

№14 (1075)

8 апреля 2020 г.

Издается с 1993 г.



Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Интернет-
версия:
www.goryankakbr.ru



Фото Астемира Шабзухова

**Диана
МАРЖОХОВА,**
телеведущая ВТК
«Кабардино-Балкария»

с. 6

ЮРИЙ ЧАЙКА ОБСУДИЛ С КАЗБЕКОВЫМ КОКОВЫМ МЕРЫ ПО ПРОТИВОДЕЙСТВИЮ РАСПРОСТРАНЕНИЮ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

Полномочный представитель Президентской Российской Федерации в Северо-Кавказском федеральном округе Юрий ЧАЙКА в телефонном режиме обсудил с К.В. КОКОВЫМ и другими главами субъектов СКФО меры по противодействию распространению коронавирусной инфекции и задачи по сохранению стабильности социально-экономической ситуации на территории.

Юрий Чайка обратил внимание высших должностных

лиц на необходимость выполнения всех озвученных Главой государства в обращении к гражданам России поручений, требующих эффективного взаимодействия муниципальных, региональных и федеральных структур.

Руководители регионов доложили полпреду о готовности медицинских учреждений и сопутствующей инфраструктуры к приему и нахождению в стационарах новых пациентов, а также рассказали о профилактических мерах, которые планируется реализовывать на

территориях как с точки зрения сохранения здоровья и безопасности людей, так и устойчивости экономики, поддержки малого и среднего бизнеса.

Юрий Чайка в этой связи отметил важность обеспечения при соблюдении определенных требований свободной транспортировки всех товаров первой необходимости.

Пресс-служба Главы и Правительства КБР

РАСПОРЯЖЕНИЕ Главы Кабардино-Балкарской Республики

О Плана первоочередных мероприятий по обеспечению устойчивости развития экономики и социальной стабильности в Кабардино-Балкарской Республике в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)

1. Утвердить прилагаемый План первоочередных мероприятий по обеспечению устойчивости развития экономики и социальной стабильности в Кабардино-Балкарской Республике в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) (далее – План).
2. Рекомендовать Парламенту Кабардино-Балкарской Республики поручить исполнительным органам государственной власти Кабардино-Балкарской Республики организовать оперативное принятие нормативных правовых актов в целях реализации мероприятий Плана.
3. Рекомендовать местным администрациям муниципальных районов, городских округов:
 - а) разработать в возможно короткие сроки перечни требующих реализации экономических и социальных мер и утвердить соответствующие планы, направленные на их эффективную реализацию;
 - б) обеспечить на соответствующих территориях реализацию мероприятий, предусмотренных Планом.
4. Определить необходимым систематическое рассмотрение результатов выполнения мероприятий Плана на заседаниях оперативного штаба по вопросам обеспечения устойчивости развития экономики Кабардино-Балкарской Республики.

Глава Кабардино-Балкарской Республики К. КОКОВ

город Нальчик, 6 апреля 2020 года, №40-ПГ

В минувшую субботу по инициативе Главы КБР К.В. КОКОВА состоялась акция, организованная Духовным управлением мусульман КБР совместно с предпринимателями республики. Поддержку получили 2294 малоимущие семьи Кабардино-Балкарии, находящиеся в эти дни в условиях самоизоляции в связи с мерами по предотвращению распространения коронавирусной инфекции.

Раис-имамы муниципальных районов и городских округов вместе с добровольцами передали продуктовые наборы имамам населенных пунктов, которые распределили их нуждающимся семьям. Духовное управление мусульман выразило признательность и благодарность Главе КБР Казбеку Кокову и всем предпринимателям за оказанную поддержку нуждающимся семьям в это непростое время.

Подобные акции от лица общественных организаций и простых граждан республики организованы по всей республике.

Так, в понедельник при входе в супермаркет «Вестер-Гипер» состоялась бесплатная раздача защитных многоцветных масок для всех нуждающихся, не имеющих возможности по тем или иным причинам их приобрести. Инициатором акции выступил информационный акаунт

ВРЕМЯ ПОМОГАТЬ

@kbr_obyavleniya07 при поддержке волонтерского движения «Ассоциация молодежи Нальчика».

Защитные маски в последние недели были самым востребованным и дефицитным товаром. Именно поэтому предприниматель из п. Каштата Черковского района Арсен ОЛЬМЕЗОВ по личной инициативе решил раздавать их всем, кто обратился к нему. На его акции отозвались не только те, кто в них нуждался, но и около 30 женщин, готовых безвозмездно шить маски на дому. Это жительницы разных населенных пунктов республики. Небезразличные люди вылезали оказать помощь и в их распространении. «Маски привозили в те микрорайоны Нальчика, откуда поступало больше всего звонков, - сказал Арсен. - Мы общались, к каким именно торговым точкам люди могут подходить, чтобы забрать маски. Доставляли и в другие районы республики, откуда поступали звонки». На сегодняшний день роздано более трех тысяч масок многоцветного использования.

В ходе этой акции А. Ольмезов параллельно оказал поддержку и 30 особо нуждающимся семьям:

кому-то продуктами, а кому-то еще и финансово, в зависимости от их материального положения.

В эти дни не осталась в стороне и КБРОО «Территория добра» в Лескенском районе. Руководитель - главный редактор «Лескенской газеты» Залина САБАНЧИЕВА. Круг решаемых организационных вопросов широк. В их числе и срочная адресная помощь. За время существования им удалось оказать помощь десяткам семей: финансовую - 25 семьям, одеждой, продуктовыми наборами - 136.

- В связи со сложившейся ситуацией, когда многие оказались в тяжелых условиях, мы решили внести свой небольшой вклад в дело поддержки малоимущих, проживающих в Лескенском районе, хотя бы продуктами питания, - сказала З. Сабанчиева. - По мере необходимости привлекаем арендаторов, предпринимателей, которые всегда готовы помочь «Территории добра». Лично принимает участие в наших акциях и глава района Сафарби ИНЖИЖОКОВ, оказывая нам существенную помощь. По его инициативе и при поддержке спонсоров продуктовые наборы раздали 50 семьям.

Алена ТАОВА

ЧИСЛО ОБРАЩЕНИЙ К ВОЛОНТЕРАМ РАСТЕТ

- Региональный волонтерский штаб по оказанию помощи пожилым людям всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики» открылся в Кабардино-Балкарии 18 марта, - рассказывает его руководитель Залина КУШХОВА. - Сейчас наша основная задача - выполнение просьб граждан, находящихся в самоизоляции в связи с пандемией. У нас работают три группы: волонтеры-онлайн, волонтеры штаба и выездные волонтеры. Но сначала люди звонят на единую бесплатную «горячую линию» по номеру **8-800-200-34-11**. Затем обращения обрабатываются в региональном штабе, для этого волонтер звонит по телефону, который оставляет на «горячей линии» пожилой человек, и уточняет заказ. Если это продукты, подробно спрашивает: какая цена приемлема, в каком магазине лучше покупать, сколько, какую пачку, какого цвета и т.д. Потом передает эту заявку выездному волонтеру. Тот покупает и отвозит по адресу. Чаще всего он развозит заказы на своем автомобиле, но также есть люди, которые предлагают услуги водителя бесплатно.

Время от заказа до доставки всегда разное, потому что зависит от многих факторов, в первую очередь от количества заявок. Обычно их больше всего поступает с утра. На «горячей линии» граждан предупреждают о возможном времени ожидания, но мы стараемся максимально быстро их выполнить, не откладывая на более позднее время.

Пожилые люди, относящиеся к категории 65+, просят в основном продукты и лекарства. Как правило, это одинокие люди или пожилые граждане, у которых есть родственники, но они тоже входят в возрастную группу риска. Просят также оплатить услуги ЖКХ и вынести мусор. Если что-то необходимо срочно, другие заказы откладываем и выполняем просьбу. Например, забрать лекарства из онкодиспансера и отвезти по адресу или съездить от имени заявителя к врачу и забрать назна-

чение. Для этого есть специальные волонтеры. Конечно, бывают и нестандартные просьбы. Как-то поздно вечером пожилой человек попросил спички, так как ему нечем было зажечь газовую плиту, чтобы разогреть еду. Отвезли. В другой раз рано утром на мой личный номер позвонила пожилая женщина в состоянии паники, сказала, что у нее закончилось лекарство от сахарного диабета, а нужно срочно. Я в тот момент даже не подумала, что можно съездить в дежурную аптеку, у меня самой мама - диабетик, поэтому взяла у нее пластиночку такого же лекарства и отвезла.

Мы с удовольствием пополняем ряды волонтеров. Ограничения есть только по возрасту, принимаем с 18 лет. Желание регистрируются на официальном сайте, и после того как приходит подтверждение, проходят обучение. Оно состоит из просмотра нескольких блоков: видеороликов и онлайн-тестирования. Если обучение прошло успешно, выдается сертификат волонтера. Все волонтеры каждый день перед работой проходят инструктаж. Важно, чтобы у них не было никаких признаков ОРВИ. Утром и вечером измеряем им температуру. Чтобы обезопасить во время работы, экипируем масками, перчатками, все одноразовое, и дезинфицируем средствами. Даже если волонтер сидит в штабе и не выезжает по заявкам, все равно каждые два часа меняет маску.

На сегодня у нас действуют 160 волонтеров. Ребята работают с утра до восьми вечера. Помощью охвачена вся республика, в каждом районе действуют свои волонтерские штабы. Волонтеры не заходят в дом, это основное условие их работы. Стараются на расстоянии 1,5 метра передать заказ и быстро отойти, так же происходит оплата. Дополнительные трудности возникают, если бабушка, например, не может вытянуть руку на необходимое расстояние, а ей еще надо расписаться в планшете в

получении заказа. Отдельная информация для тех, кто опасается мошенников: волонтер знает номер заявки получателя и обязательно сообщает его в начале общения. Личность каждого волонтера можно проверить, обратившись в волонтерскую организацию региона.

Наши волонтеры в основном - студенты медицинских колледжа и медицинского факультета КБГУ. Для них это хороший практический опыт, они работают с удовольствием, рады, что вносят вклад в общую борьбу с пандемией. Но число обращений с каждым днем растет.

Психологическая помощь

- Очень важна в период самоизоляции психологическая помощь. Поэтому более 500 квалифицированных волонтеров-психологов включились в работу круглосуточной «горячей линии». Теперь каждый обратившийся на нее для помощи в вопросах, связанных с коронавирусной инфекцией COVID-19, гарантированно сможет не только оставить заявку на оказание различных социальных услуг, но и получить поддержку специалистов в области психологии. Волонтеры-психологи также будут оказывать поддержку всем участникам акции и особое внимание уделять операторам «горячей линии»: обучать техникам самостоятельного снятия стресса, курировать онлайн-чаты, проводить ежедневные онлайн-тренинги, направленные на развитие навыков борьбы со стрессом.

В основном свою помощь в организации квалифицированной психологической помощи предлагают частные специалисты. Но и крупные профильные некоммерческие организации не остались в стороне, например, эксперты общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги задействованы в проверке компетенций волонтеров, подготовке образовательных материалов и в текущей поддержке добровольцев «горячей линии».

Ольга КАЛАШНИКОВА



• СЕМЕЙНЫЙ ПОРТРЕТ

В КАЖДОМ ИЗ НИХ – ЧАСТИЧКА МЕНЯ...

ЧЕЛОВЕК ЗЕМЛИ

- С Ахметом мы познакомились еще в школьные годы, - рассказывает она. - Вообще трудно быть незнакомыми, когда живешь в одном селе и учишься в одной школе. Но обратили друг на друга внимание не скоро. А когда я училась на 4-м курсе КБГСХА, мы поженились. Все получилось как-то неожиданно. Потому что никогда не говорили о свадьбе. Но от судьбы не уйти. В новой семье сразу почувствовала себя как дома. Сейчас наши дети души не чают в бабушке с дедушкой. Особенно Адиса хвостиком ходит за бабушкой. А свекру я посвятила стихотворение - об одном случае из его жизни.

Ахмет очень любит землю, на которой родился и вырос, занимается нашим большим садом. В этом он настоящий профессионал. Очень любит свое дело. Несмотря на молодой возраст, многое знает и умеет в садоводстве. Можно сказать, что это семейное дело. Ахмет с детства наблюдал за работой отца. Выезжал с ним в поле, смотрел, как вспахивают землю, сеют, ухаживают за урожаем, убирают. Очень рано научился управлять сельскохозяйственной техникой. В 13-14 лет ему уже много чего доверяли. Любит работать на земле и даже на ошупь может определить, что нужно сделать, чтобы получить хороший урожай. То же самое и с деревьями. Скрещивает разные сорта яблок, постоянно экспериментирует. Откровенно говоря, я далека от всего этого, как и он от моих стихов. Но нам интересно рядом, мы во всем поддерживаем друг друга.

ГЛАВНОЕ В ЖИЗНИ - ДЕТИ

- Беременность - это волшебное состояние. Меняется абсолютно все. Когда ждала Алима,



Залина БЕКБОЕВА-ШИПШЕВА с супругом Ахметом из с. Аргудан Лескенского района воспитывают троих детей – Алима, Адису и Ассану. Экономист по образованию, многодетная мама, рукодельница, увлекающаяся еще и поэзией, Залина рассказала нам о семье, детях и досуге.

