

Кабардино-Балкарская ПРАВДА



Издается с 1 июня 1921 года.

УЧРЕДИТЕЛИ:

ПАРЛАМЕНТ И ПРАВИТЕЛЬСТВО КБР

№171 (22963)

Суббота, 11 сентября 2010 года

Цена 3 рубля

Президент

ОБРАЩЕНИЕ

Президента КБР Арсена Канокова

От своего имени и от имени всего народа Кабардино-Балкарии выражаю глубочайшее соболезнование родным и близким жертв варварского теракта, осуществленного во Владикавказе теми, кто недостойно называться людьми, кто посягнул на жизни мирных граждан - женщин, стариков и детей.

Пытаюсь внести раздор в межконфессиональный мир между народами Северного Кавказа, в день священного праздника Рамадан они бросили вызов всем верующим, вне зависимости от их национальной принадлежности. Цинизм и жестокость совершенного навлекли на головы преступников не только позор и наказание по всей строгости закона, но и кару Всевышнего!

В этот трагический час народ нашей республики вместе с братским осетинским народом.

Кабардино-Балкария готова незамедлительно оказать помощь пострадавшим от террористического акта.

Зарплату бюджетникам планируется увеличить

Руслан ИВАНОВ

Вчера Президент республики Арсен Каноков провел совещание с главами администраций городских округов и муниципальных районов. Основной темой обсуждения стали итоги работы главы администрации Эльбурского муниципального района Курмана Соттаева.

Обычно кратким предварительным вступлением глава республики не ограничился, в жесткой форме раскритиковав работу местных администраций.

Арсен Каноков высказал пожелание изменить форму отчетов глав районных администраций и потребовал от Министерства экономического развития и торговли предоставить дополнительные показатели эффективности их работы. В первую очередь претензии Президента касались санитарного

состояния сельских поселений, а также государственных учреждений образования и здравоохранения. «Для того, чтобы скосить траву, убрать с улиц мусор, привести в порядок территории больниц, не нужны финансовые средства, - подчеркнул он. - Достаточно организовать субботник, а затем поддерживать нормальное состояние. Главы сельских поселений большее внимание уделяют вопросам, требующим финансирования, забывая о том, что санитарное состояние является первым бросающимся в глаза критерием эффективности их работы». Президент предложил подумать об изменении законодательства в сфере порядка назначения глав администраций сельских поселений с тем, чтобы не справляющиеся со своими обязанностями сразу могли бы быть освобождены от работы.

(Окончание на 2-й с.)

Религия

Мусульмане республики отметили святой праздник



Фото Арутура Елканова.

Расул ГУРТУЕВ

Испытание священным мусульманским постом осталось позади. 9 сентября, после завершения месяца Рамадан, более одного миллиарда мусульман всего мира отмечали Ид-аль Фитр, или Ураза-Байрам - светлый праздник нравственного совершенствования, стремления к добру и благочестию.

В Нальчикской соборной мечети на праздничный намаз собрались тысячи мусульман столицы республики. Перед его началом заместитель министра по информационным коммуникациям, работе с общественными объединениями и делам молодежи Джамбулат Гергоков зачитал приветственное Обращение Президента КБР Арсена Канокова к верующим мусульманам республики, а также сердечно поздравил всех со светлым праздником. Глава ДУМ КБР Анас-хаджи Пшихачев отметил, что в адрес мусульман республики поступило множество телеграмм с поздравлениями и благопожеланиями от различных государственных и общественных организаций со всей страны.

(Окончание на 2-й с.)



Фото Арутура Елканова.

Подробности

Устраняются последствия стихии

Пресс-служба Президента и Правительства КБР

В целях ликвидации последствий ливневых дождей с ураганным ветром, прошедших 2 сентября 2010 года в городском округе Прохладный и Прохладненском муниципальном районе, администрациями городского округа и муниципального района организованы аварийно-восстановительные работы поврежденных систем жизнеобеспечения населения.

По состоянию на 8 сентября системы водо- и газоснабжения восстановлены в полном объеме.

По поручению Правительства КБР к устранению повреждений электросетей привлечены дополнительно электроремонтные брига-

ды из других муниципальных образований республики (всего задействовано 9 бригад).

К очистке территории городского округа Прохладный привлечены 164 работника и 36 единиц техники.

Завершены ремонтно-восстановительные работы и очистка территории в общеобразовательных школах № 102, №42, №1 и детского сада №24.

Две школы, детский сад и интернат в населенных пунктах Ново-Полтавское и Приближная с 4 сентября работают в штатном режиме.

Что касается газового хозяйства, расчищены завалы и осуществлены пуско-наладочные работы на двух поврежденных газораспределительных подстанциях и газопроводах.

(Окончание на 2-й с.)

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ



СУББОТА, 11 СЕНТЯБРЯ

Днем: +15 ... +19;
ночью: +13 ... +14.

Облачно



РоссельхозБанк

(www.rshb.ru)

Генеральная лицензия Банка России №33349.

Курсы обмена валют на 11 сентября 2010 г.

	ПОКУПКА	ПРОДАЖА
Доллар США	30.50	31.15
ЕВРО	38.80	39.55

Президент

Зарплату бюджетникам планируется увеличить

(Окончание. Начало на 1-й с.)
 Арсен Каноков обратился к министру здравоохранения с требованием освободить от работы главных врачей больницы, которые не могут наладить лекарственное обеспечение и питание больных и навести элементарный порядок на территории учреждения, на что поступает множество жалоб на президентский сайт. В качестве примера успешного руководства медицинским учреждением он назвал главного врача ГКБ № 2 г. Нальчика Хадиса Боттаева: «Этот человек - организатор, наладивший дисциплину, работу в этой организации. Такие люди есть в ряде больниц, и даже если они пенсионеры, их надо удерживать. От тех же, кто просто «высжиживает» свое место, надо избавляться».

Президент обратил внимание на то, что деятельность руководителей районов по привлечению инвестиций будет оцениваться и по показателю объема инвестиций на душу населения: «По бюджетной обеспеченности Кабардино-Балкария на втором месте в округе, а по инвестициям на душу населения мы отстаем. Мы должны выправить ситуацию».

Президент обратил внимание, что Председатель Правительства РФ Владимир Путин на последнем совещании с главами регионов обещал предоставить СКФО государственные гарантии на 50-60 млрд. рублей. «Мы можем получить 20-30 млрд. рублей госгарантий на реализацию инвестиционных проектов, поэтому необходимо усилить работу глав администраций по привлечению инвестиций».

Говоря об Эльбурском районе, глава республики заметил, что сделано немало, но плохо эксплуатируется то, что есть. Он высказался за передачу в управление частных лиц под инвестиционные контракты тех санаториев и пансионатов, которые стоят заброшенными и медленно разрушаются.

Глава администрации Эльбурского района Курман Соттаев основным приоритетом развития района назвал развитие рекреационно-туристического комплекса. За два прошедших года благодаря финансированию из бюджетов всех уровней выполнено работ по улучшению туристической инфраструктуры Приэльбурья на 1 млрд. 654 млн. рублей. Начато строительство третьей очереди канатной дороги на склоне Эльбурса - «станция Мир - Гара-Баши». В 2011-12 годы планируется заменить канатные дороги на склоне горы Чегет. Все это - лишь первый этап реконструкции туристской инфраструктуры в Приэльбурье. По мастер-плану к 2020 году здесь будут четыре зоны катания, связанные между собой сетью канатных дорог, с протяженностью трасс 108 километров (сейчас - 35 км) и 38 подъем-

никами. Кроме того, выделен участок для строительства и развития многофункционального спортивно-туристического комплекса «Эльбурское ожерелье» в окрестностях Тырнауза с объемом инвестиций в 380 млн. евро и планами по созданию 1500 рабочих мест.

К числу успехов К. Соттаев отнес перевод всех сельских поселений на самотечные водопроводные сети, который завершат к первому октября. В то же время в районном центре таким образом решится проблема не удаётся, требуются газогенераторные установки для обеспечения электрических насосов, подающих воду в город из скважин, что позволит значительно снизить ее себестоимость.

Арсен Каноков поддержал это предложение, в свою очередь заметив, что такой метод надо шире применять и в равнинных районах республики, страдающих от недостатка воды.

Остро необходимо району строительства нового инфекционного отделения районной больницы. Министр здравоохранения Вадим Бицуев сообщил о включении его строительства в федеральную программу модернизации системы здравоохранения.

Также было принято решение о финансировании реконструкции спортивного комплекса в Верхнем Баксане, который был в свое время базой для подготовки сборной команды страны по водным видам спорта. По словам Аслана Афаунова, есть обращение федеральных органов о необходимости восстановления комплекса и возвращения ему статуса базы подготовки Олимпийской сборной России.

Арсен Каноков поручил выработать также комплекс мер по очистке склонов от бытового мусора, который оставляют многочисленные альпинисты, посещающие Приэльбурье.

Совещание закончилось обсуждением текущих хозяйственных вопросов с главами всех муниципальных районов республики. Глава администрации г. Прохладного Юлия Пархоменко доложила о ходе ликвидации последствий урагана в городе, где основные работы будут завершены в течение двух недель.

Обсуждались вопросы окончания реконструкции чегемского городского коллектора, расселения пострадавших во время схода селя в с. Булунгу и ряд других вопросов.

