

Товбушу

Премьер-лигагъа къайтыргъа, борч салынганды

Къабарты-Малкары Башчысы Арсен Канокоев «Спартак» клубунда башчылары эм футболбистлери бла «Синдика» интур-отельге товбушу бардырганды. Жыйынуу алында КъМР-ни спорт, туризм эм курортта министр Аслан Араунов команданы башчылары къайтыраркъ болган эселе да, спартакчыла Ярославльни «Шиник» клубу бла оюларында хорламга итинюклерин кертоттгендерин чертеди. Ол алына ботюнда кыты болур эа эм тренер Тимур Шипшев бла жетишмиле ишлерге чакъырганды. Тимур Шипшев а Башчыны команданы жагъартылган къаууму бла

шагърейлендиргенди. Арсен Канокоев футболбистлерге жагъа сезоннга борчла салганды. «Премьер-лигагъа къайтыраркъ керекди. Сиз ол мураты толтуруугузгъа ишкесиме. Бек башы - коллективде тынч, ити болумну кызаргъа, биригирге керекди», - дегенди ол. Арсен Башчыны республиканы властьлары не жанында да болушук этерге хазырлыкларын белгилегенди. Ол клубха финансирование бюджетни чеклеринде этилтигин, андан тышандан ача керек болса, ол проблема да тамаланырыгын билдиргенди.

Ахыры 2-чи бетдеди.

Жыйыныу

Арсен КАНОКОВ:

Наркоманиягъа бла наркобизнесге къажу магарланы кючлендирирге керекди

КъМР-ни Наркоманиягъа къажу кюреш жаны бла комиссиясыны жыйынуу ача. Къабарты-Малкары Башчысы Арсен Канокоев Север Кавказны, сулай Россияны да башха субъектлери бла төнгешдиргенде, бизи республикада наркотизация алай кен жайылмагъанын белгилегенди. «Болсада хал тынхайркъа койкодо. Биз наркотиклени хайырланды адамланы ачыкчалуу жаны бла ишчи кючлендирирге, реабилитация бөлөмюне не къадар терк ачынуу къайгысын этерге, КъМР-ни наркотология службасы керекли дарманла эмда техника бла толуркъ жалчыркъа керекби. Кыскасы, республикада наркомания бла наркобизнесге къажу ишчи кючлендирирге борчлугуз», - дегенди. Ол школлага осыунула

ны кеслери ыразылыклары бла сауукъларын тинтиуге энци эс буртургъа кереклисин чертеди. Бу жерге бугу алыны ошондон членлери баш докладдан сора кыты озюгенди. КъМР-ни сауукъл сагълау министрлиги орунбасары Аслан Ортанов, республиканы наркотология диспансирини ишчиси ошондон билдире, жыйыныулары эслеринде кадрла жетишмелерине бурганды. «Налыччандан башха 12 муниципалны биригуленден жаланда төртюсунде бардырла психиатр-нарколог врачла, Къалгъанлада уа алыны ишчиринде башха специальностлары болган врачла бардырдырла», - дегенди ол.

Ахыры 2-чи бетдеди.

Семинар

Муниципалитетле сынаулардан бир бирге юлюш этгендиле

КъМР-ни Башчысыны Администрациясыны томатасыны орунбасары-къарал службаны, кадрланы эмда жер-жерли самоуправлянычыны ведомстволары жаны бла управленинчиначыны Александр Власову башчылыгы бла Правительствою ююнде кезилеу семинар болганды. Анда республиканы жер-жерли самоуправлянычыны органдарында байламлыклары амаллары эмда проблемалары озюгендиле.

Александр Власов бек алгъа КъМР-ни Правительствою депутатланы, жер-жерли самоуправлянычыны айырмалыклары органдарыны жер-жерли самоуправлянычыны айырмалыклары эмда муниципалны службала кылуук этгендиле иш хакъларына кыраичланы кыраууну мардалары бла байламлы белгилени проектни жарашдыр къалай баргъанын ошондон билдиргенди. Ол документ Арсен Канокоев бургуруу бла эмда РФ-ни бюджет кодексине тиийишлигинде хазырлангъа тургъанын айтты, управленинчи калычлы муниципалитетлени нечелерини муниципалитетлени кыты да депутатланы бу иште тири къатышыркъа чакъыр-ганды.

