

№ 28 (1089)

15 июля 2020 г.

Издается с 1993 г.



Горянка

Интернет-
версия:
www.goryankakbr.ru

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Астемира Шабзулова



**Ильяна
МАЛЬБАХОВА,**
ведущая программ
на кабардинском языке
ВТК «Кабардино-Балкария»

с. 11

КАЗБЕК КОКОВ ПРОВЕЛ СОВЕЩАНИЕ С ЧЛЕНАМИ ПРАВИТЕЛЬСТВА РЕСПУБЛИКИ

В режиме видеоконференции подведены предварительные итоги социально-экономического развития Кабардино-Балкарии за январь – июнь 2020 года, рассмотрен ход реализации плана первоочередных мероприятий по обеспечению устойчивости экономики и социальной сферы в регионе в условиях распространения коронавирусной инфекции.

Открывая встречу, Глава КБР отметил, что весь второй квартал в Кабардино-Балкарии прошел под знаком борьбы с коронавирусной инфекцией. Сегодня ситуация заметно улучшилась, республика перешла ко второму этапу снятия ограничений. Можно сказать, что заработала почти вся экономика: «Надо переносить акценты на стратегию дальнейшего развития республики, вносить коррективы с учетом последствий пандемии, новых актуальных трендов, стратегических ориентиров, заданных Президентом страны».

«Ситуация с COVID-19 при всей кризисности выступает катализатором многих процессов в экономике страны и мира в целом. Переформатируются рынки товаров, услуг и труда. Сейчас очень важно оперативно, не отставая, включиться в эти процессы, использовать возможности для роста экономики и социального развития. Это здравоохранение, образование, развитие малого и среднего бизнеса, создание и развитие IT-кластера, высокотехнологичных промышленных производств, выход на новые рынки сельхозпродукции республики, ее переработка, развитие внутреннего туризма», – сказал К.В. КОКОВ.

По информации Правительства КБР, общий объем доходов за шесть месяцев 2020 года составил 19,5 миллиарда рублей, или 49,6 процента от годового плана. Темп роста к аналогичному уровню прошлого года составил 126 процентов. Однако собственные доходы бюджета (налоговые и неналоговые) снизились до 89,5 процента к уровню 2019 года.



Расходы на 1 июля 2020 г. по сравнению с аналогичным периодом прошлого года выросли на 18,5 процента. Более 80 процентов от их общей суммы направлено на социально значимые и первоочередные цели. Это социальные выплаты населению, оплата труда, коммунальных услуг и связи, приобретение медикаментов, питание, предоставление межбюджетных трансфертов бюджетам муниципальных образований, обязательное медицинское страхование неработающего населения.

Индекс промышленного производства, по предварительной оценке, составил 110,7 процента к аналогичному периоду прошлого года, объем продукции сельского хозяйства – 102 процента, строительный комплекс – 100,8 процента, инвестиции в основной капитал – 101 процент, внешнеторговый оборот КБР – 149,9 процента. Выросло производство напитков, одежды, неметаллической минеральной продукции, компьютеров, электронных и оптических изделий, электрического оборудования, автотранспортных средств, прицепов и полуприцепов.

Продолжается реализация мероприятий национальных проектов и государственных программ.

Вместе с тем в связи с вынужденными ограничительными мерами в рамках борьбы с распространением новой коронавирусной инфекции оборот

розничной торговли в первом полугодии 2020 г. оценочно составил 91,2 процента, объем платных услуг населению – 88,9 процента. Более чем в два раза снизился туристический поток. Количество субъектов предпринимательской деятельности сократилось на 2 процента.

О ходе осуществления выплат государственной социальной помощи гражданам республики на совещании доложил министр труда и социальной защиты КБР Алим АСАНОВ.

Так, с учетом вновь введенных для отдельных категорий граждан выплат на меры социальной поддержки по итогам I полугодия израсходовано свыше 3,5 миллиарда рублей, что выше аналогичных расходов за весь 2019 год. До конца года предполагается доведение объема средств на социальные выплаты до 7,8 миллиарда рублей.

Единой системой детских пособий охвачено порядка 60 тысяч получателей на более чем 90 тысяч детей.

Осуществлено автоматическое продление на период до 1 октября 2020 года сроков предоставления всех ранее назначенных ежемесячных выплат.

С 1 января 2020 года семьям, среднедушевой доход которых не превышает величины прожиточного минимума, установлена ежемесячная денежная выплата в размере 6853,5 рубля на детей в воз-

расте от трех до семи лет включительно. Планируется, что такую выплату в текущем году получат на более 24 тысяч детей.

По информации Отделения Пенсионного фонда РФ по КБР, единовременные выплаты в размере 10 тысяч рублей осуществлены на 148 241 ребенка в возрасте от 3 до 16 лет на общую сумму 1,4 миллиарда рублей. Единовременные выплаты по 5 тысяч рублей осуществлены на 31 875 детей в возрасте от 0 до 3 лет на общую сумму 221,2 миллиона рублей.

Сертификат на единовременную адресную социальную помощь на улучшение жилищных условий в размере 250 тысяч рублей из средств республиканского бюджета КБР за первое полугодие получили 89 многодетных семей, воспитывающих пять и более детей.

В результате складывающейся непростой ситуации в экономике и социальной сфере выросла напряженность на рынке труда Кабардино-Балкарской Республики.

По оперативным данным, с января по июль в органы службы занятости населения КБР за государственной услугой в поиске подходящей работы обратилась 61 тысяча человек. Безработными признаны 43,5 тысячи граждан, из них 41 тысяча – с марта текущего года, что в 8,5 раза больше аналогичного периода 2019 года. Более 90 процентов из числа обратившихся получают статус безработного с правом получения пособия.

Кроме того, в соответствии с распоряжениями главы КБР за счет средств республиканского бюджета 14768 гражданам, признанным безработными в период с 1 марта 2020 года и получающим пособие по безработице в минимальном размере, в апреле – мае произведена выплата единовременной материальной помощи в размере 5 тысяч рублей – порядка 75 млн рублей.

**Пресс-служба Главы и Правительства КБР.
Фото Евгения Каюдина**

НОВАЯ ТРАССА ЭЛЬБРУСА



На горнолыжном курорте Эльбрус в Кабардино-Балкарии приступили к строительству новой горнолыжной трассы «красного» уровня сложности.

Уже идет обработка скальных пород и подготовка полотна будущего пути спуска для лыжников и сноубордистов. В районе трассы будут установлены снегоудерживающие барьеры для защиты от лавин. Завершить все работы и открыть объект планируется в предстоящем зимнем сезоне.

Новая трасса будет начинаться на станции «Гара-Баши» на высоте 3 846 метров. Ее средняя ширина – около 40 метров. Протяженность по склону составит 1,5 км, перепад высот – более 400 метров.

Она разнообразит отдых опытных лыжников и сноубордистов.

– Сейчас на участке «Гара-Баши» – «Мир» действует одна горнолыжная трасса, тоже «красного» уровня сложности. Запуск новой разгрузит ее, и катание в высокий сезон станет комфортнее, – отметил гендиректор КСК Хасан ТИМИЖЕВ.

В настоящее время на курорте обустроено более 15 км горнолыжных трасс, открыто семь подъемников. В 2015 году АО «КСК» запустило здесь третью очередь

канатной дороги, которая стала самой высокогорной в Европе. В перспективе компания планирует построить еще три канатные дороги и девять горнолыжных трасс.

По инициативе Минэкономразвития России Правительством принят комплекс мер по поддержке малого и среднего бизнеса туристической отрасли. Предприниматели могут получить отсрочку по платежам, льготный кредит, средства на дезинфекцию и профилактику коронавирусной



инфекции, запущены бесплатные образовательные программы.

**Пресс-служба
АО «Курорты
Северного Кавказа»**

КБР ПОЛУЧИТ ОКОЛО 20 МИЛЛИОНОВ РУБЛЕЙ НА ВЫПЛАТУ МЕДРАБОТНИКАМ УВЕЛИЧЕННЫХ ОТПУСКНЫХ

Правительство направит регионам более 5 млрд рублей на выплату медицинским работникам увеличенных отпусков. Соответствующее распоряжение подписал Председатель Правительства Михаил МИШУСТИН. Средства поступят из резервного фонда Правительства РФ.

Дополнительное финансирование будет направлено на оплату отпусков врачам, среднему и младшему медицинскому персоналу, водителям скорой помощи, а также сотрудникам медицинских организаций, подведомственных органам власти, которым в соответствии с постановлениями Правительства РФ от 2 апреля 2020 г. №415 и от 12 апреля 2020 г. №484 в этом году предоставлялись выплаты стимулирующего характера.

Кабардино-Балкария на указанные цели из федерального центра получит 19,8 млн рублей.

Пресс-служба Главы и Правительства КБР

ДОРОГИЕ ЛЮДИ

В Кабардино-Балкарии создали базу данных «Долгожители».

На сегодняшний день туда вошли около 200 человек в возрасте от 90 до 104 лет. Идея принадлежит Динаре БАХОВОЙ, магистру института химии и биологии КБГУ. Молодой ученый проделала объемную работу, составляя этот список и собирая данные о ДНК отдельного человека. Выезжая в районы республики, удалось охватить большое количество людей. По прогнозам специалистов, к 2050 году численность возрастных людей начнет увеличиваться и список будет активно пополняться.

Наш корр.



ЗА ЛЮБОВЬ И ВЕРНОСТЬ

Всероссийский день семьи, любви и верности был учрежден по инициативе депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации и впервые отмечался 8 июля 2008 года, объявленном Годом семьи. С этого времени ежегодно образцовые семьи получают общественные награды. В 2020 году в Кабардино-Балкарии День семьи, любви и верности также отметили поздравлениями и медалями.

огли и Гюльмая Низам кызы БУНЯТОВЫ, Александр и Наталья ГАПЕЕВЫ, Александр и Наталья КУЛИКОВЫ. Представители семей много лет трудятся в разных секторах экономики и социальной сферы района – образовании, спорте, здравоохранении, теплоэнергетике, промышленности, социально ориентированном некоммерческом секторе. Они достойно воспитали детей.

В Майском районе много достойных семей, которые своим трудом, активной гражданской позицией и общественной деятельностью вносят существенный вклад в обеспечение мира и согласия, социально-экономического развития родной республики, являются примером достойного воспитания детей и образцом подражания для современной молодежи. Здесь заключается много межнациональных браков. Эти семьи демонстрируют взаимообогащение национальных культур, традиций и обычаев, умение жить в согласии и гармонии, несмотря на национальные и конфессиональные различия, уважение, солидарность и привязанность – то, на чем строится любое цивилизованное общество, без чего не может существовать человек.

В Зольском районе супружеским парам, являющимся примерными родителями, хранителями духовно-нравственных ценностей и образцом супружества, также вручили медали «За любовь и верность».

Глава местной администрации Руслан ГЯТОВ обратился к присутствовавшим со словами пожеланий: «В Зольском районе такой медалью награждены 43 семьи, сегодня к ним присоединятся еще пять образцовых семей. В праздничный день желаю, чтобы в каждой семье жила потребность в сохранении семейных и человеческих ценностей, чтобы на крепком фундаменте семьи рождались

и росли дети, а старшее поколение имело возможность делиться с внуками своими опытом и мудростью. Именно от семьи зависит, какое воспитание получит ребенок, какие таланты пробудит в себе, каким будет не только его будущее, но и будущее нашего района, республики и страны в целом».

В числе награжденных в этом году – супруги из Шордаково Мухадин и Галимат ХАМУКОВЫ (стаж семейной жизни - 43 года), супруги из Кичмалки Махмут и Блина БОТТАЕВЫ (стаж семейной жизни - 33 года), супруги из Приречного Асланби и Лариса АСЛАНОВЫ (стаж семейной жизни - 34 года), супруги из Камлюко Сафарби и Зоя БИЧОЕВЫ (стаж семейной жизни - 31 год) и супруги из Совхозного Анатолий и Ирина КИРЖИНОВЫ (стаж семейной жизни - 31 год).

Четыре семьи городского округа Баксан награждены медалями «За любовь и верность».

Семья КАРМОНОВЫХ. Супруги в браке 41 год. Достойно воспитали троих детей. Ахмед Хажмуратович работает на предприятии «Баксантеплоэнерго». Галимат Муштафаровна - медицинской сестрой. У них трое детей. Дочь Залина пошла по стопам матери и тоже работает медицинской сестрой, Зуряна занимается автострахованием, сын Аскер - тренер-преподаватель в ФОК.

Семья МИТЬКО. Супруги в браке 25 лет. Достойно воспитали двоих детей. Сергей Николаевич 28 лет работает в горгазе водителем. Коллеги считают его настоящим товарищем, он отзывчив и доброжелателен. Таисия Валерьевна работает учителем начальных классов в СОШ № 3. Ее учительское мастерство, творчество, любовь к детям, простота общения, творческий поиск, ответственность и исключительное трудолюбие вызывают заслуженное уважение коллег и воспитанников школы.

Сын Вадим окончил СКФУ по специальности «информационная безопасность автоматизированных систем», сейчас по призыву проходит военную службу в Вооруженных Силах России. Дочь Кристина учится на 2-м курсе педагогического колледжа КБГУ.

Семья КУНАШЕВЫХ. Супруги в браке почти 50 лет. Борис Мурадинович окончил спортивную школу, являлся начальником бригады по холодильным установкам и главным механиком Нальчикского консервного завода. Сейчас занимается пчеловодством. Феня Хацуква была мастером и бригадиром на швейной фабрике. Награждена медалью «За доблестный труд», являлась депутатом народного собрания. В семье трое детей. Все получили высшее образование. Старшая, Рита, - генеральный директор клиники косметологии в Москва. Ида - индивидуального предпринимателя, Хасан - строитель, является депутатом совета местного самоуправления.

Семья ХЕЖЕВЫХ. Супруги в браке 41 год, достойно воспитали четверых детей. Долгое время вместе трудились на баксанской районной вычислительной станции. Муса Исупович также работал в ООО «Баксанское ДРСУ». В настоящее время на пенсии. Супруга по-прежнему работает в РИВС. Дочь Гащадяна - предприниматель. Сыновья Хамидби и Хажмурид работают в Баксанском ДРСУ.

В Баксанском районе также состоялась награждение образцовых семей. Первый заместитель главы администрации Заур КАЗАНОВ и начальник Отдела ЗАГС Жанна ДЫШЕКОВА поздравили четыре семьи района с праздником и вручили памятные грамоты, медали «За любовь и верность» и подарки супругам Магомеду и Любе КУЛЬЧАЕВЫМ из Жанхотке, Артуру и Мадине УРУСБИЕВЫМ из Кипшека, Сергею и Марине СИЖАЖЕВЫМ из села Псыхурей, Хамидбию и Марии ШАГЕРБИЕВЫМ из Атажукино.

