нашатыр спиртым бжэжэуц хэфIши, абыкIэ флэщI.
- * Джэш шыбгъавэкIэ псы шыIэ хэлIкIэмэ, ар хэмывыхышхуэ къызэтонэ.
- * Бжын укъэвэр, ушцIэтар къышмыщIауэ шылынуц ар зэрыл хэжыуыкыкым шыгу тIэкIу ингъэщашэмэ.
- * Иодым и бжыгъэр псынщIэу икIыжынущ, кIэртIоф цынкIэ флэщIэмэ.
- * Шыгуэр, содэр, шейр, кофер, сэрчэр адбжым къышхыкIа хэжыуыкыкым и шхэр тепIауэ шы-зефхэ.
- * ФыщыпшадIэкIэ эи псыр къэмыгъэжэуэла-щэ, дагъэр къэмыгъэжэуэлащэ, абы ерыскыр нэхэ IэфIыншэ ещI.
- * Лы хэжэр куэдIкIэ нэхэ гурыхэ, нэхэ IэфI мэхуэ, машIу гэлIыбжэ бжын, кIэртIоф тхуныцIа хэлIхъэмэ.
- * ДжэдышIэм и фэр зэрыхужуэ къэножу вгъэ-ну фыхуейм, псым хэфIхъэн и пэ кыхуэу, лимон кIисла шадIуэ.
- * Джэдылэр нэхэ псынщIэу зыбыудыну ухуей-мэ, япэ шыкIэ шыгъуэ хэкIуэтэ лимоньпс хэгъатIуэ.
- * Шэр нэхэ псынщIэу къэкуэуэлэн пашцэ, абы машIуэ фышыгуэ хэфIуэ хуныц.
- * КIэртIоф нэхэ псынщIэу вэну фыхуеймэ, бжэмывыхышхуэ из шэ дагъэ хэфIхъэ.
- * КIэртIоф нэхэ нэхэ IэфI хуныц, ар шыгъэавэкIэ нашэгъэфIэу машIуэ хэфIуэтэмэ.
- * Прунжыр шыгъэавэкIэ нэхэ хужэ, IэфI ху-нущ, псым сэрчэ тIэкIу хэфIкIэмэ.
- * Псы куэдэр къызэрыбгъэжэуэ шейнычым и къуэциым кIэришIэр кIэрынкынуц, псы литрым сэрчэ бжэмывыхышхуэ хэлIкIэр сыхъэтитIкIэ къэбгъэ-жэуэ.
- * Хэжыуыкыкым къышIа бдзэжыенэр тыншу пхуэгъэжэуэдыжынущ, ар шыгуэ къэгъэпIакIэ пIэщIэр псы шхыкIэ птхэщIыжэмэ.
- * ТебщIэ къэфIэхъэмэ, къэвгъэсэбпын ипэ те-башхэр темпIауэ шэ къэвгъэжэуэ – тебэр къызыхъыцIа гыушым и фэр имыхуэжэу куэд-рэ зекIуэнуц.
- * Кофе зрагъавэ хэжыуыкыкым и къуэцIыр

кхэуэшыныф-фIыцIафэ хуэамэ, лимон бзыгъэ хэлуэ псы къэбгъэжэуэалэмэ, къабзэ хужынущ.
* Бжыныхур шцIэпIапIэми шыпхуэмэ хуныц: ар банкIым ил хэжыгъэм хэлIхъэмэ, шымахуэ псом зыри кышIышIынукым.
* КIэртIофыр шыпIэ кIыфIым шIэгъэтыпхъэш. Ар нэхум хэтэмэ, кыкIыкIынущ. КIэртIоф кыкIыкIар шыхыну узышIагъэм джэжIэ зранщ.
* Пхыр шахъуэм, э ятIагъуэм хэлэмэ, зыри къышIышIынукым. Апхуэдэу IэмалыфIш ар къы-хуэмыкыжу Iшым хэбгъэлыну.
* Шыжэй сьри Iэфри мазэ зыбжанэкIэ фху-эхуэмэнуц, псыхуэмэ къыбдэфа шахъуэм хэфI-хъэмэ.
* Бэдэржаныр шышылэ хуэхуэ шылынуц тхылышIэпIэм кIуэпIэпIэхэр мэкIэ зэрыл ашы-кым зырыуэ ивгуашэмэ.
* Пхъэшхымышхэ хэлуэ компот шыгъэавэкIэ, шыгуэ тIэкIу хэвдэмэ, фышыгуэу ихынур нэхэ машIэц.
* Лыр духовкэкIэ шыгъэажэкIэ, лэпс э псы къэк-уэла тепIэнур нэхэ тэмэмэ. Абы псы шIыIэ тепIэмэ, лы гэгъжэр тIэй хуныц.
* Кхуэиальэрэ гуащIэ хуэамэ, шэм халыхъэри зы сыхъэтIэ хагъэлэ. ИтIанэ шIагъэжыжри, къыгъ-эсэп.
* Бдзэжэйр шыгъэажэкIэ мэр унэм шIэз мыхъ-ун пашцэ, пашцэу зэтэгъэжа кIэртIоф бзыгъэхэр дагэм халдэ.
* Былымыр, джэдыр, бдзэжэйри бгъэжээн ипэ зы сыхъэтIэ шыгуэ шыпхуэмэ, гъушэ ху-нукукым.
* Прунжыр шыгъэавэкIэ бжэмывыхышхуэ зылымышIэу, кIэструлар шIэх-шIэхуэрэ фудыныцIэм нэхыфIш.
* Бжыныр вгъэжыгъуэн ипэкIэ хэжыгъэм хэ-нукукым, и фэр нэхэ дахэ хуныц.
* Пхъэшхымышхэ гъэгуэр вгъэвуэ зыгуэр къыбгъэжэуэалэмэ, сыхъэти 2-3-кIэ псы хуабэм хэбгъэлыи хуейц.
* Къэбистэр бунщIатэрэ бгъэжээмэ, гъушэ мэхуэ. Ар къэмыхун пашцэ, япэ шыкIэ ягъав-ри, итIанэ ягъэжэу арац.
* КIэртIоф пIытар нэхэ IэфI хуныц джэдыкIэпс-уда хэбгъэжэуэ.

Ар пэжш

Хьэл-щэныр зэлытар

Психологхэм къызэралтэжэуэ, шхынгуэуэм и IэфIагъ-сырагъыуэ цыхуым нэхэ кышIэжэуэ и хэл-шэныр кыпхуэщIынуц.

ГуащIэ нэхэ кыхъэхъэхэр цыхуэ кыгъэжыгъуафIэщ. Къару (энергие) ямылэй яхэл-ци, иджыри зыбжанэм яхуриу-нущ. Ауэ апхуэдэу куэдэр екIуэжэуэ, шIэх дIыду нервхэр зэтемысыж хуыри зыхуэIауэ цыжыжым.

IэфI нэхэ къэзыцтэхэр цыхуэ гушIанэхэц, сыт хуэдэ псалъэри заншIуэ я гум ежалIуэ. Я нэхэ мыхъэншэ Iуэхури я жагъуэ мэхуэ, уеллэмэ абы зман кIыхыкIэ иринэщхэиынущ. И чэу хуащ жагъуэ фышхуэр зытемыгъакIуэу Iуэху мыхъэ-эпэм фышцIэуэну.

Шуэзэ зыфIэпIэхэм хэл-шэ-ным гуитIхытIыгъэ хьэл-шэныр Сытым дежи ушIуэ я пашхэ кыуэв: езыхэр зэрыхуейм хуэ-дэу, хьэмэрэ хабзэ зэрыхуэам тету? Апхуэдэу я гъащIэ псор ирамыхъэцIы пашцэ, я гум жиур ящIуэ зрагъэсэмэ, нэхыфIш.

Сыр нэхэ къэзыцтэхэм я гъащIэ зы жыпхэм иту екIуэжыу арац. Зэшр къыфтемыкIуэн пашцэ, икIэщIыпIэкIэ зыгуэр зэрэзэфхуэжынукум нуужэ фит.

Иэнэм фышцэнырэкIэ...

Псалъэмэк гуапэ етIэгъэжэуэ, а пшыхыр гукинэжэ, гъэщIэгъуэн икIи гурыхэ хуныц. Гум кыбгъэдэжIэ эспэлэныгъэм дэрэжэуэу кыкуит къудейркъым, атIэ адбэж зыщхыркIэ цыхуэхэр нэхэ зыпэгъ-уэгъу мэхуэ икIи зыр зым и гум IэфIу къонэ.

Псалъэмэкыр Иэнэм пэрыс псоми я зэхуэдэу э зэгъуэгуэу зыбгъэ-дэхэр зэпсалъэу шытынкIэ мэхуэ.

НэхыфIыр псори зы Iуэхум тепсэлъыхынырщ, ауэ уи гъунэгъум ушцIуэрэжэуэ нэгъуэщIэхэми зэхэын хуэдэу улсэлэн хуейц. Зыми уемыпсалъэу, шхэу ушысынир къэзгъыркыым.

Уи бгъунитым шысхэм гуэрыгъэуэрэу адэуэршэрын хуейц. Иэнэм пэрысхэм языхъэр уиу ирмыкыи, узидхэ анагъуэм шIэхэм, хьэщIэхэм я хэтыркIэ абы гуапэу ухушIытIыпхъэц. Уи пашхэкIэ къы-шыс хэщIэр зэшу гу лыпшамэ, еспэлэылэ, ауэ ушцIэ бжыгъэншхэр томгыгъэпалъэу, зэрыхуэжэуэ эзыри къэгъэпалъэ.