В ходе обсуждения оценок эффективности деятельности Правительства республики федеральными органами власти, в числе прочего Арсен Каноков обратил внимание на низкий по сравнению с другими регионами уровень средней заработной платы бюджетников. По словам Президента, при рассмотрении бюджета на будущий год следует изыскать возможность увеличения зарплат бюджетников на 20-40 процентов.

Успех

Из Мичуринска с золотой медалью

Альберт ДЫШЕКОВ

В Мичуринске состоялась пятая ежегодная Всероссийская выставка «День садовода», в которой приняли участие руководители Минсельхоза РФ, ученые и практики из крупнейших центров садоводства России. Успеха на форуме добился его постоянный участник - Северо-Кавказский НИИ горного и предгорного садоводства, отмеченный золотой медалью выставки.

Как сообщил директор Северо-Кавказского НИИ горного и предгорного садоводства Владимир Бербеков, на выставке были представлены плоды, выведенные в институте. Все сорта, в первую очередь, пригодны для интенсивного садоводства. Немаловажно, что количество обработок на один гектар снижается с шестнадцати до десяти. Экономический эффект для хозяйств, которые будут внедрять наши сорта, очевиден.

Достижения Кабардино-Балкарского НИИ обратили на себя внимание многих специалистов-садоводов, особенно в сфере развития интенсивного садоводства, под которое с каждым годом в регионах страны отводятся все больше площадей.

Акция

Единороссы Кабардино-Балкарии поддержат погорельцев

Мадина ШУРДУМОВА

Более 600 тысяч рублей собрали в ходе благотворительной акции единороссы республики в помощь жителям регионов, пострадавшим от пожаров.

Сотрудники местных исполнительных комитетов партии организовали сбор средств и вещей



Заместитель директора по науке Северо-Кавказского НИИ горного и предгорного садоводства Ж. Баккуев.

для погорельцев, среди жителей городских округов и муниципальных районов.

Собранные средства будут перечислены на специальный счет Межрегионального общественного фонда поддержки партии «Единая Россия» для оказания помощи семьям погибших и пострадавших в результате пожаров. Сбор средств, вещей и предметов первой необходимости продолжается.

Религия

Мусульмане республики отметили святой праздник

(Окончание. Начало на 1-й с.)

Он озвучил лишь две из них - самые, по его мнению, главные, обращенные ко всем мусульманам России: письмо Президента Российской Федерации Дмитрия Медведева и телеграмму Председателя Правительства РФ Владимира Путина.

Затем верующие приступили к совершению намаза, после которого Анас Пшижачев обратился к братьям

и сестрам по вере с проповедью, в которой еще раз напомнил об основных обязанностях мусульманства. В числе прочего он отметил как одно из важнейших предписаний религии, обязательность выплаты в этот праздник обязательного пожертвования в пользу нуждающихся - «милостыни аль-фитр». Каждый год его сумма определяется в каждом члене семьи верующего, находящегося

на его иждивении, включая несовершеннолетних детей, и может выплачиваться в течение всего месяца рамадан, но в праздничный день до молитвы - особо приветствуется. В этом году в Кабардино-Балкарии он был определен в размере 50 рублей на человека. После молитвы мусульмане республики начали традиционные мероприятия праздника: разговения и встретили его в кругу семьи.

11 сентября - Всемирный день оказания первой медицинской помощи

СПАСИТЕЛЬНЫЕ НАВЫКИ

Наталья БЕЛЫХ

В мирное время тяжелые травмы люди чаще всего получают в дорожно-транспортных происшествиях. Причем 60 процентов из общего числа погибших в результате ДТП умирают из-за того, что помощь оказана несвоевременно.

В Центре медицины катастроф Минздрава КБР с 2008 года работает учебный центр, оснащенный по Федеральной целевой программе «Безопасность дорожного движения на 2006-2012 годы». Компьютеры, проекторы, начальные электроникой манекены для отработки навыков первой помощи - оборудование центра почти на два миллиона рублей.

Бывает, непосредственной причиной смерти на месте аварии становятся сгустки крови и рвотные массы, и если очистить от них полость рта, можно спасти жизнь», рассказывает заместитель главного врача центра Людмила Кунжиева. - В автомобильных аптечках нового образца есть дыхательные клапаны, с помощью которых удобнее делать искусственное дыхание. Пользоваться ими несложно, но это надо уметь. Та же ситуация и с непрямым массажем сердца - почти каждый знает, что надо резкими толчками надавливать на нижнюю треть грудины. Но с какой силой нужно давить, чтобы помочь сердцу? Никакие лекции этих знаний не дадут,

пока не попробуешь это сделать - индикатор на манекене показывает, достаточно ли прилагаемые усилия. Артериальное кровотечение, когда кровь бьет ярко-алой пульсирующей струей, надо останавливать не мешкая. Вместо жгута можно использовать подручные средства (ни в коем случае не проволоку!) тонкий ремешок, платок: сложить косыночку, провести вокруг конечности выше раны, связать концы, в образовавшуюся петлю продеть короткую палку, карандаш и, поворачивая, скручивать платок, пока не остановится кровотечение. Очень важно прикрепить к жгуту записку с указанием точного времени наложения, так как оставлять его можно не более чем на полтора часа зимой и до двух часов летом, иначе лишение конечности кровоснабжения приведет к омертвлению тканей и необходимости ампутации. При переломах предотвратить усугубление болевого шока позволяет иммобилизация травмированной конечности. Если нет шиши, ни заменяющих их предметов, можно хотя бы примитивно обложить ногу к здоровой, руку - к туловищу.

Многое делается для того, чтобы сократить время ожидания врачебной помощи. Для оказания высококвалифицированной специализированной помощи в составе мобильного медицинского отряда специального назначения Центра медицины катастроф работает 12 выездных бригад. В каждой из них врач-анестезиолог-реаниматолог, медбрат-анестезист, водитель, санитар. Действует трассовая служба, посты которой расположены на наиболее опасных участках автомобильных дорог. В ближайшее время будут установлены еще два - в Аргудане и в Малке. 27 сотрудников центра прошли подготовку и получили сертификаты спасателей - это позволяет им четче взаимодействовать с отрядами МЧС, скорее добраться до пострадавших и начать оказание помощи в труднодоступных местах, например, когда машина ушла с обрыва.

Многие хорошо оснащены, у нас такая аппаратура, что не в каждой реанимации есть, - с гордостью говорит Людмила Александровна Кунжиева. И тут же вздыхает: «Жаль, кадров не хватает, особенно анестезиологов-реаниматологов. Впрочем, это для всей России характерная ситуация. Конечно, работа стрессовая - к смерти привыкнуть невозможно. Но за этим напряжением и огромным удовлетворением, когда удается добиться успеха. Привлечь кадры можно, и не только зарплатой. Врачи должны учиться всегда. Осваивать новые методики, обмениваться опытом. К сожалению, в последнее время на повышение квалификации докторов не направляют, а за свой счет оплатить проезд, проживание и само обучение ни одному врачу не под силу. Кадры для экстренной службы готовить надо, и вопрос этот должен решаться на самом высоком уровне».

Подробности

Устраняются последствия стихии

(Окончание. Начало на 1-й с.)
 В городском округе Прохладный газ подается по основным газопроводам в штатном режиме.

В населенных пунктах Приближная, Ново-Полтавское и Ново-Покровский восстановлено газоснабжение населения.

По поручению руководства республики заместитель Председателя Правительства КБР К. Уянаев с 3 по 8 сентября провел три выездных совещания с участием заинтересованных министерств, ведомств, коммунальных служб в пострадавших муниципальных образованиях. По их итогам были даны конкретные поручения, касающиеся расчистки завалов на улицах, восстановления газо- и электроснабже-

ния. Кроме того, министерствам и ведомствам поручено оказать помощь пострадавшим муниципальным образованиям.

Принято распоряжение Правительства КБР о выделении средств городского округу Прохладный в сумме 1500 тыс. рублей и 500 тыс. рублей Прохладненскому муниципальному району на восстановление объектов социальной сферы.

Помимо того, выделены финансовые средства из аварийного фонда Министерства промышленности, топливно-энергетического комплекса и жилищно-коммунального хозяйства КБР.

Адресная помощь на восстановление имущества будет оказана малообеспеченным слоям населения.

Ситуация

ЗАКОННОЕ УВОЛЬНЕНИЕ

Зинаида МАЛЬБАХОВА

30 ноября 2009 года Эмма В. была принята на одно из городских предприятий. Должностной секретарь-референт с испытательным сроком в три месяца, несмотря на красный диплом специалиста по коммерческой деятельности, она была рада, так как со времени окончания вуза долгое время ее поиски постоянного места работы оставались безуспешными.

Испытательный срок подошел к концу, а решение, к которому склонялось руководство предприятия, оставалось ей неизвестным. За восемь дней до окончания испытательного срока Эмма попала в больницу с угрозой прерывания трехнедельного беременности, а в первый день выхода на работу ей сообщили об увольнении. В приказе говорилось, что трудовой договор расторгнут по статье 81 Трудового кодекса РФ за прогул.

С того момента молодая женщина апеллирует к различным государственным инстанциям, осуществляющим контроль за соблюдением норм трудового законодательства, утверждая, что истинной причиной увольнения стала беременность.