В их адрес прозвучали теплые слова благодарности, пожелания крепкого здоровья, долгих лет жизни и взаимопонимания.

Ольга КАЛАШНИКОВА

СЕРТИФИКАТ НА МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ ОБМЕНИВАТЬ НЕ НАДО

Пенсионный фонд России информирует владельцев материнского капитала, что его индексация происходит автоматически и обменивать документ, на котором указана прежняя сумма, не требуется.

В 2020 году материнский капитал был проиндексирован, также изменился его размер для родивших вторых детей, начиная с этого года. Размер материнского капитала и его остаток после частичного использования, который также индексируется, можно проверить в личном кабинете на сайте Пенсионного фонда или на портале госуслуг. Никаких ограничений по срокам

получения сертификата нет. Также с середины апреля Пенсионный фонд оформляет сертификаты в беззаявительном порядке, то есть мамам уже не нужно для этого обращаться в клиентские службы ПФР.

Сумма материнского (семейного) капитала в 2020 году составляет: 466 617 рублей за вторых детей (либо за третьих или последующих детей, если раньше

право на него не возникало), рожденных в период с 2007 по 2019 гг. включительно; 466 617 рублей за первых детей, рожденных начиная с 2020 года; 616 617 рублей за вторых детей (либо за третьих или последующих детей, если раньше право на него не возникало), рожденных начиная с 2020 года.



БЕСПЛАТНАЯ ПАРКОВКА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ

Разрешение на бесплатную парковку для автомобиля, на котором перевозится инвалид или ребенок-инвалид, теперь можно оформить онлайн. Соответствующие изменения в Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» вступили в силу с 1 июля 2020 года. Они стали еще одним шагом по повышению доступности государственных и муниципальных услуг для инвалидов.

Разрешение на бесплатную парковку можно оформить на автомобиль, управляемый инвалидом первой или второй группы, или перевозящим его, в том числе ребенка-инвалида. Кроме того, бесплатная парковка предоставляется инвалидам третьей группы, у которых ограничена способность самостоятельного передвижения. Согласно вступившим в силу поправкам подать заявление теперь можно только на одно

транспортное средство. Гражданин может изменить сведения о транспортном средстве, подав новое заявление, актуальными будут считаться сведения, размещенные в ФРИ последними. Внешние данные появятся в реестре уже через 15 минут. Занесенная в реестр информация имеет силу на территории всей России, тогда как раньше в каждом субъекте была своя база номеров машин, имеющих льготы. Таким образом,

если автомобиль внесен в Федеральный реестр, пользоваться выделенными парковочными местами можно будет в любом регионе. Доступ к реестру получают органы власти всех субъектов, которые определяют количество льготных парковочных мест в общественных местах.

Для граждан, оформивших знак «Инвалид» до 1 июля 2020 года, срок внесения данных в реестр продлен до конца года, до этого времени они могут пользоваться правом бесплатной парковки, используя имеющийся знак. С 1 января 2021 года проверка наличия права на бесплатную парковку будет осуществляться только на основании сведений ФРИ.

Как и прежде, подать заявление можно в личном кабинете на портале госуслуг, указав номер, марку и модель автомобиля, на котором планируется поездка. Подтверждать право на бесплатную парковку не нужно, все необходимые сведения уже содержатся в базе данных Федерального реестра инвалидов (ФРИ), оператором которого является Пенсионный фонд России. Заявление можно подать и в личном кабинете инвалида на сайте ФРИ или в МФЦ. При этом заявления в клиентских службах Пенсионного фонда приниматься не будут. Сведения об автомобиле, на котором планируется поездка, появятся в реестре только после внесения данных любым из указанных способов.

СТРЕСС, ВЫЗВАННЫЙ ПАНДЕМИЕЙ, БЕССЛЕДНО НЕ ПРОХОДИТ

- Насколько глубоко пандемия проникла в наши сознание и подсознание, какие изменения вызвала? Выросло ли число обращений за психологической помощью?

- Уже само слово «пандемия» вызывает психологический ужас. В нашей стране люди особенно восприимчивы к подобным проблемам, чем, допустим, в Европе, так как меньше защищены социально и не уверены в завтрашнем дне. Поэтому все, что связано с пандемией, для них очень болезненно в первую очередь психологически. Когда человек в обычной обстановке теряет работу, для него это уже психологический стресс, а если он не может найти другое занятие, находится в заточении на карантине дома, не представляет, что будет завтра и никто ему толком этого не объясняет, то не видит будущего. И это у него вызывает тревожные явления. Психика человека устроена таким образом, что любое стрессирование бесследно не проходит. Даже если сейчас нет острой фазы, через год или два проблема все равно проявится, хотим мы этого или нет. Обращаемость в связи с пандемией возросла практически вдвое. Если раньше в неделю ко мне обращались примерно два-три человека, то сейчас стабильно пять-шесть.

- Понятно, что каждый случай индивидуален. Тем не менее можете дать общие рекомендации, как справиться со стрессом из-за распространения коронавируса?

- Чувствовать грусть, растерянность, страх или злость нормально во время кризиса. Поэтому говорите об этом с друзьями и родственниками, с людьми, которым доверяете. Это вам поможет. Если вынуждены находиться дома, поддерживайте нормальный образ жизни: соблюдайте режим дня, отдыха, питания, занимайтесь спортом, оставайтесь в связи с близкими по телефону и интернету. Не курите, не употребляйте алкоголь, наркотики, чтобы справиться с эмоциями. Если чувствуете, что не справляетесь самостоятельно, поговорите с психотерапевтом или медицинским психологом. Важно знать заранее, куда обратиться, если вам понадобится психологическая помощь. Доверяйте фактам и достоверной информации, которая поможет правильно оценить риски и принять разумные меры предосторожности. Пользуйтесь надежными источниками информации, такими, как ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения) или местные органы здравоохранения. Ограничивайте время, которое проводите за просмотром новостей, вызывающих волнение и беспокойство, вспомните приемы, которые помогали вам справиться с неблагоприятными ситуациями в прошлом, используйте их, чтобы контролировать свои эмоции в этот сложный период.

- Инфекционисты отмечают, что дети легче переносят саму болезнь. А как на ситуацию с коронавирусом реагирует их психика?



- Они легче переносят болезнь и быстрее выздоравливают. Что же касается психологических последствий, надо учитывать возрастные категории детей. Если это малыши, они особо не чувствуют изменений, для них самое главное, что родители рядом, в нормальной домашней обстановке. Летом дети много гуляют, находятся на солнце, что тоже положительно сказывается на их самочувствии.

Если это возраст, близкий к подростковому, ситуация намного сложнее и многограннее. Недавно наблюдала детей, находившихся на дистанционном обучении. Они никак не могли войти в колею этого нового метода получения знаний. В первые недели дистанционного обучения чувствовали себя великоколпно, даже радовались новым возможностям – не надо ходить в школу, и так далее. Но через некоторое время я наблюдала совсем другую картину. Детям не хватало общения с одноклассниками, они не могли посещать всевозможные кружки, спортивные секции, приходилось большую часть времени проводить дома, и это их стрессировало. У меня на приеме было несколько подростков, которые просто выпали из социума. Они настолько остро переживали психологический стресс, что родители не могли справиться с ними. У них исчез аппетит, нарушилась фаза сна и бодрствования, они целую ночь напролет проводили в интернете и не спали, а днем до обеда отключались, так как организм в любом случае нуждался в отдыхе. При этом у них появились неряшливость, неаккуратность, они начинали агрессивно относиться ко всем замечаниям в своей адрес.

У детей в возрастном диапазоне от 13 до 15 лет иногда появлялись навязчивые идеи. Например, постоянно мытье рук. У меня была одна пациентка, мама которой жаловалась, что нельзя было даже прикасаться к ее одежде. Девочка сразу меняла ее на чистую, и так могло происходить несколько раз в день. Руки она прикрывала кофточкой так, чтобы

Во время пандемии многие столкнулись в первую очередь с психологическими проблемами, вызванными нарастанием тревоги, чувства неопределенности, невозможностью справиться с ними самостоятельно. Специалисты опасаются, что повреждение психики может проявиться через какое-то время, уже после снятия ограничительных мер. Сложность заключается и в том, что в этот круговорот втянуто все общество, в том числе и дети.

О том, как пройти этот период с наименьшими потерями и преодолеть стресс, мы беседовали с доктором медицинских наук, профессором кафедры психиатрии, неврологии и наркологии и кафедры детских болезней, акушерства и гинекологии медицинского факультета КБГУ Лейлой ТЕММОВОЙ.

подлокотник дивана не касался их, потому что не знала, кто до этого там сидел. Она настолько заикнулась, что опустила руку так, чтобы нечаянно ничего не коснуться пальцами. Что вызвало такое поведение? В первую очередь информация, которую она самостоятельно почерпнула из различных источников. Подобные навязчивые идеи могут сохраняться долго, если не применить психотерапевтические методики лечения и частично медикаментозную терапию.

- Как родителям помочь ребенку справиться со стрессом?

- Дети по-разному реагируют на стресс. Они могут становиться назойливыми, тревожными, замкнутыми, сердитыми, взволнованными. Поддержите своего ребенка. Узнайте, что его беспокоит. Покажите, что внимательно слушаете его. Дети особенно нуждаются в любви и заботе взрослых. Уделяйте им больше времени и внимания. Разговаривайте с детьми спокойно, подбадривайте их. Создавайте ребенку благоприятную обстановку, чтобы он мог поиграть или отдохнуть, постарайтесь не различать его с родственниками или опекунами, насколько это возможно. Попробуйте сохранить привычный режим в домашних условиях или создайте новый, включив в него план учебы и время для отдыха или игры. Объясните ребенку, что происходит, расскажите, как обезопасить себя от заражения. Используйте простые формулировки, которые ребенок сможет понять. Заранее объясните, что может произойти, если он или кто-то из родственников временно окажется в больнице. Объясните, что это может стать необходимым для оказания помощи больному. Если заражение все-таки случилось и требуется госпитализация, обеспечьте регулярное общение ребенка с родными, их поддержку.

- Нередко люди говорят, что основную стрессовую нагрузку они получают после просмотра новостей о распространении коронавируса.

- Да, к сожалению, у нас СМИ, не филь-

тра, выдают поток информации, который доступен всем: от мала до велика. И если взрослая психика как более стабильная может отнестись к подобной информации критически, сравнить ее с другими источниками, а что-то просто отместить, то дети подвержены посторонним воздействиям особенно остро. Если ребенок смотрит мультики, отождествляет себя с его героями, как бы погружаясь в сказочный мир. Точно так же он погружается в ситуацию с пандемией. В результате этого появляются заторможенность или агрессивность, различные виды патологических процессов, которые не характерны для условно нормальной личности.

- При каких первых симптомах взрослому следует обращаться к специалистам?

- Если уже есть тревога, неоправданный страх, ухудшение состояния в соматическом плане – сердцебиение, нарушения сна, раздражительность, сменяющаяся агрессивностью, и пр. Например, одна пациентка рассказывала мне о развившемся чувстве страха не только за себя, но и за своих близких. Ей казалось, что что-то плохое должно случиться с мужем, работающим водителем, или с маленьким ребенком, к которому она все время заходила в комнату, поднося ко рту зеркало, чтобы проверить, дышит он или нет. Это уже конкретная симптоматика, с которой человек без помощи специалиста справиться не сможет. Иначе у него внутри эти страхи останутся.

- Можно ли привлечь психологов к работе в госпитале, где лечатся заболевшие коронавирусной инфекцией?

- Не просто можно, а необходимо. Людям, заболевшим коронавирусной инфекцией, требуется, помимо медикаментозного лечения, психологическая помощь. Они в шоке от всего, что происходит вокруг. Когда человеку говорят, что у него даже незначительное поражение легких, он стрессирован, хочет этого или нет. Я наблюдала, как в подобной ситуации пациент обливается потом, бледнеет, его речь становится несвязной. В этот момент он не понимает, что надо делать: бежать в госпиталь, покупать медикаменты либо скрыть свой диагноз от окружающих. Почему-то люди предпочитают третий вариант, как бы стесняясь этой болезни, чего раньше не было при эпидемии, например, сезонного гриппа. Они боятся, что общество их будет игнорировать и отлучать.

Мне кажется, если бы в наших СМИ выступали психологи со своими рекомендациями и советами хотя бы в течение 15-20 минут в день, это могло бы успокоить многих. Людям было бы легче выздоравливать. Страх и тревога никуда не уходят, они с человеком остаются, а если депрессивные, тревожно-фобические состояния имеют место, то должны быть диагностированы и правильно пролечены.

Ольга КАЛАШНИКОВА.

Фото Астемира Шебзухова

Счетчики на газ установят бесплатно

АО «Газпром газораспределение Нальчик» объявляет о старте акции, в рамках которой абоненты смогут установить прибор учета газа, оплатив стоимость самого прибора, а работа по установке будет выполнена бесплатно.

ствие необходимой суммы на покупку счетчика и его установку.

«В связи со сложной санитарно-эпидемиологической обстановкой во всем мире и введением ограничительных мер, в том числе на территории Кабардино-Балкар-

ской Республики, часть населения оказалась в сложном материальном положении, и стоимостью установки узла учета газа порядка 10 тыс. руб. стала непосильной, они вынуждены платить по нормативу, что всегда дороже.

В целях поддержки абонентов, для которых оснащение прибором учета газа является обязательным, мы решили объявить о старте беспрецедентной акции, установив общую стоимость услуг по монтажу прибора учета газа в размере 0 рублей», - про-

комментировал генеральный директор компании Залим ВОРОКОВ.

Для участия в акции достаточно подать заявку в филиал АО «Газпром газораспределение Нальчик» по месту жительства.

Справка

Оснащение приборами

учета газа для абонентов, отопляющих домовладения с помощью газоиспользующего оборудования, объем потребления газа которого равен или выше 2 м³/час, является обязательным в соответствии с ч. 12 ст. 13 ФЗ № 261 от 23.11.2009 г.

Акционерное общество «Газпром газораспределение Нальчик» входит в группу компаний ООО «Газпром межрегионгаз»

Наш корр.

Срок действия акции - до 31 июля. Акция распространяется на абонентов, для которых установка прибора учета газа является обязательной в соответствии с ч. 12 ст. 13 ФЗ № 261 от 23.11.2009 г.