увлеклась кроссвордами, хотя никогда их не любила. Сейчас сыну 11 лет. Ему интересно все, что связано с космосом и конструированием. Еще очень увлекается готовкой. А как мы знаем, лучшие повара получают из мужчин.

С Адисой очень захотелось вязать. Сейчас ей пять лет. Не по годам смысленная, все знает и понимает, всем командует. Занимается художественной гимнастикой и национальными танцами. С легкостью читает стихи как на русском, так и на кабардинском языках. И как настоящая барышня любит наряжаться и коллекционировать косметику.

А с Ассаной я начала делать украшения ручной работы. Мне был интересен процесс. Дальнейшая реализация этих украшений не являлась главной целью. Бывало, что сидела до часа ночи, смотрела видеоуроки по плетению узелков

или вышиванию ободков. Многие из того, что делаю, впоследствии раздариваю. Это удовольствие бросать не собираюсь. Наоборот, в голове рождаются новые идеи. Их тоже хочется воплотить в жизнь. Ассане 1,5 года, старается все повторять за братом и сестрой. Старшие носятся с сестренкой и говорят: «Как мы раньше жили без нее?»

Я стараюсь привить детям уважение к старшим, к родителям, любовь друг к другу. Ассанка, конечно, еще маленькая, но Алиму говорю, что моего доруже сестер у него нет, а Адисе, что братик и сестренка - самые важные и родные люди в ее жизни. Учу их состраданию и помощи. Стараюсь быть другом для своих детей. Мне кажется, что так будет лучше и проще находить с ними общий язык. Мне важно, чтобы они могли делиться со мной своими мыслями и переживаниями. А папа

для них - самый лучший друг, который нередко устраивает им пикники на природе. Сейчас с нетерпением ждут прихода лета.

И ТУТ ПРИШЛО ВДОХНОВЕНИЕ...

- Откровенно говоря, я не планировала стать экономистом. Хотела поступать на филологическое отделение. Но стечение обстоятельств на тот момент повлияло на конечный результат. По профессии работала около пяти лет - в бухгалтерии управления образования Лескенского района. Сейчас моя главная работа - дети.

Но достаточно много времени уделяю и своему увлечению стихами. Ими стала интересоваться уже в пятом классе. Помню, завела общую тетрадь с моими текстами.

Среди них были и стихи о го-рах и Пушкине. Обожаю учить

его стихи. Великий поэт и сейчас является моим кумиром. Тогда мечтала и воображала себя великой писательницей в будущем.

Раньше я не предавала особого значения своему увлечению. Но в последние годы возникла необходимость делиться с другими. Сейчас мои стихи опубликованы в детском журнале «Нур», жду выхода номера журнала «Ошхамахо» со стихами о моей бабушке, а также выхода песен - где-то я автор слов, а где-то слов и музыки. Снимаю видео, планирую посетить литературный проект «Два часа поэзии». Идей и задумок много. Буду стараться воплотить их в жизнь.

Одна из них уже осуществилась. Был снят клип к одному из моих стихов - «Шылац эман адыгэр шапхъэу». Сюжет видео пришел мне в голову и не давал покоя. Оно как призыв и обращение к современникам. К сожалению, многое из того, что ценилось и оберегалось нашим народом веками, безвозвратно уходит. Мы рады перенять любые традиции, уклад и форму одеяния. В то время наши предки были примером для других народов.

В начале года я была отмечена на международном молодежном фестивале «Премия Каспий-2020», которая, как пишут сами организаторы, проводится для самых творческих и амбициозных.

Всего этого не было бы без отзывчивых и добрых людей, влюбленных в свое дело.

Благодарна за все видеографу Алиму ХАПЦЕВУ и владельцам салонов национальной платья Заире ХАМУРЗОВОЙ-ГУЧАЕВОЙ и Сусанне СИГУТА.

Алена ТАОВА.
Фото

из семейного архива

РАБОТАЮЩИЕ ГРАЖДАНЕ СТАРШЕ 65 ЛЕТ ПОЛУЧАТ ПРАВО УЙТИ НА БОЛЬНИЧНЫЙ ДО 19 АПРЕЛЯ

Работающие граждане старше 65 лет, выбравшие режим самоизоляции, смогут получить больничный с 6 по 19 апреля. Назначение пособия по временной нетрудоспособности в связи с карантином не потребует заполнения каких-либо документов. Оплата больничного листа придет напрямую из средств Фонда социального страхования.

«В условиях пандемии мы должны обеспечить людям пожилого возраста возможность остаться в режиме самоизоляции. Ранее Минтруд рекомендовал переводить сотрудников старше 65 лет на удаленную работу. Чтобы обеспечить права граждан старшего возраста, сфера деятельности которых не предполагает удаленной работы, реализована возможность для получения больничного для всех

выбравших режим самоизоляции работающих граждан старше 65», - заявил министр труда и социальной защиты РФ Антон КОТЯКОВ.

Работодатель должен будет перевести граждан из группы риска на удаленную работу с выплатой полной заработной платы или передать в Фонд социального страхования данные для оформления пособия по временной нетрудоспособности.



Расчет пособия по временной нетрудоспособности для граждан пожилого возраста будет проходить по общим правилам. При стаже более восьми лет дни нетрудоспособности оплачиваются в стопроцентном размере. За базу берется среднемесячный заработок, но не более макси-

мально возможного размера пособия (средний максимальный размер - 69961,65 рубля в месяц).

Выплата пособий будет осуществляться ФСС России одновременно за весь указанный период в течение семи календарных дней со дня формирования электронного листа нетрудоспособности.

Напомним, ранее Минтрудом совместно с Фондом социального страхования был реализован механизм дистанционного назначения пособия по временной нетрудоспособности лицам, вернувшимся из-за рубежа, и совместно проживающим с ними гражданам.

Мадина МАХОВА

ЛЕТИТ, ЛЕТИТ ПО НЕБУ КЛИН УСТАЛЫЙ...

В преддверии 75-летия Победы наша рубрика «Сельский репортер» немного изменила угол своего зрения. Предлагаем нашим читателям подборку памятников героям Великой Отечественной войны в селах Кабардино-Балкарии.

Очень часто именно их состояние может многое сказать о селе. Какие-то из них всегда ухажены независимо от даты на календаре. Некоторые выглядят скромно, но видно, что для села многое значат и устанавливались буквально на народные средства. Какие-то персонафицированы, потому что многих героев той войны, выходцев из села, старожилы знали лично или знали их семья. Поэтому часто образ ветерана войны является образом собственного героя, которым гордится село и память о котором передает следующим поколениям. Они, как те самые журавли, о которых писал Расул ГАМЗАТОВ...

Марина БИТОВА.
Фото автора



с. Озрек



с. Атажукино,
высота 910



с. Ерошко



с. Верхний Акбаши



с. Безенги



ст. Екатериноградская



с. Каменноостское



с. Лечинкай



с. Инаркой



с. Урух



- Римма Хамидбиевна, как у вас возник интерес к психологии?

- Я всегда с благодарностью вспоминаю своих учителей, которые научили меня удивляться миру и познавать его. Первыми и самыми дорогими учителями для меня стали мои родители. Мой отец, Хамидбий Таламович БАГОВ, был учителем химии и биологии, мама Мариям Хасановна – учителем начальных классов в средней школе № 4 села Нижний Куркужин. Сейчас я понимаю, что наша семья сильно отличалась своими приоритетами и ценностями от среднестатистической. В детстве мне казалось само собой разумеющимся количество книг, которое было у нас в доме. Теперь я думаю, как где и главное – на какие средства мои родители, молодые сельские интеллигенты, у которых было трое детей, все это покупали? Иногда мне задают вопрос, как приучить ребенка к чтению? Самое главное, чтобы в доме были книги. И, конечно, чтобы сами родители читали. В детстве я читала все книги подряд. Они были самые разноплановые. Кроме художественной литературы, было много научно-популярной. Причем не только по химии и биологии, что еще было бы понятно. У нас были книги по занимательной математике, физике, географии, астрономии, и я их с увлечением читала. В конце концов, пришла к выводу, тогда, конечно, не до конца осознанному, что для меня живое интересное неживо. Так началось увлечение моей первой профессией – биологией. Большую роль в этом сыграли книги замечательного путешественника, натуралиста Джеральда ДАРРЕЛЛА.

Постепенно мой интерес к биологии стал трансформироваться в интерес к самому сложному явлению в сфере живого – человеческой психике.

- Тогда книги по психологии были не так доступны.

- Их приходилось искать. Мне удалось найти и прочитать несколько книг извест-

ПСИХОЛОГИЯ КАК ИЗУЧЕНИЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ДУШИ

Сейчас уже никто не оспаривает нарастающую популярность психологов. К ним обращаются родители, если не справляются с детьми, ищут помощи супруги, когда брак трещит по швам, потерявшим близких кажется, что только психологи вернут им душевное равновесие. Наверное, их возможности преувеличены, однако факт, что в развитых странах настоятельные люди всегда в связи со своими психологами. В постперестроечное время и в российских учреждениях образования психологи заняли свою нишу. Сегодня у нас в гостях доцент института педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования КБГУ Римма БАГОВА.

ного психотерапевта Владимира Львовича ЛЕВИ, он и сейчас является одним из моих любимых авторов. Но зарубежных психологов тогда не издавали. Отчетливо помню, как мне прислали книгу ФРЕЙДА, которую никогда не видела. Прислал большой том (по габаритам как словарь ОЖЕГОВА) в коричневом переплете, на котором золотыми буквами было написано «Зигмунд Фрейд». Имя я, конечно, знала. Пошла в нашу республиканскую библиотеку. Там была только маленькая брошюрка, посвященная критике буржуазной теории Фрейда. Его тогда просто не издавали. Начали появляться мысли о том, что стоит получить второе образование, уже по психологии. Но ближайший факультет психологии был в Ростове-на-Дону, что было достаточно проблематично.

В это время произошло судьбоносное для меня событие. Главный психолог Гособразования СССР Александр Григорьевич АСМОЛОВ стал заместителем министра образования РФ. В школах решили ввести штатную единицу психолога. Поскольку людей с соответствующим образованием не было, приняли решение, что подготовкой специалистов займется МГУ им. М.В. Ломоносова, где был создан специальный факультет практической психологии образования. Филиал этого факультета был открыт на базе Кабардино-Балкарского института повышения квалификации. Это стало возможным благодаря усилиям доктора психологических наук Мухамеда Каншобиевича КАБАРДОВА, который стал деканом нашего филиала. Эту идею поддержал и Хажисмель Гисович ТХАГАПСОВЕ, бывший тогда министром образования КБР. Мне повезло поступить на этот факультет и окончить его в 1994 году.

- Вам запомнились эти годы?

- Я училась с большим удовольствием и интересом, потому что нашей подготовкой занимались лучшие преподаватели факультета психологии МГУ и Психоло-

гического института РАО. Не могу не вспомнить Валерия Викторовича ПЕТУХОВА, которого считаю непревзойденным лектором, он читал у нас курс по общей психологии, Инну Владимировну РАВИЧ-ЩЕРБОУ, читавшую курс психогенетики (она является основателем российской школы психогенетики). Я, конечно, не могла тогда до конца понять и оценить уровень подготовки наших преподавателей. Понимание и благодарность пришли со временем. Но помню, как была поражена, когда, зайдя в книжный магазин в Москве (приехала поступать в аспирантуру) и подойдя к стендам с психологической литературой, увидела фамилии своих преподавателей, их книги стояли рядами, и я читала знакомые фамилии с чувством нарастающей гордости. Я поступила тогда в очную аспирантуру Института развития личности РАО и защитила диссертацию кандидата психологических наук в 2000 году. Эти годы вспоминаю с двояким чувством. Было очень тяжело, достаточно вспомнить кризис 1998 года. Но рядом со мной были необыкновенные люди. С огромной благодарностью вспоминаю своего научного руководителя – доктора психологических наук, профессора Николая Евгеньевича ВЕРАКСА, который для меня стал образцом человечности, лицемерием профессиональной и научной культуры.

- Что такое психика или душа?

- Это наш внутренний мир. Вне этого мира для человека ничего нет. Контакт с внешним миром возможен только через внутренний мир. Каков внутренний мир, таково и восприятие внешнего. Вы представляете, насколько важно в этом субъективном мире ориентироваться, понимать его законы? Конечно, каждый человек учится этому, но стихийно, интуитивно. Я часто задумываюсь: почему в школе дети изучают все что угодно, но не психологию? Не у каждого человека есть дома микроскоп, электростанция, не говоря уже об обсер-

ватории или синхрофазотроне. А психика есть у каждого человека. И каждый должен ей правильно управлять. От того, насколько успешно у него это получается, зависит все. У многих получается достаточно успешно без всякого психолога и психологии. Потому что есть многовековая житейская, бытовая психология. Но ведь мы не хотим сейчас ограничиваться только бытовой медициной, правда?

- Может ли психолог помочь себе?