Муниципалитетле контроль бардыруу эмда ошгъа этиу жаны бла сынаулар туура эте, Прохладный районуну контроль-зооплеучюу палатасыны башчысы Алла Базарова бытлаи шартла келтиргенди: бу орган кылуук кыты сынуу халда 87 титилу, 37 контроль-ревизия иш бардыруучу ошулараны эмда муниципалны службала кылуук этгендиле иш хакъларына кыраичланы кыраууну мардалары бла байламлы белгилени проектни жарашдыр къалай баргъанын ошондон билдиргенди. Ол документ Арсен Канокоев бургуруу бла эмда РФ-ни бюджет кодексине тиийишлигинде хазырлангъа тургъанын айтты, управленинчи калычлы муниципалитетлени нечелерини муниципалитетлени кыты да депутатланы бу иште тири къатышыркъа чакъыр-ганды. Алыны аспасысы эсте алынгандыла.

Ахыры 2-чи бетдеди.

Солуу

Къоркъусуздукну жалчытыргъа - тиийишле магарла

Къабарты-Малкарада суу объектеде солунуу тап кызарчача тиийишле олга кыруалыкъдыла. КъМР-ни Правительствою «2013-2014 жыллада адамла солугъан жердеде кутхаруу жамауат постаны салынуу, халкыны жюзерге ююретууде сууда кутхарууну ошондон республикалы целевой программаны къабыл кертгенди. Аны баш мураты суулада солугъан адамланы кутхаруу кылуук жалчытыр гъа эм алай жердеде бөлөмю азайтыр гъады.

КъМР-ни экономика айнтыуу министри Мукуланы Алий билдиргенде керге, программаны чеклеринде онбеш жерде кутхаруу поста салынырыкъдыла, алада ити хазырлыклары болган кутхаруучула-устала ишлерикиди. Андан сора да, суу объектеде адамланы, бек алгъа уа сабийлени жюзерге эм къоркъусуздукну жоруклары юйреткидила. Битеу бу борчланы тамалларгъа республиканы бюджеттен жети миллион сом бөлгюрокюдо.

КъМР-ни Башчысыны бла Правительствою пресс-службасы.

Билгилер

Къабарты-Малкарын хурметли жамауаты эмда республиканы къачкылары «Афганистанда урушуну инвалидлери» Битеуроссий жамауат организацианы Къабарты-Малкара бөлөмю 6-чы августта 12 сагъатда Налчыкде Абхазия майданда «Воини-интернационалист» эсертмени къатында жыйынуугъа чакъырды. Товбушу сакъатлагъа къайгырдуулуу болуча этер мурат бла кыруаланды. Барыжыны да ары чакъыраркъ, ол санда жер-жерли къызгалары къатышканданы, Улуу Ата журт урушуну ветеранларын.

РЕСПУБЛИКАНЫ БАШЧЫСЫ

«Налчыкде ишленирик тюрсюнюлэ эмда музыкалы фонтан Север Кавказда бек улмуладан бири болмукъду»



Къабарты-Малкары Башчысы Арсен Канокоев республиканы ара шахарында «Келишиулюкно майданында» тюрсюнюлэ чыракъла бла жарытылык музыкалы фонтанын кыруулуу не халда болгъанына кырагъанды. Аны бу жерли «Югстрой» компания ишлей турды. Оборудованиясин италиячыла жибериле, программа бла да ала аларчытыркъдыла. Кыруулуша 93 миллион сом кыратылыкъды. Битеу ишлери да заманында тамаллап бошаргъа бургъанды.

Архитекторла белгилегенлеринча, фонтан болгъан аллея Шогенуков проспекте ишлене тургъан Вагряны къаласына къошулулукъду. «Ол архитектуралы ансамбль ара шахарыбызны жасарыкъды, адамла ишден окъудан сора да оююл солурукъ жерге айлангыркъды», - деп чертеди Арсен Канокоев. Ол, планда тийгизе, битеу ишлери да заманында тамаллап бошаргъа бургъанды. Журналистлени сорууларына жууап бере, КъМР-ни Башчысы ишлене турган фонтан Север Кавказда бек улмуладан бири болуугун айырып айтканды. «Мен

анга кесим къе-къупак болганчал турлукъма. Кыруулуу баргъанда, төгерги тапандарыла туруп да жагълычыла этилмелерине кыараркъма», - дегенди Арсен Канокоев. Аны ошугу бла дагъада Налчык Къабарты-Малкары Россияге къошулганы 455-жылгыгына аталган къуанчлага кыстау хазырланды. Ормаланы, арбазаланы тизгилери жыйылды. Ленин проспектеде асфальт толугууну алышандырдыр гъанды, энди аны адамла жалужюрген жолларына плиткала салынырыкъдыла.

ЮСОПЛАНЫ Галина. Суратны Р. МАМИЕВ алгъанды.

