

Как мы недавно сообщали, в городе Суздале прошли чемпионат и первенство мира по вестилевому каратэ, а также Международный фестиваль IASKF. На нем прохладянка Валерия ПЕРЕЯСЛОВА стала серебряным призером по вестилевому каратэ. Сегодня она – героиня нашей постоянной рубрики. Валерии недавно исполнилось 16 лет, она живет в станице Солдатской, учится в десятом классе СОШ № 4 им. Головки города Прохладного. Класс специализированный, с сентября 2020 г. он стал первым в Северо-Кавказском федеральном округе кадетским пограничным классом ФСБ. Спортом занимается уже седьмой год.

Валерия ПЕРЕЯСЛОВА: В БОЮ НУЖНО ИДТИ ВА-БАНК

БОРЬБА ВМЕСТО ПЛАСТИЛИНА

— С чего началось увлечение единоборствами? Все произошло случайно и даже немного смешно. В классе четвертом у нас в школе началась внеурочная деятельность. После уроков надо было оставаться и, например, что-то лепить из пластилина. Мне эти занятия казались совершенно бессмысленными. Чтобы на них не ходить, нужно было представить справку, что дополнительно занимаешься где-то в другом месте. У нас в Солдатской как раз в том году открылась секция кудо - современное полноконтактное боевое единоборство. Я решила: запишусь, похожу пару месяцев, получу справку для школы, и на этом все закончится. Но тренировки так захватили меня, что занимаюсь до сих пор. Сейчас планирую немного поменять направление и сделать акцент на вестилевом каратэ. В нем много разделов и стилей, я выбрала полный контакт в средствах защиты – СЗ. Что мне, девочке, понравилось в этом виде спорта? Точно не скажу, но с раннего детства меня интересовали увлечения не для девочек.

Да, сейчас очень увлекаюсь этими видами спорта. Но не все так просто. В прошлом году у меня наблюдалось так называемое профессиональное выгорание. Перестала тренироваться вообще, около месяца почти ничего не делала, только ходила в школу. Вскоре поняла, что без спорта будет тяжело, потому что это то, чем, по сути, живу, вокруг чего крутится весь мой мир. Скорее всего, выгоранию способствовала перетренированность, слишком большая нагрузка на организм. К тому же это был конец лета, когда все мои друзья гуляли, веселились, а мне надо было ежедневно ходить в спортзал. Но я рада, что все прошло и я вернулась в спорт.

(Продолжение на 5-й с.)



Фото Астемира Шебзухова

ЗАКУПАЕТЕ ЛИ ВЫ ПРОДУКТЫ, ОПАСАЯСЬ ДЕФИЦИТА, И НАДО ЛИ ЭТО ДЕЛАТЬ?

Ситуацию комментирует Салих БАЙЗУЛАЕВ, доцент кафедры экономики и финансов КБГУ:

- Сейчас необходимости в том, чтобы закупать продукты, никакой нет. По той простой причине, что в торговой сети запасов продуктов питания и других различных товаров повседневного спроса достаточно. Но в этой ситуации продавец и покупатель находятся по разные стороны баррикад, каковые они сами себе построили. Продавцу сегодня выгодно использовать как можно в более оптимальных размерах стоимость этих товаров с целью получения дополнительной прибыли. С. 4

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ

Все мы родом из детства и проходили каждый этап взросления. Но, став взрослыми, мир детей и подростков становится для нас сложным и непонятным. Почему так происходит, неужели мы забываем собственный опыт познания мира и выстраивания отношений с социумом? Какие проблемы учеников сегодня приходится решать школьному психологу? Об этом и не только нам рассказала психолог МКОУ «СОШ №11» г. Нальчика Элла СОКУРОВА. С. 6

ЧТО МЫ, КАВКАЗЦЫ, ЗНАЕМ О КАВКАЗЕ?

В туристических фирмах подтвердили, что за последние годы интерес к внутреннему туризму растет. И кавказцы хотят увидеть не только на фотографиях или на экране ноутбуков и телефонов достопримечательности соседних республик, но и вживую. Стали ездить и внутри республики. Семейный отдых в выходные с выездом на Голубые озера, Чегемские водопады, в Верхнюю Балкарию, Аушигер, Зарагидж становится традиционным. Что же изменилось? Почему вдруг мы стали проявлять интерес к земле, на которой живем, и к соседним республикам? С. 11

НЕОБЫЧНО И АУТЕНТИЧНО

Народная мудрость гласит, что из любой ситуации можно извлечь выгоду и урок. Не можете полететь в другие страны, чтобы насладиться красотами и отведать заморских яств? Значит, самое время оглядеться вокруг и удивиться, сколько интересного, находящегося рядом, мы многие годы не замечали. Страна огромная, многонациональная, во многих российских регионах есть довольно необычные и даже странные аутентичные блюда, опытные гурманы едут туда специально, чтобы их попробовать. Проведем небольшой экскурс. С. 15



С обращением к жителям КБР выступил Глава республики Казбек КОКОВ. «Это поистине историческое событие имеет огромное значение для нашей многонациональной страны, оно стало поворотной точкой в судьбе жителей Республики Крым и Севастополя. Искренне поздравляю глав регионов Сергея АКСЕНОВА и Михаила РАЗВОЖАЕВА, жителей Крыма и всей нашей страны с этим знаменательным, судьбоносным днем», - говорится в обращении. Как отметил К. Кокков, в Крыму в настоящее время «созданы все условия для социально-экономического и культурного развития, реализуются невиданные по масштабам государственные программы, направленные на укрепление его экономического потенциала, совершенствование социальной, транспортной, инженерной, туристической инфраструктуры, повышение благосостояния и качества жизни людей».

В Нальчике в трех центральных точках города состоялась фотовыставка под открытым небом под названием «Крым и Россия: восемь лет вместе». На баннерах были размещены фотографии, рассказывающие о результатах пройденного пути. Это масштабные инфраструктурные проекты, благодаря которым было налажено стабильное транспортное сообщение на полуострове, новые электростанции, природ-

«КРЫМСКАЯ ВЕСНА» В КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ

Во всех районах республики и городских округах прошли фестивали, акции, флешмобы, выставки, праздничные мероприятия под общим названием «Крымская весна». В учреждениях культуры проведены исторические и познавательные часы, виртуальные экскурсии, онлайн-презентации, в библиотеках организованы книжно-иллюстративные выставки.

ные заповедники, восстановленные исторические и культурные памятники архитектуры.

На площади перед главным корпусом КБГУ прошла патриотическая акция-концерт «Крымская весна».

Активисты Народного фронта и «Молодежки ОНФ» провели патриотическую акцию на центральной площади Нальчика. Они подготовили информационные буклеты и открытки, вручая их горожанам вместе с поздравлениями.

Праздничные мероприятия состоялись на центральной площади Баксана, в которых приняли участие около полутора тысяч человек. Здесь были развернуты 20-метровые буквы Z и V, символизирующие полную поддержку проводимой Президентом России Владимиром ПУТИНЫМ работе по демилитаризации и денацификации Украины.

В Зольском районе на площади перед домом культуры г.п. Залуккоже прошла акция, посвященная годовщине присоединения Крыма к России, с участием общественных организаций, членов ВПП «Единая Россия», школьников, молодежи, юнармейцев,

советов молодежи поселений, трудовых коллективов. Участники митинга-концерта выступили также в поддержку Донбасса и Российской Армии, проводящей спецоперацию на Украине. Они держали флажки-триколоры и плакаты с хештегами #Замир!, #ЗаПрезидента!, #ЗаРоссию!, #ЗдоровьяНашимВоинам, #Занаших, #Защита! #СвоихНеБросаем. Юнармейцы в поддержку российских воинов выстроились в виде букв Z и V. В исполнении артистов художественной самодеятельности и учеников районной детской музыкальной школы прозвучали патриотические песни. В небо запустили шары в цветах российского триколора.

В центре «Точка роста» СОШ школы № 2 сельского поселения Кахун при поддержке КБРО ООД «ВЖС «Надежда России» проведено творческое мероприятие, посвященное восьмой годовщине присоединения Крыма к России, поддержке жителей ЛНР и ДНР, а также российских военнослужащих, участвующих в боевой спецоперации на территории Украины. Мероприятие проведено в зале, собравшем достижения педагогического и ученического коллективов школы. В концерте из героико-патриотических песен, а также произведений

советских композиторов приняли участие лауреат творческих конкурсов, ветеран культуры Марина ШЕРИЕВА, солистка Музыкального театра Гулшах БАЛКИЗОВА, ее супруг - певец Тимур БАЛКИЗОВ и Алена ДЬЯЧЕНКО. С большим интересом все участвовали в творческой программе, подготовленной активистками местного отделения «Надежды России». Звучали стихи и песни, а также искренние слова гордости за Россию и многонациональную Кабардино-Балкарию.

Праздничные мероприятия прошли на центральной площади Баксана. В них приняли участие работники администрации, представители общественных, религиозных и политических организаций, работники учреждений и предприятий, учащиеся образовательных учреждений, студенты. На площади были развернуты 20-метровые буквы Z и V, символизирующие полную поддержку проводимой Президентом России Владимиром Путиным работе по демилитаризации и денацификации Украины.

Торжественную часть открыл председатель Совета ветеранов войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов г. Баксана Хусен АБАЗОВ. В концертной программе приняли участие народный артист КБР Аюс

ЗЕУШЕВ, заслуженный артист КБР Амирхан ХАВПАЧЕВ, солистка Кабардино-Балкарского государственного музыкального театра Роксана КОЧЕСОКОВА, творческие коллективы и воспитанники учреждений культуры,

Автопробег в поддержку Вооруженных Сил Российской Федерации прошел по сельским поселениям Прохладненского района. Его организовали ветераны Афганистана совместно с местными отделениями ДОСААФ и «Боевое братство», частными автошколами и казачеством. Автопробег стартовал от районной администрации и последовал по маршруту Прималкинское - Ново-Полтавское - Алтуд - Благовещенка - Саратовское - Карагач - Солдатская - Заречное - Красносельское - Пролетарское - Екатеринбургская - Прохладный.

Россияне продолжают активно поддерживать Российскую Армию, в том числе в Кабардино-Балкарии. Среди них известные спортсмены, руководители предприятий и организаций, работники культуры. В том числе в поддержку высказались руководители Кабардино-Балкарского общественного движения «За единение - «Сябры» Павел СИДОРУК и руководитель НКЦ «Нарспи» Чувашии Алена ЧЕРНОВА, председатели грузинского НКЦ «Риони» и совета Кабардино-Балкарской общественной организации греков «Эллада» Сергей КАВЛАШВИЛИ и Сергей БОГАТУРОВ, а также руководитель азербайджанского НКЦ «Азери» Алий ДАДАШЕВ.

Подготовила

Ольга КАЛАШНИКОВА

УВЕРЕНА, СЕГОДНЯШНИЕ РЕАЛИИ ЕЩЕ БОЛЬШЕ НАС СПЛОТЯТ

Я всю свою взрослую жизнь занимаюсь творчеством. Как человек из сферы культуры всегда была далека от политики, но близка она мне и сейчас. Люди по своим задаткам и желаниям находят свое предназначение, будь то политика, бизнес или литература. Но сегодня происходят события такой значимости, что не интересоваться ими и не переживать невозможно. Так или иначе они касаются каждого из нас. Мир сегодня очень хрупок. Есть ситуации, когда не удается отстоять его дипломатией, призывами к сотрудничеству и гуманности. По-моему, именно в такой ситуации оказалась наша страна во главе с нашим Президентом. Неоднократные призывы к соглашению, настойчивые попытки мирным путем обеспечить безопасную и достойную жизнь Донецкой и Луганской республик не имели положительных результатов. На фоне происходящего на Украине для себя понимаю, что речь шла не только о мире и безопасности в братских республиках, но и непосредственно в нашей стране. Спецоперация стала необходимым и вынужденным следствием политики Украины и всего Запада.

Уверена, сегодняшние реалии еще больше нас сплотят, вместе мы обеспечим безопасную и достойную жизнь нашему и новым поколениям. Прошу Всевышнего, чтобы сыновья, несущие сегодня с честью свой долг, отстояв мирное будущее, вернулись живыми и здоровыми к своим матерям, в свои семьи.

**Зарина КАНУКОВА,
поэт, драматург,
главный редактор газеты «Горянка»**

ДЕЛЕГАЦИЯ ИЗ КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ ПРОДЕМОНСТРИРОВАЛА ВОЗМОЖНОСТИ РЕСПУБЛИКИ В МОСКВЕ

Приз за лучший видеоролик, соглашение с федеральным туроператором, новые перспективы сотрудничества - итоги работы делегации Кабардино-Балкарии на XXVIII Международной туристической выставке МИТТ-2022, сообщает Министерство курортов и туризма КБР.