По ее словам, она сама понимала, что в таком положении ей не место в приемной директора, где требуется ежедневное присутствие, и любой перерыв (тем более отсутствие на рабочем месте в течение длительных сроков, что вполне вероятно при ее диагнозе) несомненно с должностными обязанностями. По-

этому она обратилась к руководителю предприятия с просьбой перевести ее на любое другое место. Декретные выплаты для ее молодой семьи имели большое значение, но ей велели написать заявление об уходе по собственному желанию, что она отказывалась сделать. Тогда 10 марта 2010 года был издан приказ об ее увольнении за отсутствие на рабочем месте полдня 18 февраля и все рабочее время 19 февраля.

Обратившись в «КБП», молодая женщина говорила, что ни городская прокуратура, ни госинспекция труда, куда она обратилась с жалобой на незаконное увольнение, не отразили в своих ответах тот факт, что уволили не только прогульщика, но и беременную. Поскольку статья 261 Трудового кодекса РФ запрещает увольнять беременных женщин по любым основаниям, за исключением ликвидации предприятия, корреспондент «КБП» обратился к государственному инспектору труда Асе Калмыковой за комментарием вынесенного решения о законности увольнения. По ее словам, предприятие не имело в своем распоряжении никаких документов, свидетельствующих о беременности уволенного сотрудника.

Среди тех, что подверглись инспекторской проверке, были докладные записки инспектора по кадрам об отсутствии секретаря-референта на рабочем месте. Об этом же свидетельствовали отметки в журнале учета рабочего времени и в тетради учета обедов, отпускаемых фабричной столовой в счетах зарплаты.

В беседе с корреспондентом «КБП» о том, как часто руководство предприятия увольняло служащих за полутрадиционный прогул, инспектор по кадрам сказала, что это первый случай. Она также заметила, что уволенный секретарь-референт не справлялся со своими должностными обязанностями, не умела общаться с клиентами и надлежащим образом работать с документацией. По ее словам, о беременности сотрудника предприятию не было известно и никакой выписки из истории болезни Эмма не представляла, кроме большого листа, где в графе «диагноз» значилось слово «заболевание», без номерного кода, указывающего на определенный характер болезни.

Давав правовую оценку ситуации, в которую попала молодая женщина, адвокат Татьяна Помидади отмечала, что по Трудовому праву, если по истечении испытательного срока договор не расторгнут, то он автоматически считается заключенным на тот срок, что указан в нем самом. Женщину приняли на работу 30 ноября 2009 года. Значит, срок испытательного в конце февраля 2010-го. Десятого марта (когда была уволена) она уже считалась работающей бессрочно.

Все слова о том, что секретарь-референт не справлялась с возложенными на нее обязанностями, отмечала Т. Помидади, не имеют юридической силы, так как ни одна из этих претензий не подтверждена документально в соответствующих приказах работодателя. Поэтому речь идет

только об увольнении за прогул, и закон позволяет увольнять работника за отсутствие на рабочем месте в течение четырех часов подряд, без уважительных причин, но только не беременной.

Адвокат говорит, что ситуация разрешима только в суде. Вместе с тем она значительно усложнена пропуском срока исковой давности - закон дает только один месяц со дня увольнения для обращения в суд с иском о восстановлении на работе. Если Эмме удастся доказать суду, что этот срок был ею пропущен по уважительной причине (чем может быть лечение в стационарных условиях), то вероятно удовлетворения исковых требований будет зависеть от того, найдет или нет она свидетелей, кто подтвердит ее присутствие на рабочем месте 18 и 19 февраля, а также сумеют или нет эксперты определить характер исправлений в тетради учета обедов, которая представлена в госинспекцию труда и может быть оттуда истребована по запросу суда. Адвокат советует снять уже сейчас с тетради учета копию, что нужно делать всегда со всех официальных бумаг, служащих основанием для предъявления претензий. На втором экземпляре, который остается у заявителя, должна быть отметка о регистрации документа под определенным номером, с указанием даты и росписью сотрудника организации, удостоверяющей прием документа. Тогда никто не сможет отрицать как наличие представленных справок, так и игнорировать их значение для принятия того или иного решения.

Опрос



Что есть красота?

Хусен Маремухов, народный артист КБР и КЧР:

Красота многогранна. Если говорить о человеческой красоте, то меня прежде всего привлекают душевность, правдивость, интеллект.

Артур Мамхегов, директор ОАО:

Мне очень нравится изречение о том, что красота выше гения, потому что не требуют понимания. Я помню, кто это сказал, но слова очень правильные.

Залина Фирова, сотрудница Урванской районной библиотеки:

Красота - это мир вокруг нас, но без войны, без боли и страданий.

Асият Марзоева, солистка ансамбля «Кабардинка»:

Совкупность приятных внешних данных и богатого внутреннего мира.

Радица Тхагапсоева, аспирантка:

Сложный вопрос, поскольку на него нет однозначного ответа. Для меня, красота - это желание жить интересной, активной жизнью, делать добрые дела. А что касается внешности, даже если она очень яркая, в человеке активном и неравнодушном всегда есть что-то притягательное, делающее его красивым.

Анастасия Шатилова, финалистка конкурса красоты «Краса Северного Кавказа», «Мисс шарм», «Мисс зрительских симпатий»:

Все прекрасно, что нас окружает, сама природа - это красота.

Жанна Атамурзаева, артистка Музтеатра:

Если у человека настроение хорошее, глаза блестят и улыбка на лице, - он, безусловно, красив. Мне так кажется.

Асият Куантова, менеджер по продажам фармацевтической компании:

Красота - это субъективное понятие, поэтому то, что является для одного человека красивым, для другого - не обязательно таковым будет. Недаром же говорят, что красота не существует сама по себе, без представлений о ней.

Марина Циканова, студентка:

Не знаю. Кого-то восхищают картины, кого-то - музыка, кого-то - еще что-нибудь. Наверное, красота есть во всем, что приносит душе радость.

Зарема Атаева, владелица свадебного салона:

Есть много вещей, наличие которых делает наш мир красивее. Но если я стала бы их перечислять, то все равно начала бы с такого понятия, как «человечность».

Зарема Карданова, директор комикс-театра «Ю-Микс»:

Часто замечаю, что человек красив, но красота эта не привлекает, нет изюминки. Должно быть обаяние, а оно идет изнутри. Холодная красота не очаровывает. А если к внешней красоте прибавляется интересный и богатый внутренний мир, то это уже гармония.

Неля Хацаева, служащая:

Кажется, на этот вопрос есть очень простой, но очень верный ответ. Красота - это гармония. Ни добавить, ни убавить.

Ольга Порохова, преподаватель английского языка:

Красоту можно видеть в природе, в человеке, в поступке, в стихотворной строке и так далее. На мой взгляд, красота - это что-то загадочное и в то же время понятное каждому.

«Круглый стол»

Через гражданское воспитание - к устойчивому благополучию и процветанию

Залина ДЗАГАШТОВА

В Министерстве по информационным коммуникациям, работе с общественными объединениями и делам молодежи Кабардино-Балкарской Республики прошел «круглый стол» на тему «Мое село, мой город, моя республика».

Встреча была организована отделом по работе с общественными объединениями и политическими партиями. В работе «круглого стола» принял участие руководитель департамента по молодежной политике Минкоммолодежи Анзор Курашинов.

«Как сделать, чтобы каждый человек почувствовал ответственность за судьбу республики, страны в целом и понял, что благополучие народа зависит от нас самих?». Этот вопрос стал предметом обсуждения участников «круглого стола», в числе которых были ветераны войны, представители политических партий, общественных объединений и социально активной молодежи республики. Выступавшие были едины во мнении, что гражданское воспитание подрастающего поколения - одна из перспективных стратегий продвижения общества и государства в целом к устойчивому благополучию и процветанию.



Преподаватель КБГСХА Жанна Яхтанигова.

В рамках работы «круглого стола» состоялся награждение благодарности Минкоммолодежи представителей общественных объединений и волонтеров, принимавших активное участие в организации и проведении мероприятий, посвященных 65-летию Победы в Великой Отечественной войне.

Дети

Маленький пешеход - большая опасность

А. ШЕЛКОВНИКОВА, инспектор по пропаганде полка ДПС ГИБДД МВД по КБР капитан милиции

По данным статистики, количество дорожных травм возрастает в сентябре, когда дети и подростки возвращаются после летнего отдыха и идут в школу, успевают отвыкнуть от интенсивности движения транспорта. Огромную роль в безопасности детей на дороге играют родители. Хотелось бы дать им несколько советов, как сделать переход проезжей части безопасным для детей.

Отправляя ребенка в школу, напоминайте о правилах безопасного перехода через дорогу - повторенное много раз обязательно запомнится. Как правило - дети появляются на дороге неожиданно, зачастую перебегают проезжую часть в неустановленном месте. Научите ребенка останавливаться перед проезжей частью, чтобы он лучше оценил дорожную обстановку. Также объясните, что стоящий у обочины транспорт создает помеху видимости и для пешехода, и для водителя. Следовательно, переходить дорогу в этом месте опасно. Для безопасного перехода нужна хорошая видимость в обе стороны.

