

# Кабардино-Балкарская ПРАВДА



Издаётся с 1 июня 1921 года

УЧРЕДИТЕЛИ:

ПАРЛАМЕНТ И ПРАВИТЕЛЬСТВО КБР

№75 (23117) • Суббота, 23 апреля 2011 года • Цена 3 рубля

Молодежь XXI века

## ОБРАЩЕНИЕ

Президента Кабардино-Балкарской Республики А.Б. Каноква  
в связи с праздником Святой Пасхи

От имени Парламента и Правительства Кабардино-Балкарской Республики, от своего имени сердечно поздравляю православных христиан Кабардино-Балкарии с праздником Святой Пасхи.

Православие обладает огромным духовным потенциалом. Проявляя заботу о благе человека и гражданина, все мы призваны вносить посильный вклад в создание духовно сильного и социально стабильного общества. Убежден, наше конструктивное взаимодействие

станет прочной основой в деле достижения этой благородной цели, а наши совместные усилия будут направлены на укрепление мира и общественного согласия в Кабардино-Балкарии.

В этот день желаю православным христианам, всем жителям Кабардино-Балкарии доброго здоровья, мира и благополучия.

Да будет праздник Святой Пасхи для всех нас радостным и мирным, создающим в наших душах веру, любовь и надежду.

## «Куначество» - В ДЕЙСТВИИ



Залина БЕРБЕКОВА

Во Дворце творчества профсоюзов прошло торжественное открытие молодежного проекта «Куначество». В Кабардино-Балкарии проект, направленный на возрождение традиционных механизмов установления и поддержания добрососедства и профилактики межнациональных конфликтов, проводится в третий раз.

Издrevле на Северном Кавказе семьи, принадлежащие к разным народностям, родам и племенам, вступали в дружеские отношения. Сегодня куначество можно считать символом обратимости. Кунак – это почетный гость.

Гостями третьего этапа «Куначества» стали участники прошлого года проекта. Тимур Жиласов из Кахуна, Борис Кулиев из Яникоя и Денис Шевелев из Екатериноградской поделились впечатлениями от участия в проекте. Ребята рассказали, что дружат теперь не только между собой, но и семьями.

Реализация проекта в предыдущие годы вызвала широкий интерес. Сюжеты, посвященные этому событию, прошли как на местном телевидении, так и в эфире Первого канала.

В этом году проект охватил четырнадцать ребят из одиннадцати населенных пунктов. Это кабардинцы, балкарцы, русские, осетины и дагестанцы. Всем им от тринадцати до шестнадцати лет. Ребята отвечали на вопросы ведущих праздничного вечера об увлечениях, любимых школьных предметах, фильмах, которые они смотрят. А о том, чем хотят удивить своих гостей, они промолчали: сюрприз предпочли держать в секрете.

Всем участникам организаторы мероприятия – Министерство по делам молодежи и работе с общественными объединениями КБР, Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ) на Северном Кавказе и Общественная организация «Институт молодежных инициатив» – вручили Кодекс кунака и футболки с символикой проекта «Куначество».

(Окончание на 2-й с.)

Экономика

## КБР продолжает сотрудничество с Турцией

Внешнеторговый оборот в Кабардино-Балкарской Республике в 2010 году оценивается почти в 79,5 млн. дол. США. Более 82 процентов товарооборота республики приходится на страны дальнего зарубежья. Одно из лидирующих позиций среди торговых партнеров КБР занимает Турция.

В 2010 году стоимостные объемы экспортируемой в Турцию продукции составили 7,6, а импорт – 8,3 процента от общего экспортно-импортного товарооборота республики.

В основе импорта из Турции

оборудование для обработки резины, для производства и окраски тканей, пластмассы и изделия из них, печатные машины, рабочие инструменты, моющие средства, мебель.

Дальнейшему развитию внешнеэкономических отношений и упрощению взаимодействия граждан Кабардино-Балкарской Республики и Турецкой Республики будет способствовать вступившее в силу с 16 апреля соглашение между правительствами России и Турции об условиях взаимных поездок граждан обеих государств, подписанное 12 мая

2010 года в г. Анкаре. Соглашение базируется на стремлении развивать существующие дружеские отношения и сотрудничество между двумя странами в политической, экономической, торговой и культурной областях, укреплять тесные связи между народами двух стран. По упрощенному порядку взаимных поездок граждане могут пребывать в стране без виз 30 дней с даты въезда, сообщает Элеонора Карашаева из отдела внешних связей и связей со СМИ Минэкономразвития и торговли КБР.

АПК

## Прочная основа для развития

За три месяца поголовье крупного рогатого скота в Бахсанском районе по сравнению с аналогичным периодом прошлого года увеличилось и составило 35 тыс., в том числе 15200 коров, сообщает Залина Шомахова из пресс-службы администрации Бахсанского муниципального района.

С начала года произведено 1760 тонн мяса и 8500 тонн молока, что на одиннадцать и десять процентов больше, чем в 2010 году. Значительное развитие получило птицеводство. Производство яиц достигло рекордных показателей – 5963 тысячи штук.

Стабильно работают крестьянско-фермерские хозяйства «Конкурент», «Барисуль»,

«Токмаков». В КФК «Барисуль», к примеру, за три месяца произвели 166 тонн молока и 20 тонн мяса, у «Конкурента» эти показатели составляют 82 и 25 тонн соответственно.

«Первый квартал завершен успешно, заложена достаточно прочная основа для дальнейшего развития отрасли. От того, насколько умело будут проведены последние дни стойлового содержания скота и осуществлен переход на летнее содержание, в значительной мере зависит успешное выполнение прогнозных показателей текущего года», – отметил главный зоотехник Управления сельского хозяйства района Мухамед Ортанов.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

ВЫ МОЖЕТЕ ПОДПИСАТЬСЯ НА РЕСПУБЛИКАНСКИЕ ГАЗЕТЫ В ЛЮБОМ ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ

СТОИМОСТЬ ПОДПИСКИ:

«КБП» – 359 руб. 10 коп.

(индекс – 51530);

«ОКБ» – 177 руб. 42 коп.

(индекс – 51535)

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ



СУББОТА, 23 АПРЕЛЯ

Днем: +4 ... +7  
Ночью: +6 ... +8.

Облачно, небольшой дождь



РоссельхозБанк

Кабардино-Балкарский региональный филиал  
(www.rshb.ru)

ОАО «Россельхозбанк». Генеральная лицензия Банка России №3349.

Курсы обмена валют на 23 апреля 2011 г.

ПОКУПКА ПРОДАЖА

Доллар США	27.65	28.30
ЕВРО	40.35	41.00

Молодежь XXI века

# «Куначество» - в действии



Семьи Маргушевых и Топаловых.

**(Окончание. Начало на 1-й с.)** Кунак будет находиться в принимающей семье пять дней и участвовать в ее жизни, а также в проводимых в населенном пункте молодежных мероприятиях.

«Можно не сомневаться, что в ближайшем будущем в селах республики появятся не одна аллея дружбы, посаженная участниками акции в память об этом событии, а непродолжительное пребывание подростков в гостях друг у друга заложит фундамент дальнейшей дружбы

и взаимопонимания», – отметили организаторы.

Поздравили ребят с участием в интересном проекте и.о. заместителя Председателя Правительства Хауги Сохроков, и.о. министра по делам молодежи и работе с общественными объединениями КБР Борис Паштов, координатор образовательной программы Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) на Северном Кавказе Мурад Шишханов, председатель Комитета Парламента КБР Татьяна Хашхожева, представители

общественных организаций и духовенства, гости из соседних республик.

«Умейте дружить, и будьте верны дружбе», – напутствовали ребят старшие и высказали пожелание, чтобы «Куначество» было не просто проектом, а стало нормой жизни.

Своими выступлениями торжество украсили образцовый ансамбль танца «Нальчик», юные вокалисты Ислам Болаев, братья Бербековы, Юлия Роголева и другие.

Фото: Камила Толмурзаева.

Социум

## Сенатор провел очередной прием граждан

Член регионального политического совета, член Совета Федерации Ильяс Бечелов провел прием граждан по личным вопросам в региональной общественной приемной председателя партии Владимира Путина.

За время приема рассмотрено семь обращений, все поставлены на личный контроль сенатора.

