

Фото Тамары Ардаевой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Героиня сегодняшнего номера - старший инспектор по делам несовершеннолетних управления МВД России по Нальчику Анна ХОСТОВА. В ПДН работает с 2012 года, ежедневно проводит комплекс мероприятий по выявлению причин и условий, способствующих антиобщественному поведению подростков, а также неблагополучных семей. Считает, что настоящий инспектор должен любить детей, понимать их, быть милосердным, добрым, а при необходимости и жестким.

РАБОТА ПО ПРИЗВАНИЮ

- Я родилась в поселке Новоаганск Нижневартовского района Тюменской области, - говорит Анна. - Мама Елизавета родом из Башкортостана, работала в аэропорту, папа Игорь приехал из Нальчика и работал на буровой. Там и познакомились. Мне было 14 лет, когда не стало мамы и отец с детьми переехал на родину. В девятом классе по совету отца решила работать в системе МВД. После окончания школы хотела уехать в Санкт-Петербург и поступить в вуз, который оканчивал старший брат. Но отец побоялся отпустить меня так далеко, поэтому окончила Нальчикский филиал Краснодарского университета. По распределению в 2012 году попала в ПДН управления МВД России по Нальчику.

(Продолжение на 6-й с.)

СЛУЖБА ИДЕТ, А ДОМА ЖДУТ И ЛЮБЯТ

Семья Заура и Земфиры МУРЗАЕВЫХ родилась 27 ноября 2004 года, в нынешнем году супруги отмечают восемнадцатилетие совместной жизни. Супруги знали друг друга с детства и ни разу не усомнились в своем выборе. В семье Мурзаевых подрастают три дочери - Жамиля, Камила и Азалия. **С. 3**

«НАРОДНЫЙ УЧАСТКОВЫЙ»

Конкурс «Народный участковый» проводится с 2011 года.

Его основные цели - повышение уровня доверия населения к сотрудникам полиции, престижа службы, формирование позитивного общественного мнения о деятельности участковых уполномоченных полиции. Победители отбираются в ходе открытого голосования. Из года в год газета «Горянка» знакомит читателей с ними. По нашему запросу пресс-служба МВД по КБР предоставила нам имена четырех народных избранных разных лет. **С. 5**

НЕ УПУСКАЙТЕ ВОЗМОЖНОСТИ ВОВРЕМЯ УЗНАТЬ О СОСТОЯНИИ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ

Многие часто относятся к своему здоровью несерьезно, откладывают визит к врачу в надежде, что все само пройдет. Медики же настоятельно рекомендуют регулярно проходить диспансеризацию. Она представляет собой комплекс мероприятий, включающий профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований. Особо актуальна сегодня диспансеризация, причем углубленная, для перенесших COVID-19. **С. 11**

ОГРОМНЫЙ МИР В МАЛЕНЬКОМ ГОРОДКЕ

- Взяла бы на необитаемый остров книгу, которую, прочитав один раз, захочется перечитать. Это «Жареные зеленые помидоры в кафе «Полустанок» американского писателя Фэнни ФЛЭГГ. Автор рассказывает о жизни американской глубинки. **С. 13**

ОТКРЫТЫ ШИРОКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ НАРАЩИВАНИЯ ОБЪЕМОВ ПРОИЗВОДСТВА

Прежде чем перейти к изложению положений своего доклада, он затронул события, которые оказывают существенное влияние на социально-экономическую ситуацию в стране и нашей республике, - специальную военную операцию на Украине и о введении военного положения и особого режима в ряде регионов страны. У нас в республике введен уровень базовой готовности, при котором все объекты жизнеобеспечения и инфраструктуры продолжают работать в штатном режиме. Глава КБР выразил особую благодарность нашим ребятам, которые с честью выполняют свой гражданский и воинский долг на поле боя, и их семьям. Он заверил, что республика сделает все для обеспечения и поддержания их всем необходимым.