Ненастная погода таит в себе ряд опасностей. Например, капюшон, шапка или поднятый воротник могут мешать обзору дороги. Обходя большие лужи на тротуаре, дети могут выйти на проезжую часть. Утренний туман значительно ограничивает видимость, как для водителя, так и для пешехода, и стоит подумать о приобретении для ребенка одежды и обуви со светоотражающими элементами, это сделает его более заметным на дороге.

Переходя дорогу с ребенком, четко следуйте Правилам дорожного движения, помните, что ваше поведение на дороге является для ребенка примером, и именно его он будет копировать впоследствии.

Из жизни звезд

Алим ТАУКЕНОВ:**Группа «Ас-Аланы» не боится экспериментировать**

Борис ЭЛИЗБАРОВ

Сегодня у нас в гостях солист группы «Ас-Аланы» Алим Тауменов.

В 2005 году на республиканском радио проходил отбор исполнителей, - вспоминает певец. - По его итогам было отобрано семь человек. Несколько лет мы выступали все вместе и солино. Позднее нас осталось трое: Ислам Этчев, Омар Батчаев и я.

Таким образом, на местной эстраде появилась новая группа - «Ас-Аланы».

Сегодня музыканты уже записали два альбома, в Музыкальном театре прошел их сольный концерт. Ребята много гастролируют по Кабардино-Балкарии и за ее пределами. Их поездки не ограничиваются Северным Кавказом. Они выступали в концертном зале имени Чайковского в Москве. Кроме того, в 2008 году наши земляки стали победителями музыкального конкурса «Урал-Моно» в Уфе.

Мы готовились около двух лет, - признается Алим. - Представили две песни, одна из которых сопровождалась хореографической композицией. Танец поставили сами.

Репертуар группы достаточно разнообразен. Наряду со старинными балкарскими песнями музыканты исполняют со-

временные композиции. Поют на русском, кабардинском, кумыкском языках. «Ас-Аланы» неоднократно принимали участие в теле-радиотелевизионных фестивалях «Салам Алейкум» и других республиканских концертах. В основном слова и музыку для группы пишут Музафар Этчев и Алим Бозиев.

На профессиональную сцену наш гость вышел несколько лет назад, но путь начал еще в детстве. - В школе я увлекался разными вещами, - делится певец, - занимался спортом, национальной хореографией, брейк-дансом и вокалом.

Из-за травмы спорт пришлось оставить, и Алим Тауменов посвятил себя музыке. После школы окончил юридический факультет Современной гуманитарной академии. Кроме того, занимался вокалом у Галины Тауковой.

Со временем он планирует работать по юридической специальности, но от сольной карьеры отказываться не собирается.

Заниматься исключительно музыкой в нашей республике могут позволить себе далеко не все, поэтому в перспективе собираюсь устроиться на работу в службу судебных приставов и параллельно буду петь. Одно другому не мешает, - уверен Алим.

В свободное время он слушает разную

музыку, хотя признается, что за последние несколько лет его вкусы изменились. Если раньше приоритет оставался за рэпом и тяжелым роком, то теперь певец отдает предпочтение классике и национальной музыке.

Когда учился в школе, мало кто из моих ровесников любил традиционную музыку. Большинство молодых людей предпочитало зарубежные стили и направления музыкальной культуры. Сейчас ситуация изменилась. Я убежден, что сегодня национальная культура в нашей республике возрождается. Примером тому может служить практически поголовное увлечение молодежи национальной хореографией.

Группа «Ас-Аланы» не боится экспериментировать. В ее репертуаре есть народные балкарские песни в современной аранжировке. По мнению артиста, звучат они достаточно интересно и, что самое главное, органично. В одну из песен они даже вставили элементы рэпа, публике это понравилось.

Помимо музыки, у Алима есть немало увлечений. Он любит горы и с удовольствием занимается альпинизмом. Его братья работают в альпийском лагере «Безенги», и певец часто там бывает. Кроме того, ему нравятся горные лыжи, футбол и баскетбол.



Фото Абура Елканова

В завершение беседы артист, пожелав жителям Кабардино-Балкарии мира, добра и крепкого здоровья, сказал:

- Сегодня приходится сталкиваться с отдельными проявлениями национализма, но в сфере культуры и искусства таких тенденций никогда не замечал. Мы уважаем и ценим культуру других народов как свою собственную.

Молодежь XXI века

Вкус лунных вишен

Магомед ДУГАЕВ

После персональной выставки молодой художницы из Тырнауза Лины Чайковской в одном из бизнес-центров Санкт-Петербурга в 2002 году искусствоведа говорили: «...Это видимый спор и скрытое согласие между, на первый взгляд, несхожими приемами, между разными взглядами на жизнь и разными способами их выражения. Ее не перестает восхищать красота внешнего мира. Как жизнь состоит из бесчисленных граней, так и в картинах художницы живет эта многогранность».

Спустя три года ее картины приобрели законченные, утонченные формы и объем, стали еще откровеннее выражать стремление автора постичь непостижимое и объять необъятное. Открывая для себя и поклонников новые горизонты, Чайковская начала создавать одежду.

Недавно состоялась ее первый показ в элитных питерских клубах «Дуат» и «Art Garbage». Лина Чайковская представила коллекцию шоу-костюмов с интригующим названием «Вкус лунных вишен». Совсем неожиданно хитом стали эксклюзивные головные уборы от Лины Чайковской, которые ценители прекрасного раскупили сразу же, еще до завершения показа.

Ручная вязка, утонченное оформление и изысканный внешний облик буквально пленили женскую половину. Да и сама Чайковская кулуарно была признана самой стильной женщиной обоих вечеров.

Мы встретились с Линой в ее мастерской.

- Каковы твои впечатления от первого показа?

- Сейчас противоречивые. В процессе - это было здорово! Когда все прошло, я поняла, что это просто рабочий момент, из которого необходимо

вынести определенные уроки и идти дальше.

- Куда?

- Ну, как тебе сказать. Ты пробовал лунные вишни?

- Нет.

- Вот видишь, ты не сказал, что их не существует, ты сказал, что их не пробовал.

- Кажется, я понял, о чем ты. Расскажи подробнее о своем творческом пути.

- Если кратко, родилась в Тырнаузе, училась в художественной школе. Потом поступила в Нальчикское училище культуры и искусств. Вообще,

Нальчик стал одним из самых любимых моих городов, но он меня не принял.

- Что значит - не принял?

- Сложно объяснить, но я это почувствовала и решила отправиться в Пятигорск, а оказалась в Питере. Тогда Пятигорск называли Питером. Видимо, я не разъяснила моим желанием, в чем разница, и они перенесли меня в Северную столицу.

- То есть, твои желания всегда исполняются?

- Да! Но не все (смеется).

Если честно, то все, что я хочу

поздно или рано, все-таки исполняется. Но хочется, чтобы рано...

- Какое место в твоей жизни занимают мода и стиль?

- Мода - как неотъемлемая часть моей работы, а стиль - это состояние души. Мода скоточечна, а стиль с тобой остается надолго, и в любой момент ты можешь его менять, становиться совершенно иной. Стиль, сформированный на основе модных тенденций, - это более приемлемо, чем бездумное стремление обладать вещью с последнего показа в

Париже.

- А как стать стильным?

- Два варианта: иметь врожденное чувство стиля или отдать в руки стилистов. Хотя есть еще третий вариант: самому выучиться на стилиста. О себе часто слышу: «Очень стильная», но сама ощущаю, что никаких денег не хватит, чтобы я чувствовала себя комфортно, стильно и уверенно! Но в этом случае все мои желания исполнялись бы гораздо быстрее!

- Опять «сапожник без сапог»?

- Да, но это временная трудность. Я еще в начале пути. Мне понадобилось много лет, чтобы определиться, чего я хочу не сиюминутно, а так сказать, в перспективе.

- Что тебе больше всего мешает работе?

- Бренды, тренды, лейблы, наклепки made in и тому подобное. Одна из моих деловых партнерш общалась с организаторами Евровидения и продемонстрировала мои чудные шапочки. Сочинила невероятную легенду, будто я в поисках вдохновения дошла до Норвегии и теперь творю среди заснеженных просторов, а потом отсылаю ей результат практически на байдарах. Понимаешь, о чем я? Сама вещь мало интересна, нужна история, легенда... или лейбл.

- Как часто ты бываешь на родине?

- Можно сказать, достаточно часто. В основном езджу отдохнуть. Отвлечься от всего и всех. Это бывает просто необходимо.

- А такой напряженный ритм у тебя всегда?

- Нет. Бывает по-разному. Вот сейчас открываю для себя новые горизонты в творчестве, в бизнесе и верю, что скоро все стабилизируется, но не верю, что станет легче (смеется).



Кино

Хамид Савкуев и Сергей Бодров (старший) расскажут о Самсоне

Лариса РАННАИ

Библейские сюжеты – неиссякаемый источник, будоражащий фантазию художников на протяжении уже многих веков. С одной стороны, их можно рассматривать как довольно-таки тривиальные истории. С другой – за всеми образами и аллегориями скрыто нечто более важное, недоступное беглому любопытствующему взгляду. Одна из них – ветхозаветная история о Самсоне и Далиле, привлекая внимание известного режиссера, дважды номинированного на «Оскар», Сергея Бодрова. Визуальную концепцию фильма «Самсон» разработал Хамид Савкуев – личность также известная в мире искусства.

