

№ 20 (1185)

25 мая 2022 г.

Издается с 1993 г.

Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ



В ШКОЛАХ КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ ДЛЯ ВЫПУСКНИКОВ ПРОЗВЕНЕЛ ПОСЛЕДНИЙ ЗВОНОК

Ученики
МКОУ «СОШ им. Р.А. Батчаевой»
с.п. Бабугент
Лейля Акшякова и
Самат Асанов

ВЕКОВЫЕ ТРАДИЦИИ - ЗАЛОГ ПРОЦВЕТЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ

1763-1864 гг. для адыгов всего мира имеют особое скорбное значение. История не знает гуманных войн, но вековое противостояние адыгов за право жить на своей земле вошло в историю как одна из самых длительных и кровопролитных войн. 21 мая, в День памяти адыгов (черкесов) - жертв Кавказской войны, современные адыги, ныне разбросанные по всему миру, вспоминали своих предков, отдавших жизнь, защищая отчий край, и склонили голову перед памятью жертв этой войны. С.3

ОШИБСЯ В ОДНОЙ ЦИФРЕ И НАБРАЛ СВОЮ СУДЬБУ

Марат и Мадина КАЗДОХОВЫ воспитывают семнадцатилетнего Инала – он в десятом классе и восьмиклассницу Амину. Оба – отличники. Инал занимается вольной борьбой, Амина с четырех лет - художественной гимнастикой. Отец семейства – предприниматель, Мадина в сетевом бизнесе. Ждут третьего ребенка. Мы встретились с Мадриной, чтобы поговорить об отношениях двух поколений: что значат для молодых старшие, есть ли живое общение или оно уже заменено формальным? С. 5

ПЕРВЫЙ БАЛКАРСКИЙ ДРАМАТУРГ РАМАЗАН ГЕЛЯЕВ: ГОРДОСТЬ И БОЛЬ НАРОДА

В Балкарском государственном драмтеатре имени Кайсына Кулиева состоялась презентация книги театроведа и журналиста Асият САРАКУЕВОЙ «Рамазан Геляев в жизни и на сцене» о первом балкарском драматурге Рамазане ГЕЛЯЕВЕ. С. 13

МОЖЕТ ЛИ ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ НАНЕСТИ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ?

Все мы знаем людей, стремящихся питаться только экологически чистыми продуктами. Выбор меню у них становится единственным жизненно важным вопросом. Соевый сыр, фрукты и сельдерей, безглютеновая мука, как не потерять адекватность в их ежедневном поиске. Сами по себе эти продукты действительно полезны, но важно понимать меру их полезности. К тому же чуть ли не каждые полгода отдельные ученые заявляют, что их мнения после новых «исследований» по отношению к тому или иному компоненту здорового питания изменились, иногда кардинально. Попробуем разобраться в ситуации. С. 14

В КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ ДО 2025 ГОДА ПОСТРОЯТ 18 ШКОЛ



Кабардино-Балкарской Республике решением Правительства России выделено

около 8 миллиардов рублей на строительство новых школ. До конца 2024 года в

республике будут дополнительно построены еще восемь школ на 5 150 мест.

В ходе рабочей встречи, которую провел Глава КБР Казбек КОКОВ с министром просвещения и науки КБР Анзором ЕЗАОВЫМ, был обсужден план дальнейших действий по реализации распоряжения Правительства РФ. Документ о выделении средств подписан Председателем Правительства РФ Михаилом МИШУСТИНЫМ. Субсидии выделены по госпрограмме «Развитие образования».

Современные школы будут построены в Нальчике, Тереке, Чегеме, Прималкинском, Терсколе, Александровской и Нарткале.

«Главное - благодаря программе, иници-

ированной нашим Президентом Владимиром Владимировичем ПУТИНЫМ, повысим доступность и качество школьного образования», - подчеркнул руководитель региона.

Напомним, в настоящее время строятся одновременно десять школ. С учетом школ, построенных в Кабардино-Балкарии с 2018 года, к 2025 году в республике будет построено 23 новых образовательных учреждения.

На встрече был обсужден и ход подготовки к проведению государственной итоговой аттестации. Стороны отдельно рассмотрели вопросы, связанные с качеством образования, в том числе повышения уровня профессиональной подготовки учителей.

КАЗБЕК КОКОВ ПРОВЕЛ СОВЕЩАНИЕ ПО ВОПРОСАМ РАЗВИТИЯ ИНВЕСТИЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА КБР

В Кабардино-Балкарской Республике продолжается работа по развитию инвестиционного потенциала и формированию в регионе благоприятного инвестиционного климата. Глава КБР Казбек КОКОВ в преддверии Дня российского предпринимательства обсудил с министром экономического развития КБР Борисом РАХАЕВЫМ итоги деятельности ведомства за 2021 год, текущую повестку, а также обозначил задачи на предстоящий период. Информацию по направлениям работы представили заместители министра Темирхан БАЖДУГОВ и Ольга БЕЛЕЦКАЯ,

руководитель Корпорации развития КБР Ахмат ЧОЧАЕВ. Были обсуждены вопросы государственно-частного партнерства, развития малого и среднего предпринимательства, а также сопровождение инвестиционных проектов.

Несмотря на непростой период, связанный с последствиями пандемии, в республике по итогам 2021 года сложился заметный рост инвестиций относительно аналогичного периода 2020 года. Наибольший приток средств отмечается в строительстве, сельском хозяйстве, обрабатывающих

производствах, туризме.

Среди значимых проектов - строительство современных плодохранилищ, модернизация предприятий агропрома, развитие новых видов сельхозтоваропроизводства, в сфере строительства - ввод в строй нового жилья и реализация инфраструктурных проектов. Продолжается инвестирование в сфере гостиничного бизнеса и услуг, что определяется ростом туристического потока.

Сопровождение проектов остается приоритетным направлением деятельности и включает методическую, административ-

ную и инфраструктурную поддержку важных для экономики республики инвестпроектов. В 2021 году Корпорацией развития КБР обеспечено сопровождение 40 инвестиционных проектов в рамках различных государственных программ. В настоящее время ведется разработка проектно-сметной документации и бизнес-планов в сфере гостиничного бизнеса, модернизации и внедрения новых видов производств в строительной и сельскохозяйственной отраслях. В настоящее время в регионе реализуется и планируется к реализации 25 инвестиционных

проектов в различных отраслях экономики на общую сумму свыше ста миллиардов рублей. Продолжается работа по наполнению инвестиционного портфеля.

«Все заявленные инвестиционные проекты реализуются согласно намеченным планам и получают необходимую государственную поддержку», - подчеркнул Глава республики. Казбек Кокков поручил активизировать деятельность корпорации с учетом складывающейся экономической ситуации и сохраняющейся инвестиционной активности по приоритетным для республики направлениям.

Пресс-служба Главы и Правительства КБР

ПОДДЕРЖКА СЕЛА - ОДИН ИЗ КЛЮЧЕВЫХ ПРИОРИТЕТОВ

Председатель Совета Федерации Валентина МАТВИЕНКО провела встречу с тружениками социальной сферы села по вопросам реализации национальных проектов и государственных программ по повышению уровня жизни в сельской местности. Кабардино-Балкарию на встрече представляли исполняющая обязанности главы администрации ст. Котляревской Майского района Надежда ГАЙДИНА и заместитель директора по учебно-воспитательной работе средней школы №2 с. Верхний Куржужин Баксанского района Мадина НЫРОВА, сообщает Минсельхоз КБР.

Поддержка села и аграриев остается одним из ключевых приоритетов государственной политики России, подчеркнула Валентина Матвиенко: «Агропромышленный комплекс является одной из важнейших и успешных отраслей экономики нашей страны, глава государства поставил задачу использовать весь арсенал возможностей и инструментов государственной поддержки АПК», - заявила она. - Наша задача - сделать так, чтобы уже в ближайшем будущем качество жизни в наших селах ничем не уступало городским стандартам».

В сообщении ведомства отмечается, что Кабардино-Балкария в рамках госпрограммы «Комплексное развитие сельских территорий» ежегодно улучшает облик сельских поселений. Так, в прошлом году на развитие сельских



территорий республики было направлено из федерального и республиканского бюджетов около 150 млн рублей. В этом году будет проведен капитальный ремонт спортивного комплекса в с. Благовещенка Прохладненского района, также планируется реконструкция двух километров сельского водопровода. В девяти сельских населенных пунктах республики планируется реализация проектов по реконструкции десяти автомобильных дорог общей протяженностью 16,77 км.

Подводя итоги мероприятия, присутствовавшая на встрече заместитель

Председателя Совета Федерации Галина КАРЕЛОВА отметила, что в комплексном развитии сельских территорий большая роль принадлежит работникам социальной сферы. «Развитая социальная инфраструктура, доступность и качество социальных услуг являются одними из ключевых факторов комфортного проживания на селе. Это во многом определяет уровень жизни селян, который не должен уступать уровню жизни жителей более крупных муниципальных образований», - сказала она.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Представители Кабардино-Балкарского государственного университета им. Х. М. Бербекова приняли участие в работе II международного научного форума «Каспий-2022: пути устойчивого развития».

ИСПОЛЬЗОВАТЬ СТРАТЕГИЧЕСКИЕ ПРЕИМУЩЕСТВА РЕГИОНА

Делегаты посещали стратегические сессии, дискуссионные панели и клубы, лекции и мастер-классы, презентации, выставки, митапы, карьерные консультации. В рамках форума прошли заседания совета ректоров вузов Юга России, Ассоциации содействия многостороннему сотрудничеству в сфере науки и образования в Черноморском регионе и многое другое.

Участники панели «Инновационная экосистема: новая реальность технологического партнерства» отмечают, что в первую очередь надо использовать стратегические преимущества региона. Для Астрахани это выход к Каспийскому морю. Что касается других регионов России, в частности КБР, выбор стратегических приоритетов развития зависит от уникальных природных ландшафтов и развития на их основе совместных проектов для региональных университетов. Для КБГУ таким примером стал союз с Горно-Алтайским государственным университетом. В данном случае предметом сотрудничества могут быть совместные экологические исследования, подготовка инициатив развития горных территорий и экологического туризма. Ключевая задача форума - объединение ведущих представителей сферы наукоемкого предпринимательства - тех, кто вовлечен в ключевые проекты развития транспортной инфраструктуры, судостроения, технологий исследования морских глубин, искусственного интеллекта и т. д.

Ольга СЕРГЕЕВА

• 21 МАЯ - ДЕНЬ ПАМЯТИ АДЫГОВ (ЧЕРКЕСОВ) - ЖЕРТВ КАВКАЗСКОЙ ВОЙНЫ

ВЕКОВЫЕ ТРАДИЦИИ - ЗАЛОГ ПРОЦВЕТЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ

1763-1864 гг. для адыгов всего мира имеют особое скорбное значение. История не знает гуманных войн, но вековое противостояние адыгов за право жить на своей земле вошло в историю как одна из самых длительных и кровопролитных войн. 21 мая, в День памяти адыгов (черкесов) - жертв Кавказской войны, современные адыги, ныне разбросанные по всему миру, вспоминали своих предков, отдавших жизнь, защищая отчий край, и склонили голову перед памятью жертв этой войны.