Зэрыхабзэци, бсынымым кыхуэблагъэхэр езым фIыуэ ишыхуэрщ, ауэ хьэщIэхэм я зэхуакIуэ мыхъэжэуэ гуэр къыдмыхъуэн пашцэ, ахэр заншIуэ зэрыгъэцIыхун хуейц, я шэ-унэцIэм и мызакъуэу, псалъэ зыбжанэкIэ и дуней тетыхэр мидрейхэм ягурыбгъэуэныр Iэмал хьар-зынэц.

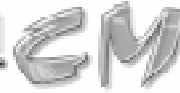
Гушылэ е хыбар гуэр жиуэным къыбгъэжэа цыхуэм «э ар сошIэ» жышIуэ упэрыуэныр къэзгъыркыым, зымышIэ Иэнэм шышыскIэ, ури абыхэм задэщIуэрэ цыхуэм зыхуейр къэгъэуатэ.

Иэнэм шхын шIтыр къышхыкIэ, ар шышхыкIэ улсэлэныр екIуэрым, ар умыгъэушIылуэу шыхын хуейц. Нэхыбэу цыхуэхэр шыгъэспэлэп шхын шIытIыгIэ шапхыкIэ, шей, кофе шефэжIэц.

Узэуэныр, зым жиур ардейм димышIыгъыныр Иэнэм къышэзгъы-ркыым, ауэ апхуэдэу псалъэмэкIэ къэжэа хуэамэ, бсынымым хуэмуэр къы-тыршыи хуейц, псалъэмэкыр нэгъуэщIэ лэныкыуэ зэрыхунэнтIыным хушIэкъуэу.

Дэтхэнэ цыхуыи ищIэн хуейц псоми псэлъэгъэу чэу зэретыпхъэр, уэ кIыхуэ улсэлэми, къыбгъэдэхэр йозэш. Абы емылытауэ, цыхур эппомыду, жиэм уедIуэфу шытыни хэл-шэн нохыфIэхэм ящыц зыц.

ФIшэн пашцэ



ЗАНКИШИЛАНЫ Хусейн

Сюймеклик а ким жанлыды Ханар

Ачык автомашинаны башын бирден кыагып, даурбас таууш этдиределе:

- Тохтат!.. Тохтат!..
Биз машинадан сескирип башладык. Шофёр кабинаны эшигин ачкандай, кыалтырады - аллыбызда кыу турган черек!

Таулада кюнню болуму тертерк тырленуочудо. Биз бу агач кёпюрню юсю бла этгенди төрт сагыт да болмаганды. Черек тюбонде зынгырады эди. Энди уа кыу туруп, ташны-ташка, агачны-агачча урады. Аны огурсуз тауушу узакгыа эшитиледи. Кёпюр чыкырады, ууалын баргыанча кёрюнеди. Бирде уа суу толкунла башы бла агадыла. Аны кёмогю ёмюрлюк тереклени башларына кыонады, чырылдайды, эрийди. Суу келтирген ташла, төмөккеле, зыгыр кёпюрню юсюне жыйыладыла.

- Айлана келип, бек тап тирелгенбиз! - деди районда эл мюлк управленияны баш зоотехникни Исхак, кесини абызырагынын да сездирмеге кюрөшө. - Барыда сени хайырынганды, Керим. Сау бол!

Керим жууап кыайтармады. Бу низамны киши, кыалпагын тешип, мянлача кыйдан жюлюнген башын кыагыды.

- Алай, тюзон айтсанг а, багыла Исхак, - деди Керим бир кесекден, сескини уянганча, - мен сени бери кыолундан тартып, зор бла келтирмегенде.

- Зор бла келтирмеген эсенг да, кыарт телени ыразы этгенсе. - Исхак, кеси кесине мурулдады.

Аны сезюн Ахмат бёлдо. Ол кыарамы бла тамата кыарындашы Асхатха кёпюрню кёргюзтөп, ары та атлады. Ахмат бла Асхат кёпюрню юсюн тазаларгыа бара эдиле. Биз да алагыа кыошулдук.

Билмей турганлай, суу жангыдан кёпюрюлдо. Ахмат: «Кыачыгыз!» - деп кыачырганлай, кёзю журуп ачхынчы, ыркы бир улуу терекни алып келип, кёпюрню «шекерин» сындырды, аны юсюне ауур жюгюп салды.

Биз, абына, жыгыла да тура, ажалдан кюнден-бутдан кыу тулдук.

- Барыгыз да саусуз да? - деп кыачырды Керим улуу ауаз бла.

Ол хар кимни аллына барады, бетине кыарап, барыбыз да эшитирча, аны атын кыайтарды.

Асхат жарык ышарды: - Палахан бек тап кыу тулганбыз. Насыбыбыз бар кёреем да...

Энди адамла шошайгандыла. Ала шёндю, мени акылыма кёре, кеслери тохтаган, агач мюлкню кыонаклары кыалмучу отоуну юсюнден сагыш эте болурла. Алай ол а жер этегинде кыалган киби кёрюнеди.

Анда турганла алтаулан болабыз. Кыадар эндиге дери бири бирин танымаган, бири бирине уамамаган адамланы кыазанлашдырганлай бир ыйык болады. Бек алгыа кыарындашла - Ахмат бла Асхат - келгендиле. Ала экиси да механизаторладыла, районда жоллагыа ремонт этдиле. Экиси да кыаруулу, ётгюр, тири кёзю жашладыла. Мен Асхат бла иги кесек ушак этгенме. Ахмат а, тил тутхан келинча, тынгылауу басханлай турады. Алай ол ишин а бек тынгылы этеди. Мен ангылаганга кёре, ол тамата кыарындашыны жаншаклыгынын чырта жаратмайды. Ала экиси да жарашмуу, иги жашладыла. Кийингенлери да бир киби этдиле. Жаланда бир башкалык; Ахматны кыалпагыны сол жанында голюню жудузчугу бегитилди. Ол жудузчук кеси да целлофан машокчукуу ичиндеди.

Ахмат аны кыа ырандан ала туруп, ёлпурге аздан кыалганды. Кыонакыла кыалмучу отоугыа Исхак бла мен бир кюн келгенбиз. Бу улайган, ауур, хыра киши кыазуатха дери колхозну председатели болганды. Уруш салган жаралары санларында кетмезлик тап болуп кыалгандыла. Мени кыатмда Нальчикден келген кыарамыйык, арык жаш жатады. Аты Солтанды. Культур министрствону инспекторду. Бу узак тау элни культура Юйюне болушургыа келе-келе туруучусун айтды.

Алай, барыбыз да ангылайбыз: бизни кыошну тутуругу лектор Керимди. Ол хапар айта да, адамланы кесине тынгылата да биледи. Аны хар затха кесини энчи кёз кыарамы барды. Даулашса да керексиз даулашмайды, айтханыны тюзлюгюне ийнандырады алай! Тап келиширин айтыр эди. Ол не да болсун, кыалай эсе да, ол айтхандан чыгалмай кыалмучу эдик. Кече бизни, арып келген адамланы, киногыа алып кетичю

эди. Бюгон а, бюгон? Биз шабат кюн ишден эрттерек кыайтхан эдик. Бир заманда, уф-туф эте, Керим, кирип келип, аллына тюшген шинтикге чёгеди. Аны юсю-башы балчыкды. Ол асламында лекцияладан алай кыайтуучу эди. Керим төпселери кёкте тирелген тауаны этегинде болганды, кыойчулагыа халкыла аралы болумдан хапар айтханды. Энди арыган адам солургыа керекди да!! Алай бир кесекден Керим жол кёл алды:

- Жашла, мени бла тебирегиз. - Кыайры! - деп сорду Исхак жарысуу ауазы бла, бир хатагыа тюберигин сезгенча.

- Суу аузуна. Анда мени лекция болдукчу.

- «Ахчы кишини шинтиги хазырды», - дейдиле, ма кёремсиз, «машиначык» саклап турганнын, - Керим жок ташуучу автомобилин кёргозтуду, - хайдагы а, аланла!..

Алайды да, бизни «машиначыкыга» миннигенизин кёргенде, жолочулукну сюймеген Исхак да халкыдан айырылмады. Суу аузу аны да жолгыа чакырды. «Машиначык» бир улуу юйюню-школну-кыатында тохтады, сабийлери мында окугынла тошюлде. Бу ариу мекам дупурда соеледи, башха юйлөден айырмады. Мында сабий кыызга ушаган, назик санлы, дугум кёзю Лейля устаз болуп ишлейди. Ол агач мюлкню баш механики Расулу суюди. Жаш да аны бек жаратады. Тёгерекден кыараганла не айтханларын да эсе алмай, шёндю сюйгенле бирге соеледи. Аланы сюймекликтери шаудан сууча, эрттендик азгача тазды. Бош адамла окуна сюйгенле жанлыдыла, ол алагыа насып юлюшге берилгенин ангылайдыла.