- Может. Это не значит, что он, как Мюнхгаузен, вытаскивает себя за волосы из болота. Просто человек со временем становится более личностно проработанным в силу постоянной рефлексии, анализа ситуации и самоанализа. Это, во-первых, меняет отношение к проблемам, во-вторых, расширяет пространство возможного действия. Это не исключает возможности и желательности взаимодействия с коллегами, в том числе по поводу собственных проблем, это одна из составляющих профессиональной культуры. Нерешенные или вытесненные проблемы психолога только и ждут случая спроецироваться на клиента и испортить всю работу, как нас предупреждают классики психологии.

- А близким можете?

- В отличие от себя помогать близким очень проблематично. Для них ты прежде всего дочь, сестра, тетя, подруга и так далее. Можно помочь, оставаясь в той роли: дать совет, утешить, морально или материально поддержать. Можно посоветовать хорошего психолога. Но быть для родных психологом нам не дано. Механизмы, которые предопределяют успех психологической работы (сопротивление, перенос, раппорт и т.д.), искажаются и не работают в таких условиях.

- Думаю, многие из нас считают своей проблемой что-то незначительное, не обращая внимания на главное.

- Как правило, проблема, с которой приходит клиент, не та, что решается в конечном итоге. Правильно сформулировать проблему – сделать первый шаг к ее решению. При такой переформулировке может поменяться отношение к проблеме. После этого начинается поиск ресурсов и возможных путей решения. Все очень по-разному, в зависимости от того, какой клиент, какая проблема и какой подход мы используем. Но я бы хотела подчеркнуть, что это принципиально отличается от процесса дачи советов. Это создание условий для поиска и принятия клиентом собственного решения. Психолог лишь помогает человеку решать сложные внутренние проблемы.

Елена АППАЕВА

ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА К 75-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ

Пенсионный фонд России в соответствии с поручением Президента РФ Владимира ПУТИНА до конца апреля предоставит единовременную выплату ветеранам к 75-летию Победы в Великой Отечественной войне. Половина выплат будет доставлена до 10 апреля, к середине месяца средства получат большинство ветеранов.

Предоставляется выплата к 75-й годовщине Победы беззаявительно, на основе имеющихся у Пенсионного фонда данных. Согласно Указу 75 тысяч рублей выплачивается инвалидам Великой Отечественной войны; ветеранам Великой Отечественной войны из числа лиц, указанных в подпунктах 1-3 пункта 1 статьи 2 Федерального закона «О ветеранах» № 5-ФЗ от 12 января 1995 года; бывшим несовершеннолетним узникам концлагерей, гетто и других мест принудительного содержания, созданных фашистами и их союзниками в период Великой Отечественной войны; вдовам и вдовцам военнослужащих, погибших в период Великой Отечественной войны, войны с Финляндией и с Японией; вдовам и вдовцам умерших инвалидов и участников Великой Отечественной войны. Выплата в размере 50 тысяч рублей предоставляется: ветеранам Великой Отечественной войны из числа лиц, указанных в подпункте 4 пункта 1 статьи 2 Федерального закона «О ветеранах» № 5-ФЗ от 12 января 1995 года, бывшим совершеннолетним узникам нацистских концлагерей, тюрем и гетто.

В Кабардино-Балкарии выплату к юбилею Победы получат 2623 человека: из них 738 человек – в размере 75 тысяч рублей, 1885 – в размере 50 тысяч рублей соответственно.

ПФР 26 марта профинансировал доставку первых выплат ветеранам на сумму 17,7 млрд рублей. Средства направлены «Почте России» и другим почтовым организациям, которые в настоящее время доставляют пенсии и пособия большинству ветеранов. Выплата к юбилею Победы предоставляется дополнительно к ежегодной майской выплате 10 тыс. рублей, которая положена участникам и инвалидам Великой Отечественной войны в соответствии с Указом Президента РФ № 186 от 24 апреля 2019 года.

ПФР ПРОДЛЕВАЕТ ВЫПЛАТЫ ГРАЖДАНAM

Пенсионный фонд России согласно поручению Президента Владимира Путина приступает к беззаявительному продлению выплат, право на которые по закону необходимо периодически подтверждать документально.

Прежде всего это касается пенсий и ежемесячных выплат из материнского капитала. Получателям пенсии по потере кормильца, которым исполнилось 18 лет, в ближайшие месяцы не нужно обращаться в Пенсионный фонд, чтобы подтвердить факт обучения и таким образом продлить выплаты. Вплоть до 1 июля прохождение обучения будет подразумеваться по умолчанию. При этом территориальные органы ПФР примут решение о

продлении выплаты пенсии учащимся, в том числе на основе данных, поступающих из учебных заведений, а также имеющихся сведений о трудовой деятельности. Такой же порядок применяется и в случае выплаты пенсии по доверенности. Закон в такой ситуации предписывает пенсионеру раз в год засвидетельствовать получение выплат путем личной явки в клиентскую службу Пенсионного фонда или достоящую организацию, например, в банк. До июля факт получения пенсии будет подразумеваться по умолчанию, средства пенсионеру продолжат поступать даже по истечении выплата периода.

Также не надо обращаться в Пенсионный фонд семьям, которым предоставляется ежемесячная выплата из материнского капитала, чтобы подтвердить доходы и соответственно право на эту меру поддержки. Порядок продления выплат из материнского капитала для семей с низкими доходами будет действовать до 1 октября 2020 года.

Автоматическое продление выплат будет реализовано и для получателей социальной пенсии, у которых нет зарегистрированного места жительства на территории России. Таким гражданам пенсия согласно закону назначается при условии личного заявления, подтверждающего фактическое место жительства. В дальнейшем заявление надо представлять раз в год, чтобы не потерять право на выплату. Этот порядок в настоящее время приостановлен.

Подготовила Фатима ДЕРОВА



НЕ ЛЮБЛЮ ВЫРАЖЕНИЯ «НИЧЕГО ЛИЧНОГО»

ГЛАВНОЕ - НЕ БОЯТЬСЯ И ВЕРИТЬ В СЕБЯ

- Мой папа очень любит смотреть местное ТВ, в 2012 году он увидел рекламу, что телеканал объявил кастинг на должность редактора-ведущего программ. Предложил мне принять участие в этом конкурсе и испытать свои силы. На тот момент я была выпускницей колледжа дизайна БГУ по специальности «дизайн костюма», который окончила с красным дипломом, и являлась студенткой 3-го курса СКГИИ по специальности «культурология».

После долгих размышлений, с большими сомнениями и страхами, решила на это испытание, хотя до этого не имела никаких отношений к масс-медиа. Меня приняли с испытательным сроком, который продлился год. Я знакомилась с концепцией ТВ: пересмотрела много архивных материалов телеканала, чтобы понять, как работает этот сложный механизм под названием «телевидение», писала сценарии, пробовалась на камеру.

Для меня, девочки, которая мечтала о карьере дизайнера, представляющего свои коллекции на мировых подиумах, эта сфера была в диковинку. Не все получалось сразу, были пробы и ошибки, и я благодарю своих наставников в лице главного редактора вещания на русском языке Асият БИЖОЕВОЙ, замдиректора ТВ Светланы ТОКМАКОВОЙ, своих старших коллег за подсказки, советы, терпение, понимание и доброе отношение. Очень люблю и уважаю свой коллектив - это настоящие профессионалы своего дела, которые работают в режиме нон-стоп.

Чтобы понять, кто ты, нужно пробовать себя в разных ипостасях, и тогда будешь точно знать свое истинное предназначение. Мое - журналистика, теперь я знаю это наверняка. Главное - не бояться и верить в себя.

ЗРИТЕЛЬ ОБЛАДАЕТ ТОНКИМ «ОБОНЯНИЕМ»

- На ВТК КБР работаю уже семь лет. С мечтой стать дизайнером журналистика меня только объединила, так как моим первым авторским проектом стал тележурнал «Модный сезон». Я пересмотрела много передач и фильмов о моде, перечитала большое количество книг о стиле и фэшн-индустрии. И, наконец, он вышел в эфир 8 марта, в Международный женский день. Ну разве не интересно узнать, например, как Диор построил свою



Наш собеседник - телеведущая ВТК «Кабардино-Балкария» Диана МАРЖОХОВА

лы концептуальной стрижки «Деметриус» Дмитрий ВАШЕШНИКОВ.

После нескольких выпусков мы поняли, что идея одобрена зрителями, потому что начали приходить звонки и сообщения с похвальными отзывами, и это было самое приятное - знать, что попали в точку. И вот ежемесячно «МС» выходит на телеканале «1КБР», и каждый раз мы стараемся сделать его лучше, интереснее и насыщеннее, чтобы зритель не уставал от однообразия и с нетерпением ждал следующего выпуска.

Помимо этого, на нашем канале четыре года реализовывался проект «Современник», где мы знакомили зрителей с талантливыми людьми КБР, России и соотечественниками за рубежом, которые достигли высот в профессиональной сфере. Задача журналиста - в каждой беседе не просто раскрыть человека, но и дать ему возможность поделиться чем-то важным со зрителем, стать для кого-то мотиватором. Важно задать гостю вопросы, которые зрители сами хотели бы произнести. Вообще зритель обладает тонким «обонянием» и всегда чувствует как искренность, так и фальшь. Эту простую истину я поняла после своих первых съемок. «Современник» дал мне не только

империю и стал родителем стиля «new look», как траурное «маленькое черное платье» Шанель стало главным предметом женского гардероба, почему красивый цвет стал символом Валентино. На праздничные выпуски мы приглашали артистов кавказской эстрады, которые выступали с зажигательными номерами, также устраивали мастер-классы от стилистов, визажистов и дизайнеров. Кроме этих сведений, мы всегда стараемся донести до зрителей мысль, что мечта у каждого в кармане, необходимо просто заглянуть туда.

Никогда не забуду встречу с гуртом отечественной моды Вячеславом ЗАЙЦЕВЫМ в рамках GROZNY FASHION WEEK-2014. Его интервью стало для меня самым запоминающимся событием. Я была поражена его выдержкой, великодушием, профессионализмом и тем, как он находил для каждого человека особенные, «адресные» слова. После интервью похвастала перед ним своей собранной в косу прической и попросила оценить, насколько она удачна, на что он ответил в своей манере: «Божественно, моя дорогая, божественно», после чего мы сделали совместное фото. Благодаря талантливому стилисту-визажисту Анастасии БОНДАРЬ-ТЛЕХУГОВОЙ, которая была ведущей одной из рубрик «МС», также довелось пообщаться с такими значимыми фигурами фэшн-индустрии, как российский топ-стилист Аркадий СОКОЛОВСКИЙ и директор шко-

лы возможность поработать с ними. Очень уважительно отношусь к американской телеведущей и актрисе Опре УИНФРИ. Несомненно, она является целой эпохой американской тележурналистики и одаренным психологом, располагающим к себе собеседника настолько, что он непроизвольно выдает о себе всю информацию. Это и есть настоящий профессионализм!

ЭСТЕТИКА КАДРА

- Для меня в приоритете то, что хочет видеть зритель, а я как автор должна сделать это максимально полезно, интересно и, конечно же, красиво, потому что эстетика кадра очень важна. Благодаря новым условиям и современному техническому оснащению на нашем ТВ появилось больше возможностей для реализации своих идей. И это здорово! На бумаге рождается идея, а на монтаже все оживает. За время работы я освоила монтаж, и это во многом упрощает творческий процесс. Но я перфекционист, поэтому крайне редко бываю довольна своей работой, для меня общая картина зависит от нюансов. Так и в жизни: вы не можете наслаждаться конечным результатом, пока в пазле не хватает даже одной детали, то есть мелочи определяют итог вашего дела. То, что республиканское телевидение идет в ногу со временем, сохраняя традиции, это правда! Это и есть лозунг нашего телеканала, который оправдывает себя в полной мере. Самое главное - умение работать в команде. Мы все звенья одной цепи, в каждом важен каждый человек, каждый значимый и особенный. Без этого понимания не будет качественной работы. Мне очень не нравится выражение «ничего личного», убеждена, что все начинается с личного отношения к делу. Я никогда не смогла бы относиться к профессии как к «не личному делу». Нет ничего лучше, чем найти себя в этом мире, а мой мир - зазеркалье в объективе. Никогда не забуду, как наш телезритель принес нам на работу огромную коробку красных тюльпанов, которые вырастил сам. Был безумно приятен такой щедрый жест. Хочу поблагодарить всех зрителей за добрые слова, за время, которое уделяете нам в эфире, за то, что в соцсетях держите с нами связь. Хочу, чтобы наши зрители знали: мы их очень любим и уважаем!

Ольга КАЛАШНИКОВА.
Фото Астемира Шебухова

• АКТУАЛЬНО

Время накопления

Вынужденное сидение дома стало для многих неожиданностью. И хотя мы постоянно жалуемся на нехватку свободного времени, сейчас не очень понятно, что с таким его количеством делать. Впрочем дело даже не в самом наличии досуга, а в замкнутых условиях, в которых мы оказались.

Чтение - естественный и привычный вид досуга, но, к сожалению, эта привычка встречается все реже. Есть, впрочем, выход для тех, кто хочет самосовершенствоваться, а читать не очень. Здесь и всевозможные ютуб-каналы, и сайты, и онлайн-экскурсии в музеях.