Олимпиаданы дивендиги

Алагъа дзюдочула къууандырадыла



Россейилени Олимпиада оюнада алтын майдалла бла жаланда дзюдочула къууандырагъанды терге айланы кылагъанды. Алай бла бөлгюнокюде ючюночо «алтын» командагъа 100 килограммга дери аурулукъда эришген дагъыстанлы жери Тагир Хабибулаев кытындан.

Финалда ол монголлу Найдан Тувшинбар бла тобешкенди. Аны монголлу тирреке башлагъанлыкыгъа, Тагир ючюночо минутда сермешни «иппо» бла кытындан.

Эс буртугъа

Баш кюнню ашыгыгъа сакълайбыз

Билдиргенибизче, ХХХ-чю Жай Олимпиада оюнагъа республикадан Аккайлыны Хажы-Мурат (105 кг., суур атлетика), Заур Куррамагомедов (60кг., грек-рим тутушуу), Вилан Махов (120кг.) эм Анзор Ураев (84кг., эркин тутушуу) кытышадыла. Аладан биринчири Заур Куррамагомедов бла Аккайлыны Хажы-Мурат баш кюн 6-чы августда Москваны заманы бла къачан эришмилери керекби.

Заур КУРАМАГОМЕДОВ 16 сагъатда Грек-рим тутушуу, эр кишиле. 60кг., 84кг., 120кг., квалификациялы сермеше, 1/8 финал, жарым финал.

20 сагъат 45 минут (Россия 2) 60кг., 84кг., 120кг., жапсарыу (ушетишмели) сермеше, 3-чю жер ючюн сермеше, финал.

АККАЙЛАНЫ Хажы-Мурат 22 сагъатда (1 канал). Ауур атлетика, эр кишиле. 105кг., «А» къауум, финал. Алайды да, жашларыбыз бизни бийик жетишмилери бла къууандырырла деп ийнанарбыз!

Къабарты-Малкары Республикада Ветеринария управленинаны юсюнден Къабарты-Малкары Республиканы Башчысыны УКАЗЫ

«Россей Федерацины субъектлерины кырал властьларыны законла чыгарыуу (представительный) эмда толтуруучу органдары кыраууну битеу жорукларыны юсюнден» Федеральди законну 17-чи статьясыны 4-чю пунктуна, Къабарты-Малкары Республиканы Конституциясыны 81-чи статьясыны «б» пунктуна тиийишликиде бегим этеме:

1. Къабарты-Малкары Республиканы Ветеринария управленинсин кыруугъа.
2. Къабарты-Малкары Республиканы Правительствою борчу этиледи: Къабарты-Малкары Республиканы Ветеринария управленинаны юсюнден болумну къабыл кертюрге; Къабарты-Малкары Республиканы Ветеринария управленинаны ишлерикине сакъан эмда алыны иш хакъларыны бек аз өлчемлери тохтадырыр гъа; бу Указы толтуруу бла байламлы болган финансы кырауу эмда башха жуумушланы тамалларынын жалчытыр гъа; кесирини актларын бу Указгъа келиширчак жагъандан жарашдыр гъа.
3. Къабарты-Малкары Республиканы кырал властьлары толтуруучу органдарыны Къабарты-Малкары Республиканы Президентини «Къабарты-Малкары Республиканы кырал власты толтуруучу органдарыны структурасын юсюнден» 2011 жылда 29-чю апрельде чыгарылган 46-УП номерли Указы бла къабыл кертюрген структурасына бытлай пезетиу кийиритге: аны 3-чю пунктуна «Къабарты-Малкары Республиканы Ветеринария управленинаны» деген сөзлени къошаргъа.
4. Бу Указ официалны халда басмалангандан ючюндөн башлап кючюне киреди.

Къабарты-Малкары Республиканы Башчысы А. КАНОКОВ Налчык шахар, 2012 жылда 25-чи июльда, №1018-УТ

Правительство

Производства ачыгъанланы санын азайтыр гъа

КъМР-ни Правительствою кезилеу жыйынуунда 30-гъа жууук бегими проект сюзюлюп къабыл кертюргендиле. Кенгешти премьер-министрини орунбасары Тембулат Эрканов бардырганды. Биринчиден, «2013-2017 жыллада КъМР-де адамла кен санда жыйылган жердеде кутхаруучу поста кырауу, халкыны жюзерге юйретуу эмда сууда батханга биринчи медицина болушук берирге ююретуу юсюнден» республиканы целевой программаны чеклеринде берилеу кертюргендиле. КъМР-ни экономиканы айнтыуу сатуу-алуу министри Мукуланы Алий билдиргенди, РФ-ни президентини бургуруу бла билдиргенди программаны битеу субъектле да жарашдыр гъа борчлудула. Аны жашауда бардырыр гъа битеу да бирге 7 миллион сом керекди, келер жыл а бу жуумушлага 973 минг сом кыратылыкъды.

