

№ 51 (1112)

23 декабря 2020 г.

Издается с 1993 г.



# Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-  
версия:  
[www.goryankakbr.ru](http://www.goryankakbr.ru)

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Елены Еловой



**Лиза  
ПАЛЬ,**

**инструктор  
по лыжам  
и сноуборду,  
горный гид**

**с. 5**

# В КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ СТАРТОВАЛА АКЦИЯ «ЕЛКА ЖЕЛАНИЙ»

Рабочую неделю Глава КБР Казбек КОКОВ начал с приятной миссии – дал старт акции «Елка желаний» в Кабардино-Балкарии.

«Инициатива этой масштабной новогодней акции принадлежит Президенту России Владимиру ПУТИНУ. Акция стала традиционной, ее главная цель – осуществлять желания и мечты детей, которые особенно нуждаются в нашем внимании. Это воспитанники социальных учреждений республики, ребята с ограниченными возможностями здоровья, а также из семей, попавших в трудную жизненную ситуацию. Никто не останется без внимания, все желания, а их на нашей елке более тысячи, обязательно исполнятся!» – сказал Казбек Кокков, открывая акцию.

Казбек Кокков снял с «Елки желаний» девять открыток. Среди них – письмо девочки с проблемами зрения, которая мечтает о настоящем мольберте, холсте и красках; мальчика, который хочет иметь

свой велотренажер, чтобы восстановить мышцы ног, ослабевшие после тяжелой травмы. Все открытки на «Елку желаний» прислали дети, нуждающиеся в поддержке.

Вместе с Главой республики в мероприятии приняли участие Председатель Парламента КБР Татьяна ЕГОРОВА, Председатель Правительства КБР Алий МУСУКОВ, главный федеральный инспектор Тимур МАКОЕВ, руководители правоохранительных структур, депутаты Парламента КБР, члены Правительства КБР, главы муниципальных образований республики. Организовали новогоднюю акцию волонтеры Ресурсного центра развития волонтерства (добровольчества) КБР. Исполнить мечту с «Елки желаний» может каждый, обратившись по телефону **8-965-496-81-42**.

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



## НАШ ВЫБОР – БЫТЬ ТАМ, ГДЕ РОДНАЯ ЗЕМЛЯ

• В ПАРЛАМЕНТЕ КБР

**Региональный этап XXIX международных Рождественских образовательных чтений «Александр Невский: Запад и Восток, историческая память народа» прошел в Парламенте КБР в режиме видеоконференции. В заседании приняли участие депутаты Народного собрания Карачаево-Черкесии, архиепископ Пятигорский и Черкесский Феофилакт, председатель Координационного центра мусульман Северного Кавказа Исмаил БЕРДИЕВ, заведующий сектором мероприятий и конкурсов синодального отдела религиозного образования и катехизации иеромонах Трифон УМАЛАТОВ, представители религиозных, общественных, образовательных организаций, деятели культуры и науки КБР и КЧР.**

Открыла встречу Председатель Парламента КБР Татьяна ЕГОРОВА, она отметила, что ежегодно организуемые законодательными органами субъектов РФ региональные этапы Рождественских чтений стали своего рода уникальной площадкой, на которой представители органов власти, различных конфессий, институтов гражданского общества, образовательных организаций, научного сообщества и молодежных структур обсуждают важнейшие вопросы духовно-нравственного просвещения, популяризации общечеловеческих ценностей, сохранения и укрепления гражданского мира и согласия.

Тема нынешних чтений, отметила Т. Егорова, крайне интересная, актуальная и очень важная, особенно в современных условиях. «Талантливый военачальник, который, как великий Суворов, не проиграл

ни одного сражения. Мудрый политик, дипломат, в наследство которому досталось некогда единое государство, распавшееся на десятки мелких образований, враждовавших между собой. Государство настолько погрязло во внутренних междоусобицах, что даже в самосознании его жителей уже не было восприятия себя как единого народа. Это при всем том, что язык и вера были общими. Добавьте к этому, что с Запада Русь подпирала католическая Европа, с востока – татаро-монгольские завоеватели. Поистине этот период в истории Российского государства считается одним из самых страшных и трагичных. Во многом благодаря Александру Невскому, его позиции, Русь, которая стояла на грани исчезновения, была фактически сохранена. По мнению ряда историков, именно благодаря этому решению мно-

гие годы спустя стало возможным возникновение российского царства», – сказала она.

Т. Егорова подчеркнула, что Русская православная церковь, высоко оценивая гражданский подвиг великого князя Александра Невского, восславляла его в лике святых.

О значении личности Александра Невского высказался и председатель Народного собрания КЧР Александр ИВАНОВ. «Первая половина XIII века – крайне сложный период в истории Руси: внешне междоусобицы, военная агрессия с Запада и Востока. Исторический выбор, который сделал Александр Невский, облеченный великокняжеской властью, показал суть русской православной души, русского народа, который поддержал своего князя», – подчеркнул он.

Архиепископ Феофилакт говорил о том, что личность Алексан-

дра Невского особенно значима как для всей российской истории, так и для каждого отдельного народа, особенно на Кавказе. Он назвал непростым исторический выбор, который сделал в свое время Александр Невский. В результате этого народ Руси в некоторой степени был обречен на тяжелое существование, но его самой главной внутренней силой было то, что мы оставались сами собой, детьми своих родителей, их наследниками, отметил Феофилакт. «Нам всегда есть что передать, когда это исходит от сердца и души, из того, за что нам никогда не стыдно, от своей преданности традициям и культуре своих предков», – сказал он. «Мы знаем, что такое сохранять народную идентичность, свой язык, культуру, веру. И, пожалуй, первый, кому мы должны быть благодарны за то, что сегодня так дорожим тем, что называем своим родным, это, конечно, князь Александр Невский, собиратель нашей большой России, нашего большого наследия. Сегодня мы живем в период вызова западной культуры и восточных притязаний. Так, пожалуй, будет происходить всегда, потому что в этом и есть образ выражения

нашей свободы. Мы всегда свободно выбираем. И наш выбор – быть там, где родная земля, держаться на корнях, которые посадили наши благочестивые предки», – отметил архиепископ.

Исмаил Бердиев подчеркнул, что Александр Невский не хотел вести Русь на Запад, он повернул на Восток, хотя и оттуда государству грозила опасность.

На парламентской встрече также выступили доцент кафедры истории России социально-гуманитарного института КБГУ, кандидат исторических наук Андрей КОНОВАЛОВ, учитель истории и обществознания, классный руководитель девятого дипломатического класса нальчикской гимназии №4 Алла ХАЧЕТЛОВА, ее ученик Дмитрий ЛУЦЕНКО, ректор Северо-Кавказского государственного института искусств, член комитета Парламента КБР по образованию, науке и делам молодежи Анатолий РАХАЕВ, главный редактор «Известия М. и В. Котляровых» Виктор КОТЛЯРОВ, заместитель председателя студенческого совета КБГУ им. Х.М. Бербекова, член Молодежной палаты при Парламенте КБР Елизавета ХУТОРСКАЯ.

Ольга КАЛАШНИКОВА

## «МОЛОДАЯ СЕМЬЯ-2020»: ВСЕ БЫЛИ ДОСТОЙНЫ ПОБЕДЫ

• КОНКУРС

ГБУ «Многофункциональный молодежный центр» Министерства просвещения, науки и по делам молодежи КБР и региональная общественная организация «Союз женщин КБР» провели региональный онлайн-конкурс «Молодая семья-2020», где все двенадцать участвовавших в состязании семей были признаны победителями.

В интервью газете «Горянка» председатель Союза женщин КБР, главный врач ГБУЗ «Поликлиника №1» г.о. Нальчик Аulia КАСКУЛОВА сказала, что сохранение модели традиционной семьи, где чтут национальные традиции, – важная задача для всего общества. В многовековой культуре наших народов заложены принципы безусловного уважения и заботы о старших и детях, почитание матери, а мужчина отводится роль главы и защитника семьи. Эта стройная, выверенная временем система испытывает сейчас серьезные вызовы времени. Советник Главы КБР Аминат УЯНАЕВА, обращаясь к участникам конкурса, подчеркнула, что в достаточно непросто время они создали свои семьи и воспитывают детей, их выбор и жизненная позиция заслуживают



всяческих похвал. Кропотливый ежедневный труд родителей – основа роста нового поколения созидателей. Аминат Уянаева сказала, что из двадцати четырех подавших документы семей лишь двенадцать были допущены к конкурсу, половина отсеялась из-за несоответствия требованиям.

Каждый участник конкурса представил на суд жюри трехминутную видеопре-

зентацию «Искусство быть семьей» и пятиминутный ролик «Традиции храня» о семейных традициях, праздниках и национальном колорите дома. Молодые люди достаточно креативно подходят к обустройству своего быта, создают незабываемые семейные праздники, активно участвуют в развитии детей, практически все родители – с высшим образованием.

Заместитель министра культуры КБР

Аминат КАРЧАЕВА поздравила всех награжденных и призвала беречь семейный очаг.

Директор Молодежного центра Саида ЖАНИМОВА поблагодарила всех участников конкурса, на награждении присутствовали и отцы семейств, что было особенно приятно. Надо признать, женщины становятся все более самостоятельными, но укрепление их позиций никак не перечеркивает позиции мужчин как глав семей.

Среди награжденных была и юная Инара УЯНАЕВА, которая участвует во всех мероприятиях как чтец и певица.

Дипломы и призы получили Салим и Роксана АХОБЕКОВЫ, Умат и Карина БЕЕВЫ, Аскер и Альбина БОГОТОВЫ, Артур и Анжелика ГНЕДАШ, Адам и Марьяна ДАУРОВЫ, Семен и Юлия ЗАЙЦЕВЫ, Сергей и Мария ЛУТАЙ, Залим и Альбина МАРГУШЕВЫ, Валерий и Залина ОРИШЕВЫ, Андрей и Карина ФЕДОСОВЫ, Заур и Фатимат ЧЕРТУГАНОВЫ, Эльдар и Рузана ШИРИТОВЫ. В преддверии Нового года коллектив редакции газеты «Горянка» присоединяется к поздравлениям. Мы желаем каждой семье процветания.

Марзият БАЙСИЕВА



# СЕРЕБРЯНАЯ СВАДЬБА - ВРЕМЯ ВЫСТРАДАННОЙ, ОСОЗНАННОЙ, МУДРОЙ ЛЮБВИ

**- Андрей, как вы познакомились?**

- Мы познакомились в 1993 году. Любви с первого взгляда у нас не было - были симпатия и взаимное уважение. Сначала подружились и много общались в силу общей работы. Родство душ было очевидно. А со временем дружба переросла во что-то большее, и мы поняли, что больше не мыслим жизни друг без друга. После этого я сделал Альбине предложение. В этом году мы отпраздновали 25-летие нашей семьи.

**- Что вы поняли за эти годы?**

- Что счастливая семья требует работы над отношениями, которая никогда не заканчивается. Сейчас принято думать, что если семья не складывается, то это повод расстаться и искать человека, с которым все якобы будет гладко. Но как бы люди ни любили друг друга, все всегда гладко не бывает. Просто потому, что мужчина и женщина по-разному мыслят и по-разному чувствуют. К тому же мы росли в разных семьях, у нас разные взгляды, привычки и характер.

За месяц до нашей свадьбы нам повезло поговорить с одним человеком, который прожил с женой 50 лет и вырастил много детей. Он уже тогда был в преклонном возрасте. Это был мудрый человек с большим опытом жизни, который в советские годы прошел через тюрьму за веру. Мы попросили его совета для нас, молодых, готовящихся к свадьбе. Он сказал важные слова, которым мы старались следовать, которые много раз помогли нам сохранить семью: «В вашей семье, как и в любой другой, будут конфликты и огорчения. Представьте себе, что конфликт - это маленькая, уютная каморка. Из нее есть два выхода: большая дверь, на которой написано «развод», и маленькая, тесная щель, над которой написано «смирение и прощение». Так вот, вы должны понять, что для вас первого выхода просто не существует. Эта дверь наглухо забита и заштукатурена. Решать недоразумения вам придется научиться только одним путем - смиряться, просить прощения и прощать».

За 25 лет мы убедились, что он был прав. Любая влюбленность рано или поздно пройдет, но она может перерасти в любовь, если супруги примут решение заботиться друг о друге и хранить верность, что бы ни случилось. Можно даже сказать, что любовь - это не то, с чего начинается семья, а то, к чему она должна прийти. Если постоянно расставаться, столкнувшись с трудностями, никогда не узнаешь радости глубоких, близких и прочных отношений. Жизнь слишком коротка, чтобы научиться любить даже одного человека как следует, не говоря уже о многих партнерах.

**- У вас были кризисы в отношениях с детьми?**

- Да, особенно с одним из двоих сыновей в переходном возрасте. В то время мы уже понимали, что запретами и критикой ничего не добьемся. Время включать «начальника» закончилось, поэтому мы постарались стать друзьями. Несмотря на занятость, находили время для сыновей, чтобы общаться один на один. Много часов мы с Альбиной по отдельности провели за чашкой кофе, просто слушая наших детей. Пытаясь понять, что происходит в их жизни, через что они проходят, с какими сложностями и вопросами



**Из Кабардино-Балкарии не только уезжают, но и приезжают из других мест и остаются у нас навсегда. И я понимаю этих людей: работать можно во всех странах мира и в мегаполисах России, путешествовать по планете сам Бог велел, но жить... Где еще, как не у нас? Вкус наших родниковых вод, горный воздух, который пьянит весной запахами цветения разнотравья, и наши сочные, вкусные фрукты и овощи, хлеб и сыр... И неповторимо колоритные, прекрасные лица людей - таких нарядных, ухоженных.**

**Все это разделяют с нами и приезжие, которые стали нам родными, потому что и они признают уникальность Кабардино-Балкарии. В эти дни Андрей и Альбина КРАВЦОВЫ отметили серебряный юбилей: 25-летие создания семьи. Их дети Илья, Николай и Анна выросли у нас. Андрей - руководитель автономной некоммерческой организации «Межкультурные связи», преподаватель английского и древнегреческого языков, Альбина также преподает английский и активно работает волонтером у супруга, поддерживая его во всех начинаниях. Кравцовы ко всему прочему весь туристический сезон проводят уникальные этнические туры по Кабардино-Балкарии по разработанным ими маршрутам с проживанием в палатках высоко в горах, с кострами, песнями и стихами под звездным небом.**

сталкиваются. Иногда мы могли только молиться за них, потому что наставления вызывали противоположную реакцию. Слава Богу, наши дети давно переросли этот этап своей жизни.