Постараемся подобрать самое интересное, на наш взгляд. Но так уж получилось, что эта подборка будет выстроена в основном вокруг литературы и искусства. Начнем с «Арзамаса»

- подлинно просветительского ресурса, который реализуется в двух основных формах: сайт и приложение для смартфона. Последнее называется «Радио «Арзамас» и представляет собой собрание курсов аудиолекций по основным направлениям современной гуманитарной науки: история, антропология, литературоведение, искусствоведение, философия и т.д. Также здесь публикуются интересные подкасты, различные материалы и т.д. Можно ли открыть новый язык в XXI веке? Как философы понимают искусство? Почему Сальвадор Дали - великий художник? Что мы знаем о

жизни оленеводов на Ямале? Какие секреты скрывает «Евгений Онегин»? На эти вопросы есть ответы только здесь - в «Радио «Арзамасе». Сейчас действует промокод для доступа к полному контенту приложения. Самое время начать слушать. Вторая часть проекта - сайт, перечитать который не хватит периода самоизоляции даже с учетом его продления. Что важно отметить в отношении этого ресурса, так это то, что «Арзамас» может быть каким угодно, но только не скучным. Ребята, делающие его, настолько виртуозно владеют теоретико-методологической

научной базой и современными технологиями, что не «залипнуть» на сайте никак не получится. Здесь же можно найти текстовые расшифровки многих лекций.

Настоящий литературный деликатес подготовил для своих зрителей Абхазский государственный русский театр драмы им. Ф.А. Искандера, или просто **РусДрам**. Каждый вечер в своем ютуб-канале он выкладывает записи чтения произведений абхазских писателей в исполнении своих артистов. Обычно это короткие рассказы русскоязычных авторов, но есть и переводы с абхазского на русский. Получилась такая своеобразная визуализация популярных ныне аудиокниг.

(Продолжение на 13-й с.)



Как превратить вынужденное заточение в период новых возможностей - внутреннего, личностного, интеллектуального роста? Конечно, первым делом на ум приходит ответ о книгах.



ПРИНЯТЬ ЧУЖОГО РЕБЕНКА — ЭТО ВОЗМОЖНО?

• ЕСТЬ ВОПРОС



сейчас живут в одной. Это дает возможность формирования чувства привязанности. Ученые доказали: если до трех лет нет привязанности к кому-либо, эта пустота и отсутствие необходимого опыта могут сказаться потом».

Когда дети переходили из группы в группу, никого не выделяли из окружающих. Когда чужой человек заходил в группу, малыши все бежали к нему, а это очень плохой признак, называемый учеными «неразборчивым дружелюбием». Сейчас дети дружат уже не со всем миром, у них есть свои привязанности.

При прежней системе отсутствия связей с людьми, которых дети выделяют и любят, крайне отрицательно сказывалось на их психике: они сами укачивали себя, сосали пальцы, грызли стенки своих кроваток. Сейчас все эти признаки внутренней тревожности и неблагополучия исчезли.

Личное пространство необходимо не только взрослым, но и малышам. У каждого из них есть свои тумбочка, шкафчик, фоторамка, небольшой альбом, обувь и т.д. Часто родители оставляют своих малышей в Доме ребенка на некоторое время, чтобы создать дома все необходимые условия. Более двадцати детей – временные, а оставшихся без попечения родителей – всего несколько.

Манежей нет: ученые доказали, что они ведут к задержке психомоторного развития. И уже нет огромных групп, где воспитывались двадцать детей. Сейчас – уже не более семи. Дом ребенка приближается к модели обычного дома.

Главный врач сообщила, что процедура усыновления упрощена, и если родители отказываются от малыша, его может забрать прямо из больницы пара, состоящая в очереди на усыновление. В Дом ребенка попадают дети, страдающие недугами. К счастью, иногда находятся добрые люди, которые могут окружить их заботой.

Многие усыновители годами лечат детей и добиваются хороших

результатов. Иногда возникают трудности, когда двое или трое детей одной женщины оказываются в Доме ребенка: желание не различать их создает дополнительные трудности в поиске усыновителей. Роза КУЧМЕЗОВА из села Янкой рассказала, что они с супругом осознанно сохранили фамилию троих детей – двоих братьев и сестры, когда решились на такой ответственный шаг: чтобы дети не потеряли кровнородственные связи.

Марита Крымукова также отмечает, что многие семьи, испытывающие серьезные финансовые проблемы, могут попробовать разрешить их, оставив на время малыша в Доме ребенка. Иногда удается найти работу или в течение одного-двух лет определиться с жильем. К сожалению, далеко не все молодые люди понимают, какие финансовые затраты и моральные усилия следуют за рождением ребенка. Школ подготовки к ответственному родительству нет, разрыв связей между поколениями очевиден, результат: молодые часто испытывают страх, растерянность и неверие в себя как в родителей. Своевременная помощь общества может предотвратить распад семьи. Елизавета Жирикова рассказала, что в ее группе четверо детей из одной семьи. «Всего в этой семье семь детей: трое – в Нартане, остальные – у нас. Но мать не осуществляла должного ухода. Дети практически ничего не ели дома, кроме хлеба и чая. Мальчику уже год и четыре месяца, а он не может ходить. Они впервые попробовали суп, котлеты, пасти...»

М. Крымукова добавила, что есть небольшой список спонсоров, к которым она может обратиться за помощью в любое время. Бывает, что люди звонят и спрашивают, что надо: это обычно памперсы, развивающие игры и что-то связанное с текущими потребностями. Приходят волонтеры. Увы, всегда будут люди, которым не по плечу родительская ответственность. Когда малыш остается один, должна найтись новая семья, которая его защитит. Все семьи, которые приняли в свой дом чужих детей, считают, что они – родные.

Елена АППАЕВА

Как проводить время в условиях самоизоляции?

• ОПРОС

Сакинат СОЗАЕВА, г. Нальчик:

– Сначала немного растерялись. Мы не привыкли подолгу сидеть дома всей семьей. Первые дни каждый из нас занимался своими делами: сидели в своем планшете, телефоне или за компьютером. Иногда собирались вместе, чтобы посмотреть по телевизору фильм. Потом все это надоело и стали думать, чем бы вместе заняться? Теперь дружно собираемся на кухню не только, чтобы поесть, но и совместно что-то приготовить. Например, лепим пельмени, готовим пиццу. В процессе участвуют все. Я занимаюсь тестом, а муж с детьми фантазируют по поводу начинки. Смотрят в интернете или вспоминают то, что раньше ели в кафе. Как говорится, нет худа без добра. Когда бы еще мне помогли на кухне? А так весело и шумно проводим время.

Алина ЖИНОВА, г. Терек:

– Сложно, конечно, находить для детей интересное занятие на такой длительный срок. Проблем с тем, что они не выходят на улицу, вообще нет. Их и раньше невозможно было оторвать от интернета. Теперь с полным правом сутками сидят в своей комнате. Раз уж они много времени проводят за компьютером, то мы решили: пусть это будет с пользой. К примеру, нашли астрономические программы для детей – приложения для телефона Star Walk 2 и Star Chart. По сути, это настоящие звездные атласы. Они «визуализируют» область звездного неба, на которую наведен телефон. Изменяя его положение в пространстве, можно увидеть на экране трехмерную проекцию ночного неба с созвездиями, планетами, туманностями и другими объектами. Наши дети увлечены космосом, поэтому для нас это находка. А с этой недели началось дистанционное обучение в школе. Свободного времени значительно прибавится.

Юлия ПОРОТНИКОВА, г. Майский:

– Вступила в волонтерский центр, помогающий пожилым людям купить все необходимое. Провожу больше времени с семьей. Живу с бабушкой и дедушкой, теперь из-за карантина они чаще видят меня дома, делаются историями из своей молодости. За это время мы стали ближе, лучше понимаем друг друга, меньше звучит фраза: «когда мы были молодые, так не делали». Зачастую из-за работы мы меньше уделяем времени нашим близким. Карантин дал нам возможность больше общаться, играть в настольные игры не с друзьями, а с родными, смотреть хорошие фильмы в кругу близких. Мы смогли оглянуться и понять, что зарабатывание денег стало приоритетом в нашей жизни. Настал момент, когда каждый должен проявить всю свою любовь к близким людям.

Виктор ХАМИКОВ, г. Нальчик:

– У нас большая дружная семья – мои родители, супруга и двое сыновей. Все на домашнем карантине, появилось много свободного времени для реализации своих увлечений. Дедушка – натура творческая и подолгу занимается на балконе резьбой по дереву – делает шкатулки. Нашо время и для занятий со старшим внуком Тембулатом, который сейчас через социальные сети получает задания от тренера. С понедельника у него начались еще и дистанционные занятия в школе. В свободное время Тембулат играет с младшим братом Ирбеком в LEGO. Это их общая страсть. Бабушка балует внуков, а заодно и нас своими кулинарными изысками. Конечно, тревожно за родителей и детей. Тем более мы сейчас ждем пополнения в семье. Поэтому строго соблюдаем карантин.

– Аслан ЛОКОВ, Чегемский район:

– Возникли небольшие неудобства из-за сложившейся ситуации, особенно живущим в квартирах. У нас частный дом, свой огород, поэтому по большому счету нам некогда думать о карантине. Сейчас самое время заниматься садом и огородом. Даже хорошо, что все сидим дома – никто не увлечивает от домашних дел, ссылаясь на учебу или работу. Карантин рано или поздно закончится, а жизнь продолжится. Думаю, из любой ситуации можно извлечь пользу. Мы всей семьей больше времени проводим в огороде, ухаживаем за деревьями, сажаем овощи. Женщины устроили генеральную уборку. Это хорошее время, чтобы остановиться и расставить жизненные приоритеты.

Подготовила Елена ТАОВА

На карантине с детьми вы должны быть спокойны сами

• АКТУАЛЬНО

Как справиться со стрессом у маленьких детей, которые вынуждены большую часть времени проводить дома, как им объяснить, что это необходимо, не травмируя психику? Возможно, вам помогут советы практикующего психолога с 30-летним стажем и 20-летним опытом работы в прямом радио- и телеэфире Михаила ЛАБКОВСКОГО.

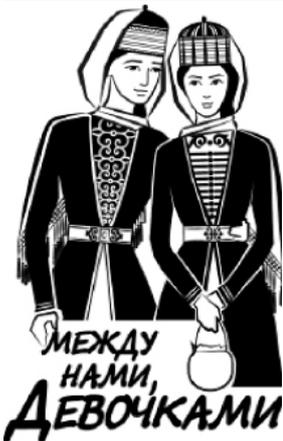
– Как успокоить детей в сложившейся ситуации? **Первое** и главное: вы должны быть спокойны сами. Если пытаетесь внушить ребенку, что все будет хорошо, покрываясь при этом красными пятнами и дрожа, как осенний лист, он вам точно не поверит. Помните о кислородной маске в самолете? Если в аварийной ситуации возникла необходимость ее использовать, наденьте маску сначала на себя, а потом на ребенка, иначе не сможете оказать помощь, потеряв сознание раньше него.

Второе. Детям не надо лгать. Не стоит сочинять им сказки, что сидите дома на карантине, потому что погода

плохая. Они все равно узнают правду. Пользуйтесь сухими фактами: есть болезнь, она заразная, и чтобы не заразиться, мы сидим дома до тех пор, пока не поступит другой информации.

Третье. Адаптируйте то, что будете говорить, под возраст ребенка. Это значит, что он должен вас понимать. Слово «карантин» знают все детсадовские дети – в подобных учреждениях это, пожалуй, одно из самых популярных слов. Спокойно отвечайте на все детские вопросы. Если не знаете, что ответить (например: «Мама, папа, а когда уже можно будет ходить в школу?»), так и скажите: «Я не знаю. Но как только будет можно, нам с тобой сообщат». Если ребенок все равно напуган, не надо высмеивать его страхи или игнорировать их. Почаще обнимайте его, говорите успокаивающие слова, будьте рядом. Чем меньше вы будете напуганы и фрустрированы, тем меньше будет переживать и ваш ребенок.

Ольга КАЛАШНИКОВА



МОИ ГОДА – МОЕ ВСЕ

В июне мне исполнится 30 лет. Я живу с родителями в селе, работаю в Нальчике. Ни с кем не встречаюсь, жениха у меня нет. В моей семье все, кроме брата, переживают по поводу моего положения и считают, что у меня критический возраст, что меня могут вообще не взять замуж. После того как я перешла возраст 25 лет, уже пять лет слышу это почти каждый день. Раньше очень любила, когда родственники приезжали к нам, и я с

родителями ходила в гости, но сейчас не люблю. Прямо спрашивают, когда я выйду замуж, нет ли у меня жениха. Считаю, что это некрасиво, но кто считает с моим мнением? Мама говорит, чтобы я не обращала внимания. Но сама тоже все время спрашивает у меня, не встретила ли я кого-нибудь. Когда слышит, что нет, начинает вслух рассуждать о том, что женщине плохо оставаться одной, что она уязвима, ее могут обидеть...

Завершается вся эта веселая мысль словами: ладно, пока мы живы, ты с нами. А когда нас не станет, как будешь жить?

У меня такое ощущение, что я старая, никому не нужна и все парни читают мои мысли о необходимости выйти замуж.