«КъМР-де битеу дуняа юстицияны айнтыуу юсюнден» программалы да торпунениуе кийиритгендиле. Мукуланы Алий билдиргенди, битеу дуняа юстицияны айнтыр ючю бек алгъа меким ишлери керекди. Кыруулуша ача келер жылдан бөлөмю башларыкъды. КъМР-ни былай бюджетне торпунениуе кийиритгендиле. Финанса министр Азрет Бишенов билдиргенди, бюджетни юсюнден законну къошаргъанда бытлаи ача бөлгюнезлик программа маны тизмеси бар эди - битеу а бирге 18 документ. Алай бытлаи 11 республикалы программаны хайырларыгъа, алгъа ача бөлгюре ошу этилгенди, алай бла ала къошкъада тизмеден чыгарылгандыла. КъМР-ни илгилегиде болган жерлени арандагъа бергенде багъаланы тохтадырдуу жоругуу да къабыл кертюргенди. Кырал ырысканы эмда жер

Ахыры 2-чи бетдеди.

Айырмалы аскер бөлөм	«Биллечаны» дерслери	Эси, кезю да жютю	«Цветмет» клуб - республикада эм кючлю
2 бет	5 бет	5 бет	6 бет

Картинг

«Цветмет» клуб - республикада эм кючлю

Нарткыаланы кардоруумда, Абхазыны Жигити Владимир Кардановну хурметине жораланып, картингден Кыбарлы-Малкыары биринчилиги болгонды. Эрчиш ДСОААФ-ны республикада бөлмөнү башламчылыгы бла бардырылганды, анга регионун шахарларын дага районларын дага командада кызыл карды алды.

Анда Элбурсу району - Сабияжаш тибур ара - кышак билим берүү үчүрүндөн «Цветмет» клубу командасы биринчи жери алганды. Үчүрүндөн тамата - эми тренер Михаил Штирвади, Экинчи жерге Нарткыаланы - Элбурсу - командасы, кочноного Урван

районну командасы чыккандыла. Эчки заветда машиналары классларына көрө Улимбашланы Мурат (Тырмаууз) - Пичеми, Альберт Канокос (Нальчик) - Микро, Аслан Маремукос (Нарткыала) - Мини, Олег Кустарников (Нарткыала) - Кадет, Александр Котельников (Тырмаууз) - «Юниор А», Артур Резников (Нарткыала) - «Националь» жорлагандыла. Алихан Сохов, Адам Битувес, Астемир Суншев, Каплан Альборов, Артём Чирчик, Денис Большаков эчки, Эмикусуланы Марат, Батай Шамурзаев, Артём Ермошин, Иван Кустарников, Александр Мельников кочноно жерлени алгандыла. Алапы барысына да эзде кыалырма



сауыала бергендиле. Тизилуеге спонсордук Абхазинга уруш этерге кеси уузулуклары бла барганылары союзу эм Нальчико отлукс компаниясы этгендиле. Анатолий ТЕМИРОВ.

УФСИН

Муслиманла дин төрелени саклайдыла

РФ-ни жууалта тартылганын терсикерине жолуктурууну федералдык бийликтерин КСМР-де Управлениснын УСФСИН-де, яларында торло-торло аманыкыла оюнун тутуп турган муслиманла сыйлы Рамазан айда ораза тутарга сыйгенирин билдиргендиле. Управленис оңу-чулары эм колониалары администрациялары таматарлар алгага ыраалыклары айтып, кочно режимин да торлендиргендиле. Ораза тутканы, ислам динни жорукларына тийишликпен этретиликке келтирүүнү ачуулап, ашакмага бери ораза тутканды.

Ведомствону пресс-службасын да билдиргендерине көрө, ораза тутарга сыйгенирин ошондон 527 муслиман билиргенди. Бу Сайыта айны маганысчын аңгылар мурат бля уа колониалга имамла жорюйдиле. Ала тутуп турганга намаз этдирдиле, динни эчкиликерин аңгылатканды. КСМР-ни Муслиманларын дин управлениснын башчысы болушукчусу Отарланы Хызыр айтканы көрө, имамла колониалда улуу иш бардырыдыла. «Мен динни эчкиликерин аңгылатканды, оңу-чулары колониалда жумуш бери кочно келеме. Дагында адамла жазган законлары бузарга болуптур, алай Аллахны даууцан адам да эркин болмаздыгынын аңгылатканды сиеме. Бирокчорке дин китапла бек кыларме, алай адамла жоркөрдө жоркөргө барган ачык ушак изилдейди», - дегени ол.