По данным компании «Газпром газораспределение Нальчик», около 6 тыс. домохозяйств и квартир в Кабардино-Балкарии, нарушая законодательство, потребляют газ без счетчика. Причина - отсут-



ЖИТЬ ВНЕ ШТАМПОВ



Идея погружения в мир кандидата философских наук, доцента кафедры культурологии Северо-Кавказского государственного института искусств Джабраила ТАЙСАЕВА возникла в связи с Днем фотографа, который отмечается в этом месяце. Если говорить о фотографии, то одним из самых ярких фотографов Кабардино-Балкарии является, безусловно, Джабраил Тайсаев. У многих моих друзей в «закладках» именно его работы - для пересмотра. Сам он тоже нередко попадает в кадр: улыбающийся человек с грустными глазами. Джабраил - ученый и философ, работы которого вызывают широкий общественный резонанс.

В одной из монографий - «Этногенез народов Кавказа» он показал внутреннее родство народов Кавказа, их взаимовлияние и сложный путь формирования. Джабраил четко подмечает проблемы и говорит о них доступным языком, инициируя общественные дискуссии. Его заметка в фейсбуке о том, как вести себя при встрече с агрессивными собаками в Нальчике, где нет приютов и территория людей с улицами и парками стала и их зоной обитания, потому что их предают, бросают, забывают, но они, как и мы, хотят выживать, стала для многих руководством, ключом к пониманию ситуации. А в работе «Синдром привычной смерти» Тайсаев задолго до пандемии описал поведение общества при появлении опасности: сначала неадекватно сильная реакция, страх, затем привыкание и неадекватно слабая реакция при высоких рисках. Джабраил - один из немногих, кого люди в соцсетях каждый день благодарят: за фотографии, размышления и советы. И за неиссякаемый юмор. Мы задавали ему вопросы в нашем традиционном семейном формате, потому что уникамы тоже живут в семье.

- Итак, вы Джабраил Мубарикович состоите в браке с...

- В действительности Джабраил Борисович или Барикович, просто папистика напутала. Супруга - Мадина Мухамедовна ЛАФИШЕВА. Из настоящих Лафишевых, их (настоящих) остались всего три или четыре семьи. У нас дочка Лия и сын Идар.

- У некоторых семья - экспонат, у других - программирование. А у вас?

- Я всегда говорил, что женюсь в 30 лет. И вот было уже 31, а все никак. Однажды меня познакомили с одной девушкой, вижу: не мое, и все. Проводил ее и пошел к другу, злой и недовольный. Его жена сказала: «Из всех девушек, с которыми ты приходил к нам в гости, мне только одна понравилась». Я был в недоумении, ее муж, мой близкий друг, улыбался и явно знал, о ком речь. «Что? Не томите душу!» - воскликнул я. «А то ты сам не знаешь? Конечно, Мадина». И тут меня девушка. Такой момент озарения. Да, точно, я ведь с ней встречался, но девушка была серьезной, о к браку я тогда еще не был готов. Не то, чтобы забыл ее, просто не рассматривал, сам не знаю, почему, а ведь был влюблен, еще как, но знал, что еще дурак и не готов к браку. Но после озарения по всем законам жанра позвонил ей, а было уже два часа ночи. Ее отец, естественно, сказал мне, в каком направлении идти... Я извинился и перезвонил на следующий день. «Алло, это ты Джабрик?» - «Откуда ты узнала? Я же два года не звонил». Она сказала: «Ты один такой». Вот и все, а дальше все понятно.

- Как мило и как здорово! Наверное, это главное: уверенность в незаменимости и уникальности спутника жизни. «Ты один такой» - звучит вдохновляюще. Но жить вместе все равно сложно.

- Почему сложно? Я могу стирать пеленки и вязать, она - ремонтом заниматься.

- Шутите. А если серьезно? Кто, например, у вас каждый день готовит?

- Готовлю в основном я: мясо и рыбу с гарнирами и супчики наваристые. Жена по утрам варит кашу, которую, кроме нее, никто не ест. Ремонт само собой тоже мое, это я просто пошутил. Правда, кафель она кладет лучше меня. Стирка, уборка - тоже ее. Хотя на работе занята больше меня. Я более творческий человек, а она прагматик. И детей... я люблю, а она заботится и переживает за них больше, чем за себя.

Она очень любит ток-шоу на Первом канале, а я люблю их ругать. Еще она смотрит разные музыкальные конкурсы

на ТВ, а я нет, но общение на почве разногласий тоже объединяет, я понимаю, она - из музыкальной семьи. Спорим иногда, даже деремся, по-доброму так, сквородками чугунными даже не кидаю. Идиллия.

- Но кто все же отвечает за быт?

- Жена. Я так, по настроению, а она ко всему подходит ответственно.

- Расскажите о бабушках и дедушках ваших детей.

- Родители у нас все живы, даже почти здоровы. Отец супруги, Мухамед ЛАФИШЕВ, - заслуженный деятель наук КБР, академик АМАН, мама, Лариса Андреевна, - заслуженная артистка КБР, играет на скрипке. Я из трудовой семьи. У мамы, Риммы Хасановны, - орден Трудового Красного Знамени и еще много наград. Она - кабардинка из Карагача, отец, Барик Тажиевич, - осетин, работал шахтером.

- Вы много пишете о собаках. У вас есть собака?

- У меня две собаки. Когда жена стрижет коготки одной, вторая прибегает ко мне и прижимается. У меня сердце разрывается, так хочется защитить, но понимаю, что когти стричь все же надо. Они обе девочки - йоррики.

- Есть ли выход из тупика, из бесправной, беспросветной, беззащитной нынешней жизни собак?

- Решение есть, нужна воля: благотворительные фонды и помощь из бюджета в стерилизации, чипировании, организации передержки, и так далее. Самое главное - люди должны научиться быть ответственными за собак. Нельзя выкидывать на улицу члена семьи. Наигравшись, бросать на произвол судьбы. При нынешней безответственности улицы города заполняют преданные хозяевами собаки. Одно скажу: если собак и кошек начнем убивать, значит, мы уже будем не совсем людьми.

- Уже убивает.

- Мне жаль.

- Я хочу отметить экологическую составляющую ваших фотографий. Вы любляете нас в окружающий мир, а любящий человек более милосерден. Как в вашей жизни появилась фотография?

- Фотографией занимаюсь с детства, еще пленочные аппараты были. Фотоувеличитель, красная лампа, чердак и медленно проявляющиеся лица в ванночке с проявителем. И два дурака с ошалевшими лицами, один из них - я. А если серьезно, с фото как искусством я, наверное, года два, не более. Пока не знаю, достаточно ли вырос для выставок. Но это дает мне духовную отдачу. Чужие работы смотрю часто, но свои чаще. Книжки о фотоискусстве, можно сказать, не читаю, так, изредка что-то в интернете просматриваю. Хотя одна книга есть, один фотограф подарил, пока только бегло просмотрел, если честно. С коллегами делюсь опытом с удовольствием.

- Вы часто улыбаетесь в семье?

- Улыбаемся часто, обычно дети веселят, правда, сын сейчас в Москве, но мы не чувствуем, что он далеко, всегда на связи. Собачки веселят, кошечка наша тоже. Да я и сам люблю пошутить. Кошка у нас одна, дочка на улице подобрала - пожалели, взяли. Радует. Зовем Кикой.

- О чем вы мечтаете?

- Хочу реализации своих научных идей и чтобы дети стали счастливы.

- Чего боитесь?

- Равнодушие.

- В университете в свое время вы были легендой, вас считали гением, а учились тогда на химико-биологическом факультете. Что пошло не так? Почему вы так и не стали профессором с регалиями, ведь именно так видели ваше будущее и друзья, и враги.

- Я начинал работать у Асланби Казиевича ТЕМБОТОВА. Обиделись мы друг на друга. Сильно. Прошло много лет. У него был рак. Однажды он захотел со мной поговорить. Я был в машине. Он знал, что жить ему осталось немного. А я к нему так и не вышел. До сих пор себе это не прощаю, у меня только одно оправдание - я не знал, что он умирает. Впрочем, на похороны тоже не пошел. Нехорошо, знаю.

После Темботова работал на кафедре зоологии у Игоря ИВАНОВА, тоже не сработался, ушел. Потом в центре информатики Министерства образования и науки. Зарплата огромная, я на хорошем счету,

да и программирование увлекало... Но и оттуда ушел. Помогал матери управлять с магазинами, был, по сути, грузчиком и шофером. В те годы меня сопровождала тяжелая депрессия. Сейчас в институте искусств.

- Что вы там делаете?

- Все, кроме исполнительства. Я теоретик широкого профиля: химия, биология, философия, культурология, социология, логика, антропология и так далее. Кем я только не работал в своей жизни! Инженером-программистом в Центре информатики. Териологом у Темботова, это специалист по млекопитающим. Еще был ихтиологом и гидробиологом на кафедре зоологии, философом - работал на кафедре у Салиха ЭФЕНДИЕВА. Кто я? Не знаю. Биолог, философ, антрополог, я все. И я никто.

- Никто - это ложь. У вас столько почитателей.

- Да, есть и почитатели, и друзья. Есть прекрасные дети, оба умнее меня. А мне все равно чего-то не хватает, более того, я как рыба на суше, задыхаюсь, сам не зная, почему.

- По-настоящему творческие люди всегда не удовлетворены, всегда в поиске, думаю, вы еще многое сделаете. Ваши нервы наверняка оголены для восприятия мира, и пребывать в нирване было бы странно. Вы и в детстве были бунтарем?

- Да, и тогда протестное начало было во мне достаточно сильное. Помню, часто отдыхал в пионерских лагерях с сестрой. Родители много работали, летом нас не с кем было оставить. Если честно, терпеть не мог эти лагеря, хорошее место лагерем не назовут, а сестра любила, даже во всероссийском лагере «Юрленок» успела отдохнуть. А я все время хотел сбежать. Не нравились мне все эти лагерные режимы. Я свободу люблю и чтобы не строим, чтобы всем назло. А потом следовало неотвратимое наказание. Нескольких раз выгоняли, причем демонстративно, прямо на линейке, но я странным образом оставался. Здесь ведь главное - воспитание, а не неотвратимость наказания, наказывать и выгнать - значит расписаться в собственном бессилии. Это я сейчас стал понимать, а тогда просто решил - дебилы. Одна только радость была в лагере - вечера, пионерские дискотечки. Помню наши строевые песни. Мое отношение к любому строю было резко отрицательным. Одинаковая форма, четко поставленный шаг и патриотизм на лице вместо мысли. «Марш, марш левой, марш, марш правой», все эти скованные одной целью (про цепи мы тогда еще ничего не знали, но понимали, что одной целью скованы)... нет, это не мое. Терпел. А что делать? Сбежали с линейки, и не раз, попадало, даже обедов лишали.

- Джабраил, некоторым вера помогает умирить внутренний протест, примириться с миром. Что для вас Бог?

- Для меня Бог - это любовь.

- Уезжают ли осетины из Кабардино-Балкарии? Если да, то куда?

- Не сильно уезжают. В Северную Осетию иногда, просто зов крови, но чаще в Москву или за рубеж. Вообще осетины - потомки кочевников, потому их и сейчас по всему миру больше, чем на малой родине.

- На мой взгляд, свободный дух кочевников - это забытое прошлое всех народов, сохраненное в отдельных людях. Это же так здорово, когда дом - вся планета. Полетов духа во сне и наяву!

Марзият БАЙСИЕВА.
Фото из семейного архива
Д. Тайсаева

Тхылгыщэ

ЖЬЭГУ

ОТ ЖАҒА

Жомакыла

ЛЪЭПКЪЫР ЗЫХЪУМЭ, ЦЫХУР ЗЫГЪЭПС

Сытуи дыкуэд, сытуи дымащэ адыгэр. Дызэрымащэмрэ ди гуащэ зэрыщыклымрэ, дызэрыкуэдимрэ ди зэфэкыр уафэм зэрынэсымрэ япэ дыдэу зызыхэсцар Тыркум адыгэ фестивалхэр зэрыщеклукым зэ-тэу сыщыкхэпгаращ. Ар илэсыпцл-пщыкшү ипкэжэц. Адыгэ лъэпкъыр лъэпкъыу дызэтезыгъэува, шхэпс тхуэжыу, быдапнэу нобэм диэ ди адыгэ хабзэр абы цыгъуэми тхэлът, дэ зытхуэжыу, хабзэм зыхуэтхуэжыу, иджыри дызэтртыгъэрт. Ди лъэпкъыгъуэху хамэ кьэрал кыщальхуахэр зэрыкъуажу, зэрыкы-лэу фестивалым еплъыну кызыхуэсау дахэпгъащ. Сигу узащ апхуэдиз цыхур Кавка-зым пэлэцлэу, Хэкужыу пщыкху флэки ямылгъагуу зэрыпсум шхэкэжэ. Кызыртыпнежыа щыклымрэ дызэрагъэхэщла, дызэрагъэгъушхуамрэ кыхэкэжэ, дигу хэжыуат, дезыгъэблэгъэхэм апхуэдизкэ хабзэ дахэ дагъэлгъэуати, дыгъушхуат. Мис а псор сигу кыгъэкъыжаш Тыркум кыщальхуа, кыщыкхуа Кьардэн Хъусний и «Адыгэ культурэ хышхуэр ди адэ щинищ» тхылгым. Тхылгыр зытеухуар минрэ луэжыу шхэпэм, уи флэц хуэу, уигу нэсу уеджэфынукуым, итыр кызыртыуэта бээр ныкыуэм. Мыр, псом янэрауэ, бээ дахэкэжэ, адыгэбээ кыулейкэ тхаш. Ипжэращи, тхыгъэр зи Эдакэщцкым тыркубээжэц итхри, Емуз Баязыт адыгэбээжэц зэридзэкъыжаш. Къехуэллащ, шэч хэмьлыу, Емузым и лъэжыгъэр.

Адыгэ хабзэм теухуа тхылгъэжэпэм, куэдым дигу кыкыжыу шэжыгъэлл Мафэдэз Сэрэбий (Налшык кьалэ) и лъэжыгъэ цырыуэращ. Абы нэмыщл Шэрджэс Алий (Черкеск кьалэ) и «Адыгэжэмрэ ахэм я хабзэмрэ» тхылгыр. Иутыж Бориси итхаш тхылгъэжэцгъуэн дыдэ, «Адыгэ хабзэ» и флэцыгъэцлэу, киносценарий жыпхэм иту. Мы тхылгъэхми, нэгъуэщцкым Кьардэн Хъусний и лъэжыгъэр ешхъкым, ухуэкэжэц кыуаллэркым, аращи, ебгъэпщэну ухэмьту, езыр кьапщэту гупсхуу уеджэжэ нэхъыфлэц.