Оглядываясь назад, мы видим, что есть, наверное, три самые важные вещи в воспитании детей. Во-первых, дети учатся у нас не тому, что мы им говорим, а что мы делаем. Бесплезно учить их тому, что какие-то привычки вредны, если мы сами поработаны ими. Бесплезно учить их щедрости или ответственности, если они видят в нас жадность и разгильдяйство.

В этом смысле многому учились у своих детей: приходилось дисциплинировать себя, учиться держать свое слово, быть до конца открытыми перед ними, признавать свою неправоту, когда мы поступали неправильно, хотя можно было бы и надавить своим «авторитетом».

Во-вторых, с раннего возраста нужны четко определенные границы поведения. Дети должны понимать, что есть то, что можно и что нельзя, и что каждый поступок имеет свои последствия. По мере того как дети растут, эти рамки нужно постепенно расширять, давая им больше свободы самим принимать решение.

Иногда родители поступают наоборот: детям позволено делать все, что они хотят и когда хотят. В подростковом возрасте такие дети часто становятся неуправляемыми, и тогда родители пытаются навязать им какие-то рамки и правила, но в этом возрасте уже, как правило, поздно.

Характер ребенка формируется на основе того, что заложено в него в раннем возрасте.

И третьи: дети как зеркало - они отражают то, что получают. Если их любят и ценят, они тоже будут любить и ценить других. Если они растут в атмосфере страха, постоянных придирок или равнодушия, все это отразится на их характере. Дети не принадлежат нам, они даны родителям Создателем на короткое время. Поэтому нужно дорожить возможностью быть рядом с ними, чтобы подготовить их к взрослой жизни.

**- Насколько я знаю, вы и Альбина выросли без родителей. Возможно ли не повторить свое детство в детях? Можно быть рядом с ребенком и не быть одновременно. Как вам и Альбине удалось по-настоящему быть рядом с сыновьями и дочкой?**

- Наверное, каждый ребенок из детского дома или интерната, взрослея, становится перед выбором - оставаться озлобленным на весь мир из-за того, как сложилось детство, или постараться стать хорошим родителем своим будущим детям. Чтобы хоть что-то в мире изменилось к лучшему. Важную роль в преодолении нашего прошлого сыграли люди, которых мы встречали в жизни. В моей судьбе это были прораб на стройке, который посоветовал мне, семнадцатилетнему бетонщику, подумать о высшем образовании, и учительница в вечерней школе, которая помогла ее окончить.

Еще запомнилась одна встреча. В девятнадцать лет я лежал в больнице с переломом ноги. Сосед по палате был верующим и иногда рассказывал другим пациентам о своей вере. Но поскольку религия мне тогда казалась сводом запретов, она меня не интересовала. Соседа часто посещала какая-то женщина. Однажды она пришла в больницу с двумя пакетами продуктов: один был для него, а другой она протянула мне. Я спросил ее: от кого это? Она смутилась и сказала, что это передал какой-то человек на проходной. Я взял костыли и поковылял к выходу, хотя знал, что никто не мог мне его передать, за первые две недели в больнице ко мне никто не пришел. Когда вернулся в палату, ее уже не было. Помню, как раскрыл пакет и подумал: за что? Кто я ей? В тот момент я впервые воочию увидел, почувствовал сердцем, осознал, что вера - это не о том, что делать нельзя. Это о том, как видеть ценность в каждом человеке, носящем образ Творца. Потом, уже в армии, я прочитал Евангелие от Иоанна и нашел там ответы на свои вопросы о смысле жизни. С тех пор не представляю своей жизни вне веры.

**- Как вы и Альбина открыли для себя Кавказ? Что вам здесь дорого?**

- Мы родились и выросли на Украине. Я приехал в Кабардино-Балкарию впервые в 2001 году для проведения семинара по языкознанию как преподаватель английского и древнегреческого языков. За две недели много где успел побывать, и тогда же появился первый интерес к истории и культуре местных народов. В 2002 году мы с семьей переехали на Кавказ. Нам нравится, что нас окружают люди с внутренним достоинством, умеющие уважать друг друга. Многие местные представления о чести, человечности, уважении к старшим, отношениях между мужичиной и женщиной близки нашим убеждениям.

На Украине мы чувствовали себя свободно и уехали не потому, что там было некомфортно. Переезд сюда изначально был связан с работой. Но со временем мы полюбили Кавказ, и он стал нашей второй родиной. Здесь выросли трое наших детей. Хотя нас интересует происходящее на Украине и мы поддерживаем связь с родными, у нас нет планов уехать отсюда навсегда.

**- Вы занимаетесь туризмом в республике. Не устаете сами от одних и тех же мест?**

- Не устаем, потому что каждый раз открываем для себя что-то новое. Учитывая, что важную роль в этнотуризме играют отношения с людьми, новые знакомства наполняют каждый поход яркими неповторимыми впечатлениями. Разрабатываем новые маршруты. Кроме нескольких вариантов однодневных поездок, у нас уже есть три-четыре многодневных маршрута.

**- Что бы вы хотели пожелать читателям нашей газеты?**

- Хотим от души поздравить всех с наступающими праздниками. Желаем спокойствия в душе, успехов в делах и крепкого здоровья. Пусть в новом году будет меньше огорчений и больше радости, особенно от общения с близкими людьми. Также хотим пригласить читателей «Горянки» на бесплатные встречи любителей английского языка по четвергам и клуба «Азбука семьи» по субботам. Контактный телефон +7-928-721-40-20. Благодаря этим встречам многие наши друзья по интересам. Летом многие члены клуба присоединяются к нашим этнотурам по горам. Живое человеческое общение - это роскошь. Стараемся его культивировать, дарить людям радость.

**Мария БИЙСЕНВА.**  
Фото из семейного архива

# СОВЕТСКИЕ ПЕСНИ И НОВЫЕ РЕЖИССЕРЫ

## ВСТРЕЧИ С АРТИСТАМИ

Кинофестивали в республике проходят ежегодно. Директором мероприятия и бессменным ведущим является Сергей НОВОЖИЛОВ. Он напомнил зрителям, что раньше в Нальчике проходил фестиваль «Мир Кавказу», затем был четырехлетний перерыв, после чего проведение фестиваля в Нальчике решили возобновить. Нынешний фестиваль посвящается 100-летию образования Кабардино-Балкарской Республики.

Сергей Новожилов в свойственной ему манере доброжелательности и открытости представлял участников, приветствовал зрителей, а на открытии появился в черкессе. В первый вечер прозвучал гимн фестиваля: его сочинила актриса, композитор и певица Екатерина СЕМЕНОВА и исполнила с Максимом КОЛОСОВЫМ. А песню «Кабардино-Балкария» разучили, заранее записали и исполнили на закрытии Дарья ГРИГОРЬЕВА и Георгий АДАМЕНКО. Почти все артисты продемонстрировали на фестивале свои вокальные способности, читали стихи любимых российских поэтов, в том числе Кайсына КУЛИЕВА и Алима КЕШОКОВА.

Полина ОЛЬДЕНБУРГ представляла свой фильм «Ad libitum», исполняла песни, общалась с молодыми коллегами – она работает в разных жанрах: как музыкант, художник и режиссер. Ольденбург призналась, что сложный 2020 год скрашивают подобные фестивали: «Нас возит Сергей Владимирович, за что мы ему очень благодарны. Эти фестивали как параллельный мир, где все хорошо, нет никакой пандемии, где мы шутим, смеяемся, поем, встречаемся со зрителями. Мы видим новые города и страны. Вообще, в кругу артистов эмоции всегда удваиваются, а то и утраиваются». Актер Сергей ВАРЧУК признался, что ему нравится присутствие на фестивале темы советского кино, исполнение песен из советских фильмов. Он исполнил песни из кинофильмов «Весна на Заречной улице», «Иван Васильевич меняет профессию» и других.

Ярко и зажигательно прошел вечер Оксаны СТАШЕНКО. Были встречи с Константином СОЛОВЬЕВЫМ, Натальей БОНДАРЧУК, Григорием АДАМЕНКО, Андреем ПЫНЗАРУ, Дарьей ЕГОРОВОЙ, заслуженной артисткой РФ Ольгой ПРОКОФЬЕВОЙ, заслуженной артисткой РФ Нонной ГРИШАЕВОЙ, Николаем ИВАНОВЫМ, Евгением БАНИФАТОВЫМ, Ильей САМИТОВЫМ, с народным артистом РФ Андреем СОКОЛОВЫМ, народным артистом РФ Александром МИХАЙЛОВЫМ, народным артистом Республики Беларусь Владимиром ГОСТЮХИНЫМ, Анастасией МАКЕЕВОЙ, Мирославой МИХАЙЛОВОЙ, Андреем ГАРКУНОВЫМ, Анастасией ДЕНИСОВОЙ и Максимом КОЛОСОВЫМ.

Идея, озвученная Натальей Бондарчук,



С 15 по 19 декабря в Нальчике проходил всероссийский кинофестиваль «Кабардино-Балкария-100». В его программе были ежедневные просмотры фильмов в кинотеатре «Форум», мастер-классы по актерскому мастерству, «круглый стол» с участием молодых кинематографистов Северного Кавказа, творческие встречи с артистами театра и кино в Кабардинском театре им. А. Шогенцукова. Мероприятия транслировались в сети интернет. Для всех желающих видео доступно в онлайн-формате на YouTube канале и официальном сайте Министерства культуры КБР.

известной советской и российской актрисой, режиссером, о том, что она планирует снять документальный фильм о жизни жены царя Ивана Грозного, кабардинской княжны Марии Темрюковны, была зафиксирована журналистами отдельно, эту информацию тиражировал ряд новостных агентств. Такое желание возникло у Бондарчук во время посещения Национального музея в Нальчике: «Если все будет хорошо, я бы с удовольствием сняла документальный фильм о Марии (жене Ивана Грозного), именно документальный, в самой ближайшей перспективе. Огромный исторический фильм никто не потянет, тем более в ковидные времена, но документальный фильм с актерскими вставками уж как-нибудь. Дорогу осилит идущий». Затем пояснила: «Вышел фильм об Иване Грозном, но жители региона недовольны образом Марии. Это искажение действительности, поэтому я считаю, что нужно сделать хороший документальный фильм».

### «КРУГЛЫЙ СТОЛ»

В рамках фестиваля в Нальчике состоялся «Круглый стол», в котором приняли участие организаторы фестиваля и молодые кинематографисты Северного Кавказа. Здесь вспомнили недавно ушедшего Владимира ВОРОКОВА, режиссера, председателя Союза кинематографистов Северного Кавказа. Память Владимира Халидовича участники встречи почтили минутой молчания.

Сергей Новожилов говорил о достижениях местных молодых режиссеров – выпускников мастерской Александра Сокурова Кантемира БАЛАГОВА и Владимира БИТОКОВА. Он отметил, что фестиваль преследует цель не только петь, веселиться, но и

говорить о проблемах, в первую очередь молодых кинематографистов. Секретарь Союза кинематографистов РФ Михаил КАЛИНИН также подчеркнул, что эта встреча очень важна. Отдельно говорил о фильме Балагова как о новом и интересном явлении мира кино. Выступили также продюсер и режиссер из Владикавказа Темина ТУАЕВА, выпускник курса А. Сокурова Владимир Битоков и другие.

### ФИЛЬМЫ

Программа недельного фестиваля позволила продемонстрировать в Нальчике ряд интересных новых российских фильмов, показать современное кино с национальным колоритом. Разные по национальности, месту жительства, окончившие разные кинематографические школы, режиссеры, работы которых были представлены на фестивале, участвуют в создании единого пространства, формировании вкуса зрителя, об этом можно сказать уверенно после просмотра их работ. Сложилось впечатление, что наши режиссеры, наконец, преодолели склонность к мрачным, депрессивным картинам, так называемой «чернухе», прочно занявшей место в постсоветском кино. Появились ищущие художники, способные ставить содержание выше формы.

На фестивале свой фильм «История одной картины» представил молодой режиссер Руслан МАГОМАДОВ. В центре сюжета – история чеченского художника. Будучи ребенком, он спасается от войны в Чечне – в статусе беженца с матерью переезжает во Францию. Получает там хорошее образование и делает карьеру художника. В поисках своей первой картины, которую он написал

в детстве в Грозном, отправляется в Россию, на Северный Кавказ. Примечательно, что съемки проходили на территории Чечни, Ингушетии и Кабардино-Балкарии.

«Это не коммерческое кино, – говорит Руслан, – оно не для кинотеатров, прокатчики не берут такие фильмы. Поэтому фестиваль становится возможностью донести мою работу до зрителя».

Свою картину «Приключения экспоната» представила режиссер Алена ОЛЕЙНИК. Зрители узнали, что перед ними – неоднократный призер New York Festivals TV&Film Awards, Cannes TV&Media Festivals, режиссер короткометражных игровых и документальных фильмов, обладательница награды за лучшую женскую режиссуру «The Best Shorts Competitions» и мама троих детей.

Главный герой фильма – Паша, отличник, в школе до окончания седьмого класса ни разу не совершил плохого поступка. Однажды жизнь Паши основательно меняется, сначала пропадает его отец – музейный работник. В школе на него нападает его заклятый враг. А дома Паша обнаруживает двух подозрительных полицейских. Получая сообщение от неизвестного капитана Гика, Паша отправляется на поиски отца в компании того самого заклятого школьного врага Ильи.

Режиссер Полина Ольденбург представила свой фильм «Ad libitum!». Герой картины – талантливый журналист Герман Крылов в погоне за сенсацией попадает в компанию, которая продает... чувство любви. Неожиданно для самого себя он становится объектом манипуляций и попадает в ловушку, из которой трудно выбраться. Ольденбург рассказала о составе актеров: «В фильме молодые и талантливые артисты сошлись с настоящими мастерами своего дела – Шамиль ХАМАТОВ, Игорь ПЕТРЕНКО, Дарья БЕЛОВА, Евгения КРЕГЖДЕ, Антон ФЕДОРОВ, Кристина БАБУШКИНА, Карэн БАДАЛОВ...»