Бу сюймекликде адамланы кеси жанлы этген, жүреклерин жылытхан не зат болганын мен толу билалмайма. Расулу ушагылы, юйюню оюуну кишиге бермеген, айтырын-кыайтырын билем кыатыны, анысаны кюйюсю-люгюнден искиттин болган бешжыллык жашчыгы бардыла. Тюзон айтсак, элде бу тишируу жанлы адамны тапхан кыйынды. Ол ана туюлдо - обурду. Кыызганчдан жаны чыгып кыаллыкды. Кыруу кесим, кесим дегенле туралы...

Болсада ала аманын кебинден бир бёлек жылына жашау этдиле. Энди Расул, билген амалын тауусуп, бу жашау болмазын ангылаганды. Мындан ары башханы сюйгенин жашырып туралык туюлдо. Ол кыатыны бла жашаялмазын анга билдиреди, аны аллында гюныча, терелгид болган эсе уа, кечкиндик тиледи. Кесини теңгерине ва Лейляны сюйгенин билдирип болдукчу.

кюнбатышыны ызыгында, кыурманлык союм этиучю жерле, юч менгир таш да саклангандыла. Ала бир бирлерине тап келишген тюз сызыкыла бла байланыдыла. Менгир ташла (обсерватория) кюнню, жудузланы жюрюулерин тинтир хыйсап бла ишленгендиле.

Бюгонлюкде Жылы сууга ишлене турган жол, ол демениги тарых эсертмелерибизден бирин-Менгир ташыбызны - гунч этерге хапта-хазырды. Ол ташны сакларгыа керекбиз. Дагыда бир юлго: нарт жол Элбрусуну этеги бла Жылы сууга (Дарман суу да дейдиле) келтиреди, Кыара кыа, Сурх жайлыкыла Тилланы Солтанны жайлыклары болгандыла. Жылы сууда чучурланы атларына да Солтан чучурла дегендиле. Бизге аны унутургыа да жарамаз.

Была барыда Балык суу башында халк жюрюген Жылы сууну төгерегинде белгиле, сейир атла, айхай да, шагатылык этедиле ол жерле кимни болганларына. Тарыхыбызны, жерибизни байлыкына да саклай билейик.

БЕГИЙ улу Абдуллах

Ногъайчыкъ

Нарт таурух

ЭРТТЕН КЪОНАКЪ
 Нарт Элини гим-гым кыарты-кыурту бар, Ёрюзмекни таш кыаладан журту бар.

Таш журтуна эрттен кыонак ийленди, - Эй, ким барды юйде? - деб а сёлениди.

Арбазда бир сабий жашчык ойнай тура эди да, - Жашчык, кыонак аламысыз? - деди да!

- Нек алмайбыз, кыонак кыойдан жууашды, Кыонакбайгыа кыуанчды!

Алай-алай сёлениди, дей, жашчык да: - Эй, кыонак, кел, абызырама азчык да!

Кыонак деген - Тейриденди, - деди, дей, Ары туююл - бериденди, - деди, дей.

- Да мен сизге жыл кыонакыга келгенме! - Келген эсенг, сау келе тур, элгенме.

- Да мен, - деди, - кюнден ирик ашарма, Алашам да кюнден гебен бошар да!

Сабий жашчык керти сейир этди, дей, Сабий жашчык юйге кирип кетди, дей.

* * *
 Нарт Ёрюзмек чыкды, дейди, бизраздан, - Кел, кыонак, - деп сёлениди, дей, арбаздан.

- Кел, жууук бол, нек турса тышында? - Кел, сау кел, - деп жарык болду, тош атдан!

- Да мен сизге жыл кыонакыга келгенме! - Ай, аны ючюн кыоркыма, жигит, элгенме!

- Да мен, - деди, - кюнден ирик ашарма, Алашам да кюнден гебен бошар да!

- Не кыонакыса, бир ирикден кыоркта эсен! Атха гебен бичен неди, жоргыа эсе!

Кыонак болсанг кыонакбайны сыйлайса, Тюш атынгдан, мени неге сыйнайс!

ЭРТТЕН КЪОНАКЪНЫ БОЛУМУ
 Нарт кыонакны сейир-кыужур атыгыты, Ат десенг да - ол «ат» деген затчыгыты.

Зат да туююл - кынгыраык мыркачык, Тёрт аягын кюнден тиреп турганчыкы.

Туяклары ёрге-ёрге айланып,

Кыулаклары эншге-эншге сайланып, Кыарын тюبو - жабагысы саклына, Ат талауу тийген киби санына.

Жухчугундан тая турган эсчиги, Жукысурап, жума турган кёзючюгу.

Жабагылы быдырында кыашхасы, Кюнден гебен бу не хазна ашасы!

Юсюндеги - атыгындан кем туююл, Жаууруну бир кыарышдын кенг туююл.

Кесчиги да нартча туююл - гыркычыкы, Кийгени да барча туююл - хыбыртчыкы.

Тюбюнде да - бут ашаган кёпчегеги, Бутунда да - эски гетен кёпчегеги.

Тобугу да, женчиги да жыртылып, Белине да тартма киби тартылып.

Тончугу да - эски бир тай териден, Бу кеси да ары жууук бериден.

Жыагында бир темиреу кыашхасы - Айгыа ирик бу не хазна ашасы!

Кыалканы да, садахы да төбесинден уллуракы, Башлыгы да сары мелте болаыракы.

Кыулагында жылтыраган тогъайчыкы, Ай, бу кеси болса керек Ногъайчыкы!

ЁРЮЗМЕКНИ КЪОНАКЪБАЙЛЫГЪ
 Ёрюзмек а кыонагына сак эди: - Эй жаш, аты атиликче так!

- деди, - Кел! - деп, нартны кыонак юйге чакырды, Тончугун да темир чойге такдырды.

«Айтханыча ашармы» деп сынады, Ирик соноп, Ногъайчыкыны сыйлады.

Атына да гебен бичен бердирди, «Бошайлык болурму» деп кёрдюрю.

Ногъайчыкы да сау ирикни ашадды, Атчыгы да сау гебени бошадды.

«Кыонак келсе - кыут келир» деп айталла, Ай, «кёл келсе жут келир» деп айталла.

Кёл келгенин аз келгюне озады, Кючю жок да кырууна базадды.

Ногъайчыкы а жангыз келген кыонак эд, Сау бир кыойдан кыалмай эди кыулак эт!

Алашасы кюнден гебен ашайды, Атха угъай - жедиле болдукчу.

Тарыхыбызгъа сакъ болайыкъ

Багыла газет окуучула, жерлешлерим, бизни улуу кёлпогобюбно хатасындан ырыкыбызны, мюлкюбноно, культурабыны арха тархан затладан бир кыауум юлюню келтирмеге сюеме:

Узакгыа созмай Гошаях, Малкыарук, Жабо, Атабий, Сюйюнч, Абай кыалалада, Орусбийланы, Малкыарукыны, Толгурланы журтларында, кешенеледе кыурулуш - жангыртуу ишле бардырын, туристле экскурсиягыа келирча этилсе бек иги болдук эди.

Мындан төрт минг жыл алгъа Элбрусну тийресинде, Туздук тау башында бизни ата-бабаларыбыздан кыалган, болмаганча сейир эсертмени мурудор ташлары кыалп туралдыла. Ол мекямы 20 метр узунлугу, 8 метр кеңлиги, 10 метр да бийиклиги болганды. Аны кесини да 12 эшиги, аллай бир да терезеси бар эди. Бу кюнне жораланган кыалагыа бурун таула зиратха жюрюгендиле, дууа тутхандыла. Бюгон да аны мурудор ташлары жериндедиле...

Туздук тауну шимал жанында, коичыгыш бла



50-й гол успеха не принес

«Локомотив» (Москва) — «Спартак-Нальчик» 3:1 (2:0). Голы: Спахич, 13 — с пенальти (1:0), Самедов, 35 (2:0), Самедов, 76 (3:0), Роденков, 83 (3:1).

«Локомотив»: Пелиццили, Спахич, Иванович, Асатиши, Гуренко, Самедов (Ефимов, 90), Янбаев, Биллетдинов (к), Одемвинге, Сычев, Траоре (Мамин, 88).

«Спартак-Нальчик»: Радич, Ятченко, Дюсудович (к), Филатов, Амишуллин, Самсонов, Пиличук (Дзахмишев, 41), Фаизулин, Гетериев (Матич, 60), Кажаров (Роденков, 65), Рикардо.

Наказания: Иванович, 13, Пиличук, 20, Сычев, 45, Самедов, 48 — предупреждения.

Ударты (в створ ворот): 16 (8) : 11 (4). Угловы: 5:5. Судья: С. Мащора (Камсково-Косинское-Алур), И. Писако, С. Романов (оба — Новосибирск).

Павлушта. Москва. Стадион «Локомотив». 8112 зрителей.

Лучший игрок матча: Александр Самедов («Локомотив»).

Матч дублеров: 0:0.

После отлично проведенного матча с ЦСКА болельщики ждали от нальчан такой же игры и в поединке с «Локомотивом», однако обманулись в своих ожида-

наниях. Хотя начали встречу гости достаточно активно. Рикардо уже на первой минуте после ошибки защитника оказался на ударной позиции, но пробил несильно, и мяч стал легкой добычей для Пелиццили.

А затем игру сломал арбитр. На 13-й минуте Мащора назначил пенальти в ворота «Спартака» за несуществующий фол Джуловича против Самедова (на снимке хорошо видно, что наш защитник не касается игрока «Локомотива» в штрафной), и Спахич свой шанс не упустил. Гости пытались переломить ход встречи, но очень часто ошибались в передачах и к тому же постоянно поскальзывались на вроде бы сухом газоне. В чем тут дело, непонятно, так как за игроками «Локомотива» подобного не наблюдалось.