Разве так правильно? Зачем отравлять мою жизнь? Она и так очень обычная, если не сказать серая... С моей зарплатой и с моим характером не смогу стать самостоятельной и жить

отдельно от родителей. У них есть я и сын. Мы же должны за ними присматривать, когда они состарятся. Но мне иногда кажется, что самая старая в нашей семье - это я... Единственный человек, который меня понимает, - мой брат. На все эти разговоры он всегда отвечает: «Отстаньте от нее, она моя единственная сестра. Будет жить со мной, если не захочет выходить замуж...»

Л.Х.

...Я РАЗВЕШИВАЛА БЕЛЬЕ...

Сейчас некоторые родители переживают, особенно молодые пары, из-за того, что приходится переносить свадьбы. При этом все, слава Богу, живы, здоровы, на коротком расстоянии друг от друга. А представьте, как люди уходили на войну и не знали, когда встретятся вновь и встретятся ли вообще, останутся ли живыми...

Помню одну историю, прочитанную однажды в какой-то газете. Одна бабушка-кабардинка рассказывала, что она совсем

юной вышла замуж, муж был совершеннолетним, но тоже очень молодым. Его забрали на войну сразу после свадьбы. Они и пожить не успели, а она его ждала всю войну и после войны не вышла замуж. Растила сына. На вопрос, какие у них с мужем были отношения, она задумалась и рассказала. Говорит, был такой момент, который не забывала всю жизнь. Она развешивала белье во дворе, а муж незаметно подкрался и обнял ее на мгновение за талию, сказав: «Ум!». Это такое междометие, типа «оп». Бабушка говорила: «В этот момент я почувствовала, как он меня любит. И все. Не успели ни в любви признаться, ни месяца хотя бы пожить...» Люди, подумайте, через что проходили другие и как они оставались людьми! Когда кто-то жалуется на перенос свадьбы, подумайте о той бабушке. Вот почему я решила об этой истории написать.

Радима

Мода в пандемию

Меня добились маски со стразами. Это такой дурдом, что даже не хочется запоминать это время. А ведь все познается именно в такое время. И плохое, и хорошее, и дурное, и низкое. Что такого, это всего лишь маски, скажет кто-то. Но я думаю по-другому. Это низкая ответственность за себя и своих близких, примитивное мышление и никак не связано с модой. Мода - это когда официальное лицо, женщина, вынуждена в период пандемии встретиться с такими же официальными людьми и надевает бардовое платье и такую же по цвету маску. При этом все другие, мужчины, в обычных масках. Тут задается тон, мода, и это не специально, это такой имидж руководителя. А все эти стразы - пошлость и дешевый китайский товар...

Лаура

ДАРИТЕ ДРУГ ДРУГУ ЦВЕТЫ

Меня в эти дни карантина спасли... мои цветы. В день, когда неожиданно пошел снег, я их спасла, а потом усилила внимание к ним. На эту заботу они отозвались с такой благодарностью, что наш двор утопает в их яркой красоте. Не помню такого бурного роста и цветения, как сейчас. А ведь я клумбами занимаюсь всю жизнь. Стала делиться своей радостью по ватсапу с друзьями и родственниками, а те в ответ стали просить саженцы и семена. Есть и такие, кто обещает подарить цветы. Это просто еще тема для разговора - очень легкая, ни к чему не обязывающая.

Дарите друг другу цветы, это так приятно. Надеюсь, когда мы сможем друг друга увидеть, обменяемся всей этой красотой, тема не закончится. Всем желаю красоты, здоровья и добра!

Аминат

Кто придет на помощь?

Не хочу казаться самой умной, но интересно узнать, как собираются после самоизоляции лечить людей? Не от вируса, а от последствий авитаминоза и проблем, связанных с разными фобиями: у многих боязнь замкнутого пространства. А еще, кто даст гарантию, что не увеличатся случаи домашнего насилия? Есть так называемый массовый психоз, он сейчас имеет место. Это общая беда и беда каждого человека. Проблемы, связанные с психикой, всегда нелегко решать, а сейчас они приобретают глобальный характер. Спасение утопающих - дело рук самих утопающих. Но в этом море проблем утонуть очень легко...

Лера

ПОГОНЯ ЗА ИМБИРЕМ

Многие сейчас возмущаются из-за того, что продавцы подняли цены на чеснок и имбирь. Меня не это удивляет, а то, что мы не думаем о витаминах, не знали про имбирь вообще, а теперь за три дня хотим съесть его весь как лекарство. Это же смешно. Это не таблетки, не вакцина, а всего лишь витамины. Человек должен всю жизнь питаться правильно, не есть чипсы, не есть продукты с ГМО, смотреть хотя бы, что написано на упаковках и не брать ничего, где химия. Лучше обогатиться пшеникой, местным сыром,

местным кефиром - шху, айраном. Пить чай с шиповником - он растет везде. Ягоды и травы, которые продают везде, у которых мы даже не хотим слышать. То есть укреплять свой иммунитет все дни жизни, а не бегать за имбирем, когда о нем начнут говорить.

Я думаю, сейчас многие перейдут в категорию осознанно здоровых, а многие так и останутся в категории «доставка фастфуда». Те, кто любит чипсы, колу, бургеры, обычно и двигаются меньше.

Креативная

Пожелайте мне удачи

Добрый день, дорогая редакция! Спасибо, что вы не перестали работать сейчас и даже принимаете письма. Моя подруга сказала, что не раз писала вам в «Между нами, девочками» и вы каждый раз публиковали. Я тоже решила попробовать. Меня зовут Джульетта, живу и работаю в Баксане. Я рано осталась без родителей, меня вырастила моя тетя по маме. В прошлом году окончила школу. С восьмого класса помогаю тете в ее магазине. Сейчас ей пришлось закрыть его из-за коронавируса, но мы надеемся,

что скоро можно будет открыть. У меня хорошие подруги, Динара и Оксана. Они студентки. В этом году я тоже хочу поступить в медицинский колледж. Сейчас особенно видно, как нужны врачи и медсестры. Эта важная работа. Хочу помогать людям, лечить больных. Тетя сказала, что помогать можно всегда. Я ей давно помогаю по дому и в магазине. Ни в чем не нуждаюсь. Но я тоже хочу учиться, как и мои подруги. Надеюсь, у меня все получится. Пожелайте мне удачи.

Джульетта, г. Баксан

Не быть равнодушными

Все вокруг жалуются на пандемию. При этом многие пишут и говорят, что сейчас всем должно быть хорошо, есть возможность посидеть дома. Если семья нормальная, отец не пьет, ни у кого нет вредных привычек, если у обоих родителей нормальные нервы, и даже при материальных проблемах они не переносят проблемы на детей, дома сидеть можно. А представьте, там эти проблемы, а еще пожилые бабушка и дедушка, малолетние дети, и все они в квартире! Это не мальчик-ужас, а большой. Или одинокие старики, которых уже обманывают аферисты. Знаете, что явно отключилось сейчас? Если, не дай Бог, ситуация

будет серьезнее, начнется грабеж, называется это еще мародерство. Мне кажется, именно в России так будет.

А на Кавказе кто-то вспомнит о традициях взаимопомощи? Это уже есть и будет. Но хорошие дела не помешают бессовестным людям творить свое. Поэтому пусть каждый, кто в силах, посмотрит вокруг себя и отметит свой круг уязвимых людей. Не останемся равнодушными к соседям и родственникам. Мы должны оставаться любовью в любой ситуации. На нас смотрят наши дети, и я верю, что Бог видит все.

З.Х., г. Нальчик

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



• КНИЖНАЯ ЛЮБОВЬ

КОНЕЦ – ЭТО НОВОЕ НАЧАЛО

О романе «Разрушенная», написанном Рэйчел ВАН ДАЙКЕН, рассказывает Диана КУМЫШЕВА – студентка Кабардино-Балкарского государственного аграрного университета.



– Иногда конец – это новое начало. Когда теряешь все, не видишь все вокруг, даже Бога. Именно это наша героиня чувствовала, когда потеряла родителей. После этой утраты она замкнулась в себе... И я ее не виню.

Поступив в колледж, она находит друзей и парня, который поддерживает ее, вытаскивая из кокона. Они влюбились друг в друга, но всегда есть какое-то «но»: у него осталось мало времени. Он болен раком. Но ей ничего не говорит, обещает посвятить все свое время. Я очень переживала за него. Было больно от несправедливости жизни по отношению к этой паре. Книга открыла мне глаза на этот мир. Я очень благодарна автору. Не могу слышать, когда кто-то жалуеться на жизнь, потому что это все имеет смысл.

«Ты можешь и не заметить каждую деталь пазла, из которого собирается твоя жизнь. Ты можешь не видеть каждый ход, который делает гениальный игрок. Но помни: он всегда полностью следует правилам игры. Иногда отдельные детали сдвигаются или выбрасываются, что-

бы освободить место для новых. А иногда вмешиваются законы мира, в котором мы живем. Но все что ни делается, в конечном итоге случается к лучшему. Утешающее обещание, не так ли? Осознавать, что на все есть своя причина?

В чем причина того, что ты заболел: быть может, именно это помогло тебе спасти жизнь твоим лучшим друзьям. А если бы ты не был болен, встретил бы их когда-нибудь? Если бы ты был здоров, нашел бы любовь всей своей

жизни? Может, все имеет смысл не потому, что жизнь идеальна, а, наоборот, потому что жизнь – это хаос».

Книга посвящена всем, у кого рак отнял близкого человека, кто борется с ним, вырывая победу, – врачам и членам семьи. И все, кто любит и похоронил своих любимых.

«Разрушенная» – одна из моих любимых книг, несмотря на тему, которой она посвящена. Знаю, что буду ее перечитывать, и не раз. Главные герои забрали в свой мир часть меня. Я тоже потеряла близкого человека, и, наверное, это одна из причин, по которой так хорошо смогла понять главную героиню. Она благодарит свою семью и близких. И я тоже благодарю свою семью и друзей за поддержку.

Эта книга заслуживает вашего внимания. Приятного чтения!

Беседовала Тома ТЕХАЖЕВА

Время накопления

(Окончание. Начало на 6-й с.)

Проект замечательный и важный не только для жителей Абхазии, но и для всех любителей литературы, дает возможность расширить свой кругозор, узнать новое и проникнуться литературной традицией республики, о которой мы не так много знаем. Теперь к театральным именам Баграта ШИНКУБЫ, Фазиля ИСКАНДЕРА и Дмитрия ГУЛИЯ добавляются имена блистательных Алексея ГОГУА, Эли ДЖИКИРБА, Даура ЗАНТАРИЯ, Михаила ЛАКЕРБАЯ и многих других. Это определенно заслуживает вашего внимания, потому что произведения и форма их подачи прекрасно соотносены, хотя последнее и не отличается какой-то замысловатостью. В театре иногда главным выразительным средством становится нарочитая нетеатральность.

Фантастический проект запустила писательница Джоан РОУЛИНГ – сайт по вселенной Гарри Поттера www.harrypotterathome.com. По ее словам, побудило к этому желание помочь детям и их родителям, оказавшимся в самоизоляции. Сайт англоязычный, поэтому подойдет для тех, кто переживает, что уроки по английскому прерваны и у ребенка нет мотивации заниматься самостоятельно.

На сайте можно найти статьи, загадки, викторины, головоломки, интерактивные задания, связанные с серией книг о мальчике-волшебнике. Портал открывается обращением создателей сайта: «Вот несколько новых способов приблизить магию, все это создано членами нашей обширной семьи Волшебного мира».

Уже более двадцати лет Хогвартс является спасением для всех – читателей и фанатов, молодых и старых. В это сложное время, в которое сейчас попали, хотим поприветствовать вас в Хогвартсе, где найдется дружеское убежище для вас, вашей семьи и для всех, о ком вы заботитесь. По всему миру было продано более 500 миллионов книг о

Гарри Поттере, поэтому приятно знать, что во многих домах уже есть дверь в волшебный мир, ожидающий, чтобы вы открыли его вновь. А тем, кто никогда не был в нем, мы говорим: добро пожаловать!»

Помимо игр и статей, на сайте также можно скачать сами книги Роулинг в переводах более чем на 20 языков.

Если же читать вы совсем не настроены, в сети найдутся экскурсии по лучшим музеям мира. Например, опубликованная 28 марта онлайн-экскурсия по дербентской крепости Нарын-Кала набрала уже несколько тысяч просмотров. «История Дербента в живописных полотнах» – трехминутное путешествие по древнейшей цитадели на Кавказе. Для тех, кто там никогда не был, самое время познакомиться и подготовиться к поездке туда, когда все ограничения будут сняты. А тем, кто уже посетил «Нарын-Калу», будет приятно еще раз прогуляться по ней виртуально.

Но если три минуты слишком мало, есть альтернатива. Пятичасовой фильм «Эрмитаж. Снято на iPhone» (режиссер – Аксинья ГОГ) доступен в ютубе. Это беспрецедентный проект, осуществленный в рамках сотрудничества главного российского музея с компанией Apple. Фильм представляет собой медленный проход по залам, снят одним дублем на одном заряде батареи. «Это новый этап развития электронной эстетики, когда технологии начинают гуманизироваться. Это и есть современность», – высказался о проекте Михаил ПИОТРОВСКИЙ.