Фильм поднимает важные на все времена вопросы: что такое любовь; что такое влюбленность; имеет ли человек право и возможность изменить свою жизнь? Ответы на них звучат в форме монологов о любви.

Картина была удостоена гран-при фестиваля кино и театра «Амурская осень» в Благовещенске. Кроме того, Полина Ольденбург получила приз как лучший режиссер.

На фестивале также были представлены фильмы «Жаным, ты не поверишь» режиссера Ернара НУРГАЛИЕВА (Казахстан); «Клятва» Романа НЕСТЕРЕНКО (Россия); короткометражный фильм «Последствия» режиссера Андрея МЫШКИНА (Россия).

Дана ЖАН.

Фото Ильи Ахобекова

## ПЕНСИОННЫЙ ФОНД ВЫПЛАТИТ СЕМЬЯМ С ДЕТЬМИ ДО СЕМИ ЛЕТ ВКЛЮЧИТЕЛЬНО 5 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ

В соответствии с Указом Президента РФ Пенсионный фонд России беззаявительно перечислит единовременную выплату родителям, усыновителям, опекунам и попечителям детей до семи лет включительно, которая составит 5 тыс. рублей на каждого ребенка в семье.

Новую выплату получат все семьи с детьми, которым по состоянию на 17 декабря 2020 года еще не исполнилось восемь лет. Особенностью новой выплаты станет то, что она будет выплачена по принципу «социальной казначейства»: за ней не надо куда-либо обращаться, поскольку Пенсионный фонд беззаявительно оформит и перечислит средства на основе принятых вкратце и летом решений о выплатах на детей. Таким образом, родителям, усыновителям и опекунам, которые в этом году получили ежемесячную выплату на детей до трех лет или единовременную выплату на детей от трех до 16 лет, дополнительная выплата будет предоставлена в декабре автоматически, подавать новое заявление не нужно.

Понадобится заявление только в том случае, если ребенок в семье появился после 1 июля либо родители не обращались ни за одной из выплат на детей, предоставлявшихся ПФР в течение года. Тогда родителям необходимо указать в заявлении реквизиты банковского счета, на который будут перечислены средства. У них на это есть больше трех месяцев – соответствующие заявления принимаются до 1 апреля. Также заявление понадобится, если у родителей, которые уже получали выплаты на детей, был закрыт банковский счет.

Заявление на выплату можно подать в личном кабинете на портале госуслуг или в клиентских службах Пенсионного фонда. На сайте Пенсионного фонда в помощь родителям размещены необходимые разъяснения о выплатах и ответы на часто задаваемые вопросы.

## СТРАХОВЫЕ ПЕНСИИ В НОВОМ ГОДУ БУДУТ ПРОИНДЕКСИРОВАНЫ

Страховые пенсии неработающих пенсионеров с 1 января 2021 года подлежат индексации на 6,3 процента.

После повышения стоимость одного пенсионного коэффициента составила 98 руб. 86 коп. Общественный размер фиксированной выплаты – 6 044 руб. 48 коп. Размер фиксированной выплаты для отдельных категорий получателей пенсии составит: для лиц, достигших 80-летнего возраста или являющихся инвалидами I группы, – 12 088 руб. 96 коп. В зависимости от количества иждивенцев: при наличии одного нетрудоспособного члена семьи – 8 059,31; при наличии двух – 10 074,14; трех – 12 088,96.

Работающие пенсионеры будут получать пенсию в новом размере после завершения трудовой деятельности. При прекращении пенсионером осуществления работы суммы страховой пенсии с учетом индексаций, имевших место в период осуществления работы, выплачиваются, начиная с 1-го числа месяца, следующего за месяцем прекращения работы.

## ПРАВООПРЕМНИКИ СМОГУТ ПОЛУЧИТЬ ПЕНСИОННЫЕ НАКОПЛЕНИЯ УМЕРШЕГО ГРАЖДАНИНА

Граждане вправе получить средства пенсионных накоплений (СПН) своих умерших родственников, если смерть гражданина наступила до назначения ему накопительной пенсии.

Правопреемники смогут получить пенсионные накопления умершего гражданина, если при жизни он указал их в заявлении о распределении. При отсутствии такого заявления выплату произведут родственникам, в первую очередь детям, супругу и родителям, а если таковые не обратились за получением СПН, за их выплату вправе обратиться правопреемники второй очереди – братья, сестры, дедушки, бабушки и внуки. При этом средства делятся поровну между обратившимися родственниками той или иной очереди.

Для получения средств пенсионных накоплений правопреемником необходимо подать заявление в территориальный орган ПФР в течение шести месяцев со дня смерти застрахованного лица. Если на момент смерти СПН формировались в негосударственном пенсионном фонде (НПФ), обращаться за выплатой следует туда. Если гражданином за выплатой СПН обратился в ПФР после шести месяцев, срок может быть восстановлен в судебном порядке.

При подаче заявления гражданин должен иметь: паспорт правопреемника или оригинал другого документа, удостоверяющего его личность; документы, подтверждающие родственные отношения с умершим; свидетельство о смерти застрахованного лица (при наличии); страховое свидетельство обязательного (государственного) пенсионного страхования умершего и правопреемника (при наличии); реквизиты для перечисления денежных средств; при необходимости иные документы (решение суда о восстановлении срока для обращения с заявлением о выплате средств пенсионных накоплений, нотариально удостоверенное полномочие представителя правопреемника на подачу от его имени заявления и др. документы).

Подготовила Фатима ДЕРОВА





В той прогулке на Гижгит Лиза собрала несколько полных пакетов мусора и спустила вниз. Мы, местные туристы, глядя на это, не могли остаться в стороне – тоже чистили склоны. Захотелось узнать о Лизе подробнее: откуда она, как приехала в наши края и почему решила здесь остаться. И вот мы снова встретились, уже зимой, когда она всю катается на лыжах. Лиза показывает сложнейшие трассы, от одного вида которых дух захватывает. Улыбчивая, внимательная, пунктуальная – кажется, она всегда собрана и в хорошем настроении.

Лиза подтверждает, что не унывает никогда, только в этом году ей немного грустно – не получается отметить Рождество дома, из-за этого у нее особая ностальгия и по дому, и по празднику. А ведь мой первый вопрос именно об этом – как в Германии отмечают Рождество. Рассказывает, как отмечают Рождество ее родные: «Для моей семьи это не совсем церковный праздник, а домашний. В Баварии мы собираемся в родительском доме. 24-го утром обычно выезжаем в лес и находим одну маленькую елку, которую отец уже давно приглядел для этого случая. Забираем ее с собой и ставим дома. Мама делает салаты, мы по пути покупаем вкусные сосиски. Потом украшаем елку, ставим под ней игрушки, изображающие персонажей из сюжета о Рождестве. Это такой подготовительный день. Так как я редко хожу в церковь – не люблю, когда там много людей, могу зайти в маленькую часовню, которая стоит в километре от нас.

Вечером собираемся за столом, где, как правило, стоит пиво, оно может быть безалкогольное. Дарим друг другу подарки. Это так называемый святой вечер.

На следующий день устраиваем большой праздничный обед.

Многие семьи обычно готовят гуся, заранее выпекается сладкий пирог штолле из дрожжевого теста, в котором много сухофруктов. Если делать его по всем традициям, тесто должно долго зреть и его желательно поливать ромом. Такой пирог может потом стоять год. Еще у нас делают праздничный хлеб, в нем также много сухофруктов: груши, яблоки, сливы, изюм. Тесто стоит намоченное водой, потом его обваливают в муке и выпекают. Такой хлеб тоже долго хранится.

У меня двое братьев немного младше меня. И когда мы все собираемся за столом, папа любит, чтобы мы пели и играли на флейте...

Рождественские каникулы начинаются 23 или 24 декабря и продолжаются до 7 января. В последние годы я отмечала Рождество в Германии, а потом еще в России, для меня это полное счастье. Сейчас из-за пандемии и карантинных мер не получается поехать к родным, к сожалению».

# ПОЛЕТЫ ЛИЗЫ ПАЛЬ

**О Лизе ПАЛЬ, приглашающей в свою группу на прогулку в Приэльбрусье, я впервые узнала из сообщения Министрства курортов и туризма КБР. И вскоре попала на один из ее маршрутов – несложный подъем на возвышенности в районе озера Гижгит. Лиза – гид по фрирайду, водит туристов на Эльбрус, инструктор по лыжам и сноуборду, а еще очень бережно относится к природе и людям. «Иначе нельзя, мы здесь живем и обязаны беречь эту землю», – говорит Лиза, о людях уточняет: «Я отвечаю за тех, кто идет в горы, доверяя мне».**



Зато у Лизы много друзей в Терсколе, где она живет, и по всему миру. Она прекрасно владеет русским и балкарским языками. Знает также японский, испанский, французский, английский и, конечно же, родной немецкий. Изучать русский язык ее настроил отец, агроном по профессии, который сам знает этот язык и бывал в Советском Союзе, а в 2000 году и в России.

Лиза впервые приехала в нашу страну в 1989 году – Мюнхенский университет отправил ее в Волгоград в числе будущих славистов на курсы русского языка. Оказавшись в Кабардино-Балкарии, она сразу увидела горы. Так как это было зимой, встала на лыжи – Лиза катается лет с четырех.

Оставшись здесь, занималась переводами, учила балкарский язык, записывала на нем легенды и пословицы. Собрала хороший материал и должна была вернуться со всем этим в Германию, написать докторскую диссертацию, но вышла замуж за местного парня и решила остаться. С мужем прожили 15 лет и расстались. Лиза рассказывает мне, почему. Я удивляюсь такой открытости – в ней столько чувств и переживаний, наверно, это роднит ее с местными жителями. Выйдя с ней на прогулку в поселок, наблюдаю, как они уважительно с ней здороваются, спрашивают о делах.

Она любит быт балкарцев, местную кухню, сама давно умеет готовить хичини. Переживает, что развитие курорта может нивелировать местный колорит. А к Эльбрусу у нее особое отношение. Мой вопрос связан с тем, как она отно-

сится к тому, что желающих подняться на вершину становится все больше и больше. Мое отношение к Эльбрусу как к особому, мистическому месту, которое нужно оберегать, Лиза разделяет, но она человек, знающий специфику восхождения, особенности погоды и потребности туристов. Все-таки поднималась на высоту более 300 раз.

«Эльбрус очень большой, это не ощущаешь, пока не поднимешься на вершину. Почти как северный или южный полюс. Все, что творится ниже, немножко в принципе унизибельно для горы и людей. Например, я думаю, что способ восхождения на вершину на ратраках выше, чем скалы Пастухова, это не спортивно. Если человек от 4500 метров не может дойти до вершины, ему здесь пока делать нечего. Пусть тренируется и приезжает второй раз. Есть люди, которые хотят идти от хижин (они на высоте 3700, в конце канатки). Оттуда в один день идти очень тяжело. Они уговаривают меня повести их оттуда, я им в свою очередь говорю: давайте хотя бы поедем на ратраке до той точки, куда мы за день до этого ходили для акклиматизации.

В Альпах, наверно, поставили бы хижину на высоте 4500 м и хорошо укрепили бы. Там такие ветра, что все улетает. И здесь также, и на Фудзияме. Иностранцы тоже просят, чтобы я вела их от наших хижин, но объясняю им сложность такого подъема, и они меня слышат. Российские туристы, которые никогда не ходили даже в поход, часто не хотят ничего слышать».

## • БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Я считаю, что выше скал Пастухова ни канатки, ни ратраки не должны идти. А вертолет только в случае необходимости...»

Хороший гид может за короткое время общения немного воспитать туриста. Мне кажется, у Лизы Паль в этом плане есть определенные успехи.

«Многие туристы ходят без гида. Это неправильно, во-первых, потому, что это опасно. В горах всякое может случиться, нужно иметь навыки выживания. Здесь бывают туман, сильный ветер, когда идет снег, легко заблудиться. А молодые имеют привычку идти в любую погоду. Зачем так рисковать своей жизнью? Многие погибают, замерзают, срываются вниз...»

Обычная программа подъема на Эльбрус занимает восемь дней, в том числе три-четыре ночи – адаптация в лагере на высоте 3800 м. Непосредственно подъем – ночь и день. На вершине мы не остаемся и не ночуем – мало воздуха. Часто уже на высоте 4000 м у многих начинаются проблемы, болит голова. Поэтому так важно пройти акклиматизацию».

О чистоте склонов Эльбруса, о проблеме с мусором мой следующий вопрос.

«На Эльбрусе много строительного мусора, железа и не так много бытового мусора. В общем, туристы там не сорят. Если убрать то, что там лежит давно, будет совсем другое впечатление.

На склонах и других маршрутах многие местные жители оставляют следы от пикника, окурки. Как правило, пластиковые бутылки оставляют почти все. Такое впечатление, что сознание людей еще не готово к тому, чтобы хотя бы свой мусор с собой забрать. Почему в России на природе принято оставлять следы своего пребывания, не понимаю. В некоторых странах уже давно действует принцип «не оставлять следов».

Хочу узнать, какая любимая сказка у Лизы. «Спящая красавица», наверно. Там она такая красивая, в роскошном платье», – отвечает она, а я уже знаю, что у самой Лизы в гардеробе платьев и юбок нет. Профессия такая, что, кроме спортивной одежды, другая ей и не нужна. Представляет ли она себя персонажем какой-нибудь сказки? «Нет, но когда гуляю по зимнему лесу, ощущаю себя, как в сказке. Или идешь по леднику в солнечный день, только что выпал снег, очень холодно, замечаешь, как кристаллы блестят. Ощущение, словно не в этом мире. Наверно, даже в кино невозможно передать подобное».

О катании на лыжах и любимых трассах Лиза рассказывает так же увлеченно. Именно от нее впервые слышу, что кататься ради адреналина ошибочно. Сама Лиза ощущает полет и свободу. И это чувство предлагает разделить начинающим лыжникам.