Бизни корр.

Карате

Ейскден - сауыгала

Ейск шахарда жонкялары араларында каратен чыккыла аралы турнир бардырылганды. Анга клубу тышканылары араларында Элбурсу району Жаш тёлону иштери, физкультура эм спорт комитетини комплекси спорт школуну окуучулары да болгондыла.

Эрчишуде Тамерлан Мухин 12-13 жыл сан категорияда эчкин. Ацил Таратков (10-11 жыл) оңу-чу жерлени алгандыла. Ала оңу-чу жерлеринден эчкинде жорлагандыла. Жашчыкылары тренер Руслан Нахушев койреттеде. Ала эчки Россияны ноябрда Санкт-Петербургда өткерик биринчилигине хазырландыла. А ТАЛАЕВ.

Туризм

Сезон флешмоб бла ачыллыккыды

Бешинчи августта 12 сагазта «Азау» талада КСМР-ни «Жаш тёлону иштери жаны бла министрствосу Элбурсу районун администрациясы бла бирге жаз альпинист-турист кезиню кыуанчы ачылууну бардырылдыла. Жыл сайын бери Россияны субъекттеринден бля тыш кыралардан тауларда солууну сайлаган көп турист келеди. Ала Минги тауну Улуу Кавказ хребетини эчки багылайдыла. Кезиню кыуанчы ачылуу флешмобдан, торло-торло спорт эрчишуден, жунерди жаш тёлону фахмулуну көрүшкөндөн эмада төрели болган адетден - бузун ууатуудан - башлангычыды. КСМР-ни Жаш тёлону иштери жаны бла министрствосууну пресс-службасы.

Ыйыккыгга гороскоп

6-чы августдан 13-чю августха дери

Кьочхарла. Ыйыккыны аллы айтырча иги болушк тыюлды. Орта кондеде кызыл карды алды кутуп, жетишмил болаллыксыз, фахмул болганыгыны окуна сезерикси. Солу кондеде шухьларыгыз бла тлоеп, эртеги байламлыкканы жаңгыргырга оң табарксызсы.

Танала. Ыйыккыны ал кондери эм ахыры иш бла байламлы ахшы халарла келтиридикиле. Ишле да иги барлыккыла. Барас конде кыйыматы оңу этерге жорешмиз. Андан ары кар зат да тап болушкы.

Эгизле. Алтыгаркылада этген ишшиги оюнчун махтарыккыла, ыспас да этердикиле. Солу конде уа оюени ишшиге кьбюрек эс буругуз.

Айырычакыла. Жорек кызыл кардыгызгыз бля көп ишле кыларныркыкыла боюнугузга, иш келпелюгоз да ачылыккыла. Кеп затны да билкикис коллеганыгыз неда жангы партербуугузу ошондон. Ол а бир классда окуган тамашыгы болуп чыгарыккыды. Бош заманыгызын да коллегаларыгыз бля ашырыккысыз.

Аслана. Ыйыккыны ал жарымнда баш эркилик бля низамны араларында тентикли жальчыгырга жорешмиз. Барас кон кызыл кон болушкы болушкы, алай эсе да, сиз андан арык бек кыйымалы кутулаллыккысы, оюмлап ишлешегиз. Ыйыккыны ахыры тобушелик жарулу турган затны да билкикис.

Кызыла. Ишге жарулуу ыйыккы тёлондо болум сизге чырмауук этгенден аңгыларкыды. Кеп заманыгызын коллегаларыгыз бля болушкы кыратаркысыз. Солу кондеде ишгири неда көчүу ишени сизден иги бир киши да кыралыккы эм жальчылыккы тёлондо.

Базманла. Ыйыккыны ал кесги жангы проктленди башларга бек иги кезиуде. Орта эм байрым конде тёлонлюккю эм келечилиги кондердиле. Ол кондеде оңу-чула

тобушеши, иш бля байламлы оюмларыгыз эм проктлендизини ошоренден жунчунай айтыгыз, иш оң заманда ачылыккыдыла сизин эм болушкыдыла сизге проктлене жашауда бардырырга.

Акьарпала. Ыйыккыны ал кесгинде кыйыматы оңу этерге жорешмиз, андан эсе кьбюрек информация жыйгызыз, орта конде сора ишени кылыгы тири алыгыз - оң барды ишде жетишмил болушк эм намысыгызын кьбюрек. Солу кондери жорешмизге асылуу болушкыла.