Траурные мероприятия по погибшим начались еще накануне - 20 мая. В Нальчике в сквере Свободы у памятника «Псэ жыг» («Древо жизни») состоялся концерт старинной адыгской песни «Родина моя - песнь моя», посвященный 158-й годовщине окончания Кавказской войны. Гъыбзэ (песня-плач), стихи были посвящены нелегкой судьбе адыгского народа во время войны. А ночью зажгли 101 свечу как символ векового противостояния горцев.

21 мая здесь же состоялся траурный митинг. В нем приняли участие сотни жителей республики, в том числе руководство КБР, представители Парламента, Правительства, министерств и ведомств республики, главы местных администраций городов и районов, представители общественности и религиозных организаций республики.

Открывая официальную часть памятного мероприятия, министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ сказал, что в день великой скорби адыги всего мира вспоминают предков и задумываются о будущем своего народа. Он зачитал обращение Главы КБР Казбека КОКОВА: «Сегодня, в 158-ю годовщину завершения Кавказской войны, мы склоняем голову перед памятью жертв кровопролитной трагедии, одной из самых скорбных страниц в многовековой истории адыгского этноса. Эхо страшной войны, ставшей результатом противостояния геополитических интересов крупнейших держав той эпохи, приведшей к огромным жертвам среди адыгов и вынудившей большую их часть покинуть родную землю, горечью отзывая-

ется в наших сердцах. Вспоминая события прошлого, мы воздаем должное мудрости, дальновидности, силе духа и стойкости наших предков, сумевших, несмотря на тяготы и лишения, сберечь адыгский этнос, остаться верными сделанному обещанию судьбоносному выбору, сохранить для будущих поколений историческую родину. И эта связь времен не прерывается, благодаря чему адыги сохранили родной язык, традиции и самобытную культуру, добились значительных успехов в социальном и экономическом развитии и сегодня в единой многонациональной семье строят свое будущее в составе нашей сильной и могучей страны - России. Уверен, великое наследие, вековые традиции преданности Отечеству всегда будут служить прочной основой успешного развития Кабардино-Балкарии, залогом новых достижений и процветания народа республики».

Затем муфтий Кабардино-Балкарии Хазраталий ДЗАСЕЖЕВ совершил дуа (заупокойную молитву) по жертвам войны.

О драматичной судьбе адыгов и исторических уроках прошлого говорил в своем выступлении и президент Международной черкесской ассоциации Хаути СОХРОКОВ: «Для адыгов (черкесов) Кавказская война стала национальной катастрофой: только десятая часть народа осталась на своей исторической родине, остальные погибли или оказались разбросаны по всему миру. Нелегкой была судьба многих оказавшихся на чужбине.

Мы вечно будем помнить тех, кто отдал жизнь, защищая родной край, склоня-



ем голову перед памятью всех жертв Кавказской войны. Наша священная обязанность перед предками и будущими поколениями - сохранить память о трагических страницах минувших лет и не допускать подобного вновь.

К сожалению, и сейчас находятся силы, которые хотели бы продолжать сеять межнациональную рознь. Уроки Кавказской войны требуют от нас мудрости, взвешенных решений, доброжелательного отношения друг к другу. Межнациональное согласие не должно быть принесено в жертву чьим-то амбициям и интересам. Жить в мире и согласии единой многонациональной семьей, вместе противостоять любым невзгодам, быть друг другу опорой - только такой путь является залогом процветания нашего народа и всего Отечества. Руководством России и Кабардино-Балкарии делается все возможное для сохранения культурного наследия, самобытности многочисленных народов, населяющих нашу страну, для поддержки соотечественников, проживающих за рубежом».

В 12 часов была объявлена минута молчания. Затем присутствовавшие возложили цветы к памятнику «Древо жизни».

К этой дате было приурочено открытие выставки в Национальном музее КБР. На официальном открытии директор музея Феликс НАКОВ отметил, что история адыгов до и после Кавказской войны

представлена на основе богатого материала из фонда музея - предметов археологии, документов, карт, фотоматериалов, рисунков участников Кавказской войны Г. ГАГАРИНА и Т. ГОРШЕЛЬТА, богатейшего этнографического музейного собрания. Дополнением к ним стали произведения современных мастеров декоративно-прикладного искусства и художников из КБР и Адыгеи. Особое место на выставке занимают уникальные книжные издания с архивными документами, фотографиями и научными статьями о событиях того периода. Также представлены оригинальные иллюстрации к первым изданиям адыгского нартического эпоса в работах художников Л. ФАЙНБЕРГА и Р. ДИДЕНКО из фондовых собраний НМ КБР. Выставка представлена сразу в нескольких залах и продлится еще месяц.

В эти дни по всей республике состоялись мероприятия, приуроченные к 158-й годовщине окончания Кавказской войны. Прошли открытые уроки памяти, классные часы, «круглые столы», тематические книжные выставки, презентации, конкурсы рисунков, литературные вечера «Помним скорбный день», «Земля моя - песнь моя», «Истамбыл гъузгу». Историю надо помнить, чтобы в настоящем и будущем не допускать трагических ошибок.

Алена ТАОВА.
Фото автора
и Астемира Шебзухова





ЭФФЕКТИВНОЕ РЕШЕНИЕ РЕГИОНАЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ И ПРОТИВОСТОЯНИЕ ГЕОПОЛИТИЧЕСКОМУ ДАВЛЕНИЮ

Всероссийская научная конференция «Кабардино-Балкария – республика в составе Российской Федерации (1922-2022): истоки, становление и конституирование» прошла в Парламенте КБР. Ее организаторами выступили законодательный орган республики, Институт гуманитарных исследований – филиал ФНЦ «КБНЦ РАН» и отделение Российского исторического общества в КБР. Конференция была приурочена к 100-летию государственности республики.

Среди гостей форума были делегация Карачаево-Черкесии во главе с первым заместителем Председателя Народного Собрания КЧР Дагиром СМАКУЕВЫМ и заместителем Председателя Правительства Чеченской Республики Джамбулатом УМАРОВЫМ. В адрес конференции поступили приветственные телеграммы от председателя Государственного Совета – Хасэ Республики Адыгея Владимира НАРОЖНОГО и профессора, главного научного сотрудника Института российской истории РАН Николая БУГАЯ. Видеоприветствия направили председатель Правления Российского исторического общества, исполнительный директор фонда «История Отечества» Константин МОГИЛЕВСКИЙ и профессор, заведующий лабораторией казачества Федерального исследовательского центра «Южный научный центр РАН» Андрей ВЕНКОВ. Участникам заседания был показан ролик с архивными видеокадрами, отражающими основные этапы становления Кабардино-Балкарии.

«Для всех нас это не только знаменательная дата, но и возможность для осмысления прошлого и настоящего, видения исторических перспектив. Необходимо помнить, что Кабардино-Балкария унаследована нами как исторически сложив-

шаяся форма самоопределения наших народов в составе России», – сказала Председатель Парламента КБР Татьяна ЕГОРОВА, открывая форум. Обретение автономии она назвала важной вехой в исторических судьбах кабардинского и балкарского народов, которая открыла широкие возможности для развития и позитивного изменения во всех сферах жизнедеятельности. «Пройденный республикой за столетие путь – это превращение Кабардино-Балкарии из отсталой окраины России в экономически развитый, индустриально-аграрный регион, восхождение от культуры, основанной преимущественно на фольклоре, до высокопрофессионального искусства, получившего всероссийское и всемирное признание, от сплошной неграмотности к высокому уровню образованности», – подчеркнула Т. Егорова.

Говоря о перспективах развития, спикер назвала задачи по модернизации экономики на основе передовых технологий, создание гражданского общества с эффективно работающей исполнительной и законодательной властью, конструктивное сотрудничество с политическими партиями и общественными движениями, единство власти и общества.

Истокам создания автономий малочисленных народов, во-

просам сохранения и развития самобытности и культуры национальных меньшинств посвятил свое выступление профессор, академик РАН, научный руководитель федерального научного центра «Кабардино-Балкарский научный центр РАН» Петр ИВАНОВ. По его мнению, проблема развития малочисленных народов чрезвычайно важна, чтобы сохранить Россию как великое государство.

Профессор, Уполномоченный по правам человека в КБР Борис ЗУМАКУЛОВ остановился на событиях периода перестройки СССР, совпавших со сложным моментом в жизни Кабардино-Балкарии, когда были попытки посеять рознь между мирно проживающими народами, разделить республику по этническому принципу. Однако республика, верная традициям старших поколений, смогла устоять и пошла по пути стабильности и мира, межнационального и межконфессионального согласия. Определяющая заслуга в этом принадлежит первому Президенту КБР Валерию КОКОВУ и его соратникам, отметил докладчик.

Доклад «Кабардино-Балкария, Карачаево-Черкесия и Республика Адыгея в общегосударственном и региональном социально-политическом процессе национально-государ-

ственного строительства (1922-2022 гг.)» представил доктор исторических наук, профессор, директор Института гуманитарных исследований – филиала Федерального научного центра «Кабардино-Балкарский научный центр РАН» Касболат ДЗАМИХОВ. Он заметил: сохраняя и укрепляя территориальную целостность Российского государства, федеральная власть по отношению к регионам действует в основном средствами политико-правового и административного характера, что приводит к эффективному решению ряда региональных проблем, чтобы противостоять геополитическому давлению на российское государство внешних сил, пытающихся расшатать этнополитическую ситуацию на Северном Кавказе.

По мнению К. Дзамихова, динамика этнополитических процессов на Северном Кавказе, формы и уровни политического участия населения в общероссийской жизни свидетельствуют о том, что массовое сознание северокавказских народов сохраняет сложную многомерную конфигурацию. Она охватывает этническую идентичность, национально-государственную и гражданскую общероссийскую идентичность. К настоящему времени в каждой республике Северо-Кавказского региона

• В ПАРЛАМЕНТЕ КБР

оформились своя специфическая система равновесия и набор факторов, поддерживающих социально-политическую стабильность.

С докладами также выступили ведущий научный сотрудник сектора новейшей истории ИГИ КБНЦ РАН, доктор исторических наук Алим Тетуев («Об основных этапах развития федеративных отношений в России (на примере Кабардино-Балкарии)»), представитель Главы и Правительства КБР в Парламенте КБР и судебных органах, кандидат юридических наук Магина ДЫШЕКОВА («Кабардино-Балкарская Республика: от системы советов – к современному парламентаризму»), и.о. директора Центра непрерывного повышения профессионального мастерства педагогических работников Минпросвещения КБР, доктор исторических наук Артур КАЖАРОВ («Национально-государственные процессы в Кабардино-Балкарии в 1917-1922 гг.»), заместитель руководителя Аппарата Парламента КБР – начальник правового управления, кандидат юридических наук Аслан ХАМУКОВ («Конституционный статус республики в составе РФ: теоретико-правовой аспект»), старший научный сотрудник сектора средневековой и новой истории, заведующий кафедрой отечественной истории и этнологии ИГИ КБНЦ РАН, доктор исторических наук Алексей АБАЗОВ («Учреждения власти в условиях перехода от Нальчикского округа к Кабардино-Балкарской автономной области: динамика судебного-административных преобразований в первой четверти XX века»).

В рамках конференции прошли научные заседания в секциях на площадке Института гуманитарных исследований, где было заслушано около тридцати докладов.