Свои туристические продукты и услуги в рамках выставки представили свыше 60 регионов России. Несмотря на сложности, присоединились иностранные участники.

Министерство курортов и туризма Кабардино-Балкарии традиционно является организатором участия республики на крупных международных выставках. В этом году делегацию региона возглавил министр курортов и туризма КБР Мурат ШОГЕНЦУКОВ. «На стенде работали представители туристической отрасли субъекта - операторы «Путешествие» и «Эльбрус турс», санаторий «Чайка», туристические компании «По Кавказу» и «Юг-вояж». В качестве гостей присутствовали руководители OFF-ROAD клуба «Наследие России» и молодежного клуба «Альтаир» Русского географического общества. В формате non-stop на протяжении трех дней они рассказывали и показывали возможности туристического и санаторно-курортного отдыха в Кабардино-Балкарии. Экспозиция уже несколько



лет оформляется в стилистике туристического бренда республики с обозначением высоты Эльбруса», - говорится в сообщении.

На выставке были организованы мероприятия для бизнеса и государственных структур, проведены образовательные программы, конференции по цифровым технологиям в туризме и повышению эффективности. Основные задачи - обеспечить качественный отдых россиян в пределах своей страны, поддержать бизнес и включиться в национальный проект «Туризм и индустрия гостеприимства».

В рамках деловой программы Министерством курортов и туризма КБР было подписано соглашение о сотрудничестве с федеральной

туроператорской компанией «ANEX TOUR».

«Соглашение заключено с целью организации всестороннего эффективного сотрудничества для реализации совместных задач по развитию туризма на территории Кабардино-Балкарской Республики, созданию новых брендовых маршрутов и привлечению дополнительных потоков туристов в регион», - рассказал министр.

На площадке субъекта также состоялись встречи и переговоры на предмет дальнейшего продвижения региона. «Очередное достижение республики - первое место в ежегодном конкурсе презентационных видеороликов регионов России. Работа Магомеда КУМЫКОВА «Кабардино-Балкария покоряет сердца!» завоевала голоса зрителей и стала победителем. В торжественной обстановке приз министру курортов и туризма КБР Мурату Шогенцукову вручил генеральный директор выставки Артем ЧЕРНЫШОВ», - подчеркивается в сообщении.

Подготовила **Фатима ДЕРОВА**

МОЙ КОМПАС ЗЕМНОЙ – **Семья** ОТЕЦ МОЙ И МАТЬ



О СЕБЕ

- Я никогда не следую за модой в поведении, мышлении, хотя занята в индустрии красоты и слежу за трендами в облагораживании внешности. Да, наверное, странно, когда весь мир в одну сторону, а кто-то в другую. Так, стало нормой ухаживать за кожей лица и волосами, чтобы они дольше сохраняли красоту. Это хорошо. Но надо ли жить в соответствии со всеми навязываемыми «нормами»? Не думаю. Например, я никогда не была за границей. Если есть время отдохнуть, в нашей республике масса красивейших мест. Но я вообще не отдыхаю. Для меня отдых – смена трудовой деятельности. Прихожу домой с работы – это переключение, релакс, домашние заботы, беседы, общение, совсем другой мир в отличие от работы. Переделав с утра домашние дела, иду на работу. С удовольствием! Я вышла в «Наоми», когда Алихану был всего месяц. Салиме уже двенадцать лет, она очень умная девочка, ни ревности, ни истерик. Я могла бы вообще не выходить на работу, мой супруг – оперативный сотрудник правоохранительных органов, ветеран боевых действий, у него федеральные награды. Он в состоянии нас обеспечить. Да и в моем салоне все налажено... Но я хочу творить! Работа врача-косметолога сродни труду художника, много творческих элементов. Это увлекает. Лепишь образ,

Гость нашей редакции – врач-косметолог, основатель салона красоты «Наоми», мать двоих детей Жаннет ЛОКЬЯЕВА.

создаешь. А потом тебя благодарят, глаза у женщин горят... Незабываемые минуты!

О НЕМ

- Мы с супругом – одноклассники. Была взаимная подростковая симпатия. Потом он служил Отечеству, а я постигала мир медицины... Наши пути надолго разошлись. Когда судьба снова свела, всплыли чувства. Он очень ответственный человек, но иногда может позволить детям все. Пресекаю. На мой взгляд, родители и дети не могут быть друзьями, должны быть дистанция и четкая иерархия: дети должны слушаться.

ОРИЕНТИРЫ, ОПОРА НЕ ЗА МОРЯМИ, А РЯДОМ

- Во времена моего детства по стандартам того времени наша семья жила хорошо. Детей можно было бы оградить от всякой трудотерапии. Но мой отец Рашит ЛОКЬЯЕВ поднимал нас в четыре-пять часов утра, и мы ехали на дачу – работать. И никто не возражал – ни братья Алан и Аскер, ни я. Мы знали: если папа говорит, что надо ехать, значит, надо. Мы все умеем. Когда я открыла салон, были парикмахер, мастер по маникюру и я, косметолог. И техничкой тоже была я. Ничуть не стыдилась. Отец нас учил, что всякий труд почетен.

Отец всегда гнул свою линию. Он – известный строитель. Когда московские специалисты сказали: «Характер горной дороги в Верхнюю Балкарию позволяет сделать вывод: газифицировать это село невозможно», отец не согласился и выразил свое мнение: «Возможно». Первый Президент Кабардино-Балкарии Валерий КОКОВ доверил ему газификацию. И он справился!



Мы с отцом где-то профессионально пересекаемся, потому что он еще и лекционер, собрал балкарские войлоки, пережившие переселение. Эта коллекция украшает многие республиканские праздники. Отец – поклонник красоты, я тоже посвятила красоте жизнь. Женщины хотят быть красивыми – это их право. Иногда в мой коммерческий салон приходят и люди без денег, по мере сил помогаю им, провожу бесплатные процедуры. Отец



занимается благотворительностью, но не любит об этом говорить. Мемориал около Кенделена он построил, помогал восстанавливать спортшколу.

А моя мама Лейля – дочь одного из основоположников балкарской литературы Саида ШАХМУРЗАЕВА: он составил первый балкарский календарь, записал много фольклорного материала. Мама работала учителем русского языка и литературы в Белой Речке, но когда вышла замуж, мой отец запретил ей работать. Конечно, нам, детям, было хорошо и комфортно: мама всегда рядом, дома.

ЖИВОЙ ПРИМЕР – ВОТ ЧТО РАБОТАЕТ!

- Помню как сейчас: мы едем в Кенделен, папа покупает своим родителям сладости и фрукты исключительно коробками. Сейчас, когда мы едем к моим родителям, я тоже покупаю все коробками. Дети видят это. Стараюсь быть нежной и внимательной дочерью. Брат Аскер рядом с отцом все время: работает в его частной фирме, а второй брат, Алан, – заместитель министра строительства. Мы связаны не только кровными, но и профессиональными узами.

Если меня спросят: что для тебя важнее – работа или семья, отвечу: конечно, семья. Но на втором почетном месте – работа.

Марзият БАЙСИЕВА.
Фото из семейного архива

ЗАЩИЩАЕМ ИНТЕРЕСЫ ОБЩЕСТВА

Наш собеседник – начальник отделения – старший судебный пристав Терского районного отделения судебных приставов УФССП России по Кабардино-Балкарской Республике, капитан внутренней службы Аида МАКOEВА одним из главных своих предназначений считает служение России. К этому шла осознанно и целенаправленно.

- Аида Султановна, нам известно, что вы единственная женщина-руководитель в ведомстве. Не сложно быть первопроходцем? И вообще, как себя чувствуете в этой роли?

- Внесу некоторые уточнения. Я действительно единственная женщина-руководитель, но не во всем ведомстве. В каждом районе Кабардино-Балкарии есть подразделение судебных приставов, в одном из которых я являюсь начальником. В этом смысле единственная, потому что мои коллеги, старшие

судебные приставы остальных структурных подразделений, – мужчины.

Назвать себя первопроходцем не могу, так как в органах принудительного исполнения службу несут женщины, и их довольно много. Некоторые занимают высокие должности. К примеру, в нашем Управлении заместитель руководителя – женщина, Наталья ЛИТОВКА. Среди начальников отделов тоже немало женщин в погонах. Мне кажется, в такой серьезной работе, как наша, главное – ответственное отношение, готовность к решению любых



задач, умение руководить коллективом. А делает это мужчина или женщина, нет разницы. Одинаково хорошо или одинаково плохо может получаться и у тех, и у других.

- Почему выбрали именно этот профессиональный путь?

- Он начался в 2009 году. Я служу России. Для меня это многое значит. Всегда хотелось быть частью страны на деле, помогать

людям. В нашей сфере мы делаем это каждый день. Кто-то может на это возразить, но подумайте сами: судебные приставы обеспечивают действие закона. Сила закона – в его исполнении. Защищая интересы личности, общества и государства, мы помогаем каждому гражданину.

- Какие задачи сегодня решает отдел?

- Терское районное отделение судебных приставов, как и другие, занимается взысканием задолженности, обеспечением установленного порядка в судах, розыском должников, несовершеннолетних детей, приостановлением деятельности опасных объектов, сносом незаконных строений, взаимодействуем с различными ведомствами. На самом деле не все знают, но у ФССП России много направлений деятельности. По каждому мы обязаны каче-

ПРОФЕССИОНАЛЫ

ственно выполнять свою работу. Тех, у кого это получается лучше всего, поощряют. К примеру, ежегодно как на федеральном уровне, так и на региональном проводится смотр-конкурс на звание «Лучшее структурное подразделение». По итогам прошлого года отделение, которое я возглавляю, заняло второе место, а по линии организации дознания – первое. Это заслуга не моя лично, она принадлежит каждому сотруднику, за что хочу всех поблагодарить. Мы общими усилиями достигли такой высокой планки.

- Вообще женщина-руководитель в современном обществе – явление привычное. Но должность не освобождает от семейных обязанностей. Не сложно совмещать?

- Служба занимает много времени, но семья с уважением относится к моему труду. Родные понимают, насколько важную работу выполняют судебные приставы. Поэтому помогают мне и поддерживают. А я, возвращаясь домой, меняю форменную одежду на другую – превращаюсь в маму, жену, дочь и сестру.

Алена КАРАТЛЯШЕВА

ЗАКУПАЕТЕ ЛИ ВЫ ПРОДУКТЫ, ОПАСАЯСЬ ДЕФИЦИТА, И НАДО ЛИ ЭТО ДЕЛАТЬ?

Глас народа

«Я скептически относилась к ажиотажу населения, скупающего продукты, лекарства в аптеках, косметику, боясь их исчезновения из свободной продажи или подорожания, - рассказывает жительница Нальчика Карина. - Но неожиданно для себя вдруг обнаружила, что дома закончились сахар и соль. Пришлось подключиться к группе паникеров, хотя очень этого не хотелось. Соль купила, а вот сахара нигде не нашла. Как рассказали в одном из супермаркетов, я не одна такая, кто давно не делает никаких запасов, привыкнув к тому, что при необходимости можно все купить поблизости. Продавец сообщила, что утром приходили несколько мам, которые просили хоть немного сахара для каши ребенку. А кассир, с трудом скрывая возмущение, сказала: покупают сахар даже те, кто вообще от него давно отказался, заботясь о своем здоровье».

«Меня в магазин отправила бабушка. Вернее погнала туда. Сказала, что все ее подруги уже давно запаслись, что я не помню времен дефицита, поэтому так не серьезно к этому отношусь. Мои аргументы, что у нас еще есть запасы соли, спичек и туалетной бумаги со времен пандемии, на нее никак не действовали, - говорит Марина из Майского. - Но когда поняла, что у бабушки от споров со мной повышается давление, сдалась. Еще и лекарство от давления пришлось купить».

«Понимаю, что на всю жизнь не накупишь. Запасы - это, скорее всего, психотерапия. Когда они накоплены, вроде как-то спокойнее, увереннее себя чувствуешь. Наверное, самообман все это. Но, послушав советы специалистов, все-таки купила впрок то, что долго хранится и не портится. Конечно же, это сахар, соль, макароны, рис (говорят, что длиннозерный дольше хранится), сушенка, различные консервы. Ни с кем за эти продукты в очереди не дралась, хотя и такие времена были, ни у кого из рук ничего не выхватывала, торговые сети получили дополнительную прибыль, а я успокоилась. Кому от этого плохо?» - говорит Анжела из Нартана.

«Не так часто, как надо было бы, но в СМИ выступают эксперты, которые говорят, что скупать продукты не надо, их достаточно. Но у нас народ считает: если говорят, чтобы не покупали, значит, надо покупать. Примерно, как в фильме «Служебный роман»: «Людмила Прокофьевна, как вам сапоги? - Очень вызывающие. - Значит, надо брать». Да и историческая память у многих сохранилась. Я вот умничаю, сама над собой смеюсь, но тоже небольшие запасы сделала», - рассказала Лидия Сергеевна из Прохладного.