ПРОИЗВОДСТВО

Подводя итоги социально-экономического развития региона за девять месяцев текущего года, Казбек Коков отметил, что, несмотря на трудности, удалось сохранить тенденции роста основных отраслей экономики республики. Индекс промышленного производства составил 104%, объем продукции сельского хозяйства - 108%. Возросла доля продуктов с глубокой степенью переработки в общем объеме производства сельскохозяйственной продукции. Инвестиции в основной капитал составили 18 миллиардов рублей. В 2022 году темп роста валового регионального продукта ожидается на уровне 103,8%. В абсолютном выражении он должен достичь 242 млрд рублей, а к 2025 году ВРП должен возрасти до 334 млрд рублей. Для решения этой задачи в нашей республике необходимо осуществить структурные изменения промышленного комплекса в сторону увеличения удельного веса современного производства, активно содействовать реализации в отрасли высокотехнологичных инвестиционных проектов. Необходимость импортозамещения открывает широкие возможности для наращивания объемов производства.

ЛЕГКАЯ ПРОМЫШЛЕННОСТЬ

В республике активно развивается легкая промышленность. На сегодня это порядка 12 тысяч рабочих мест. Буквально за два года количество рабочих мест увеличилось на 2700. «Правительству необходимо проработать вопрос по максимальной локализации данной отрасли на территории республики. Мы должны создать производства по изготовлению текстильной и всей сопутствующей фурнитуры. Производство тканей - крупный

На прошлой неделе на внеочередном заседании Парламента КБР Глава региона Казбек КОКОВ выступил с докладом «О ходе социально-экономического развития Кабардино-Балкарской Республики в 2022 году и задачах на 2023 год и среднесрочную перспективу».



проект, этот вопрос надо эффективно и быстро прорабатывать», - отметил Глава региона.

ЖИЛЬЕ

Объем работ в строительстве составил 108,3% к аналогичному периоду прошлого года, введено 367,9 квадратных метра жилья. По программе переселения из аварийного жилья в 2022 году переселено 446 человек. В рамках принятой новой программы на 2022-2025 годы будет расселено 60 многоквартирных домов, в которых проживают 2540 человек.

Вместе с тем Казбек Коков затронул вопрос о недобросовестных застройщиках и сказал, что необходимо найти все законные механизмы для того, чтобы люди не остались без жилья, а подобные ситуации больше не возникали. «Надеюсь на Парламент, разработку законодательной и нормативно-правовой базы, чтобы мы не допускали таких ситуаций в жилищном строительстве», - отметил он.

ЖКХ

По региональной программе «Чистая вода» продолжают работы по строительству и реконструкции 13 объектов в 12 сельских поселениях, это порядка 49 километров водопроводных сетей. Также идет проектирование очистных сооружений Нальчика, начнутся работы по строительству Баксанского группового водовода.

Одним из приоритетных направлений работы в 2023 году станет участие Кабардино-Балкарии в программе модернизации жилищно-коммунального комплекса. Кроме того, необходимо внедрять стандарты качества жилищно-коммунальных услуг, обеспечить своевременность и прозрачность платежей.

Продолжатся работы по благоустройству дворов и капитальному ремонту многоквартирных

домов. Кроме этого, будет реализовываться масштабный проект по благоустройству в Нарткале.

ЭКОЛОГИЯ

В республике проводится большая работа в рамках нацпроекта «Экология». Рекультивация тырныауской свалки - первый этап и рекультивация отходов хвостохранилища Тырныауского вольфрамо-молибденового комбината. В то же время необходимо обеспечить реализацию проекта по возобновлению добычи вольфрамо-молибденовых руд на Тырныауском месторождении.

Будет приниматься решение по строительству мусороперерабатывающего завода. Кроме того, Глава региона заверил, что предприятие «Гидрометаллург» остановит производство. В ближайшие дни будет готова «дорожная карта» по прекращению деятельности завода. Кроме экологической обстановки, остается вопрос трехсот рабочих мест. Обеспечить трудоустройство предприятия переход на другую работу он поручил региональному Правительству.