Ольга КАЛАШНИКОВА

28 медработников будут направлены в районы по программе «Земский доктор»

• НОВОСТИ

До конца года согласно государственной программе «Земский доктор» врачи и средний медперсонал трудоустроят в медучреждения населенных пунктов Зольского, Черекского, Майского, Чегемского, Баксанского, Урванского, Терского, Эльбрусского и Прохладненского районов. В основном это участковые терапевты и педиатры, но есть и узкие специалисты - фтизиатр, эндокринолог, офтальмолог, оториноларинголог.

Переехавшие на работу в сельские населенные пункты, рабочие поселки или поселки городского типа, отнесенные к труднодоступным и удаленным территориям, врачи получают по 1,5 миллиона рублей, фельдшеры - по 750 тысяч рублей. 1 миллион рублей выплатят врачам, переехавшим в населенные пункты с численностью населения до 50 тысяч человек.

Субсидии предоставляются в рамках государствен-

ной программы Российской Федерации «Развитие здравоохранения».

В Кабардино-Балкарии по итогам реализации программы «Земский доктор» в 2019-2021 годах в государственные медицинские организации трудоустроено сто врачей разного профиля. Проект предусматривает выплату подъемных денежных средств врачам, уезжающим в сельскую местность, где они обязаны отработать пять лет.

До 1 октября необходимо определиться с набором социальных услуг

Отдельные категории граждан, имеющие право на льготы и меры социальной поддержки в соответствии с федеральным законодательством, могут выбрать форму получения набора социальных услуг: натуральную или денежную.

Натуральная форма предполагает предоставление набора непосредственно в виде социальных услуг, денежный эквивалент выплачивается полностью или частично.

Набор социальных услуг включает лекарства, медицинские изделия и лечебное питание для детей-инвалидов; путевку на санаторно-курортное лечение для профилактики основных заболеваний; бесплатный проезд на пригородном железнодорожном транспорте или на междугородном транспорте к месту лечения и обратно.

По умолчанию набор

предоставляется в натуральной форме. Исключение составляют граждане, подвергшиеся воздействию радиации, которым он изначально предоставляется в денежном эквиваленте.

Чтобы получить весь набор или его часть деньгами, необходимо до 1 октября подать соответствующее заявление в территориальный орган Пенсионного фонда РФ. Если раньше

заявление об отказе от получения социальных услуг в натуральной форме уже подавалось, нового заявления не требуется, набор будет выплачиваться деньгами до тех пор, пока гражданин не изменит свое решение, например, решит возобновить получение НСУ, одну или две социальные услуги в натуральном виде. При подаче нового заявления до 1 октября текущего года набор с учетом выбранных условий начнет предоставляться с 1 января 2023 года.

ОШИБСЯ В ОДНОЙ ЦИФРЕ И НАБРАЛ СВОЮ СУДЬБУ

Семья

Марат и Мадина КАЗДОХОВЫ воспитывают семнадцатилетнего Инала – он в десятом классе и восьмиклассницу Амину. Оба – отличники. Инал занимается вольной борьбой, Амина с четырех лет – художественной гимнастикой. Отец семейства – предприниматель, Мадина в сетевом бизнесе. Ждут третьего ребенка. Мы встретились с Мадинай, чтобы поговорить об отношениях двух поколений: что значат для молодых старшие, есть ли живое общение или оно уже заменено формальным?



- Мадина, как вы познакомились и решили создать семью? Спрашивали разрешения у старших? Или это уже прошлый век?

- Как познакомились? Это было восемнадцать лет назад. Как быстро летит время! Он звонил в больницу, а попал к нам, тогда еще были стационарные телефоны. Выяснилось, что ошибка в одной цифре. Потом он позвонил еще. Я решительно ответила, чтобы не звонил и не отвлекал меня. Была очень увлечена учебой на юридическом факультете, я и школу окончила с золотой медалью. В общем, книжный человек. О создании семьи вообще не задумывалась. Но он продолжал звонить. И мы начали общаться просто как друзья. После университета начала работать. И тут – предложение о замужестве. Задумалась. Да, я ему полностью доверяла, он – надежный, ответственный, инициативный, щедрый, сильный. В общем, настоящий мужчина.

Я – балкарка, он – кабардинец. Многие родственники были категорически против. Мой папа – патриот своего народа, дома говорим только на балкарском. Когда я обратилась к маме и папе, отец без сомнений тут же ответил: «Ты – умная. Я доверяю твоему выбору. Если считаешь, что он твой человек, надежный, значит, так и есть». Его родители сказали ему то же самое. Я считаю, что родительское благословение важно.

- Как сложились отношения со свекровью и свекром? Вообще, должны ли быть у молодой хозяйки с ними отношения? Есть страны, где их вообще нет.

- Мы живем на Кавказе, у нас свои обычаи, и я уважаю их. Родственные отношения надо поддерживать – так жили наши предки. Понимаю, жизнь изменилась. Но как у женщины могут отсутствовать отношения с людьми, которые растили, воспитывали и учили ее супруга? Благодарю Всевышнего,

что попала в прекрасную семью. У меня не было времени на адаптацию, с первой минуты мы – родные! У супруга, кроме родителей, в доме еще и бабушка, это такое чудо! Весь год, что мы жили с ними в селе, мне было так весело. Да-да, очень много смеялась, улыбалась. Бабушка вообще меня не пускала на кухню, сама готовила. Но я не сидела без дела, помогала и потихоньку научилась готовить кабардинские блюда. Они заботятся обо мне больше, чем о дочерях. И я сделала вывод: я – их любимая дочка! Через год переехали в город, он – старший сын, по традиции в доме

остается младший. У нас свой дом. Дети помогают с уборкой. Муж – щедрый человек, отлично готовит, особенно мясные блюда, любит угощать родственников и друзей. Жизнь показала: интуиция меня не подвела. Он – настоящий глава семьи, мы за ним как за каменной стеной. У нас есть защита, забота, любовь – и это все он.

- Но вы же были отличницей... Могли бы сделать карьеру.

- Никто не думал, что я не буду работать. Но в какой-то момент я сделала выбор в пользу детей и семьи. Да, я увлеченно училась, но у жизни

свое течение, у Всевышнего свои планы, Он знает, что для меня лучше. Надо слышать не только свои мечты, но и чувствовать течение реки, в которой мы лишь капля. Я приняла свою судьбу. Осознала, как много мне подарил Всевышний. У меня есть круг общения, он не ограничен только семьей и родственниками, занимаюсь сетевым бизнесом.

- Были моменты, когда вам было трудно в семейной жизни?

- У нас не было кризисов и серьезных конфликтов, все восемнадцать лет мы прожили хорошо. И уже нет ни его, ни меня отдельно, мои и его родители стали общими, нас связывает все – дом, дети, родители, мечты, миллионы воспоминаний. Все хорошо! Но когда дети болели бесконечными детскими болезнями, было тяжело.

- Но всегда есть место милым мелким ссорам. В вашем случае назовите хотя бы одну причину для них.

- Не люблю спешить. Всегда опаздываю. А муж говорит: «Быстрее!». Но я не изменилась. Продолжаю везде опаздывать. А он всегда все делает вовремя.

- А в чем еще вы совершенно разные?

- Он любит горы, жизнь в палатке, а я нет, мне нужен цивилизованный отдых: море, отель. Могу месяцами быть на море, не надоедает. Но иногда иду в горы. Компромисс. В семье без этого никак.

- Спасибо за встречу!

Фото из семейного архива

Азрет МЕЧУКАЕВ, кандидат медицинских наук, народный врач КБР:

- Я окончил школу рабочей молодежи в Тырныаузе. Как давно это было! Последний школьный звонок, выступали шахтеры, говорили о значении труда, затем известные люди желали нам доброй дороги в большую жизнь. После школы были армия, потом университет. Но я часто возвращаюсь в памяти в этот далекий день, где звучит мой последний школьный звонок и нас наставляют на путь созидания и труда. Такие дни не забываются.

Артур КОКОВ, помощник депутата Парламента КБР, заведующий отделом колледжа «Строитель»:

- Я окончил школу №1 в Малке. Это был 2003 год. Последний школьный звонок, мы все нарядно одетые и интересная особенность: играла пластинка, звучал «Школьный вальс», в танце кружились пары. Я в тот день произнес речь от имени выпускников и вручил букет директору школы - заслуженному учителю РФ Мае Ордашуковне МАХОТЛОВОЙ. Это была почетная миссия. Вечером в школе была дискотека.

В нашем классе было семнадцать человек, в параллельном – двадцать. После экзаменов до выпускного вечера мы пять дней работали в колхозе у арендаторов, за усердные труды они дали нам бычка. Из этого мяса и были приготовлены нашими родителями все блюда на стол. Никаких поборов, никаких ресторанов и

ВЫ ПОМНИТЕ СВОЙ ПОСЛЕДНИЙ ШКОЛЬНЫЙ ЗВОНОК?

кафе. Честно говоря, я не понимаю, зачем простой, естественный факт окончания школы накручивать и превращать в очень затратный для родителей проект. Материальный уровень семей сейчас сильно разнится, и соревнования, кто круче отметит финал школьной жизни, больно бьют по самолюбию малообеспеченных семей. Мы не вправе об этом забывать, если претендуем хотя бы на зачатки гражданского общества.

Инна БОЛЬШАКОВА, программист:

- Я считала по минутам, когда пройдут и последний школьный звонок, и все экзамены. Нет, не из страха получить двойку, просто не любила школу. Более того, каждый раз, когда мы отдыхали с семьей на море, надеялась, что по приезде обнаружу, что школа развалилась, исчезла и так далее. А в университете мне нравилось. Невозможно любить все предметы. В школе физики учат лирику, а лирики – физику. Тяжело. Да еще

и в классе верховодили самые наглые и бессовестные. Я хорошо училась, но была тихой. И меня травили. Так что знаю не понаслышке о буллинге, о котором сейчас так много говорят психологи. Родителям никогда не жаловалась, но они, видимо, что-то почувствовали и сами перевели меня после восьмого класса в соседнюю школу. Там было лучше. Но неприятие школы уже было не изжить.

Марзият ХОЛАЕВА, заслуженный журналист КБР:

- Последний школьный звонок, конечно, помню: две косы ниже пояса с бантами на концах... Сейчас такое не увидишь. Никаких укладок, макияжа, все было просто. Мне купили ситцевое платье и босоножки. Никаких застолий не было. После линейки сидели с классным руководителем в кабинете и просто беседовали о жизни. А потом я попыталась поступить в технологический техникум, где работал мой

брат Володя... и получила «двойку». А моя сестра Лиза была тогда единственной женщиной – часовым мастером. И вот журналист газеты «Заман» Володя АЛИКАЕВ как-то чинил у нее часы, и сестра спросила: «А у вас нет какой-нибудь работы?» В тот же день Володя приехал к нам и привез меня в редакцию, я стала работать подчитчиком и... осталась в редакции навсегда. После последнего школьного звонка стремительно быстро начинается взрослая жизнь, просто не успеваешь даже осознать, что уже не ребенок. Желаю всем выпускникам счастливого попутного ветра и добрых попутчиков. Всегда верю молодым. Они построят другой мир – более милосердный. Успехов!