Садаккыла. Ыйыккыны аспагызын кылыгы эм - кыарулу болганыгызын сезерикси. Спорт бля жорешмиз неда таза хауда айпанасыз, саулыккы бек иги.

Ишде усталыгыгызын, ишлеги билгенизин кыйымалы кьргозаллыккысыз, геюруге конде ары уа итинулюгоз шохайтып, ишени оюмлап бардырыгыз.

Текемюозле. Кыйымалыккы ыйыккы болушкы. Не затыгыз бар эсе, аны башчыгырга жаратырга да табарксыз. Ишде улуу болмаган жетишмил орта эм байрым кондеде этерикси. Солу кондеде, зшда, романтикалы тобушеиюго болушк болур. Блайда кызылган болмагыз: ол тобуше жашауугузу иги жанына торлендирдиге болушкы.

Суукчула. Жетишмил ыйыккы болушкы. Итинулюгоз бля башаланы да ызыгырдан тизерикси, аладан болушкы кезиуде, ол кезиуде сизге иш да табарксыз. Ол фахмулгуз барас эм орта кондеде окуучула неда алтары айтканы адамла бля тобушеден сизге иги болушкыдуз. Кысыла айтсак, таргырыкыла неда жарырыч зат жокду.

Набакыла. Ыйыккы иги болушкы ушад турды. Шубаргыздан бири сизге улуу маганысы болган халарны ушангырыккы, аны билгиз, адамлагы уа айтмагыз да. Айтмай а кылай тёлон? Орта конде башлап байрым конде дери уа ахна тобушеден эм кылулукда кьбюропорге оң болгон кезиуде.

Сёзбер

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	32	33	34	35
36	37	38	39	40	41	42

ЭНИК: 3. Динни излеменин, жорукларын бузаргызын, сакталган адам. 5. Кошну. 8. Кыаруусу, болмачы неда бек жумушаргы. 10. Кыоранч, хата. 12. Кыараны бери жаны. 13. Аллахны бля Мухамат фыймары араларында келчи. 15. Кыарты, гуаза этиу. 17. Цирке ойначу артист. 18. «Урхиде» оюм. 20. Ахыраты менч «иши» барды? 21. Ол да гуммулук. 24. Кесин отха атычу кыубалек. 27. Киштик не заты бля ойначууду? 27. Сауга. 29. Тютюн ичичю зат. 30. Анга хынат.

Т	О	С	Ю	Ч	А	Я	К	А	Я	К	А	Н	Т
Ю	А	Я	З	Р	А	Я	К	А	К	А	А	А	А
Т	А	П	М	Б	И	Т	А	К	А	Ш	А	А	А
А	Б	Е	Р	И	Т	А	К	А	М	А	А	А	А
Н	А	Л	Л	Т	А	Р	Г	А	А	А	А	А	А
Ж	А	П	К	Я	Р	Г	А	А	А	А	А	А	А
А	Т	У	С	Т	У	К	К	У	Р	А	А	А	А
Д	О	О	Н	У	О	Б	А	А	А	А	А	А	А
Б	Ы	Ч	Ы	Л	Д	Б	К	Ы	А	А	А	А	А
А	О	А	Б	У	А	У	А	А	А	А	А	А	А
У	Р	Л	У	К	Р	А	А	А	А	А	А	А	А
У	А	А	А	А	У	А	А	А	А	А	А	А	А
Р	К	А	Й	Ш	К	А	А	А	А	А	А	А	А

ГАЗЕТИ 147-чи номери басмаланган сёзбери жууалары.

ТАТЫУУ БИЛЕЙИК

Жайда суусанпы не бла кесерге болушкыду?

Чай
Игилиги: эрткиликте эрте тургура болушуда, аргыныныгы кетерде, кыан тамчыны колчидирди. Дайым чай ичкени адамла иги эсерле бля ачырмайдыла. Бу ичкени эски колчидирген заттар бардыла. Айтканды жашин чап ичкени. Анда С витамини кьбю, кыара чыда болгондан эсе. Ол суусаны иги кеседи, аны бля бирге адамны чарында сууну кьбюлгөн азлыгынын керекиси кыкыла бирде тутканды. Бир-бир специалдык ишле чей терини кыартаймакды, дейдиле.

Осалыгы: чай, кофча, нерваланы эм жорекни кыозгайды. Жуксуз эсеги, нерваларыгыз, жорегиз аруй эсе, конде 4-5 чашкадан көп ичкени.