ДОРОГИ

В этом вопросе отмечен небывалый объем работ. К юбилею Кабардино-Балкарии были завершены масштабные работы на важных транспортных артериях Нальчика - проспектах Ленина, Шогенцукова и Кулиева, а также улице Кабардинской. Ведутся работы по приведению в нормативное состояние автодороги Чегем II - Булунгу. Аналогичная работа ведется еще на десяти объектах в различных сельских поселениях. В 35 населенных пунктах республики появились новые тротуары и пешеходные дорожки протяженностью порядка 40 км. До конца года в нормативное состояние будут приведены 180 км автодорог регионального и местного значения, 134 погонных метра мостовых сооруже-

ний, обустроено порядка 70 км наружного освещения. В 2023 году объем финансирования дорожных работ составит 4 млрд рублей. Планируется привести в нормативное состояние порядка 170 км автомобильных дорог, отремонтировать 261 погонный метр автомобильных мостов и путепроводов, наружным освещением обеспечить порядка 80 км региональных дорог.

ТУРИЗМ

Высокими темпами развивается туризм. У нас есть все возможности, чтобы максимально задействовать потенциал республики в этой сфере, обеспечить опережающее развитие отрасли. «Могу сказать, что в 2019 году мы мечтали к 2025 году достичь цифры в один миллион туристов. Уверен, что мы процентов на 20 перешагнем эту цифру уже в 2022 году», - отметил К. Коков. Все намеченные проекты в этой отрасли реализуются.

МОЛОДЕЖЬ И ОБРАЗОВАНИЕ

Кабардино-Балкария вошла в топ-10 российских регионов, набравших наибольшее количество баллов за программу комплексного развития молодежной политики. На ее реализацию республика получит 146,6 миллиона рублей. Вопросы реконструкции Дворца творческой молодежи проработаны. Дальнейшую поддержку должны получить и общественные молодежные организации и их инициативы.

Шесть школ уже построили, сейчас строятся десять школ, три из которых в этом году должны сдать. Со следующего года начнется строительство еще восьми школ. До 2024 года в республике создадут 60 «точек роста», до 2026 года планируются отремонтировать 176 образовательных учреждений. Также Казбек Коков поручил Правительству КБР выделить средства на строитель-

ство двух спортивных залов - в шестой школе г. Нальчика и школе с. Атажукино.

ЦИФРОВИЗАЦИЯ

В число пяти крупных проектов республики, одобренных Правительством РФ, включен проект по созданию в Нальчике индустриально-технологического парка (ИТ-парка). Он будет представлять собой высокотехнологичный комплекс с современной научно-технической инфраструктурой. Планируется, что на базе ИТ-парка будет создано около 450 новых рабочих мест, а объем услуг и производства составит в денежном выражении 3-4 миллиарда рублей в год.

МЕДИЦИНА

Завершается ремонт двух блоков республиканского детского многопрофильного центра. На эти цели из резервного фонда Правительства РФ было выделено 125 миллионов рублей. Из республиканского бюджета дополнительно направили 75 миллионов рублей на ремонт второго корпуса больницы - здания бывшего перинатального центра. Ведутся работы по ремонту и строительству амбулаторий, поликлиники в Нальчике, участковой больницы в поселке Эльбрус, возобновлено строительство онкологического диспансера. До 2025 года планируется построить новые здания врачебных амбулаторий в сельских поселениях Октябрьское, Жемтала, Белая Речка, Кенже, Звездное, Нижний Черек, Куба-Таба, Красносельское, Светловодское и Дейское. Будут капитально отремонтированы врачебные амбулатории в десяти сельских поселениях. Казбек Коков поручил Правительству решить вопрос кадрового дефицита медицинских работников в сельских поселениях путем материального стимулирования и обеспечения служебным жильем.