«Муж встретил в подъезде пожилую соседку с двумя сумками. Предложил помочь донести их до пятого этажа. Потом

рассказывал: лучше бы я кирпичи нес, и то было бы легче. А вторую сумку она мне так и не доверила, сказала: да она легкая, там мука», - говорит Анна из Нальчика.

Экспертиза ТОВАРОВ

У НАС ДОСТАТОЧНО Ситуацию комментирует Салих БАЙЗУЛАЕВ, доцент кафедры экономи- ки и финансов КБГУ:

- Сейчас необходимости в том, чтобы закупать продукты, никакой нет. По той простой причине, что в торговой сети запасов продуктов питания и других различных товаров повседневного спроса достаточно. Но в этой ситуации продавец и покупатель находятся по разные стороны баррикад, каковые они сами себе построили. Продавцу сегодня выгодно использовать как можно в более оптимальных размерах стоимость этих товаров с целью получения дополнительной прибыли. В магазинах реализуются товары, которые лежали на складах в течение нескольких лет и в скором времени, если бы не паника, подлежали списанию. Нередко торговля создает искусственный дефицит, который включает в ажиотажный спрос и ажиотажную реализацию практически всех покупателей.

Можно было бы оправдать ажиотажную закупку, если бы товаров действительно было мало, их надо было бы где-то находить. Но человек - существо субъективное. А раз так, то есть различные способы, методы и инструменты, чтобы выключить его рассудок и логику поведения. Одним из таких инструментов является ажиотажный спрос. Например, мы видим, как сосед выгружает из машины и заносит домой мешок сахара. И включается сигнал: а почему я этого не сделал? Это было и будет всегда. Потом спрос резко упадет, когда запасов будет более чем достаточно. Вы, наверное, наблюдали, как предприниматель строит магазин, а рядом открывает другой такой же, с тем же ассортиментом, основываясь на том, что это конкуренция. На самом деле он перекрывает кислород и самому себе, и тому, кто торгует рядом. В конечном итоге через три-четыре месяца оба магазина закрываются. Ажиотажный спрос вызывает только так называемую отложенную инфляцию. Что при этом происходит? Люди закупили избыточное количество товаров. Они лежат у них дома почти что мертвым грузом. Затем прекращают закупки, и на руках у них образуется излишняя масса денег. Ее надо куда-то девать. Кто-то положит их на депозит, кто-то пойдет покупать еще что-то не очень нужное, и новый виток инфляции нам обеспечен.

Совет простой: не ходить по магазинам без необходимости, не скупать все подряд и



не слушать паникеров. Есть необходимость в том же сахаре, купите сколько на самом деле нужно. Да, есть историческая память. Но мы сегодня не в том положении, в котором находились в 90-х годах. Тогда был реальный товарный дефицит, сегодня же всего много. Той же гречки на Алтае достаточно, ну и китайцы, которые ее тоже выращивают и нам поставляют, дремать не будут.

Власти должны на это правильно реагировать. Сейчас стали говорить: не надо трогать предпринимателей и проверять их лишний раз. Но в настоящий момент возникла ситуация, когда проверять необходимо. ФАС (Федеральная антимонопольная служба) должна активно к этому процессу подключиться, неформально. Есть много способов, чтобы без ажиотажа, суевы и наказания привести все в порядок. Еще раз повторяю: у нас в стране и в республике товарных запасов достаточно по всем позициям.

Да, люди опасаются не только дефицита, но и роста цен. Действительно, есть товары, цены на которые не могут не вырасти, так как их производство привязано к доллару. Но люди по этим показателям не дифференцируют. Нам надо, чтобы был запас спичек, мыла, соли, сахара, пшени и т.д. В этом сегодня нет необходимости. Что будет потом, когда товары на складах закончатся? Будем сеять пшеницу, выращивать сахарную свеклу, варить мыло. Надо осознать, что военных действий на территории Российской Федерации нет и вряд ли будут, а это значит, что производство товаров не прекратится. Для чего, например, запастись той же туалетной бумагой? Мы ее производим в избытке, даже экспортируем в тот же Китай и другие юго-восточные страны.

Правительству поручено заниматься повышением зарплат и пенсий, различных пособий, это позволит в какой-то мере компенсировать рост цен по некоторым товарным группам. Механизмов удержать ситуацию на плаву много.

Конечно, сегодня СМИ недостаточно разъясняют населению эту ситуацию. А людям нужна достоверная информация из уст авторитетных специалистов, которые должны нести ответственность за свои слова и действия.

Ситуации в нашей стране бывали разные, но сегодня мы не в товарном дефиците изначально, то есть в момент производства этих товаров. Раньше дефицит определялся тем, что самого процесса производства как такового не было, все приходилось закупать за рубежом. Если помните, в 90-е годы были нарушены все производственные связи. Сегодня они нарушаются только в отношении стран-импортеров и экспортеров. А внутри страны у нас как все работало, так и будет работать. Если мы придем, например, в «Пятерочку» или «Магнит» и не найдем нужного нам товара, надо просто понять, почему это случилось. Многие ритейле-

ры остались на своих местах, работают и будут работать в России. Да, мы давно живем без итальянского сыра, и ничего. Развивайте животноводство на Алтае - лучше сыров в мире не было и не будет.

Кстати

ФАС НАЧАЛА ПРОВЕРКИ ПОСТАВОК САХАРА

Федеральная антимонопольная служба (ФАС) по поручению первого заместителя Председателя Правительства РФ Андрея БЕЛОУСОВА ведет проверку цепочки поставок сахара в розничную продажу для недопущения задержки отгрузок. Отмечается, что проверки затронут не только производителей и торговые сети, но и посредников, поскольку, как показывает практика, дефицит сахара в розничной торговле связан с ажиотажным спросом, подогреваемым недобросовестными организациями. Отмечается, что необоснованное повышение цен и создание искусственного дефицита являются недопустимыми, и при выявлении подобных фактов ФАС незамедлительно принимает меры реагирования, вплоть до оборотных штрафов. При необходимости материалы будут передаваться органам Прокуратуры Российской Федерации для принятия полного комплекса мер прокурорского реагирования, говорится в сообщении антимонопольной службы.

В соцсетях это сообщение вызвало волну комментариев, которые можно суммировать так: а почему проверяют только сахар? Будем надеяться, что глас народа будет услышан. По крайней мере, сейчас сахар есть в большинстве торговых точек, правда, цены на него разные. Но, похоже, спрос на этот продукт уже пошел на спад.

РОССИЯНЕ В БЛИЖАЙШИЕ МЕСЯЦЫ НЕ СТОЛКНУТСЯ С НЕХВАТКОЙ ПОДГУЗНИКОВ И ПРЕДМЕТОВ ЖЕНСКОЙ ГИГИЕНЫ

По словам замглавы Минпромторга Виктора ЕВТУХОВА, российские производители закупили сырье для товаров гигиены на три месяца вперед, запасов хватит минимум на полгода. Если какие-то поставщики отказываются от сотрудничества, находятся другие, которые готовы поставлять необходимое сырье на российский рынок. Предметы гигиены выпускают в РФ 15 заводов. Представитель ведомства также сообщил, что продукты бытовой химии всегда будут на полках российских магазинов, так как страна производит химии больше, чем потребляет сама.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Валерия ПЕРЕЯСЛОВА: В БОЮ НУЖНО ИДТИ ВА-БАНК

(Окончание. Начало на 1-й с.)

ЕСЛИ НЕ ПОБЬЕШЬ ТЫ, ПОБЬЮТ ТЕБЯ

- В этом году я первый раз поехала на соревнования мирового уровня. До этого пять раз принимала участие в первенстве России, два раза проходила отбор на первенство мира, но из-за пандемии соревнования переносились. Конечно, на подобных соревнованиях борются лучшие из лучших, но из-за обострения политической ситуации не все спортсмены смогли приехать. Возможно, был дополнительный отбор, но все равно соревноваться было тяжело. Почему проиграла в финале? Скорее всего, у меня просто не осталось сил. Хотя сейчас думаю: если бы еще чуть поднажала, выложились не на 100 процентов, а на 200, добилась бы успеха, потому что проиграла всего один балл. В финале встретилась с девочкой, которой уже исполнилось 18 лет, она и по габаритам крупнее меня, к тому же многократная чемпионка всего, что только можно, а опыт тоже имеет огромное значение. Когда я выступала в 14-15 лет, была номером один в своем весе. Но в январе мне исполнилось 16, и я перешла в другую весовую категорию. Это тоже надо учитывать.

На бой главное - настроиться морально, потому что многое прошел до этого момента, сколько крови, слез и пота было потеряно в зале, чтобы выйти на него. Когда выходишь на татами, все посторонние мысли отключаются, уходят страхи и переживания. Нужно идти ва-банк, показать все, что умеешь. Потому что если не побьешь ты, побьют тебя.

Как говорит мой тренер, для победы нужно 99 процентов упорства и один процент таланта. То есть чем больше тренируешься, тем лучше результат, но переусердствовать тоже нельзя. Вообще

все индивидуально. Есть люди, которые пашут каждый день и идут к своей цели с огромным желанием, а кто-то изначально не хочет заниматься, ходит на тренировки ради родителей, хотя у него действительно есть талант. В этом случае результат зависит от принципа «повезет - не повезет». В моем успехе огромную роль сыграла мама. Она поддерживает меня морально и физически, всегда рядом, в том числе на соревнованиях. И когда бывает, что готова опустить руки, мама не дает мне этого сделать. Был период, когда вообще не понимала, зачем мне все это нужно, даже ссорилась по этому поводу с родителями, но сейчас осознаю, что все это делалось мне во благо.

УРОКИ - ПОЗДНО ВЕЧЕРОМ

- Приходилось ли применять спортивные навыки в обычной жизни? Вообще драться на улице спортсмену не пристало. Если происходит какой-то конфликт, говорю: хочешь драться - приходи в спортзал, дам тебе перчатки, но на улице решать вопрос кулаками не буду. Но один случай все-таки был, о котором сейчас сожалею. Когда училась в классе пятом, произошел инцидент с мальчиком. Он хотел меня обидеть, я резко повернулась, ударила и разбила ему нос.

Моим первым тренером был Рустам ГУДОВ из Карагача. Он вел секцию кудо в станице Солдатской. Думаю, именно он нашел во мне и моем младшем брате спортивный потенциал, сделал мой характер. Это тренер, с которым я сделала свое спортивное имя, взяла первую Россию. Но, к сожалению, сейчас наши пути разошлись, я стала двигаться дальше, вперед. Сейчас занимаюсь в Нальчике у двух тренеров - Мухамеда ДЫШЕКОВА, он препода



дает араши-каратэ, и Руслана ШОГЕНОВА, это кудо, пока точно не определилась, куда дальше буду ходить. Также занимаюсь в Прохладном в спортивном клубе «Рамзан», хожу на кикбоксинг и, скорее всего, буду ходить на бокс. Это необходимо, чтобы не терять физическую форму, потому что в Нальчике могу тренироваться только по выходным. Тренировки у меня каждый день, кроме воскресенья, по два-два с половиной часа, если же идет интенсивная подготовка к какому-нибудь турниру, и по три часа. Встаю в шесть утра, слава богу, есть хорошие люди, которые подвозят меня до Прохладного, в школе до половины третьего, пока на маршрутке доеду до дому, остается только время, чтобы собрать вещи и идти на тренировку, уроки - поздно вечером.

С переходом в десятый класс все мои любимые предметы отошли на задний план. Раньше мне очень нравилась алгебра, но сейчас спорт на первом месте. Помогают с уроками одноклассники, это не значит, что я у них списываю, они многое объясняют, бывает, на переменах вместе делаем домашние задания, входят в мое положение и педагоги, они ко мне

• БУДЕМ ЗНАКОМЫ

достаточно лояльны, подсказывают, идут навстречу, дают возможность испривиться. Поэтому во время подготовки к чемпионату мира училась дистанционно. Не хочу, чтобы учеба хромала, но времени очень мало.

ПО НАСТРОЕНИЮ

- Пока иду куда-нибудь или еду в маршрутке, успеваю выложить что-то в соцсети, как же без них. Бывает, на общение в соцсетях остается только ночь. Но я там очень активна, именно соцсети очень помогли мне в отношении спорта, меня многие стали узнавать, появилось много хороших знакомых, с тренерами и со спортсменами поддерживаю общение, в том числе со многими чемпионами России и мира.

У меня нет пристрастия только к спортивной одежде. Люблю носить платья, юбки, особенно летом, но одновременно в моем гардеробе есть широкие штаны и толстовки. В общем, одеваюсь по настроению. Главное, чтобы одежда подходила по фигуре, потому что в результате тренировок у меня появились проблемные зоны, например, накаченные спина и плечи, поэтому подходящую одежду подобрать тяжело.