Кисель
Игилиги: койде этилген керти кисель бек саулукту ичкени. Ол ашны эрткирге болушуда, кыарыны эм чегилени шыгылы тышлары кыорулайды, бизни гастриттен эм кыадак кытардыла. Андан сора да, жемилден бля кьбючкыладан этилген кисель витамини бля чарыбыны иги жалчатыды.

Осалыгы: хазыр кисельлени хайрылы заттары кьбюлде не да айтлыккы тыюлуксы. Алай а асламысында сол кыдоруну, жемиле бля нанын оюмларына уа бир-бирде татымлы затта эм болушкы чарыдыла.

Компот
Игилиги: иги кесек клетчаткалары эм пектинлери бардыла. Бу затта адамны кыанында заралы холестерин азайткандыла эм ашны эрткирге болушуда.

Осалыгы: биширген заманда жемилени эм намыска витаминлери 30 процентини зат эдетиле.

Квас
Игилиги: ачыгызы көп болганы кочно бу ичкени В кыуулу витаминден (ала болмасала, адам тьбюносис болады, чачы тошкы, шыкыра болады, битиуле кыйнайдыла эм чархын, тосу туталмай, гугулу болады), органдыла киселтала бай, ала уа аруулары кыозгачуу микробиланы айыргы кыймайдыла эм чегилени тазалайды. Аны бля бирге органика-

лы киселтала адамны чарында сууну кетермей тутканды, алай эсе, квас, башка ичкени бля тентилдиргенде, суусаны иги кеседи. КСМР-ни кондеде кьбюлде кьбюлде шешелда разланган квасла. Алай квас химия составы бля разланган таты суудан айырмалы тьбюлдо - анда бал туз кьбю, боюла эм консервант да аз тьбюлдо. Керти квас кьбю, кьбючкыла болады - ол шарт ичкени ачык баргынын кьбюлде. Консерванты болмаган «керт» квас көп сакталыды.

Жемишше
Игиликери: витамини эм микроэлементте бля байдыла. Суусаны иги кетердиле. Жайда ичкени бек иги жемил суу - апельсини сууду. Анда С витамини кьбю, ол а терини ультрафиолет тажкандан кыорулайды. Сора бьбюны эм токло шатталы суулары. Эчкинде да терини клеткаларына жаратын эм терини кыартаймакды кыорулаган бетакоронн кьбю.

Осалыклары: жемил суулары асламысында бал туз көп болушкы. Алайда, стахан апельсини сууда төрт ратуудан кесекчи, 90 килокалория болушкы.

Андан сора да, битеу жемил суула тишлени душманларыдыла. Бал туз эм жемиле киселтала, тиш ташла бля биригип, тишлени тозурагадыла. Алайда да, жемил суу ичгенден сора аруугузу суу бля чыккысагызын сак болушкы тьбюлдо.

Гара суула
Игилиги: бал туз болмагыны себепли суусаны терки кеседи, бирге артык калорияла да бермейди, алай эсе да, иги микроэлементте бля уа сыйлайды.

Осалыгы: минералары аз болган сууну окуна ичкенден алгы этимектасы бля шатыргенингиз. Сиз пивертон эсеги, натрий болган сууну көп ичмеги, көп ичмеги, кыан тамырлары басмылары кьбюропорке болушкыла. Бойроккери эм ала аруугуна, кальций болган сууну оодуру ичмеселне, ол микроэлемент бля бирде ташланы кыаргалганыны сылтау болды. Аны орунары аруугуна уа билрге керектиле сульфатта ичкени этдоркери болушкылары.

Жол

Палах азданды

Нальчикке болган жол-транспорт аварияда водитель бля пассажир ачыгандыла. Авария 30-чу июлда Кыбарты орамда танг аласында болгонды. «Рено Логан» автоуучулары водитени бара турган жолундан артка бурулама дегенди, «Мерседес» автомашина бля кыагышханды. Ол кезиуде «Рено» водители бля пассажиры ачып, республикалы клиника больницадагы тошгонди. Ала Эски да кьбючкысузлуккы бек баулары хайрыланмаганыдыла.

ГИБДД-ни шартларына көрө, «Рено» 35-жылкы водители «Союз» таксиде ишлейди, ол жолда жорюкно жоруккыларын 24 керу бузуклук этгенди. Бу сагазта бу авария бля байламлы тинтну ишле бардырылдыла.