В итоге единственное, что удалось создать нальчанам до перерыва, это дальний удар Кажарова после того, как нападающий накрыл трех защитников. Но и после него мяч пролетел рядом со штангой. Ну, а хозяева своим шансом воспользовались сполна. На 35-й минуте Радич отразил удар Янбаева в дальний угол, но первым у мяча оказался Самедов, без помех переправивший его в сетку. После перерыва преимущество «Локо» еще больше увеличилось, и в течение трех минут счет едва не стал разгромным. Но Одемвинге и Сычев сначала промахнулись из убойных позиций, а затем после ударов этих же



футболистов великолепно сыграл Радич. Но и он оказался не в силах отразить удар Самедова слета в ближний угол после передачи Биллетдинова.

Спартаковцы ближе к концу матча активизировались, и Роденков, воспользовавшись пасом Рикардо, все же отправил мяч в сетку между ног Пелиццили, открыв таким счет своим забитым мячам в чемпионате и не позволив «Локомотиву» одержать победу с крупным счетом. Кстати, этот гол стал для нальчан 50-м в премьер-лиге, но, к сожалению, не принес им успеха.

Юрий Красножан, главный тренер «Спартака-Нальчик»: «Комментировать особо нечего. По той игре, которую мы демонстрировали, может сложиться правильное, на мой взгляд, впечатление, что 1:3 — вполне неплохой счет для нашей команды. Столько моментов, сколько мы позволили создать хозяевам, напомнило мне игру с «Зенитом». С такими командами нельзя играть первым темпом. Но ребята к моим словам не прислушались. В результате игра сложилась так, что уже на 13-й минуте надо было отыгрываться. «Локомотиву» нельзя давать много пространства, а получилось так, что мы как раз позволили им свободно комбинировать и начинать атаки.

В целом, жаль, что в современном футболе можно делать только три замены. Я бы смело заменил в сегодняшней игре добрую половину команды.

Анатолий Бышовец, главный тренер «Локомотива»: «Что касается «Спартака», я могу сказать, что у меня хорошие отношения с их тренером, он вызывает у меня уважение и симпатию, так как умеет справляться с теми трудностями, которые выпадают на его долю, я имею в виду создание команды. Команда достаточно хорошо организована, и этот матч не был для нас проходным. Мы детально смотрели матч с ЦСКА, и «Спартак» произвел очень хорошее впечатление. Сегодняшняя игра мне понравилась, но все же концовку мы провели традиционно плохо.

Результаты остальных матчей 20-го тура: «Крылья Советов» — «Спартак» (М) 0:2; ЦСКА — «Москва» 2:0; «Зенит» — «Луч-Энергия» 3:1; «Химки» — «Динамо» 1:0; «Томь» — «Амкар» 0:1; «Рубин» — «Сатурн» 0:1; «Кубань» — «Ростов» 1:0.

18 августа «Спартак» принимает подмосковные «Химки». Начало матча в 20 часов.

Чемпионат России по футболу ПРЕМЬЕР-ЛИГА						
Команды	И	В	Н	П	М	О
1. Спартак М	20	11	6	3	29-19	39
2. Зенит	20	9	7	4	32-27	34
3. Москва	20	9	6	5	24-21	33
4. Динамо	20	8	6	6	27-20	30
5. ЦСКА	20	7	9	4	23-17	30
6. Локомотив	20	7	6	7	26-28	27
7. Амкар	20	6	9	5	17-15	27
8. Сатурн	20	6	9	5	20-19	27
9. Рубин	19	7	3	9	19-19	24
10. Химки	20	5	9	6	19-18	24
11. Кубань	20	5	9	6	18-21	24
12. Крылья Советов	20	6	5	9	20-25	23
13. Спартак Нч	19	5	7	7	17-22	22
14. Луч-Энергия	20	5	6	9	18-23	21
15. Томь	20	4	9	7	23-24	21
16. Ростов	20	1	10	9	14-28	13

И СНОВА ЦСКА

«Спартак-Нальчик» — «Рубин» (Казань) 3:2 (1:1, 0:0, 1:0, 1:1). Голы: Дзахмишев, 4 (1:0), Паунович, 9 (1:1), Гетериев, 98 (2:1), Аюпов, 114 (2:2), Дышков, 117 (3:2).

«Спартак-Нальчик»: Крайченко, Шумейко (к), Филатов, Ятченко, Кисиков, Матич (Балжаров, 87), Гетериев, Дзахмишев, Костенко (Дышков, 46), Кажаров (Дюсудович, 103), Роденков.

«Рубин»: Харчик (Колышко, 46), Калисто, Габриэль, Федоров (к), Салугвадзе, Сидайя, Аюпов, Гирак, Паунович, Киреев, Дядин (Яркин, 67).

Наказания: Ятченко, 49, Крайченко, 59, Яркин, 85, Дышков, 92, Роденков, 100, Федоров, 101 — предупреждения.

Судья: Ю. Ключников (Ростов-на-Дону). 8 августа. Нальчик. Республиканский стадион «Спартак». 5000 зрителей. Ударты (в створ ворот): 17 (5) : 7 (4, 1-штанга). Угловы: 7:8. Лучший игрок матча: Казбек Гетериев («Спартак-Нальчик»).

В первые десять минут встречи соперники успели по разу поразить ворота друг друга. На четвертой минуте после паса вразрез Роденкова Дзахмишев вышел один на один с Харчиком и не оставил никаких шансов голкиперу казанцев. А спустя пять минут, счет сравнялся. Это Паунович воспользовался отсутствием в центре обороны хозяев получившего повреждение Кисенкова, без помех головой переправил мяч в сетку.

В дальнейшем до перерыва преимуществом владели нальчане, но удача отвернулась от них после ударов Роденкова и Гетериева, а еще раз гостей спас Федоров, выбивший мяч из пустых ворот после удара Дзахмишева.

Во втором тайме инициатива по-прежнему оставалась у хозяев, но оборона «Рубина» справлялась со своими обязанностями. Сами же казанцы лишь однажды имели возможность изменить счет, но Гацкан попал в штангу.

А уже в дополнительное время защитники гостей, пытаясь выбить мяч, отдали его Гетериеву. Полузащитник нальчан на скорости ворвался в штрафную и точно пробил мимо Колышко. В этот момент показалось, что спартаковцы без труда доведут дело до победы, но на 114-й минуте стандарт у их ворот принес удачу «Рубину». Аюпов, обыграв защитника, нанес удар в ближний угол.

Однако за три минуты до окончания дополнительного времени Аслан Дышков успел замкнуть подачу Гетериева с угла-

вого на дальний штанг, поставив тем самым точку в этом интересном матче. Теперь в четвертьфинале Кубка России спартаковцы встретятся с московским ЦСКА, а хозяина поля определит жеребьевка.

Курбан Бердыев, главный тренер «Рубина»: «Обе команды сегодня дали возможность поиграть тем, кто не имел частой игровой практики, выяснить для себя, кто на какой стадии находится. Думаю, что «Спартак» закономерно победил, так как имел преимущество.

Юрий Красножан, главный тренер «Спартака-Нальчик»: «Настоящий кубковый матч получился с дополнительным временем и интригой по счету. Мы опасались стандартов, все-таки в сегодняшнем сочетании наших футболистов «Рубин» имел преимущество в росте. Так и получилось, что у двух стандартов мы и пропустили. Но с одного и забились, когда уже на какой стадии находится. Думаю, что «Спартак» закономерно победил, так как имел преимущество.

Консулус наставник нальчан и поведение болельщиков после матча с ЦСКА: «Мы очень благодарны болельщикам за поддержку. То, чего мы добились, — без них этого бы не было. Но хотели бы попросить их немножко контролировать свои эмоции.

«Спартак» оштрафовали

В минувший вторник в газете «Спорт-Экспресс» вышла статья Александра Мартанова под заголовком «Увидеть Нальчик — и выжить», в которой автор, помимо прочего, рассказал о том, что автобус с игроками ЦСКА был забросан камнями после матча. При этом журналист утверждал, что в окна летели булыжники размером с «длинноколхозницу». Однако никаких подтверждений этих голословных заявлений автор материала привести не смог. Более того, игроки ЦСКА Василий Березуцкий и Сергей Игнашевич в одной из передач на спортивном канале в один голос заявили о том, что в Нальчике ничего страшного не произошло.

Об этом же свидетельствует и официальный ответ МВД по КБР, в котором говорится, что в период проведения матча нарушений общественного порядка зафиксировано не было. «После окончания матча, примерно в 22.20, была организована посадка футболистов команды гостей в автобус и сопровождение экипажем ДПС до аэропорта «Нальчик», где была организована охрана отправки рейса», — сказано в ответе.

В итоге КДК, рассмотрев этот инцидент, приняла решение запросить дополнительные материалы у премьер-лиги. Вместе с тем, нальчский клуб был оштрафован на 10 тысяч рублей «за бросание болельщиками во время матча посторонних предметов на поле». Речь идет о том, что во время игры кто-то из зрителей бросил на поле жесткую банку, которая едва не попала в Джиркова.

Оставалось девять минут

Мощный ливень с грозой, разразившийся над Нальчиком перед самым началом кубкового поединка «Спартака» с казанским «Рубином», едва не стал причиной очередной доигровки матча в нынешнем сезоне.