Для всех любителей искусства настоящей кладью прекрасного – сайты больших музеев, они подробно рассказывают о своих экспозициях и экспонатах. Конечно, реальную прогулку по залам не заменит ничто, но в нынешних сложившихся условиях нам дана прекрасная возможность смотреть произведения искусства, не выходя из дома.

Марина БИТОКОВА.
Фото автора

ПОД ЗНАКОМ ПАБЛО ПИКАССО

• ДЕНЬ В ИСТОРИИ

8 апреля

8 апреля 1341 года на Капитолийском холме в Риме увенчан лавровым венком один из величайших деятелей итальянского Проторенессанса Франческо ПЕТРАРКА.

Произошло это в Сенатском дворце, где сегодня заседает муниципальный совет, в знак признания его лучшим поэтом и непревзойденным знатоком античной литературы. Событие было знакомым: именно так после тысячелетнего перерыва возродилась древняя греко-римская традиция увенчания лаврами выдающихся личностей. Предложение провести такую «коронацию» одновременно прислала Петrarке и парижская Сорбонна, но тот предпочел Рим.

Перед церемонией триумфатора предварительно проэкзаменовал по классической филологии неаполитанский король Роберт Мудрый. Он был поражен познаниями автора сонетов к Лауре, за что и подарил Петrarке подбитую горностаем пурпурную мантию для церемонии. Историки культуры сходятся во мнении, что именно с этой символической даты началась эпоха Возрождения.

В этот день в 1722 году в Петербурге по распоряжению Петра I были начаты регулярные наблюдения за погодой.

Вел записи вице-адмирал Корнелий КРЮЙС. Первое время они были очень скупы на интересную информацию и выглядели примерно так: «Апрель, 22, воскресенье. Поутру ветер норд-вест; вода также стоит, как выше упомянуто. Пасмурно и студено... в полдни ветер малый норд-вест и дождь после полудня. Тихо, и красный день до самого вечера». Позднее наблюдения приняли более научный характер.

В России в 1724 году была образована первая метеорологическая станция, а с декабря следующего года при Академии наук стали проводиться наблюдения при помощи барометра и термометра.

8 апреля 1931 года состоялся общественный просмотр первого «индустриального» балета «Болт».

Прошел он на сцене Ленинградского театра оперы и балета. Театральные художники Татьяна БРУНИ и Георгий КОРШИКОВ сделали великолепные эскизы костюмов и декорации, а балетмейстер Федор ЛОПУХОВ, находившийся тогда в своем расцвете, экспериментировал. Он придумал для «Болта» множество идей, которые потом разошлись на цитаты и имели огромное значение в развитии хореографии. Однако премьера оказалась единственным представлением. Газеты через две недели сообщили, что «Болт»

по решению руководства театра снят из репертуара, а композитор и хореограф готовятся радикально переработать балет. Записей того спектакля не сохранилось, осталась лишь музыка Дмитрия ШОСТАКОВИЧА.

Благодаря художественному руководителю балетной труппы Большого театра – хореографу Алексею РАТМАНСКОМУ через какое-то время состоялась возвращение балета на сцену. Первыми зрителями «Болта» на новой сцене ГАБТа 23 февраля 2006 года были военнослужащие, приглашенные на генеральную репетицию премьерного спектакля.

В этот день в 1950 году ушел из жизни русский танцовщик и хореограф Вацлав НИЖИНСКИЙ.

В 1907 году он был принят в Мариинский театр, где сразу занял положение первого танцовщика. Его партнершами были знаменитые балерины М. КШЕСИНСКАЯ, О. ПРЕОБРАЖЕНСКАЯ, Т. КАРСАВИНА, А. ПАВЛЮВА. Нижинский с 1909 по 1913 год был ведущим солистом проводившихся в Париже «Русских сезонов» Дягилева.

Он исполнил главные партии в балетах, поставленных ФОКИ-НЫМ: «Петрушка», «Шехерезада», «Нарцисс», «Карнавал», «Дафнис и Хлоя». Вацлав Нижинский и сам выступил в роли постановщика балета «Послеполуденный отдых фавна», где исполнил главную пар-

тию. В 1913 году он поставил два балета – «Игры» Дебюсси и «Весна священная» СТРАВИНСКОГО.

Вацлав Нижинский за десять лет сценической жизни обогатил искусство балета бесчисленными находками, изменившими академические каноны. Он очаровывал публику своим несомненным драматическим талантом и экзотической внешностью. Был смелым и оригинально мыслящим хореографом, открывшим новые пути в пластике, вернувшему мужскому танцу былой приоритет и виртуозность.

8 апреля 1972 года по телевидению показали бессмертную комедию Леонида ГАЙДАЯ «Бриллиантовая рука».

Это был третий, самый печальный показ этого фильма по ЦТ. Цензоры с телевидения, вооружившись ножницами, обрезали лишнее, выкинув из нее ряд эпизодов. К примеру, была сокращена сцена соблазна Горбункова белокурой красоткой в гостинице. Сложно было понять, чем руководствовались цензоры, потому что с момента выхода фильма на экраны страны – это случилось в 1969 году – его успела посмотреть практически вся страна.

В тот субботний вечер зрителем фильма был и исполнитель главной роли в нем Юрий НИКУЛИН. Его очень огорчило увиденное, и спустя месяц в интервью «Ли-

тературной газете» Никулин сказал: «Недавно шла по телевидению «Бриллиантовая рука» в каком-то непонятном сокращенном варианте. Ощущение такое, словно держишь в руках любимую книгу, а кто-то взял и повывернул из нее страницы. Понимаю, что все это недоразумение, оплошность. Но нам, актерам, такие оплошности кровью портят»...

В этот день в 1973 году перестало биться сердце великого художника Пабло ПИКАССО.

Он является автором знаменитых полотен «Герника», «Девочка на шаре», рисунка «Голубь мира» и многих других. Умер Пикассо в возрасте 91 года, оставив после себя около 200 тысяч картин, гравюр, скульптур, рисунков, конструкций, коллажей. Пабло прославился не только феноменальным объемом и разнообразием своих работ. Ни один другой художник современности, пожалуй, не реагировал так остро и вдохновенно на события, меняющуюся обстановку и важнейшие проблемы века. Под знаком Пикассо в искусство прошла вся первая половина XX века.

Подготовила
Фатима ДЕРОВА

ЧТО ЛИЧНО Я МОГУ СДЕЛАТЬ В СОЗДАВШЕЙСЯ СИТУАЦИИ?

О переменах. Для меня в новых реалиях практически ничего не изменилось. Я работаю дома - мастером-рецензентом в онлайн-школе писательского мастерства Creative writing school (CWS) и на авторском курсе сценарно-драматического искусства писателя Бориса МИРЗЫ. Так вышло, что последние три года у меня серьезно болеет младшая дочь, поэтому я практически прикована к дому.

В магазин - он у меня внизу - выхожу в перчатках и в маске. Но таких, как я, мало. На днях была опубликована карта распространения вируса по Москве: в нашем районе пока всего три случая, и все они довольно далеко от меня. Но держим руку на пульсе.

У меня трое детей, двое из них - школьники, сейчас они учатся удаленно. Младший лезет на стену, требует повышенного внимания. Повышенное внимание уделяю, как могу: смотрим кино, играем в настольные игры, преимущественно словесные - в «Пять букв», в «Эрудит», в «Роммикуб», «Монополию» по мотивам «Игры престолов», в общем, развлекаемся. Моя старшая дочь работает в РАМТе, но сейчас театр закрыт, поэтому ей довольно грустно, тогда она приходит к нам в гости. От скуки мы с ней начали записывать дурацкие видео и

О жизни и чтении в условиях самоизоляции в эти дни рассказывают многие. Мы отобрали рассказ писательницы Натальи КИМ (г. Москва).

выкладывать в Facebook. Собственно, мы поем, всего-то два ролика выложили. К нашему абсолютному изумлению, последний набрал уже 42 тысячи просмотров. Я едва успеваю нажимать кнопку «зафрендить», потому что сотни людей ломятся ко мне в друзья, но самое главное, что нас похвалил автор исполненной песни, близмен Михаил МИШУРИС, и даже пригласил вместе выпить. Ну это, конечно, когда бары откроют.

О пандемии. В целом ощущение от того, что происходит, мрачное, но я стараюсь исходить из мысли: что лично я могу сделать в создавшейся ситуации? Допустим, могу сделать так, чтобы меня было меньше на улицах, и это будет мой личный вклад, хотя никак не могу повлиять на то, что происходит в глобальном масштабе. Не могу не думать о странах, где все гораздо хуже. Особенно об Италии, где проживает некоторое количество моих друзей и тяжелейшая ситуация. Не могу с



ужасом не думать о странах, где плохо развита медицина. Но что остается делать? Молиться.

О карантинных хрониках. Вести дневник? Это имело бы смысл, если бы у меня что-то резко изменилось, а что я могу сказать нового о себе? Ничего. О том, что пишу свою третью книжку уже второй год? Кому это интересно.

Карантинное чтение. Время читать у меня есть почти всегда, поскольку это мое любимое времяпрепровождение. Прочитала книгу Александра СТЕСИНА «Нью-Йоркский обход», которая недавно была номинирована на премию «Нос». Это великолепный нон-фикшн. Выпала вторую книгу Стесина о его путешествии

по Африке («Африканская книга»), но до нее еще не добралась. А в качестве эскапизма читаю серию под названием «Роза ветров». Это серия петербургского издательства «Аркадия». Они издают переводную азиатскую и африканскую литературу, написанную в основном женщинами. Это, с одной стороны, что-то этническое, с другой - что-то около феминистическое. Очень люблю эту серию, особенно все, что касается Кореи, потому что у меня есть эти корей.

Думаю, у каждого должен быть свой рецепт выживания. Кому-то будет интересно почитать что-то уже давно любимое и знакомое. Если спросить, что на меня таким образом действует, то это вся проза Людмилы УЛИЦКОЙ, включая ее последнюю книгу «О теле души». Регулярно в последние дни перечитываю прозу Людмилы ПЕТРУШЕВСКОЙ и ее пьесы. Еще «Ключусь» Сергеем ДОВЛАТОВЫМ и Юрием КОВАЛЕМ. Это необходимый набор, который дает мне чувство равновесия.

Наталья Ким - автор полюбившегося многим сборника рассказов «Родина моя, Автозавод», который недавно перевели на французский язык под названием «Мой квартал» («Mon quartier»).

Арина ИЯР

ПОМОЩЬ ИМ НУЖНА ВСЕГДА

2 апреля - Всемирный день распространения информации о проблеме аутизма. Один из главных фондов, который занимается проблемами аутизма в стране, - «Антон тут рядом». О том, что ему можно и нужно помочь, говорит Любовь АРКУС, киновед, режиссер, основатель (совместно с Александром ГОЛУТВОЙ), главный редактор кинематографического журнала «Сеанс», руководитель и создатель центра обучения, социальной абилитации и творчества для людей с аутизмом «Антон тут рядом».



«...Эпидемия уже затронула всех. Мир стал безлюднее и тревожнее. Рухнула привычные связи, и это кажется невыносимым. Мы учимся жить взаперти. В изоляции. Наше нынешнее состояние похоже на «принудительный аутизм».

А ведь люди с аутизмом жили так почти всегда, до всякого коронавируса.

Семь лет ежедневно «Антон тут рядом» помогает людям с аутизмом преодолевать изоляцию и ее последствия. Мы не в силах обеспечить им открытость и предсказуемость мира, но можем уменьшить

для них его тревожный фон, создавая предсказуемость каждого отдельного дня. Расписанием, структурированием, чередованием обучения, работы, физических упражнений, общения и творчества. Сегодня этот опыт преодоления хаоса пригодился бы всем.

Есть и другой опыт: мы знаем, что, помимо хаоса, людей с аутизмом пугают двойные стандарты в социальных отношениях. Не только лицемерие, но и такие вещи, как ирония, метафора, подтексты, в которых мы поднагнели, для людей с аутизмом - слова, которые не равны своему значению, а потому - источник страха. Искренность, прямота, четко организованное жизненное пространство - вот что помогает людям с аутизмом. Это может помочь сегодня нам всем. В отношениях с миром нам предстоит заново научиться открытому доброжелательству. Это касается не только политических лидеров, но и каждого. Настал момент, когда наш оптимизм будет востребован не только людьми с аутизмом, но и теми, кто и не думал, что когда-нибудь окажется взаперти. Переживем изоляцию вместе! Помогите нам помочь им - помогите им помочь вам.

Как помочь нам? Расскажите о фонде на своей странице, своим друзьям. Еще можно отправить СМС на номер 3443 со словом «Антон» и суммой пожертвования или перейти на сайт <https://outfundspb.ru/wp/> и нажать «Помочь».

Наш корр.

АРХЕТИПЫ И РЕКЛАМА

(Продолжение. Начало в № 13)

Архетип «Мать». Мать и дочь здесь мыслится как выражение смены поколений. На мой взгляд, проявлением этого архетипа можно назвать телевизионную рекламу, в которой молодая женщина советует свекрови Инессе Михайловне, каким стиральным порошком следует пользоваться. Также вариант использования архетипа матери - реклама кофе «Ruscafe» («Сделано с любовью»), в которой сын радуется приходу матери и они вместе пьют кофе.