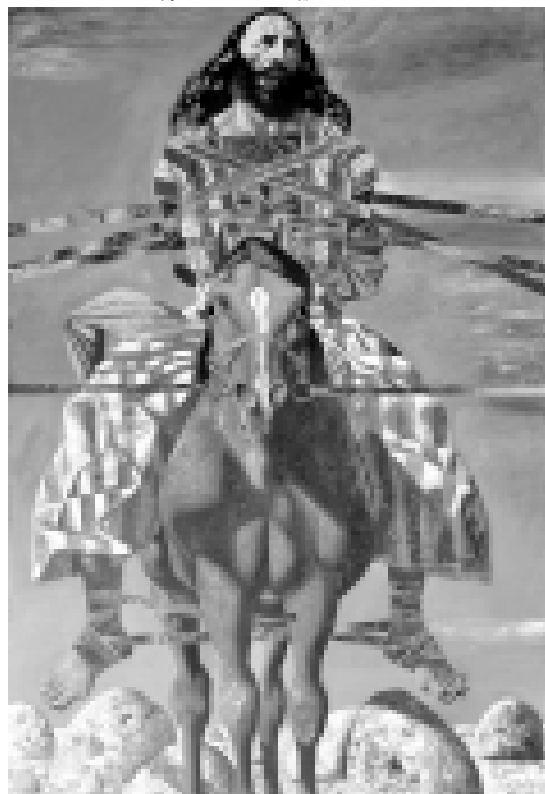
Самсон – в библейской мифологии ветхозаветный богатырь, обладавший необыкновенной физической силой, таившейся в его длинных волосах. Его возлюбленная филистимлянка Далила остригла у спящего Самсона волосы и позвала филистимлянских воинов, которые ослепили его и заковали в цепи. В плену волосы у Самсона отросли, и, почувствовав былую силу, он разрушил храм, под развалинами которого погибли филистимляне и он сам.

Сказать, что представленная визуальная концепция – потрясающая, все равно, что не сказать ничего. Попадание в тему стопроцентное. И режиссер не ошибся, обратившись именно к Савкуеву, внимание которого обращено к вечным, общечеловеческим, вне этноса, темам. Палитра его красок почти осязаемо передает фактуру камня, выжженной земли, с чем, собственно, и ассоциируются ветхо-

заветные времена, когда только зарождалась цивилизация. И образ Самсона проявлен из текста и выражен в изобразительной плоскости предельно четко и лаконично – именно таким «видел» Самсона сценарист и режиссер фильма Сергей Бодров. Один из живописных и графических листов уже представляется как баннер к фильму, так что на роль Самсона будут искать актера с соответствующими внешними данными. Предельно обусловленную темой музыку к фильму написал израильский композитор Аркадий Духин.

Презентация проекта успешно прошла на кинофестивале «Берлинале» в Германии, где и заявлен фильм, в котором будут заняты актеры первого ряда, голливудские звезды. Определены и места съемок – Израиль, Марокко, Тунис. Кроме того, материал принят американскими продюсерами в Лос-Анджелесе. Ориентировочная дата мировой премьеры – 2011-2012 год. Хамид Савкуев считает, что проект состоится, поскольку все для этого уже есть: «Думаю, надо воплощать его в жанре эпоса, не скатываясь на блокбастер-однодневку, который, собрав некоторую сумму денег, быстро забудется».

Верится, что так оно и будет, поскольку работа Савкуева в проекте еще не закончилась. Он будет доводить свою концепцию до логического завершения уже во время постановки фильма. Однако и сейчас можно быть уверенным, что «труд и дум высокое стремление» Савкуева не пропадут, так как вся серия живописных и графических работ предстанет на выставке, которую художник уже запланировал.



Наши земляки

ФРАНЦИЯ - страна семейных ценностей

Залина БЕРБЕКОВА

Антонина Чегемокова работает в одном из государственных лицеев города Лиона. До отъезда во Францию работала два года учителем русского языка и, таким образом, получила прекрасную возможность сравнить две системы образования.

В лицее, где учатся шестьсот пятьдесят человек, Антонина является членом кураторской группы и выполняет примерно те же обязанности, которые в наших школах возлагаются на завучей по воспитательной работе. «Дисциплина – это то, что неукоснительно выполняется всеми, – рассказывает она, – и работать с учащимися во французской школе проще, чем в наших, где частенько дисциплина хромает. Не ошибусь, если скажу, что в традиционной системе ценностей французов основополагающими являются семейные ценности и забота о детях. С хорошим образованием своих детей они связывают надежды на успешное и благополучное будущее, поэтому этой сфере уделяется максимальное внимание, и быть учителем в этой стране престижно. Контроль над посещаемостью уроков, выполнением заданий и хорошим поведением каждого учащегося в учебном заведении уделяется особое внимание. Если ребенок пропустил хотя бы один урок, связываются по телефону с его родителями или отправляют им сообщение по электронной почте. То есть, родители должны быть поставлены в курс дела: ученики не могут быть предоставлены сами себе ни одной минуты, ни одного часа.

Я работаю в государственном лицее, где обучение бесплатное. Но это не значит, что здесь получают знания только те, кто не имеет средств на частные колледжи и лицеи. Поскольку лицей работает при консерватории, к нам идут учиться творческие натуры, мечтающие о профессии певца, танцора, музыканта. Для иногородних есть интернат, поскольку едут учиться отовсюду.

Система французского образования более сложна, чем российская, и имеет много уровней. Одна из ее особенностей – это практически одинаковое качество обучения, как в столице, так и в провинции. Начальное образование здесь является обязательным и бесплатным. Большинство детей уже с двух-трех лет посещают так называемые материнские школы, в которых педагоги и психологи три-четыре года готовят их к школе. А в школу дети идут в шесть лет. Система школьного образования разделена на три блока: начальная школа, где обучение продолжается пять лет, колледж – четыре года и лицей – три года. Обязательными являются первые два. Так как я работаю в лицее, знаю об этом «блоке» больше и лучше. Лицей является завершающим звеном системы среднего образования и одновременно переходной ступенью к высшему образованию. Главным отличием французского лицея от российской средней школы два. Во-первых, на этом эта-



пе начинается специализация, а во-вторых, аттестат о среднем образовании получают далеко не все учащиеся лицеев, а только в среднем восемьдесят процентов от их числа. При этом детей иностранцев, не проживающих во Франции постоянно, принимают на общих основаниях не только в частные, но и в государственные лицеи.

Если говорить о преподавательском составе, то мужчин-учителей примерно столько же, сколько женщин. То есть проблема, связанная с нехваткой мужчин-преподавателей, здесь не существует. Конечно, не могу судить обо всех педагогических коллективах, но в нашем – обстановку весьма доброжелательная. Часто преподаватели вместе ходят на концерты, выставки, бывают в ресторанах, в гостях друг у друга, то есть общение вне рабочего времени идет активно. Вообще, французы – народ вежливых. Образно говоря, наступили кому-то на ногу и услышали от него же извинение, за то, что был неловок и оказался у вас на пути. По отношению к себе как иностранке никогда не чувствовала неприязни. Во Франции мы уже десять лет и, конечно, у нас появилось много друзей-французов, в основном это семейные пары, значительное количество которых на много лет старше нас по возрасту. В моем подъезде проживают несколько пожилых одиночек, и у них заведено по очереди бывать в гостях друг у друга. И ко мне они приходят, нас зовут к себе, в общем, отношение, в прямом смысле слова, добрососедские.

У нас с мужем три дочери: Изабелла, Стелла и Карина. Они также часто бывают в гостях у подруж, те приходят к нам с дочерью. Как-то приготовила им наши лакумы, геддибже – понравилось, просили и в следующий раз приготовить то же самое.

Старшие Изабелла и Стелла учатся в так называемом интернациональном колледже, где в основном обучаются иностранные. Мои дочки выбрали немецкий класс, поскольку русского класса там нет. Чтобы набрать класс, необходимо определенное количество детей, говорящих на этом языке. А на данный момент в их колледже русскоязычных, кроме Изабеллы и Стеллы, нет. Они углубленно изучают немецкий язык, на немецком им преподают географию и историю, а все остальное обучение ведется на французском языке. По окончании кол-

лежка предполагается, что немецкий язык будет на уровне родного, или, как там говорят, материнского языка. Младшая – Карина – поступила в первый класс начальной школы. Старшие уже поговаривают о том, чем хотят заниматься в жизни. Изабелле нравится химико-биологическое направление, Стелла определенно мечтает стать фармацевтом. Сейчас они увлекаются теннисом, плаванием, кроме того, Стелла четыре года занимается танцами, Изабелла – баскетболом, а младшую преподавателей, здесь не существует. Конечно, не могу судить обо всех педагогических коллективах, но в нашем – обстановку весьма доброжелательная. Часто преподаватели вместе ходят на концерты, выставки, бывают в ресторанах, в гостях друг у друга, то есть общение вне рабочего времени идет активно. Вообще, французы – народ вежливых. Образно говоря, наступили кому-то на ногу и услышали от него же извинение, за то, что был неловок и оказался у вас на пути. По отношению к себе как иностранке никогда не чувствовала неприязни. Во Франции мы уже десять лет и, конечно, у нас появилось много друзей-французов, в основном это семейные пары, значительное количество которых на много лет старше нас по возрасту. В моем подъезде проживают несколько пожилых одиночек, и у них заведено по очереди бывать в гостях друг у друга. И ко мне они приходят, нас зовут к себе, в общем, отношение, в прямом смысле слова, добрососедские.