Как только футболисты обеих команд вышли на поле после перерыва, на стадионе полностью погас свет. Арбитр матча Юрий Ключников из Ростова-на-Дону тут же принял решение увести команды в раздевалки.

Причиной аварии стал удар молнии, пришедший в одну из осветительных мат, расположенных на западной трибуне. От нее по цепи отключились и три остальные осветительные вышки, погрузив стадион в полную темноту. Но уже спустя пару минут, заработало электрическое табло, однако свет на вышках так и не зажегся.

На место сразу же была вызвана дежурная бригада электриков, которые приступили к экстренному устранению неполадок. А футболисты обеих команд тем временем находились в раздевалках, свет в которые пробивался только из коридора. Но при этом никто из них не роптал, а некоторые, наоборот, даже были рады неожиданно продлившемуся перерыву.

Арбитр Ключников и делегат матча Проскурин в полном соответствии с ре-

ламентом проведения соревнований дали специалистам 30 минут на устранение неполадок. Этого времени нальчским электрикам хватило на то, чтобы установить, что ударом молнии были выбиты пробки на щите электропитания.

Ожидание продлилось 20 минут, в течение которых лампы на осветительных матчах обычно остывают, чтобы потом их можно было снова включить. Арбитр и инспектор уже посматривали на часы — ведь до окончания получаса, данного на устранение аварии, оставалось только девять минут. Уже даже пошли разговоры о том, что придется доигрывать матч на следующий день, как это недавно произошло в Раменском. Но наши электрики с честью вышли из этого положения, успев наладить освещение. К счастью, при включении вся система заработала и больше до самого конца встречи сбоя не давала. Более того, как показало, свет стал еще ярче, чем был в первом тайме.

В итоге через 21 минуту матч возобновился, однако к тому времени зрителей, которых и так в этот дождливый вечер собралось на стадионе не много, осталось еще меньше. Часть из них под покровом темноты решила отправиться по домам. Ну, а самые стойкие в результате получили вознаграждение в виде исторической победы нальчан, которые впервые завоевали путевку в 1/4 финала Кубка России.



Привет, «Молодежка»!

Обращаюсь ко всем девушкам, которые глубоко переживают разлуку с любимым парнем и забываются в депрессивном состоянии. К великому сожалению, судьба не всегда бывает справедливой. Каждый достойный человек хочет обрести мир в семье, иметь достаток в доме, радость в душе, счастье в жизни, здоровье в теле, чувствовать внимание и заботу со стороны близких людей. Я понимаю, что тяжело, когда теряешь навсегда любимого парня, которому отдаешь все свои чувства, любовь и даже себя. А потом он вдруг поступает с тобой плохо! Больно сознавать, что очень многие юные девочки по причине того, что ее бросил молодой человек, начинают плакать, рвать на себе волосы, прибавляют в нечеловеческих страданиях. Милые девушки, не губите себя в таком раннем возрасте из-за того, что от вас ушел любимый парень. В каком смысле? «Любили»? Вы любили, а он — нет! И не стоит из-за этого находиться постоянно в грехах и раздумьях. Не держите на него зла, простите и отпустите его! А может, просто была не судьба. Вот так и бывает в жизни — сначала возникают взаимные чувства, симпатии, духовное сближение, ощущение, что вы можете вместе свернуть горы, а потом, уввы, наступает разочарование друг в друге. Каждый из нас нуждается в любви и понимании, а когда нет взаимности, то начинаешь чувствовать себя ненужной, обиженой на то, что преподнесла судьба. Не стоит падать в яму, чтобы утешиться от душевной боли. Он, который бросил вас и ушел к другой, никогда не понимал, какая вы добрая, красивая, верная. Этот парень просто не заслуживает ваших слез! Отпустите его и эту ситуацию! Со временем вы встретите более достойного вас человека, и все образуется. Милые девушки, не отчаивайтесь обрести снова любовь, ведь испытания судьбы тоже даются во благо!

Земфира М.

(Начало в СМ №32) Почему? Почему это не может быть?» — в свою очередь, увидела Селла и недоуменно уставилась на молодого человека снизу вверх. «Вы такая, такая...». Он не мог подобрать слова. «Какая?». Ей стало любопытно. «Вы хотите понравиться!». Селла округлила глаза: «Вы меня приняли за...». «Нет, что вы, я не в этом смысле». «А в каком?». «Я сидел там, в кафе, и вдруг — вы идете. Я, как увидел вас, сразу встал и пошел следом. Не мог не пойти. Вы словно светитесь, такая все золотистая. Это, как магнит, притягивает». Она хмыкнула и пожалала плечами. «Ну не знаю, я не думала, что так вы-гляжу. Но вы ошиблись, я не хотела никого притягивать». Глупость какая-то. Она опять пожалала плечами, теперь возмущенно. «Раз так вышло, может, все-таки познакомимся? Давайте погуляем». Вот упертый, не отвяжется. Наверное, думает, что я здесь живу и приглашаю его к себе. «Я на работе. Тут во дворе наш офис. Я не могу гулять. Прощайте!». Селла повернулась и пошла во двор. Парень — за ней, не отставая. Селла забеспокоилась и остановилась у входа. Фирма арендовала помещение на третьем этаже некогда жилого дома. Дверь подъезда была распахнута настежь, но на лестничной клетке, где обычно стояли курящие из соседних офисов, в этот раз никого, как назло, не было. «Вы, может, думаете, что я маньяк? Не бойтесь, я нормальный. Вы мне очень нравитесь, я не могу вот так взять и уйти, чтобы никогда больше вас не увидеть. Может, мы встретимся вечером, сходим в театр?». Театр — это круто. Решил показать, что готов поухаживать. Тем временем к подъезду подошел пожилой упитанный мужчина с явно знакомой физиономией. «Простите, вот идет наш сотрудник», — солгала Селла и, не мешкая, устремилась в подъезд. У лифта она облегченно вздохнула и, встретив заинтересованный взгляд дядечки, пояснила: «Маньяк какой-то пристал, представляете, никак не могла от него избавиться, уж и не знала, что делать: спешу на работу, а в подъезд заходить страшно. Спасибо, вы подошли, выручили!». Толстячок расцвел улыбкой и за-сверкал глазками. К счастью, в этот момент открылась дверь лифта, и Селла выскочила на площадку третьего этажа. Инцидент был забит, как

только она переступила порог офиса. Предстояла встреча с шефом, ради которой она и шла сюда. Селла влюбился в него в первую же минуту. Внешне он ничем особенным не отличался от тысяч других мужчин его возраста, только пенки взгляд глубоко посаженных серых глаз выдавал в нем сильную и жесткую натуру охотника. Тем удивительнее было видеть, что этот взгляд вдруг менялся, излучая тепло. Сердце Селлы мучительно сладко сжималось. Она давала себе слово не являться в кабинет шефа без вызова, но не могла утерпеть и, если причины не было, сама находила повод для визита. Если не удавалось его увидеть, становилось одиноко и хотелось кому-нибудь пожаловаться, но подруги не понимали ее романтических чувств. Вопреки ожиданиям, кабинет шефа был закрыт до конца дня. Из офиса Селла уходила с ощущением напрасно прожитой жизни. «А я вас жду...». Маньяк, которого Селла оставила утром у подъезда, стоял на том же месте.

Сла (продолжение следует).

М. Марьяне

Я хочу поведать вам о том, как обычный парень полюбил богиню. Итак, мы вместе учились, и я влюбился в нее с первого взгляда. Хотя, нет. Я влюбился в нее еще раньше, когда, создав ее в мечтах, я первый раз ее узрел. То были грезы, но в жизни она оказалась еще краше. Она была умна, добра и красива, и при этом так проста, что пленяла каждого. Она была «Райским цветком в мире, похожем на ад. Я назвал ее феей моих грез. Ведь в ней все принимало совершенные черты. Ее блеск ослеплял, ее чистота пленяла. И я часто ловил себя на мысли, что иду на занятия лишь для того, чтобы вновь увидеть ее. Хотя я знал, она — не для меня, но НАДЕЖДА, эта зараза, все не хотела умирать. Три года я пытался скрывать от нее свои чувства. Вы даже не представляете, как это трудно, как это больно!!! Прошло три года. На защите дипломной мне удалось взять с нее обещание, что она прочитает мой рассказ, где прототипом главной героини была она. Я надеялся, что, прочитав, она все поймет. Но, уввы, я не успел. Я видел по ее глазам, что она ждет каких-то решительных действий, но, так и не дождавшись, мы прощались. Мы расстались!!! Все! Пролетели выпускные... я упустил свой шанс. Я позволил ей уехать, хотя я видел, что она сама не желает уезжать. Во всяком случае, так... Она чувствовала, что я ей хочу что-то сказать, но не решаюсь. Тогда я не смог, а теперь готов кричать об этом. Но, уввы, у меня осталась лишь память. Я помню все: ее глаза, ее улыбку и смех, все! И теперь знаю, она забрала мое сердце с собою. И что душа моя плачет дождем. И что часть меня — что-то светлое, чистое, доброе с ее отъездом умерло.