ПОЧТИ КАК В АРМИИ

- Учусь в обычной школе, но в специализированном пограничном классе ФСБ России. Два года обучения в этом классе можно приравнять к полугоду армейской службы. У нас строевая и огневая подготовка, изучаем оружие, первую медицинскую помощь, тактику на поле боя, выезжаем на учения на полевые заставы. Мои одноклассники также выезжают в горы, но, к сожалению, из-за насыщенных тренировок и соревнований часто эти мероприятия пропускаю, хотя мне это всегда интересно. Очень хотела попробовать себя в военной сфере, но сейчас понимаю, что мое будущее будет связано со спортом. Планирую поступить на спортфак, хочу стать высококвалифицированным тренером. Также буду продолжать выступать на соревнованиях.

Ольга КАЛАШНИКОВА.
Фото
Астемира Шебзухова

ЗАБОТА О ЧТЕНИИ — ЗАБОТА О БУДУЩЕМ НАЦИИ

• КОНКУРС

В Фонде культуры КБР имени В.Х. Ворокова состоялся финал ежегодного литературного конкурса «Как слово наше отзовется-2022» в номинации «Художественное слово», организованный Обществом книголюбов КБР в рамках программы «Забота о чтении – забота о будущем нации».

Литературный конкурс, призванный привлечь внимание детей и молодежи на творчество писателей республики и углубленное изучение родного языка, проводился в восьмой раз. В этом году он был посвящен памяти Жанакиата ЗАЛИХАНОВА, Мажита ГУЛИЕВА, Биберада ЖУРТОВА и Афлика ОРАЗАЕВА, а также юбилею Сакината МУСУКАЕВОЙ и Джамбулата КОШУБАЕВА.

«По сравнению с предыдущими годами большинство ребят читали произведения на родном языке, - отметила руководитель Общества книголюбов Наталья ШИНКАРЕВА. - Надеемся, что и мы внесли маленькую толику в решение задачи пробуждения интереса детей к чтению литературы на национальных языках».

На суд жюри под председательством народного поэта КБР Муталипа БЕППАЕВА было представлено 102 видео участников от семи до семнадцати лет в режиме онлайн. Выступления ребят разделили по трем возрастным категориям и оценивали по двум жанрам – поэзия и проза.

В младшей возрастной категории (7-10 лет) первое место в жанре поэзия заняли Амин БАУАЕВ, Ясмина БЕКУЛОВА, Умар ГОБЕДЖИШВИЛИ. В жанре проза в этой возрастной группе первое место присудили Анастасии ГЛАДИЛИНОЙ. На втором месте Саида БАШИЕВА, Мария ДОКЕЛИНА, Амина КАЗАНОВА и Амина ШОГЕНОВА.

Третье место разделили Малика АППАЕВА, Лариса БАЛАЕВА и Муслим ГУРТУЕВ. Открытием года жюри посчитало Софию БОЗИЕВУ.

В средней возрастной группе (11-14 лет) лучшими стали Азнаур ХАТКУТОВ и Алиса ЖИГУНОВ. На втором месте Лаура КАНОКОВА и Камилла КУШХАБИЕВА. Третье место разделили Мухаммад ДЖАППУЕВ, Азиза ДЖАНТУЕВА, Дамир МАШУКОВ и Илона БРАТЦЕВА.

В старшей возрастной группе (15-17 лет) в жанре поэзия лучшими признаны Эльвира КИШЕВА и Джаннет ЭТЕЗОВА. На втором месте Ислам БАЙСУЛТАНОВ и Аиша ЖАНАТАЕВА, на третьем Ахмат ТЕППЕЕВ и Алина КУМЫКОВА. В жанре проза на первом месте Максим ВОРОБЬЕВ. Второе место досталось Камилле КУРШЕВОЙ.

Обращаясь со словами благодарности в адрес организаторов мероприятия, М. Беппаев отметил важность работы, которую ведет Общество книголюбов КБР и лично Н. Шинкарева. Он также заметил, что, работая в жюри конкурса на протяжении последних пяти лет, видит рост мастерства участников, интерес детей к родному языку и литературе.

Впереди подведение итогов по второй номинации конкурса - «Литературный перевод». Наталья Шинкарева отметила, что прием работ продлен до конца марта, конкурс ждет новых участников, а значит и победителей.

Алена ТАОВА

Все мы родом из детства и проходили каждый этап взросления. Но, став взрослыми, мир детей и подростков становится для нас сложным и непонятным. Почему так происходит, неужели мы забываем собственный опыт познания мира и выстраивания отношений с социумом? Какие проблемы учеников сегодня приходится решать школьному психологу? Об этом и не только нам рассказала психолог МКОУ «СОШ №11» г. Нальчика Элла СОКУРОВА.

НЕДОЛЮБЛЕННЫЕ

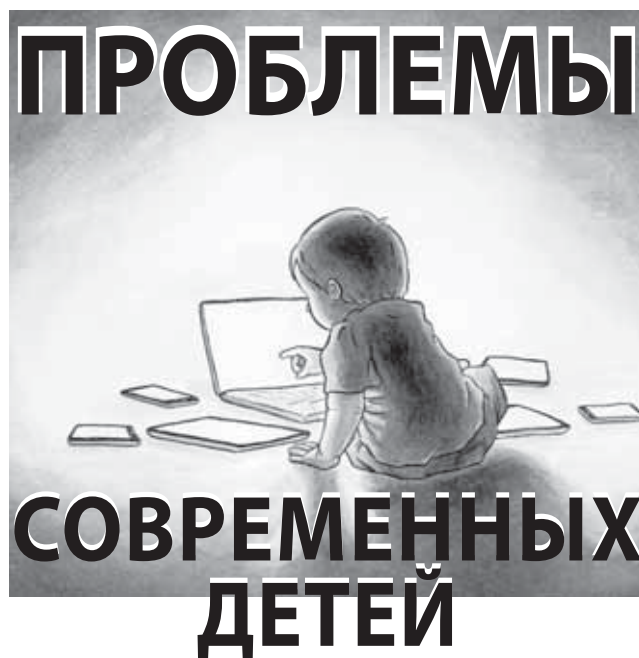
- Мы не забываем собственный опыт. Но, обретая жизненный опыт и становясь взрослыми, начинаем смотреть на подростковые проблемы под другим углом, - говорит Э. Сокурова. - К тому же мир меняется. Дети нашего поколения и нынешние совершенно непохожи. Да и родители нового поколения отличаются от наших родителей.

Сегодня многие специалисты по семейным отношениям говорят, что проблемы детей – проекция проблем их родителей. Некоторым недосуг заниматься воспитанием своего чада, и когда поведение ребенка начинает давать сбой, винят в этом кого угодно, только не себя. А обратившись к психологу, думают: все сразу разрешится – психолог вставит флешку в голову ребенка и установит нужную программу. Но дети не компьютеры, без работы родителей, прежде всего над собой, ничего не получится. К моим рекомендациям могут прислушаться лишь десять процентов родителей, а остальным хочется, чтобы ребенок стал удобным без их участия.

К сожалению, сейчас большинство детей недолюбленные. Родители весь день работают и не могут или не хотят уделять своему ребенку хотя бы 30 минут в день. Необязательно в это время что-то делать с ним – можно просто посидеть, поговорить по душам на равных, поиграть. То есть дать ребенку почувствовать, что он нужен, его любят. Но некоторые видят свою программу максимум в том, чтобы дать указание выполнить домашнее задание и при необходимости отругать или прочитать нравоучения.

НУЖЕН ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР

- Проблемы, с которыми ко мне чаще всего обращаются, можно обозначить по отдельности. Самая главная – интернет-зависимость. Доходит до серьезных конфликтов в семье. Если заберут телефон, у ребенка начинается истерика, он скандалит. О серьезности проблемы говорит тот факт, что в 2010 году был введен термин «номофобия» – страх остаться без телефона. Слово является аббревиатурой англоязычной фразы «NO MOBILE PHONE PHOBIA». Сегодня важно понять, что гаджеты – неотъемлемая часть повседневной жизни современного подростка. Просто запретить ими пользоваться уже не получится. Но минимизировать риск возникновения зависимости от них можно. И главное условие – личный



пример. А вот с этим проблемы. Понаблюдайте за гуляющими на улице взрослыми с детьми. Чаще всего увидите, как родитель завис в интернет-пространстве телефона, а ребенок сидит в коляске или самостоятельно развлекается на игровой площадке.

На этом фоне наблюдается и социальная запущенность детей. Ребенок еще сидеть не умеет, а ему уже в люльку кладут телефон. В результате он разговаривает фразами мультяшных героев и чаще всего плохо адаптируется в социуме.

Чрезмерное увлечение гаджетами говорит о том, что ребенок находится в поиске увлекательного занятия. Ему в виртуальном мире интереснее, чем в реальном, где родители либо на работе, либо сами «не выходят из телефона». Альтернативой и отличным методом борьбы с зависимостью от гаджетов могут стать посещение различного рода секций или организация досуга с учетом предпочтений ребенка. Правила и открытые ограничения не работают. Достаточно на опыте показать, что, кроме смартфона и Интернета, есть еще масса вещей, способных разнообразить повседневную жизнь.

«НЕ ХОЧУ УЧИТЬСЯ, ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ»

- Проблема нежелания учиться не новая, но с современным оттенком. Некоторые ученики попросту не видят в этом смысла, потому что убеждены – отличники не добиваются успеха в жизни. В этом вопросе есть над чем задуматься. И прежде всего, откуда дети берут подобную информацию?

Недавно приходил жаловаться папа третьеклассника - не может убедить сына выучить морфологический разбор, говорит, что ему это в жизни не пригодится. Ребенок

спросил у отца, доводилось ли ему самому хоть раз делать морфологический разбор после окончания школы? Доказать обратное бывает крайне сложно и практически невозможно. Во время тестирования дети отмечают, что у них есть более интересные дела, чем учеба, имея в виду компьютерные игры, где они соревнуются со сверстниками, к сожалению, не в учебной деятельности.

Еще одна волнующая школьников тема - неразделенная любовь, даже у учеников начальных классов. Более активные в современном обществе – девочки. Мальчики довольно пассивные. Но радует хотя бы то, что они проявляют интерес к противоположному полу. Гендерный вопрос в последние годы стоит особо остро. Мода на лояльное отношение к представителям нетрадиционных форм отношений дошла и до Кавказа, где семейные традиции всегда чтити незыблемо. Говорить на эту тему сейчас не хочется.

Недавно проводила тестирование детей начальных классов, ответы на вопрос, что такое любовь, заставили меня призадуматься: это когда ты – спортсмен; вкусно покушать в столовой; когда он заказывает роллы; когда испытываешь чувства к другому человеку и никогда не бросишь его и так далее. То есть любовь каждый из них понимает по-своему. Но в любом случае к душевным переживаниям ребенка надо относиться с уважением, а не высмеивать.

ОБСУДИТЬ, А НЕ РУГАТЬ

- Результаты другого тестирования заставили задуматься. На предложение написать три любых желания 20 процентов детей хотят, чтобы родители не ссорились; 50 желают иметь крутой телефон или много денег, еще 10 - много слуг. Только 10 процентов, чтобы все были здоровы, и 10, чтобы не было войны.

Очень неприятно об этом говорить, но дети часто манипулируют родителями. Если не купят то, что они хотят, или не разрешают что-то делать, угрожают уйти из дома или сделать что-то нехорошее. Бывают случаи, когда ребенок умышленно наговаривает на родителей, что его ругают и даже бьют. Начинаем разбираться, и оказывается, что таким образом он хотел наказать взрослых за отказ выполнить его просьбу. Стоит ли говорить, что это результат недостатка внимания и неправильного воспитания?

Тем не менее я уверена, что нынешнее поколение детей намного умнее и смысленнее нас. Если ребенок поступил неправильно, с ним надо это обсудить, выслушать, а не ругать. Это правда, что каждый ребенок талантлив по-своему. Взрослым остается лишь понять и помогать развивать эти способности. Уделять должное внимание, любить и воспринимать таким, какой он есть, со всеми недостатками и достоинствами. Тогда ребенок научится доверять вам и правильно расставлять жизненные приоритеты.

Алена ТАОВА

- Ты кто?
- Ангел.
- Как ты сюда вошел?
- Не как, а зачем. Я Ангел смерти. Пришел за тобой.
- Что, уже? Так рано? Почему?
- Глупый вопрос. Просто пришло твое время, и все.
- Но я не хочу! Я еще так много не сделал!
- Что именно? - спросил Ангел, присаживаясь на стул.
- Меня должны были повесить в должности после Нового года! Я хотел купить квартиру, новую машину, съездить в Индию! У меня было столько планов!!!
- Ерунда. Все твои материальные мечты имеют силу только в твоём материальном мире. Когда твоя душа покинет тело, забудешь о них навсегда.
- Но я не хочу умирать так рано! Может, придешь позже?
- Может, можно как-то договориться с тем, кто там, на небе? Я... Я курить перестану! Клянусь!
- Не пытайся со мной торговаться, Человек! - сурово ответил Ангел.
- Ну, пожалуйста! Я боюсь и не хочу!
- Вы никогда не хотите и всегда боитесь. Но неужели ты не понимаешь, что рано или поздно этот момент наступит? Даже если приду к тебе через сто лет, все равно не будешь готов!
- Но что со мной будет? Я же грешил!
- А ты думаешь, что меня это касается?