Многочисленная группа из числа жителей с. Нижний Куркужин обратилась с просьбой оказать содействие в разрешении проблемы водоснабжения. На протяжении многих лет людям приходится ходить за питьевой водой за много километров от дома. После обращения в различные инстанции в проблемном микрорайоне пробурили скважину, но на этом дело остановилось.

«Будем серьезно работать над этой проблемой. Мы везде отработали, что все населенные пункты республики обеспечены водой, а на деле оказывается не так», – удивился сенатор и пообещал в следующий приезд лично посетить село и проверить ход работ.

Еще одно коллективное обращение поступило от жительницы микрорайона Александровка г. Нальчика. Строительство канализационного коллектора

было включено в республиканскую целевую программу реформирования и модернизации жилищно-коммунального комплекса КБР на 2009 год. Имеется проектно-сметная документация, жители готовы софинансировать проводимые работы. По данному вопросу документы будут направлены в Правительство КБР.

Депутаты Эльбрусского местного самоуправления сетуют, что в селении Бедьк, расположенном вдоль федеральной автодороги Баксан-Азау, нет сотовой связи. Сенатор пообещал направить запросы операторам сотовой связи и в Министерство промышленности, связи и информатизации.

Еще двум посетителям были даны обстоятельные разъяснения, информирует Мадина Шурдумова, начальник отдела агитации и пропаганды регионального исполкома.

«Вопросы, волнующие население, необходимо решать. Это даже не обсуждается», – заметил Бечелов.



Семьи Хагажеевых и Чочаевых.

Фото: Камила Толмурзаева.

Субботник

## Двести тысяч в поддержку старшего поколения

Жители Эльбрусского муниципального района приняли активное участие в общереспубликанском субботнике в поддержку старшего поколения, сообщает Алиса Тарим, пресс-секретарь местной администрации Эльбрусского муниципального района.

Сотрудники районной и сельских администраций, коллективы учреждений, организаций всех форм собственности, здравоохранения, культуры, образования и школьники вышли на улицы, чтобы привести в порядок свои населенные пункты. Взнос эльбрусцев в фонд субботника составит 200 тысяч рублей, которые планируется направить инвалидам и участникам Великой Отечественной войны, а также вдовам погибших воинов.

Дорога

## Девять километров в гравийном исполнении

Между Правительством Кабардино-Балкарской Республики и Федеральным дорожным агентством заключено Соглашение о предоставлении в 2011 году бюджету республики субсидии в рамках реализации Федеральной целевой программы «Юг России» (2008-2013 годы).

С учетом переходящих средств прошлого года это позволит направить на продолжение строительства и реконструкцию автодороги «Кисловодск – Долина Нарзанов – Джилы-Су – Эльбрус» из федерального и республиканского бюджетов более 170 млн. рублей.

В 2011 году на строящейся автодороге, которая обеспечит транспортно-хозяйственные связи Кабардино-Балкарии, Карачаево-Черкесии и Ставропольского края, а также доступность к целебным минеральным источникам и северному склону горы Эльбрус, планируется ввести в действие более девяти км дорог в гравийном исполнении, сообщает пресс-служба Министерства транспорта и дорожного хозяйства КБР.

КТО

## Изменен режим ограничения на передвижение транспортных средств

Приказом руководителя Оперативного штаба в КБР, начальника УФСБ РФ по КБР С. Кменного с 18 апреля до окончания контртеррористической операции по пресечению деятельности членов незаконных вооруженных формирований на части территории г.Нальчика, Баксанского, Чегемского и Черекского муниципальных районов, территории Эльбрусского района, изменен режим ограничения на передвижение транспортных средств в зоне КТО. Он установлен с полноты до 6 часов утра ежедневно вместо объявленного ранее с 21.00 до 6 часов.

*Единый информационный центр правоохранительных органов в КБР.*

Транспорт

## Модернизируют систему охраны железнодорожных вокзалов

Министерство транспорта и дорожного хозяйства КБР проводит дополнительные проверки предприятий транспортного комплекса по исполнению мер антитеррористической защищенности, сообщает пресс-служба ведомства.

Информация по результатам ранее проведенных проверок, в том числе объектов железнодорожной инфраструктуры, была направлена в структурные подразделения «Российских железных дорог». На обращение по вопросу оборудования инженерно-техническими средствами охраны объектов ОАО «РЖД» ответил вице-президент компании Александр Бобрешов.

Он поблагодарил министра транспорта и дорожного хозяйства КБР Ануарбия Суншева за внимание, уделяемое вопро-

сам обеспечения безопасности объектов железнодорожного транспорта, и сообщил, что компания «вкладывает значительные средства в их оснащение современными системами технических средств охраны и в модернизацию существующих систем». Так, модернизация технических средств охраны железнодорожных станций «Нальчик» и «Прохладная» предусмотрена проектом «Транспортная безопасность» инвестиционной программы ОАО «РЖД» в 2012-2013 годах.

Закон

## За злоупотребление доминирующим положением

Управление ФАС России по КБР наложило на ООО «Русчегемвод» штраф в размере 100 тысяч рублей за злоупотребление доминирующим положением, сообщает Карина Оркаасова.

Дело об административном правонарушении возбуждено по факту злоупотребления обществом своим доминирующим положением, результатом которого явилось ущемление интересов машиностроительного завода «Троттер». Завод обратился в управление с жалобой на действия «Русчегемвод», которое, уклоняясь от участия в приемке узла учета «Троттера» и не выдавая технические условия для осуществления присоединения к сетям водоснабжения и водоотведения, не исполнило свои обязанности, ущемив тем самым права предприятия, установленные Правилами пользования системами коммунального водоснабжения и канализации в РФ.

В результате анализа ситуации на рынке услуг по сбору, очистке и распределению воды в географических границах г. Чегема Чегемского района КБР выяснилось, что общество «Русчегемвод» занимает доминирующее положение на этом рынке и обязано соблюдать запреты и ограничения, установленные антимонопольным законодательством.

На основании решения Комиссии Управления ФАС России по КБР о признании ООО «Русчегемвод» нарушившим статью 10 Закона о защите конкуренции возбуждено дело об административном правонарушении и вынесено постановление о наложении на него штрафа в размере 100 тысяч рублей.

К 90-летию «КБП»

# Мать Тереза журналистской молодежи

Джамиля ХАГАРОВА

Элла Онищенко – удивительный человек. Коллеги то ли в шутку, то ли всерьез называли ее матерью Терезой для всей редакционной молодежи. Сейчас, наверное, уже нет журналистов, которые бы так бескорыстно и терпеливо помогали молодым сотрудникам осваивать азы профессии.

Познакомились мы с Элллой Петровной 15 лет назад. Я была уже человеком достаточно взрослым, с семьей, со стажем работы в школе, когда стала сотрудничать с республиканскими печатными изданиями. Писала небольшие новостные заметки, очерки. Наконец решилась попроситься в штат «Кабардино-Балкарской правды». Тазал Машуков, в то время возглавлявший главную газету республики, решил устроить мне двухмесячный испытательный срок: «Посмотрим, как ты справишься с нашим редакционным планом по строчкам». Определил в отдел писем к Элле Петровне. Она сразу взяла меня под свое крыло. Увидев, что я волнуюсь, сказала тоном, не терпящим возражений: «Абсолютно ни за что не беспокойся, даже не думай, а я у тебя что-то может не получится. А я на что?». И правда, мне это придало уверенности. Днем бегала по городу в поисках информации, по ночам писала и, перевыполнив план, добилась зачисления в штат «КБП». Элла Петровна так болела за меня, подбадривала и старалась наилучшим образом отредактировать мои первые откровенно слабые журналистские работы, что проиграть этот своеобразный профессиональный марафон было невозможно. Я очень благодарна ей за это, и не только я, но и многие журналисты, которые учились у нее не только профессии, но и благородству человеческих взаимоотношений, дружбе, отзывчивости, честности, бескорыстии.