Езы Хъусний и нэгъуэщцкым, эзыха, илгъэгуа защэц итхыжар. Еджэгъуафлэц, зытеухуар дэтхэнэ адыгэм и зыхыщцлэу. И пэщцэдээр нысаш, хыгъуэллгъуэ луэхуэрац. Иужырей илгъэ зыбжанэм ди хыгъуэллгъуэ джэгъуэр апхуэдизкэ егугъуу кыдажыри, си гугъэц джэгу зегъэкълуэным пылхэм куэду кьахуэсбэпныу Кьардэным и гукъэкыжар. Хэкурысым дымьыщэж гугъэгъуэ зегъэкълуэц куэдым узылэпшэу топсэлъхык мыр, атлэ ар куэдым яфлэццыгъуэну кысцохуэ.

Псоми и гугъу пщыкым, еджэным дежкэ тхылгым щэщыгъуэ хэлъжынкым, ар кызыгъуоуэ, ауэ сыхуейт кыхэзгъэщыну, хабзэм теухуа теплэгъуэ курыххэм нэмыщл мыбы гъащцэм кыщыкхуа, адыгэм и хэлэ, и дуней тетыклар кызыхэщ хыбар гукыиэжэри зэритыр. Хыдъжэбэ хыщлэ хуэзэну ежыхэм я махуэ-жыжыр зырыкыуам и хыбарым сыту сфлэтельдыжуэ седжа. «Емыкым зыкьэбгъэлыныр лыгъэщ» жыхуилэ теплэгъуэри апхуэдэц сэжкэ. Нэгъуэщц куэдри.

Кьэрал зэхуыщыкыкэ тепсэлъхыкым, гъуэгурыкыуэ зыхуэзауэ щыта цыхуу кызыртыгъэжэц я гугъу ищлми, Кьардэным и кызуэлэжыклар цыхуу зэллэзэрыт, зигурэ зи шхэрэ зэтэлъ лы и псэлъкыу, апхуэдэц. И ныбжэ нэсащи аращ, сыт абы гъэщцгъуэну хэлъ жызылэм, жуап естыфынуу: ди жагъуэ зэрыхуэщи, акыл тыса уилэнымрэ ныбжымырэ зэмыпхуэ куэдрэ кьохуэ. Зи акыл тыса псоми хыбар кьэлэуэтэжыкэ ящлэркым. . .

Тэклу щтэщцтаблэ сыкыщыкхуаи кьэжыуащ тхылгым сызеддежм. Ар Анзорей кьуа-жэ хыблэ лыхэм деж адыгэ-пщы уэркхэм теухуауэ щыпсэлъращ Кьардэныр. Сэркэ нэхъыфлэц пщы-уэркэ луэхур куу имыщл, Анзорэжэ зэриухар. Лъэпкъым и натлэ хуар (куэдым Хэкур зэрабгынар) кьэщцэри, Анзорэхэ зэригъэжыуаншэр кыхош адеж, ауэ а езым игъэуэнуауа цыхум нэмыщл, нэгъуэщц уэркыыл, пщы лъэрызехэжэм апхуэдэу я гугъу ищлэркым. Адыгэ пщы-уэркхэр лъэпкъым епцъыжауэ кьэзылгъэжэц сэ сарительхэжыкым (ахэр псори шагъэпуд совет эманьыр дэркэ иклас) Итланэ, лы цырыуэжэм тхыдэм кууэ елжэжэр тепсэлъхыкэм нэхэ сфлэцгъуэщ.

Дэ тфлэ-тфлэмыфлэ тхыдэри ухуакым, ди нобэри зэхэлъкым. Сытуи дыкуэд, сытуи дымащэ адыгэр. Дунейм дытекъухыщи, дыкуэдэ зыкытцохуэж. Ауэ бээжэ, хабзэкэ кыдэкълуалэ абхэзэхэм флэки зы лъэпкъи тпэгъунэгъуу зэрыщымылэр, ахэри бжыгъэкэ зэрымащэ дыдэр, абыхэм, дэри бээр зэрытщыгъуэпщэр кыхэпльгъэмэ, джыщыпсыкыжынкэ зэрыхуэнуу налу пцохуэ. Ди Иуцагъым, ди гу жагъагъым жыжэ дынигъэсыну дыкыжэбат, ауэ нобэ кьэклэуэжыкым укълуэщцлэпэмэ, адрей лъэпкъхэм утыку кьарахэ Эдакэщцлэ, щцэныгъэ, шэнхэбэ лъэжыгъэхэм лъэщыкхуэу, нехъэкъехуэу кытхуэгъэщцыр мащлэц. А мащлэм мыщлэу кыхэц лъэжыгъэщлэ пхуэгъэпсыныр тыншкым. Езыр цыхуу зыгъэлса, цыхум зэрахэт, нэхэ лъаплэ щымылэу илгытэ адыгэ хабзэр тхыгъэкэ кылуээтэжыу пщэрыл зыхуыщыжауэ плэрэт жыуэлэ «Адыгэ культурэ хышхуэр ди адэ щинищ» жыхуилэр зытхам. Дауэ щымытамы, тхылгыр кьэуэнуауащ, кыдопсалэ. Абы еджэр тепсэлъхыкыну кысцохуэ, абыкэ зызышин нэхъыжыми, ныбжыщцэжыми кьэхэжыну согугъэ.

КЪАНЫКЪУЭ Заринэ,
уакулэ, тхаклуэ,

«Горянка» газетым и редактор нэхъыщхэ



ОРОДАДАНЫ ОНОУУ

Тэрт тугуан кьарындаш болуп бир элде кьоншу жашагъандыла. Ала барысы да бир улакчык сатып алгъандыла да, аны жаны саулай юлешгендиле. Улакчъ елген иш этсе, хар ким кесини юлюшюн арсарсыз алып кетерча, белгилегендиле. Аланы хар бирине улакны биришер аягы жетгенди. Жаз башында тэрт кьарындаш да бир болуп, элли бал батманларын жыйып, кьошха чыгъаргъандыла да, бир кьарындашы бал кьошха кьарарга кьойгъандыла. «Улакчъ да кьошда турсун», — деп оноулашхандыла.

Бир жол улакчыкыны аягы сынганды да, балчы аны быстыр бла байлаганды. Улакчык да бал батманла ичинде, чикай-чикай эте, айланганды. Жазгы жунчуу, кирши кюлени биринде, балчы кьошчугъунда отчугъун да кьомп, кьыш эшшики уа этмей, отунга кетгенди.

Улакыла сууукыгъа чыдамсыз болуучулары кимге да белгилиди. Улакчык от жагъагъа келип, кюлге жатады. Байланган аяк кюлге терип ташады да, быстыр, мыдыха жетип, кьабынады. Кьургакчъ быстыр терк окъуна жанып, улакны тынгысыз этеди. Амалсыздан, улакчъ, кьошну теренине кьачып киреди да, кьошха ёртен салады. Жана тургъан кьошха чыдаямлай, улакчъ, кьачып, бал батманла ичине кирип, битеу бал батманлагъа от салады. Жалчы балчы кьошха кьайтып келгенде, аны эки кёзюне кьан чабады. Энди балчыны башы кьара кьайгыгъа кылады. Ол, энди элли бал батманларын кьалай телеригине асыры сагъышлангандан, ёлор сагъышын да унутханды. Ма энди иш Тереге тюшеди.

Тереде Ородада олтурады. Хыйсапсыз кеп адам жыйылганды, халкы уллу сейирсинип

тынгылайдыла. Кюйген батманланы иелери тэрт кьарындашдан батманларын телетирге излейдиле, кьарындашлары да битеу айыпны сынган аякны иесине салыргъа кюрешедиле.

Теречиле, шагъатны, даучуну да соруп бошаш, кеслерини оноуларын баламлайдыла: «Битеу кюйген батманланы, улакны да сынган аякны иесине теллеу этерге».

Кими мудах, кими да жарык болуп, элли адамы тышына чыкыдыла.

Ол жыл кыш эртте тюшген эди, жашчыкыла бузда ашык ойнаргъа кетдиле. Экинчи кюн Ородада атланьп жолгъа чыгъады да, жолда ашык ойнай тургъан жашчыкылагъа тубейди. Жашчыкыла кимни ашыгыз озгъаныны юсюнден даулашханлары кьулагъына чалынады.

—Алан, сен а Ородаданы кесаматылай эте кёреме, — дейди бир жалангач жашчыкы.

Ородада, атдан тюшюп, ат айылыларын тартхан кибиб эте, жашланы даулашларына тынгылайды. Кесини этген оноуну жашла терге санагъ-анларын ангылап, жалангач жашчыкыны кенгешге чакырады.

— Жашчыкы, Ородада кьарындашлагъа кьалай терк сюд этгенди дейсе?

— Да кьалай этиб а, сынган аяк кеси кьалай бараллык эди? Аны сау аякыла элтип, отну кьошха да, батманлагъа да саладыла эм ахырында кеслери да кюйгендиле, сынган аякны уа терсиги недеди?

Ородада сагъышланады. Ол, атына минип, ызына кьайтады да, халкыны жыйып, ише жангъдан кьарайды. Энди теллеу сынган аякны иесине угъай, сау аякылары иелерине салынады.

САНГЫРАУ ЭЛДЕ

Эртте-эртте эрттеледе бир элде сангырау адамла жашап тургъандыла. Ол элде жашаган сангырау кишини юч эчкиси бир жол тас болгъандыла. «Тоба-асто, быланы кьайры жер жутуп кьойду?» — деп, ол киши эчкилерин излей чыкыгъанды. Излей-излей, бара барып, бир сабан соре тургъан адамгъа тюбегенди. Сабанчы да ол элден, ол да сангырау.

— Кеп болсун! — деп, салам бергенди эчкилерини иеси.

— Этиб а не этеме, кёреме, сабан соре турама! — дегенди сабанчы.

— Юч эчкини эслемегенмисе? — дегенди бу.

— Да кесими атамадан кьалган мюлк жерчим эди, — дегенди ол да.

— Ой, сау бол, кьууандырдын, сора хазна узайган да болмазла, — деп, эчки излеген кете баргъанды да, алайдан арлакьа эчкилерин тапханды. Ызына айланьп, эчкилерин соре келгенди да, ол сабан соре тургъанга жетгенди. Сора анга:

— Кьарт, эчкилерими табаргъа болушханын ючюн, бу семиз акьасак эчкими санга береме, шо бир ал, кесерсе, халалынг болсун! — дегенди. Кьулагына бир затла чала-кьула чалышып, сабанчы:

— Ой, сау кьаллык, манга неге кёлонг кьалады, сени эчкинги мен акьасатмагъанма, мени не понякым барды?! — дегенди, ачуланып.

Сора, бири бир айта, башхасы да анга жууап бере, дауур болгъандыла.

Юслерине ол элде жашаган бир атлы келгенди.

— Ай, юйонге, бу манга эчкилерими табаргъа болушханы ючюн саугъагъа акьасак эчкими береме да, алмайды, мени адамгъа санамайды! — дегенди эчкилерини иеси.

— Мен аны эчкисин акьасатхан угъай эсенг, кьарап кёрген да этмегенме! — дегенди сабанчы. Сора ала:

— Энди сен бизге бир сюд эт, терси-тюзно айыр! — деп, атлыны атыны жогенинден тутхандыла.

— Бу мени кесими атымды, сора сизге нек берирге керекме мен аны? — деп ачулланганды атлы. Алайда ючюсю да кьауугъа болгъандыла. Араны айырламгъандыла. Сора, ючюсю да, жыйылып, ол элли эфендисине баргъандыла. Жарашдырып, ючюсю да хапарны кеси ангылагъаныча жасагъандыла.

— Сюд эт да, арабызны айыр, — дегендиле. — Эй, асыл адамла, бош даулашасыз, ораза бюгон туююл, тамбла жабылады, ораза тамбладан тутуп башлагъыз, — дегенди да, ашыргъанды. Ала кетгенлеринде, эфенди тиширыууна:

— Хычин этсенг, кьабар эдик, ансы ач болгъанбыз, — дегенди. Ол да, чыгъа барып, кьызына:

— Атанг, тюкеннге бар да, чепкенлик ал дейди, барчы, кьызыкык, тюкенден, сайла да, бир ариу чепкенлик алып кел, — дегенди.

«Атанг эрге чыгъаргъа эркилик береди», — дейди деп, алай кёлоне келип, кьыз аланы кьойларын кюте тургъан жалчы жашха салып баргъанды да, былай айтханды:

— Э жаш, мен сени кьарындашымча кёреме. Мен бюгон эрге чыгъама да, сен биргеме барыргъа керексе, юйге кел, — дегенди.

Жалчы жаш да «жалчылык болжалынг жетгенди, малланы кьой да, кел да, жалынгы ал да, юйонге кет», — дейди деп кёлоне келип, малланы кьоюп, кьыз бла бирге юйге кетгенди.

Соруоучюсю, кеслери алларына кьалган малланы уа жанлы кьыргъанды.



ЗРИТЕЛЬ ВИДИТ ТЕБЯ НАСКВОЗЬ

• ПРАЙМ-ТАЙМ

ЗАЖГЛИ ЗВЕЗДУ

- Мое знакомство с камерой произошло задолго до того как стала телеведущей. Будучи семиклассницей, попала на первый и единственный в своем роде республиканский телепроект «Загни звезду», который организовали урванское районное телевидение и прекрасный театралный режиссер - заслуженный работник культуры КБР Галина САПРЫКИНА. Проект был создан по формату «Фабрики звезд», единственное, что его отличало, - мы не жили в студии. Это была первая площадка, где я училась управлять своим волнением и общению со зрителями.

Я благодарна этому проекту за раскрытие моих скрытых талантов, за то, что еще больше полюбила сцену и творчество. А еще больше благодарна своим родителям, которые почти каждый день возили меня из Псыгансу в Нарткалу, по несколько часов ждали в холодном зале, пока шла репетиция, поддерживали любые мои начинания, за веру в меня и мои способности. Когда я выступала, всегда смотрела на маму, сидящую в зале, ее поддержка была бесценной.

После проекта продолжила петь, записывала свои песни, снимала клипы и была безумно счастлива. С каждым днем понимала, что это именно то, чем хочу серьезно заниматься. После окончания школы встал вопрос, куда пойти учиться. И поскольку у меня не было специального музыкального образования, а желание творить не проходило, поступила в Северо-Кавказский государственный институт искусств на специальность «режиссура кино и телевидения». Сказать, что это были лучшие годы моей жизни, мало. Это то место, где собраны преподаватели высшего класса. Я благодарна институту за то, что в моей



Наш собеседник – ведущая программ на кабардинском языке ВТК «Кабардино-Балкария» Ильяна МАЛЬБАХОВА

жизни появились добрейшей души люди - прекрасный режиссер, доцент кафедры кино и телевидения Мухамед ЧЕРКЕСОВ и непревзойденная артистка Кабардинского театра, к сожалению, недавно ушедшая из жизни, Феня МАШУКОВА. Они были больше чем преподаватели, помимо колоссальных знаний, вложили в меня уверенность в свои силы, поставили хорошую диципину.