Самое важное в жизни

Это была твоя свобода выбора. Раньше надо было думать!

- Я собирался... Но я же не знал, что умру так рано!
- Ха-ха! Какие же вы, люди, забавные! - Ангел снял плащ и расправил крылья.
- Пошли!
- Нет! Я никуда не пойду! Я даже не успел завести семью. У меня еще нет детей!

- Потому что ты даже свою вторую половинку не нашел!

- Я не успел!
- Ты не пытался! - презрительно сказал Ангел.
- Мне Бог не послал.
- Ты не просил его об этом! - сверкнул глазами Ангел.

- А разве нужно было просить? Я не знал!

- Хватит лгать! Позавчера ты просил у Бога остановить время, чтобы успеть на совещание! Неужели совещание важнее твоей судьбы?

- Ты прав, я дурак! Но ведь я еще могу исправиться!

Я не могу умереть вот так, не успев даже жениться и завести детей!

- Как резко поменялись твои приоритеты! Сначала были машина, Индия, а теперь семья, дети... - усмехнулся Ангел.

- Но ты ведь согласен, что это главное?

- Да, согласен. Но если ты так и не найдешь свою половинку? Что тогда?

- Найду! Я уверен! Буду искать!

- А я сомневаюсь! Ты не видишь дальше собственного носа! Вся твоя жизнь пройдет в бесплодных поисках.

Будешь шляться по девкам, пытаешься найти свою половинку там, где ее быть не может! В конце концов, разочаруешься в жизни, сопьешься, от тебя отвернутся друзья, заработаешь себе болезнь и будешь проклинать день, когда родился.

- Боже мой!
- Прекрати упоминать Его имя вслух! - топнул ногой Ангел.

- Прости, но что же мне делать?

- Когда человек заблудился, возвращается назад, к тому месту, откуда пошел не в том направлении, чтобы найти верный путь, - ответил Ангел, наблюдая за хороводом снежинок за окном.

- Верно! Я так и сделаю! Я понял!

- Неужели?

- Да, я вернусь туда, где был счастлив!

Знаешь, а ведь я любил когда-то. Мы познакомились в институте. У нее были красивые темные волосы и глаза, полные нежности, силы и мудрости. За ней столько парней ухаживало. Но она выбрала меня.

• СЕНТИМЕНТАЛЬНЫЙ СЮЖЕТ

Говорила, что влюбилась с первого взгляда. Мы часто уходили с лекций в парк или кафе, целовались часами, нам больше никто не был нужен. А когда я сломал руку, она ухаживала за мной. Это было незабываемо...

Когда у меня были проблемы, всегда знал, что могу рассчитывать на нее. Даже когда просто ей обо всем рассказывал, становилось легче. Потом все изменилось... В какой-то момент нам не хватило смелости взяться за руки и противостоять всем и всему. Вместо этого мы расстались навсегда!

Так глупо расстались, по-детски. До сих пор помню, как пообещал любить ее всегда, и, что самое грустное, я по-прежнему ее люблю! Первое время часто созванивались, потом все сошло на нет. У меня своя жизнь, у нее своя.

Интересно, как у нее дела? Наверное, давно вышла замуж, встретила человека, который ее по-настоящему оценил. Знаешь, я хотел бы позвонить ей. Просто поздороваться, узнать, как дела, поздравить с наступающим праздником. Может, она тоже до сих пор одна?

Я позвоню ей, сейчас, ладно? - поднял он голову. Но в комнате уже никого не было...

Мадри БЕК

Что мы, кавказцы, знаем о Кавказе?

Тамара БИТТИРОВА, доктор филологических наук, сказала: «Прежде было модно ездить только в заморские страны, и при этом многие наши земляки не видели Эльбруса. Говорят, вода камень точит, вот и сотни передач и статей о том, что мы не знаем родную землю, сделали свое дело. Я много работала по селам, записывала рассказы старейшин. Они знали каждую маленькую речушку, каждый клочок земли по названию. Потому что в горах горцы дают имена местностям, зачастую обозначающим какую-либо часть тела человека. У балкарцев природа одушевлена. А много ли молодых сельчан знают эти названия? Нет».

Где нет знания, там нет и любви. Радует, что во многих селах именно молодые люди стали волонтерами-экологами. Они не позволяют использовать берега рек как мусорные полигоны. Устанавливают правила добрососедства и взаимной заботы друг о друге. Да, в селах немало тех, кто ни разу не держал косу в руках. Но никогда не поздно начать.

Председатель общественной организации «Совет женщин г.о. Нальчик» Лидия ДИГЕШЕВА призналась, что открыла для себя Кавказ в связи с работой: «У нас были замечательные здоровьесберегающие программы, в их рамках выезжали в соседние республики. Это было море эмоций! По приглашению городского совета женщин Владикавказа были в Северной Осетии, там удиви-

В туристических фирмах подтвердили, что за последние годы интерес к внутреннему туризму растет. И кавказцы хотят увидеть не только на фотографиях или на экране ноутбуков и телефонов достопримечательности соседних республик, но и вживую. Стали ездить и внутри республики. Семейный отдых в выходные с выездом на Голубые озера, Чегемские водопады, в Верхнюю Балкарию, Аушигер, Зарагич становится традиционным. Что же изменилось? Почему вдруг мы стали проявлять интерес к земле, на которой живем, и к соседним республикам?

тельная природа. Архыз тоже врезался в память. Потом были на «Празднике айрана» на Медовых водопадах в Карачаево-Черкесии. Это был самый вкусный айран, который я когда-либо пробовала. И, конечно, Дагестан, средневековый Дербент. Я была за границей. Но считаю Кавказ намного привлекательнее для туристов. Да и в плане доступности именно Кавказ - для нас наиболее выгодный вариант. В последний раз, когда летала в самолете, мы застряли в зоне турбулентности, было страшно, я стала в тишине громко молиться. Да и на поезде мне дискомфортно. А одно- или двухдневные автобусные экскурсии по Кавказу - просто в радость!».

Надо сказать, что мы не имеем понятия не только о землях соседей, но и о духовной культуре. «Несколько лет работаю по совместительству в Институте гуманитарных исследований в Ингушетии, редактирую готовящиеся к печати «Очерки истории ингушской литературы», - говорит Тамара Биттирова. - Через призму духовности совершенно по-другому открыла для себя Ингушетию. Влюбилась в нее. Нам надо укреплять культурные связи друг с другом. Меня раздражают разговоры в социальных сетях, кто у кого что «украл»... Невозможно утаить красоту танцев, стихов, войлоков, наши предки были щедрыми, делились друг с другом не только куском хлеба, но и духовностью. Доподлинно известно, что гармонисты Кураца КАШИРГОВА и Билял КАЗИЕВ исполняли

• ЕСТЬ ВОПРОС

мелодии друг друга. Хочется призвать агрессивных молодых людей: наши старшие что-то создавали, оставили наследие, давайте и мы будем создавать. Что создали мы, наше поколение? Любая честная работа открывает двери в иную реальность, которая может оказаться родной. Я писала про Басията ШАХАНОВА, у него много статей про ингушей. Оказывается, Шаханов семь лет учился вместе с ингушским просветителем АХРИЕВЫМ в ставропольской гимназии. Какие неразрывные связи между нами! Мы должны осознать: мир кавказских народов един, культуры взаимно влияли друг на друга. Все разделительные стены придуманные, нам легко понять друг друга».

Практически у всех народов мира за многие века были перемещения по земному шару. ДНК-анализы дают поразительные результаты. Мы - странники, вечные странники. Память о землях, где когда-то были, живет в крови. Но большинство путешественников ищут не земли, с которыми связана жизнь их народа или рода, а хотят дотронуться до реальности, которая потрясла их в книгах или фильмах. Библиограф Национальной библиотеки имени Т. Мальбахова Азиза МАХИЕВА часто ездит в Азию, считает ее родной, так же, как почитает Холам - село ее родителей, где до расселения балкарцев кипела жизнь. «Здесь, на Кавказе, самое большое впечатление произвел Дагестан, - говорит А. Махиева. - Дагестанцы - очень открытые, дружелюбные, гостеприимные люди. Их глаза, их лица... Я никогда не видела такую безусловную доброту ко всем. В Дагестане жили декабристы. И берег Каспия, и музей Расула ГАМЗАТОВА... еще есть Махиевы - аварцы. Где я была еще на Кавказе? В Осетии, в Карачаево-Черкесии, в Чечне. Очень интересен Баку».

Любое путешествие - это не только природа и архитектурные памятники, но и общение с людьми. «В Кабардино-Балкарии самые гостеприимные люди. Я за это ручаюсь», - говорит Лидия Дигешева. Если путник опоздает на автобус, найдет ли он приют в любом нашем селе? Да! Гостю - и кров, и пищу! Значит, будут у нас гости, обязательно будут. А для тех, кто непременно желает отдохнуть за границей прямо сейчас, открыты Турция, Мальдивы и Эмираты.

Марзият БАЙСИЕВА

- Каждый год крашу наружные стены дома белой эмульсией, - рассказывает Муслимат БЖЕНУХОВА из села Псыгансу. - В семье нас было четверо детей, двое братьев, я и младшая сестра. Когда родители строили дом, в котором теперь живу с двумя сыновьями, я принимала активное участие, посильное моему возрасту. Мне тогда было семь лет, но считала себя уже взрослой. Носила воду, подавала ведра, строительные инструменты родителям и родственникам. В выходные дни приходили дальние родственники, соседи тоже помогали нам, это был настоящий щыхъэху. Я была на подхвате у тети по отцовской линии Луци ШХАГАПСОЕВОЙ и мамы Хаишат. Они обмазывали внутренние стены дома глиной. Особенно помогал брат отца Володя. К сожалению, такая поддержка в наше время встречается редко.

Вначале 60-х, то есть во время строительства нашего дома, мы делали кирпичи сами, но были и те, кто мог позволить себе купить их. Изготавливали кирпичи из глины, навоза и соломы, перемешав все это, сушили под солнцем. Мне нравилось месить ногами глину и утрамбовывать ее в железные формы. Глина становилась твердой, как камень, это называлось саманными кирпичами. Нам повезло - не приходилось ходить далеко за строительными материалами, через дорогу от нас был холмик, откуда мы привозили глину.

Дом в стиле ретро



У подножия холма протекала речка, можно сказать, все было под рукой. Многие рассказывали, как им было трудно при строительстве дома: приходилось приносить воду из речной долины в ведрах. Глину привозили на тачках и на двухколесных легких телегах, запряженных осликами.

Наш дом состоит из трех про-

сторных комнат и прихожей. Что удивительно и не характерно для того времени, потолок высокий, почти под три метра, хотя все мы в семье маленького роста. Две комнаты смежные, но просторные, правильное расположение дома и окон дает достаточное освещение днем. В каждой комнате по два окна, в прихожей глухое окно.

Раньше стояла печка, которая отапливала все три комнаты, кроме прихожей, мы оставляли комнатные двери открытыми, и теплый воздух согревал сени. Главным назначением прихожей было защищать комнаты зимой от ветра и холода. Чтобы при открытии входной двери холодный воздух не проникал в комнаты. Печку родители на-

зывали «русской», то ли из-за того, что ее сложил русский рабочий, который приезжал из другого района, то ли технология кладки была соответствующей. Первое время мама готовила на ней, пока не купили газовые.

При входе в дом есть маленькая пристройка, без дверей. Она выполняет несколько функций. Во-первых, раньше, когда дом еще отапливали дровами, на лестничной площадке хранили дрова, которых нам хватало на сутки. В детстве, придя из школы, мы поочередно следили за пополнением дров, чтобы в холодную зимнюю ночь не ходить в сарай. Во-вторых, в дождливую погоду или в гололед лестничный пролет не скользит, что очень важно для безопасности.

Крыльцо сделано из тех же саманных кирпичей с неоткрывающимися окнами. Родители продумали все для удобства при строительстве дома. Во то время, конечно, в сельских домах не строили уборные, до сих пор некоторые пожилые люди не могут привыкнуть, что туалет в доме. Когда сыновья говорят, что хотят построить новый дом, вспоминаю повесть Хабаса БРАТОВА «Продолжение рода», где главная героиня Мадина просит своего сына не трогать старый дом, пока она не умрет.