СМИ

Информация в форме пропаганды и агитации стала одним из главных рычагов управления людьми. Глава КБР отметил возрастающую роль специалистов, посвятивших себя работе с информацией. Он подчеркнул недопустимость участия в предвзятых кампаниях по разжиганию межнациональной розни и межгосударственных конфликтов. «Работникам средств массовой информации необходимо защитить общество от этой угрозы путем подачи разъяснительной информации», - сказал Глава региона. - Человек, транслирующий информацию, должен быть всегда объективен».

Алена КАРАТЛЯШЕВА

ОБЩЕСТВЕННОЕ ГОЛОСОВАНИЕ НА ЛУЧШИЙ ГИМН МАЙСКОГО РАЙОНА НАЧАЛОСЬ

Как мы уже сообщали, совет местного самоуправления Майского района объявил конкурс на создание официального гимна муниципалитета. Согласно положению на конкурс должны быть представлены произведения, выполненные на высоком профессиональном уровне, имеющие торжественный жизнеутверждающий характер. Гимн должен воспевать любовь к родному району, его достопримечательности, отражать исторические события и культурные традиции Майского района. Гимн должен представлять собой торжественно-музыкальное произведение продолжительностью до трех минут, предназначенное для сольного и хорового исполнения.

В итоге в конкурсную комиссию поступило два заявления на участие в конкурсе. После рассмотрения представленных материалов, прослушивания, обсуждения композиций комиссия приняла решение: признать музыкально-поэтический конкурс на создание официального гимна Майского муниципального района состоявшимся и разместить в открытом доступе в интернете два проекта гимна для общественного голосования: гимн № 1 (девиз автора «Гармония»); гимн № 2 (девиз автора «Майский»). Голосование уже началось и продлится до 26 ноября.

Ольга КАЛАШНИКОВА

ОТ РЯДОВОГО ДО МАЙОРА

Заур родом из села Хушто-Сырт Чегемского района КБР. Окончив школу в 1998 году, был призван в ряды Вооруженных Сил РФ. После окончания срочной службы состоял военным служащим по контракту в составе 46-й отдельной бригады оперативного назначения ВВ МВД РФ в Грозном Чеченской Республики на различных должностях - от рядового до командира отделения разведки, одновременно обучался в Армавирском лингвистическом университете по специальности «юриспруденция». В 2010 году устроился на работу в органы внутренних дел по Кабардино-Балкарской Республике на должность участкового уполномоченного милиции ОМВД России по Черекскому району КБР. Неоднократно поощрялся руководством МВД по КБР, также имеет благодарность от министра внутренних дел Российской Федерации. Служивцы при исполнении служебных обязанностей всегда чувствовали рядом с собой надежное плечо друга и товарища, на которого можно положиться. В 2015 году Заур Мурзаев был переведен в управление МВД по г. Нальчику на должность старшего участкового уполномоченного полиции и на этой должности проработал три года. В 2018 году был назначен начальником ОУУП и ПДН ОП №2 УМВД России по г.о. Нальчик, в этом же году ему было присвоено звание майора полиции. В декабре 2019 года майор полиции Мурзаев для дальнейшего прохождения службы перевелся в ОМВД России по Эльбрусскому району КБР на должность начальника ОУУП и ПДН ОМВД России по Эльбрусскому району. Коллеги отзываются о нем как об ответственном, принципиальном сотруднике и порядочном человеке.

ВМЕСТЕ В ПУТЬ

Земфира родилась и выросла в Тырныаузе. С семьей Заура была знакома с детства, дружила с его младшей сестрой. Когда Заур ушел служить в армию, молодые люди стали переписываться. По оконча-



СЛУЖБА ИДЕТ, А ДОМА ЖДУТ И ЛЮБЯТ

Семья Заура и Земфиры МУРЗАЕВЫХ родилась 27 ноября 2004 года, в нынешнем году супруги отмечают восемнадцатилетие совместной жизни. Супруги знали друг друга с детства и ни разу не усомнились в своем выборе. В семье Мурзаевых подрастают три дочери – Жамиля, Камила и Азалия.