Архетип «Анима» для мужчин и «Анимус» для женщин воплощает бессознательное начало личности, выраженное в образе противоположного пола. «Анима» - архетип, суммирующий все высказывания бессознательного. Он связывает человеческое «Я» с его внутренним миром. ЮНГ также увязывает «Анима» с «двуполостью» в первобытных мифах, с китайскими инь и ян и т. д. «Анима» - это душа.

По Юнгу, персона - «идеальный образ мужчины, каким он должен быть». Но внутри его анима противостоит персоне и проецируется на женщин. Мужчина выбирает именно ту женщину, которая бы соответствовала бессознательной части его души. И наоборот. Именно поэтому, на мой взгляд, в рекламе наиболее ярко проявляются гендерные стереотипы. Мужской образ в рекламе - это набор черт, связанных с социально неограничивающим стилем поведения, рациональными способностями, авторитетностью и активностью. Типично женский образ в рекламе, напротив, включает ряд черт, связанных с пассивностью, излишней эмоциональностью; женщины занимают дополнительные и зависимые роли. В рекламе автомобиля мужчину интересуют объем двигателя, расход бензина; женщину - дизайн, эмоциональные

ассоциации. Еще один пример - реклама дезодорантов: женский дезодорант «Nivea Deo» («эффективность плюс мягкой уход») и мужской «Mennen Speed Steek» («заряжен энергией стихии»); еще примеры - реклама бритвы «Cleven» («наши мужские традиции»), а также хрестоматийный образ ковбоя «Мальборо». Реклама транслирует узнаваемую модель патриархальных семейных отношений: доминирующее поведение мужчины; женщины и дети милы и беспомощны и подчиняются ему. Пример - реклама продуктов быстрого приготовления «Дарья», в которой женщина готовит царю пельмени («Я служить вам рада») по старинному рецепту. Если на Западе ситуация изменяется и женщина показана такой же независимой, активной, как и мужчина, то в России ситуация остается традиционной, и к этому апеллирует реклама. В рекламных сообщениях часто используется фигура женщины, она привлекает внимание мужчин к рекламе и товару; женщины ассоциируют себя с ней и также обращают внимание на рекламируемый товар. Как один из примеров можно привести рекламу нового холодильника «Аристон». Мужчины обращают внимание на красивую женскую ножку, а женщины - на не менее яркую и бросающуюся в глаза босоножку. Однако эти предметы с социальным неограничивающим стилем поведения, рациональными способностями, авторитетностью и активностью. Типично женский образ в рекламе, напротив, включает ряд черт, связанных с пассивностью, излишней эмоциональностью; женщины занимают дополнительные и зависимые роли. В рекламе автомобиля мужчину интересуют объем двигателя, расход бензина; женщину - дизайн, эмоциональные

Юнг указывает и на другой класс архетипов - архетипы трансформаций в виде типичных ситуаций, мест, путей и средств, которые символизируют тип трансформации.

В тех или иных своих модификациях архетипическая симво-

лика «самости» широко применяется в современной рекламе, часто используется при формировании логотипа, призванного, с одной стороны, отразить индивидуальность бренда, а с другой - обеспечить его соответствие глубинным слоям психики потребителя (логотип Pepsi, Skoda (круг), BMW (круг и крест), Lincoln (крест)).

Среди других универсальных архетипов особое место занимает архетип «Герой», который может быть связан с мифологическим образом культурного героя-первопредка, добывающего культурные и природные объекты (образ Прометея). Этот архетип широко и успешно используется в современном брендинге.

Архетипы занимают важное место в процессе функционирования и развития культуры, связывая между собой ее различные исторические пласты, несущие в себе память о древних основах культуры. В частности, крест, круг и пентаграмма образуют своеобразное символическое ядро культуры и являются одним из наиболее устойчивых ее элементов. Вместе с тем символ может трансформироваться и приспосабливаться к себе новые смыслы и значения.

Наряду с универсальными архетипами существуют и национально-культурные, отличающиеся не глобальностью, а локальностью. Так как процесс формирования архетипов постоянно продолжается, в дополнение к тем универсальным архетипам, которые сложились в глубокой древности, возникают другие архетипы, отражающие собственный культурно-исторический путь каждого народа.

Анна МИЗИРЕВА.
(Продолжение следует)



ОВЕН (21 марта - 20 апреля)

Вас ждет немало испытаний, преодолеть которые будет непросто. Полезным окажется опыт, полученный ранее, благодаря ему вы не совершите ошибок, которые могли бы дорого обойтись. Старайтесь избежать неоправданного риска. Проще следовать чужому примеру, чем искать собственный путь к цели. Попытки найти новых союзников едва ли будут удачными, а вот давние партнеры и старые друзья поддержат вас и помогут осуществить задуманное.

ТЕЛЕЦ (21 апреля - 21 мая)

Подходящее время для учебы, а также любых занятий, способствующих расширению кругозора. Можно дистанционно послушать познавательную лекцию, поучаствовать в интересном семинаре, посмотреть новый фильм. Прислушайтесь к себе – возможно, именно в эти дни вы поймете, чем хотели бы заниматься, и примете важные решения, касающиеся будущего. С близкими людьми сможете говорить о сокровенном и делиться самыми глубокими чувствами.

БЛИЗНЕЦЫ (22 мая - 21 июня)

Вам многое дается легко. Будет возможность решить проблемы, которые в последнее время тревожили вас и ваших близких. Получите помощь, на которую не рассчитывали, и благодаря ей сможете достичь давно поставленных целей. Появятся новые идеи, касающиеся работы и бизнеса. Если будете действовать решительно, сможете заметно увеличить свои доходы. Не забывайте об отдыхе, полезно будет провести немного времени наедине с собой, занимаясь любимым делом.

РАК (22 июня - 22 июля)

Довольно утомительные дни. Между тем они принесут не только заботы, но и повод для радости. Будет возможность получить информацию, которой не хватало, чтобы определиться с планами на будущее. Решения, принятые в эти дни, положительно повлияют на карьеру и помогут упрочить профессиональные позиции. Вероятны денежные поступления. Главное – правильно распорядиться полученной суммой.

ЛЕВ (23 июля - 21 августа)

Не все дается так легко, как хотелось бы, но вы добьетесь отличных результатов, если не сдадитесь слишком быстро. Очень важны организованность и самодисциплина, а также серьезный подход к делам. Импровизации не всегда оказываются удачными, зато обстоятельства позволят следовать плану, составленному ранее. Если планируете что-то важное, полагайтесь только на проверенных союзников. Не открывайтесь с теми, о ком ничего не знаете.

ДЕВА (22 августа - 23 сентября)

Неделя может начаться с какого-то неприятного происшествия, досадной ошибки или другого события, которое на время испортит настроение. Но вскоре влияние позитивных тенденций усилится и все пойдет на лад. Вы понимаете с полуслова родных, на многих производите хорошее впечатление. С близкими можно обсуждать планы на будущее, договариваться о совместных действиях. Появится много хороших идей, которые вскоре сможете реализовать, объединившись с друзьями.

• ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ

ВЕСЫ (24 сентября - 23 октября)

Лучше не обсуждать в эти дни важные вопросы, особенно если прежде из-за них уже возникли разногласия. Порой трудно поладить даже с теми, кто раньше всегда был на вашей стороне, а уж общение с теми, с кем вы и прежде часто спорили, отнимет массу сил. К счастью, влияние негативных тенденций не продлится долго. Вскоре наступит благоприятное время для спокойного отдыха и каких-то неумтомительных занятий.

СКОРПИОН (24 октября - 22 ноября)

Вы почувствуете прилив сил и сможете добиться того, о чем давно мечтали. Однако важно не переоценить свои силы. Не спешите связывать себя обязательствами: скорее всего, их будет трудно выполнить. Если речь идет о каких-то важных и масштабных делах, лучше обратиться за поддержкой к союзникам, она не будет лишней. Также появится шанс восстановить связи, которыми вы дорожили, помириться с теми, с кем были в соре. Не исключены романтические сюрпризы.

СТРЕЛЕЦ (23 ноября - 21 декабря)

Будьте осторожны, в это время не исключены конфликты и споры. Даже с близкими найти общий язык будет труднее, чем обычно. Но терпение и деликатность, свойственные вам, помогут избежать острых конфликтов. Усилится влияние позитивных тенденций, и вторая половина недели пройдет значительно легче. Это время подходит для важных разговоров и обсуждения планов на будущее. У некоторых из вас появятся идеи, касающиеся бизнеса.

КОЗЕРОГ (22 декабря - 20 января)

Вас чаще критикуют, чем хвалят. Самых впечатлительных замечания могут огорчить не на шутку. Но не стоит падать духом: чуть позже все увидят, каких успехов вы смогли достичь. Нелегко сосредоточиться на делах и отбросить посторонние мысли. Зато позже обязательно найдется занятие, которое увлечет вас по-настоящему. В эти дни лучше не решать вопросы, связанные с деньгами, старайтесь не давать их в долг.

ВОДОЛЕЙ (21 января - 19 февраля)

Важно сохранять спокойствие. Это непростое время, но вы не наделаете ошибок, если будете руководствоваться подсказками интуиции. Возможны интересные знакомства в социальных сетях, которые в ближайшее время сыграют важную роль в вашей жизни. Могут произойти события, которые положат начало большим переменам и подтолкнут к каким-то решительным действиям или просто подарят вдохновение, которого в последнее время не хватало.

РЫБЫ (20 февраля - 20 марта)

Неделя складывается благоприятно для отдыха и духовных практик в уединенной обстановке. Хорошо в эти дни начинать водные процедуры по закаливанию организма. Обязательно побудьте наедине с собой, хорошо обдумайте события, произошедшие в последнее время. Вы будете способны углубить свои познания и начать лучше понимать окружающую действительность. Также немаловажно, что много внимания будет переключено на дистанционную работу, поскольку сейчас вы сможете особенно преуспеть в этом.

Подготовила Фатима ДЕРОВА

ЧТОБЫ НЕ БЫЛО СКУЧНО

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Карантин внес коррективы в нашу жизнь и, конечно же, питание. Домашняя еда – это хорошо и полезно. Но кто сказал, что фастфуд не может быть домашним и полезным? Особенно такому меню порадуется дети.



- По мнению диетологов, итальянская кухня стоит на втором месте по количеству вредных жиров, - говорит Оксана НИРОВА из Нальчика. - Но пицца необязательно должна быть вредной. Ее можно приготовить так, чтобы была даже полезной и не навредила здоровью. Для этого достаточно не использовать в приготовлении дрожжи, а калорийные начинки заменить преимущественно овощами. Что касается теста, то и оно может быть разным. Тесто для лакумов также хорошо подходит для приготовления пиццы.

ЖИДКОЕ ТЕСТО ДЛЯ ПИЦЦЫ

Ингредиенты: 1,5 стакана муки, 1 стакан нежирной сметаны (можно кефир), по 1 ч. ложке сахара и соли, 2 яйца, 1 ст. ложка шестипроцентного уксуса, щепотка соды.

Способ приготовления. Муку просеять. Отдельно подготовить яично-сметанную смесь. Сметану (кефир) соединить с яйцами (предварительно слегка взбить) и перемешать. Следом добавить поочередно сахар, соль и соду, предварительно гашеную уксусом. Затем соединить муку и яично-сметанную массу. Необходимо как можно быстрее вымесить тесто, разбивая все комки. Для этого лучше использовать миксер на минимальной отметке вращения.

Основание под будущую пиццу готово. Смазать форму маслом и вылить туда массу. Выпекать в духовке при температуре 250 градусов всего минут пять. Затем вынуть полуфабрикат из духовки, добавить в него выбранный начинку и вновь поставить выпекаться до готовности.

ДОМАШНЯЯ

Ингредиенты для теста на 2 пиццы: 200 мл. теплой воды,

1,5 ч. ложки сахара, 0,5 ч. ложки соли, 1,5 ч. ложки сухих дрожжей, 300 г муки, 2 ст. ложки растительного масла.

Для начинки: 2 ст. ложки кетчупа, 120 г твердого сыра, 1-2 помидора, 200 г колбасы или любого вареного мяса, 6 шт. оливок.

Способ приготовления. В подходящую миску налить теплую воду, всыпать сахар и дрожжи. Перемешать. Накрыть пиццу полотенцем или пищевой пленкой, оставить на 10 минут в тепле. Затем добавить

соль, растительное масло и просеянную муку. Замесить эластичное тесто. Выложить его в миску, смазанную растительным маслом, накрыть полотенцем и дать подняться в теплом месте в течение 30-40 минут.

Готовое тесто обмять и разделить на две части. Каждую часть раскатать и выложить на противень, застеленный пергаментом. Поверхность теста смазать кетчупом. Помидоры, колбасу и оливки тонко нарезать. Сыр натереть на терке. Выложить начинку в произвольном порядке. Сверху щедро посыпать сыром. Выпекать пиццу в разогретой до 200 градусов духовке около 15 минут. Время приготовления будет зависеть от особенностей вашей духовки.