Этот дом - память о моих родителях, на мой век его хватит. Летом собираюсь все освежить в нем и побелить.

Анжела ГУМОВА



КТО ДЕНЬГИ СОБИРАЛ?

Общественный транспорт из Нальчика в пригород заслуживает отдельного внимания. Каких только персонажей там не встретишь, какие истории не услышишь - криминальные, драматичные, комедийные. Если донести до адресатов все откровения из маршрутки, половина жителей села уже прошли бы судебный процесс.

Больше всех люблю ездить, конечно же, с бабушками. С ними не соскучишься. То они в самое летнее пекло заставляют

ехать при закрытых окнах, то открывают их зимой, потому что давление поднялось и они «горят». Но если им помочь с сумками и уступить хорошее место в салоне, услышишь столько похвалы и пожеланий, что хватит на всю жизнь. Вдобавок расскажут невероятно интересную историю своей жизни, развязка которой приходится именно на твоей остановке.

А наши водители? Никто не сравнится с ними по качеству юмора. Недавно собрала со всех деньги и передала водителю. Он

пересчитал и спросил сердитым голосом, кто собирал деньги. Я сижу молча и думаю, где могла ошибиться, неужели посчитала неправильно? Он снова задал вопрос и еще больше рассердился. Я решила: если вдруг не хватает, отдам свои, и гори оно все синим пламенем, никогда больше не буду кассиром в общественном транспорте. Осторожно подаю голос. И тут водитель достает из бардачка конфету «рафаэлло» и протягивает мне, дескать, за труды.

Ира, 20 лет

83 ЯНВАРЯ

Приветствую всех, кто читает мое письмо. Хотелось бы поинтересоваться у широкой аудитории, может, кто-то забыл занести королеве подснежники? Если так, срочно исправляйте оплошность, иначе январь так и не закончится. Сегодня уже 83-е число этого месяца. На моей памяти длиной в 34 года еще такого не было, чтобы в конце марта шли снегопады.

По телевизору кто-то говорил о глобальном похолода-

нии. И в связи с этим у меня возник вопрос: что, опять власть меняется? Разве зря столько лет переживали из-за глобального потепления? Ну, знаете, товарищи, определитесь, на что конкретно нервы тратить будем, а то четкой цели нет, расходует нервные клетки вхолостую.

Вчера младший сын спросил, когда же весна придет? Я ему объясняю, что уже почти треть весны прошло.

Он возразил, что весной должны расти цветы, а на деревьях появляться зеленые листья. Ребенок прав. Мы привыкли четко разделять времена года, хотя, судя по погодным условиям, должны около восьми месяцев отдавать зиме. Наверное, стоит пересмотреть этот вопрос и сделать новые разметки по календарю. Как считаете?

Инга, 34 года

КАК ПРАВИЛЬНО ПОХУДЕТЬ?

У меня была небольшая депрессия этой зимой и, конечно, активно заедалась пирожными и шаурмой. В результате - добро пожаловать в мир людей, которые носят размер L. Перескочить с S сразу на L - отдельный вид искусства. Такой особый талант, видимо, только у меня. Разобравшись с мрачным состоянием, решила привести себя в порядок к марту. Мысль появилась в начале февраля, думала, что хватит 25 дней, чтобы сбросить восемь килограммов. Знающие толк в похудении люди сейчас, наверное, смеются надо мной. Выбрав себе жесткую диету и написав план тренировок, радостно

жевала с утра зеленый салат, уже представляя себя в прежнем размере. Но к обеду погрузилась из-за сильного голода. Решила, что сегодня вкусно поем, а завтра точно соберусь и буду придерживаться диеты. На следующий день все пошло по тому же сценарию, и так до марта. Наступила весна, а весы показывают те же цифры. Посмотрев на погоду, решила, что время худеть еще есть, и продолжила безуспешные попытки сбросить килограммы.

К середине марта у меня развился комплекс от своей безвольности. Заметив мои безуспешные попытки, подруга поделилась своим опытом правильного похудения. Рас-

сказала, что надо хорошо завтракать, рационально распределять нагрузки во время тренировки и не пытаться делать сто приседаний на первом занятии. А вот вечером надо просто перетерпеть, пока не привыкнешь ложиться спать с пустым желудком. В итоге процесс пошел, но не так быстро, как хотелось бы. Килограммы приходят быстро, но уходят медленно. Я поняла, что стать прежней быстро не получится, пока придется смириться и идти в магазин за одеждой большего размера. Теперь стремлюсь похудеть к следующей весне. Надеюсь, все получится.

Таня, 26 лет

ЖЕНЩИНА МОЖЕТ ВСЕ

Иногда трудно выбросить старую мебель. Во-первых, надо купить новую, во-вторых, это дорого. Хочется, чтобы вышло как можно дешевле. Я долго смотрела на старый спальный гарнитур, прикидывая, удастся ли его продать. Но потом решила как-то его обновить. В интернете увидела ролик, как девушка реставрирует старую мебель. По ее примеру разобрала двери и полки, купила новую фурнитуру, помыла, обезжирила и зашпаклевала неровности. Загрунтовала все поверхности адгезионным грунтом, покрасила светлой краской в два слоя, затем нанесла пару слоев прозрачного лака. По выемкам прошла золотистым цветом. Было трудно, но у меня получилось сохранить мебель.

Когда приехали родители, с гордостью показала им свою работу. Папа сразу нашел, к чему придраться, а мама удивлялась, как это я одна смогла проделать такую тяжелую работу. Тогда рассказала ей один печальный анекдот. Женщина может повесить полку, установить розетку, зарабатывать большие деньги и даже построить дом. И вообще женщина может все. Для этого надо только неудачно выйти замуж, как мне, а потом развестись. Зато сколько новых талантов и умений можно в себе открыть!

Рита, 36 лет

ТЕРМОС ЧАЯ

В такую холодную весну нельзя без горячего чая. Я решила заварить свой любимый и взять на работу. Взяла зеленый крупнолистовой и хорошо настояла. Добавила веточку жасмина и бергамот, а еще дольку лимона и немного сахара. Перелила в термос, поставила

в пакет и положила вкусняшки, купленные загодя. С приятным чувством думала, как приеду на работу и, попивая чай, буду разбирать дела. Как было бы хорошо, если бы я не забыла тот пакет дома...

Рамета, 41 год

ОБЩЕСТВО КНИГОЛЮБОВ

Когда за окном дождь или снег, я люблю поуютнее устроиться и, попивая горячий кофе, читать любимые произведения. На мой взгляд, читающие люди стоят на одну ступень выше тех, кто не любит книги. Это не значит, что я смотрю на других свысока. Это не так. Но, согласитесь, читающий человек обладает большими знаниями и словарным запасом. Надо с детства прививать детям любовь к печатным изданиям. Не к электронным книгам, а именно к бумажным версиям. Я выросла в семье, где каждый любит печатное слово и по жизни идет с книгой. Мои мать, отец, братья, дядя и тети - все входят в лигу читателей.

Помню, как в дождливый день, будучи ученицей младших классов, слонялась по дому и скучала. Все домочадцы сидели и читали, каждый в своей комнате. Я пришла к маме с вопросом, что мне делать, чтобы не было скучно. Она посоветовала тоже что-нибудь почитать. Я нехотя взяла красивую большую книгу с русскими народными сказками, и понеслось. Перечитала всю домашнюю библиотеку, все книги подруг и родственников.

Мой брат любит электронные версии, потому что они почти всегда бесплатные и не надо возиться с громоздкими книгами. А мне доставляют удовольствие открывать бумажную книгу, запах новых страниц и предвкушение перед началом. Нельзя лишать себя такой радости. Я и детей своих стараюсь приучить к чтению. У них уже есть свой собственный шкаф с книжками. Их увлекают темы космоса, изобретений, научных фактов. Я не даю им электронные гаджеты, покупаю книжки. Чтобы занять себя и удовлетворить любопытство, им всякий раз приходится обращаться к книжкам. Конечно, я не смогу всю жизнь ограждать их от смартфонов, но чем позже они перейдут к изучению виртуального мира, тем лучше. Надеюсь, к тому времени они накопят интересы в реальном мире, что позволит не уходить в виртуальный. Признаться, тяжело растить детей без телевизора и телефона (он есть только у меня). Стараюсь посеять в них правильные семена, чтобы к моменту сбора урожая не обнаружить чертополох вместо кустов малины.

Радима, 28 лет

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



Ли́ка САРА́ЛЬП – самый юный дизайнер в проекте «Front»

В свои 18 лет она студентка Института бизнеса и дизайна, за ее плечами участие в «Mercedes-Benz Fashion Week» и «PROfashion Masters» в качестве дизайнера одежды, ее работы заинтересовали создателей проекта «Front». Ли́ка САРА́ЛЬП с детства обучалась дизайну одежды у своей мамы Мадины САРА́ЛЬП. В своем творчестве также вдохновляется национальным костюмом, но не ограничивается этнографией.



КАК ОПРЕДЕЛИЛАСЬ С ВЫБОРОМ ПРОФЕССИИ

- В силу того, что мы с сестрой с малых лет наблюдали за работой мамы и нас интересовало все, что касается истории костюма и его создания, поняли, чем будем заниматься в дальнейшем. Я с нетерпением ждала возможности обучаться этому целенаправленно. Окончила школу экстерном и поступила в Москву в Институт бизнеса и дизайна. Не подавала документы в другие вузы, на тот момент о выбранном институте у меня сложилось определенное мнение, которое подтвердилось во время учебы. Здесь ценятся ремесло, технология и процесс создания одежды от начала и до конца, от академической до творческой составляющей. Институт коммерческий, но каждый год студенты по совокупности достижений получают грант ректора на следующий семестр. На первом курсе я получила грант по результатам учебы.

УЧАСТИЕ

В МОДНЫХ ПОКАЗАХ

- Студенты нашего института участвуют в показах «Mercedes Benz Fashion Week», это неделя моды в Москве. Каждые полгода представляют свои работы, в особенности дипломные, и жюри отбирает лучшие из них для показа. В прошлом году там было представлено и несколько моих работ. Свою коллекцию разрабатывала изначально для конкурса «PROfashion Masters» по созданию верхней одежды. На конкурс отправляются эскизы, и в случае отбора дизайнеру предоставляется возможность пошива и показа коллекции в рамках их подиума. Так создана моя коллекция верхней одежды, которая была выбрана для показа «Mercedes Benz Fashion Week».

ПОПАЛА В ПРОЕКТ

- Еще во время участия в «PROfashion Masters» со мной связались представители проекта «Front», сказали, что их заинтересовали мои работы, и попросили обсудить возможность сотрудничества. Я и раньше наблюдала за их работой, их концепция во многом совпадала с моими взглядами.

Создатели проекта – историк моды Ольга МИХАЙЛОВСКАЯ и продюсер Евгения ФИЛИППОВА заявляют: «Идея этого проекта родилась благодаря любви к народному костюму и неприятию сувенирных магазинов. Именно поэтому мы собрали здесь тех, кто

обращается с традициями бережно и нежно, но создает на их основе современные вещи. Никакого маскарада не будет, только то, что можно носить и с чем жить каждый день».

Договор заключается на определенные дизайнерские изделия. В частности, на пальто, которое вошло в каталог, двустороннее, с элементами стилизации. Изначально была вдохновлена таким элементом одежды, как башлык. Крой пальто совмещен с кроем башлыка, получается своеобразный силуэт с капюшоном. Вне контекста национального костюма это выглядит иначе, чем привычные пальто, что повлияло на выбор жюри.

Я не ограничиваю себя этническим направлением, но каждый раз замечаю, что нечто по-настоящему интересное и

оригинальное получается именно когда опираюсь на национальный костюм. Для человека вне нашей культуры он непривычен и привлекает своей неординарностью. Также это некая моя самоидентификация. Все, что с детства видела и впитывала, наблюдая за работой мамы, наложило отпечаток и на мое творчество.

САМА СЕБЕ СТРОГИЙ КРИТИК

- В моде много нюансов, от которых будет зависеть результат. Я понимаю, что сейчас это студенческие пробы, и всегда руководствуюсь своим внутренним ощущением при оценке результата. Готова к конструктивной критике, спокойно к ней отношусь. В рамках института обсуждение работ – тоже неотъемлемая часть обучения. Во

время просмотров и просто дискуссий определяется, какую из десятков идей стоит реализовать в материале. Часто мнение наставника может не совпадать с личным, но таким образом формируется критическое мышление. Я не загадываю надолго вперед. Сейчас больше получаю удовольствие от самого процесса, чем результата, когда завершен один этап, уже видишь новую цель и двигаешься в нужном направлении.

Лилиана ШОРДАНОВА





Сегодня рассмотрим острую социальную драму, развернувшуюся на фоне нападения монстров из параллельного мира.