**Дина ЖАН.  
Фото Елены Еловой**

## ЛУЧШАЯ НОВОГОДНЯЯ ВИТРИНА В НАЛЬЧИКЕ

### • КОНКУРС

Жюри определит победителей и поощрит за лучшую новогоднюю идею оформления, лучшее новогоднее оформление объектов торговли, лучшее новогоднее оформление объектов общественного питания, лучшее

**Конкурс на лучшую новогоднюю витрину объявил институт развития города «Платформа». Он пригласил жителей Нальчика стать причастными к новогодней красоте и праздничному оформлению любимого города.**

новогоднее оформление объектов бытового обслуживания.

Кроме того, предусмотрен приз

зрительских симпатий по итогам голосования в инстаграме на странице @platforma\_nalchik.

Заявку на участие можно подать с 15 по 30 декабря по адресу: ул. Кешокова, 70,

каб. 18. С 31 декабря до 12 января комиссия ознакомится с объектами, заявленными в конкурсе. 13 января победители станут известны.

**Подготовила  
Фатима ДЕРОВА**

# В ПЕРВЫХ РЯДАХ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

• МАСТЕРСКАЯ

- Мне кажется, я в танце всю жизнь, - рассказывает художественный руководитель и балетмейстер образцового ансамбля танца «Ассорти» ГДК администрации г. Прохладного Наталья ВАХРАМЕЕВА. - В детском саду музыкальный работник заметил мои хореографические данные и посоветовал родителям отдать меня, маленькую Наташу, в какой-нибудь танцевальный кружок. Спасибо им за то, что прислушались к этому совету и отвели меня в студию классического танца. Мне было около пяти лет, тогда, наверное, все и началось. Помню, как впервые увидела пуанты, как наблюдала за старшими девочками, которые без усилий, как мне тогда казалось, грациозно порхали в пачках и стояли на пальчиках. Это меня просто завораживало. И сейчас у меня перед глазами тот танцевальный класс, откуда просто невозможно было увести. Я пыталась повторять какие-то танцевальные композиции, движения рук, прыжки и вращения. «Меня спрашивают, почему я выбрала танец? Я не выбирала, я была выбрана танцем и с этим теперь живу всю свою жизнь». Так говорила Марта ГРЕХЕМ, великая американская танцовщица и хореограф. И это обо мне тоже.

Потом начался другой танцевальный опыт - школьный танцевальный ансамбль, ансамбль народного танца «Жигулевские зори» дворца культуры и техники ВАЗа в г. Тольятти. Чуть позже мой танцевальный путь продолжился в ансамбле эстрадного танца «Волжский сувенир»



## ДОСЬЕ

**Наталья Евгеньевна ВАХРАМЕЕВА, педагог-хореограф. Окончила Саратовский государственный университет им. Чернышевского. Квалификация - художественный руководитель хореографического коллектива, преподаватель. Стаж работы - 30 лет. «Лучший хореограф» международного конкурса сценического и художественного искусства «Крым - другое измерение». «Лучший хореограф» международного конкурса-фестиваля дарований и талантов «Богатство России». Ее работы признаны как «Лучшая хореографическая постановка» открытого межрегионального конкурса-фестиваля любительских коллективов «Вершины Кавказа» и международного конкурса хореографического и циркового искусства «Звездный путь». За большой вклад в развитие культуры и искусства Кабардино-Балкарии награждена Почетной грамотой Министерства культуры КБР, Почетной грамотой Парламента КБР, благодарственным письмом Правительства КБР. Обладатель государственной стипендии в области культуры и искусства (2020 г.).**

городского ДК. Выступая с этими коллективами, я повидала многие города России и даже побывала за рубежом. Затем получила высшее образование. О выборе профессии речи не шло. Это однозначно была хореография. Мне хотелось не только танцевать самой, но и пробовать соединять танцы, поэтому выбрала педагогический вуз. В следующем году уже будет тридцать лет как я работаю с детьми.

пути. Каждого помню по имени.

Я им очень благодарна за то, что они научили меня не только правильно танцевать, но и подарили любовь к профессии. Танец - это душа, образ, смысл. Поэтому смыслом моей жизни был, есть и останется на долгие годы именно танец.

Проживая в Саратовской области, на протяжении пятнадцати лет была руководителем детского танцевального коллектива, а в 2008 году по воле судьбы моя семья переехала в Кабардино-Балкарию - в город Прохладный, и здесь я создала образцовый ансамбль танца «Ассорти», руководителем которого являюсь до сих пор.

Не могу не сказать несколько слов о своих педагогах и художественных руководителях, с которыми мне посчастливилось встретиться на своем

## ЧТОБЫ БЫЛ РЕЗУЛЬТАТ

- Хореография - древний прекрасный вид искусства, это умение передавать мысли и чувства посредством движения и мимики. Хореография - еще и возможность сочинения и сценической постановки танца. Для меня это дар свыше. Как это получается? Не знаю. Порой сама удивляюсь результату. Это вдохновение, рожденное услышанной музыкой, ярким событием, настроением, образом. Но самое главное для меня в моих постановках - мысль, идея, которую я как хореограф должна донести сначала до своих учеников, а через них - до зрителя. Чтобы реализовать замысел, педагог должен дать возможность ребенку понять и поверить в то, что он воплощает на сцене, через танец. Дети легко перевоплощаются, для них это игра, а в дальнейшем и школа жизни. Когда у них все получается, они радуются. И это, пожалуй, самое главное.

Требовательный ли я педагог? Да и еще раз да! Я воспитываю и обучаю детей, поэтому несу ответственность за то, какими людьми они вырастут. «Ассорти» - это большая семья. Нас более ста человек. Многие дети являются нашими воспитанниками по десять-двенадцать лет. Это, согласитесь, большой путь и большой труд. А танцор, как спортсмен. Чтобы был результат, должны быть в первую очередь дисциплина и ответственность. Всегда говорю своим ученикам: «Мы едем на конкурс не для того, чтобы победить, а чтобы получить награду за свой труд». Они вырастут, но будут помнить: чтобы стать успешными, нужно много работать. Все «ассортишки» знают наш девиз: «Поставить цель и верно к ней идти через труд, боль и слезы. Вперед и только вперед!» Это и мой принцип - не стоять на месте. Танец в нашем мире меняется быстрыми темпами, и мне как хореографу и руководителю нужно идти в ногу со временем. Вот так и идем вперед и только вперед: руководитель, ученики и родители. Победы пришли не сразу. Но каждая неудача давала мне и моим ученикам стимул работать дальше. Нет наград первых и последних. Каждая важная и запоминающаяся. И все-таки есть одна победа, которая запомнится надолго. Это самое большое достижение ансамбля за 12 лет. 2020 год начался для нас очень удачно. В январе состоялась поездка в Москву. Пройдя все отборочные этапы, мы стали финалистами чемпионата России по народному танцу.

(Продолжение на 13-й с.)

Фото из личного архива Н. Вахрамеевой

## ДОСЬЕ

**Образцовый ансамбль танца «Ассорти» - лауреат всероссийских и международных конкурсов и фестивалей хореографического искусства. Многократный обладатель гран-при. Лауреат 1-й степени Кубка СКФО в рамках чемпионата России по народному танцу. Бронзовый призер финала чемпионата России по народному танцу 2020 г. (Москва). Образцовый ансамбль танца «Ассорти» внесен в первую энциклопедию лучших творческих коллективов РФ «Богатство России».**

# Самые красивые девушки года

• КОНКУРС

По словам организатора и хореографа конкурса «Мисс КБР-2020» Дианы КАРЦЕВОЙ, конкурс проходил в два этапа. Отборочный тур прошли 15 девушек, которые 24 октября приняли участие в творческом этапе мероприятия.

- На подготовку творческого конкурса у соискательниц титула «Мисс КБР» ушел месяц, в течение которого с ними занимались педагоги по актерскому мастерству и дефиле, - отметила директор агентства «Podium Nalchik» Фатима МОКАЕВА.

Девушки пели, танцевали, читали стихи. Неожиданным для жюри стало выступление трех участниц: Карины БЕЗРОКОВОЙ, вышедшей со стенд-ап номером; Анны ХАРИТОНОВОЙ, которая принесла потрясающий торт собственного приготовления, и Виктории КРИВКО, продемонстрировавшей коллекцию своей авторской одежды, участвуя в мини-дефиле как модель и музыкант, играющая на флейте.

Но единодушно титул «Мисс талант», обеспечивший ав-

**17 декабря в Нальчике состоялся финал национального республиканского конкурса «Мисс КБР-2020». Из-за сложившейся эпидемиологической обстановки в республике мероприятие состоялось не в привычном формате с большим количеством зрителей, а в банкетном зале ресторана «Ридада Резиденс» с ограниченным количеством приглашенных. В нем приняли участие 15 девушек от 15 до 25 лет. Конкурс был разделен на две категории - «Юная мисс КБР» и «Мисс КБР». А потому титулованных красавиц в этом году было две.**

томатическое прохождение в топ-5 в финале, жюри присудило Мадине САТУШИЕВОЙ, исполнившей жестовое пение. Мадина - «Человек года-2017» в области благотворительности, чемпионка России по тхэквондо среди инвалидов по слуху, член сборной России по тхэквондо, член правления Всероссийского общества глухих, организатор фестивалей для глухих и слабо-



слышающих людей «Глубина души», а также выпускница и модель агентства «Подיום Нальчик».

- Мы считаем, что никто не должен быть ограничен в возможностях, - отметили организаторы. - Мадина отличается особой

целеустремленностью и участвовала в конкурсе на таких же условиях, что и другие девушки.

В финале у девушек было четыре традиционных выхода. В последнем, интеллектуальном, приняли участие лишь пять красавиц, которые отвечали

на вопросы. В результате места распределились следующим образом. Первой вице-мисс стала Анастасия РОДИОНОВА, второй вице-мисс - Ляна БАБУГОВА. Титул «Юная мисс КБР» достался 17-летней студентке 1-го курса КБГУ Дана ЖЕМУХОВОЙ. Девушка занималась вокалом, гимнастикой, вязанием, актерским мастерством, фотографией, кулиарией, играет на флейте и пианино. Окончила школу искусств. Но в будущем Дана мечтает стать детским хирургом.

Двойную победу одержала 18-летняя студентка факультета психологии КБГУ Марианна КАЛИБАТОВА из с. Анзорей, завоевав титулы «Мисс Кабардино-Балкария-2020» и «Мисс зрительских симпатий». Девушка увлекается шитьем, вокалом, рисованием и поэзией. Является выпускницей и моделью агентства «Подיום Нальчик». Более подробно о красавице года мы расскажем в первом номере «Горянки» 2021 года.

Алена ТАОВА.  
Фото автора



### ПРЕИМУЩЕСТВА

Одним из самых ярких воспоминаний моего детства до сих пор остается ароматная пышная елочка с красивыми, но очень хрупкими елочными игрушками, ватой, имитирующей снег, и разноцветной мишуры. Думаю, в те годы такую же радость вызвало бы у меня и искусственное дерево. Потому что для ребенка важна сама традиция наряжать ее яркими блестящими украшениями и находить под ней долгожданный подарок. Но в то время таких елок не было. С тех пор наука и бизнес шагнули далеко вперед и сейчас, когда все больше людей задумываются над необходимостью сохранения живой природы, производители новогоднего настроения предлагают широкий ассортимент искусственных елок и сосен разных размеров и форм: с длинными и короткими иголками, натурально-зеленые, припорошенные «снегом» и ослепительно белые. От настольных елочек высотой 40 см до пятиметровых елей с различным диаметром основания. Выбирайте на вкус.

Есть и другие преимущества такого выбора. При всей нашей любви к натуральным елкам они редко бывают равномерно плотными и симметричными со всех сторон. Экземпляры, которые действительно красиво выглядят, стоят достаточно дорого. А искусственная ель или сосна зачастую намного красивее и пышнее натуральных аналогов. Немаловажна и экономическая сторона. Такую елку не нужно ежегодно покупать. Срок службы зависит от того, из какого материала она сделана, и может составлять до 10-15 лет. Она практична. Легко складывается и убирается, так как ветки на шарнирах. И, самое важное для хозяек, - искусственная ель не осыпается, после новогодних праздников не придется собирать по всему дому иголки.

### КАК ВЫБИРАТЬ

Какие искусственные елки самые лучшие? С таким вопросом обратилась к менеджеру по продажам этих зимних красавиц одного из магазинов Нальчика Арслану ЛИХОВУ.

- Важно обращать внимание на материал, из которого сделана ель, виды крепления, конструкции, особенности

**Стремление прекрасной половины человечества привести себя в порядок к празднику стало уже традицией. Особенно перед Новым годом.**

Только десять процентов населения планеты обладает способностью никогда не набирать лишний вес. Всем остальным так или иначе требуются физические упражнения и ограничения в питании, чтобы держать себя в форме.

Общезвестный факт: хочешь похудеть - меньше ешь и больше двигайся. На постепенное снижение избыточного веса требуются долгое время и проявление силы воли. Но когда есть мотивация быстро избавиться от пары лишних килограммов перед праздниками, есть несколько хитростей, которые окажут существенную помощь.

Первое и самое главное правило: рано ложитесь спать и высыпайтесь. Лечь в час ночи и проспать до полудня вредно для здоровья. Надо ложиться спать в 10 или в крайнем случае в 11 часов вечера. Когда организм страдает от недостатка сна, он пытается восполнить недостаток энергии, заставляя нас употреблять калорийную пищу. Кроме того, недосыпание чревато отеками. Возможно, вы их не замечаете, но когда начнете давать телу полноценный отдых, лишняя жидкость уйдет вместе

## СОЗДАЕМ НАСТРОЕНИЕ

**Сложно представить Новый год без самого красивого атрибута этого праздника - елки. Особенно если дома дети. Уже больше недели работают елочные базары, которые лично у меня вызывают двойное чувство. С одной стороны, понимаю, что сейчас деревья выращивают на специальных фермах и экологию продажа елочек урон не наносит. А с другой - не все продавцы добросовестные, наверняка многие хвойные красавицы варварски срублены в лесу. А чтобы выйти из започки - спрос рождает предложение, уже несколько лет украшаю на Новый год искусственную ель. Что совсем не лишает нас праздничного настроения. Если кто-то решит последовать моему примеру, наши рекомендации будут полезны. Поговорим о том, как подобрать из огромного множества искусственных елей самую подходящую и чем еще можно заменить этот новогодний атрибут.**

формы и цвета, а также дополнительные функции (например, наличие встроенной гирлянды). И если последнее - дело вкуса и личных предпочтений, то первые параметры отвечают за долговечность и практичность новогоднего аксессуара.