БЫСТРАЯ НА СКОВОРОДЕ

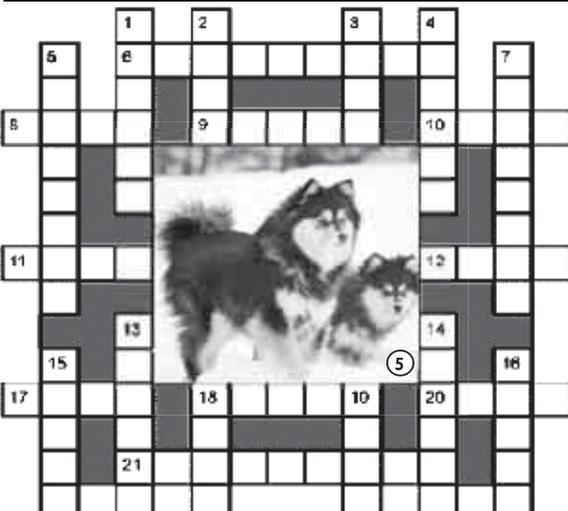
Ингредиенты: 4 ст. ложки сметаны, 4 ст. ложки майонеза, 9 ст. ложек муки, 2 яйца.

Для посыпки: 100 г сыра. **Для начинки:** 1 помидор, 100 г колбасы или готового мяса, 1 средний соленый огурец, оливки.

Способ приготовления. Смешать все ингредиенты для теста. Оно получается жидкое, как сметана. Вылить половину на сковороду, смазанную маслом, и сверху выложить начинку (ингредиенты можно менять на свой вкус). Залить сверху оставшимся тестом и сверху посыпать толстым слоем сыра.

Поставить сковороду на плиту на маленький огонь и накрыть крышкой. Как только сыр расплавится, пицца готова.

Подготовила Лана АСЛАНОВА. Фото автора



КРОССВОРД

По горизонтали: 6. Источник, высеченный на скале Пегасом, являющийся вдохновением поэтов. 8. Высший сорт фаянса. 9. И точка небесной сферы, и «точка роста» растения. 10. Древковое колющее холодное оружие, произошедшее от копья. 11. Символ, буква, иероглиф. 12. Одно из трех верховных божеств в шумерской мифологии. 17. Древнегреческий скульптор первой половины V века до н.э. 18. Парнокопытное животное семейства полорогих группы антилоп. 20. Город, в котором жил композитор, прозванный «королем вальсов». 21. Верхняя часть атмосферы.

По вертикали: 1. Столица государства в Азии. 2. Столица государства в Океании. 3. Верховный бог в греческой мифологии. 4. Автомобильный буфер. 5. Порода собак, яркий представитель арктических шпицеобразных пастушьих. 7. Обработка паркета. 13. Млекопитающее отряда грызунов. 14. Разбитый на привале лагерь. 15. Полудрагоценный камень. 16. Система плосковершинных горных массивов в Амурской области. 18. Вид искусства; фильм. 19. Город-порт на Аравийском море.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА

По вертикали: 1. Бишкек. 2. Аляска. 3. Эвас. 4. Вагнер. 5. Лапхунд. 7. Циклевка. 13. Нутрия. 14. Вибрук. 15. Онжик. 16. Янка. 18. Нани. 19. Аден. **По горизонтали:** 6. Источники. 7. Циклевка. 8. Отак. 9. Апенк. 10. Пика. 11. Знак. 12. Энки. 17. Онат. 18. Ответ на кроссворд

ОЧЕРКИ ПО ИСТОРИИ КАВКАЗСКОГО ЯЗЫКОЗНАНИЯ

• КНИЖНЫЕ НОВИНКИ

Уникальный труд «Очерки по истории кавказского языкознания» вышел в Нальчикском издательстве Марии и Виктора Котляровых.

Рассказывает главный редактор издательства Виктор КОТЛЯРОВ:

– Зинаида ГАБУНИА – доктор филологических наук, профессор кафедры русского языка и общего языкознания КБГУ, автор 24 монографий, более 390 статей, академик РАЕН АН Республики Абхазия, член Международного кавказского лингвистического общества.

Двухтомное издание «Очерки по истории кавказского языкознания», как пишет в послесловии

к работе доктор филологических наук Т. ШОМАХОВА, – результат многолетней работы автора в изучении кавказских языков. З. ГАБУНИА сделала попытку по-новому осмыслить теории происхождения кавказских языков, понятия «субстрат этноса и культуры», показывающие, что язык как естественный субстрат этноса «культуры», служащий средством закрепления существования этноса и его цивилизации, этнического мировидения, особенно его древний слой, носит антропоморфный характер.

Автором рассматриваются древняя базисная лексика материальной и духовной культуры, этика народов Кавказа, рели-



гиозный синкретизм, языковая картина мира, деловое общение как основа народной диплома-

тии, являющиеся носителями исторической информации о древнейших этапах жизни этих этнокультурных сообществ.

Доктор филологических наук, профессор Лили ХАГБА, заведующая отделом языка Абхазского института гуманитарных исследований, считает, что автору монографии удалось выявить общие закономерности развития этой отрасли науки, осветить опыт ученых, стоявших у истоков научных традиций, отразивших неповторимость и своеобразие национально-языковой специфики народов Кавказа, дать оценку основным сторонам деятельности современных исследователей.

Данный научный труд закреп-

ляет факты истории кавказских языков, проследивает пути их развития, высветляет актуальные проблемы современного состояния, рассматривает перспективы их дальнейшего исследования.

Многолетний труд З. Габунии – первый опыт системного изучения специальной научной литературы по кавказским языкам, огромный вклад как в лингвистическое, так и в общее кавказоведение.

300 экземпляров – таков тираж двухтомного издания (объем более 1000 страниц), вышедшего в твердом ламинированном переплете.

Наш корр.

• КИНОЗАЛ ДЛЯ ОДНОГО

Мы так часто жалуемся на отсутствие времени для нового сериала или только что вышедшего любимого шоу, что, кажется, судьба нас услышала. Пересмотреть уже знакомые или открыть для себя новые – каждый решает сам, но небольшую подборку я все же составила. Благо, в эти дни многие онлайн-кинотеатры предоставляют доступ к своему контенту на очень выгодных условиях.

КАРАНТИННАЯ ПОДБОРКА СЕРИАЛОВ

лом Паоло СОРРЕНТИНО, но режиссер подчеркивает, что это не второй сезон «Молодого Папы», а самостоятельное произведение.

История тем не менее не вполне самостоятельна: знакомый нам Ленни Берлардо впал в кому и превратился для миллионов верующих в святого. Они молятся на площадях Венеции о его исцелении, а в Ватикане тем временем ищут выход из сложившейся ситуации. Новым Папой становится британский аристократ сэр Джон Бреннокс, взявший себе имя Иоанн Павел III.

Чтобы максимально обезопасить свое новое детство от сравнений со своим же культовым сериалом, Соррентино избрал совершенно отличную манеру повествования. И здесь остается только восхищаться его гибкостью и виртуозной жанровой стилизацией. Вязкое, неторопливое повествование, которое то шокирует, то убаюкивает. Знакомые герои совершенно по-новому раскрываются, и это изменение выглядит очень органично в рамках контекста обоих сериалов. Потому что, невзирая ни на что, рассматривать их отдельно друг от друга не получается, да и не нужно.

Если вы откладывали просмотр «Нового Папы», то теперь его время настало. Если все еще не смотрели «Молодого Папу», вам повезло посмотреть оба сериала подряд. Так не упустите возможности увидеть Джуду ЛОУ и в роскошном папском одеянии, и в скромной черной сутане простого священника.

Марина БИТОВА.
(Продолжение следует)

ТАКАЯ ПРОСТАЯ И ВАЖНАЯ

Капуста – овощ для нас привычный, простой и без претензий. Но если задуматься, какое место она занимает в нашей жизни, поймем всю ее важность. К примеру, капуста белокочанная – вторая стратегическая культура после картофеля в нашей стране. О ее вкусовых качествах и экономических возможностях Марат узнал давно.

– Я не только продаю капусту, но и выращиваю в больших количествах, – говорит он. – Есть свыше 400 сортов капусты. Но наибольшим спросом в нашей республике после белокочанной пользуются краснокочанная, цветная, брокколи, садовская, пекинская и брюссельская. Люди стали хорошо разбираться в разновидностях этого овоща и широко применяют в своем ежедневном рационе. Но все же на первом месте по продаваемости все-таки остается белокочанная. Во-первых, она привычнее для наших людей. А во-вторых, мы привыкли заквашивать именно ее. В квашеном виде капуста намного полезнее, чем в свежем. Полезные качества квашеной капусты сохраняются около десяти месяцев, поэтому есть ее можно почти весь год. В ней содержится молочная кислота, благодаря которой в кишечнике сохраняются полезные бактерии. До сих пор помню, как бабушка делала вкусную квашеную капусту. Выращивала капусту она сама.

А я начал выращивать капусту не так давно. Но уже знаю все нюансы, чтобы получить хороший результат. Эта культура холодостойка, при выращивании выносит небольшие заморозки, при этом светолюбива, требовательна к плодородию и влажности почвы, а также воздуха. Но важно не ошибиться с выбором сорта. При правильном выращивании и подборе сортов можно получить конвейер овощной продукции для продажи в разные периоды сезона.

Капусту легче выращивать через рассаду. Это значительно экономит средства по сравнению с методом посева семян напрямую в грунт. Важно высадку рассады проводить в дни с низкой солнечной активностью, лучше ближе к вечеру. Потому что прямые солнечные лучи могут повредить неокрепшие ростки.

Испортить урожай могут и вредители. Я слышал от своих покупателей



• САД-ОГОРОД

ниц-старожилов, что если посадить рядом с капустой бархатцы, это не только оградит капусту от различных вредителей. Без всякой обработки инсектицидами листья у капусты остаются здоровыми и неповрежденными. Я еще не использовал их совет, но попробовать хотя бы в пределах небольшого участка стоит. Пока что обожать достижениями современных биологов и химиков.

Капусту мало правильно вырастить, урожай надо еще суметь сохранить. Хранить ее лучше в помещении с температурой воздуха не ниже 0 градусов, иначе при оттаивании сердцевина потемнеет. Но при более высокой температуре есть риск поражения грибковыми заболеваниями. Некоторые сорта вообще не пригодны для хранения.

Это только кажется, что капусту вырастить легко и с ней нет особых хлопот. На самом деле надо учитывать много нюансов. А узнать о них можно только, когда возьмешься за это нелегкое дело.

Алена ТАОВА



Аделина, 4 года и Амелия, 6 лет
КАНКУЛОВЫ, с. Чезем

«МАЛЕНЬКОЕ ЧУДО-2020»



«ПОЧЕМУ

ЖЕНЩИНЫ УБИВАЮТ» (2019)

Это блистательный комедийно-детективный коктейль, который держит внимание зрителя не только за счет сюжетной интриги, но и благодаря яркой проработке характеров, блистательным диалогам и качественному стилистическому решению.

Фабула заключается в том, что в одном и том же доме в разные годы живут три разные супружеские пары. Действие параллельно разворачивается в трех временных планах: в 1960-х, в 1980-х и в 2019 году. Наблюдать за этим тем интереснее, что нам с самого начала кажется, что мы знаем финал. Конечно, в итоге не все так однозначно, но ни слова больше я об этом не скажу, потому что не имею права лишать зрителя удовольствия от просмотра.

Люси Лью, Дженифер Гудвин и Кирби Хауэлл-Баптист не только показывают три совершенно разных взгляда на женскую природу, но и иллюстрируют изменения, которые произошли с браком и семьей за последние 50-70 лет. Но эта линия не утяжеляет сериал, она просто сопутствует его искрометности. Единственной рекомендацией будет возрастная – для детей это не самое подходящее шоу.

«НОВЫЙ ПАПА» (2019)

Когда чего-то очень сильно ждешь, легкое разочарование в итоге закономерно. Так было бы и с новым сериа-

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

Редакционная коллегия:

Ф. КАРАЦУКОВАА (отв. секретарь),
О. КАЛАШНИКОВА (редактор отдела),
М. БАЙСИЕВА (редактор отдела).

Над номером работали:
А. ТАОВА – дежурный редактор номера;
Т. БЕКУЛОВА – комп. верстка;
И. ПОГОРЕЛОВА – корректор

Телефоны
42-26-75 – отв. секр.,
42-75-34 –
корреспондентская;
42-26-75 – факс;
42-69-96 -
реклама

Газета отпечатана
в ООО «Издательство
«Южный регион»,
357600,
Ставропольский край,
г. Ессентуки,
ул. Никольская, 5-а

Выходит по средам.
Тираж 2024. Заказ 673.
Время подписания в печать
по графику – 18.00
Фактически 7 апреля в 17.00
Индекс - 31222

21

Газета «Горянка»
зарегистрирована
Региональным управлением
Роскомпечати
в Кабардино-Балкарской
Республике
23.07.1998 г.
Регистрационный номер -
Н-0143

АДРЕС РЕДАКЦИИ
И ИЗДАТЕЛЯ:
360000,

г. Нальчик, пр. Ленина, 5
E-mail: gazeta-goryanka@list.ru
Instagram: goryanka_gazeta.
You Tube: Газета Горянка