Она никогда не была тщеславна, хотя этой болезнью страдает большинство публичных творческих людей. Могла практически заново переписать неудачную статью очередной ученицы и подписать ее именем, несмотря на то, что автором фактически была она сама. Из своего большого профессионального опыта хорошо знала: для начинающего журналиста увидеть в

утреннем номере свою фамилию под добротной статьей – лучшая мотивация к творческому росту. Зачастую «подкидывала» своим «детям», как она любовно называла стажеров, интересные темы, сама звонила и договаривалась об их встречах с будущими героями очерков, интервью и статей. Так она однажды нашла телефон великого дирижера Юрия Темирканова и буквально заставила меня позвонить ему и пригласить на интервью.



Фото Камиллы Толгурова

К моему ужасу, он согласился, а я испугалась: в газете работаю без году неделя, справлюсь ли. Элла Петровна меня успокоила: «У тебя есть преимущество – свежесте восприятия, искренний интерес к собеседнику, а мы сейчас вместе подготовим вопросник, да и диктофон есть, все запишем». Встреча с маэстро произвела на меня огромное впечатление. Потрясающий собеседник – искренний юмор, интеллигент до мозга костей, при этом лишенный всяческого снобизма, говорит просто, свободно, откровенно. Интервью получилось интересным и очень объемным – практически на всю большую газетную полосу, да еще с прекрасными портретами дирижера в исполнении фотографа Артура Вологитрова.

В любой спорной ситуации, которых в творческих коллективах возникает немало, Элла Петровна защищала

своих корреспондентов. «На Кавказе не принято оставлять своих в беде. Когда человек прав, легко принять его сторону, а ты вступишь за него, когда он не прав», – говорила она. Всегда гордилась Кабардино-Балкарией, тем, что живет в такой прекрасной, дружной республике, гордилась грузинскими корнями. Ее отзывчивость и стремление помочь ближним порой доходили до абсурда – она могла достать из кошелька последние деньги и отдать какой-нибудь очередной нуждающейся женщине, принесшей письмо в редакцию. Целыми днями звонила чиновникам, убеждала, спорила, объясняла, но добивалась, чтобы восстановилась справедливость, кому-то оказали помощь, где-то починили протекающую крышу или водопровод. При этом страшно стеснялась просить что-то для себя. Никогда не думала о плане по строчкам, хотя от этого зависела ее зарплата, но будучи виртуозным профессионалом, мастерски владеющим художественным словом, могла за пару часов набрать тысячу строк великолепного текста, целую полосу, причем каждое слово шло из сердца. Это ее особенное свойство отмечали все – так говорили о людях, с такой теплотой и душевностью могла только она. Сейчас так уже не пишут...

Работа журналиста очень сложна и зачастую неблагодарна. Оценить ее объективно, без предвзятости может даже не каждый специалист. Как говорила Элла Петровна, мы же не детали на заводе выпускаем. Тем не менее профессиональные заслуги Эллы Петровны нашли безоговорочное признание – она заслуженный журналист КБР.

Она давно на пенсии, и сейчас ей живется непросто, да и со здоровьем проблемы, но она стойко, с достоинством переносит выпавшие ей испытания. У нее растет прекрасный внук, которому она отдает все тепло и заботу.

Уважаемая Элла Петровна! Мы искренне, от души поздравляем вас с днем рождения! Желаем, чтобы все невзгоды как можно скорее ушли в прошлое, побольше вам здоровья, радости, крепости духа! Хотим вас заверить: мы своих не бросаем и готовы всегда прийти к вам на помощь. Ведь вы нас этому и учили...

Опрос



## Ваши любимые книги?

**Салим Жанатаев, депутат Парламента КБР:**  
– Наверное, я романтик – люблю книги о путешествиях и приключениях, но не фантастику. С хорошей книгой могу просидеть день напролет, не замечая времени. В юности с удовольствием прочел «Войну и мир». «Как закалялась сталь» перечитывал многократно. До сих пор мне нравятся Конан Дойл, Даниэль Дефо, Фенимор Купер.

**Наталья Шинкарева, председатель общества книголюбов Кабардино-Балкарии:**

– На каждом настроении своя любимая книга. Когда хочется отвлечься от действительности – «Кентерберийские рассказы» Джеффри Чосера. Просто почитать обожаю Бабеля. Люблю читать Шекспира, но не в оригинале, а в переводе Пастернака. Из местных авторов: Борис Чипчиков («Мы жили рядышком с Граалем»), Мухамед Емужев («Ночь Кадар»), Мадина Хакушева («Дорога домой»).

**Асланбек Бекулов, руководитель секретариата руководителя Администрации Президента КБР, член Президиума общества книголюбов Кабардино-Балкарии:**

– Мои любимые писатели – Ремарк, Искандер Долатов. Из творчества местных авторов нравятся поэзия Алима Кешокова и проза Виктора Котлярова, особенно «Неповторимый Нальчик» и «Живописная Кабардино-Балкария». «Триумфальную арку», «Черный обелиск» и «Ночь в Лиссабоне» перечитываю часто, каждый раз глубже понимаю автора и становлюсь духовно богаче.

**Юрий Балкаров, заслуженный артист КБР:**  
– На каждом этапе жизни свои пристрастия. Сейчас мне интересен Игорь Груберман, не только его миниатюры, но и более крупные произведения. Очень глубокий автор. Он прикрывает юмором, но в его творчестве присутствует бездонная душа и философия космического масштаба.

**Тимур Азаров, министр культуры Молодежного правительства КБР:**

– В детстве зачитывался произведениями Джека Лондона. В старших классах предпочтительно отдавал русской классике. Сегодня времени хватает в основном на профессиональную литературу. В свободное время нередко перечитываю произведения моих любимых авторов – Пушкина и Лермонтова.

**Зура Созаева, победительница республиканского конкурса «Учитель года» в номинации «Самый классный классный»:**

– Любимые произведения – «Идиот» Достоевского, «Алхимик» Коэльо. Очень близка поэзия Гамзатова и Зумакуловой.

**Фарида Бейцуква, музыкальный работник детского сада:**

– «Горе от ума» Грибоедова. Это произведение настолько любимо народом, что он давно «растаскил» его на цитаты.

**Тая Куантова, сотрудница Нальчикского завода высоковольтной аппаратуры:**

– Я, наверное, все люблю, кроме детективов и дамских романов. Но если говорить о конкретном произведении, пожалуй, первое, что приходит на ум – «Мастер и Маргарита» Булгакова.

**Хажидаут Бечев, актер Балкарского театра:**

– «Старик и море» Хемингуэя – произведение, которое я перечитывал много раз. С детства влюблен в творчество этого писателя. Были времена, когда читал художественную литературу каждый день. Сейчас в основном времени хватает на газеты и журналы.

**Галина Скорикова, пенсионерка:**

– Если начну перечислять – Фет, Тютчев, Куприн, Бунин – вы решите, что я вообще в книжных магазинах не хожу, новинками не интересуюсь, а довольствуюсь тем, что мои родители да бабушки с дедушками в свое время покупали. Дело не в этом: просто тот «продукт», который нам предлагали современные писатели, мне как-то не по вкусу.

**Максим Швецов, школьник:**

– Их много, но «Гарри Поттер», наверное, самое любимое произведение. Могу открыть любую книгу хоть с середины и перечитывать его каждый день.

Дата

## За приобщение к чтению

Ирина БОГАЧЕВА

Праздник читающей публики был учрежден ЮНЕСКО в 1995 году, подчеркивая важность книг в нашей жизни и уважение тем, кто избрал своим призванием приобщение людей, особенно молодежи, к этому занятию.

В Кабардино-Балкарском обществе книголюбов, которое уже многие годы работает под руководством Натальи Шинкаревой, сложилась хорошая традиция собираться в канун 23 апреля, чтобы вспомнить добрые дела, посвященные пропаганде книги и чтения, поблагодарить всех, кто причастен к этой работе.

Дипломы Международного союза книголюбов и подарки от республиканского Общества книголюбов на собрании вручены тем, кто вносит большой вклад в пропаганду книги и чтения: руководителю секретариата руководителя Аппарата Президента КБР Асланбеку Бекулову, историку и писателю Сафарби Бейтуганову, главному редактору «КБП» Сусанне Мезовой, члену Совета женщин г. Нальчика Зое Фокичевой, а также 4-й

и 29-й нальчикским гимназиям, 5-й и 27-й школам. Дипломы, грамоты и книги вручены республиканским библиотекам – детской, юношеской, городской, студентам колледжа дизайнера КБГУ, педагогам и ученикам школ.