Дарья КУЛИКОВА, продавец:

- Незабываемый день! Когда звенел мой последний школьный звонок, я плакала. Понимаешь: все, детство растаяло, уже все по-взрослому. Мама после работы шила по вечерам, чтобы у меня были хорошее платье и большой букет роз, чтобы я не комплексовала. Часто вспоминаю школу. Очень люблю читать, но, увы, времени на это остается мало. С одноклассниками так ни разу после выпуска и не встретились. У нас была прохладная атмосфера в классе. Зато учили нас хорошо, учителя были требовательными. Спасибо им!

В большую музыку пришла случайно и навсегда



- Я уроженка села Овсянка Зейского района Амурской области. Родилась в простой рабочей семье: мама по образованию зоотехник (окончила Терский сельскохозяйственный техникум), уроженка Прохладного, папа - тракторист, родился на Дальнем Востоке, в поселке Николаевка, имеет начальное музыкальное образование баяниста, - рассказывает Л. Нархова. - Когда мне было три года, наша семья переехала на Кавказ в город Прохладный, где я ходила в детский сад, а затем училась в 11-й СШ поселка Винсовхоз. Петь и танцевать любила всегда, участвовала в кружках художественной самодеятельности и во всех школьных мероприятиях. Слушать любила произведения самого разного направления, но в большую музыку пришла случайно. Моя двоюродная сестра занималась в музыкальной школе г. Прохладного по классу флейты у преподавателя Ирины Николаевны СИТНИКОВОЙ. Будучи в гостях у сестры, я первый раз увидела инструмент и заинтересовалась им. Так пришла в музыкальную школу. Окончив восемь лет общеобразовательной школы, по наставлению Ирины Николаевны поступила в Минераловодское музыкальное училище и по окончании пришла работать преподавателем по классу флейты в родную школу г. Прохладного.

Как у молодого неопытного специалиста не все сразу получалось. Но рядом были главный наставник и помощник - мой педагог Ирина Николаевна и коллеги, которые помогали, советовали, поддерживали. Шло время, и приходил опыт. Сколько было мною выпущено учеников, не считала, не было такой цели. На мой взгляд, самое главное, и это не громкие слова, - воспитание духовной личности, понимающей и любящей музыку, искусство в целом. Очень жаль становилось, когда дети, приходящие к нам школу, в мой класс, уходили по разным причинам, не получив музыкального образования в полном объеме. Ведь это только формирующиеся личности, неокрепшие души.

С детьми работать радостно и сложно, к каждому нужен индивидуальный подход, и в этом особый интерес. Причем дети, сами того не подозревая, в той или иной степени и на нас оказывают влияние, воспитывая своих педагогов. Не надо этого бояться, а только благодарить за подобное совместное творчество. Очень приятно, когда видишь, как на твоих глазах растет ребенок, взрослеет, развивается, становится лучше, добивается определенных целей на том или ином отрезке образования. И лучшей оценкой педагога является благодарность родителей и самих учеников, - утверждает Л. Нархова.

В середине мая юбилей отметила преподаватель ДШИ г. Прохладного по классу флейты Лариса НАРХОВА. Лариса Владимировна преподает в школе с 1986 года, с 2016 года заведует оркестровым отделением. Специалист, работающий на высоком профессиональном уровне, заинтересованно и творчески относящийся к работе с детьми, внимательный и корректный в общении коллега, обаятельная женщина, чудесная мать и жена. Все эти качества заслужили уважение коллектива. Ее профессиональное мастерство и кропотливый труд в развитии творческих способностей детей неоднократно были отмечены различными наградами. За ними - труд целеустремленного творческого человека, отдающего себя сложной и многогранной работе с детьми.

А теперь слово коллективу.

Ирина ПОПОВА: Лариса Владимировна - чуткий и любящий свою профессию педагог, ее уважают все ученики. К каждому умеет найти подход, мотивировать к занятиям, поддержать перед ответственным выступлением. За годы преподавательской деятельности многие учащиеся Ларисы Владимировны представляли наше отделение на концертах, открытых уроках, методических заседаниях и конкурсах различного уровня.

Ольга ПОПОВА: Лариса Владимировна преподает в школе искусств уже много лет. Не одно поколение детей знают ее как преподавателя. Лариса Владимировна не только преподаватель со стажем, но и заведующая оркестровым отделением. Преподаватели отделения изобразительного искусства желают Ларисе Владимировне творческих успехов, здоровья, побед на конкурсах различного уровня и всего самого наилучшего.

Наталья ХАЙЛОВА: От всего сердца преподаватели отделения народных инструментов поздравляют Ларису Владимировну с этим замечательным праздником! Пусть будут частыми радостные и приятные события в вашей жизни, а неизменная удача и везение постоянно сопутствуют вам. Пусть сбываются надежды, а поставленные цели с каждой минутой становятся все ближе. Хочется, чтобы любовью, отзывчивостью и теплотой радовали близкие, и друзья пусть будут рядом в нужный час.

Марина ДАНИЛЬЧЕНКО: Преподаватели фортепианного отделения рады всегда быть рядом с вами и делить все сложности и радости нашей профессии. Много лет мы находимся с вами не только в моменты наших совместных концертных выступлений, но и работаем вместе с вашими учениками на уроках концертмейстерского класса. Флейта - особенный инструмент, который определяет характер человека: легкий, подвижный,

солнечный и яркий! «Флейта - звук волшебный, это голос сокровенный, это счастье и покой, это разговор с душой...» И сегодня самый лучший повод сказать вам наши комплименты. Дорогая именинница, вы всегда такая яркая и обворожительная женщина. Хочется пожелать вам находиться в уюте и окружении только доброжелательных и искренних людей. Пусть каждый день начинается с ярких солнечных красок и приятнейших мелочей. Желаем вам, чтобы вся жизнь была доброй сказкой и чудесной длинной историей.

Елена ПОГРЕБНЯК: Прекрасной коллеге и потрясающей женщине хореографическое отделение желает невероятных сил и энергии, креативного мышления и уникальных способностей, успехов и благополучия, неотразимой красоты и доброты души, большого счастья и удачи.

Ольга ПОДСТАВКА: Уже много лет вы посвящаете своих учеников в одно из самых прекрасных искусств - искусство благозвучия, гармонии и ритма, учите слушать и слышать, познавать мир звуков, различать каждую интонацию и получать от этого радость. Вы открываете для ребят прекрасный и вечный мир музыки, который делает их лучше и богаче душой. В музыке живут наша душа, наше сердце, все наши чувства. Музыка поистине способна творить чудеса, затрагивая самые тонкие струны чувств. Все театральное отделение от души желает, чтобы музыка придавала вам сил, приносила жизненную энергию и воодушевляла на новые свершения, дела и победы. Пусть в вашем жизненном гимне никогда не будет диссонансов, а каждое мгновение приносит лишь радость и надежду. Желаем терпения и выдержки, чтобы с легкостью преодолевать все модуляции и достигать желаемой гармонии. Пусть великое искусство музыки лечит, поддерживает и вас, и близких.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Семьи были представлены в пяти номинациях - «Многодетная семья», «Молодая семья», «Сельская семья», «Золотая семья» и «Семья - хранитель традиций». На суд жюри были представлены презентационные материалы, в которых семьи рассказывали о своих буднях, праздниках, жизненных ценностях и достижениях в видеороликах и небольших эссе. По мнению членов жюри, каждая из заявленных семей может претендовать на звание лучшей в своей номинации. Но конкурс есть конкурс, первые три места распределены следующим образом.

В номинации «Многодетная семья» на первом месте Мухамед и Оксана КУШЕВЫ (Урванский район), на втором - Адемей и Мадина ДЖАППУЕВЫ (Эльбрусский район), на третьем - Алий и Альбина ОЗРОКОВЫ (г. Баксан).

В номинации «Молодая семья» первые три места до-

стались соответственно Александр и Галине МАКАРЬЕВЫМ (г. Майский), Аскеру и Ренате АШИЖЕВЫМ (Терский район) и Солтану и Алимие ГУЛИЕВЫМ (Эльбрусский район).

В «Сельской семье» на первом месте Руслан и Асият БАГОВЫ (Зольский район). Второе место заняли Хамид и

Фатима БЖАМБЕЕВЫ (Баксанский район), третье досталось Ахмеду и Лиане ЖЕКАМУХОВЫМ (с. Кенже).

В номинации «Золотая семья» в тройке лидеров - Мухарби и Нажабат КУБАДИЕВЫ получили первое место (Черекский район), Хакяша и Любовь БАБУГОВЫ - второе (Зольский район),

третье - Сафар и Римма ШОГЕНОВЫ (Баксанский район).

В номинации «Семья - хранитель традиций» на первом месте Абдулкерим и Земфира ЭЛЬМЕЗОВЫ (Эльбрусский район), на втором - Борис и Марьяна ЖИГУНОВЫ (Баксанский район), на третьем - Бетал и Эльмира КОДЗОКОВЫ (Терский район).

По традиции в течение года мы будем публиковать на страницах нашей газеты материалы не только о семьях-победителях, но и об участниках конкурса «Семья года».

Алена КАРАТЛЯШЕВА

ДОСТОЙНЫЕ ПОБЕДЫ

На прошлой неделе Министерство труда и социальной защиты в заочном формате провело региональный этап всероссийского конкурса «Семья-года-2022». Всего в нем приняли участие 33 семьи со всех районов и городов республики.

• КОНКУРС



Смотреть вперед, не забывая о традициях

Руководитель отдела культуры Баксанского района Зера ТХАМАДОКОВА говорит, что для нее быть работником культуры – это жить, дышать своей работой и творчеством, а значит, идти в ногу со временем, не забывая при этом о наследии народа. В наше время, когда жизнь наполнена бесконечными трудностями, проблемами и заботами, хочется чего-то особенного, светлого и доброго, чтобы дарить людям радость.

ТВОРЧЕСКИЙ ПУТЬ

- В сфере культуры я относительно недавно, всего два года. В юности мечтала о сцене, хотела стать актрисой, но родители посчитали, что эта профессия не подходит девушке, которая в дальнейшем планирует создать семью. Я послушалась их и поступила на филологический факультет КБГУ, проработала в сфере образования 23 года в качестве завуча по воспитательной работе, параллельно вела уроки любимого кабардинского языка. Работая в школе, приходилось организовывать различные творческие мероприятия, что делала с удовольствием. Так что в сфере культуры новичком себя не чувствую.

РАБОТА ОТДЕЛА КУЛЬТУРЫ СЕЙЧАС

- Благодаря руководству района, которое нас всегда поддерживает, возможности в сфере культуры сейчас огромные, и это радует. Это поддержка в лице главы Баксанского района А. БАЛКИЗОВА и заместителя главы, курирующего вопрос культуры А. АХОБЕКОВА. За неполные три года в Баксанском муниципальном районе построено и отремонтировано девять ДК, по программе «Культура КБР» приобретен многофункциональный передвижной автоклуб, проведена реконструкция ДШИ им. М. Кипова в с.п. Н. Куркужин,

в планах на 2023-2024 год - реконструкция ДШИ в с.п. Заюково, ремонт ДК в с.п. Исламей, строительство ДК в с.п. Куба-Таба и Псыхурей, подана заявка на конкурс по модельным библиотекам. Параллельно наши педагоги и учащиеся принимают активное участие в республиканских, межрегиональных, всероссийских конкурсах, где занимают призовые места. Творческие коллективы района, несмотря на тяжелые условия в период пандемии, на которую пришлось начало моей деятельности в сфере культуры, заочно и дистанционно участвовали в международных фестивалях, где всегда становились призерами.