нии службы Заур поступил в юридический колледж в Тырныаузе и продолжал общаться с Земфирой. Спустя три года сделал ей предложение, в ноябре 2004 года посватался, как положено по обычаям, и сыграли свадьбу. Первое время молодожены жили с родителями, затем купили

дом в Яникое и переехали туда. Земфира полностью посвятила себя созданию уютного семейного гнездышка и воспитанию детей. У семьи есть сад с плодовыми и ореховыми деревьями, разными сортами винограда и огород, где выращиваются овощи, также держат домашнюю птицу.

Как и любая женщина, хозяйка дома любит цветы, для них также есть место на приусадебном участке. Земфира занимается рукоделием, балует домочадцев и гостей вкусной выпечкой. Кроме того, имеет небольшой бизнес – интернет-магазин товаров для дома.

ПОДРАСТАЮЩЕЕ ПОКОЛЕНИЕ

В семье Мурзаевых три дочери, старшей Жамиле семнадцать лет, в этом году она оканчивает школу. Усердно готовится к выпускным экзаменам, собирается получить педагогическое образование и в будущем стать преподавателем. В свободное время занимается рукоделием и плетением из бисера. Жамиля ответственная и пунктуальная, любит порядок, с малых лет помогает по хозяйству. Второй дочери - Камиле четырнадцать лет, увлекается шахматами, планирует пойти по стопам отца. Бойкая девочка не боится никакой работы по хозяйству, всегда с готовностью отзывается на любую просьбу, разделяет увлечение мамы домашней выпечкой. Самой младшей в семье - Азалии всего четыре года. Активная, любознательная - любимица папы. Пока малышка ходит в детский сад, но отец уже сейчас мечтает, что она станет врачом.

Глава семьи пользуется непререкаемым авторитетом, воспитанию в детях уважительного отношения к старшим, ответственности и честности уделяется большое внимание. Выходные дни семья проводит у мамы Заура в Хушто-Сырте и у родителей Земфиры в Тырныаузе, делятся новостями, помогают по хозяйству. Девочки общительные, любят принимать гостей и сами с удовольствием ходят в гости, но надолго не задерживаются, только дома чувствуют себя уютно. Главу семьи ждут в выходные с работы. Семья ценит драгоценные моменты, когда все домочадцы в сборе и с удовольствием проводят вместе время.

Лилиана ШОРДАНОВА.

Фото из семейного архива Мурзаевых

Нальчик стал четвертым городом в рамках рейса молодежного просветительского проекта «Умный маршрут» по городам Северо-Кавказского федерального округа. В Кабардино-Балкарском государственном университете имени Х. М. Бербекова студенты Нальчика узнали, как поддерживать психическое здоровье и бороться с тревожностью, на форуме «Ментальное здоровье».

Участники и эксперты форума обсудили важность сохранения ментального здоровья наравне с физическим. Программа была составлена так, чтобы затронуть все самые важные для молодых людей темы: от самооценки до арт-терапии и методов снижения тревожности. С приветственным словом к аудитории обратился заместитель министра просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики Ачемез МОКАЕВ. «Популярность общества «Знание» у нас в республике постоянно растет, – отметил он. – Что касается сегодняшнего проекта, мы считаем, что это очень важная инициатива. Кабардино-Балкарский государственный университет – ключевой партнер Российского общества «Знание», студенты вуза, на наш взгляд, должны быть самыми активными амбассадорами идей и смыслов, которые Общество «Знание» транслирует в наше общество. Хочу пожелать, чтобы в завершение сегодняшних мероприятий вы точно могли сказать, что не зря провели здесь время и узнали что-то новое. Это ключевая цель деятельности наших коллег, к которой стремимся и мы».