«Мгла» (18+) -
экранизация романа
Стивена КИНГА 2007 года
(ужасы, триллер,
фантастика)

Внезапный туман, наползающий на город, несет с собой смерть. Перепуганные жители запираются в супермаркете

и предпринимают попытки спастись, не попав при этом в лапы одному из странных существ, напоминающих тварей из ночных кошмаров. Смогут ли они вступить в неравный бой с монстрами или таинственное нечто из тумана не единственное, чего им стоит опасаться?

Это не первая работа Фрэнка ДАРАБОНТА с мастером ужасов

В любой ситуации нужно оставаться человеком

Стивеном КИНГОМ. «Побег из Шоушенка» и «Зеленая миля» - великолепные и по-настоящему великие драмы, завоевавшие не только большое количество наград, но и множество сердец зрителей. Стивен Кинг признался, что все изменения, внесенные в процесс создания фильма «Мгла», принесли ему настоящий восторг. На что Фрэнк Дарабонт ответил, что подобная похвала от Кинга - самый счастливый момент в его карьере.

Картину сняли всего за 37 дней с бюджетом в 18 миллионов долларов. Из-за спешки и ограниченного в два раза бюджета многие сцены фильма получились не такими, какими изначально задумал их режиссер.

Для создания чудовищ Фрэнк Дарабонт пригласил профессионалов, специализирующихся на фильмах ужасов. Основная

задача команды - создать таких монстров, которых ранее не показывали на экране. Существа должны были составить цепочку полноценной экосистемы - от насекомых, до огромных монстров.

«Мгла» - тоже драма с элементами психологического триллера о жителях маленького городка, которые начинают вести себя иррационально и агрессивно по отношению друг к другу.

Обнажение подлинной человеческой сущности перед лицом опасности приводит к тому, что в фильме вас будут пугать не монстры, а люди.

Здесь безумцы правят бал, а сильные и смелые поступают по чести и совести, просто потому что иначе не могут. Инстинкт выживания превращает людей в зверей.

«Мгла» поражает своей жестокостью. Религия может стать

оружием в руках деспотичного фанатика. Страх управляет людьми, делая их податливыми и слепыми к правде.

Все в фильме напуганы одинаково, но ведут себя по-разному. Мгла не вокруг - она внутри.

Технически фильм выполнен великолепно. Нагнетающая обстановка, цветовая передача, игра персонажей и уже знакомые актеры, которых позднее Дарабонт привлек к сериалу «Ходячие мертвецы».

Концовка фильма, которую показал нам Дарабонт, отличается от рассказа, но была одобрена писателем. Финал приводит в оцепенение, оставляя после себя тягучий мерзкий осадок.

Кинг и Дарабонт говорят нам: в любой ситуации нужно оставаться человеком. Боритесь до конца - не теряйте надежды.

Мария ГРАНТ

СУФИЙСКАЯ МУДРОСТЬ ДЛЯ НАШИХ ДНЕЙ

• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН



Наш собеседник - Полина ГУЛЕВИЧ, инструктор по йоге со стажем более 18 лет, дипломированный практикующий нутрициолог, сертифицированный практик мануальной техники Access bars. Полина живет и работает в Нальчике, воспитывает дочь, путешествует и ведет блог о йоге и здоровом питании. Профиль в телеграме - harmony_way

Я взяла бы с собой книгу турецкой писательницы Элиф ШАФАК «40 правил любви», действие которой разворачивается в XIII веке в Турции и перекликается с событиями в современной Америке. Получается как бы книга в книге. Название романа обманчиво настраивает на легкое незамысловатое чтение, но это совершенно не так. Главный герой романа Шамс Тебризи - странствующий дервиш, у которого нет дома и страха что-то потерять, нет предубеждений. Шамс - в переводе с арабского солнце. Шамс - суфий, он видит и объясняет устройство мира не так, как богословы, в частности, обращает внимание человека не на внешний мир, а на свой, внутренний. Герой путешествует по Востоку, толкуя людям, что означают их сны. Он видит суть каждого человека и смело об этом говорит в глаза. Рассказывает притчи и делится 40 правилами любви. Ближайшим другом и последователем Шамса становится Джалаладдин Руми. Окружающие не при-

нимают этот духовный союз, так как под влиянием учителя начинает меняться внутренний мир Руми, он нарушает устои, невзирая на мнение окружающих. Шамс говорит, что любовь - это путешествие, которое изменит тебя, хочешь этого или нет. Во время своего путешествия Шамс сталкивается с разными людьми, многие из которых ненавидят его, клеветают и желают ему смерти. Самый простой способ реагировать на злобу и ненависть - отвечать тем же. Но ведь суфии так не поступают. Шамс знает, что люди всегда хотят найти дьявола, виновника в ком-то, поэтому 19-е правило любви гласит: ищи дьявола в самом себе, а не снаружи у других. Человек, который занимается собой, своим внутренним миром, а не другими, в результате в награду познает Создателя.

Правило 40: любовь - это целый мир. Или ты находишься прямо в центре... или снаружи в тоске. Каждое из 40 правил настолько всеобъемлюще, над ними можно долго размышлять, они интерпретированы под конкретную ситуацию данного романа. Мир в книге показан с разных сторон и даже разных эпох. Есть главы, написанные от лица Шамса, а есть от лица тех, с кем он сталкивается, и даже от лица современного суфия и женщины, которая благодаря ему узнает о 40 правилах любви. Каждый рассказчик делится тем, что видит и чувствует. После прочтения становится понятно, для чего автор книги использовала такой прием чередования. Кто бы ни рассказывал историю, в каждом ощущается влияние Шамса. Много в романе рассуждений о таких общечеловеческих понятиях, как мир, любовь, душа, мироздание. Люди, ищущие ответы на такие вопросы, наверняка заинтересуются романом и не останутся равнодушными. Сквозь века и расстояния доходит до нас фраза Руми: «После нашей смерти не ищите наших могил на земле. Наши могилы - в сердцах просветленных».

Лилиана ШОРДАНОВА

Белые и вкусные

САД-ГОРОД

- Неожиданно вернувшаяся зима внесла коррективы в планы работы садоводов и огородников. Но это лишь немного отсрочило сезон, - говорит владелец приусадебного участка Мария АХРИМОВА из Нарткалы. - Я высаживаю часть овощей в теплицу, поэтому работы круглый год достаточно. Огородных культур выращиваю много, самых разных. Несколько лет назад к ним добавились еще и белые баклажаны - особо полюбившиеся мне и моей семье.

Мы привыкли к фиолетовым баклажанам. Но они горчили, поэтому селекционеры, скрещивая сорта, вывели новый, в котором отсутствует этот недостаток. Им это удалось, убрав темный пигмент, в белых плодах отсутствует горечь. Семена баклажанов белых сортов обладают хорошей всхожестью. Но не все они качественные. Огородники выделяют несколько лучших сортов. «Белая лилия» имеет очень хороший иммунитет к болезням, плохому уходу и прекрасно плодоносит в любых условиях. Стебель этого сорта может вырастать до одного метра, а плоды достигают длины в сорок сантиметров. Недавно появившийся гибридный сорт «белое яйцо» отличается раннеспелостью и способен давать плоды уже через 120 дней после посева. Высота кустов не превышает одного метра, а вот ширина достаточно большая. Плоды небольшие, яйцевидной формы, мякоть кремовая, с нежным, ярко выраженным вкусом. Еще один сорт, который люблю, - «бейби уайт». Его плоды очень вкусные, дает хороший урожай до самых заморозков. Подходит для теплиц и открытых участков. Сажать нужно уже в феврале - марте. Для рассады подойдут торфяные стаканчики, поскольку сорт плохо переносит пересаживание.

Если говорить в общем, баклажаны - теплолюбивые растения, поэтому рекомендуется выращивать их в теплице. Но у нас лето жаркое, поэтому легко могут расти и на грядке. Семена высевают в марте во влажную почву. Всходы могут появиться через 10-15 дней после посева. Чтобы ускорить прорастание, можно замочить семена на ночь в воде. Когда саженцы дости-

гают высоты нескольких сантиметров и дают настоящий лист, их нужно пересадить в емкости диаметром около 9 см, заполненные торфяным субстратом. В середине мая баклажаны уже можно высаживать на грядку. Готовый саженец для посадки должен иметь 6-8 листочков и стебель 15-20 см толщиной с карандаш. Также нужно обратить особое внимание на вредителей, которые могут поселиться на растении, в основном это тля, паутинный клещ и тепличная белокрылка. При поливе растение желательно опрыскивать водой. Это снижает риск заражения паутинным клещом. Поливать надо часто, но небольшим количеством воды. Баклажаны нужно подвязывать, чтобы стебли не гнулись и не ломались под тяжестью плода.

Обычно собирают баклажаны через 30-40 дней после цветения в августе. Хранить их можно пару недель в помещении с максимальной температурой 10°C. Но у нас они надолго не задерживаются. Мы готовим из них всевозможные рагу, обжариваем и закатываем на зиму в банки. Часть солений идет на продажу, а оставшимися лакомимся круглый год. Жаль, что баклажаны нельзя замораживать. После разморозки они превращаются в неприятную безвкусную жижу и из них ничего невозможно приготовить.

Количество полезных компонентов в баклажанах превышает показатели других овощей, а вариантов их приготовления очень много. Баклажаны снижают уровень холестерина в крови и в целом хорошо влияют на организм. Но самое главное, блюда из них получаются вкусными и питательными.

Лана АСЛАНОВА



Необычно и аутентично

Народная мудрость гласит, что из любой ситуации можно извлечь выгоду и урок. Не можете полететь в другие страны, чтобы насладиться красотами и отведать заморских яств? Значит, самое время оглядеться вокруг и удивиться, сколько интересного, находящегося рядом, мы многие годы не замечали. Страна огромная, многонациональная, во многих российских регионах есть довольно необычные и даже странные аутентичные блюда. Опытные гурманы едут туда специально, чтобы их попробовать. Проведем небольшой экскурс.

Сахалин. Здесь готовят салат из стеблей лопуха. Утверждают, что лопух для сахалинцев – как картошка для белорусов. Из него опытная хозяйка может приготовить обед из трех блюд. Лопухи на Сахалине вырастают до двух метров в высоту. Так почему бы не воспользоваться щедрым даром природы, решили жители этого сурового края и стали применять в кулинарии. Особенно ценятся его стебли. Молодые зеленые стебли режут на небольшие кусочки, кипятят, а потом обжаривают в масле. Считается, что холодным это блюдо вкуснее. Жареные стебли остужают, заправляют соевым соусом, посыпают кунжутом и едят как салат. Сахалинцы едят его как самостоятельное блюдо, но неподготовленным туристам подают с рисом.

Хабаровский и Приморский края. Сюда можно приехать за дальневосточным деликатесом – жареными папоротниками. Пригодными для еды считаются молодые побеги папоротника орляка (*Pteridium aquilinum*), которые собирают, пока не развернулись листья. Урожай замачивают в соленой воде, затем промывают и отваривают. Только после этого папоротник можно тушить, жарить или использовать в салатах. Сезон сбора побегов короткий, поэтому папоротник часто засаливают впрок. Если его правильно приготовить, по вкусу будет напоминать грибы.

Алтайский край. Местную сладость, немного напоминающую марципан, называют ток-чок, или алтайским рафаэлло. Делают его из жареных кедровых орехов, меда и измельченных зерен ячменя. Из всего этого замешивается тягучая паста, а потом из нее лепятся фигурки, которые обычно символизируют что-нибудь хорошее: медведь – силу, черепаха – мудрость и т.д. А можно просто скатать шарики.

Чукотка, Магадан. Эти края ассоции-

руются с холодом и особым эскимосским мороженым. Суровые северные народы делают его не на молоке и сливках, а на моржовом или оленьем жире. Жир растапливают на огне, а потом кладут в него ягоды – морошку и калину, как в обычное мороженое. Но некоторые гурманы добавляют туда вместе с ягодами еще рыбу или мясо. Получается сытное лакомство.

А еще на Чукотке готовят копальхен из мяса моржа, тюленя или оленя. На крайний случай сгодится и утка. Несколько дней животное не кормят, чтобы в кишечнике не осталось ничего лишнего. Затем мертвую тушу с неповрежденной кожей несколько месяцев вымачивают в болоте, засыпав торфом. После чего достается, замораживается (опционально), нарезается тонкими ломтиками и подается на стол. Пахнет копальхен ожидаемо специфически. Неподготовленному человеку его лучше не пробовать.

Якутия, Ямало-Ненецкий автономный округ, Чукотка, Красноярский край. Жители этих краев могут удивить туристов строганиной и расколоткой. Свежемороженая рыба, виртуозно настроганная на аппетитно закрученные ломтики, – вот что такое строганина. Для этого блюда берут лучшую рыбу – муксуна, осетра, нельму, омуля, чира. Рыбные стружки обмакивают в соль, черный перец и «маканину» – особый соус. Говорят, на трескучем северном морозе строганина мгновенно согревает.