**- В магазинах представлены ели из ПВХ (поливинилхлорида), лески и литые модели. В чем разница?**

- Ели из мягкого ПВХ - самый популярный и недорогой вариант. Хвоя делается по принципу мишуры: материал нарезается тонкими полосками, а ближе к основанию переплетается лентами коричневого цвета. Хвоя из такого материала мягкая на ощупь и имитирует мохнатые еловые ветки. Правда, внешне они мало напоминают живое дерево. Из преимуществ - не имеет запаха, деформируется, но достаточно легко возвращает свою форму после длительного хранения. Но такая елка может начать плавиться, поэтому украшать ее можно только гирляндами с ненагревающимися лампочками.

Елка из лески не имеет запаха, отвечает



всем санитарным нормам, имеет жесткую хвою, которая не деформируется и хорошо сохраняет форму.

Ели из резины (литые или PE) - одна из наиболее дорогих моделей, которая лучше всего имитирует живую ель. Каждая веточка выплавляется из полиэтилена в специальных формах, передавая трехмерную структуру иголок, что придает изделию естественный внешний вид. Материал долговечен, отвечает всем нормам безопасности и устойчив к горению. Единственный минус - высокая цена. Но существуют модели, которые на сто процентов состоят из литой хвои, комбинированные, с мягким ПВХ, а также из смеси резины, ПВХ и лески. Это позволяет сохранить пышный вид изделия и при этом значительно снизить его стоимость.

Какую бы модель ни выбрали, существует несколько нюансов, на которые обязательно нужно обратить внимание: не должно быть стойкого запаха пластика, особенно это касается моделей из

ПВХ. Хвоя не должна осыпаться. Это вы поймете, слегка подергав их. Погладьте хвою против направления роста иголок. Если она вернется в исходное положение, товар хороший, плохая может торчать в разные стороны. Изделие должно быть устойчивым к возгоранию, особенно, если установка будет производиться вблизи нагреваемых предметов. Не стоит полагаться на слова производителей. Лучше самим проверить то, что можно понять до покупки.

### ИЗ ЛИЧНОГО ОПЫТА

Какую бы красивую искусственную елочку вы ни купили, но запах хвои ничто не может заменить, даже ароматизаторы. Могут поделиться лайфхаком. Нужно купить веточку ели (обязательно пахучую) и создать из нее любую новогоднюю композицию. А когда придет время убирать искусственное дерево на хранение, положите вместе с ней и веточки живой ели. То же самое сделайте и с елочными игрушками. До следующего Нового года они впитают запах хвои, который сохранится еще несколько лет. Проверено на личном опыте.

### КРЕАТИВНЫЕ ИДЕИ

Люди с творческим мышлением не привязываются к традициям, ищут что-то новое и креативное. Тем более что любое новшество со временем может перерастать в традицию. Например, делать елочки из... Здесь фантазия у некоторых зашкаливает - из стремлянок, бутылок, ниток, засохших веток деревьев, комнатных растений и даже рисунков на стене. Из подсмотренного мне больше всего понравилась «книжная» новогодняя елка. У нас люди читающие, почти в каждом доме можно найти определенное количество книг, из которых можно соорудить елочную конструкцию: сложить их стопкой, чтобы каждый следующий слой был немного меньше в диаметре предыдущего. Идеально, если обложки будут яркими и разного цвета. Такую елку можно украсить чем угодно, главное, подойти к этому процессу со вкусом.

Важно помнить - праздник должен быть прежде всего в душе, а создать его мы можем только сами.

**Алена ТАОВА.  
Фото автора**

## Похудеть к празднику без диет

с несколькими килограммами жира.

Второе не менее важное правило: не нужно есть во время просмотра телевизора или «сидя» в телефоне. Вы не замечаете, что и сколько едите, вам кажется, что хотите есть больше, чем нужно. Приятное чувство от вкусной еды и отвлекающий маневр экрана играют злую шутку. Поначалу будет тяжело отказаться от привычки совмещать приятное с приятным, но когда увидите новые цифры на весах, справиться с этой задачей будет легче.

Третье правило для худеющих: двигайтесь. Сейчас у всех есть возможность скачать шагомер на смартфон. Вы можете просто ходить по дому, в магазин и обратно. Важно, чтобы набралось до десяти тысяч шагов к концу дня.

Пятое правило (мой личный лайфхак): утром, днем и вечером пейте почти горячую воду в общем объеме пол-литра. Можно добавить лимон, заварить слабый зеленый чай. Главное, пить за тридцать минут или за час до еды. Многие пьют холодную воду в большом количестве, но не видят эффекта. Попробуйте горячее питье, и через пару дней два-три килограмма просто исчезнут.

Откроем в процессе похудения я считаю корицу. Употребляя одну чайную ложку с питьем утром, натощак, вы удивитесь, с какой скоростью в первые дни уходит лишний вес. Но следует быть осторожными, метод не подходит людям с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Отказ от сладкого делает человека легче в буквальном смысле. Но не все знают, что отказ от сладостей и исключение сахаросодержащих продуктов из рациона - не одно и то же. Скрытые сахара подстерегают вас в переработанных продуктах, например, в сосисках илипельменях фабричного производства. Сахар улучшает вкус продукта, чем пользуются производители. Внимательно читайте состав на упаковке перед покупкой. Некоторые разработчики добавляют сахар «тайно», маскируя его такими словами, как «фруктоза», «стевия», «глюкоза». В зарубежных странах отдельным пунктом указывают содержание сахара и его заменителей на этикетке. У нас нет закона, запрещающего ухищрения производителей в свою пользу, поэтому надо самостоятельно заботиться о составе употребляемой пищи.

В списке методов быстрого похудения было решено не указывать пункт с физическими упражнениями. Они должны выполняться правильно и длительное время, чтобы появился видимый результат. Но есть секрет, почти заменяющий занятия спортом. Это массаж.

Нет, вам не нужно ходить к массажисту или покупать дорогие средства. Достаточно иметь одну довольно жесткую щетку для сухого массажа и каждый день использовать ее по назначению, массируя все участки тела, кроме лица. Массируйте кожу до стойкого покраснения. После массажа необходимо выпить стакан воды, принять душ и увлажнить кожу любым подходящим кремом или маслом. Если они еще и антицеллюлитные, результат будет лучше. Но даже самый простой крем подойдет. В любом случае в процессе сухого массажа в течение тридцати дней полностью уходит видимый целлюлит, сокращается жировая прослойка и подтягивается кожа. Вы будете выглядеть более подтянутой и стройной.

По мнению экспертов, три недели регулярного массажа заменяют три месяца активных занятий спортом, если обращать внима-

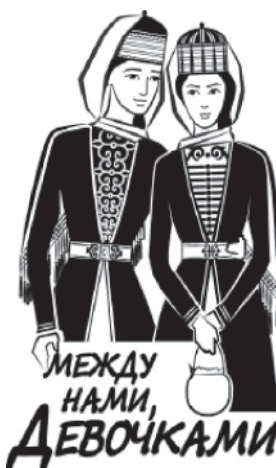
ние на визуальный эффект. В чем суть спорта и массажа? В усилении кровообращения и затрате энергии. Во втором случае кровоток в мелких сосудах усиливается в десятки раз, чем при активных физических нагрузках, несмотря на низкую энергозатратность.

Напоследок поговорим о еде. Вам понадобится еще одно приложение - счетчик калорий на телефон. Скачайте удобный для вас и записывайте все, что едите в течение дня. Чтобы создать дефицит калорий, среднестатистической женщине нужно употреблять в сутки не более 1600-1800 ккал. В течение дня ешьте при наступлении чувства голода, но воздержитесь от еды за три часа до сна. У некоторых возникают проблемы со сном именно потому, что едят поздно вечером. Избавьтесь от этой вредной привычки, если хотите стать стройной и надеть любимое платье в новогоднюю ночь.

Все перечисленные методы безопасны, эффективны и испытаны на себе. Они помогут вам не только сбросить лишний вес перед Новым годом, но и постепенно перейти к здоровому образу жизни, наладить режим дня и питания.

Не будем думать, что год грядущий нам готовит, просто встречайте его во всеоружии.

**Мадина БЕКОВА**



## ВЕРНУЛАСЬ В РЕАЛЬНОСТЬ

На сегодняшний день трудно найти человека, который так или иначе не зависит от виртуального мира. Ну, кроме моего отца, который не признает смартфоны и принципиально ходит со своим стареньким Нокиа.

Когда меня «настигла» самостоятельная жизнь и я съехала от родителей, как же было здорово больше не слушать деликатные замечания о своих долгих посиделках в интернете.

Я сняла квартиру, накупила вредных продуктов и подключила «Зеленую точку». Все свободное время проводила в счастливом виртуальном мире. Там же обычные люди зарабатывают миллионы, выигрывают машины, айфоны и деньги. Мне тоже так хотелось. Я целыми днями сидела на страницах крупных блогеров, пытаясь ухватить удачу за хвост. Даже купила несколько курсов в надежде выиграть

машину или хотя бы деньги. Моя работа казалась такой утомительной и скучной. Мне больше нравилось смотреть на «идеальную семью», которая проводит время в отеле с жирафами, мечтая о такой же жизни и проклиная себя за то, что не начала вести инсту несколько лет назад.

Какое-то время во мне стойко держалась вера в реальность всего видимого. Казалось, вот-вот, и мне улыбнется удача. Но во всем этом празднике красивой жизни было одно большое НО! Все было ложью. Подставные люди, получающие машину, великолепные отзывы участников курса, огромные деньги, счастливые люди... Все неправда. Не надо осуждать меня за краткосрочное помутнение разума, у многих такое бывает. Всем хочется сразу и все. Но проблема в том, что если твой папа не

алмазный магнат, от рождения подобная жизнь тебя не ждет. И почти никогда большие деньги не сопровождаются таким же большим счастьем.

Мои глаза открылись частично благодаря разоблачениям, а частично своим наблюдениям. Я вдруг так ясно увидела себя в сказке «Голый король», даже стало немного страшно. А ведь есть те, кто так и продолжает жить виртуальной жизнью, полагаясь на случай, Фортуны или что восточный ветер в среду будет дуть на запад. Одумайтесь, особенно молодые девушки. Живите реальностью, потому что все по ту сторону экрана смартфона - наглая ложь.

Сейчас я привыкаю к жизни без социальных сетей и уже чувствую себя намного лучше. Попробуйте тоже, вам понравится.

**Амина, 26 лет**

## ЧУЖОЕ СЕРДЦЕ

Разве может человек страдать оттого, что спасся от неминуемой смерти? Я спаслась и совершенно не могу радоваться чуду, благодаря которому теперь дышу и живу.

Несколько месяцев назад мне сделали пересадку сердца. Не буду долго и нудно говорить о своей болезни, просто скажу, что сердце надо было менять.

Когда все сроки уже прошли, мне сказали, что сердца нет, и попросили покинуть палату, потому что ничем не могут помочь, умирайте у себя дома, будьте так

добры. Меня, живую, уже оплакивали все родные, а я была морально готова проститься с жизнью в любой момент. Но вдруг нам позвонили и сообщили: сердце есть!

Пока шла подготовка к операции, я плохо соображала. Помню все как в тумане. Проснулась уже в реанимации, с огромным шрамом вдоль грудины и чужим сердцем внутри.

И с самой первой минуты чувствую, что внутри меня не только мышечный орган, но и что-то от личности донора.

Сердце принадлежало молодому парню, который погиб в автокатастрофе. Я видела с его родителями. Никогда не забуду плач матери по сыну. Она обнимала меня, чтобы слышать биение его сердца, и показывала фотографии.

Теперь почти каждую ночь вижу один и тот же сон, будто он меня преследует и пытается вырвать свое сердце назад. Я борюсь, потому что хочу жить. Но странное ощущение от чужого сердца не проходит. Немного страшно.

**Л.Д., Нальчик - Москва**

## РОЛЬ ВТОРОГО ПЛАНА

Мой жених оказался жетанным человеком. Об этом стало известно незадолго до дня Х. Сначала не могла прийти в себя от шока, а когда немного оправилась, спросила, почему он так сделал. Он искренне удивился, что такого случилось-то? Он женат, скоро будет ребенок. А мне предлагает стать его второй женой. Говорит, хорошо бы на первых порах мы жили в одном доме, чтобы я помогала старшей жене с малышом. Разумеется, я так замуж не выйду, но какова наглость человека! Он и не

сомневался, что я буду согласна. Сделал такое, будто оказался накануне свадьбы женатым будущим отцом - в порядке вещей. Вслух я ничего ему не сказала. Он продолжает готовиться к пышному празднику в честь нашего бракосочетания.

Пусть готовится. В день свадьбы его ждет сюрприз: невеста уедет к родителям и будет в компании матери и отца смотреть телевизор. Пусть женится, на ком хочет, а может, и на себе самом, раз так любит себя.

**Фарида, 23 года**

## Птичник или палисадник?

Кому в двадцать первом веке нужны птичник, коровник или маслобойная?

Моим родителям он зачем-то нужен. Аргумент в пользу птичника - свои органические яйца, курятина и т.д.

На месте птичника хочу разбить палисадник с беседкой. Чтобы было чисто и аккуратно, цветы расцветали вокруг, радуя глаз.

Но родители стоят железно на своем желании разводить кур. Их питомцы успели загрязнить все вокруг. Невозможно пойти в сад, чтобы не испачкать обувь.

Мама, если ты это читаешь, пожалуйста, позволь мне привести сад в порядок, я буду покупать тебе кур сама и готовить тоже сама.

**Альбина Р.**

## Где взять новую квартиру?

Подводя итоги уходящего года, скажу: никогда не делайте дорогой ремонт и не снимайте квартиру, если у вас есть ребенок младше 30 лет. Именно в 30 лет приходит осознание того, что нельзя портить свежий ремонт и мебель в квартире арендодателя. Мои дети так расколошматили все, что было внутри четырех стен, что я теперь не знаю, как объясняться с хозяевами. Они такие спокойные, никогда не заходят и не проверяют, в каком состоянии их имущество. Просто забирают деньги и уходят. Но ведь когда-нибудь мы съедем. Не представляю, как это сделать. Новый ремонт и мебель точно сделать и купить не смогу. Уйти тайно тоже. Где взять теперь новую квартиру? И не говорите мне, пожалуйста, о воспитании детей, мол, я плохая мать, поэтому они все испортили.