В Лионе, где мы сегодня живем, есть адыгская Хаса. При организации действует ансамбль танца «Си псэ». Хаса проводит различные мероприятия, помогает членам организации, а их на сегодня зарегистрировано больше ста пятидесяти человек, решить какие-то проблемы.

Французы очень любят путешествовать, и здесь это могут позволить себе очень многие. Считается дома на выходные отправиться чем-то неправильным: нужно вести активный образ жизни, куда-то выезжать, познакомиться с достопримечательностями своей страны, бывать за границей. Мы возили дочерей в несколько стран, обзелили многие города Франции. Конечно, скучаю по дому, по республике своей. Когда-то была уверена, что краше нашего края быть не может. Но столько красоты на Земле и так хочется все увидеть своими глазами!

Моя улица

От батрака до народного комиссара

Анна ГАБУЕВА

В истории нашей республики немало героических имен, о которых нынешнее поколение даже не слышало. Однако люди более старшего возраста еще могут ответить на вопрос, кем же были комиссар Видайкин, просветитель Атажукин или народный комиссар Шуков, имена которых названы улицы столицы республики.

Тут Шуков родился в 1886 году в селении Атажукино III (ныне с. Куба). Он рано лишился отца и был вынужден с малых лет работать. Имея характер повстанца, не желающего мириться с классовой несправедливостью, Тут пользовался в народе авторитетом. С победой Советской власти в Кабарде и Балкарии Шуков принимал самое активное участие в формировании и обучении революционных отрядов. Учитывая его организаторские способности и авторитет среди народных масс, его назначают командиром конного отряда. Именно он летом 1918-го

оборонял железнодорожную станцию в Минеральных Водах, противостоял белогвардейским отрядам Заурбека Даутокова-Серебрякова.

В январе 1919 года революционные силы Кабарды и Балкарии под натиском денкинских войск отступили в Ингушетию. Там в одном из селений состоялось совещание, где разрабатывался план дальнейших действий красных отрядов. Вместе с другими знаковыми фигурами того времени – руководящими работниками Бутыриным, Фигатером, Махарадзе, Гегечкори и Калмыковым в этом совещании принимал участие и Тут Шуков. Вскоре отряд Шукова по поручению командующего Терской областной группой красных повстанческих войск Николая Гикало перешел в слободу Шаоты, где ему пришлось столкнуться в бою с денкинцами. Мужество и стойкость кабардино-балкарских бойцов получили высокую оценку командования повстанческих войск.

30 марта 1920 года отряд Шукова вошел в Нальчик. Еще не-

сколько лет он боролся с бандитскими шайками, которые скрывались в горах и лесах Кабарды и Балкарии. Когда с ними было покончено, Шукова избрали председателем сельского совета с. Куба. В 1932 году Тут Шукова назначили заместителем начальника строительства Баксано-Малкинского канала. В 1937 году он становится заведующим отделом социального обеспечения, тогда же избирается депутатом Верховного Совета КБАССР первого созыва.

В 1942 году фашистские войска захватили Нальчик. Тут Шуков, будучи тяжелобольным, не успел эвакуироваться в тыл. Гитлеровцы арестовали партийного деятеля и после зверских пыток расстреляли его. Так завершился жизненный путь человека, прошедшего путь от простого батрака до народного комиссара.

Режиссер ГТК «Кабардино-Балкарии» Наталья Конраева живет на улице Шукова уже тридцать лет.

– Мы с родителями переехали в Нальчик из Майского в 70-х годах, поселились на этой улице в доме на три хозяина, - вспоминает она. – С этой улицей у меня связаны самые светлые детские воспоминания. Шумные игры – нынешняя детвора замкнутая, предпочитает сидеть у телевизоров и компьютеров, уже не играет так, как мы когда-то в казаков-разбойников. Помню, как дружили со всеми соседями – и в горе, и в радости были вместе, накрывали столы, собирались. Сейчас тоже соседи хорошие, но теперь здесь много новых людей, близко общаемся только с теми, кто живет рядом. А ведь когда-то чуть ли не целой улицей дружили...



Фото: Наталья Конраева

Здоровье

Движение - жизнь

Мурадин БОГАТЫРЕВ, главный врач Республиканского врачебно-физкультурного диспансера

Мысль о рациональности создания Центра здоровья в Нальчике на базе Республиканского врачебно-физкультурного диспансера звучала не раз. Привлекали и готовая материальная база, и наличие подготовленных кадров, а главное – схожесть функций обоих учреждений.

Конечно, физическая активность и занятия спортом – далеко не однозначные понятия. Спорт, бесспорно, увеличивает компонент физической активности. Но он – удел ограниченного круга людей. Спорт – это профессия. Причем не всегда безопасная. Нет необходимости становиться профессиональным спортсменом для того, чтобы научиться с пользой для себя постоянно поддерживать физическую активность. Предпочтение такого выбора диктуется ситуацией, которая сложилась сегодня. Малоподвижный образ жизни – один из главных факторов риска основных неинфекционных болезней, включая сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет 2-го типа, некоторые виды рака. Научно доказано, что 15-20 процентов риска развития этих болезней, а также пере-

ломов шейки бедра у пожилых людей связано с низкой физической активностью. Гиподинамия наряду с нерациональным питанием рассматривается как основная причина возникновения ожирения, которое приобрело эпидемический характер за последние десятилетия в России и в мире. Между тем умеренная физическая активность снижает риск развития этих патологий, появления избыточной массы тела и преждевременной смерти.

Но вот человек решил поменять образ жизни. Он должен глубоко осознать, что приступает к нелегкому труду, где здоровье, как и хлеб насущный, придется добывать в поте лица, как говорили древние мудрецы. Ему нужна поддержка надежного, побуждающего к этим действиям человека. И этот человек – врач, от которого он получает научно обоснованные рекомендации и консультации, в частности, по оптимизации физической активности, о которой идет разговор. Врач при этом учитывает все. Как предотвратить физические риски, кому какие нагрузки подойдут, в какое время лучше заниматься, кому необходимо дополнительное медицинское обследование для разрешения интенсивной физической нагрузки... Это, кстати, нужно курящим, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, имеющим

отягощенный семейный анамнез по сердечно-сосудистым заболеваниям, два или более факторов риска развития ишемической болезни сердца – артериальную гипертензию, сахарный диабет, ожирение, мужчинам старше 40 лет, женщинам старше 50 лет. Пожилым людям рекомендуют начинать занятия с медленной ходьбы и медленного потягивания не больше 5-10 минут. И постепенно в продолжение трех недель доводить время занятий до 30 минут. Людям с ожирением предлагается также постепенный переход к более интенсивным нагрузкам. Интересно, что курильщикам, которые вели малоподвижный образ жизни до отказа от курения, физическая активность помогает легче избавиться от злостной привычки. Физкультура способствует также поддержанию массы тела, что важно, поскольку именно это обстоятельство становится проблемой, которая беспокоит людей при отказе от курения. Врачи стараются не забывать ни о чем: лишний раз напомнить, что занятия нужно проводить в удобной одежде и обуви, лучше это делать рано утром или вечером, рекомендовать пациентам заниматься в группах здоровья, посещать кабинеты профилактики в своих поликлиниках. Кстати, такие кабинеты созданы во всех поликлиниках республики.

Советы психолога

Римма КУМЬШЕВА,
доцент КБГУ



Эмоциональный стресс преодолим

В общественных местах мрачные лица встречаются чаще, чем радостные. В последние два десятилетия это стало даже чем-то привычным. Но есть особые случаи, когда лицо человека не просто мрачное, а выражает безысходность. Это признак эмоционального стресса.

Он вызывается тяжелыми психическими травмами. К ним относятся: смерть родственников, развод, разлука с любимым человеком, болезненные отношения со значимыми в жизни людьми. Состояния, вызываемые подобными событиями, опасны своими последствиями. Если эмоциональное воздействие слишком сильное, а личностных ресурсов для его преодоления недостаточно, то стресс может перейти в хроническую форму. В последнее десятилетие ученые доказали, что эмоциональный стресс способствует развитию онкологических заболеваний. Поэтому надо научиться выходить из критических ситуаций с минимальными для своего здоровья потерями.

Эмоциональный стресс проявляется в подавленном настроении, снижении интереса ко всему, что обычно связано с положительными эмоциями, расстройстве сна. При очень глубоком переживании нарушается концентрация внимания, повышается утомляемость, нарушается аппетит, болит голова, учащается сердцебиение. У человека под влиянием эмоционального стресса могут снизиться самооужание и доверие к себе. Появляются пессимистическое видение будущего, мысли о собственной вине и беспомощности, мысли о самоубийстве. Иногда состояние может дойти до такой стадии, когда вам не под силу справиться с ним самостоятельно. В этом случае обязательно надо обращаться за помощью к психотерапевту.