А на Байкале делают еще и расколотку: замороженного омуля отбивают молотком или бухом топора, снимают шкуру и руками разделяют рыбу на кусочки. Едят расколотку так же, как и строганину: с солью и перцем.

Экскурс в мир необычных гастрономических вкусов народов России продолжим в следующей публикации.

ФАРШЕБНО ВКУСНО

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

– Для меня самые легкие в приготовлении блюда – из мясного фарша, – говорит Арина СОНОВА из Нальчика. – К тому же они получаются вкусными и сочными. Некоторые рецепты достались от мамы, а какие-то подбираю в интернете, обязательно добавляю что-то свое. К примеру, тефтели. Обычно их делают просто в соусе, а я люблю, чтобы в бульоне были еще и овощи. В зависимости от времени года ингредиенты меняются. Неизменными остаются только сами тефтели.



ТЕФТЕЛИ

Ингредиенты: 600 г говяжьего фарша, 60 г риса, 1 репчатый лук, 2 зубчика чеснока, 1 ч. ложка паприки, соль, перец черный молотый, сушеный базилик, 1 яйцо (необязательно), мука для панировки.

Овощи: 500 г картофеля, 170 г капусты, 1 средняя морковь, 250 г помидоров, 1 болгарский перец, 1 репчатый лук, 1 ч. ложка паприки, 2 зубчика чеснока, соль, перец черный молотый, зелень, 2 л воды.

Способ приготовления. Фарш посолить, поперчить, добавить яйцо, измельченные лук и чеснок. Рис отварить до полуготовности, промыть холодной водой и добавить к фаршу вместе с оставшимися специями. Все перемешать и на полчаса убрать в холодильник, чтобы как следует пропитался специями. Затем сформовать небольшие шарики одинакового размера, обвалять их в муке и обжарить с двух сторон на разогретой с растительным маслом сковороде. Теперь займемся овощной заправкой. Лук порезать на полукольца, морковь и перец нарезать соломкой. В глубокой кастрюле сначала обжарить морковь с луком. Затем добавить измельченные чеснок и перец. Пока овощи жарятся, с помидоров снять (если она толстая) кожицу и измельчить. Добавить их уже в конце жарки. Затем залить все кипяченой водой, посолить и поперчить. Дать закипеть соусу и опустить туда порезанные на крупные дольки картошку и капусту. Через 10 минут аккуратно выложить туда тефтели и на среднем огне варить до готовности. Перед подачей на стол посыпать зеленью.

ЗРАЗЫ «ПТИЧЬЕ МОЛОКО»

Ингредиенты: 1/3 стакана молока, 0,5 стакана муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 яйца (1 вареное вкрутую в начинку и 1 сырое в кляр), 50 г твердого сыра, 300 г говяжьего фарша, 1 кусок белого хлеба, соль и черный перец по вкусу.

Приготовление фарша, как на котлеты. Смешать фарш, размоченный хлеб, соль и перец.

Приготовление начинки для зраз.

Вареное яйцо натереть на терке, добавить тертый сыр, соль и перец. Добавить сливочное масло, все тщательно перемешать. Разделить на шарики размером с небольшой грецкий орех и заморозить.

Приготовление зраз. Взять одну столовую ложку фарша, в середину выложить один шарик начинки, края защипнуть и аккуратно скатать в шарик. Немного приплюснуть.

Приготовление кляра. Взбить молоко, яйцо, муку, соль и перец. Получится консистенция жидкой сметаны. Зразы обмакнуть в кляре, положить на горячую сковороду, обжарить с двух сторон до золотистого цвета. Затем довести зразы до готовности в горячей духовке при температуре 220 градусов примерно 15 минут.

КУРИНЫЕ ОЛАДЬИ

Ингредиенты: 400 г куриного фарша, 1 стакан кефира, 1 яйцо, 3 ст. ложки муки, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления. Яйцо взбить с кефиром. Влить в фарш и размешать до однородной массы. Затем добавить муку, посолить, добавить специи и снова хорошо перемешать. Тесто должно получиться, как негустая сметана, чтобы с ложки падала, а не лилась. Если нужно, можно добавить еще муки. Выложить столовой ложкой на сковороду с разогретым маслом, немного разровнять, чтобы получились плоские, как оладьи. Обжарить с двух сторон до румяной корочки.

КОТЛЕТЫ С КАПУСТОЙ

Ингредиенты: 600 г мясного фарша, четверть небольшой молодой белокачанной капусты, 1 яйцо, 3 ст. ложки панировочных сухарей, соль и черный перец по вкусу, 200 г томатного пюре, 50 мл воды, 2 зубчика чеснока.

Способ приготовления. Капусту натереть на крупной терке или перемолоть на блендере. Добавить к фаршу капусту, панировочные сухари, яйцо, соль и перец. Все тщательно перемешать. Влажными руками сформовать котлеты. Обжарить на разогретом подсолнечном масле на сильном огне с двух сторон. Обжаренные котлеты выложить в кастрюлю или сотейник. В отдельной миске смешать томатное пюре, воду и нарезанный чеснок. Посолить и поперчить по вкусу. Залить котлеты соусом так, чтобы они полностью были им покрыты. Если есть необходимость, долить воды. Запекать в разогретой духовке при 180 градусах до готовности примерно 35-40 минут.

Фото автора

Материалы Ланы АСЛАНОВОЙ

КРОССВОРД

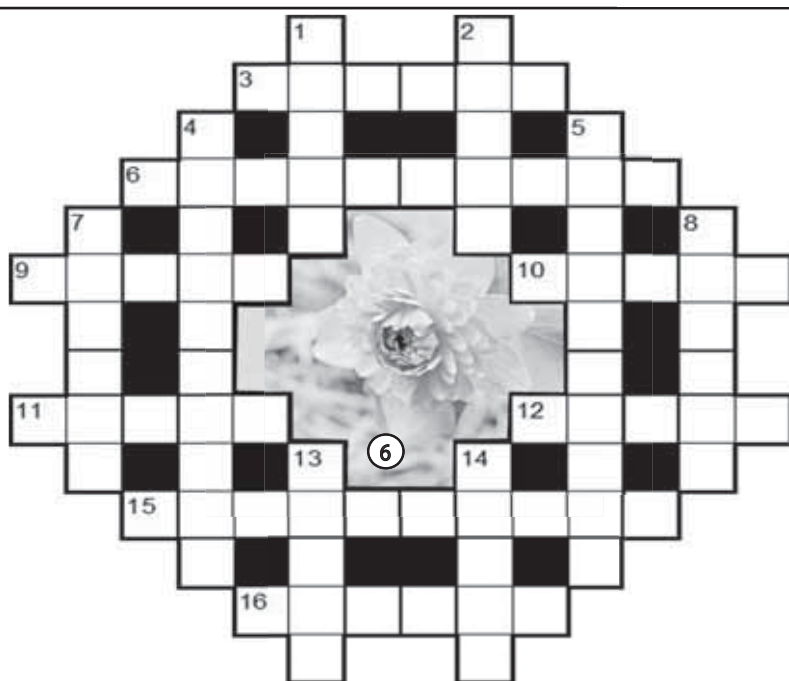
По горизонтали: 3. Плодовое дерево. 6. Красивоцветущее весеннее растение семейства лютиковых. 9. «Жучок» среди гоночных автомобилей. 10. Принадлежность для запряжки лошадей. 11. Духовой музыкальный инструмент. 12. Исторически сложившаяся общность людей. 15. Должностное лицо, сотрудник, ведающий приемкой, отправкой, рассылкой и сортировкой грузов. 16. Древнеримский город, руины которого находятся на территории Будапешта.

По вертикали: 1. Радужный удав. 2. Великан в древнегреческой мифологии. 4. Сказоч-

ный новогодний персонаж, внучка Деда Мороза, его постоянная спутница и помощница. 5. Грушеобразный или вытянутый сосуд цилиндрической формы с округлым дном. 7. Большая желтая бабочка с черным рисунком. 8. Древние греки называли этот город «створотными Фивами». 13. Точка небесной сферы в созвездии Геркулеса, к которой движется Солнце относительно звезд, в переводе с латыни «верхушка». 14. Древнегреческий мудрец и общественный деятель, один из семи особо чтимых мудрецов.

Составила

Фатима КАРАЦУКОВА



Ответы на кроссворд

По горизонтали: 3. Яблоня. 6. Анемонелла. 9. Багря. 10. Сбруя. 11. Гобой. 12. Этнос. 15. Экспедитор. 16. Аквизит.

По вертикали: 1. Абома. 2. Антей. 4. Снегурочка. 5. Аглаострон. 7. Махаон. 8. Луксор. 13. Апенкс. 14. Биант.

Выставка

17 марта в Кабардино-Балкарском Музее изобразительных искусств им. А.Л. Ткаченко открылась выставка «Земле любимой слава и хвала», посвященная Дню возрождения балкарского народа.

ВОСПЕВШИЕ РОДНУЮ ЗЕМЛЮ

В экспозиции представлены работы художников и мастеров КБР из фонда музея. Посетителей ждет живопись известных художников: И. ДЖАНКИШИЕВА, А. КУЛИЕВА, В. БАККУЕВА, Х. ТЕППЕЕВА, В. КУРДАНОВА, С. АЗАМатовой. Интересная серия графических работ Л. АХМАТОВА и его работа «Посвящение Гаппалау» о бесстрашном народном герое и графика Ю. ШАВАЕВА на традиционные мотивы балкарского сказка. Поклонники творчества Я. АККИЗОВА смогут увидеть несколько живописных полотен художника, а также серию графических работ и автолитографии. В экспозицию также включены несколько скульптур заслуженного художника РФ и КБР Х. КРЫМШАМХАЛОВА.

Выставку балкарских мастеров невозможно представить без традиционных кийизов, здесь можно увидеть работы мастера Л. БУЛАТОВОЙ, выполненные между 1990 и 1995 гг. Невероятное восхищение вызывают яркие живописные полотна Л. НУРМАГОМЕДОВОЙ в технике батик. В зале представлено несколько женских шелковых платков, в том числе свадебный, а также традиционный шерстяной башлык.

Выставка работ художников КБР продлится до 3 апреля. Учащиеся от 14 лет и студенты для ее посещения могут воспользоваться Пушкинской картой.

Лиана ШОРДАНОВА.
Фото Астемира Шебзухова



Х. Крымшамхалов. «Танеев и Урусбиев» (бронза)



Я. Аккизов, С. Аккизова. «Весенний сад. Память». Автолит, 1984



Я. Аккизов. «Посвящение», 1982



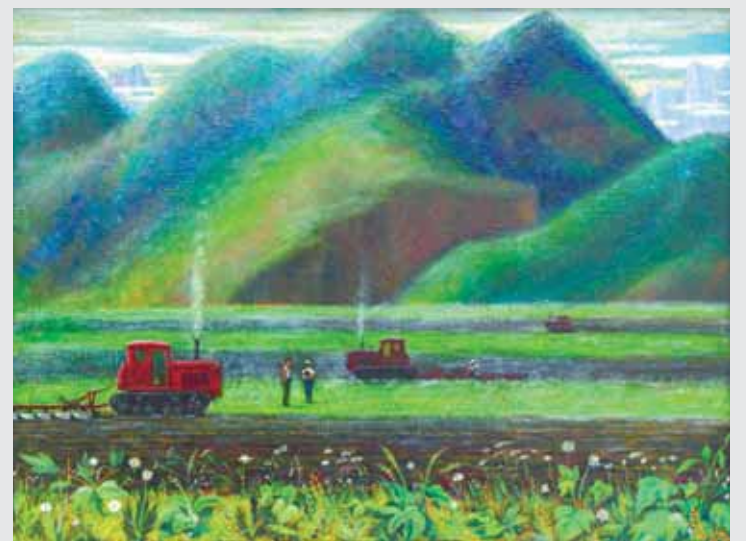
И. Джанкишиев. «Бабушка Мариам», 1976



Л. Булатова. «Кийиз «Свадебный» (шерсть, валяние), 1997



Л. Нурмагомедова. «У источника» (шелк, батик), 1985



А. Азаматов. «В предгорьях», 1980



В. Баккуев. «Весна в Чегеме», 1994



Л. Ахматов. «Посвящение Гаппалау», 1994

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

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

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

Выходит по средам.
Тираж **1673**. Заказ **564**.
Время подписания в печать
по графику – **18.00**
Фактически **22 марта в 17.00**
Индекс - **31222**

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

АДРЕС РЕДАКЦИИ
И ИЗДАТЕЛЯ:
360000,
г. Нальчик, пр. Ленина, 5
E-mail: gazeta-goryanka@list.ru.
You Tube: Газета Горянка

Редакция не вступает в переписку с авторами. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов и объявлений несут рекламодатели. Мнение авторов публикаций может не совпадать с точкой зрения редколлегии.