*Любимая, солнце мое,
восходящее в песнях разлуки,
Голос Бога, идущего в легких нарядах
созвездий.
Вызываю тебя из пространства,
омытого светом,
Из радуги, рухнувшей на руки соснам.
Подари мне любовь в виноградных
гроздьях грусти,*

*Опали меня пламенем,
ветками вечности встпхни...
Шөгемукво А. Б.*

Была холодная дождливая погода. Ветер выл за окном, и никого не было на улице. Осын.

Ксюша сидела дома на кровати и тихо плакала в подушку. Она шепотом ругала себя за глупость, за наивность, за влюбленность. Ее мысли были только об одном: «Почему, почему любовь так не справедлива. А еще говорят: «Любовь все возрасты покорны». Все чушь, чушь, чушь! А плакала потому, что с ней произошёл печальный, но всем очень знакомый случай. Началось все с первого сентября, когда она пришла в новую школу, в седьмой класс. Прямо на первой линейке она влюбилась, влюбилась по уши. Этот симпатичный, молодой человек учился в восьмом классе. Ксюша сразу обратила на него внимание. Ей он показался необычным. У него были жгуче-черные, лохматые волосы, светлое

КРЕМЬЕРЫ

ЭЛЬС-

С 15 августа – Симпсоны в кино (анимация)
С 15 августа – Немпожко беременна (комедия)
С 20 августа – Веселые и загорелые (комедия)

Веселые и загорелые

Несведущий управляющий курортом и неверный муж Полая, грудастая Джиги, пластический хирург, потерявший свою врачебную практику Жерома, удачливый продавец париков и невротик Жан-Клод, старомодный, вечно в состоянии стресса оптик Бернар, его пьяница-жена Натали и, наконец, вечно недовольная, находящаяся в поисках мести Кристиан встречаются на летнем отдыхе на одном из роскошных итальянских курортов, где их ждут совершенно непред-сказуемые и невероятные приключения...

Справки по тел. 47-71-42.

КРЕМЬЕРЫ

ВОСТОК

С 15 августа – Звездная пыль (приключения)

Звездная пыль

Маленькая английская деревенька отделена древней стеной от сверхъестественной параллельной вселенной. Где царят магия и волшебство. Молодой Тристан Торн опрометчиво общается самой красивой девушке деревни, что принесёт ей слезливую с неба звезду, упавшую по ту сторону стны.

На своём пути по следам древних легенд Тристан встретит везильного короля и его заговорщица-сына, могущественную ведьму, капитана пиратского корабля и хитроумного торговца, а также найдёт свою истинную любовь, ключ к пониманию своей сущности и судьбы, о которой он мог только мечтать.

Справки по тел. 42-10-80.

как будто напудренное худощавое лицо, на котором были длинные черные ресницы и красивые карие глаза. Как тут можно не влюбиться?! Ксюша посмотрела на себя и ужаснулась. По сравнению с ним казалось, думала она, что она просто жирная корова, ходячая отбивная!!! На самом деле она была вполне нормальной девушкой. Ксюша была просто очаровательна, у нее были шикарные длинные волосы. Самые длинные ресницы в классе принадлежали ей. Голубые, как море, глаза привлекали внимание, но наша героиня так не считала. Ей казалось, что она уродлива, и всем парням в мире на нее наплевать. После линейки у них был школьный час, там рассказывали про то, что школе будет 80 лет, и каждый класс должен собрать информацию о директорах, выпускниках и знаменательных событиях в гимназии. Но Ксени было все равно, ведь она сидела за этим прекрасным молодым человеком, она смотрела только на него, думала только о нем. Ей казалось, что в кабинете, кроме них, никого нет. Кто-то позвал его по имени. Ксюша сразу его вспомнила. «Что за прекрасное имя - Андрей!». Теперь оно всегда было у нее на устах. «Андрей, Эндру, Андрюшенька!», - шептала она сквозь слезы... Что было потом? Он перевернул в другую школу, но это совсем другая история.

Ксю.

ДОКАЗАТЕЛЬСТВО ЖИЗНИ

Ты смотришь на экран. Кадры мелькают с невообразимой скоростью. Перед тобой кто-то плачет и зывает о помощи. Что это? Землетрясение, наводнение, расстрел мирной демонстрации? Ты не можешь разобраться, не понимаешь. Кто эти люди и зачем все это? Не трогает, скучно. Дверь в ванной комнате захлопнулась, но раздражения нет. Хотя он опять все вынохал, ничего тебе не оставив. Странные старые глаза в зеркальных дверцах. На экране «у них» были совсем иные. Странно, почему «они» боялись? Хотя плевать. Пережевывая, тщательно уничтожая зубами продукцию «ресторана быстрого питания», не ощущая вкуса. Как будто это действительно ПЕРЕЖЕВывание. Неужели это уже кто-то ел до тебя? Например, эта некрасивая девочка, что протягивает тебе сдачу и фальшиво улыбается. Зачем ей здесь быть? Интересно, она ЭТО считает жизнью? Хотя... неинтересно. Подушка, которую он принес, разработана специально, чтобы от тебя во сне не исходили звуки. Никаких звуков. Но он мог бы поступить иначе. И звуков бы не было. Хотя твой сон бы затянусь. Бессмысленные размышления о смерти... А где же смысл? А где же смерть? Ты снова бредешь в ванную, разрезаясь усталую кожу ладоню и посыпаясь рану стиральным порошком («ну хоть этот не снюхал»). И снова получаешь доказательство

Вот забавно даже подумать, что происходило бы, если бы мужчин никогда не существовало. Жили бы на Земле одни женщины, не забывая при этом давать потомство, каким-нибудь хитрым способом. Интересно, как выглядел бы Гитлер-женщина? Или, например, Ленин-женщина? И

были бы такие персонажи, в принципе? А может, войн и разлук и не происходило бы? Тогда абсолютно не нужно представлять себе Толстого-женщину, ведь «Войны и мира» не случилось бы. О, как расстроился бы тогда мой друг, не имеющий вкуса к кинематографу. Ему пришлось бы забыть о «Звездных войнах». Хотя и другая бы тоже не было. Все киноленты заканчивались бы счастливым концом. А о других концах никто бы и не думал. Новостные телепрограммы открывались бы прямым включением презентации очередной, уже 48-ой, недели Высокой моды, а пивные пробки открывались бы, вероятно, поглаживанием. Повсеместно (как, сегодня, букмекерские конторы и бильярдные) открывались бы все новые и новые «Арт-бат престижи». Самой уважаемой газетой стала бы... Хотя нет, газеты бы отменили. Они неудобные и пачкаются. Интересно, с кем бы проводила время Мерлин Монро, как выглядел бы бой-френд Елены Степаненко и, что бы во всей этому поводу «отожгла» Фаина Раневская?

Шопинг заменил бы политикой, концерты «Ночных снайперов» - футбольные матчи, а чупа-чупс - сигары...

Гэмбл.

*Нет, не разумена тисать,
устала лишь о лики незных чувств тесать
разлуку тивь...
И видеть будуцую цвет и уасать,
и знать, что будующего нет,
но не сказат...
Но обещаь. Ведь есть Любовь,
хоть нет пути.
Сократых не найти ходоь,
Как ни крути.*

*На что похожа наша жизнь?
Немыслимое что-то!
Как незагаданная явь,
как черная суббота.
А звезды наши...не смешны ль? -
Пронзая, в души входят.
А после в очу - только пыль,
а чувства не проходят.*

*Как я давно не любовалась вечером,
Как много я закатов пропустила,
пока жила тобою незамеченной,
пока по взгляду твоему грустила.
Теперь мы вместе. Постоянно даже.
И ты под вечер уже ноци ждешь,
а я стою, как хищница на страже,
Смотрю, как ты закаты переживаешь.*

*Ты ходишь, будто видишь неба выше
с тех пор, как я призналась, что люблю.
Ты горд теперь, даже меня не слышишь...
Но я твою гордость разрублю.
Ты думаешь, что я твоя Победа?
Приди теперь! От чувств моих отведай
Почувствуй, что вкус надежды скис.
Поверь, признашь то уж за туманом,
туманом сердца моего теперь,
Сам залечи свою зияющую рану
И называй меня, кем хочешь, зверь!*

Конкурс

МЧСС «СМ»-2007



МИЛА БАЙРАМОВА, г. Майский

Если Вы хотите принять участие в нашем конкурсе, обратитесь в фотоателье или к профессиональному фотографу и сделайте художественную фотографию (портрет размером 10 x 15 см). Вложите снимок в конверт, сопроводите его краткими сведениями о себе (Ф. И. О., возраст, где работаете или учитесь, обратный адрес, телефон) и отправьте по адресу:
г. Нальчик, пр. Ленина, 5, редакция газеты «Советская молодежь» с пометкой «На конкурс».

**АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ
НА 15 - 21 АВГУСТА**



ОВЕН
Дети не всегда будут оправдывать ваши надежды, и сейчас вы в большой степени склонны к критике их поступков и желаний. Возможно, образование потребует дополнительных расходов. Дайте им самим определиться, чем они хотят заниматься в дальнейшей жизни. Материальное положение будет зависеть от партнера по браку.



ТЕЛЕЦ
Трудное материальное положение, возможно, вызвано отсутствием работы или цели в жизни. Старайтесь не копить долги. На решение финансовых проблем уходит много душевных и физических сил. Звезды предлагают вам поставить последнюю точку там, где это требуется, и избавиться от навязчивых сюжетов из прошлого и душевной боли.