Руководство вуза благодарно Обществу книголюбов КБР за пополнение фонда библиотеки актуальными во все времена изданиями, – сказала директор библиотеки КБГУ Роза Уначева.

Добрые пожелания в адрес организации высказали Асланбек Бекулов, главный редактор детского журнала «Солнышко» Елена Накова, директор Централизованной библиотечной системы г. Нальчика Людмила Машукова. Концертные номера в исполнении студентки института искусств Марины Пачевой украсили программу встречи. В подготовке и проведении праздника, посвященного Дню книг, большую помощь оказали депутат Парламента КБР Владимир Кебеков, депутат Совета местного самоуправления городского округа Нальчик Руслан Шумахов, предприниматели Аслан Пачев, Римма Эльдарова, Рамазан Аббев.

Вопрос-ответ

## Кастинг для мам

«Слышала, что проводится отбор претенденток на конкурс «Миссис КБР». Хотела бы в нем участвовать, но куда обращаться, не знаю.

Тамара Кушхова, г. Нальчик».

Отвечает руководитель студии «Молодежь и кино» Мадина Докшокова:

– До 22 апреля проводится кастинг претенденток на участие в конкурсе «Миссис КБР» – для женщин, состоящих в браке. Организаторы – киностудия «Молодежь и кино» совместно с Молодежной палатой при поддержке Комитета Парламента по СМИ. Физические параметры участниц большой роли не играют. Главная цель, которую мы преследуем, – показать красоту духовную, подчеркнуть вечное значение семейных ценностей, познать общечеловеческие, замечательными женщинами, хранительницами домашнего очага, воспитывающими достойных сыновей и дочерей. Позвонить нам можно по телефонам: 47-42-28, 8-928-713-28-07, с условиями участия в конкурсе – ознакомиться на сайтах [sk07.ru](http://sk07.ru) и [kbr-time.ru](http://kbr-time.ru).

Из жизни звезд

**Басир ШИБЗУХОВ:****Все мы самобытны и уникальны**

Борис БОРИСОВ

Гость нашей рубрики заслуженный артист России, художественный руководитель Кабардинского государственного театра драмы им. Али Шогенцукова, актер и режиссер Басир Шибзухов считает, что в профессию пришел случайно, хотя, по сути, все в этой жизни закономерно. Судьба ведет каждого из нас единственной возможной дорогой.

— Я учился в школе вместе с Валентином Камерговым, который решил поступать в театральный вуз. Неожиданно для самого себя последовал его примеру, — вспоминает Басир.

Наш собеседник учился в легендарной «Щуке», но нашел себя там далеко не сразу. Сама энергетика вахтанговского театра, великие актеры, блестящие премьеры — все это было новым и неожиданным, и в немалой степени выбивало из привычной колеи.

— До приезда в Москву, я и в настоящем-то театре ни разу не был, — признается актер. — О сцене имел довольно смутное представление, и вдруг такие столпы, как Ульянов, Яковлев, Борисова. Нам преподавали люди, помнившие самого Вахтангова. Например, Цецилия Мансурова была в его театре прямой и первая исполнила роль принцессы Турандот. Я застал супругу Бориса Щукина и многих других представителей русской сцены.

Щукинское училище стало для наших земляков прекрасной школой. Вместе со своим руководителем Леонидом Калиновским студентами из Кабардино-Балкарии поставили восемь дипломных спектаклей — начиная от трагедий Еврипида и заканчивая пьесами Вампилова и современной французской драматургией.

— Леонид Владимирович занимался со студентами серьезно. Нам повезло — очень важно, когда преподаватель — яркий, талантливый человек, влюбленный в свою работу. Кроме того, в училище была замечательная традиция —



Фото Артура Елканова.

старшие студенты опекали первокурсников. Над нами взяли шефство Наташа Варлей, Костя Райкин, Наташа Гундарева, Юра Богатырев, и мы целый год очень тесно общались. Именно благодаря этим ребятам, ставшим впоследствии знаменитостями, я понял, что сделал правильный выбор, — продолжает Басир Шибзухов.

По большому счету, наш гость — счастливый человек. Судьба подарила ему встречи с людьми, беззаветно преданными сцене. По возвращении домой молодой актер пришел в кабардинскую труппу, где в то время работали великие актеры — Мухарби Сонов, Тимофей Жигунов, Али Тухужев, Мурат Болов, Куна Дышекова, Калиса Балкарова, Буха Себекова. Они видели постановки Станиславского, Немировича-Данченко и впитали в себя традиции и культуру театральной школы. По словам актера, для них театр стал храмом, божеством, которому они беззаветно служили.

В театре Басир сыграл немало ролей. Помимо этого, много и успешно работал в кино. Как заметил актер, у этого искусства совершенно другая специфика: «Кино сиюминутно. Если в театре актер вживается в роль, разминается, выстраивает мизансцены, то в кино все происходит гораздо жестче и быстрее».

Дебют молодого артиста состоялся на осетинской киностудии благодаря его однокурснику Руслану Фи-

рову. «Оглянись — найдешь друзей», «Лакумы по-чегемски», «По следам Карабаира», «Вершины не спят», «Снег в октябре», «Дело чести», «Черкес» — вот далеко неполный список фильмографии Басира Шибзухова. К слову сказать, своим имиджем актер тоже обязан кино. Как-то раз на съемочной площадке ему клеили бороду. Пример перестаралась и сожгла артисту кожу на лице. Именно после этого Басир отпустил бороду, без которой представить его сегодня просто невозможно.

Его супруга тоже работает в театре. Зрители знают ее как Бэлу Бжемукову, хотя официально актриса носит фамилию мужа.

— От театра мы абстрагироваться не умеем, — улыбается Басир. — Приходя домой, продолжаем говорить о работе. Слушая наши разговоры, дети часто шутят: это диалог из какого спектакля?

Дети у Шибзуховых уже взрослые. Сыну 35, он юрист. Дочь окончила факультет сервиса и туризма, сейчас живет в Турции. Зная, как нелегко труд актера, родители не желали детям такой участи, хотя у дочери были актерские задатки, да и сын подумывал о том, чтобы стать режиссером.

Басир — человек коммуникабельный. Круг его общения достаточно широк. Среди его знакомых люди самых разных профессий, что касается друзей — их не бывает много.

Актер не подвержен стереотипам. Это касается разных вещей, в том числе и одежды. По случаю он может надеть строгий костюм, но чаще выбирает свободный стиль.

В завершение нашего разговора Басир сказал:

— В современном мире нам пытаются навязать массу вещей, но, как мне кажется, лучше чтить наши обычаи, традиции, культуру. Не надо никому подражать, все мы самобытны и уникальны. Хочется, чтобы у каждого из нас хватило воли остаться порядочным человеком. Жить, воспитывать детей, радоваться жизни — по-моему, это самое главное.

Наши земляки

**«А ты, случайно, не модель?»**

Марьяна БЕЛГОРОВА

Если бы несколько лет назад Али Шаваеву сказали, что он падает в модельный бизнес, — рассмеялся бы. Сегодня его жизнь перевернулась с ног на голову — он участвует в показах и фотосессиях для журналов.

— У меня и мысли не было, что я могу стать моделью: не мечтал, не думал об этом, и в какой-то степени был даже противником немужской профессии, хотя всегда тяготел к славе, — признается молодой человек.

Почти все известные модели-мужчины оказались в модельном бизнесе случайно, Али — не исключение. В 2008 году в социальных сетях он познакомился с Викторией Лытневой, которая на его приветственное сообщение сразу же задала вопрос: «А ты, случайно, не модель?»

— Через какое-то время мы встретились с Викой, и она решила сфотографировать меня. Кстати, с этого и началась ее карьера фотографа, — улыбается Али. — Позже узнал, что проводится акция «Стать звездой», главным призом которой была фотосессия в глянце-вом журнале. По Интернету отправил для участия свои фотографии, и меня пригласили на фотосессию. Так оказался в Москве, где и нахожусь уже четыре месяца.

Родителям было нелегко принять решение сына стать моделью. Они считали эту работу мало-бюджетной и не хотели, чтобы он бросал учебу в КБГУ.