**Рауса В.**

## Пусть он станет счастливым...

Почти все мои знакомые связывают с Новым годом огромные ожидания. Конечно же, это ожидание перемен к лучшему. Как будто календарное исчисление времени способно решить проблемы, которые выявил уходящий год. Я тоже связываю события с годом. С марта, как объявили о пандемии, наша жизнь сильно из-

менилась. Страхи и фобии, ограничения, абсурдные ситуации и, что самое главное, смерть людей. И как все это преподносят в интернете, по телевидению - просто психика не способна выдержать. Но, даст Бог, мы оправимся от всех потрясений и новый год станет для нас удачнее.

**Наима**

## УБОРКА УБИВАЕТ...

...Женщин. Я уже ранена. Больше не хочу жить в стране, где уборка дома и готовка - прямые обязанности женщин. Сейчас начнет звучать глас народа о предназначении женщин. Ладно, если мое истинное место - дома, а мытье тарелок - врожденная обязанность, то, мужчины, обеспечьте мне, пожалуйста, безбедную жизнь, полную красивых вещей, приятных событий, путешествий, спокойствия за завтрашний день. Ой, простите, женщин интересуют исключительно деньги, а не ваш богатей-

ший внутренний мир и великолепная личность. Мы же меркантильные, хотим комфорта и удобства в браке. Простите нас за это. Но раз вы не хотите создавать для нас такую жизнь, которая нам нужна, не мешайте нам самим строить ее так, как мы хотим. Просто не мешайте, этого достаточно.

А я пошла мыть посуду уже девятый раз в день. Завтра же куплю посудомойку. Пусть муж разозлится и разведается со мной, напишу вам об этом.

**Зита Г.**

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





# ЧТЕНИЕ • КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН НЕ ПОЗВОЛЯЕТ МОЗГУ СТАРЕТЬ

**Наш собеседник - Земфира МУСТАФАЕВА, доктор экономических наук, профессор кафедры менеджмента и маркетинга КБГУ. Свободного времени почти нет, но когда оно появляется, любит слушать музыку, с удовольствием вяжет, увлекается декоративными растениями.**



Какую книгу я бы взяла на необитаемый остров? Очевидно, это должна быть та, которую можно открыть на любой странице и насладиться чтением. И еще она должна быть сложной, чтобы мозг не иссушился в отсутствие интеллектуальной пищи. Кроме того, книга должна быть неоднозначной, чтобы постоянно надо было искать ответы на многочисленные вопросы. И такая книга есть, это «Цитадель» Антуана де СЕНТ-ЭКЗЮПЕРИ.

Собственно, сюжета как такового в «Цитадели» нет. Но каждая строчка этого произведения – посыл, тема для размышления, точка опоры. Достаточно привести несколько цитат, наиболее мне понравившихся: «Я хочу, чтобы они любили говорливые родники. Ровную зелень ячменя, укрывшую растрескавшееся от зноя поле. Хочу, чтобы славились сменяющиеся времена года. И созревали сами, подобно плодам, благодаря тишине и неторопливости. Пусть они долго носят траур и помнят своих усопших; медленно перетекает наследие одного поколения к другому, и я не хочу, чтобы мед расточился в пути. Я хочу, чтобы каждый ощутил себя ветвью большого дерева – щедрой оливы. Ветвью, которая ждет». И еще: «Не экономь на душе. Не готовь припасов там, где должно трудиться сердце. Отдать – значит перебраться мост через бездну своего одиночества». А это о

детях: «Не учите их, что польза – главное. Главное – возрастание в человеке человеческого. Честный и верный человек гладко выстругает и доску».

На кого рассчитана эта книга? На думающих и неравнодушных людей. Тех, кому важно, в каком государстве они живут, какие ценности культивируют, каких детей растят. Она для тех, кто ценит в жизни настоящее, а не навязанное (кем-то, почему-то, для чего-то).

Если честно, я не знаю, пытались ли экранизировать это произведение, но мне кажется, что это будет (или был) провальный опыт, ибо как можно снять кино по трудам ЦИЦЕРОНА, МОНТЕНЯ, КОНФУЦИЯ?

Считаю чтение важной частью жизни нормального современного человека, потому что оно развивает речевые, когнитивные, творческие, духовные начала. Кроме того, чтение не позволяет мозгу стареть.

В последнее время я, к сожалению, читаю не так интенсивно, как раньше, но стараюсь своими запросам не изменять: классическая литература, современная проза, поэзия, специальная и научная литература, книги и статьи по футурологии и психологии. Что касается формата книг, отдаю предпочтение бумажному варианту, люблю книгу не только читать, но и ощущать тактильно. Безусловно, бывают ситуации, когда приходится обращаться к электронным изданиям, но ничто не сравнится с живой книгой.

Напоследок скажу следующую. Если хотите развиваться, быть интересным собеседником, сохранять светлый ум и быть уверенными в себе – читайте!

**Светлана СИХОВА**

# • МАСТЕРСКАЯ В ПЕРВЫХ РЯДАХ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

(Окончание. Начало на 6-й с.)

К этому мероприятию готовились три года. Почему три? В 2016 году «Ассорти» был участником чемпионата, но коллектив прошел только в полуфинал. Было много слез, и вот тогда, глядя на своих плачущих учеников, дала себе обещание вернуться и победить. Тщательно и долго продумывала танцевальные постановки, взвешивая каждое движение, жест, поворот, костюм, музыку, здесь важно было все. Конкуренты были очень сильные, но мои дети работали три дня как настоящие артисты, понимая, что за победу нужно бороться. И вот мы бронзовые призеры. Были вновь слезы, плакала и я, и родители, которые были с нами, и которые следили за нашим выступлением онлайн, но это были слезы восторга и счастья. Даже сейчас мое сердце начинает биться чаще от этих воспоминаний.

Всегда горжусь своими учениками, безмерно счастлива, когда вижу радость в их глазах. Порой сама себе завидую, когда они танцуют или стоят на сцене в первых рядах победителей, и не верю своим глазам, что это мои ученики, мои «ассортишки».

## ДЕТИ ВЕРНУЛИСЬ С КАРАНТИНА ГОТОВЫМИ РАБОТАТЬ ХОТЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

- Во время карантина пытались работать онлайн. Давала детям задания, они выполняли, отчитывались и получали новые. Но никакая работа онлайн не заменит общения с детьми в танцевальном классе. Дети поддерживали друг друга различными видеороликами. Ох, как же я скучала по ним, как переживала и еще раз поняла, что не могу жить без движения, без танца и музыки, без детских глаз

и детского смеха. Счастье от общения с детьми не заменит никакой интернет. Мы с радостью вернулись в сентябре к работе. Было опасение, что вернутся не все, но этого не произошло. Однако дети вернулись другими: готовыми работать хоть каждый день, полными вдохновения и радости. Конечно, не хватает концертных выступлений, конкурсов и громких аплодисментов наших любимых зрителей. Но мы не унываем, не стоим на месте, отрабатываем технику, восстанавливаем репертуар, проводим конкурсы и другие мероприятия внутри ансамбля.

## ЗАГАДЫВАЙТЕ ЖЕЛАНИЕ!

- Впереди большой и всеми любимым праздник - Новый год. И сейчас все подготовка только к нему. Уже объявлена традиционная новогодняя вечеринка. По традиции каждая группа готовит танцевальное поздравление. Дети фантазируют без моей помощи, и часто для меня это большой сюрприз. Конечно, это и подарки, и Дед Мороз, и салют с загадыванием желаний. Все это будет, несмотря ни на что. Думаю, желание у всех в этом году будет одно: здоровья и еще раз здоровья всем.

Самый необычный Новый год? Наверное, такого не было. У меня это самый обычный праздник в кругу семьи, родных и близких. И пусть так будет всегда. Всех с наступающим Новым годом! Пусть уходящий год запомнится лишь счастливыми моментами, а новый принесет яркие перемены, которые сделают нашу жизнь богаче и насыщеннее. Благополучия вашим семьям, любви и здоровья! Загадывайте желание под бой курантов, и оно обязательно исполнится.

**Ольга КАЛАШНИКОВА**

# ПРОЖИВАЯ ЗА РУБЕЖОМ, РАХМАНИНОВ ОСТАВАЛСЯ ПАТРИОТОМ • ДЕНЬ В ИСТОРИИ



**23 декабря**

**23 декабря 1721 года** спустя девять лет после официального бракосочетания Сенат и Синод признали за женой Петра Великого Екатериной Алексеевной титул императрицы.

Исключительное событие для России, до этого короновали только жену самозванца Дмитрия Марину МНИШЕК. Для торжественной церемонии коронации Екатерины изготовили первую корону европейского образца, превосходящую великолепием корону самого царя.

**В этот день в 1812 году** в Вильно состоялась встреча Александра I и Михаила КУТУЗОВА.

По поводу войны с Наполеоном позиции Александра I и полководца не совпадали. Император пожаловал Кутузову ордена Святого Георгия I степени, однако сказал о недовольстве тем, что командующий не уничтожил до конца неприятельскую армию у Березины. Михаил Кутузов отметил, что свою цель видел в том, чтобы освободить Россию с наименьшими потерями. «Я не дам и одного русского солдата за десять неприятельских», - заявил он.

Александр I захотелось стать «освободителем Европы» именно в Вильно. Император предполагал продолжить кампанию за пределы страны, тогда как полководец считал задачу русской армии выполненной. «Зачем, - возражал Михаил Кутузов, - проливать русскую кровь ради освобождения Европы? Пусть она сама себя спасает... И потом: падение Наполеона будет более выгодно Англии, нежели

России», - подчеркивал великий полководец.

**23 декабря 1914 года** была создана эскадра воздушных кораблей «Илья Муромец».

Император Николай II утвердил решение о создании эскадры воздушных кораблей «Илья Муромец» - первого в мире соединения тяжелых четырехмоторных бомбардировщиков, от которого берет свое начало Дальняя авиация России.

Экипажи эскадры за годы Первой мировой войны выполнили около 400 боевых вылетов на разведку и бомбардировку объектов противника.

В 1940 году соединения и части тяжелых бомбардировщиков вошли в созданный Дальнебомбардировочную авиацию Главного командования Красной Армии (ДБА ГК). К началу Великой Отечественной войны она включала пять авиакорпусов, три отдельные авиадивизии и один отдельный авиаполк. В годы войны дальнебомбардировочная авиация принимала участие во всех крупных операциях Красной Армии, выполняя специальные задания.

В наши дни дальняя авиация России является оперативно-стратегическим объединением Вооруженных Сил РФ, а 23 декабря отмечает свой день рождения.

**В этот день в 1917 году** великий русский композитор Сергей РАХМАНИНОВ с семьей выехал на гастроли в Стокгольм.

Рахманиновы, полагая, что скоро вернутся, взяли с собой самое необходимое. Из нот композитор захватил лишь партитуру «Золотого петушка» РИМСКОГО-КОРСАКОВА,

а из рукописей - неоконченную оперу «Монна Ванна» и три небольшие фортепианные пьесы. Рахманиновы провозжала только племянница. Известный певец Федор ШАЛЯПИН прислал на дорогу банку икры и каравай белого хлеба с кратким напутствием: «До скорой встречи в Москве». Однако Сергей Васильевич из концертного турне по Швеции и Норвегии не вернулся. Маэстро получил предложение о долгосрочных контрактах от американских концертных бюро различных музыкальных обществ и решил остаться в США.

В созданных Рахманиновым в эти годы произведениях тема Родины переплеталась с мотивом трагического одиночества композитора, оторванного от родной почвы. Маэстро, проживая за рубежом, оставался русским композитором и патриотом. В 1941-1942 годах он выступал с концертами, сборы от которых передавал в помощь Красной Армии. А через год он ушел из жизни. Сергей Рахманинов и в наши дни остается одним из самых почитаемых русских композиторов-классиков в родном Отечестве и за его пределами.

**23 декабря 1917 года** вышел первый номер старейшей центральной ежедневной газеты России «Гудок».

Это было небольшое издание, печатавшее мнения железнодорожных мастеровых и рабочих Петроградского и Московского узлов. С мая 1920 года «Гудок» превращается в авторитетную ежедневную газету. В эти годы в редакции ра-

ботали многие писатели, ставшие классиками российской литературы: Илья ИЛЬФ и Евгений ПЕТРОВ, Михаил БУЛГАКОВ, Константин ПАУСТОВСКИЙ и другие.

Не одно поколение железнодорожников читало публикации «Гудка». Газета со временем из отраслевой превратилась в общероссийское общественно-политическое издание. В нем печатались Василий БЕЛОВ, Валерий ГАНИЧЕВ, Валентин РАСПУТИН, другие известные писатели, деятели культуры, ученые и производственники.

В настоящее время возрос объем, а также качество материалов газеты, она является крупнейшим железнодорожным корпоративным изданием в России и печатается в 25 городах. Тираж превышает сто тысяч экземпляров. Газета имеет эвб-портал, предоставляющий в открытом доступе всем желающим каждый свежий номер и архив.

**В этот день в 1953 году** завершился судебный процесс над советским государственным и партийным деятелем Лаврентием БЕРИЕЙ и его сообщниками.

Специальное судебное присутствие Верховного Суда СССР под председательством маршала КОНЕВА приговорило Берия, а также ВЛДИМИРСКОГО, ГОГЛИДЗЕ, ДЕКАНОЗОВА, КОБУЛОВА, МЕРКУЛОВА и МЕШИКА к высшей мере наказания - расстрелу с конфискацией лично принадлежащего имущества, лишением воинских званий и наград.