БЛИЗНЕЦЫ
В посреднической деятельности помогут связи и контакты с влиятельными людьми и умение убеждать. Работа для вас – место общения, знакомств и сбора информации. Творческое отношение к работе во многом ускорит успешное развитие бизнеса, поможет процессу формирования вашей личности и поиску своего места в жизни.



РАК
Стремление к карьерному росту и повышению авторитета среди коллег по работе, вы готовы активными тайными действиями устранить все препятствия. Постарайтесь быть осторожнее: вас могут вовлечь в интриги, которые отразятся на взаимодействии с другими людьми. Неудачный период для знакомств и налаживания связей.



ЛЕВ
Имея высокое мнение о своем интеллекте, общаясь с друзьями, вы стремитесь заполнить собой все пространство. Завышенная самооценка, преувеличение своих возможностей окажутся препятствием в работе с сослуживцами и деловыми партнерами. Было бы неплохо отправиться в путешествие. Можно просто съездить к морю.



ДЕВА
Сейчас благоприятное время для обдумывания того, что вы хотели бы достичь. Своими мыслями вы можете поделиться только в кругу семьи. Сейчас вы вряд ли сможете найти поддержку у своих друзей. Возможно возникновение тайных любовных связей или развлечений. Прекрасное время для романтического отпуска.



ВЕСЫ
Рок и любовь будут идти рука об руку в это время. В отношениях с родными ожидается несколько хорошо поставленных спектаклей, когда внутри кипит страсти, а на лице – дежурная улыбка. Ожидается некоторое затишье на работе, однако есть шанс случайной заработка и решения своих проблем.



СКОРПИОН
Вам удастся расширить свои полномочия и получить реальную власть. Успехи в карьере будут зависеть от умения налаживать новые связи и принимать быстрые, но хорошо продуманные решения, иначе придется жертвовать чем-то важным. Вам будет непросто отличить реальную жизнь от фантазии.



СТРЕЛЕЦ
Новые возможности позволят вам добиться успеха в жизни. Вы будете ощущать избыток жизненных сил и рассчитывать на получение результатов как можно скорее. В любви будет по-прежнему запутанная ситуация. Некоторые будут испытывать огромное желание завести новый роман.



КОЗЕРОГ
Начался вполне благоприятный период. Большинство Козерогов будет действовать при поддержке важных людей, так что беритесь за самые сложные дела, и все у вас получится! Любовная тема будет окружена сплетнями и слухами, за серой стеной которых померкнут е краски.



ВОДОДЕЙ
Вам удастся избавиться от негативных эмоций и ощутить себя счастливыми. Кто-то сумеет побороть в себе дурные привычки, а также отжившие свой век эмоциональные привязанности. Поступками будет руководить желание иметь в жизни надежную опору. Есть вероятность ссор с домочадцами, и причиной станут ваши друзья.



РЫБЫ
Вам придется бороться за привычный для себя уровень благосостояния. В любовной сфере вероятны некоторые осложнения. Возможно, у вас расстроится взаимопонимание с партнерами. Как бы вы ни были загружены важными делами, не стоит забывать и о семье. Вам надо развлекаться и отвлекаться.

Застенчивость – это чувство неловкости в присутствии людей, особенно если мы их не знаем или рядом с которыми чувствуем себя неуверенно. Это очень распространенная проблема. 80% людей чувствуют робость в некоторые моменты своей жизни и 40% считают себя застенчивыми. У каждого робость проявляется по-своему: потупленный взор, частый пульс, неспособность говорить, потеря самообладания, длительная дрожь.

Чтобы преодолеть робость, важно понять ее причину. Вы можете думать, например, что другие осуждают вас. Вам кажется, что вы не так хороши, как другие. Вы ожидаете, что дела пойдут плохо. А потому, что вы так напряжены и взволнованы, так оно и происходит зачастую. Негативный опыт подпитывает чувство опасности и саму проблему. Неблагоприятным исходом вашей робости может быть то, что другие подумают, что вы высокомерны, недружелюбны, невнимательны и невоспитанны. На самом деле вы попадаете в ловушку

Совет недели

Как преодолеть робость

ку собственных чувств и не можете уделять внимание другим. Потому что вы боитесь говорить и выразить свои истинные чувства и мысли, вы закрываетесь и лишаете себя множества радостей. Наши советы помогут вам оставить свою робость в прошлом.

1. Приложите усилия, чтобы перестать волноваться о том, что о вас думают другие. Люди, с которыми стоит дружить, будут судить вас не только по внешним проявлениям, но и по тому, какой вы человек на самом деле.
2. Настройтесь на позитивную волну. Чем требовать от себя совершенства, смотрите реально на ваши достоинства и недостатки. И далеко не каждый согласится с вами. Поэтому, если кто-то думает по-другому, это не значит, что они относятся к вам негативно.
3. Оцените

других честно. Не приписывайте плохих намерений другим. Чем думать, что вас презирают, поверьте, что они видят в вас равного человека.

4. Учитесь быть общительной. Заставляйте себя улыбаться и приветствовать других людей и завязывать разговор. Помните, на вас только 50 процентов ответственности. Другой человек должен взять на себя часть разговора.
5. Постарайтесь относиться к себе с чувством юмора. Не корите себя, если вы сказали что-то не то. Просто расслабьтесь и продолжайте разговор.
6. Ставьте перед собой реальные и значимые цели. Начните с завязывания разговора с другими, говорите с незнакомыми людьми, ведите себя уверенно.
7. Если вы попали в сложную ситуацию, например, вам нужно

выступить или дать интервью, приготовьтесь так, как можете. Попрактикуйтесь заранее. Держите зрительный контакт с аудиторией и дайте им понять, что то, что вы им сообщите, очень важно. Оденьтесь со вкусом, убедитесь, что одежда чистая и выглаженная.

8. Развивайте разговор, представляясь, упоминайте об опыте, который имеется у вас и у вашего собеседника, делайте искренние комплименты и спрашивайте его мнение.

В той или иной степени, робость присуща всем нам. Но не нужно давать ей контроль над собой. Чем записать себя за решительными действиями общения с другими. Будьте последовательны, и вы преодолеете робость.

КАША – РАДОСТЬ НАША!

«Любителям молочных продуктов, фруктов и каш я посвящаю свой рецепт»
Амина, г. Тыврикауз.
КАША РИСОВАЯ
Что: крупа рис – 1 стакан, молоко – 2,5 стакана, тертая цедра лимона – 1 ч. ложка, грецкие орехи (очищенные и измельченные) – 2 ст. ложки, изюм – 2 ст. ложки, сливки – 2,5 ст. ложки, соль, сахар – по вкусу, апельсиновые дольки, мята – для украшения.
Как: изюм вымыть и замочить



Приятного

«Моя маленькая дочка Даночка (ей 5 лет) подсказала послать в вашу рубрику рецепт ее любимой каши»
Вера.
ОВСЯНКА С АПЕЛЬСИНАМИ
Что: (на 4 порции) – апельсины – 2 шт., овсяные хлопья – 1,3 стакана, молоко – 2 стакана, изюм (без косточек) – 1/3 стакана, прозрачный мед – 1 ст. ложка.
Как: апельсины помыть. Один ошпарить кипятком и натереть

цедру этого апельсина на мелкой терке, выжать из него сок. Очистить другой апельсин, разделить его на дольки и отложить.
В кастрюлю положить тертую цедру, апельсиновый сок, овсяные хлопья и молоко, постоянно помешивая, довести до кипения на медленном огне и варить на слабом огне 5 минут. Добавить изюм и мед. Разложить на 4 глубоких сервировочных блюдах, украсить каждую порцию кусочками апельсина и сразу же подавать к столу.
«Приятного аппетита!»

ПОСЛАНИЯ

С Днем рождения самую красивую и лучшую маму на свете **Атабиеву Марину!**
Милая мамочка! Желаем крепкого здоровья, счастья, семейного благополучия.
Рузаниа, Руслан и Радима.

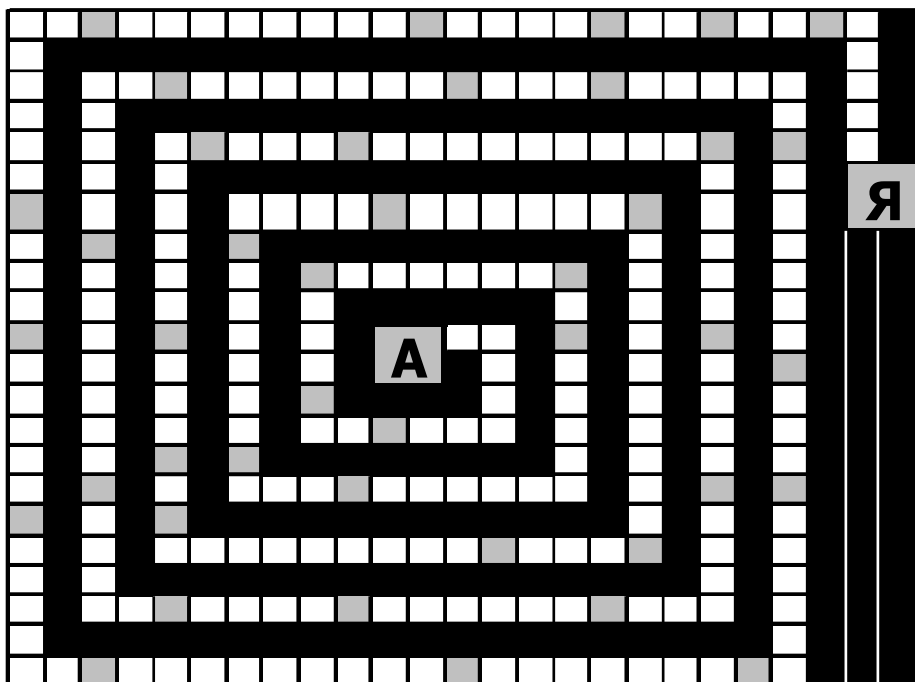
Любимого зятя **Иванова Алексея Петровича** с Днем рождения!
Желаем, чтобы счастья было море,
Чтобы ты не знал и горя,
Никогда бы не болел,
Очень долго не старел,
Чтобы в жизни твоей личной
Было все всегда отлично.
Вера Павлова, Индира, Ксения и Света.