— Когда мама с папой узнали, сколько обычная модель может получить за показ или фотосессию, меня отпустили, — смеется молодой человек. — Кроме того, я собираюсь продолжать обучение в столице.

О пресловутой конкуренции среди моделей-мужчин Али неизвестно. Скорее всего это связано с тем, что в модельном бизнесе задействовано не столь много представителей сильного пола.

— Заказчикам чаще всего нужны определенные типы, — рассказывает модельмен. — Два месяца назад я пришел на кастинг «Сбербанка», а мне с порога кричали: «Вы не подходите!». Сейчас работы хватает: прошел кастинг двух торговых марок, приглашен на их показы в качестве модели. Второго апреля участвовал в показе молодого дизайнера на Volvo-Неделе моды.

Али не скрывает, что получает

удовольствие от своей работы, и даже затрудняется передать словами ощущения, которые испытывает, когда делает первый шаг на подиум. При этом всегда переживает, как бы не подвести людей, которые выбрали его. Самый сложный момент, по его словам, — терпеть придирки заказчиков.

Сейчас парень не может сказать, сколько еще будет моделью. Он намерен вложить заработанные деньги в собственное дело, если получится совмещать бизнес с участием в показах и фотосессиях.

Когда я спросила Али, о чем он мечтает, молодой человек вдруг призадумался:

— В моих мыслях с мечтами начали смешиваться реальные цели. Можно я ничего не буду горевать?



Фестиваль

**Народные песни поют и стар и млад**

Варвара ШЕСТАКОВА

Программа концерта, который состоялся в Доме культуры г. Чегема, полностью войдет в заключительный этап Республиканского фестиваля-конкурса адыгской народной песни имени народного артиста КБР Зрамука Кардангушева.

На сцене предстал старинный кабардинский дом, вокруг очага расположились артисты, которые по очереди исполняли любимые народные произведения. Песенная переключка, завязанная в единую композицию, была настолько

гармоничной, что, вопреки положению о проведении конкурса-фестиваля об отборе только двух исполнителей для республиканского этапа, комиссия приняла особое решение.

— В конкурсе приняли участие совершенно новые исполнители, которые впервые вышли на сцену, — отметила зав. отделом культуры Чегемского района Лариса Ворокова. — Наряду со старейшинами — Хачимом Кодзоковым и Хазраилом Семеновым старинные кабардинские песни пели и молодые Ахмед Кибисhev, Жамболат Бетуганов. Людям разных поколений близка и

понятны мелодика произведений, созданных народом, лирика и трагизм стихов. Тепло принимала публика выступление лауреата фестивалей исполнителей адыгской народной песни заслуженного артиста КБР Алихана Мулаева. Вокальная группа ансамбля «Чегемские водопады» сопровождала пение солистов, придавая каждому номеру эпическую широту и емкость. Она станет полноправным участником сводного концерта в мае, когда в столице республики пройдут победители районных этапов фестиваля, названного в честь человека, служившего идеалом высокой духовности.

Конкурс

**Кабардинские мелодии в произведениях Прокофьева**

Ирина БОГАЧЕВА

Заключительный этап республиканского конкурса по теории и истории музыки, посвященный творчеству Сергея Прокофьева, состоялся в колледже культуры и искусств СКГИИ.

В творческом состязании приняли участие команды-финалисты Баксанского, Урванского и Терского районов. Терчане одержали уверенную победу. Среди малокомплектных школ лучшими оказались представители Чегемского района.

Как пояснил руководитель проекта, директор Республиканского учебно-методического центра по образованию в сфере искусства Беслан Бербеков, в конкурсе приняли участие команды детских музыкальных школ и школ искусств. В период подготовки к творческому состязанию дети слушали много

музыки, им особенно интересно было узнать, что первые страницы всемирно известной оперы «Война и мир» Прокофьев сочинил в Нальчике. В начале Великой Отечественной войны многие московские деятели культуры были эвакуированы на Кавказ. В 1941 году Прокофьев, погрузившись в атмосферу горских мелодий, сочинил музыку для камерно-инструментального ансамбля на кабардинские темы.

— Осознав, что Кабардино-Балкария оставила определенную веху в творчестве великого композитора, ребята начинали воспринимать его сочинения как нечто близкое, понятное, имеющее отношение к родному краю. Более очевидным стало для них единство музыкального пространства нашей страны и всего мира, — считает организатор конкурса, преподаватель музыкальных школ Нальчика Алла Родичкина и Валерия Торопова.

## Театр

## На что способны любящие женщины



Фото Камалы Толмурова.

об убийстве хозяина вносит сумятицу в предпраздничную атмосферу. Восемь женщин – сильных, умных, жизнелюбивых, но эгоистичных начинают расследование. Сразу становится ясно, что убийство совершил один из тех, кто был в доме и он представляет угрозу для оставшихся. Так кто же испортил праздник: хозяйка дома, эгоистичная Габи (Жанна Хамукова – на снимке), одна из ее дочерей, юная проказница Катрин (Фатима Хавпачева) или приехавшая из Англии Сюзон (Марина Ташева)? Кроме них мотивы для убийства были у бабушки (Куна Жакамухова) и инфантильной сестры Габи – Огюстины (Людмила Шерметова), ведь им принадлежит часть акций, которую так хотел получить отец семейства. Еще в доме живут две служанки Луиза (Фатима Макоева) и Шанель (Тамара Балкарова), которые



Фото Камалы Толмурова.

Лариса РАННАИ

В Кабардинском театре имени Али Шогенцукова состоялась премьера трагикомедии «Восемь любящих женщин» французского писателя и драматурга Роббера Тома в постановке заслуженного деятеля искусств РФ Руслана Фирова. На премьере присутствовали супруга Президента КБР Фатима Канокова, председатель Правительства республики Иван Гергер с супругой, министр культуры Руслан Фиров, советник Президента Аминат Уйнаева.

Роббер Тома известен российскому зрителю по двум популярным советским фильмам, поставленным по мотивам его произведений «Ищите женщину» и «Ловушка для одинокого мужчины». Что касается «Восьми любящих женщин», известный французский режиссер Франсуа Озон снял фильм, в котором среди прочих были заняты такие звездные актрисы, как Катрин Денев и Фанни Ардан.

Действие спектакля разворачивается в доме преуспевающего коммерсанта накануне Рождества. Известие

## Встреча

## Познавательный диалог

Лариса ФАВОРСКАЯ

В школе № 2 города Нарткалы, чтобы заинтересовать детей историей родного края, его культурой, привить любовь к краеведческой литературе, произведениям местных авторов, систематически проводятся мероприятия, посвященные писателям, художникам, музыкантам.

На днях здесь состоялся литературный вечер, посвященный памяти народного писателя КБР, заслуженного работника культуры РФ, долгое время возглавлявшего литературный журнал «Ошхамахо» Бориса Утижева. Поговорить с ребятами об их талантливом земляке пришли доктор филологических наук, профессор Андрей Хакушев, главный редактор

также могли совершить преступление. Каждая из них хочет выяснить, кто же убийца. Зритель тоже пытается не потерять нить семейного расследования, но то и дело сбивается, обвиняя и тут же оправдывая то одну, то другую участницу событий.

С появлением сестры убитого Пьеретты (Жанна Тхашугоева) все запутывается еще больше. В конце концов выясняется, что хозяин жив и весь этот спектакль затеяла младшая дочь Катрин. Она рассказывает, как тяжело живется отцу, ведь о нем никто не думает, всем от него нужно лишь одно – деньги. Каждый, казалось, на минуту задумывается о своей жизни, характере отношений к близким людям. И все бы могло хорошо закончиться, если бы весь процесс домашнего расследования не слышал из-за закрытой двери отец семейства. И пока народ думает в комнате раздается выстрел...

Спектакль захватывает с первых же минут. В этом большая заслуга не только режиссера и актеров, но художника-постановщика Хасана Пшихачева, художника по костюмам Рузаны Дацеровой.

журнала «Ошхамахо» Кашиф Эльгаров.

Диалог школьников и гостей получился интересным и познавательным. Ведь Борис Кунеевич был личностью разнообразно развитой, ярким представителем научной и художественной интеллигенции республики. Он был известен как журналист, педагог, один из авторов толкового и фразеологического словарей кабардино-черкесского языка. Талантливый писатель работал в разных литературных жанрах. Широко известны его драматургические произведения «Тыргатао», «Дамалей», «Князь Кучук» и другие. Ученики подготовили сценки из произведений Бориса Утижева, глубина которых благодаря артистизму исполнителей вызвала море положительных эмоций.