ЖДАЛА И ВЕРИЛА

- После окончания института у меня появилась осознанная цель - стать телеведущей. Несмотря на то, что училась на режиссера, очень хотелось быть в кадре. Попала на кастинг в то время, когда наш канал преобразовывался, осовременивался и переименовывался, то есть менялся свой статус. Естественно, создавались новые проекты, набирали новых людей, и у меня почему-то не возникло даже мысли, что не пройду собеседование.

то поколение великих спортсменов, на которое должна равняться сегодняшняя молодежь.

ПАЗЛЫ

- Элегантные наряды - не ключевой признак профессии телеведущей. В первую очередь это тяжелый труд, ненормированный рабочий день, многочасовые съемки и постоянные выезды. При этом телеведущая должна следить за своей внешностью, обладать собственным стилем, а в кадре контролировать каждый свой жест, мимику, каждое слово. Надо также уметь увлекательно рассказать о том, что тебя интересует, сделать зрителя активным участником этого процесса, постоянно подогревать его внимание новыми эксклюзивными материалами. Считаю, что телеведущий для успешного выполнения работы должен быть интеллектуально развитым, начитанным, обладать хорошей памятью и дикцией, уметь вести беседу, задавая нетривиальные вопросы. Вообще телевидение - это в первую очередь командная работа. Ее я могу сравнить с игрой в пазлы. Если отсутствует даже одна деталь, общая картина не сложится. Поэтому каждый должен выкладываться по максимуму.

Зритель видит тебя насквозь. Чувствует, когда пытаешься его обмануть и скалтурить. К примеру, если человек не любит детей и не может найти с ними общий язык, вести детскую передачу у него не получится. Также я заметила одну особенность: чтобы разговорить своего героя и сделать хорошую передачу, телеведущий должен быть хорошим психологом, чтобы просто забыть, что он находится в студии, что его снимает камера и смотрит тысяча человек. Эта задача тоже не из легких.

Фото Астемира Шебзухова.
(Продолжение на 13-й с.)

Образование и культура женщин Древней Руси

• ОСОБЫЙ ИНТЕРЕС

(Продолжение. Начало в № 27)

Были и такие удивительные женщины, как, например, русская полоцкая княжна Предслава, дочь князя Георгия, которая, отличаясь необыкновенной красотой, отказывала всем женихам и против воли родителей рано ушла в монастырь, где постриглась в монахини и занялась переписыванием книг. «И начат книги писати своими руками», - сказано в ее житии. Как и Янка в Киеве, княжна основала школу для девочек, в которой обучала «младых девиц», в том числе и своих сестер - Городиславу и Звениславу, «писанию, також ремеслам, пению, швенню и иным полезным ремеслам, да от юности навикнут разумети закон божий и трудолюбие», - сообщает историк В.Н. ТАТИЩЕВ. Скончалась она в 1173 году.

Но не только в южных и западных землях Древней Руси встречались образованные женщины.

На стенах белокаменного резного Дмитриевского собора во Владимире есть рельефные изображения князя Всеволода Большое Гнездо с сыновьями. К сожалению, среди них нет изображения супруги Всеволода - княгини Марии. По свидетельству летописи, она оставила своим сыновьям материнское поучение, подобное поучению Владимира Мономаха. Недаром

по уму и учености летописец сравнивает жену Всеволода с легендарной княгиней Ольгой. Материнское наставление, написанное русской княгиней перед смертью в 1205 г., сохранено для нас летописью: «Возлюбленная моя чада! Имейте тихость и кротость, и смиренномудрие и любовь и милость. Алчныя насыщайте, жадныя напойте, нагия одевайте, больныя посещайте и себе в чистоте содержите. ...Аще ли же в ненависти и распрях и в которых будете между собой, то сами погибнете и благословенное наследие державу отъчества вашего изгубите юже праотцы ваши и отец ваш и протчее родство ваше многим трудом и потом приобретоша. Тем же пребывайте мирно и любовно между собою, брата послушюще».

Говоря о статусе и образованности русских женщин, можно вспомнить княгиню Марью, дочь мученически погибшего Михаила Черниговского, соратника Александра Невского. Она приводит в своей летописи дорогие ей лица, пытается сохранить их для нас. Особенностью ее летописи является то, что вместо сухой записи по годам даны связные, как бы сюжетные повествования о событиях. Таковы рассказы «Батьева рать», «О Невском побоище», об «Убиении князя Михайло Всеволодовича Черниговского, внуке Святослава Ольговича, от окаянного царя Батыя в Орде».



Летопись княгини Марьи отмечает важнейшие события ее семейной жизни. Но есть скупое сообщение о смерти княгини Марьи, которая скончалась 9 декабря 1271 г.: «Предает душу и тихо, и нетрудно, безмятежно. Слышаша сви люди града Ростова преставление ея и стекошаша вси людие в монастырь Святого Спаса».

Да, это все относится к высшему обществу, а какая же степень образованности была среди простых женщин?

Множество вещей с надписями свидетельствуют о том, что в X-XVI вв. грамотность была не

редким явлением. М.Г. РАБИНОВИЧ отмечает, что грамотны были, по-видимому, даже женщины, процарапывавшие, например, на домашней посуде или на пряслицах - грузиках для веретен - свои имена. Из этого можно сделать вывод, что среди женщин непривилегированного сословия тоже встречались грамотные.

Особенно большой сдвиг в наших представлениях о распространении грамотности в Древней Руси произвели результаты раскопок последних десятилетий XIX в. в Новгороде. Некоторые грамоты по своему содержанию свидетельствуют о грамотности не только того, кто писал, но и того, кому писали. Например, муж приносил жене снять копию с купчей грамоты и т.д.

Но была в Древней Руси еще одна сторона женского образования, которая считалась главной в воспитании будущей матери и жены, - рукодельное искусство. Во время большая часть жизненно необходимых предметов изготавливалась и украшалась дома. Во главе рукодельных «светлиц» непременно должна была стоять сама хозяй-

ка дома, что предписывалось не только строгостью традиционных установок, но и соображениями порядка и хозяйственности.

В «Повести об Ульянии Осоргинной», одном из известных памятников древнерусской литературы, запечатлен бытовой уклад дома молодой женщины из Муром. Пока муж был занят делами, она «по вся ноци без сна пребываша, в мольбах и в рукоделии, в прядиве и в пльичном деле».

Художественное шитье принадлежит к числу древнейших занятий человека. Тесно связанное с народным творчеством, мастерство рукоделия передавалось из поколения в поколение, от матери к дочери, от бабушки к внучке. Из глубины веков дошло до нас декоративное шитье - геометрические и растительные орнаменты. Вышивки донесли нам отголоски языческих верований древних славян: изображение зверей, птиц, цветов и трав.

Наряду с орнаментальным вышиванием в пору Русского Средневековья стало обретать особую славу так называемое лицевое шитье - подражание живописной фреске и иконе. Разноцветными шелками, золотыми и серебряными нитями (позднее вошли в употребление жемчуг и цветные камни) вышивали на пальцах сложнейшие многофигурные композиции.

Ангела КУДАЕВА.
(Продолжение следует)



ПУСТЬ ВАШ МУЖЧИНА ОТДОХНЕТ

В последнее время много писем приходит в рубрику «Между нами, девочками» именно о несчастной любви. От некоторых мужчины уходят, и это трудно пережить, с этим трудно смириться. А находить выход необходимо – никто за вас не решит вашу проблему. Я решила дать советы таким девушкам и женщинам. Мы все хотим стабильных и крепких отношений. Но вот только не всегда встречаем того идеального парня, которого придумали в своем воображении. На то они и

фантазии. Каждый, кто видит своего партнера идеальным, в конечном итоге разочаровывается. То же самое происходит с женщинами, которые думают, что их мужчина совершенен и никогда даже не задумывается о побегах и о том, чтобы изменить устоявшуюся жизнь. Бывают моменты, когда мужчине необходимо отдохнуть от привычного окружения. Возможно, он захочет уйти навсегда. Если так случится, всегда лучший выход – отпустить, а не пытаться удержать всеми возможными и невозможными способами. Тот факт, что кто-то не хочет больше оставаться с вами, вовсе не говорит о том, что с вами

что-то не так. Просто вы не подходите этому человеку. Может быть, в начале ваших отношений вы думали, что идеально совместимы. Вполне возможно, он думал так же. Но со временем все изменилось. Жизнь меняется, чувства и желания тоже. Может быть, вы оба несчастны в этих отношениях. Может быть, несчастлив только один из вас. Как бы то ни было, он будет искать способ положить конец этим отношениям. Мужчина просит сделать перерыв в отношениях? Не тропитесь делать выводы. Смириться с тем, что ему это нужно. Сделайте так, как он просит.

Диана Дил

Когда, если не сейчас?

Как часто вы задумываетесь о ценности времени? Каждый из нас с разной периодичностью жалуется на нехватку времени и его быстротечность. Подобные негодования возникают в случаях, когда мы не успеваем доделать ту или иную работу вовремя, когда к нам неожиданно приходит осознание того, что мы стали совсем взрослыми людьми, а детские годы остались далеко позади...

Все люди так или иначе мечтают о путешествиях, побывать хотя бы раз в конкретной стране, пройтись по какой-то значимой улочке, но с годами появляются определенные заботы, заставляющие отталкивать ту самую мечту дальше, вместе с тем проносятся фразы: «какнибудь в другой раз» или «наступит тот день, и я куплю билеты». Конечно же, я понимаю, что к вопросу путешествия нужно подходить ответственно, но это обобщенный и наиболее распространенный пример, знакомый всем. На деле же нехватка времени пронизывает каждую область нашей жизни. Только задумайтесь, сколько всего вы хотели бы попробовать и сделать в своей жизни, но откладываете на мифическое «завтра»?

Дефицит времени – распространенная и самая важная проблема современного человека. Осмысление этой проблемы заставляет искать способы его эффективного планирования. Ведь ценность времени заключается не в том, чтобы осознать нашу смертность, а как раз в том, что его всегда не хватает. Умение распоряжаться им открывает человеку уникальную возможность влиять на свою жизнь так, как хочется ему самому, а не исходя из объективных обстоятельств.

Первым этапом на пути планирования собственного

времени является отказ от ряда факторов, отнимающих у нас значительное количество драгоценных минут. К ним в первую очередь относятся социальные сети, которые в прямом смысле зомбируют людей, перестают обращать внимание на действительность, погружаясь в виртуальный мир (но справедливости ради стоит отметить, что социальные сети имеют и положительные свойства). Во-вторых, слишком длительное времяпровождение за просмотром фильмов, сериалов и телевизионных передач (киноискусство является важной составляющей в культурном развитии человека, но следует уметь правильно выделять на это время).

Это основные ограничители человека, живущего в двадцать первом веке.

После ликвидации стоп-факторов вторым этапом следует поиск способов или методов продуктивной организации своего времени. В качестве совета в этом деле хотелось бы предложить рассмотреть прекрасную книгу Брайана Трейси под названием «Тайм-менеджмент». В ней вы сможете найти множество полезных и действенных советов, таких, как этот: «Помните: управление временем на самом деле означает управление своей жизнью. Хороший тайм-менеджмент и личная продуктивность начинаются с понимания ценности жизни, каждого ее мгновения».

Не стоит забывать, что все в этом мире имеет свой конец. Важно уметь проживать каждую минуту своей жизни максимально продуктивно и насыщенно. А ведь то самое «завтра» уже наступило, и когда же, если не сейчас?

Залина Хажнагоева

РАДИ ИНТРИЖКИ

Я очень много лет дружила со своей подругой, почти десять лет. Все всегда у меня было хорошо, у подруги не очень. Я всегда ее поддерживала, старалась помочь и утешить. А полгода назад у меня появился парень, которого очень полюбила и собиралась строить с ним будущее. Познакомила его с подругой, ей он не понравился, и она стала постоянно на него наговаривать. То он недобрый, то не очень умный, да и не любит меня.

Я стала поражаться этому. Что с ней? А какое-то время спустя совершенно случайно решила к ней зайти и поговорить, не созваниваясь, и вдруг увидела их вместе. Это, как выяснилось, не случайная была встреча. Мне стало так плохо, так обидно, такая злость взяла. Но я не стала ничего выяснять. Теперь ни с ней, ни с ним не общаюсь, хотя каждый из них мне звонил, но я просто не брала телефон. Я выбрала самый оптимальный

для себя вариант: уехала к любимой тете в другой город. Точнее моя тетя живет за городом, на своей даче. Тетя меня успокоила, вылечила от этой напасти – несчастной любви. О подруге слышать даже не хочу. А этот мужчина, который перебежал к ней, для меня тоже не существует. Кстати, у них ничего не склеилось – ни любви, ни семьи. Интрижка получилась на короткий срок.

Натали

Терпения вам, мамы!

У меня сын – подросток. Терплю ужасные ситуации. Не жалею на него, не подумайте. Даже хочу помочь таким же мамам, как я, хоть каким-то советом. Стала читать разные советы психологов. И вот самое оптимальное решение, на которое наткнулась. Мой ангел, которого подменили в 12 лет, сейчас вырастает благодаря моему терпению. Именно терпению. Даже любовь на втором плане, когда подросток издевается над вами. Пусть меня Бог простит, но у меня были моменты, когда я готова была сдать... Поэтому мой вам совет и совет опытного психолога: контролируйте свои эмоции. Всегда старайтесь понять, что вы чувствуете и почему. Будьте честны с самими собой. Найдите более глубокую причину, по которой что-то вызывает гнев, разочарование или неодобрение. Выражайте свои эмоции и давайте ребенку возможность делать то же самое. Не бойтесь и не стыдитесь рассказывать другим, как вы себя чувствуете и почему. Старайтесь быть объективными и конкретными. Сохраняйте спокойствие, даже когда чем-то расстроены. Найдите занятие или хобби, которое поможет расслабиться и восстановить внутренний баланс. Можно пойти на пробежку или прогуляться на улице, послушать музыку, и так далее. Постарайтесь понять точку зрения вашего ребенка. Попросите разъяснений, если вам что-то непонятно. Если

вы внимательно слушали, проблема уже наполовину решена. Объясните свою позицию на языке, который ваш ребенок может понять. Дайте ему веские причины для ограничений и запретов. Не используйте угрозы, давление, запугивание, чтобы принудить ребенка подчиниться. После угрозы мой сын чуть не ушел из дома... Я бы этого не вынесла, если честно. А ведь бывает, что подростки убегают из дома. Поэтому обсудите с ребенком вопрос, который вас беспокоит. Будьте конкретными. Дайте ему возможность объясниться. Слушайте внимательно. Не фокусируйтесь на проблеме. Сосредоточьтесь на решении. Составьте список, по крайней мере, из трех возможных вариантов. Попросите друга, члена семьи, учителя или соседа внести свой вклад, если это необходимо. Другая точка зрения обычно помогает продвигаться вперед. Проявите к ребенку уважение как к ценному члену семьи. Признайте его сильные стороны, навыки и способности. Составьте список и посмотрите, как каждая из этих сильных сторон может быть использована для решения существующей проблемы. Дайте ребенку свободу и возможность самостоятельно принимать решения и переживать последствия.