ИНТЕРЕС К МЕРОПРИЯТИЯМ

- Сегодня по сравнению с предыдущим периодом, например, пятилетней давности, работы становится больше. Думаю, это показатель того, что культура востребованна, что она жива и человек не может обойтись без культурного времяпрепровождения.

Для примера хочу сказать, что в прошлом году наш план составлял 2450 мероприятий в год, все они были бесплатными. Много мероприятий рассчитано на целевую аудиторию, а также на пришкольный лагерь. Обязательными являются и благотворительные акции, которые проводим в помощь нуждающимся. У

нас есть и авторские работы. Методист, заслуженный работник культуры Людмила ЗАГАШТОКОВА и директор ДШИ с.п. Заюково Арсен ЖИЛЯЕВ публикуют свои работы в профессиональных изданиях.

ЖИЗНЬ ВНЕ РАБОТЫ

- Я трудоголик. Поэтому родные уже привыкли и с пониманием относятся к моей работе. Всегда чувствую для своей насыщенной работы и вдохновение также черпаю из достопримечательностей нашей республики, в особенности от пребывания в горах. Стараюсь в свободное время отвлечься, полностью погрузившись в красоту природы.

ПРОЕКТЫ РАЙОНА

- В рамках празднования 100-летия КБР и 100-летия Баксанского муниципального района у нас готовится интересный проект «Культурный обмен опытом». Он включает ряд мероприятий по всем сферам культуры, проходить будет с начала июня. Это станет замечательной возможностью пообщаться с творческими людьми из соседних республик, набраться у них опыта.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото из архива З. Тхамадоквой

Сельскому поселению Хатуей исполнилось 172 года

В мае этого года исполнилось 172 года со дня переселения с левого берега реки Терек к реке Урух. В честь дня сельского поселения Хатуей было проведено праздничное мероприятие, которое началось с конного шествия. Двадцать пять всадников в национальных костюмах начали движение в начале села, затем проехали по улице Ленина и завершили шествие на улице Бараова, местном Арбате, где односельчане проводят все свои мероприятия. Там собралось около 600 местных жителей.

Прошли также турниры по боксу, футболу и соревнования по легкой атлетике. Победители были отмечены денежными призами, медалями и грамотами. В доме культуры выступили дети с ограниченными возможностями здоровья, а вечером состоялся благотворительный концерт для оказания помощи Астемиру ТЛИЗАМОВУ, находящемуся в тяжелом состоянии после ДТП. В концерте участвовали звезды нашей эстрады Астемир НАСИПОВ, Залина ТХАЗЕПЛОВА, Карина КО, Алим ШИГУНОВ, ансамбль «Шагди», Ринат ЗАКУРАЕВ и воспитанники самого дома культуры села.

Анжела КУДАЕВА

В восточной части Лескенского района на левом берегу реки Урух расположено сельское поселение Хатуей. История села уходит своими корнями в Средневековье и неразрывно связана с кабардинским дворянином Хату АНЗОРОВЫМ, его основателем. Анзоров имел большой авторитет среди князей и дворян Кабарды. При нем решались практически все внутренние и внешние дела в начале XIX века. Село несколько раз меняло свое местоположение.



• ПРЕЗЕНТАЦИЯ

Первый балкарский драматург Рамазан ГЕЛЯЕВ: гордость и боль народа

В Балкарском государственном драмтеатре имени Кайсына Кулиева состоялась презентация книги театроведа и журналиста Асият САРАКУЕВОЙ «Рамазан Геляев в жизни и на сцене» о первом балкарском драматурге Рамазане ГЕЛЯЕВЕ.

В фойе театра была развернута выставка о драматурге, организованная А. Саракуевой и работником Национальной библиотеки имени Тимборы Мальбахова Лейлей ГЕРГОКОВОЙ. Также надо отметить слаженную работу артистов Балкарского театра, танцевального ансамбля «Балкария» и вокальной группы «Ийнар» из села Ташлы-Тала в восстановленных сценах первого спектакля.

В переполненном зале были делегации со всех балкарских сел. Род Геляевых поблагодарил автора, а доктор филологических наук, профессор КБГУ Ариука ГЕЛЯЕВА дала высокую оценку книге.

Асият Саракуева в своем выступлении сказала, что впервые услышала имя драматурга, когда шли обсуждения, чье имя должен носить театр. А потом по журналистской работе общалась с артистами, работавшими с Рамазаном Геляевым. Так, исподволь родилось желание собрать всю информацию о драматурге, работа длилась годы. И это стоило того. Без всякого сомнения, книга Асият Саракуевой «Рамазан Геляев в жизни и на сцене» - подарок вечности. Она дополнила историю республики и всей нашей огромной страны, в ней отражено становление театрального искусства балкарцев - одного из народов многонациональной России. В этом году исполняется восемьдесят лет как отдал свою жизнь за нашу свободу от немецких захватчиков первый балкарский драматург Рамазан Геляев (1915-1942). Он был в 115-й кавалерийской дивизии командиром 278-го минометного взвода. Остался на мартиновских высотах навсегда... За спиной были ГИТИС, режиссерский факультет, первая пьеса на балкарском языке «Кровавый калым», блестящая премьера, отмеченная известными критиками-театроведами. Он был полон замыслов и идей. Но началась война. Ему дали бронь как ценному специалисту. Но Ра-



Сцена из спектакля «Кровавый калым». Фото Артура Елканова

мазан принял решение воевать против фашистов. Был награжден медалью «За оборону Сталинграда» - эту награду нашли поисковики Ахмед НАХУШЕВ и его дочь Диана. Через семьдесят семь лет Глава Кабардино-Балкарии Казбек КОКОВ вручил ее внуку драматурга - Алию ЭНЕЕВУ. На презентации присутствовал Ахмед Нахушев, зал выразил ему благодарность бурными аплодисментами.

Асият Саракуева собрала воедино очерки, критические статьи, воспоминания о жизни и творчестве Рамазана Геляева и других журналистов, опубликованные в газетах, фотографии актеров, сыгравших в постановке «Кровавый калым», и ряд уникальных документов из архивов. А. Саракуевой удалось найти режиссерскую экспликацию, где Рамазан Геляев подробно пишет о каждой сцене, в ней список задействованных артистов. А дело было так: театровед поехала в Москву специально для работы в архивах. После архива ГИТИСа направилась в Центральный архив литературы и искусства. Там был ремонт, груды бумаг лежали на полу. Узнав о цели визита, работник архива указал на горы бумаг. Но, увидев, что

посетительница стала перебирать каждый документ, начал подсказывать, где какой год. И вдруг она взяла в руки очередной документ и испытала потрясение - это была режиссерская экспликация Геляева! Его видение спектакля. Находка была тем более счастливой, что самой пьесы нет, она сгорела во время войны. Фашисты убили не только его, но и уничтожили его детище - пьесу. По экспликации в разные годы были попытки восстановления пьесы, а на презентации показали две сцены.

Рамазан Геляев родился 15 мая 1915 года в селении Верхняя Балкария Черекского района. Прекрасно знал фольклор своего народа. Спектакль был насыщен танцами и песнями, речь персонажей оказалась образной и народной. Заслуженный учитель РСФСР Хусей БИЧИЕВ вспоминает, что после показа спектакля в селе люди аплодировали, плакали и долго не расходились. История любви девушки и парня, которые расстаются, потому что ее выдают за сына богатого, трогала до глубины души. Женщины только начинали обретать равноправие, прошло совсем немного времени после преодоленного

классового расслоения, поэтому спектакль оказался сверхактуальным. И еще балкарцы впервые увидели свои песни и танцы в исполнении профессиональных артистов. Первая студия ГИТИСа делала уверенные шаги в создании полноценного Балкарского драмтеатра. Увы, некоторых артистов, ушедших на войну, пришлось заменить. Да и сам Геляев, несмотря на бронь, добровольно ушел на фронт и погиб. А в 1944 году - депортация. И лишь в 1957 году театр снова появился. Театр, который был главной мечтой Рамазана Геляева.

А. Саракуева беседовала со всеми, кто мог помнить Геляева. В архивах радио она нашла радиопередачи поэта Мухтара ТАБАКСОЕВА с артистами, работавшими с драматургом, отрывки из которых прозвучали на презентации.

А ведь все так хорошо начиналось. Супруга Нальбийке окончила актерский факультет ГИТИСа, их семья единомышленников-подвижников казалась самой счастливой. Родились сын Володя и дочь Рая. Но на войне Рамазан героически погибает, а Нальбийке в селе Ровно Джамбульской области Казахстана ор-



А. Саракуева

ганизовывает артель, чтобы спасти людей от голодной смерти: балкарки обрабатывали шерсть, пряли пряжу, вязали носки, турки и корейцы выделывали шкуры, греки смастерили приспособление для мойки шерсти и аппаратуру для выделки шкур. Раз в неделю будущий народный артист Кабардино-Балкарии Махмуд ТЕКУЕВ отвозил двоюродных сестер Кукуш и Нальбийке с готовой продукцией в город Джамбул. Часть изделий они продавали, часть обменивали на продукты питания - хлеб, сахар, чай, которые в первую очередь раздавали особо нуждающимся.

В 1957 году жена Рамазана вернулась домой, со всех концов Советского Союза ей еще долго приходили письма с благодарностью, что спасала от голода. Дочь драматурга Рая, известный хирург в нашей республике, которая недавно ушла из жизни, вспоминала: «Все, что связано с отцом, знаю по рассказам матери и других родственников. Мать наизусть читала его письма. Помню их и я». Рамазану Геляеву было всего двадцать семь лет...

Советский литературовед и театровед, профессор, заслуженный деятель искусств РСФСР Михаил ГРИГОРЬЕВ писал: «Балкария! Еще одно замечательное событие венчает тебя, еще одну прекрасную победу одержал твой чудесный, талантливый народ. Первая национальная пьеса Рамазана Геляева «Кровавый калым» возвестила о зарождении балкарской драматургии. Рождение балкарской драматургии - праздник не только для балкарцев, но и для всех народов советской страны». Недопетая песня Рамазана Геляева звучит и сегодня в Балкарском театре. Дух рыцаря театра вдохновит еще многих на самоотверженную работу в театре. Ряды его коллег пополняются год от года, потому что след добрых дел не теряется никогда.

Елена АППАЕВА

МАСТЕР-КЛАСС КАРИНЫ ШОМАХОВОЙ

• КОНКУРС

Представители 13 муниципальных районов и городских округов КБР соревновались в трех конкурсных испытаниях. По результатам первых двух - «Моя профессия и мой успешный проект» и «Педагогическое мероприятие с детьми» во второй тур вышли Карина ШОМАХОВА (Баксанский район); Наталия БОНДАРЬ (г.о. Прохладный), Рузана ШОГЕНОВА (г.о. Нальчик), Залина ХАМЖУЕВА (г.о. Баксан), Марина БЖЕНИКОВА (Чегемский район), Аминат ЭНЕЕВА (Эльбрусский район).

На днях подведены итоги регионального этапа всероссийского конкурса профессионального мастерства «Воспитатель года-2022».