## Интервью по поводу

**Эдуард МАЗЛО:**

## Лучше всего мне живется и работается здесь

Лариса ШАДУЕВА

В жизни каждого художника наступает момент, когда возникает необходимость кардинально сменить обстановку. Эдуард Мазло первый раз поехал в Италию, пробыл там восемь месяцев. По словам художника, это была информативная поездка. Спустя год художник вновь посчастливилось побывать в этой удивительной стране.

– Эдуард, как работало и жило в «священной земле Рафаэля»?

– Лучше всего мне живется и работается здесь, но художник находится в вечном поиске, потому ему важно периодически выезжать куда-то, не суть важно, далеко или близко. Я два раза по восемь месяцев был в Италии. Когда поехал во второй раз, не ставил никаких задач.

– Тогда чем было продиктовано ваше желание снова посетить эту страну?

– В Италии живет и работает мой друг художник Тимур Мамбетов. У него большая студия в центре, и я там делал небольшие выставки, после них поступали предложения на более крупные вернисажи. Главной задачей для меня было разобраться с собой, своими замыслами.

– Что характерно для современной итальянской художественной школы?

– Если говорить о художниках, они находятся в погоне за внешним эффектом, забыв о том, что без внутреннего содержания не может быть искусство.

– Если нет содержания, формы, для чего все делается?

– Дело в том, что сейчас кризис наблюдается не только в экономике, но и в искусстве. Попадают, конечно, отдельные самородки, которые чувствуют время, стараются соответствовать его вызовам, но они между собой практически никак не связаны. Говорить о каких-то движениях в области живописи вообще не приходится. Мы в этом плане очень отличаемся.

– Но это, наверное, всего лишь движение в рамках республики, а не прорыв в мире?

– Известно, что на земле существуют зоны, в которых по каким-то неведомым нам принципам проявляется некая сила, выражающаяся через определенные действия. Задача человека улавливать эти информационно-энергетические потоки и трансформировать их. Наши люди сегодня более открыты к таким процессам. Видимо, причина моей второй поездки заключается в том, что я выработал для себя какое-то поле здесь... В Италии иное пространство, в котором, естественно, и работаете по-другому. С адаптацией у меня не было никаких проблем, однако работать было непросто, поскольку энергии приходилось затрачивать гораздо больше, чем в Нальчике.

– Дома ведь и стены помогают?

– Видимо, все дело в атмосфере. Почему в конце XIX века все художники в Париж стремились? Да потому, что там была наибольшая степень воздействия этой энергии. Сегодня она концентрируется здесь, на Кавказе.

– Как себя чувствовали в Италии?

– Мягко говоря, не совсем комфортно. Не нравятся многие вещи, к примеру, как устроены города. Они на первый взгляд кажутся красивыми, но жить в них как-то неуютно. Я, например, по простовости некоторого времени стал чувствовать, что меня что-то угнетает. Начал анализировать... В городе Анкона, в котором я жил, сплошь камни, старые, очень узкие улочки, перегруженные декором дома. Ездил на море, там чуть отдышался. Потом, думаю, дай-ка поеду в поле, хоть какой-то простор почувствую... Часа полтора ехали по трассе на машине. Вышел, пошел в поле... А поле – частное и ходить по нему



Фото Камалы Толмурова.

нельзя... То есть уйти от камней города некуда.. Давление нечем снять. Все время кажется, что кто-то за тобой смотрит.

– А бросить все и уехать?

– Могу. Я просто должен был дойти до того состояния, когда понимаешь, что должен вернуться домой и работать.

– Сомнений нет никаких?

– Сомнения есть всегда, без них невозможно. Главное, чтобы работа тебя отпустила, а если она держит, значит, что-то не доделано, не доказано. Благодарен судьбе, что так случилось. Если бы пришлось выбирать куда поехать, гораздо интереснее было отправиться на Восток, в Азию, Африку, где не убито еще живое, настоящее, примерно как у нас.

– Но и мы к этому идем...

– Нальчик – самый лучший город по конструкции. Тут дышится вообще потрясающе.

– Возможно, это наше субъективное мнение?

– Конечно, каждый может говорить, что его город самый лучший. Но я смотрю не с такой позиции. Просто приехал и надыхаться не могу.

– Невозможно объяснить, почему любишь...

– Здесь все сконструировано удачно – расположение улиц, домов и прочее, что связано с определенными вещами, создающими мир, в котором человеку очень комфортно существовать. Конечно, не все нравится, и я бы у тех же итальянцев многому поучился. Я жил в центре, в квартале ремесленных мастерских – ювелиров, сапожников, портных... Часами наблюдал, как сапожник вручливо делал туфли. Потрясающее зрелище, точно так же ювелир. Отношение к работе у них иное, более основательное. Нас вроде бы тоже нельзя упрекнуть в несерьезном отношении к делу, но какие-то моменты у нас «соскакивают» на половине пути, и результат оказывается не тот, который хотелось бы видеть.

– А итальянцы чему могли бы поучиться у нас?

– Трудно сказать. Но, думаю, что они первым делом обратят внимание на человеческий фактор, более теплые отношения между людьми. Это сразу заметно. Мы привыкли к ним и не замечаем. Западный мир выстроен таким образом, что в основе всего лежат деньги. И я ничего нового в этом плане не скажу. Здесь, слава Богу, еще нормально.

– Чего не хватало все это время в Италии?

– Вас всех. Хорошо везде побывать, но всегда возвращаться в Нальчик.

Моя улица

## Главный космический конструктор

Анна ГАБУЕВА

«Космических» улиц в нашем городе немало, о многих мы уже рассказывали. Сегодня речь об улице, названной в честь генерального конструктора космической техники.

Выдающийся конструктор и ученый, работавший в области ракетной и ракетно-космической техники Сергей Королев родился 12 января 1907 года в г. Житомире, в семье учителя. Еще в школьные годы он отличался исключительными способностями и неукротимой тягой к авиационной технике. В 17 лет он разработал проект безмоторного самолета К-5.

Поступив в Киевский политехнический институт, Королев за два года освоил общие инженерные дисциплины и стал спортсменом-планеристом. Продолжив обучение в Московском высшем техническом училище, получил известность как способный авиаконструктор и опытный планерист. Спроектированные им и построенные летательные аппараты – планеры «Коктебель», «Красная Звезда» и легкий самолет СК-4, предназначенный для достижения рекордной дальности полета, – показали незаурядные способности Королева. Особенно его увлекали полеты в стратосфере и принципы реактивного движения. В сентябре 1931 года Королев и талантливый энтузиаст в области ракетных двигателей Цандер добиваются создания в Москве Группы изучения реактивного движения, которая становится по существу государственной научно-конструкторской лабораторией по разработке ракетных летательных аппаратов, в которой создаются и запускаются первые баллистические ракеты.

На базе московской группы и ленинградской Газодинамической лаборатории основывается Реактивный научно-исследовательский институт под руководством И. Клейменова. С. Королев назначается его заместителем. В 1936 году удалось довести до испытаний крылатые ра-

кеты: зенитную с пороховым ракетным двигателем и дальнюю с жидкостным ракетным двигателем.

В 1938 году, в разгар репрессий, по ложному обвинению Королев был арестован и осужден на десять лет. В заключении под руководством А. Туполева он принимал активное участие в создании и производстве фронтового бомбардировщика Ту-2 и одновременно разрабатывал проекты управляемой аэроторпеды и нового варианта ракетного перехватчика. Это послужило поводом для перевода Королева в 1942 году в другую организацию лагерного типа при Казанском авиазаводе №16. С. Королев занимается ракетными двигателями: сокращением длины пробегов при взлете и повышением скоростных и динамических характеристик самолетов во время воздушного боя.

За работу, имевшую важное оборонное значение для страны, его по личному письму Берии освобождает досрочно в августе 1944 года. В январе 1947-го он успешно проводит испытание ракет, сразу многократно увеличивших мощь Вооруженных Сил СССР.