И терпения вам, терпения и еще раз терпения! Будьте счастливы!

Карина Шорова

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



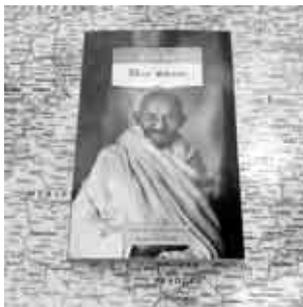
КАКУЮ КНИГУ Я ВЗЯЛА БЫ С СОБОЙ НА НЕОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ? • ЛИТЕРАТУРА

У меня настолько спокойная и размеренная жизнь, что даже не могу предположить, чтобы со мной случилось что-то необычное. Но все же попробуем представить следующее. По воле случая я оказалась на необитаемом острове, да еще таком, что необитаемое некуда. Но туроператор был щедрый и разрешил, помимо пяти предметов первой необходимости (на мой выбор, кстати, еще раз спасибо за это ему), взять с собой и одну любимую книгу.

С предметами я определилась довольно быстро, а вот с книгой пришлось повозиться. Дело в том, что я очень люблю читать, уделяю этому много свободного времени, и поэтому сложно сделать выбор. Среди финалистов оказались «Унесенные ветром» Маргарет МИТЧЕЛЛ и «Моя жизнь» Махатмы ГАНДИ.

Первая книга известна большому количеству людей, по ней снят фильм с неотразимой Вивьен ЛИ в роли волево и прекрасной Скарлетт О'Хары. Я люблю перечитывать «Унесенных», когда хочется эмоционального подъема и вдохновения. Но тут подумала, что на острове понадобится нечто более героическое, чтобы поддерживать боевой дух, а также желание жить и не сдаваться. Не подумайте, что Скарлетт была кисейной барышней, которая не могла о себе позаботиться. Наоборот, в годы гражданской войны в Америке, на которые приходится описание сюжета, раскрывается ее стойкий характер, сила воли и предприимчивость.

От комплиментов героине «Унесенных ветром» перейду все-таки к той книге, которую собралась взять с собой на остров, и постараюсь объяс-



нить свой выбор. Махатму Ганди называют «отцом нации» в родной Индии. Это человек, который сделал многое как для своей страны (благодаря ему удалось получить независимость от Британии), так и для человечества в целом. «Моя жизнь» - автобиография великой личности, в которой он без прикрас рассказывает о своем жизненном пути. Ганди делится и своими неглазными поступками, и это лишний раз показывает, что он был простым человеком, не лишенным страстей и пороков. Но самое ценное, на мой взгляд, то, что ему удалось перебороть себя и свои человеческие страсти. Ведь это самое сложное и самое главное, не так ли?

На необитаемом острове мне, человеку, привыкшему ко всем благам цивилизации, предстоит многие лишения и сложности. В то же время, обладая неплохой физической формой и смекалкой, хочется верить, что я справлюсь с задачами выживания на острове. А силу духа во мне будет поддерживать учение Махатмы Ганди.

Приведу одну цитату, которая как нельзя лучше характеризует Ганди:

«Человек и его поступок - вещи разные. В то время как хороший поступок заслуживает одобрения, а дурной - осуждения, человек независимо от того, хороший или дурной поступок он совершил, всегда достоин либо уважения, либо сострадания, смотря по обстоятельствам». Он любил людей и никогда их не осуждал. Ганди проповедовал философию ахимсы, или ненасилия. Он был убежден в том, что всего можно добиться мирным путем. Ганди верил, что насилие порождает еще большее насилие, в то время как взывать к совести эффективнее и можно превратить врага в своего сторонника. Это удивительное мировоззрение и человеколюбие, когда, живя в столь разнополовой Индии с точки зрения касты и вероисповеданий, Ганди ставил человека превыше всего. Он прошел путь, усеянный невероятными трудностями и проблемами, но не сломался, а стал символом любви ко всем людям. Надеюсь, я задела ваше чувство любопытства и вам захочется познакомиться с судьбой этой исключительной личности.

Что касается меня, я думаю, что мою жизнь на необитаемом острове будет полна интересных приключений и происшествий. Мне кажется, это будет и время самопознания, так как предметов, обычно занимающих у нас ценное время на размысливания, на острове не будет. А в моменты, когда мне будет тоскливо или трудно, обязательно буду перечитывать «Моя жизнь». А если посчастливится попасть на остров еще раз, следующей возьму с собой «Трое в лодке, не считая собаки». Об этой книге расскажу вам в другой раз.

Светлана СИХОВА

Зритель видит тебя насквозь • ПРАЙМ-ТАЙМ

(Окончание. Начало на 11-й с.)

НЕ ЭТО ЛИ СЧАСТЬЕ?!

- Совсем недавно я перешла в редакцию вещания на кабардинском языке. Признаюсь, первое время было очень страшно, поскольку раньше у меня был опыт вещания только на русском языке. Но благодаря нашему главному редактору Салисат ХАГУН-ДОКОВОЙ, которая поверила в меня и дала возможность выбрать тематику, которая действительно мне по душе, я переборолла свои страхи. Каждый день работаю над собой и расширяю свой словарный запас кабардинского языка. Сейчас у меня несколько цикловых проектов: «Следуй за своей мечтой», где герои рассказывают о своем пути к успеху, «Рука об руку» - о творческих семейных парах, которые в каждой передаче соревнуются между собой, и это достаточно весело и интересно, «Спрашивают родители» - программа, где задают вопросы о воспитании детей психологу. Также делаю передачу «Молодые и талантливые», которая состоит из клипов и выступлений восходящих звезд нашей республики.

Есть еще очень много идей, которые надеюсь осуществить в будущем. Все технические возможности для этого есть - современное оборудование, прекрасная новейшая студия. К сожалению, сейчас из-за пандемии мы вынуждены соблюдать карантин, и это немного огорчает. Я безумно соскучилась по съемкам, монтажу, а еще больше по своим коллегам. У нас очень дружная редакция, где работают исключительно профессионалы своего дела, готовые подставить плечо в любой сложной ситуации. С такой командой, уверена, республиканское телевидение обречено на успех.

Я родилась и выросла в Псыгансу, чем очень горжусь. Многие односельчане и сейчас меня поддерживают добрым словом, что особенно приятно. Вообще мне везет по жизни на добрых и порядочных людей. У меня замечательный муж, который поддерживает все мои начинания, за что благодарна ему и его прекрасной семье. Есть сын и дочка, в которых души не чаю. Они еще маленькие, но очень радуются, когда видят маму по телевизору. Есть любимая работа, дающая возможность творить. Думаю, я на своем месте. Не это ли счастье?!

Ольга КАЛАШНИКОВА

15 июля 1099 года в Иерусалиме завершился Первый крестовый поход.

Состоялся он под предводительством герцога Нижней Лотарингии Готфрида БУЛОНСКОГО. Задолго до этого похода идея отвоювать святую палестинскую землю у мусульман начала бродить по христианской Европе. Точнее с 1012 года, когда мусульмане захватили в Иерусалиме Церковь гроба Господня и стали все сильнее притеснять христианских паломников. Европейские христиане решили, что дальше так продолжаться не может, и в 1095 году Папа призвал их к походу на мусульман.

В Германии, Франции и Италии в следующем году было собрано многотысячное войско, которое двинулось пешим порядком через Балканы в Палестину. Оно, как орда разбойников, опустошало все на своем пути, с особым усердием громя еврейские местечки. Эта толпа до Палестины так и не дошла - ее изрядно поубавили венгры, видя в ней иноземное варварское нашествие, а остатки добила турки.

Крестоносцы после этого, можно сказать, организовали профессиональную армию, отлично вооруженную и дисциплинированную. Они стали огнем и мечом прокладывать себе путь к стенам Иерусалима. 7 июня 1099 года крестоносцы приступили к осаде этого хорошо укрепленного города. Под роем стрел и градом камней они упорно продолжали засыпать защитный ров

ЕГО СРАЗУ ПРИЧИСЛИЛИ К КОРИФЕЯМ МОЛОДОЙ ЛИТЕРАТУРНОЙ ШКОЛЫ

и бить специальными таранами стены. 15 июля в одной из стен образовался проем, и через него в город хлынула смерть.

В тот день большинство 40-тысячного населения Иерусалима, которое составляли в основном мусульмане и евреи, было вырезано. Евреи пытались спастись в синагогах, но всех укрывшихся там сожгли заживо. Часть жителей крестоносцы взяли в плен, а затем продали в рабство в Италию. На территории Палестины было основано христианское Иерусалимское королевство со столицей Иерусалимом. В городе могли жить только христиане, мусульмане и евреи селиться здесь было категорически запрещено.

В этот день в 1240 году состоялся Невская битва.

Представитель рыцарского рода Фолькунгов и зять короля Швеции - епископ БИРГЕР в том году двинулись на Северную Русь. Скандинавы, переправившись на парусных шнеках через Финский залив, доплыли по Неве до устья Ижоры. Потомок викингов, угрожая Великому Новгороду, направил отсюда князю Александру Ярославичу надменную грамоту с объявлением войны: «Если можешь - сопротивляйся, но знай, что я уже здесь и возьму в плен землю твою».

Молодой новгородский князь, не дожидаясь подкрепления,

в стремительном бою разбил численно превосходящих его дружину шведских рыцарей, потеряв всего несколько десятков человек. За эту победу его прозвали Невским.

В этой битве князь лично сватился с предводителем шведов Биргером и, как сказано в летописях, «возложил острием меча печать на чело его...» Подвигом русского витязя Гаврилы Олексича, который по пятам преследовал бегущих шведов до самого корабля и поразил старших воевод противника и самого епископа, определились окончательная победа.

Интересно, что этот славный сподвижник Александра Невского был прямым потомком легендарного Радши и одним из древнейших зачинателей рода ПУШКИНЫХ. Правнук Гаврилы носил имя Григория ПУШКИ, двою сыновей которого стали называться уже Пушкиными.

15 июля 1852 года Лев ТОЛСТОЙ отправил НЕКРАСОВУ в журнал «Современник» свое первое произведение - повесть «Детство». «Я с нетерпением ожидаю вашего приговора, - писал он редактору. - Он или поощрит меня к продолжению любимых занятий, или заставит сжечь все начатое». Некрасов, прочитав рукопись, сразу распознал ее литературную ценность и написал автору любез-

ное письмо, действовавшее на Толстого очень ободряюще. Молодой автор тут же принимается за продолжение трилогии, а в голове у него уже роились планы «Утра помещика», «Набег», «Казак».

Подписанная никому не известными инциалами Л.Н.Т., повесть «Детство» была опубликована в «Современнике» в том же году. Она имела большой успех, автора сразу причислили к корифеям молодой литературной школы наряду с пользовавшимися тогда громкой литературной известностью ГОНЧАРОВЫМ, ТУРГЕНЕВЫМ, ОСТРОВСКИМ и ГРИГОРОВИЧЕМ.

В этот день в 1964 году главой Советского государства на короткое время стал Анастас МИКОЯН.

Этот уникальный политик по кличке «от Ильича до Ильича без инфаркта и паралича» был сыном крестьянина из армянского села Санани. Он, как и СТАЛИН, некогда которое учился в духовной семинарии, но в 20 лет ушел в революцию.

В годы Гражданской войны был секретарем подпольного парткома в Баку. Анастас Микоян, арестованный вместе с 26 бакинскими комиссарами, таинственным образом избежал расстрела, за что позже был обвинен в предательстве. Тем не менее в 20-е годы он находился на ответственной партийной работе, а с 1926 года попеременно руководил торгов-

• ДЕНЬ В ИСТОРИИ



15 июля

лей и пищевой промышленности.

Микоян, благополучно переживший все «чистки», заслужил народную любовь тем, что первым вспомнил об измученном желудке советского потребителя, издав классическую «Книгу о вкусной и здоровой пище» с собственным предисловием. Не без его влияния в книге появился раздел о вине: Анастас считал легкое виноградное вино лучшим другом желудка. Его именем были названы мяскокомбинат в Москве и вкуснейшие котлеты. Микоян, как и все кавказцы, любил вкусно поесть и был обязательным участником кремлевских пиров во времена Сталина, ХРУЩЕВА и БРЕЖНЕВА.

После Брежневского переворота его поставили на декоративный пост Председателя Президиума Верховного Совета, но уже через год без лишнего шума ушли. Скончался Микоян в 1978 году в возрасте 82 лет, написав несколько томов крайне осторожных воспоминаний.

Любопытно, что его внук, музыкант и продюсер Стас НАМИН, столь же успешно остается на плаву, несмотря на прихотливые зигзаги музыкальной моды.

Подготовила
Фатима ДЕРОВА

ВОСПИТАНИЕ ДЕВОЧЕК

Красивым манерам девочек учили с малолетства. Они должны были стоять ровно, поставив ножки плотно прижатыми друг к другу. Сидя, малышки не должны были закидывать одну ногу на другую. Этому всему и другим хорошим манерам их приучали в семье, чтобы в гостях или при посторонних девочки вели себя правильно. Если родители в присутствии посторонних пытались поучать своих детей, это считалось неприличным, а сами родители считались невоспитанными.

С двух-трех лет девочек учили стыдливости, им надевали штанишки и платьица, хотя малышки и в три-четыре года могли бегать голышом. До пяти-шести лет особых различий в воспитании мальчиков и девочек не делали. Их одинаково любили, даже баловали, не ограничивали в действиях, однако всегда пресекали шалости и чрезмерное озорство. Капризы детей старались «не замечать». Их оставляли в таких случаях одних, а когда они успокаивались, убеждали в том, что если они хотят стать хорошими, нельзя вести себя подобным образом.