Милую, самую красивую сестренку **Бакову Джульетту** с 16-летием!
Радости вечной,
Любви бесконечной,
Лучшего друга в беде.
Юности милой,
Жизни счастливой –
Вот, что желаю тебе.
Кантик.

Атаеву Лизу с Днем рождения!
Все, что в жизни зовется красивым,
Мы хотим пожелать лишь тебе,
Пусть ты будешь самой счастливой,
Каждый день на этой земле!
Сестры:
Сакинат, Лена и Фаридочка.

КРОССВОРД

"ОТ А ДО Я"



«Спиральный кроссворд» не имеет определенной темы. Одна или несколько букв, на которые заканчивается предыдущее слово, служат началом следующего. Сколько их, вам нужно догадаться самим. Выделены только клетки, с которых начинается каждое очередное слово, и вписанная в нее буква не обязательно заканчивает предыдущее слово. К примеру, цепочка «Геллеспоит – Поитиак» будет выглядеть так: «геллеспоит – Поитиак».

Спортивные соревнования по фигурному вождению автомобилей – В некоторых спортивных играх положение «вне игры» – Штат на западе США – Знаменщик в воинских частях армий многих славянских государств – Летчик-космонавт ГДР, первый гражданин Германии, совершивший полет в космос – Ископаемый человек эпохи раннего и среднего палеолита – Обязательное безбрачие католического духовенства – Глубоководная камера в форме шара с аппаратурой для наблюдения под водой – Свидание, встреча – Ребенок с исключительными способностями – Грамота об отпущении грехов, выдаваемая от имени Папы Римского – Шаблонная, стандартная, чаще неодобрительная краткая характеристика – В международном праве – прекращение вооруженной борьбы и сдача вооруженных сил одного из воюющих государств – Декоративный и поделочный камень – Холодный соус на основе растительного масла – Родственное мелнице травянистое растение с мелкими голубыми цветками – Диа-

метр канала ствола огнестрельного оружия – Земля на востоке Германии с административным центром в Потсдаме – Древнегреческое название Дарданелл – Марка американских автомобилей, получивших название по имени вождя индейского племени оттава – Стихотворение, в котором начальные буквы строк составляют какое-нибудь слово или фразу – Краевой центр в РФ – Скоростной спуск по ледяному желобу на специальных санях без рулевого управления – Медицинский прибор для измерения давления – То же, что конвейер – Помещение для содержания и разведения в научных целях земноводных и пресмыкающихся – Одно из математических действий – Часть света – Ценная твердая древесина некоторых тропических деревьев – Плодовая мушка, классический объект генетических исследований – Бумажный или стеклянный фонарь для иллюминации, освещения – Верхняя часть земной атмосферы – Русский композитор, пианист, дирижер; умер в США, где жил с 1918 года – Отрасль растениеводства – Автор романа «Жизнь и необычайные приключения солдата Ивана Чонкина» – Кровельный штучный материал – Аварский поэт, народный поэт Дагестана, отец Расула Гамзатова – Город на западе США, административный центр штата Калифорния – Современный метод медицинской диагностики – Охотничья сумка – Спортивный снаряд в хоккее – Единица измерения количества информации – Государственное учреждение, контролирующее провоз грузов через границу.

Ответы на ключеворд, опубликованный в №32:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
Р	И	М	А	С	Т	К	Е	П	Л	О	Н	Ц	Ы	Д	Ь	Ж	Б	И	Я	Ш	Г	Щ	В	Ю	Ч	З	Э	У

В выделенных клетках зашифрованы слова:

Кампанелла, католичество, Неаполь, Апеннины, Джорджоне, тарантелла, Макиавелли, Петрарка, Тибр, Микеланджело, Гарибальди, Боккаччо, Казанова, Мастрояни, Милан, Сардиния, Берлусconi, Этна, Сицилия, Палермо.

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ РЕСПУБЛИКИ!

С 15 августа до 31 августа во всех отделениях почтовой связи Кабардино-Балкарии открыта школьная ярмарка. Здесь вы можете приобрести канцелярские товары и

школьные принадлежности по супернизкой цене.

Хотите сэкономить??

Специите к нам!!!

Управление почтовой связи КБР.

ЕМ 360030, КБР, Г. НАЛЬЧИК, ПР. ИМ. ЛЕНИНА, 5, 11 ЭТАЖ.

Английский КРОССВОРД

А	Д	А	К	В	О	Р	И	Т	О	К	О	Т
М	З	Ш	У	М	О	В	К	А	Т	И	И	С
Т	А	Е	И	М	Р	С	Н	И	С	Т	И	С
С	П	Е	Р	Е	У	О	Б	Р	А	Р	Ь	Д
И	Т	Р	Н	Б	К	М	А	В	Я	Л	А	Е
Р	Л	Е	О	И	А	Б	И	Л	Е	К	Н	П
А	Р	У	Л	Г	Р	И	Л	С	Л	С	Р	И
Т	Б	Е	М	Е	У	И	Д	У	К	И	Л	С
Н	Г	А	Г	У	П	Л	Т	Ж	З	А	Ы	О
Ю	П	О	Ж	А	М	А	Ь	К	А	К	М	Л
Л	М	А	К	У	К	Б	Т	Ш	И	Н	А	Е
О	С	О	Г	Ш	Р	А	А	И	У	Е	В	
В	Ю	Ь	Л	Е	Ф	А	К	Т	Я	К	П	Ц

- Каждый из коренных жителей страны в Закавказье, которая граничит с Дагестаном (13)
 - Как называется гора в Греции, на которой, согласно мифам, обитали музы? (7)
 - Способность передавать мысли и чувства на расстояниях (9)
 - Каждый из тех, кто теоретически может надеть желтую майку лидера (12)
 - Небольшой ящик для хранения мелких, но ценных вещей (8)
 - Как называется линия, состоящая из точек или коротких черточек? (7)
 - Как называют политика, принимающего произвольные решения? (11)
 - Как называется телевизионная программа, главным девизом которой является «Скандалы. Интриги. Расследования»? (8)
 - Материал, которым часто выкладывают стены в ванной (6)
 - Первый премьер-министр независимой Республики Конго, именем которого назван один из вузов в столице России (7)
 - Стоимость ценных бумаг на бирже (9)
 - Как называют человека, который не является на работу без уважительной причины? (10)
 - Начало шахматной партии, в которой ради получения активной позиции жертвуют пешку или фигуру (6)
 - Как называется большая ложка с частыми дырочками, предназначенная для снятия пены? (7)
 - Самый мелкий кровеносный сосуд (8)
 - Как называется коллекция засушенных растений? (8)
 - Каждый из тех, кто руководит подготовкой спортсменов к соревнованиям (6)
 - Другое название дальневосточной сардины (5)
 - Легкая женская кофта (6)
 - Подходящий колпак для лампы (6)
 - Чувство сильного страха (4)
 - Самая необходимая вещь для гребца (5)
 - Как называется бурный поток из грязи и камней, возникающий в горах после сильных дождей? (4)
 - Подходящая награда для победителя (4).
- Из оставшихся букв составьте пароль – русскую пословицу.

Читайте слева направо, начиная с верхнего ряда.

Ответы на венгерский кроссворд в №32:

Двушка. Нахива. Консультация. Пагода. Обсерватория. Технократия. Оборотень. Микадо. Диоттрия. Сольфеджио. Аперитив. Арьергард. Околца. Спрингер. Клич. Дистанция. Глянец. Пасьянс. Веронец.

Пароль: «Без меня меня женили».

Правильные ответы на вопросы конкурса в №32:

1. Джордж Майкл.
2. «Aerosmith».
3. Джас.

Победитель

Мартин Губашев, 24 года

Спонсор конкурса – кинотеатр "Эльбрус"

<p>Главный редактор МУХАМЕД КАРДАНОВ</p>	<p>Газета выходит по средам. Время подписания в печать по графику в 19.00. Подписано в 19.00. Номер Н-0046 Индекс 51533.</p>	<p>Мнения авторов публикаций не обязательно отражают точку зрения учредителя и редакции. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. При перепечатке ссылка на "СМ" обязательна.</p>	<p>ТЕЛЕФОНЫ: 42-23-88 – главный редактор 42-24-80 – приемная 42-68-04 – ответ. секретарь 47-26-29 – отдел писем и рекламы 47-31-20 – корреспонденты 47-31-26 – комп. центр 42-06-85 – бухгалтерия 42-25-58 – корректорская 42-63-43</p>	<p>Газета набрана и сверстана в компьютерном центре редакции газеты "Советская молодежь".</p>
---	--	---	---	---