Формы проявления стресса и глубина последствий у каждого индивидуальны. В большинстве случаев человек может справиться со своим подавленным состоянием самостоятельно. Как советует английский психолог Г. Пери, первое условие в этот период – «не ждать от себя слишком многого. Главное – сохранить ресурсы и дать возможность активизироваться процессам восстановления. Плач – естественная часть подобной реакции, поэтому не стыдитесь, когда вам хочется как следует рыдать». Иногда слезы или рыдания способны принести огромное облегчение». Далее он говорит, что не надо себя винить за чувство усталости, замедленность мысли, неспособность сконцентрироваться, паниковать по поводу того, что не удается на должном уровне выполнять свои служебные обязанности, а нужно больше времени, чем обычно, выделять на выполнение своих повседневных дел и по возможности ограничить их объем. Ведь человек не будет постоянно находиться в подавленном состоянии. По мере того как стресс будет проходить, постепенно вернется прежний уровень работоспособности. А до того бесполезно подгонять себя

или переживать по этому поводу. Многим людям помогает выбраться из стресса соблюдение привычных процедур, которые они обычно выполняют.

Уменьшить стресс или его нежелательные последствия может двугательная активность. Если нет сил заниматься гимнастикой, то можно придумать поводы для легких походов в различные учреждения.

Важно также научиться расслабляться. Простейший способ релаксации – снятие мышечного напряжения, которое при стрессе не осознается, но провоцирует беспокойство, усталость, бессонницу, боли в спине, нарушение координации и т.д. Для расслабления надо сосредоточиться на мышцах своего лица, мысленно найти точки напряжения и «отпустить» их. Если не удастся, то представьте себе, что приятное тепло вливается в мышцы лица и разглаживает все точки напряжения. Затем перейдите к напряженным отделам конечностей, туловища. Для облегчения напряжения можно включить музыку, способствующую расслаблению. У каждого человека она своя. Одним подходят специальные релаксационные шумы, другим – классическая музыка, третьим – духовные песнопения. Кстати, о песнопениях. Молитвы в форме стихотворений помогают восстановить ритмичное дыхание и вместе с ним – психическое равновесие.

Другим способом защиты от негативных последствий стресса является изменение отношения к ситуации: «могло быть и хуже», «это не конец света» и т.д.

Из стресса быстрее выходят люди с четкими жизненными ориентирами. У человека с конкретными жизненными ценностями и целями больше шансов избежать негативных последствий эмоционального напряжения. Стрессовая ситуация рассматривается на фоне общей перспективы, например, всей жизни человека, в результате чего значимость данной ситуации может резко снизиться. Точно так же у людей на годы затягиваются стрессовые состояния, если реакция на события не соотносится со всей жизнью, с другими ценностями.

Бывают ситуации, когда нет времени на медленный выход из стресса. Это всегда ведет к нарушению ориентировки в окружающем мире. Тревога, волнение меняют стратегию поведения. Чтобы избежать этого, важно всегда держать в памяти план действий для кризисных ситуаций. Сначала следует оценить свое состояние. Если это не удается, не надо предпринимать никаких действий, они все равно будут ошибочными. Первые минуты нужно посвятить себе, восстановлению своего психического равновесия, а затем перейти к оценке ситуации. Если не получается, напомните себе о важности принимаемого сейчас решения и собравшись с силами, подумайте о возможных негативных последствиях вашего бездействия. После этого можно оценить ситуацию и разработать план действий. Здесь важен один момент: чувство ответственности должно подавить или вытеснить смятение.

«Спартак – Нальчик»

Концедалов получил травму

Альберт ДЫШЕКОВ

В небольшой перерыв в чемпионате, вызванный игрой сборной, нальчикский «Спартак» провел товарищеский матч в Кисловодске с грозненским «Тереком».

Команды играли в следующих составах: Годзюр (Джанаев, 46), Учиев (Власов, 46), Феррейра (Хаймович, 46), Ятченко (Зенге, 46), Эдиев (Учиев, 82), Эссаме (Гвазава, 46), Маурисиу (Георгиев, 46), Арсе (Кацаев, 46), Лахиялов (Кобенко, 46), Бракамонте (Садаев, 46), Асильдаров (Тиуи, 46), - «Терек». За «Спартак-Нальчик» на поле вышли Антипов (Шогенов, 46), Амирханов (Деяк, 68), Васянович, Маркович, Хохлов (Плиев, 46), Леандру (Митришев, 72), Концедалов (Маларов, 25), Голич, Рылов (Дышеков, 60), Рикарду Жезус (Шалаев, 46), Гошюков (Болов,

46).

Нальчане выставили экспериментальный состав, в котором было много молодежи и новичков. Грозненцы же, напротив, играли в оптимальном составе, поэтому не удивительно, что одержали победу со счетом 3:1. Голы у «Терека» забил Лахиялов, Тиуи, и Георгиев (с пенальти), у «Спартак-Нальчик» отличился Шалаев.

Матч был проведен в рамках подготовки к двадцатому туру чемпионата премьер-лиги, в котором нальчане сыграют в Самаре против местных «Крыльев Советов». К сожалению, не сможет поддержать партнеров полузащитник Роман Концедалов, получивший в контрольной игре с «Тереком» серьезное повреждение.

Матч в Самаре будет обслуживать судейская бригада в составе: Евгений Турбин (Москва), Михаил Новокшонов (Ижевск), Николай Еремин (Москва).

Райские яблочки

Светлана ШАМАКИНА

Листья этих деревьев по форме напоминают сливу, поэтому получили название сливолистные. Яблони распространены в нескольких провинциях Китая и поэтому у нас именуют «китайками». А еще за сладкий вкус плодов, в котором и намека нет на присутствие кислоты, яблони в народе зовут «райскими».

Сложившийся в народе эпитет верен, так как вкус, вид сладостей из этих яблочек, к примеру, варенье с хвостиками, какое-то завораживающее зрелище вперемешку с удовольствием. Специалисты шутиливо уверяют, что во времена Адама и Евы селекционный отбор был еще не на высоте, отсюда и мелкоплодность сладких и ароматных «райских» яблочек, давших начало драматичному библейскому сюжету о познании добра и зла.



фото Кавана Топурова

☎ 42-69-96

ОБЪЯВЛЕНИЯ

РЕКЛАМА

ОБЪЯВЛЕНИЯ

РЕКЛАМА

☎ 42-69-96

Выражаю безмерную благодарность коллективу гимназии № 14 г. Нальчика за высокий профессионализм, искреннюю любовь к детям, умелое использование в своем нелегком труде современных инновационных технологий, за неустанный труд по воспитанию и формированию каждого ученика как достойного гражданина. Особо признателен директору Доклюковой Рансе Назировне, моим любимым учителям Елене Наховне, Людмиле Михайловне, Татьяне Муаедовне, Нине Арсентьевне, Марине Эдуардовне, Сергею Владимировичу. Желаю всем здоровья, благополучия в стремлении сеять разумное, доброе, вечное. С глубоким уважением выпускник 2010 года, студент юридического факультета КБГУ Бельгушев Залимхан.

МОН КБР и КБГУ проводят 19 сентября открытую республиканскую олимпиаду по математике, физике, биологии, химии для учащихся 9–10 классов. По результатам олимпиады проводится набор в Лицей для одаренных детей при КБГУ. Сбор в 10 час. у главного корпуса КБГУ. Справки по телефону: 42-18-27.

БЫКОВ Джульбер Хабасович

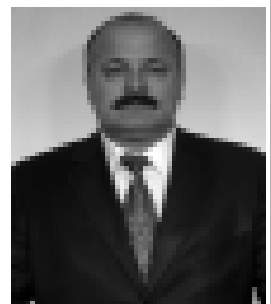
7 сентября 2010 г. около 22 часов вечера в с. Баксаненок был убит судья Майского районного суда КБР Быков Джульбер Хабасович.

Д.Х. Быков родился 22 февраля 1964 года в с. Баксаненок. После окончания средней школы в 1980 г. поступил в Терский сельскохозяйственный техникум. В апреле 1982 г. был призван на действительную военную службу. После демобилизации заочно окончил техникум и в декабре 1985 г. поступил на работу в ОВД МВД КБАССР в должности милиционера.

В 1988 г. он поступил в Горьковскую высшую школу милиции МВД СССР. В 2001 г. окончил адъюнктуру Нижегородской академии МВД России. В том же году защитил кандидатскую диссертацию в Московском институте МВД России по теме «Правовые, организационные и тактические проблемы борьбы с организованной преступностью в сфере переработки сельскохозяйственной продукции».

С 1992 по 2005 год работал в подразделении по борьбе с организованной преступностью МВД КБР на различных должностях оперативно-начальствующего состава.

В августе 2005 г. по собственному желанию уволился из органов внутренних дел с должности начальника 1-го межрайонного отдела (г. Прохладный) УБОП при МВД КБР. Указом Президента РФ от 3.08.2005 г. Быков Джульбер



Хабасович был назначен судьей Майского районного суда КБР. Нелегкой и одновременно интересной была судьба Джульбера Хабасовича. Где бы он ни трудился, его отличали порядок и четкость в повседневной работе, инициатива и высокий профессионализм. Настоящий и целеустремленный, Джульбер Хабасович систематически оказывал методическую и практическую помощь молодым сотрудникам. В экстремальных ситуациях проявлял инициативу и принимал верные решения. За достигнутые успехи в службе Быков Д.Х. неоднократно поощрялся руководством МВД России.

Светлая память о Джульбере Хабасовиче – добром и внимательном человеке, надежном друге и товарище – останется в памяти тех, кто знал и работал с ним. Разделяя боль утраты, выражаем искреннее соболезнование родным и близким Джульбера Хабасовича.