В 1957 году была спроектирована ракета «Р-7», при помощи которой на орбиту был выведен первый в

мире искусственный спутник Земли. 12 апреля 1961 года эта же ракета обеспечила полет Гагарина. На ней прорвались во Вселенную и первая женщина-космонавт В. Терешкова, и А. Леонов, совершивший в марте 1965-го первый в истории выход в открытый космос. Главный конструктор скончался в 1966 году, похоронен у Кремлевской стены.

Преподаватель русского языка Инна Умова поселилась на улице Королева девять лет назад, переехав в дом супруга.

– Мы сразу познакомились с соседкой Таней Хиценко и очень тесно дружим с тех пор, – говорит Инна. – Скоро мы будем переезжать, и очень жаль расставаться, хотя, конечно, дружба наша не закончится. Добрые отношения у нас и с соседями Емашевыми. Мы вместе водим детей в школу, и если я не успеваю к концу уроков, всегда могу на них положиться. Должна сказать, что на нашей весьма многонациональной улице никогда не возникало конфликтов между теми, кто здесь живет. Дети наши всегда бегают одной гурьбой, именно так и должно быть – ведь мы тоже росли в многонациональных коллективах, не страшивая, кто какой национальности.



Фото Камила Толгурова.

Здоровье

## Еда для пожилых

Евгения БЕЛГОРОКОВА

Женщина жалуется соседке: дескать, каждый раз, когда врач приходит по вызову, вместо того чтобы говорить о лечении, советует больше двигаться, ограничивать себя в еде, даже предлагает примерное меню. «А я старый человек – разве мне до всяких режимов!».

– Старость сама по себе не болезнь, – говорит заведующая Центром здоровья при Республиканском врачебно-физкультурном диспансере Залина Исмаилова. – Конечно, с возрастом организм человека меняется: снижается интенсивность обменных процессов. Увеличивается риск развития многих заболеваний. Но это не должно пугать. Здоровый образ жизни, то есть физическая активность и правильное питание, помогут сделать жизнь в преклонном возрасте легкой и приятной. Научно доказано, например, что с помощью питания можно замедлить или даже приостановить процессы старения.

Каким образом? Основное правило – умеренность. Есть надо небольшими порциями. При дробном питании много есть не захочется. Интересно, например, что японцы для того, чтобы насытиться небольшим количеством пищи, используют маленькие тарелочки. В такой посуде и небольшая порция выглядит вполне достаточной. Следует ограничить использование в рационе блюд из теста, кондитерских изделий, соли, соевых и копченых продуктов, различных маринадов и специй. Предпочтение следует от-

давать овощам, фруктам, ягодам, молоку, кисломолочным продуктам, овсяной и гречневой каше. Желательно включить в рацион немного рыбы, мяса, лучше нежирных сортов, птицу, яйца, растительные масла. Из овощей можно готовить вегетарианские блюда – щи и борщи, суп-пюре морковный, свекловичный, овощное рагу, морковно-яблочный пудинг, морковные и свекловичные оладьи, морковно-творожную запеканку, тушеную свеклу с черносливом, капустный шницель, тушеные баклажаны, икру из баклажанов или кабачков, жареные и фаршированные кабачки. Очень вкусны и полезны салаты из тертой моркови с чесноком, нашинкованной белокочанной капусты с яблоками, листового салата с огурцами. Золотое правило: все цвета радуги – на стол. Яркие окрашенные овощи и фрукты содержат особенно много веществ, защищающих организм от пагубного воздействия свободных радикалов. Чем ярче окрашены овощи и фрукты, тем этих веществ в них больше. Именно антиоксидантная активность продуктов является самой мощной защитой организма от преждевременного старения и болезней.

Еще хочу напомнить о чудодейственном влиянии воды на организм человека. Дневная норма ее – 8–10 стаканов. Будете соблюдать эти правила – почувствуете бодрость и свежесть. Главное – исчезнет угроза перекармливания и появления лишнего веса, являющегося врагом долгой жизни. Научно доказано, что полные люди живут на 7–10 лет меньше, чем люди с нормальным весом.

Но если все же накопились лишние килограммы, большой вес нужно сбрасывать не сразу, а постепенно, – продолжает доктор. – Тогда организм легче приспособится к происходящим переменам. И желательно начинать худеть, зная, за счет чего образовался лишний вес. Кстати, у нас в Центре здоровья в комплексное обследование включена и такая услуга. На специальном аппарате исследуется процентное соотношение воды, мышечной и жировой ткани в организме. Если у больного лишний вес за счет жира, нужна специальная диета, которая даст наилучший эффект. Когда полнота обусловлена задержкой жидкости в организме, лучше использовать настои трав, способствующие активации выделительных органов, но обязательно с последующим контролем уровня электролитов крови.

Пациенты в Центре здоровья могут познакомиться с литературой о питании, получить необходимые рекомендации, услышать предостережения врачей о том, что ограничения в питании в пожилом и тем более в старческом возрасте носят умеренный характер, поскольку ослабленному человеку не повредит более насыщенная энергией пища. Курение и алкоголь могут вести на нет усилия по борьбе с собственным здоровьем, а физическая активность, напротив, – помочь этому. Бывает, пациенты возвращаются что-то уточнить, рассказать о своих действиях, просто поделиться радостью от успехов – значит, есть желание, воля, терпение, а это точно поможет достичь цели.

Советы психолога

Будимир Нагоев,  
кандидат наук



## УЧИТЕСЬ И... УЛЫБАЙТЕСЬ

**Скоро выпускные экзамены для студентов, завершающих обучение. Заканчивается важный этап в жизни и одновременно начинается другой, может, самый важный – трудовая деятельность. Но для того чтобы ее начать, необходимо войти (уже в который раз) пройти отбор. Как же преподнести себя потенциальному работодателю так, чтобы вакансия досталась именно вам? Вот несколько советов.**

Первый совет очевиден – надо учиться. Возможно, для выпускников он и бесполезен, но и обращать на него не к нам, а к тем, кто еще учится или собирается поступать и получать профессию. Почему учиться? Все просто – даже если вы устроитесь на работу, то через некоторое время хвэтуку знаний почувствуете сначала вы, а затем и ваш начальник. Итог почти certainly – придется искать другую работу. Поэтому обращайтесь к будущим абитуриентам: не старайтесь сделать поступление в вуз своего рода «отсрочкой от взрослой жизни». Тем же, кто осознанно и осмысленно выбирал путь в жизни, пригодятся следующие рекомендации.

Если кандидатам на вакансию предлагают заполнить анкету, попросите два экземпляра (или сделайте ксерокопию). Не заполняйте ее сразу, сначала прочтите до конца. Заполняйте анкету полностью: ничего не пропускайте и не оставляйте пустых мест. Если имеется резюме, принесите его с собой (или копию другой информации, которая может потребоваться). Если возможно, заполняйте анкету дома и высылайте ее почтой вместе с резюме в запечатанном конверте.

Если от вас потребуется резюме, то при составлении его следует быть как можно точнее в формулировках (неточное описание может дать о вас столь же неопределенное впечатление). Обязательно укажите, каких результатов вы добились на прежнем рабочем месте (если работали параллельно с учебой). Резюме надо напечатать – все-таки рукописный текст не вызывает столько доверия, сколько стандартный шрифт. И не превышайте объем в две странички. Обязательно надо проверить резюме на предмет устранения орфографических и стилистических ошибок (вот почему надо учиться!). Следует использовать хорошую белую бумагу (листочки из тетради – это несерьезно и несолидно). Порядок изложения информации – дело во многом индивидуальное: можно излагать в хронологической последовательности, а можно по степени значимости событий в вашей жизни.

Вместе с резюме пошлите сопроводительное письмо. Оно должно привлечь внимание работодателя, показать ему, почему вы пишете, например, именно по этому адресу, указать, почему ваш прием на работу будет выгоден компании, и содержать просьбу о собеседовании. Специфика информации, которая сообщается в письме, предполагает, что такое письмо должно быть написано и адресовано индивидуально (непосредственно руководителю или начальнику отдела кадров и т.д.). Что следует иметь в виду при написании сопроводительного письма? Конечно же, использовать надо качественную, стандартную

бумагу (идеально подходит формат А4). В принципе писать можно и от руки, но разборчиво (про ошибки вы помните, правда?). Поначе, но в разумных пределах, надо указывать имя адресата. Не следует писать в обращении слово «дорогой», если вы не знаете этого человека лично. Надо быть кратким («краткость – сестра таланта») и быстро переходить к делу. Обязательно следует указать на соответствие своих знаний и умений тем, которые требуются нанIMATELЮ. Вообще указывайте все свои достоинства и положительные стороны, которые имеют отношение к будущей работе – предложите «товар лицом!».