Затем финалисты дали мастер-класс своим коллегам, по результатам которого определились лучшие из лучших. Лауреатами признаны воспитатель МКДОУ «Детский сад №72» г.о. Нальчик Рузана Шогенова и воспитатель МБОУ «СОШ №1» г.о. Прохладный Наталия Бондарь.

Победителем этого года признана логопед МКОУ «Прогимназия» с.п. Атажукино Карина Шомахова.

Она окончила Северо-Осетинский государственный педагогический институт в 2019 году, получив специ-

альное дефектологическое образование. Ее педагогическое кредо: «Правильная речь открывает человеку новый мир. Не говори: не умею, говори: научусь».

Карина Шомахова представит Кабардино-Балкарию в финале всероссийского конкурса.

Интервью победителя читайте в одном из ближайших номеров нашей газеты.

Алена КАРАТЛЯШЕВА

Праздник напоминает об истоках духовности



День славянской письменности и культуры, приуроченный к Дню памяти святых равноапостольных братьев Кирилла и Мефодия, отметили в Кабардино-Балкарии. Праздник славянской письменности напоминает об истоках духовности, о том, что русская культура наследует древние и великие традиции славянской культуры, о роли письменности в ее становлении и развитии.

В этот день во всех муниципальных районах и городских округах республики прошли тематические мероприятия: фольклорные праздники, литературно-музыкальные вечера, концерты, громкие чтения и многое другое.

В том числе в Государствен-

ной национальной библиотеке КБР открылась книжно-иллюстративная выставка «Солунские братья – учителя славянских народов». На ней представлена литература, знакомящая с жизнью и деятельностью Кирилла и Мефодия, с историей развития русского языка, также прошли литературные чтения «Русская письменность – бесценный дар». Администрация Нальчика организовала флешмоб «Мы снова и снова за чистое сло-

во!». В школах города проведен единый классный час «Кирилл и Мефодий – создатели славянской азбуки» и литературный венок «Язык, объединяющий Россию!» для учащихся 1-11-х классов на уроках русского языка и литературы с выразительным чтением вслух стихотворений и прозаических отрывков о русском языке и его роли в многонациональной России. Культурно-просветительная игровая программа для детей «История славянской

азбуки» состоялась в с. Жанхотко Баксанского района.

В с. Ново-Ивановское Майского района в СДК состоялся час познания «И нравы, и язык, и старина святая». На праздник был приглашен настоятель храма Иоанна Богослова Виталий БОНДАРЬ. Мероприятие будет сопровождаться презентацией, также ребята ответили на вопросы викторины. Выставка художественных работ и прикладного искусства «К сокровищам родного слова» прошла

в г. Прохладном. Концепция выставки - показ средствами изобразительного искусства развития книгопечатания в России.

В сельских библиотеках Черекского района прошли презентация «Великие славянские просветители», выставка «Как прекрасен книжный мир», познавательный час и книжная выставка «Мудрость и знания – в книгах», а также беседа «Чудо в твоих руках».

Ольга КАЛАШНИКОВА

Экотуризм



набирает обороты

В КБР из года в год набирает популярность агротуризм, когда группы туристов знакомятся с работой фермеров, также очень популярен экотуризм. Эти направления можно назвать осознанным познанием своей огромной страны. Прошлым летом туристы с удовольствием работали на полях Кабардино-Балкарии, валяли войлоки, учились делать местный сыр, получали массу удовольствия от непосредственного общения с жителями и жизни в домах сельчан. Далеко не все отдыхающие выбирают отели. Интереснее жить в селе, наблюдая за буднями местного населения.

Совершенно очевидно, что в нашу республику поток отдыхающих будет только возрастать. На этом фоне появилась вдохновляющая новость: «Россельхозбанк» запускает новое туристическое направление на платформе «Свое. За городом» – агротуризм для корпоративных клиентов. Инициатива отвечает на рост спроса на корпоративный туризм и способствует поддержке проектов агропромышленного комплекса.

Аналитики платформы «Свое. За городом» отмечают более чем трехкратное увеличение спроса на фермерские туры за последний год. Высокий спрос на агро-, эко- и гастрономические туры послужил драйвером к диверсификации туризма по целевым аудиториям.

Пилотный проект в направлении корпоративного туризма на платформе «Свое. За городом» запускается в июне этого года. Он будет включать пять туров на пять разных ферм. Для старта проекта была выбрана Московская область, которая, например, предлагает поездку на страусиную ферму «Русский Страус».

«За время пандемии общение между коллегами во многих организациях перешло в онлайн-формат. Это сказалось на продуктивности сотрудников и общих результатах работы, – отмечает Елена БАТУРОВА, директор Центра развития финансовых технологий «Россельхозбанка». – Мы верим, что совместные корпоративные поездки, к тому же такие интересные и познавательные, как предлагает платформа «Свое. За городом», положительно скажутся на атмосфере в коллективе и повысят эффективность как отдельно взятых сотрудников, так и всей компании. К тому же офисные работники смогут познакомиться с сельским хозяйством и узнать больше о жизни на ферме».

Елена АППАЕВА

Детская музыкальная школа Чегемского района отметила 60-летний юбилей

За более чем полувековую историю она воспитала не одно поколение талантливых музыкантов.

Сегодня учебное заведение посещают более 250 учеников, реализуются образовательные программы по специальностям фортепиано, аккордеон, нацио-

нальная гармоника, классическая гитара, вокал и ряду других творческих направлений. Ежегодно учащиеся становятся победителями престижных всероссийских и международных музыкальных фестивалей. Заслуживают признательности и глубокого уважения добросовестный труд и про-

фессионализм педагогического коллектива, его вклад в духовно-нравственное воспитание подрастающего поколения. Местная администрация района выделила средства на дальнейшее укрепление материально-технической базы учебного заведения.

Ольга СЕРЕГЕЕВА

Отдых станет более комфортным

Для жителей Кабардино-Балкарии отдых на Черноморском побережье – самый популярный.

Со 2 июня открывается прямое железнодорожное сообщение по маршрутам Нальчик - Адлер - Нальчик и Нальчик - Новороссийск - Нальчик. Состав в направлении Адлера будет следовать по четным числам месяца, обратно в Нальчик - по нечетным, состав в направлении Новороссийска будет курсировать по нечетным

числам месяца, обратно в Нальчик - по четным. Оба поезда будут осуществлять движение с остановками на железнодорожных станциях, расположенных в пределах границ республики. Это открывает новые возможности для семейного отдыха.

Наш корр.

В Кишпеке выбрали «Мисс малышку»

В доме культуры села Кишпек состоялся конкурс среди дошкольниц детского сада «Мисс малышка».

Юные участницы соревновались в презентации, творческом и спортивном конкурсах, нарядах и викторине. По результатам всех этапов конкурса победителем и обладателем звания «Мисс малышка» стала Медина ГУКОВА. Медине шесть лет, она любит петь и танцевать, заниматься художественной гимнастикой. Мечтает стать врачом. По итогам конкурса все участницы отмечены в разных номинациях и награждены призами.

Наталья АНТОНОВА



ОБРАТНЫЙ ПУТЬ К ОБЫЧНОЙ ЖИЗНИ ОКАЗАЛСЯ СЛОЖНЕЕ

- Лишнего веса у меня никогда не было, поэтому диетами для похудения не интересовалась. Некоторые подруги даже завидовали моему обмену веществ. Как говорят в народе, не в коня корм. В общем, могла есть сладкое, жирное и не поправляться, - рассказывает нальчанка Жанна С. - Мое отношение к питанию изменилось после замужества. Инициатором стал муж. Обычно женщины больше озабочены этим, но у меня все было по-другому. Он был очень озабочен тем, что среди его родственников много хронических больных, и решил изменить питание. К специалистам не обращался, начал штудировать интернет и пришел к выводу, что все дело в так называемых вредных продуктах. Я довольно быстро поддавалась на его уговоры, так как не видела ничего плохого в некоторых ограничениях питания по принципу полезности.

Сначала составили список продуктов, которые мы ни в коем случае не будем больше употреблять. Он оказался обширным: сладкое, соленое, жирное, алкоголь, кофеин, генетически модифицированные продукты, а также продукты, содержащие глютен (клейковину), крахмал, дрожжи, химические консерванты. Жизнь наша, конечно, осложнилась, так как надо было тратить немало времени на поиски альтернативы. К тому же эта альтернатива стоила ощутимо дороже. Но параллельно развивалось чувство морального удовлетворения. Оно вдохновляло на новые подвиги.

Несколько месяцев подобного питания мы чувствовали особую легкость, словно крылья выросли за спиной. Но ничего в жизни не достается даром. Сначала мы оба немного похудели, потом наступила усталость от многих физических действий. Был и психологический пункт. Муж, например, стал искать повод не ходить в гости к родным и знакомым. Ведь там, говорил он, придется или есть все запрещенное, или постоянно объяснять, в чем его вред. Думаю, нас тоже не особо хотели видеть за общим столом с «обычными» людьми. Многие, наверное, сталкивались с такой ситуацией в компаниях. Когда какая-нибудь особа с горящими глазами заявляла за столом, что «сейчас пост, разве вы не соблюдаете?» или «я на диете и всем советую».

В нашей борьбе за здоровое питание прошло несколько лет. Открыла мне глаза женский доктор, которая предположила, что многие мои проблемы связаны именно с пищевыми ограничениями. Причем я ей ничего об этом не говорила, она сама догадалась, наверное, по моему внешнему виду или по анализам. Я не уточняла.

МОЖЕТ ЛИ ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ НАНЕСТИ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ?

Все мы знаем людей, стремящихся питаться только экологически чистыми продуктами. Выбор меню у них становится единственным жизненно важным вопросом. Соевый сыр, фрукты и сельдерей, безглютеновая мука - как не потерять адекватность в их ежедневном поиске. Сами по себе эти продукты действительно полезны, но важно понимать меру их полезности. К тому же чуть ли не каждые полгода отдельные ученые заявляют, что их мнения после новых «исследований» по отношению к тому или иному компоненту здорового питания изменились, иногда кардинально. Вспомним хотя бы советы по употреблению кофе или сливочного масла. Но люди, заикнувшиеся на правильном питании, как огня боятся искусственных пищевых добавок, консервантов, остатков пестицидов в растительной пище или антибиотиков в животной. Для них важно лишь одно - является ли продукт «полезным», тогда его нужно употреблять в больших количествах или «вредным», тогда его нельзя употреблять ни при каких обстоятельствах. Попробуем разобраться в ситуации.

Теперь мне предстоял обратный путь к обычной жизни. Честно сказать, это было непросто. Так как еще долго один вид этих самых вредностей вызывал отрицательную реакцию. Но самое сложное было переубедить мужа. Сделать это мне не удалось. Мы расстались. Сейчас думаю: а стоило оно того?

ЭТО ПОЧТИ СЕКТА

Оказывается, у этого явления есть специальный термин - орторексия. Как отмечают специалисты, это расстройство пищевого поведения, связанное с нездоровой одержимостью здоровым питанием. В отличие от других расстройств пищевого поведения орторексия в основном связана с качеством пищи, а не количеством. Люди с орторексией редко стремятся похудеть. Вместо этого они заикнулись на «чистоте» своей пищи, а также одержимы преимуществами здорового питания. Для некоторых стремление к здоровому питанию может стать навязчивым и перерасти в расстройство пищевого поведения, известного как нервная орторексия. Как и другие расстройства пищевого поведения, орторексия может иметь серьезные последствия.