Полгода длилось следствие. Девятнадцать томов составили документы, свидетельские показания

и протоколы допросов. Лаврентий Берия вел себя вызывающе, признавался только в тех преступлениях, которые прокуратуре удалось установить и подкрепить неопровержимыми уликами. Наконец ему предложили ознакомиться с обвинительным заключением. Берия заткнул уши, когда государственный обвинитель РУДЕНКО приступил к чтению на сто страниц документа. Прокурор потребовал объяснений. «Меня арестовали какие-то случайные люди... Я хочу, чтобы меня выслушали члены правительства», - заявил Лаврентий Павлович. «Вас арестовали согласно решению правительства, и вы это знаете. Мы заставим вас выслушать обвинительное заключение», - ответил на это Руденко. Лаврентия Берия отвели в камеру и перестали кормить. Один день он выдержал без пищи, потом запросил обед и выслушал обвинительное заключение.

Казнили Берия в бункере штаба Московского военного округа. Приговор привел в исполнение генерал Павел БАТИЦКИЙ. Свершила казнь в присутствии маршала Конева и военных, которые арестовывали и охраняли Берия. Тело Лаврентия Берия завернули в холстину и отправили в крематорий. Туда же отвезли тела казненных в тот же день на Лубянке шестерых его подручных.

Подготовила  
**Фатима ДЕРОВА**

# КАК ПРАВИЛЬНО ВСТРЕТИТЬ БЫКА, ЧТОБЫ ГОД БЫЛ УДАЧНЫМ



С приближением новогодних праздников словно вся Вселенная направлена на положительные изменения в жизни людей. Новогодняя ночь особенная, когда хочется забыть все житейские проблемы, которые окружают нас ежедневно, и поверить в чудо, окунуться в атмосферу сказки, знать, что мечты сбудутся, все станет намного лучше, чем в уходящем году. Не скупитесь на прекрасные пожелания, ведь этот праздник наполнен волшебством, а чудеса случаются. Даже если вы не очень верите в новогодние чудеса и приметы, попробуйте провести эксперимент и сможете на собственном опыте убедиться, что чудеса все-таки существуют.

Символом грядущего 2021 года станет Белый металлический (золотой) Бык. По легенде, Бык стал вторым животным из двенадцати приглашенных на праздник Будды. Он явился следом за Крысой, которая опередила всех и открыла двенадцатилетний гороскопический цикл. По своей природе Бык - животное нетерпеливое, благородное, не любит спешки. Поэтому и встречать его следует без лишней суеты, с достоинством. Бык - большой консерватор. Астрологи говорят, что Бык наполнит предстоящий год спокойствием и стабильностью, снизит общий уровень напряженности в мире, травмированном локальными войнами и ковидом. Энергия грядущего года благоприятна для карьерного роста, заключения крупных сделок, реализации смелых проектов, создания семьи. Белый цвет Быка олицетворяет чистоту помыслов, честность и справедливость. А стихия металла говорит о стойкости и надежности. Не пасовать перед трудностями, демонстрируя силу воли и духа, - девиз символа 2021 года.

2005 год. Мне четыре года. Золушка в очередной раз теряет свою туфельку во время побега от прекрасного принца. В очередной раз карета превращается в тыкву, а светловолосая девушка идет в своем старом платье в сторону дома, где ее ждут лишь серые будни в кругу нерадивых сестер и мачехи. В очередной раз яркая реклама майонеза прерывает терзания главной героини. Внезапный стук в дверь и вовсе дает понять, что сегодня принц найдет Золушку самостоятельно. Без моей помощи.

Я же иду в комнату нашей маленькой квартиры и жду, пока мама откроет небольшую белую дверцу. Моментами могло казаться, что помещение, в котором мы жили, было похоже на старую больницу: узкие коридоры, небольшие комнаты, белые дверцы, женщины в халатах, правда, не в белых. И крики детей - опять что-то не поделили.

На пороге стояла наша близкая родственница, которая, как я помню, любила темные цвета в одежде. Так и в тот день ее внешний вид неплохо контрастировал с голубоватой краской на стенах длинного узкого коридора. Единственное, что выделялось в образе нашей гостьи, - яркий пакет, набитый всякими гостинцами.

Обменявшись приветствиями, мы все прошли к небольшому столику в большую (по сравнению с предыдущей) комнату. Мама с тетей наверняка должны были обсудить что-то важное. Моей же миссией в тот момент было выкрасить побольше вкуняшек и убежать в подвезд до подружек. Этот отточенный многолетним опытом план изменился в ту секунду, когда мама вытащила из пакета небольшую бело-голубую коробочку, на которой была изображена хрустальная туфелька. Та самая туфелька Золушки!

Я тут же забрала коробочку с туфельками и убежала в другую комнату. А где самое безопасное место для свершения волшебства? Конечно же, под столом, накрытым длинной скатертью.

Лучшим форматом для встречи грядущего года можно считать застолье в кругу родных и близких у семейного очага.

Стол следует накрыть белоснежной скатертью, серебряные столовые приборы и сам дом нужно украшать в тех же тонах, спокойных и светлых. Ни в коем случае нельзя использовать в убранстве или украшениях, а также в одежде красный цвет - он может не на шутку разъярить Быка и настроит его против хозяев. Не надо из Нового года устраивать корриду.

Также стоит заранее подумать о том, что надеть в новогоднюю ночь. Представительницам прекрасного пола можно посоветовать такие цвета, как белый, молочный, серебристый, светло-серый, тон шампань, слоновой кости, пудро-нюдовый и нежно-розовый. То же касается и дамской косметики - молочные, бежевые, металлические тона и никакой красной помады. Из украшений в эту ночь следует выбрать белое золото или серебро. Оба металла прекрасно сочетаются с характером белого быка. Однако не нужно использовать бижутерию или дешевые сплавы, Бык этого не «ценит». Даже камни в украшениях должны быть настоящие. Если такой возможности нет, лучше вообще не надевать украшения в новогоднюю ночь.

Ежегодно хозяйки дома мучаются вопросом, что готовить на праздничный ужин главной зимней ночи. В каждой семье есть свои традиции, но о мандаринах и игристом вине в России не забывает никто. Даже те, кто предпочитает более крепкие напитки, все же под бой курантов делают хотя бы пару глотков шампанского.

Стоит помнить, что в Год Быка какие-либо блюда из телятины или говядины нежелательны на праздничном столе. Важно не забыть о колбасе - стоит поискать изделия из конины, птицы или из смеси свинины и курицы. Допускается и баранина в самых разнообразных вариантах. Необходимо отметить, что Бык одновременно является любителем сладостей и поклонником всего соленого. Поэтому самым простым способом угодить ему будет праздничный торт и тарелка с разносолками. Можно даже поставить на стол символическое блюдо с солью и кусочками сырых корнеплодов.

Причем важно помнить, что Бык - все же травоядное животное, поэтому необходимо обращать внимание на наличие на праздничном столе свежей растительной пищи. Особенно признателен покровитель года будет за нежные листовые салаты, свежую морковь и ароматные яблоки, то есть обязательно должны присутствовать овощи, фрукты и салаты.

О том, что как встретишь Новый год, так его и проведешь, знают даже дошколята. По этой причине все стараются как-то поособому встретить волшебный праздник. К тому же даже скептики в эту ночь поддаются какой-то мистической составляющей, хотя бы в шутку совершая парочку новогодних ритуалов, подходящих для любого животного-покровителя. Именно в это время мы начинаем строить планы, давать себе обещания, мечтать, чтобы все запланированное сбылось, стоит также учитывать и приметы на Новый год. Например, ни в коем случае нельзя затевать стирку. Так вы смеете с себя и со своей семьей достаток, и Бык обидится, а вы помыться самим и смыть с себя все плохое - очень даже нужно. Разберите шкафы и антресоли, избавьтесь без сожаления от сломанных вещей и тех, которыми за год ни разу не воспользовались. По восточной науке циркуляции энергетических потоков лишние вещи мешают прохождению положительной энергии, а разного рода хлам служит накопителем отрицательной энергии.

Но не только в доме нужно прибраться, новости порядок следует и в денежных делах - отдать долги, выполнить финансовые обязательства, решить споры.

Чтобы весь год не знать нужды, проследите, чтобы в новогоднюю ночь в кошелек были купюры и монеты, а не только пластиковые карты. Оставлять пустыми кошельки - дурная примета, сулящая безденежку на протяжении 2021 года. Будьте черствыми и жадными - год пройдет трудно. Старые обиды принесут новые ссоры, чтобы избежать этого, вспомните тех, с кем вы были не в ладах, и обязательно извинитесь перед ними до наступления 2021 года - эта примета привлекает новое в вашу жизнь и очистит от прошлого. К тому же это полезно с точки зрения психологии.

А чтобы в семье был достаток весь год, при себе во время боя курантов нужно иметь деньги, желательно крупную купюру (можно и в карманы одежды положить, и под скатерть). Не выносите из своего дома ничего вплоть до наступления второго дня Нового года. Удача и счастье, которые привлечет Бык, могут быть вынесены вами из дома собственноручно.

Одним из самых распространенных ритуалов новогодней ночи является выпивание бокала шампанского с брошенной в него монеткой. Выпив шампанское под бой курантов, монетку из бокала нужно извлечь и положить себе в кошелек и носить ее там в течение всего наступающего года. Монетка будет играть роль талисмана для привлечения денег.

В канун Нового года покормите птиц и других бездомных животных - таким образом совершите благое дело. Это тоже должно способствовать денежному притоку в 2021 году.

Для девушек и женщин рекомендуется провести небольшой обряд во время боя курантов. Надеть платок на плечи перед ударом и снять на 12-й. Это символизирует очищение и привлекает удачу. Приметы на любовь и замужество Бык тоже любит. Именно в Год Быка наблюдается рост регистрации браков. Верный знак новых отношений - встретить в ночь на 1 января на улице кошку. Если животное не дикое, попробуйте накормить его. Если дикое, попробуйте найти ему новый дом. Это точно должно помочь в любовных делах.

В новогодние праздники категорически запрещено дарить часы, зеркала, ножницы, ножи и другие предметы, которые являются колющими или режущими. Эти подарки принесут ссоры. Можно дарить сладости, сервис, одежду, мелкую технику для бытовых нужд, ювелирные и другие украшения. Лучший подарок на Новый 2021 год - копилка в виде быка.

И последнее, самое важное: встречайте Новый год со спокойной душой, избавившись от обид и ссор, выкинув из головы мелкие недоразумения и неприятности. Пусть помыслы ваши будут чистыми, а отношения с близкими - добрыми. Это главное условие благородного и великодушного Быка, верная примета счастья и радости.

Ангела КУДАЕВА

## Хрустальные туфельки

Открыв коробочку, вытащила аккуратную туфельку с необычными фигурами на ней. Это была самая прекрасная обувь на свете!

В голове маленькой девочки уже появились яркие картинки предстоящего бала: танцы в пышном малиновом платье, улыбка принца и сверкающие хрустальные туфельки, отбивающие ритм музыки на полу длинного зала. Все это казалось таким реальным сейчас, когда в руках уже была главная часть волшебства крестной феи - хрустальные туфельки. В эти прекрасные минуты темная одежда моей тети превратилась для меня в сверкающие одеяния, а узоры на задней части ее кофты выстроились так, что были похожи на настоящие крылья. Я увидела перед собой не просто тетю... Передо мной стояла моя фея-крестная, которая все это время была так близко, но легко скрывала свои способности.

Вернувшись к своим туфелькам, я поняла, что все еще не примерила их. Уже предстала, как танцую в ритме вальса: раз, два, три. Но совсем забыла, что не умею танцевать. Если принц пригласит меня, все, что смогу сделать, - отбить его ноги своими каблучками. Он вряд ли влюбится в такую Золушку... Но ведь в сказке Золушка прекрасно танцевала без подготовки. Быть может, это тоже является частью волшебства?! Мне лишь стоит надеть эти туфельки, а они уже сами подскажут, что делать.

С такими мыслями я быстро сняла свои махровые носочки и приготовилась надеть правую туфельку. Момент, и... Ничего. Абсолютно ничего, кроме разрушенных надежд на бал и танец с принцем. Лишь два моих пальца и часть стопы поместились в правую туфельку... На глаза уже навораживались слезы. Я попыталась надеть еще раз, но снова ничего

не получилось. Тогда решила примерить левую туфельку. Результат был тот же.

Я начала понимать, что похоже не на Золушку, а на одну из злых сестер, пытавшихся надеть утерянную туфельку. Быть может, эти туфельки предназначались вовсе не мне? Неужели я не могу быть принцессой? Может, этому волшебству не суждено свершиться в моих руках? А может?... Я встала, подняла туфельки, коробку от них и побежала к крестной.

Она сидела, с улыбкой обсуждая что-то с моей мамой. Меня всегда учили не вмешиваться в разговор взрослых, но мой вопрос был слишком важным, чтобы ждать еще хотя бы минуту.

- Извините, пожалуйста, - сказала я, обращая на себя внимание мамы и феи. Они с интересом посмотрели на мое надутое лицо и аккуратные хрустальные туфельки, которые я держала перед собой.

- Извините, пожалуйста, - повторила я уже более уверенным голосом и, посмотрев в глаза тети, наконец, сказала:

- Я думаю, эти туфельки не подходят мне по размеру! Можно поменять их на другие?

Спустя минуту всю нашу небольшую квартиру оглушил смех моей тети в дуэте с мамой. Я не понимала, почему они смеются. Туфельки ведь действительно не подошли по размеру.

Они все смеялись и смеялись... В какую-то секунду я просто убежала, спрятав мысли о туфельках, бале и принце глубоко в душе. В тот день я не позволила им разбиться.

Даже спустя 15 лет все еще думаю, что туфельки просто были мне не по размеру...

Айза КУЧМЕЗОВА

### • ЖИТЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ



ОВЕН (21 марта - 20 апреля)

Эти дни вы проведете не в лучшем настроении. Вас будут раздражать чрезмерная активность деловых партнеров и успех конкурентов.

ТЕЛЕЦ (21 апреля - 21 мая)

Ситуация, сложившаяся в личных отношениях, требует от вас терпимости и снисходительности к чужим слабостям.

БЛИЗНЕЦЫ (22 мая - 21 июня)

Этот период связан с новыми возможностями, а также благополучным завершением дел, которые вы начали ранее.

РАК (22 июня - 22 июля)

Нелегко придется тем, чьи интересы сосредоточены в сфере личной жизни. Вы особенно раздражительны в общении с близкими.

ЛЕВ (23 июля - 21 августа)

Успешная реализация ваших личных проектов будет зависеть от того, насколько хорошо вы поладите с коллегами.