Судейское сообщество Кабардино-Балкарской Республики
Управление Судебного департамента
в Кабардино-Балкарской Республике.

Квалификационная коллегия судей КБР объявляет об открытии вакансий мирового судьи судебного участка № 3 г. Прохладного

Соответствующие документы и заявления от претендентов принимаются по адресу: 360000, г. Нальчик, ул. Пачева, 12, здание Верховного суда КБР. Квалификационная коллегия судей КБР. Последний день приема документов – 15 октября 2010 г. до 18 часов.

О дате рассмотрения заявлений претендентов будет сообщено дополнительно.

Тексбанк

16 лет стабильной работы

(филиал в г. Нальчике ЗАО АКБ «ТЕКСБАНК») БИК 048327720
Лицензия номер 2756 от 6 марта 2009 г.
Осуществляем обслуживание юридических и физических лиц.
Вклады, депозиты.
Переводы, переводы без открытия банковского счета.
Валютные операции.
Сейфовые ячейки.

С НАМИ УДОБНО!

Ждем вас по адресу: Кабардино-Балкарская Республика, г. Нальчик, ул. Лермонтова, 33.
Тел. (8662) 42-05-29, 40-70-17.
Факс (8662) 40-71-55.

Мы работаем с 9-30 до 17-00, выходные: суббота, воскресенье.

Минераловодская таможня информирует о регистрации в сети Интернет почтовых ящиков с электронными адресами:

1. narusheniecustoms26@mail.ru - для размещения информации от сторонних лиц о возможных каналах контрабанды в Южном и Северо-Кавказском федеральных округах,

2. oper-inform@mail.ru - для размещения информации от физических и юридических лиц о возможных нарушениях таможенного законодательства в Южном и Северо-Кавказском федеральных округах, а также предложениях по совершенствованию деятельности таможенных органов в сфере внешнеэкономической деятельности, жалобах на незаконные действия должностных лиц таможенных органов.

Конфиденциальность гарантируется.

Производственный кооператив «Курп»

производит ремонт мягкой кровли зданий и сооружений значительно дешевле сметной стоимости с гарантией на три года.

Наш адрес: г. Нальчик, ул. Добровольского, 4 «а», тел.: 77-20-24, 8-903-496-28-48.

ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ШКОЛА БРАТЬЕВ АБИДОВИХ

объявляет набор на курсы национального танца. Дети – от 9 до 16 лет, взрослые – от 17 лет.

Если вы хотите стать стройнее, скорректировать фигуру, выработать идеальную осанку, легкую, изящную походку, научиться красиво и грамотно танцевать, школа красоты и грации ждёт вас! Наш адрес: г. Нальчик, ул. Тарчкова, 28, тел. 47-47-11.

УВАЖАЕМЫЕ АБОНЕНТЫ ООО «ТЕПЛОСБЫТ»!

В связи с большой задолженностью абонентов за услуги теплоснабжения и ГВС материалы должников передаются в судебные органы. Убедительно просим вас погасить задолженность, не доводя до судебных разбирательств.

По всем вопросам обращаться по телефонам: 44-22-02, 44-21-49.

Администрация.

КАБАРДИНО-БАЛКАРИЯСТАТ

приглашает к сотрудничеству лиц, желающих принять участие во Всероссийской переписи населения 2010 года в качестве переписных работников в городах и районах республики: - заведующие переписными участками с 13 сентября по 11 ноября 2010 года (оплата 15870 руб. за 60 дней работы); - инструкторы с 4 октября по 3 ноября 2010 года (оплата 8177 руб. за 31 день работы); - переписчики с 8 октября по 29 октября 2010 года (оплата 5500 руб. за 22 дня работы).

Контактные телефоны: 42-57-80, 42-35-87.

Что сулят звезды?

**СТРЕЛЬЦЫ,
НЕ ОТРЫВАЙТЕСЬ
ОТ РЕАЛЬНОСТИ**

ОВЕН
(21 марта - 20 апреля)
Сейчас не стоит браться за реализацию масштабных планов. Сконцентрируйтесь на решении текущих проблем. Правильно оцените свои силы и заручитесь поддержкой коллег.

ТЕЛЕЦ
(21 апреля - 21 мая)
Действовать нужно без спешки. Трудности не исключены, и вы облегчите себе задачу, если обратитесь за помощью. Отношения с коллегами должны быть предельно корректными, любой ваш промах запомнят надолго.

БЛИЗНЕЦЫ
(22 мая - 21 июня)
Наступил тот период, когда стоит потрудиться, чтобы получить впечатляющую награду. Работать придется в основном в одиночку, но это не должно ни пугать, ни огорчать вас: вскоре все наладится.

РАК
(22 июня - 23 июля)
Время продуктивных деловых контактов. Вам удастся завязать несколько новых знакомств, которые будут полезны в дальнейшем. Однако полного успеха добьетесь, если будете считаться с мнением окружающих.

ЛЕВ
(24 июля - 23 августа)
Прежде, чем принять поступившее деловое предложение, обязательно обсудите его во всех деталях – то, что кажется заманчивым на первый взгляд, станет менее привлекательным при внимательном рассмотрении.

ДЕВА
(24 августа - 21 сентября)
Вам придется и деловые отношения перестраивать, и повседневные задачи решать не только за себя, но и «за того парня». И все же отчаиваться не стоит. Если будете достаточно упорны в реализации своих замыслов, перед вами откроются новые возможности.

ВЕСЫ
(22 сентября - 23 октября)
Сейчас вы можете без всяких сомнений соглашаться на поступающие предложения: они несут вам только удачу. Правильно выбрав тактику, вы найдете единомышленников, на которых можно положиться.

СКОРПИОН
(24 октября - 22 ноября)
В отношениях с проверенными деловыми партнерами возможны колебания, страхи, разочарования, конфликты. Иллюзии рассеиваются, и теперь вы можете трезво оценить проекты, на которые возлагали большие надежды.

СТРЕЛЕЦ
(23 ноября - 21 декабря)
Старайтесь не отрываться от реальности, иначе дело ограничится пустыми разговорами и ожиданиями. Возможны встречи, результатом которых станет достижение перспективных договоренностей.

КОЗЕРОГ
(22 декабря - 19 января)
Планы на будущее обретают полную определенность, можно не сомневаться, что вы движетесь в нужном направлении, и удача будет на вашей стороне. Важные проекты будут успешно завершены.

ВОДОЛЕЙ
(20 января - 19 февраля)
Проявив сноровку, можно сдвинуть с мертвой точки любое дело. Выступая с какими-то предложениями, в особенности оригинальными и нетрадиционными, будьте готовы взять на себя ответственность за их реализацию.

РЫБЫ
(20 февраля - 20 марта)
Эта неделя обещает вам удачу в профессиональной деятельности. Сейчас можно успешно провести важные деловые переговоры, завоевать авторитет в глазах коллег и получить поддержку руководства.

СКАНВОРД

Составила Дарина Алиева.

Фотоэюд



НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ

11 сентября, суббота (пик с 8 до 10 часов)
Возможны болезни головы, носоглотки, половых органов, мочевого пузыря и близлежащих органов, отеки. Исключите острую и жирную пищу.

15 сентября, среда (пик с 9 до 11 и с 21 до 23)
Возможны болезни печени, желчного пузыря, боли в тазобедренных суставах. Остерегайтесь травм, острых и жирного, воспалительных заболеваний и простуд.

**Ответы на сканворд,
опубликованный
4 сентября.**

Нальчикская городская общественная организация ветеранов (пенсионеров) войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов с глубоким прискорбием извещает о смерти ветерана Великой Отечественной войны **КАПИТОНОВОЙ Александры Яковлевны** выражает искреннее соболезнование родным и близким покойной.

**Зам. гл. редактора
Фатима Бозиева**
Редакционная коллегия
С. Мезова
(гл. редактор),
Н. Конарева
(зам. гл. редактора),
Л. Умарова
(отв. секретарь),
А. Дышеков, С. Шамакина.

ТЕЛЕФОНЫ:
главный редактор, секретарь - 47-22-65; зам. гл. редактора - 42-68-68; зам. гл. редактора - 42-20-82; ответственный секретарь - 42-66-14; редактор по выпуску - 42-20-86.

ОТДЕЛЫ:
по связям с органами государственной власти и местного самоуправления - 47-22-28; информации и спорта - 42-66-32; социальной политики - 42-66-18, 40-97-21; культуры - 42-20-88; обозреватели: по правовым вопросам - 42-64-14, по аграрной политике - 42-75-70, по спорту - 42-66-26; рекламы - 42-69-96; менеджер по подписке, фотокорреспонденты - 42-75-14.

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ:
■ **А. Кайданов** – дежурный редактор;
■ **О. Хочуева** – редактор по выпуску;
■ **О. Безрукова, Н. Панарина** – корректоры.

Тираж – 11000 экз.
Заказ – № 2539. Индекс – 51530.
Время подписания номера по графику – 18.00.
Подписан – 18.30.

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
360000, г. Нальчик,
пр. им. В. И. Ленина, 5,
Дом печати.
e-mail:
kpb@nalcik.ru
Копия отпечатана
на Республиканском
полиграфкомбинате
им. Революции 1905 г.
г. Нальчик, пр. им. В. И.
Ленина, 33.