2012 жылда 31-чи июлда эрткилик сагазта 8 ден 20 минут озул Нальчикке Калмык орамда бара, тиширу водители, сак жауун жауа турганына да кыармай, ВА3 автомашинасын асыры терк сьргенди, жолдан бир жанына чыгып кетип, ГЭП-ни чылынына этилп урганды. Аны кезиудеде бешжылкы пас-

Басмагы ЛУКЪМАН улу М. хазыралыды.

Кыйынлыккыгга тьбюшмез ючюн

Жыл сайын Кыбарты-Малкыарда от тьбюшю бля байламлы кыйын болуулары саны 500-ден ашыдыла. Жайда ала ботон көп болады. От этчюлчюлөк алай объектлге бармай, арада хазна коч кыалайды.

Алай бля 2012 жылы алындан башлап 294 жерге от тошгонди, кыоранла 30 миллионга жеткенди. Онда алы да ботон өлгенди. Тинтлуеге көрө, от 85 проценте адамланы кесерини халатларын, ала кьбючкысузлуккы жоруклары билгениленири неда алагы улуу көмөлөк этгенлери.

РФ-ни ОМЧ-ни КСМР-де Баш управлениснын пресс-службасы.

УЧРЕДИТЕЛЬЛЕ: КЪАБАРТЫ-МАЛКЪАР РЕСПУБЛИКАНЫ ПАРЛАМЕНТИ БЛА ПРАВИТЕЛЬСТВОСУ

Баш редактор
АТААЛНЫ Жамал

РЕДКОЛЛЕГИЯ:
БЕШПАЙЛАНЫ Муталин (баш редактору оубрасары), КЪОНАКЪАНЫ Хасан (баш редактору оубрасары), АЛИКАЛАНЫ Владимир, ТЕКУЛАНЫ Хаха, ТОКУМАЛАНЫ Хусейн, ТОКЪЛУЛАНЫ Борис (жууалсы секретары).

ТЕЛЕФОНЛА:
Редактору приёмлени - 42-63-01. Баш редактору оубрасарлары - 42-38-21, 47-26-22. Жууалсы секретары - 42-66-85. Секретариат - 40-93-62. Корреспондент - 42-63-52.

РЕДАКЦИНЫ БЕНОМЛЕРИ:
Жамаат-политика бөлөм - 42-67-68, 42-24-02. Экономика бөлөм - 42-66-73. Кутаргыч бөлөм - 42-82-82. Социальны политика бөлөм - 42-66-76, 47-27-59. Жалпыкыла бөлөм - 47-26-39, 42-66-71. Письмоула эм рескыма бөлөм - 42-37-94. Тизмелер бөлөм - 47-26-39, 42-66-76. Бухгалтерия - 42-30-87. Операторла - 47-26-28, 42-39-65.

Редакция авторла бля кыагыз жорюгмейди. Кыа жазмалыга ренезия этилмейди эм ала артка кыйтарылмайдыла. Газетте басманын материалда айтканы оюмла редакцияны оюм бля келишмезге болушкыла. Алай айтканын хар зат кочно Россия Федерацияны Басмы оюмла хакунда тийишликке материалны авторлары кесери жууапталыла.

Редакция авторлдан 400 гектигенди (машина бля жазылган 5-6 бет) кочно аймадыла.

Газет редакция ас асламы информацийны эркинликтерин кыорууу жаны бля Кыбарты-Малкыар регион инспекция 1994 жылда 14-чю июньда регистрация этилгенди.

Регистрация номер — 01—0066. Индекс - 51532

Газетини басмагы КСМР-ни Асламы информация органна жаны бля кыагыз комитетини компьютер службагы хазыр эткенди.

Газет "Тетраграф" ООУ-ну типотификация басмаланыдыла. Нальчик шахар, Ленин аты проспекти, 33

Газетлени мелерине тапшыруу кочно КСМР-ни почта светыны федералдык Управленисы жууапталыла. Телефонла: 76-01-28, 76-01-10

Газетлени роинишга салгы ючюн КСМР-ни "Роспечать" акционер общество жууапталыла. Телефон: 42-69-34

Номерге графике керу 19.00 сагазта кыот салындаы. 20.00 сагазта кыот салындаы.

ГАЗЕТИНО ИНОМЕРИ ЧЫГАРТАЛА:
Татпаксанланы Аминат - деджурный редактор; Кетчингалы Зульфия - жууалы секретары оубрасары; Рахайланы Джемалия (1,2,3-чю бетле), Акчуланы Феруза (4,5,6-чы бетле) - корреспондент.

Тиража 3450 экз. Заказ № 2071

360000, Нальчик шахар, Ленин аты проспекти, 5.
Электрон почта: elbor@mail.ru