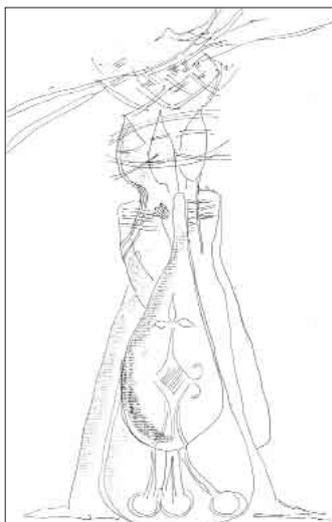
Девочек всегда нежили, на них не кричали, одобряли их положительные действия, внимательность, чуткость, мягкий нрав, услужливость. С раннего возраста их начинали одевать нарядно, приуча-

ли уделять внимание своей внешности, одежде и украшениям на ней. Словом, девочек даже слегка баловали, не считалось, что в этом есть что-то плохое.

Считалось, что девочки умнеют и начинают разговаривать раньше, чем мальчики. Объясняли это тем, что у девочек темечко зарастало быстрее. В области темечка в волосах даже прикрепляли пчелиный клей – сигнал опасности: смотри не трогай, не повреди, от этого ребенок может умереть или стать полуоумным.

Трудно воспитать ребенка в строгих правилах адыгского этикета, но самым сложным, пожалуй, является воспитание выдержанности. В сочетании всего перечисленного кроется секрет того, почему черкесские девушки славились многими своими достоинствами и прежде всего знанием тонкостей этикета.

В какой бы семье ни воспитывались малышки – в родной или у приемных родителей, их прежде всего учили почитать адыгский этикет и строго соблюдать его. Девочек с малых лет приучали красиво вышивать. По сведениям Хан-Гирея, основная забота воспитателя заключалась в том, чтобы: «... Девочка, отдавая на воспитание, воспитывается под попечением жены аталыка или приемной матери. Она приучается там к рукоделию, при-



личному обхождению, словом, ко всему, что необходимо для ее будущей жизни в супружестве...»

В девочках ценили острый ум, шустрый, легкий, игривый характер, но в то же время учили, чтобы они не были простодушными и чрезмерно доверчивыми.

Девочки должны были уважать старших и знать все тонкости обхождения со старшими и младшими, со сверстниками,

• АДЫГСКИЙ ЭТИКЕТ

молодыми людьми и т. д. Неприличным считалось, если девочка болтлива, она должна была говорить мало, но по существу. Неприличным также было жевать в присутствии старших и людей противоположного пола.

Помимо этого, будь то девушка либо молодая женщина, она не могла садиться за один стол с мужчиной, даже если он родственник или гость. Если ей просто приходилось выпить воды, поворачивалась спиной к мужчине. Вот почему адыги на своих торжествах ставили для мужчин и женщин отдельные столы. Люди, имеющие европоцентрические воззрения, склонны считать это признаком неравноправия, закрепощения женщины, несовершенства цивилизации. На самом деле все обстоит не так примитивно и одной фразой всего не объяснишь. Кавказцы вообще и адыги в частности чуть ли не боготворили женщину и воздавали ей большие почести. Видеть жуящее, неопрятное, в чем-то сильно приземленное создание, которое согласно традиционным представлениям надо бы почитать, в глазах носителей рыцарского этикета воспринимается как нонсенс. Вот одна из важных причин того, что у адыгов женщины в мужской компании не появлялись.

*Подготовила Анжела КУДАЕВА.
Рисунок Мадины Сараль.
(Продолжение следует)*

• АРХЕТИПЫ

Маг и волшебник в стиле



Архетип Мага лично у меня и, подозреваю, у многих других вызывает наибольший интерес из всей архетипической дюжины. Очень многогранный, многоликий и до конца не познаваемый, немного странный и неземной, он всегда привлекает к себе внимание, вызывает широкую гамму чувств и эмоций у окружающих - от страха и ощущения опасности до восхищения и попыток подражания. Человека с достаточно выраженным проявлением архетипа Мага можно и ненавидеть, и любить, но невозможно относиться к нему равнодушно.

Тема волшебства и магии, видимо, потому вызывает интерес и будоражит, что «записана» в нас на генном уровне, из памяти предков и архаичного прошлого человечества. Когда гром, молния, засуха, ветер и прочие природные явления объяснялись лишь существованием сверхъестественных сил, желаниями богов и размерами жертвоприношений. Когда, проходя через смутные времена, войны и разные бедствия, люди могли только молиться и надеяться на чудо, и оно свершалось, хотя и не для всех. У каждого в жизни найдется не одно событие, которое можно объяснить только чудом (ну или очень хочется).

В детстве весь окружающий мир для нас был одним большим чудом, а наши родители – настоящими волшебниками. Они могли угадывать желания, разрешали любые проблемы, чудесным образом «видели нас насквозь», «предсказывали» исход событий, словом, не

переставали нас удивлять своим могуществом.

А детские книжки и мультфильмы, а волшебные письма Деду Морозу и подарки под новогодней елкой, а страшные истории перед сном в летнем лагере (и слушать страшно, и удержаться невозможно), а семейные легенды о представителе рода, передаваемые из поколения в поколение с немалой долей приукрашивания на каждом этапе, – все это так захватывающе и интересно. К сожалению, с каждым годом этих чудес становится все меньше и меньше, все больше и больше фактов объясняется наукой, все больше скепсиса в сторону необычных историй, и даже чудесные совпадения объясняются теорией вероятности. Мне бывает очень жаль того ушедшего времени, когда «Баба Яга варила свое колдовское зелье», и поэтому из отверстия в люке шел дым, а в заброшенном сарае можно было «вызывать духов».

Магия и волшебство придают окружающему миру дополнительных красок, полутонов, тонкое послевкусие, когда не можешь понять, как это работает, но все становится интереснее и притягательнее. Архетипически все эти чудеса, все непознанное и необъяснимое будут притягивать тех, кому близки, нужны и необходимы какие-то двойные смыслы, необъяснимые и не проясняемые до конца ситуации, где процессы уходят вглубь, очень сильно развиты интуиция, тонкий слух, нюх, взгляд обладает особой пронизательностью и раскрываются тонкие сферы. Поэтому тему магии совсем не обязательно разбирать с позиции сверхъестественного, астрального или иррационального. Просто тонко чувствующий, высокоразвитый с точки зрения ощущений человек может больше увидеть, услышать, обонять, т.е. получить больше вводных для решения любой задачи. А интуиция подскажет верное решение. Со стороны это может выглядеть чудом. Даже появилась мысль о том, что маг – это человек с высокоразвитым эмоциональным интеллектом (EQ), в то время как у мудреца преобладает (IQ).

Вступление или, я бы даже сказала, лирическое отступление оказалось своеобразной тоской по чуду и волшебству и объяснением самой себе, чем меня притягивает этот архетип. Теперь перехожу к делу.

Моя задача - вывести мир из следующего архетипа в визуальный ряд и показать, что чаще всего возникает у нас перед глазами, когда говорим о магии, волшебстве, превращениях,

метаморфозах, как выглядит иррациональный мир мага по наиболее общему восприятию и ожиданиям. Вне зависимости от языка, на котором говорят люди, от своих пристрастий, приоритетов и ценностей у всех нас (если не копаться очень глубоко) возникают более или менее сходные представления о магах-волшебниках. Давайте разберемся в них.

Для начала по традиции погрузимся в мир магии, чуда, превращений, ритуалов, заговоров и всего необычного. Именно из этих картинок появятся инструменты для работы с образом.

Опрашивая своих знакомых, я сделала некоторое наблюдение, связанное с нашей русской трактовкой слов «волшебство» и «колдовство».

Колдовство и магия воспринимаются подсознательно как более темная сторона и представляются в мрачных красках, ближе к ночи, связаны с опасностью, нечистью, зельем, снадобьями, чем-то более архаичным.

Волшебство же, как правило, представляется в более светлых и радужных оттенках, это более фантазийные и яркие образы.

Поэтому даже изначально можно сделать разделение образов на две ветви: колдовскую и волшебную.

Хотя у этих двух коллажей есть разница в настроении (в основном за счет цветового решения), у них много общего. Любое настроение можно передать через визуальный ряд, используя четыре основных инструмента: цвет, форму, фактуру и рисунок.

Характерные цвета. В «колдовском мире» все действия

обычно происходят ночью, при свете луны или в потайном помещении при свете свечи или тусклого света. Поэтому оттенки будут преимущественно темными и насыщенными, а в «волшебном мире» - больше света и цвета, оттенки более нежные и воздушные. Таким образом, цветовая палитра достаточно широкая, но важно, что все оттенки будут сложными. Мы не увидим здесь «светефора» с примитивными искусственными оттенками, будут цвета из следующих направлений:

- приглушенные (с добавлением серого пигмента, как бы потаенные, припятанные, в дымке или в тумане);

- сложно-пигментированные (как бы созданные из нескольких оттенков и поэтому производящие загадочное впечатление): сине-зеленые, фиолетово-синие, фиолетово-бордовые, серо-сиреневые-коричневые и т.д. Важны еще и сложные сочетания внутри комплекта, тонкие цветопереходы, переливы, нюансовые отличия оттенков в разных вещах комплекта, создающих эффект «показалось», цвета-хамелеоны;

- оттенки величественной «магии» - холодные и насыщенные (фиолетовый, синий, изумрудный, зеленый, винный, гранатовый, горький шоколад).

Белый цвет тоже может присутствовать в «магическом ряду», но вместе со свечением, мерцанием, полблескиванием либо с оттенками серого, голубого или сиренево-розового, т.е. тоже более сложный, чем просто чистый белый цвет.

*Татьяна БОНДАРЕНКО.
(Продолжение следует)*



ОВЕН (21 марта - 20 апреля)

В эти дни вам много раз придется доказывать свою правоту и защищать справедливость. Некоторые задачи окажутся вполне по силам, однако не ждите быстрого результата своих действий. Несмотря на полную занятость, может появиться чувство скуки, неудовлетворенности и пустоты. Чтобы этого избежать, не теряйте контактов с близкими людьми и постарайтесь чаще интересоваться чужими проблемами. Выходные проведите в приятной компании.

ТЕЛЕЦ (21 апреля - 21 мая)

Эта неделя благоприятна для отдыха на природе и устройстве личной жизни. Впрочем, о работе тоже забывать не стоит, важно не опаздывать, приходите вовремя. Однако не нужно пытаться завоевать репутацию трудолюбивца, ваши усилия не оценят. Проявите характер – некоторые будут слишком навязчиво себя вести и портить с вами отношения. Оригинальность и дипломатичность позволят вам справиться со многими проблемами.

БЛИЗНЕЦЫ (22 мая - 21 июня)

Главный девиз недели для вас – не напрягайтесь. Срочные дела, требующие быстрой сообразительности, могут привести к серьезным ошибкам и промахам. Не рассчитывайте на чужую помощь и поддержку – отношения с единомышленниками изменятся не в лучшую сторону. Накапливайте знания и получение информации. Это не раз выручит вас в будущем. От интенсивного общения и развлечений в этот период лучше воздержаться.

РАК (22 июня - 22 июля)

Нежелательно братья за новые проекты или давать согласие на участие в каких-то авантюрах. Будьте осторожнее, есть опасность в определенных ситуациях переоценить свои силы. Постарайтесь не уходить от ответственности в рабочих вопросах. Вам никто не предлагает решать их в одиночку. От вас требуется только одно: не перекладывать на других то, что будет возложено на вас. Также возможны переоценка ценностей и разочарование в любимом человеке.

ЛЕВ (23 июля - 21 августа)

Не все пойдет гладко в эти дни. Скорее всего, вам придется столкнуться с денежными проблемами или ложью других людей. Прислушайтесь к интуиции и постарайтесь все выяснить без посторонней помощи – только так докопаетесь до истины. Коллективные дела и решение вопросов вместе отложите на некоторое время – вероятно получение недостоверной информации. Не принимайте необдуманные решения, иначе рискуете усугубить ситуацию.

ДЕВА (22 августа - 23 сентября)

Вам желательно не выпадать из информационного потока, держать связь с друзьями, родственниками, соседями и сетевыми собеседниками. Неделя подходит для изучения новостей, продолжения разговора, учебы, консультирования и платежей в формате онлайн. Ситуация может подбросить неожиданный повод для применения вашего литературного таланта. Важные контакты лучше не откладывать на выходные.

ВЕСЫ (24 сентября - 23 октября)

Неделя будет насыщенной и яркой. Необходимо обратиться на работу пристальное внимание.

• ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ

сейчас есть шанс укрепить свой авторитет. Много времени придется посвятить решению семейных проблем. Поездки могут принести пользу только в том случае, если не помешают реализации ваших планов и задумок, которые уже давно запланировали. Не спешите с выводами, если поведение близкого человека показалось вам странным и непонятным, лучше настроиться доброжелательно и выслушать его.

СКОРПИОН (24 октября - 22 ноября)

Основной темой недели станут поездки и встречи в дороге. Преодолевайте лень и инертность – вашими главными врагами в эти дни станут именно они, заставляйте себя действовать. Будут удачно складываться дела, требующие творческого подхода. На вашем горизонте неожиданно всплывут старые симпатии или вы узнаете много интересного о людях, с которыми не общались уже много лет. Обратите внимание на здоровье – в неожиданный момент оно может подвести.

СТРЕЛЕЦ (23 ноября - 21 декабря)

Открывающиеся перед вами карьерные возможности радуют, но не стоит демонстрировать превосходство перед коллегами. У вас есть интересные идеи и новые планы, сосредоточьтесь на наиболее перспективных, тогда удастся воплотить их в жизнь. Плодотворно пройдут деловые встречи и переговоры. В выходные не отказывайтесь от предложения пойти в гости. Встреча с новыми интересными людьми поможет расслабиться.

КОЗЕРОГ (22 декабря - 20 января)

В эти дни может завершиться важный этап в вашей карьере, не стоит спешить с принятием решений. Тщательно взвесьте все шансы. Не реагируйте резко на негативные высказывания в ваш адрес, пусть даже совершенно неуместные. Помощи и поддержки ждать не стоит, рассчитывайте только на себя. Научитесь скрывать свои эмоции – только так сможете защитить свое жизненное пространство от слишком любопытных глаз и ушей.

ВОДОЛЕЙ (21 января - 19 февраля)

События закрутят вас с новой силой, так что расслабиться и отдохнуть в эти дни не получится. Некоторые дела потребуют вашего срочного вмешательства и повышенной активности, а некоторые и вовсе окажутся такими запутанными, что вы растеряетесь. Так что проявите характер и действуйте. Ваша успешность на этой неделе полностью будет зависеть от умения видеть скрытую сторону вещей и окружающих, особенно если покажется, что от вас пытаются скрыть нечто важное.