ДЕВА (22 августа - 23 сентября)

Духовный рост и самосовершенствование будут способствовать усилению интереса начальства и коллег к вашей персоне.

ВЕСЫ (24 сентября - 23 октября)

Эти дни связаны не столько с серьезными переменами, сколько с обострением проблем, которые

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ

не дают вам покоя. Старайтесь не поддаваться на провокации и не терять душевного равновесия из-за мелочей.

СКОРПИОН (24 октября - 22 ноября)

Вы не должны быть слишком доверчивы - не стоит полагаться на тех, с кем ведете дела.

СТРЕЛЕЦ (23 ноября - 21 декабря)

Высокий энергетический потенциал позволит заниматься большим количеством дел - как профессиональных, так и семейных.

КОЗЕРОГ (22 декабря - 20 января)

Ваши интересы сосредоточены на профессиональной сфере, наиболее значительные успехи будут достигнуты в ней же.

ВОДОЛЕЙ (21 января - 19 февраля)

Наиболее внимательные из вас смогут получить ценную информацию. Наступило подходящее время, чтобы улучшать окружающий мир.

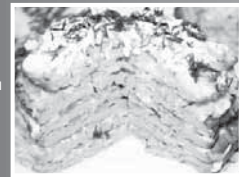
РЫБЫ (20 февраля - 20 марта)

Неделя будет удачной с деловой точки зрения. У вас будет возможность обдумать все и внести порядок в отношениях с коллегами.

Подготовила Фатима ДЕРОВА

ПРЕДНОВОГОДНЕЕ МЕНЮ • ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Скоро Новый год. По восточному календарю символом 2021 года является белый металлический Бык.



Уходящий год был особенным, - говорит Алена ЛИЕВА из Нарткалы. - И провожать его мы будем без шумных застолий и хождений по гостям.

САЛАТ «ЕЛКА»

Ингредиенты: 1 большая свежий огурец, 150 г крабовых палочек, 3 куриных яйца, 50 мл майонеза, большой пучок укропа, молотый перец, морковь, гранат.

Способ приготовления. Яйца сварить вкрутую и очистить. Огурец нарезать кубиками. После разморозки нарезать крабовые палочки (их можно заменить отварным куриным филе или вареными креветками).

ПЕЧЕНОЧНЫЙ ТОРТ

Он давно уже стал символом Нового года, как и оливье, его многие любят готовить на праздничный стол.

Ингредиенты: 500-600 г печени, 2 репчатых лука, 4 дольки чеснока, 1 морковь, 250 г 20-процентной сметаны, 150 г мягкого сыра, 150 г пшеничной муки, 2 куриных яйца, 80 мл подсолнечного масла, свежая петрушка, листья салата, черный перец.

Способ приготовления. Печень промыть, порезать на мелкие кусочки. Один лук и чеснок мелко покрошить. При помощи блендера измельчить компоненты до получения однородной смеси.

ховке при 220 градусах. Фольгу или скороводу смазать подсолнечным маслом. Должно получиться восемь штук. Натереть на терке большую морковь, нарезать оставшийся лук.

ШОКОЛАДНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

Ингредиенты: 250 г маскарпоне или сливочного сыра, 3 ч. л. растворимого кофе, 1/4 чашки горячей воды, 200 г кондитерских сливок, какао-порошок, 30 г молочного шоколада, 150 г сахарной пудры, пакетик ванильного сахара.

Способ приготовления. 2 ст. ложки кофе растворить в горячей воде и дать остыть. Взбить сливки до появления твердых пиков.

Подготовила Лана АСЛАНОВА. Фото Татьяны Бекуловой



КРОССВОРД

По горизонтали: 6. Одновременное звучание двух и более звуков. 8. Аллегорическое изображение, объявленное символом государства, города, знатного рода.

птица отряда воробьиных. 5. Единица измерения расхода воды в океаническом течении. 7. Бархатная или шелковая ткань с вытканными золотом цветами.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА

14. Катанга. 15. Орпин. 16. Волхв. 18. Капе. 19. Алпа. По вертикали: 1. Квебек. 2. Грот. 3. Жабо. 4. Вьюрок. 5. Свепрун. 7. Дамаккет. 13. Элплиц. Коала. 20. Плот. 21. Гларестия.

Ответы на кроссворд

# ВРЕМЯ ГОРЯЧИХ ЖАРЕННЫХ КАШТАНОВ

— Первое, с чего хочу начать, что город Мец в годы Великой Отечественной войны принадлежал Германии, поэтому здесь название самого города и ближайших населенных пунктов (например, Страсбург) тоже немецкие. Часть города отстроена немцами. Мец занимает одно из первых мест по посещению туристами, потому что здесь много туристических объектов в самом городе и его окрестностях.

Первое, что мы видим, когда приезжаем на поезде, — железнодорожный вокзал, расположенный в центре города. Вокзал является историческим памятником, вся прилегающая центральная территория за городом также является исторической. При въезде в Мец сразу обращает внимание на Собор Святого Стефана. Это очень красивое сооружение, которое было построено еще в XIII веке. Мецкий собор находится на площади Оружия и является основным объектом исторической части города.

Также среди достопримечательностей необходимо отметить мосты. Мец стоит на реке Мозель, в честь этой реки назван и сам департамент, столицей которого является Мец. Департамент Мозель входит в регион Гранд-Эст. Через реку Мозель возведено много мостов. К примеру, один из них называется мостом Мертвых. Как нам рассказывали на уроках французского языка, существует много предположений, почему он называется именно так; одна из теорий гласит, что этот мост был построен на деньги, вырученные с продажи вещей, завещанных людьми перед смертью.

В период карантина и жары мы



**Несколько лет назад Ольга САНДРЕ вышла замуж и переехала во Францию. С мужем и ребенком живет в городе Мец. Ольга занимается семьей, в свободное время интенсивно учит иностранные языки. Сегодня она нам расскажет о достопримечательностях Меца, а также об атмосфере, которая царит в городе в рождественское время.**

форта не попасть, сохранились и другие форты, многие из них были построены немцами. Есть форты, в которые организуются экскурсии. В таких случаях садись в конструкцию типа тележки на колесах, едешь в ней и слушаешь информацию о том или ином месте.

Совсем недавно мы посетили Музей войны 1870 года и аннексии, который находится в Гравелоте (коммуна на северо-востоке Франции), причём нам повезло побывать в тот день, когда вход в музей был свободный. Если говорить о самом музее, то он единственный в Европе, посвященный франко-прусской войне. Здесь представлены предметы быта того времени, а также произведения искусства, связанные с войной 1870 года. Также при музее есть мавзолей, построенный в 1904 году в память солдат, погибших во время битвы, и Мемориальный зал.

современное искусство, хотя этим не ограничивается экспозиция музея, сюда периодически привозят работы ПИКАССО.

Во Франции несколько музеев Жоржа Помпиду, один находится в Париже, другой в Меце; их архитектура похожая, они названы в честь человека, ставшего основателем музеев современного искусства. Сам Жорж ПОМПИДУ был выдающимся государственным деятелем, литературоведом и ценителем искусства. В период его премьерства и президентства во Франции произошли экономический подъем и техническая модернизация.

Мест для посещения в Меце очень много. У всех городов Франции есть одна особенность. При въезде в город под его названием нарисованы цветочки, что означает, насколько город зеленый не естественно растущими деревьями, а количеством высаженных молодых деревьев. Сам Мец довольно зеленый, как и его окрестности, архитектура города красивая. В центре города есть парк Эспланад, с которым у меня связаны приятные воспоминания. Это был первый парк, который я посетила с родителями, прилетевшими на мою свадьбу.

Еще здесь много занимаются культурой и просвещением народа. Так, в прошлом году весь город был расчерчен разными цветами. Например, на дороге была разметка разных цветов — розового, зеленого, синего. Далее она разветвлялась на разные маршруты. Кроме того, туристы могли пойти в мэрию и взять листовку с указанными маршрутами, на ее сайте тоже имелась необходимая информация. Можно было выбрать маршрут, почитать, по какой разметке где можно оказаться и какие достопримечательности встретятся на пути.

Помимо этого, часто делают инсталляции в парках, органи-

зуются различные марафоны. В прошлом или позапрошлом году была такая инсталляция — в центре города возле арки был установлен автобус. За руль автобуса посадили чучело обезьяны, и весь автобус набили чучелами животных. Инсталляция была временная, чучела были взяты из музея. Это был обычный маршрутный автобус, который подсвечивался в ночное время. Если честно, выглядело жутковато со всеми этими животными со стеклянными глазами. Хотя в то же время очень интересно и необычно.

За музеем Жоржа Помпиду находятся Сады Жана-Мари Пельта. Этот парк пользуется популярностью среди местных жителей, туда часто приходят люди для отдыха. Во всех исторических парках есть зоны отдыха для детей и родителей — либо временные, либо постоянные. Например, есть Ботанический сад города Мец, в нем много птиц, растений, небольшое озеро, в котором плавают красные рыбки, лягушки, черепахи и т.д. Там же имеется небольшой поезд, на котором можно прокатиться по всему саду с детьми. Есть игровые площадки для детей. Вообще для детей здесь очень благоприятная атмосфера. Родители могут наслаждаться просвещением, а дети — играть.

Еще мы были в Часовне тамплиеров. Это единственное, что осталось в городе от знаменитого Ордена тамплиеров. Часовня небольшая, очень старая, представляет собой сочетание романского и готического стилей. Внутреннее оформление церкви выполнено в строгом стиле с интересной мозаикой на полу. Сейчас внутри часовни действует выставочный зал.

Недалеко от Часовни тамплиеров находится «Арсенал», в котором сегодня проводятся разные мероприятия. Здание

«Арсенала» было построено по указанию Наполеона III для защиты от Германии, служило своим целям до освобождения Меца от гитлеровских войск. Сейчас он считается одним из красивейших концертных залов в мире. Мы ходили туда со свекровью несколько раз. Последний раз побывали на концерте военного оркестра, все было очень торжественно, все было в форме, даже встретили там генерала. Внутри здания «Арсенала» хорошая акустика. Все началось торжественно с «Марсельезы», мы все встали, кто-то даже пел, а потом слушал, как играл оркестр.

Я постоянно прохожу через Ворота немцев, хотя, признаться, еще там не была. Это единственные сохранившиеся ворота в Меце, они признаны историческим памятником. Ворота получили свое название из-за расположенного поблизости госпиталя, основанного немецкими рыцарями. Первые ворота на этом месте были построены в 1230 году, чуть позже к двум башням достроили еще две более мощные башни. Весь комплекс сооружен в готическом стиле. На протяжении Средневековья ворота выполняли защитную функцию.

Историческая часть города просто изумительная: здесь много достопримечательностей — парк, сад, музей, площадь...

На мой взгляд, интересно будет посетить Мец на Рождество. Зимы здесь не холодные, поэтому гулять будет достаточно комфортно. В канун Рождества город окунается в волшебную атмосферу. Настроение у людей радостное, весь город обрамлен гирляндами, повсюду звучит музыка, рынки работают допоздна, все вокруг праздничное и яркое. На площадях устраиваются красочные ярмарки, на которых можно купить всевозможные поделки, украшения и подарки. Здесь можно отдохнуть всей семьей, покататься на аттракционах и вкусно перекусить. На рынках продаются хрустящие вафли с нутеллой и взбитыми сливками, сложно удержаться от соблазна и не купить их. Традиционно по городу стоят вагончики, в которых жарятся ароматные каштаны. Предрождественский период — время горячих жареных каштанов, лягушачьих лапок в панировке, улиток и хрустящих вафель.

На этой волшебной ноте закончим повествование цитатой американского писателя Марка ТВЕНА: «Предрассудки, нетерпимость и узколюбие губительны для путешествий». Согласны с этим?

**Светлана СИХОВА**



с мужем и ребенком выезжали в лес, потому что у нас здесь много фортов. Это постройки полуподземного типа, напоминающие холмы с плоской поверхностью. Есть один огромный форт, который полностью находится под землей, его территория облагоустроена, сверху есть парк, игровые площадки, разные уличные тренажеры, можно гулять и параллельно заниматься спортом. Но внутрь этого

Есть еще один музей, о котором хочется рассказать. Это музей Жоржа Помпиду, который находится недалеко от нашего дома. Архитектура сооружения довольно необычная, с несгибающейся крышей. Здание музея состоит из нескольких этажей, здесь регулярно проводятся выставки, все постоянно меняется, наверное, его нельзя назвать историческим музеем. Здесь в основном представлено

<p><b>УЧРЕДИТЕЛЬ:</b> ПРАВИТЕЛЬСТВО КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ</p> <p>Главный редактор <b>З.С. КАНУКОВА</b></p>	<p><b>Редакционная коллегия:</b> <b>Ф. КАРАЦУКОВА</b> (отв. секретарь), <b>О. КАЛАШНИКОВА</b> (редактор отдела), <b>М. БАЙСИЕВА</b> (редактор отдела).</p> <p><u>Над номером работали:</u> <b>А. ТАОВА</b> — декоративный редактор номера; <b>Т. БЕКУЛОВА</b> — комп. верстка; <b>И. ПОГОРЕЛОВА</b> — корректор</p>	<p>Телефоны <b>42-26-75</b> — отв. секр., <b>42-75-34</b> — корреспондентская; <b>42-26-75</b> — факс; <b>42-69-96</b> — реклама</p>	<p>Газета отпечатана в ООО «Издательство «Южный регион», 357600, Ставропольский край, г. Ессентуки, ул. Никольская, 5-а</p>	<p>Выходит по средам. Тираж <b>1662</b>. Заказ <b>2746</b>. Время подписания в печать по графику — <b>18.00</b> Фактически <b>22 декабря в 17.00</b> Индекс — <b>31222</b></p>	<p>Газета «Горянка» зарегистрирована Региональным управлением Роскомленчати в Кабардино-Балкарской Республике 23.07.1998 г. Регистрационный номер — Н0143</p>	<p><b>АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:</b> <b>360000</b>, г. Нальчик, пр. Ленина, 5 E-mail: gazeta-goryanka@list.ru. Instagram: goryanka_gazeta. You Tube: Газета Горянка</p>
--	---	--	---	--	---	---