Физические последствия. Нехватка основных питательных веществ, вызванная ограниченным питанием, может привести к недоеданию, анемии или аномально низкой частоте сердеч-

ных сокращений. Тяжелое недоедание может привести к проблемам с пищеварением, гормональному дисбалансу и ухудшению здоровья костей.

Психологические последствия.

Орторексия может привести к неосознанному протесту из-за жесткого регламента по питанию, в результате чего человек начинает употреблять в большом количестве «запрещенные» продукты, а это самый короткий путь к развитию булимии. Даже если можно справиться со срывом, будут мучить депрессия и чувство вины, усугубляя психологическое расстройство.

Социальные последствия.

Орторексии плохо находят общий язык с людьми, которые не разделяют их убеждения в плане питания, даже если это родные и близкие. Более того, иногда круг социальных контактов ограничивается практически полностью.

Автором термина «орторексия» стал врач Стивен БРЭТМЕН, который в 70-е годы прошлого столетия жил в коммуне, где использовались исключительно экологически чистые продукты питания. Пищевое расстройство стало интересовать специалиста после того как он понял, что одержим идеей правильного питания. В наши дни исследования Брэтмена стали актуальны, однако орторексия не включена в международные классификаторы болезней, из-за чего этот диагноз нельзя ставить официально.

Брэтмен создал тест на орторексию, который поможет предположить у человека это расстройство. Среди вопросов: размышляете ли вы более трех часов в день о том, как следует правильно питаться? планируете ли свое меню на несколько дней вперед? является ли для вас состав пищи более важным, чем ее вкус? верно ли то, что по мере того как ваше питание становится более здоровым, в целом ваша жизнь становится беднее? верно ли, что ваше самоуважение возрастает, если питаетесь правильно? ощущаете ли вы чувство превосходства по отношению к людям, которые питаются неправильно? и пр.

Для человека, страдающего нервной орторексией, «здоровое питание» становится настолько важным, что озабоченность этим вопросом не оставляет места для других интересов и увлечений в жизни. Пищевой рацион определяется исключительно по критерию «полезности» продукта, при этом индивидуальные вкусовые предпочтения не принимаются во внимание. Любое нарушение «диеты» (употребление «запрещенных» продуктов) вызывает тревожность и чувство вины, вплоть до депрессии. В то же время одной из характерных черт человека, страдающего орторексией, является чувство превосходства перед людьми, питающимися, по его мнению, «неправильно». Все это приводит к значительному обеднению жизни и круга общения орторексиков. Нередки случаи, когда в стремлении найти единомышленников орторексик попадет в секту.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ОРТОРЕКСИИ

Лечение орторексии на начальном этапе можно проводить самостоятельно с помощью самоконтроля. В особо тяжелых случаях орторексику необходима помощь психолога, чтобы без страха и чувства вины разобраться со своими убеждениями и выйти из замкнутого круга. Как избежать орторексии, не доводя себя до критического состояния? Не нужно никогда категорично отказываться от каких-либо продуктов, иногда лучше позволять себе съесть что-то вкусное, что не соответствует системе питания, важно не забывать наслаждаться вкусом еды, правильное питание не должно быть смыслом жизни, потому что еда - просто физиологическая потребность. Информацию нужно проверять и «фильтровать», польза какого-либо продукта может быть завышена в коммерческих целях, как и вред. Поэтому составить здоровое меню поможет квалифицированный врач-диетолог.

Ольга КАЛАШНИКОВА



• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

Гость нашего номера - Инал САВКУЕВ, студент 4-го курса английского отделения Института филологии КБГУ. Увлекается рок-музыкой и чтением. Говорит, что знание языка дает отличную возможность понимать тексты песен и литературных произведений. Часто смотрит лекции культурологов и литературоведов, прислушиваясь к их рекомендациям, выбирает книгу для чтения.

КТО-ТО ВЫПАЛ ИЗ ГНЕЗДА



мерфи принимается рушить устроенный ею порядок и быстро завоевывает авторитет среди других пациентов, учит их наслаждаться благами жизни, иногда освобождая от хронических комплексов. Он заключает пари с другими пациентами, организует в отделении карточные игры, пытается устроить просмотр трансляции бейсбольных игр по телевизору. Несколько актов массового неповиновения заставляют сестру Рэтчед потерять контроль над собой и сорваться. Когда Макмерфи узнает, что сестра Рэтчед имеет полномочия продлить его пребывание на неограниченный срок, пытается не нарушать распорядок и присмиреть, но его авторитет среди пациентов слишком велик, а свободолюбие не позволяет ему подчиняться. Холодная война между Макмерфи и сестрой Рэтчед обостряется во время морской рыбалки и алкогольной вечеринки в стенах больницы, пока не достигает кульминации в финальной трагедии. Символично, что в финале произведения Вождь Бромден начинает говорить.

У Кена Кизи уникальный стиль, текст изобилует изобретательными метафорами и необычными аллюзиями. Книга читается на одном дыхании. В ней есть хороший юмор, обилие персонажей, на первый взгляд, странных, но при ближайшем рассмотрении оказывается, что «ненормальность» каждого из них вполне может сойти за простую особенность, интересный сюжет и отличная концовка. Наверняка многие видели знаменитую экранизацию романа режиссера Милоша ФОРМАНА с Джеком НИКОЛСОНОМ в главной роли. Но, я уверен, книга впечатлит вас еще больше. Рекомендую читать роман на языке оригинала, если есть такая возможность, многие шутки и диалоги требуют особого понимания реалий американской жизни и культуры, которые теряются при переводе. Название романа - строчка из детской считалочки «...one flew over a соосоо's nest» скорее означает «кто-то выпал из гнезда». Поэтому что птенцы учатся летать, когда покидают свои гнезда.

Лилиана ШОРДАНОВА

- Одна из последних прочитанных мною книг, очень меня впечатлившая, - «Над кукушкиным гнездом» американского писателя Кена КИЗИ. Одно из лучших произведений американского постмодернизма XX века и одна из ста лучших книг всех времен, как о ней отзываются критики. В романе затрагивается много тем, интересных лично для меня: индивидуализм, свобода, психология личности, способы самопознания. Вопрос, кто же в этом безумном мире на самом деле нормальный, волнует, на мой взгляд, большинство людей молодого возраста и не только. Действие романа разворачивается в психиатрической больнице. Повествование идет от лица индейца по кличке Вождь Бромден, одного из пациентов, притворяющегося глухонемым. Один из главных героев, Рэндел Макмерфи, был переведен в больницу с рабочей фермы, где отбывал тюремный срок. Его подозревают в симуляции психического расстройства, что позволило бы ему избежать физического труда и отбыть наказание в относительно комфортной палате. Макмерфи противостоит старшей сестре Милдред Рэтчед - олицетворение системы, личная жизнь которой не сложилась, поэтому она укрепляет свою власть над пациентами и персоналом отделения. Бунтарь Мак-

БЛЮДА С ГРЯДКИ

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Трудно представить летнее меню без свежих овощей. Поэтому запасаемся интересными рецептами с сезонными продуктами. А поможет нам в этом Рината СЛАВИНА из Нарткалы

- В нашей семье нет вегетарианцев. Поэтому при составлении ежедневного меню сложно обойтись без мяса, - говорит она. - Но стараюсь как-то разнообразить блюда сезонными овощами или наряду с мясными готовить всевозможные салаты. Мне достаточно зайти в свой огород, где нахожу многое из ингредиентов. Для меня идеальное блюдо состоит из экологически чистых продуктов. В этом можно быть уверенным, если сам их вырастил.



САЛАТ С ЛИСТЬЯМИ ОДУВАНЧИКА

Ингредиенты: 1 пучок молодых листьев одуванчика, 1 пучок щавеля, 300 г копченой куриной грудки, 3 ломтика пшеничного хлеба, 1 зубчик чеснока, оливковое масло, свежемолотый перец, бальзамический уксус.

Способ приготовления. Промыть и произвольно порвать листья одуванчика и щавель, выложить на блюдо. Нарезать кубиками хлеб, обжарить на растительном масле до золотистого цвета вместе с раздавленным чесноком и выложить на бумажное полотенце, чтобы оно впитало жир. Мясо нарезать, обжарить и выложить на листья одуванчика и щавеля. Полить оливковым маслом, приправить перцем, сбрызнуть бальзамическим уксусом, добавить гренки и подавать на стол.

РАГУ ИЗ ИНДЕЙКИ С ОВОЩАМИ

Ингредиенты: 400 г филе бедра индейки, 2-3 крупные картофелины, 1 маленький кочан цветной капусты, 2 большие луковицы, 1 головка чеснока, оливковое масло, 1 ст. ложка порошка карри, соль, черный перец.

Способ приготовления. Нарезать кусочками мясо индейки, посолить и поперчить. Очистить картофель и нарезать кубиками. Лук и чеснок измельчить. В сковороде обжарить индейку в оливковом масле до румяной корочки и переложить на тарелку. В сковороду долить немного масла и обжарить в нем лук. Вернуть в сковороду мясо, приправить карри и перемешать. Добавить картофель, влить 1 стакан кипятка, закрыть крышкой и готовить на среднем огне 15 минут, время от времени помешивая.

Кочан капусты разобрать на небольшие соцветия, залить кипящей водой, посолить, варить пять минут и откинуть на дуршлаг. Добавить капусту и чеснок в рагу, посолить и поперчить, перемешать и готовить примерно 10-15 минут.

СУП С КРАПИВОЙ И ЩАВЕЛЕМ

Ингредиенты: 300 г молодых листьев крапивы и щавеля, 2 луковицы, 100 г корневого сельдерея, сметана, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 средних картофеля, 1 морковь, соль, свежемолотый перец, 2 ст. ложки муки, сваренные вкрутую яйца.

Способ приготовления. Промыть зелень и овощи. Крапиву ошпарить кипятком.

Очищенные морковь и картофель нарезать соломкой, лук и сельдерей - кубиками. Крапиву и щавель мелко порубить и опустить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой. Добавить морковь и картофель. Через пять минут добавить в кастрюлю лук и сельдерей.

Растопить на сковороде масло, обжарить до золотистого цвета муку, добавить 4 столовые ложки воды, перемешать и перелить в суп. Готовить еще примерно 10 минут на среднем огне. Суп разлить по тарелкам, приправить перцем, добавить сметану и положить в каждую тарелку по половинке яйца.