РЫБЫ (20 февраля - 20 марта)

Неделя будет спокойной, но скучноватой. Скорее всего, придется отложить некоторые встречи и уйти с головой в работу или в любую другую деятельность. Возможны неприятные неожиданности, бытовые поломки, однако ближе к выходным ситуация наладится. Проблема, которая давно уже не давала вам покоя, разрешится в самый неожиданный для вас момент. Не занимайте ни у кого денег – отдать долг быстро вряд ли получится.

Подготовила **Фатима ДЕРОВА**

ДОМАШНИЙ ФАСТФУД

- Мы с подругами любим еду быстрого приготовления, но знаем, что это вредно для здоровья и фигуры. Поэтому приходится ограничивать себя в ее употреблении, - говорит Лалина ХАЕВА из Нальчика. - Фаст-фуд, предлагаемый в ресторанах быстрого питания, вреден из-за высокого содержания солей и консервантов. Все помнят эксперимент молодой матери двоих детей, которая доказала им синтетическую природу фастфуда, просто оставив гамбургер на столе. Он пролежал там несколько месяцев, не изменив свой вид. Получается, дело не в конфигурации бутерброда, а в качестве продуктов, использованных в его производстве. В домашних условиях все получится вкусным и полезным.

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



ГАМБУРГЕР

Ингредиенты для булочки:

1/2 стакана молока, 1/2 стакана воды, 1 ч. ложка сухих дрожжей, 1 яйцо, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка сахара, 1/2 стакана муки, кунжут, 1 яйцо для смазывания.

Для начинки: 300-350 г говяжьего фарша, 1 яйцо, листья салата, майонез, кетчуп, томаты, сыр «Хохланд» по желанию, маринованные огурцы и лук.

Способ приготовления.

Сделать теплую смесь из воды и молока, растворить в ней дрожжи и сахар. Оставить на 5 минут. Затем добавить масло, яйца и соль. Добавить муку и замесить тесто. Оно должно получиться мягким, даже липким, но не жидким. Так булочки получатся более воздушными. Накрыть емкость с тестом крышкой и поставить на час в теплое место.

Когда оно подошло, переложить тесто на стол, смазанный растительным маслом. Муку больше не использовать. Разделить на восемь-девять шариков, приплюснуть руками и переложить на противень, застеленный промасленной бумагой. Подождать 10-15 минут, затем смазать взбитым яйцом, посыпать кунжутом и поместить в разогретую до 200 градусов духовку.

Для приготовления котлеты в фарш добавить только яйца, соль и перец по вкусу. Тщательно перемешать. Если покажется, что фарш жидковат, можно добавить панировочные сухари.

Слепить котлеты, жарить на обычной сковороде или сковороде-гриль до готовности. Булочки разрезать вдоль напополам, смазать майонезом, положить лист салата, кусок помидора, свежеприготовленную котлету для гамбургера. Сверху покрыть кетчупом и сыром. Накрыть второй половинкой булочки.

ХОТ-ДОГ

Ингредиенты: 4 длинные пресные булочки, 4 сосиски, 8 маринованных

огурцов, 100 г пекинской капусты, кетчуп и соус для гамбургеров по вкусу.

Способ приготовления. Булочки разогреть в микроволновой печи или нагреть на сухой сковороде и разрезать вдоль. На внутреннюю часть нанести кетчуп. Сверху уложить отваренные или обжаренные на сковороде сосиски. С одной части расположить измельченную пекинскую капусту, с другой – нарезанные кружочками маринованные огурцы. Сверху сосиску смазать соусом для гамбургеров. Если хочется сделать блюдо более полезным, вместо сосиски можно использовать фарш или измельченное рубленое мясо.

КАРТОШКА ФРИ

Ингредиенты: 400 г молодого картофеля удлиненной формы, 300 мл растительного масла, 1 ч. ложка соли.

Способ приготовления. Картофель почистить, нарезать длинной тонкой соломкой толщиной 5-7 мм. Замочить в холодной воде на 10 минут. Затем воду слить и промыть картофель с помощью сита до тех пор, пока вода не станет прозрачной. Так смоемся с картошки лишний крахмал, который придает ей мягкость. Хорошо обсушить, уложив на бумажные полотенца.

В сковороде с толстым дном хорошо разогреть масло. Чтобы не было брызг масла, можно добавить в него щепотку соли. Небольшими порциями выкладывать картофель и обжаривать на среднем огне до золотистого цвета, периодически помешивая шумовкой. На это уходит около 12-15 минут. Готовый картофель выложить на бумажное полотенце, чтобы убрать излишки масла. В самом конце посолить. По желанию посыпать молотой паприкой, сушеным укропом или чесноком.

Подготовила **Лана АСЛАНОВА**.
Фото **Татьяны Бекуловой**

КРОССВОРД

По горизонтали: 6. Высшее государственное законодательное представительное собрание. 8. Мельчайшая частица вещества. 9. Экваториальное созвездие. 10. Город в Бельгии с резиденцией епископа. 11. Канцелярская принадлежность. 12. Ударный инструмент семейства идиофонов. 17. Ветка виноградной лозы. 18. Продукт переработки сахарной свеклы или тростника. 20. Главный «воздушный наполнитель». 21. Хищник рода енотовых.

По вертикали: 1. Растение семейства выюновых. 2. Шелковая или шерстяная ткань с ш-

роховатой поверхностью. 3. Верховный бог в греческой мифологии. 4. «Сапог», омываемый тремя морями. 5. Погодное явление, происходящее ранней весной. 7. Предмет удлиненной формы, являющийся осью, серединой или основой чего-нибудь. 13. Место расположения высшего военачальника во время войны. 14. Минерал, разновидность турмалина. 15. Бобовое растение. 16. Вид оборки у женского платья или юбки. 18. Традиционный японский алкогольный напиток из риса. 19. Горное озеро в Абхазии.

Составила **Фатима КАРАЦУКОВА**



По вертикали: 1. Ипомея. 2. Кокомичитлан. 3. Звез. 4. Италия. 5. Оттепель. 7. Стержень. 13. Ставка. 14. Дривит. 15. Горх. 16. Волан. 18. Саяз. 19. Рита.

По горизонтали: 1. Ипомея. 2. Кокомичитлан. 3. Звез. 4. Италия. 5. Оттепель. 7. Стержень. 13. Ставка. 14. Дривит. 15. Горх. 16. Волан. 18. Саяз. 19. Рита.

По вертикали: 1. Ипомея. 2. Кокомичитлан. 3. Звез. 4. Италия. 5. Оттепель. 7. Стержень. 13. Ставка. 14. Дривит. 15. Горх. 16. Волан. 18. Саяз. 19. Рита.

По горизонтали: 1. Ипомея. 2. Кокомичитлан. 3. Звез. 4. Италия. 5. Оттепель. 7. Стержень. 13. Ставка. 14. Дривит. 15. Горх. 16. Волан. 18. Саяз. 19. Рита.

ДИСТАНЦИОННОЕ МОШЕННИЧЕСТВО В КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ

• КРИМИНАЛЬНАЯ ХРОНИКА

За минувшие выходные в республике выявлено пять фактов мошенничества. Злоумышленники завладели денежными средствами жертв под предлогом защиты банковского счета, продажи-покупки товаров и оказания услуг.

11 июля в УМВД России по г.о. Нальчик обратился 19-летний нальчанин. Он сообщил, что нашел на сайте объявлений информацию о продаже сотового телефона, и связался с предполагаемым продавцом. В ходе разговора последний обманным путем завладел денежными средствами в сумме 54 тысячи рублей якобы в качестве оплаты за товар. После осуществления перевода денег продавец перестал выходить на связь. Покупку через интернет

намеревался совершить и 44-летний нальчанин. Он нашел объявление о продаже автомобильных шин. Мужчина связался с предполагаемым продавцом и перевел ему 28 901 рубль, после чего связь с лицом, выдавшим себя за продавца, была потеряна.

В этот же день полицейским стало известно еще об одной жертве мошенников. 66-летняя жительница Нальчика разместила в интернете объявление о продаже фортепиано. Под предлогом совершения покупки пенсионерке позвонил неизвестный, который, введя женщину в заблуждение, завладел ее денежными средствами в сумме 5 тысяч рублей. Деньги женщина сама перевела на счет злоумышленнику.

11 июля в межмуниципальный отдел МВД России «Прохладненский» обратилась 33-летняя местная жительница. Женщина рассказала, что накануне ей позвонил неизвестный, представился сотрудником банка и под предлогом защиты банковского счета от преступных посягательств обманным путем завладел денежными средствами в сумме 200 тысяч рублей. Деньги прохладянка перечислила мошеннику через терминал самообслуживания.

12 июля в УМВД России по г.о. Нальчик обратился 28-летний житель г. Нальчика, который сообщил, что в этот день утром они с приятелем нашли в сети интернет-сайт по предоставлению услуг. Позвонив по указанному на сайте номеру

телефона, мужчинам сообщили, что для получения услуг необходимо внести денежные средства на банковский счет, привязанный к телефонному номеру. После перечисления денежных средств в сумме 10 тысяч рублей абонент перестал выходить на связь.

По всем фактам возбуждены уголовные дела по признакам преступления, предусмотренного ч. 2 ст. 159 УК Российской Федерации (мошенничество).

Также в Кабардино-Балкарии продолжается общереспубликанское профилактическое мероприятие, направленное на предупреждение граждан от краж и мошеннических действий, совершаемых с использованием современных технологий и средств коммуникации.

Полиция напоминает:

- работник банка никогда не попросит у вас конфиденциальные сведения: полные реквизиты карты (номер, ПИН-код и трехзначный код на обороте CVV-код), СМС-пароли банка и не будет предлагать перевести деньги на якобы безопасный счет.

Не стоит сообщать персональные данные своей карты переводить полную оплату товара. Для осуществления перевода необходимо знать только номер карты. Убедитесь, что товар существует и продавец добросовестный. Будьте внимательны к своему имуществу.

По материалам

**пресс-службы МВД по КБР
подготовила Дина ЖАН**

Люблю творить красоту



Эльвира ГАЗАЕВА заняла второе место в конкурсе «Лучший огород 2020 года села Янкой». Но, увидев ее приусадебное хозяйство и то, с каким энтузиазмом она занимается его облагораживанием, хочется пригласить ей гран-при.

Главная достопримечательность участка – небольшой прудик диаметром три и глубиной полметра. Дно и бока выложили природными декоративными камнями из Приэльбрусья.

- Нет худа без добра, - говорит Эльвира. - Если бы не самоизоляция, во время которой муж не работал и был вынужден сидеть дома, не смогла бы воплотить свою мечту иметь собственный пруд. Со своим другом он выкопал и облагородил место для водоема. Вот только загвоздка в том, что не могу в республике найти растения для пруда – водоросли, кувшинки и так далее. Они стали бы природным очистителем воды. Без них воду приходится периодически сливать и вручную очищать дно. В противном случае придется устанавливать аппарат для очистки. Но мне хочется, чтобы это был полностью природный объект без присутствия какой-либо техники. А когда посажу растения, запущу в пруд и карасей. Этот пункт предстоит

• САД-ОГОРОД

хорошо изучить и обдумать. Хочется, чтобы рыбкам было комфортно в новом доме.

На 40 сотках земли, помимо хозпостройки, разместилось около 200 видов растений. В их числе большой плодовый сад, высаженный семь лет назад. На территории растут не только привычные нам овощи, фрукты и ягоды, но и экзотические растения – киви, гранат,

инжир, яблоня кустовая, привезенная в подарок из Армении. «В этом году она еще не дала плоды, но в следующем надеюсь увидеть первый урожай», - говорит Эльвира. - Три банановых дерева подарил наш зять – тоже растениевод-любитель». В прошлом году Эльвира посадила 400 туй сортов Смарагд и Бранант. Утверждает, что это немного. Потому что некоторые односельчане выращивают намного больше. Кусты для продажи, но пока еще Эльвира ничего не продала. А вот кусты роз подарила многим односельчанам. Она сама занимается их выращиванием и размножением. Учит соседей черенковать. «Вырастила горные сосны, можжевельник разных сортов, много разных цветов, есть свой розарий. Мне нравится заниматься выращиванием всей этой красоты, люблю облагораживать свой участок земли, - говорит она. - Для меня это отдых. Растения украшают нашу жизнь, делают ее красивой и осмысленной. Сложно передать всю гамму чувств, которые испытываю при виде всей этой красоты – результата своего о труда».

Алена ТАОВА.

Фото из архива Газзаевых.

БУДУ ОЧЕНЬ БЛАГОДАРЕН



Меня зовут Дамир. Мне восемь лет. Полтора года назад мне поставили диагноз «лейкоз». Моих родителей это очень расстроило, а мне пришлось смириться с постоянной болью. Мне делали пункцию без анестезии, но я никогда не плакал. Со мной всегда был мой папа Рустам и поддерживал во всем. Дома меня ждали мама и младший братик Адам.

Когда я вышел в ремиссию и мне сказали, что я здоров и могу радоваться жизни как обычный ребенок, лазать по деревьям и общаться со сверстниками, я начал кашлять. Этот кашель стал началом моей новой борьбы. У меня РЕЦИДИВ. У меня ОПУХОЛЬ в груди. Я задыхаюсь, когда хожу, сплю и живу... Родители привезли меня в Стамбул на лечение в больницу Медиполь. Это очень хорошая больница, но дорогая. Мои родители не смогут ее оплатить, поэтому я прошу вас: помогите мне, пожалуйста, выжить и победить рак! Я смелый! Я смелый! Смогу вытерпеть хоть тысячу пункций, если это меня спасет. Больнице надо оплатить 10000000 рублей на химиотерапию и трансплантацию. Прошу вас, помогите собрать эту сумму. Буду вам очень благодарен. Я вырасту и стану врачом, который лечит все болезни.

С уважением Дамир Шкежев.

PS. Забыл сказать: донором будет мой младший братишка Адам, ему сейчас 1,5 года. Он тоже смелый.

Если хотите помочь:

карта Сбербанка оформлена на Шкежеву Мадину Хасановну (мать), номер 4817 7602 4990 8017

От редакции: во всех снимках Дамир Шкежев. К сожалению, болезнь прогрессирует, что проявилось и во внешности мальчика.

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

Редакционная коллегия:

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

Над номером работали:
О. КАЛАШНИКОВА - 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 **2059**. Заказ **1386**.
Время подписания в печать
по графику – **18.00**
Фактически **14 июля в 17.00**
Индекс - **31222**

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