Часто успех в устройстве на работу зависит от времени. Недавно мне рассказали, как через несколько часов(!) после объявления о вакансии она была занята новым сотрудником. В таких случаях можно использовать телефон (речь, конечно же, не идет о «телефонном праве»). Прежде чем звонить, потренируйтесь в правильном произношении фамилий, имен, названия фирмы и т.д. Продумайте ответы на наиболее вероятные вопросы. Набросайте план беседы: в каком порядке и о чем хотели бы переговорить. Не растягивайте разговор: как можно быстрее переходите к цели своего звонка (как правило, это производит хорошее впечатление). Помните, что ваш разговор – это диалог, а не монолог. Во время разговора не отвлекайтесь, это всегда чувствуется. Помните, что основная цель звонка – получить приглашение на личное собеседование. Ну и, наконец, нужно быть вежливым и аккуратным!

Кстати об аккуратности. Убедитесь, что есть наготове ручка, бумага, а также относящиеся к делу документы. Ведь никогда заранее не знаете, что может понадобиться, а просить подождать, например, пока вы побегите посмотреть номер диплома, чревато: вернувшись, можно услышать только гудки в трубке.

Берясь за телефон, не стоит обольщаться, что вас не видят. Поэтому не стоит звонить лежа на животе, так как в таком положении ваш собеседник будет слышать затрудненное дыхание и подумает, что у вас хроническое заболевание. Могут быть слышны посторонняя возня или скрипы дивана или кровати (эти звуки тоже будут не в вашу пользу). Чтобы всего этого избежать, садитесь удобно (свободное дыхание позволит говорить уверенно и четко). Было бы неплохо, если бы вы смогли предупредить окружающих, чтобы вас не отвлекли: комментариями или подсказками, которые может услышать ваш потенциальный работодатель, могут охарактеризовать вас как человека несамостоятельного. Во время разговора... улыбайтесь! Да-да, конечно, вас не видно! Но дело в том, что улыбка задает настрой, она как бы придает «блеск» звучанию вашего голоса. Кроме того, это будет заметно в интонациях.

Конечно, это не все рекомендации. В следующей статье мы поговорим о поведении на собеседовании и тестировании. А пока попрощайтесь в написании своего резюме и сопроводительного письма.

Удачи! И будьте счастливы!

**Бокс**

**Победы на рингах Суворовской и Новороссийска**

Альберт ДЫШЕКОВ

В станице Суворовская Ставропольского края прошло юношеское первенство Вооруженных сил России по боксу.

Боксеры Кабардино-Балкарии завоевали одиннадцать медалей. Победителями первенства стали Ислам Локьяев, Биберт Туменов и Ратмир Тхалиджоков (на снимке слева с тренером Азаматом Шиковым). Второе место завоевали Харун Бозиев, Ислам Черкесов и Астемир Маргушев. «Бронза» в активе Марата Малкарова, Алихана Лукьяева, Зафира Чочаева, Руслана Хуболова и Сальби Экашаева.

К соревнованиям спортсменов готовили Нурбек Улаков, Хусейн Туменов, Азамат Шиков, Расул Шакиманов, Азамат Собирлов, Муслим Малкаров, Феликс Лукожев, Алим Жабоев и Таукан Кудаяев.



В Новороссийске состоялось юношеское первенство ЦС «Юность России» для старшей возрастной группы. Победителем первенства стал подопечный тренера Юсупа Кумыкова Хамзат Исра- ратов, который завоевал право участия в первенстве России по боксу в Магнитогорске. Виктор Попов в своей весовой категории (тренер Ахмат Чегембаев) занял второе место.

**Безопасность**

**Места богослужений - под круглосуточной охраной**

В Кабардино-Балкарии на части территории, в которой продолжает действовать режим контртеррористической операции, МВД по КБР совместно с другими правоохранительными органами принимаются дополнительные меры безопасности в связи с предстоящим празднованием Пасхи Христовой.

Торжества пройдут в городских округах Нальчик, Прохладный, Баксан и десяти районах республики, где расположены 19 православных церквей и 64 христианских кладбища.

В мероприятиях, по предварительным данным, примут участие свыше 50 тысяч человек. Места проведения богослужений после всестороннего обследования на предмет обнаружения СВУ, других опасных для жизни веществ взяты под круглосуточную охрану. По информации пресс-службы МВД по КБР на обеспечении общественно-го порядка в дни Пасхи задействовано 1766 сотрудников полиции и 60 военнослужащих внутренних войск.

**Тяжелая атлетика**

**Из Шадринска - с наградами**

Анатолий ПЕТРОВ

В г. Шадринске Курганской области прошло первенство России по тяжелой атлетике среди молодежи до двадцати лет.

Наша республика была пред-

ставлена двумя спортсменами. Выступавшая в весовой категории 75 килограммов штангистка из Нарккалы Галина Макарова заняла второе место. Третьим призером в весе 62 килограмма стал тырныауский атлет Мурат Тамазов. Тренируют спортсменов Михаил Шикемов и Вадим Этезов.

☎ 42-69-96    ОБЪЯВЛЕНИЯ    РЕКЛАМА    ОБЪЯВЛЕНИЯ    РЕКЛАМА    ОБЪЯВЛЕНИЯ    РЕКЛАМА    ОБЪЯВЛЕНИЯ    РЕКЛАМА    ОБЪЯВЛЕНИЯ    РЕКЛАМА    ОБЪЯВЛЕНИЯ    РЕКЛАМА    ОБЪЯВЛЕНИЯ    ☎ 42-69-96

**ПОЗДРАВЛЯЕМ**  
 Хоконова Мурата Хазреталиевича с присвоением почетного звания «Заслуженный деятель науки Кабардино-Балкарской Республики». Факт, достойный книги рекордов Гиннесса: твой отец Хазретали Бесланович, ты и твой младший брат Азамат — три профессора физика в одной семье. Желаем крепкого здоровья, хорошего настроения, долгих лет плодотворной научной деятельности. Друзья.

**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.

**ПРОДАЮТСЯ**  
 ЙОРКШИРСКИЕ ТЕРЬЕРЫ, ДОРОГО.  
 Обращаться:  
 8-928-011-55-33,  
 8-928-914-50-20.

**90 ЛЕТ**  
 www.RGS.ru

В год 90-летия нашего лидерства мы даём 90 обещаний улучшить сервис!

**РОСГОССТРАХ КВАРТИРА**

**8 (800) 200 0 900**  
 0530 МТС, Билайн, Мегафон    www.RGS.ru

ООО «Росгосстрах Лидерство». РР-0977 50 выдана ФСО от 12.2009 г.

**ОБЕЩАНИЕ**

**07**

**СПЕЦУСЛОВИЯ СТРАХОВАНИЯ КВАРТИРЫ У ВАШЕГО АГЕНТА\***

\*Распространяется на все ранее заключенные договоры страхования по стандартным условиям РОСГОССТРАХ КВАРТИРА «Класс». РОСГОССТРАХ КВАРТИРА «Класс» — гарантия! Подробно об условиях, сроках можно узнать по указанным телефонам. Лицензия Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере страхового дела № 07-05/2011 от 05.05.2011.

**РАЗНИЦА? РАЗНИЦА ЕСТЬ!**

**ДЕЙСТВУЕТ КРЕДИТНАЯ ПРОГРАММА**

**ЛАДА ФИНАНС**

Программа автокредитования, реализуемая ОАО «АВТОВА» совместно с Банками-партнерами: ОАО Сбербанк России, ЗАО БПС 24, ОАО «РАСГАСБ», ООО «Русфинанс Банк», ОАО «Россельхозбанк», ОАО АКБ «РОСНАН», ЗАО «БЛА-КРЕДИТ», ПТБ ЮАО

**8 800 200 5232**

**LADA**

www.lada.ru