ЯБЛОКИ В КЛЯРЕ

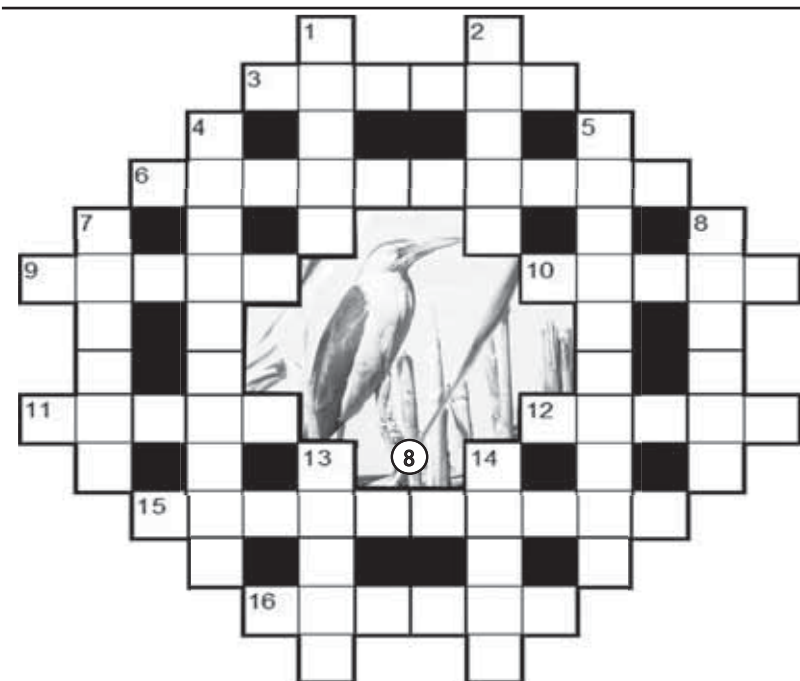
Ингредиенты: 120 г пшеничной муки, 150 г молока, 1 яйцо, щепотка соли, 1 ч. ложка сахара, 400 г яблок, 2 ст. ложки сахарной пудры.

Способ приготовления. В классическом варианте кляр делается именно так. В глубокой посуде венчиком хорошо перемешать муку с солью, молоком и сахаром, чтобы не было комочков. Если нет под рукой молока или у кого-то из членов семьи аллергия на молочные продукты, его можно заменить на обычную воду.

Яйцо разделить на белок и желток. Последний вмешать в тесто. Для воздушности кляра белок яйца надо взбить до плотных пиков. Затем осторожно и аккуратно ввести в два-три захода белок в тесто. Чем больше движений и чем дольше перемешивать, тем менее воздушным будет кляр.

Яблоки очистить от кожуры, разрезать на кольца и вырезать сердцевину. Можно просто разрезать на полукольца. Окунуть яблоки в кляр и сразу выложить в сковороду с большим количеством горячего масла. Не выкладывайте одновременно много яблок, чтобы они не соприкасались. Жарить на среднем огне до румяности с обеих сторон. Выложить яблоки на салфетку, чтобы убрать лишнее масло. Посыпать сахарной пудрой и сразу подавать на стол, пока они еще хрустящие.

Лана АСЛАНОВА.
Фото автора



КРОССВОРД

По горизонтали: 3. Устье большой реки с его разветвлениями. 6. Воды этого пролива на поверхности текут в сторону Эгейского моря, а в глубине обратно. 9. Гравюра на медной пластине кистью, смоченной водой. 10. Полный наследственный код. 11. Круглая чашка без ручки. 12. Мужской певческий голос. 15. Прибор для измерения световой чувствительности глаза в процессе его постепенного привыкания к темноте. 16. Химический элемент, металл.

По вертикали: 1. Нагрудная табличка с именем. 2. Подразделение учреждения. 4. Командир легендарной «тысячи краснорубашечников». 5. Быстрый музыкальный темп. 7. Обезьяна рода павианов. 8. Маленькая выпь, птица семейства цапель. 13. Соотношение количества внутритарных вложений среди различных видов упаковок. 14. Символ мира в Скандинавии.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА

По вертикали: 1. Бейдж. 2. Отдел. 4. Гарибальдия. 5. Аллергетто. 7. Бабуин. 8. Болчок. 13. Сплит. 14. Омега.
По горизонтали: 3. Дельта. 6. Дарданеллы. 9. Лавис. 10. Генном. 11. Пила. 12. Термометр. 16. Никель.

Ответы на кроссворд

ПРИРОДНАЯ АПТЕЧКА

Дачница со стажем Елена ЗЕЛЕНИНА из Майского хорошо разбирается в травах и считает, что на ее даче всегда есть место растениям, которые другие дачники уничтожают.

- Современный дачник освоил плоскорежь и газонокосилку, научился готовить из сорных трав жидкое удобрение, победил засилье сорняков с помощью мульчирования, - говорит она. - Однако есть полезные сорняки не только для огорода, но и для человека. Они растут практически в каждом огороде, но мы ими пренебрегаем. **Крапива** знаменита содержанием большого количества железа, рекомендуется людям с анемией. Также она помогает нормализовать уровень гемоглобина в крови. Кроме того, в крапиве содержание белка не меньше, чем в бобовых и грибах, а потому помогает быстро набрать мышечную массу. Эта трава улучшает пищеварение, снижает уровень сахара в крови, восстанавливает нормальную работу поджелудочной железы, укрепляет иммунитет. Но перед добавлением в пищу (в суп, пироги, салаты, вареники) листья крапивы ошпаривают кипятком, чтобы она потеряла жгучесть. В лечебных целях особенно полезны сок крапивы и ее настой.

Раньше все знали о лечебных свойствах **одуванчика**. Сейчас его воспринимают как назойливый сорняк. Тем не менее он полезен для кожи и суставов, помогает



пищеварительной системе расщеплять жиры, выводит яды из организма, заживляет раны. У одуванчика полезно все - листья, цветы и корни. Полезнее всего употреблять одуванчик в сыром виде. А чтобы устранить горечь, листья одуванчика в течение получаса замачи-

вают в холодной подсоленной воде, а затем отжимают и делают салат с яйцом и сметаной.

Людам старшего поколения хорошо знакома **сныть**. Когда-то она спасала от голодной смерти многих, особенно во время и после Великой Отечественной войны. В сныти много витамина С. Свежие побеги этой сорной травы справятся с весенним авитаминозом лучше аптечной аскорбинки. Самое ценное в сныти - молодые побеги. Их можно добавлять в салаты, чай, компот.

О том, что **подорожник** хорошо прикладывает к ране, нам известно с детства.

САД-ГОРОД

Только для этой цели надо использовать перетертый лист, а не целый. Кроме того, кашка из подорожника быстро помогает при укусах пчел, ос, а иногда даже змеиных укусах. Ушибы, фурункулы, гнойные воспаления, нарывы - со всеми этими напастями она отлично справляется.

Универсальный лекарь - **лопух**. Спирок заболеваний, при которых помогает настой корней лопуха, внушительный. Но листья (его 30 минут выдерживают в кипятке, чтобы избавиться от горечи) тоже можно употреблять в пищу - они богаты витаминами и микроэлементами. **Пырей**. Избавиться от него и особенно от его бесконечно длинных горной мечтает практически каждый огородник. Но именно его корни входят в состав уникального травяного отвара, который называют панацеей от многих болезней. Делается он из корней пырея, одуванчика и лопуха. Столовая ложка смеси этих корней в любых пропорциях заливается двумя стаканами кипятка, пять минут кипятится, а затем настаивается два часа под теплым укрытием. Пить отвар нужно два-три раза в день по половине стакана за 10-15 минут до еды в течение месяца. Собирать корни лучше всего ранней весной.

Это лишь небольшой список самых распространенных сорных трав, которые на самом деле могли бы заменить многие таблетки в нашей аптечке. Но в отличие от лекарств они ничего не стоят, надо лишь самим их собрать. Поэтому прежде чем избавляться от них на своем участке, лучше поинтересоваться, на что они способны. Сейчас для этого достаточно зайти в интернет и задать соответствующий вопрос.

Лана АСЛАНОВА.
Фото автора

АНТИКВАРИАТ И МИНИМАЛИЗМ

- История есть у всего, что нас окружает. А мы окружены огромным количеством вещей, без которых нельзя представить нашу жизнь, настолько они для нас обычные и повседневные, - говорит Валентина ЭМИНОВА из Нальчика. - У многих из них интересная история, связанная с человеческими жизнями. А некоторые предметы с годами существенно модернизировались. В каждой эпохе свои предпочтения и научно-технические достижения. Мне кажется, за последние 10-15 лет мир развивается более стремительно. Тем не менее люди должны, просто обязаны помнить историю своих предков, в том числе через истории вещей.

В прошлом году, когда мы разбирали чердак, нашли старинный утюг, которым не пользовались лет 65. Я решила сохранить

этот экспонат старины в память о бабушке, хотя и против лишних вещей в доме. Теперь даже подумываю использовать его как цветочницу - будет все время на виду, напоминая о наших предках, чувствуя их заботу о нас, как оберегают и любят, придавая нам сил в этом суматошном мире.

Я за минимализм в интерьере, считаю, что так удобнее для комфортной жизни. Стало меньше времени уделять уборке, избавившись от всего лишнего, остается больше времени на детей. Конечно, иногда находят ностальгия по прошлому, по маленьким статуэткам, по большому сундуку, который был во всех советских домах. А когда нашла старинный утюг, решила его оставить. Мама рассказывала, что ей было лет пять или шесть, когда утюгом перестали пользо-

ваться. Но отчетливо помнит, как однажды обожглась им. Моя бабушка гладила вещи и отошла за очередной порцией горячих деревянных угольков, которые насыпали в специальную нишу утюга, находящуюся в середине. Моя мама подбежала к утюгу, как все любопытные дети, которые трогают именно то, что запрещено, и обожглась. Бабушка обработала ей место ожога гусиным жиром. Пока мама не подросла, еще долго был виден шрам на запястье руки.

Утюг можно было «топить» еще и углем, но бабушка использовала дерево. Зимой доставала угольки из печи, а летом приходилось специально разводить маленький костер. Верхняя часть утюга была откидывающейся для загрузки «топлива». По бокам корпуса - отверстия. Мама показала, как бабушка дула в отверстие, чтобы затухающие угольки вновь разгорелись, или размахивала утюгом из стороны в сторону. По сравнению с современными гладильными приборами этот утюг довольно тяжелый.



Взвесив его, поняла - бабушка каждый раз поднимала семикилограммовую «гирю». Наверное, для нее глажка превращалась в настоящее силовое упражнение. По экстремальности это ничуть не отличается от нового направления - айронинг (экстремальное глаженье). Смелчаки превращают домашние обязанности в один из видов спорта и гладят одежду в совершенно удивительных условиях. Например, съезжая с горы на сноуборде, катаясь на велосипеде или совершая прыжок с парашютом, пользуются гладильной доской

• ИСТОРИИ ВЕЩЕЙ

и утюгом. Вручить бы им еще и семикилограммовый утюг, который в некоторых случаях доходил и до 10 кг - вот это действительно был бы экстрим.

Когда свекор пришел в гости и увидел старинный утюг, удивился и рассказал, что однажды видел утюг, работающий на спирту, но он стоил настолько дорого, что за него могли дать отару овец. И, смеясь, добавил, что этот вид утюга не прижился в стране не только из-за дороговизны, но еще и потому, что переводить зря водку народ, скорее всего, не хотел. Он говорил: «Помню, как мама удаляла с подошвы утюга нагар деревянной лопаткой, а ржавчину протирала керосином».

Теперь я хочу вдохнуть вторую жизнь в наш антиквариат. Внутри утюга, куда помещали угольки, собираюсь засыпать землю и посадить цветы. А его фасад оформить в стиле «декупаж». Таким образом у меня будет красивая цветочница в единственном экземпляре в память о бабушке.

Ангела ГУМОВА

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

И.о. главного редактора
А.Х. КАРАТЛЯШЕВА

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 1569. Заказ 1031.
Время подписания в печать
по графику - **18.00**
Фактически **24 мая 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