По словам нейропсихолога, практика Access Bars, лидера сообщества «ПроЖенщины», автора и ведущей тренингов Галины ФИЛАТОВОЙ, одной из востребованных тем является самооценка. В своем выступлении она объяснила, что означает понятие истинной самости и каким образом представления человека о себе зависят от отношений с другими людьми.

Умение понимать себя и других требуется в жизни каждому человеку. О важности этого навыка рассказал ребятам клинический психолог, когнитивно-поведенческий психотерапевт, аспирант НИУ ВШЭ, финалист первого сезона «Лиги лекторов» Илья БЛАГОВ. Его лекция была посвящена эмоциональному этикету. Из нее участники узнали, что такое эмоциональная гигиена, какие существуют правила эмпатии и как нужно проживать негативные эмоции без вреда для себя и окружающих.

Действенными экспресс-методиками снижения тревожности с молодыми людьми поделился сотрудник

• ФОРУМ «УМНЫЙ МАРШРУТ» В НАЛЬЧИКЕ

В Нальчике состоялся молодежный форум «Ментальное здоровье» Российского общества «Знание».

скорой помощи, автор самого крупного блога об этой медицинской службе, создатель телеграмканала «По ту сторону спасения» Владимир ВАРНАВСКИЙ. Ребята научились распознавать тревогу заранее и отличать стресс от дистресса.

Мастер-класс специалиста по составлению психологических профилей, супервизора полиграфных проверок, автора более ста статей по психологии, профайлингу и верификации лжи Ирины СТРАЧКОВОЙ показал участникам, что творчество может быть отличным инструментом психотерапии. Любая творческая деятельность дает чувство стабильности, уверенности и счастья. Под руководством наставницы ребята попробовали арт-терапию и выразили свои эмоции с помощью красок.

«Что такое арт-терапия? Это способ через творчество осознать, реализовать и прожить свои эмоции и чувства, – рассказала Ирина Страчкова. – Арт-терапия объединяет несколько методов. Самый известный – это рисование, но также к арт-терапевтическим методам относятся написание музыки, стихов и вообще любое творчество, которое вам доступно и интересно. Один из самых простых способов знакомства с арт-терапией – свободное рисование, нейрографика и антистресс-раскраски. Они доступны практически каждому и не требуют каких-то специальных навыков».

Завершилась программа форума интерактивной лекцией Галины ФИЛАТОВОЙ «Культура счастья: применяем на практике», которая собрала в своем выступлении самые важные аспекты ментального здоровья: способы создания позитивной стратегии в жизни, методы снижения стресса, приемы, помогающие справиться с хронической усталостью и прокрастинацией. Также наставница рассказала о том, как развивать сильные стороны своей личности.

Студенты поблагодарили выступавших и отметили актуальность тематики форума.

ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ ЗАРАБОТАЕТ В 2024 ГОДУ

Здание Дворца молодежи может быть завершено к 2024 году. Вопрос его финансирования был решен в марте 2021 года, во время встречи Главы КБР Казбека КОКОВА с министром финансов РФ Антоном СИЛУАНОВЫМ. Финансирование объекта включено в государственную программу РФ «Развитие культуры». Осенью 2021 года в проект федерального бюджета на 2022 год и на плановый период до 2024 года были внесены соответствующие изменения.

В республике за последние годы увеличилось количество творческих площадок. Однако очевидна необходимость их расширения. Театральные постановки, концертные программы, выставки молодых людей не находят своего зрителя зачастую именно из-за отсутствия помещения. «В ходе актуализации проектно-сметной документации было пересмотрено и приведено в соответствие функциональное наполнение здания, обновлены технологические решения, принято решение по замене отделки фасада на более новые современные материалы, внесены корректировки по благоустройству территории», – отмечают в Минстрое КБР.

В настоящее время на объекте возобновились строительные работы. Четырехэтажное здание планируется использовать как культурный центр для творческой молодежи.

В здании будут располагаться два зала: большой и малый на 785 и 180 мест соответственно. Учитывая специфику строящегося здания, для реализации творческих идей наряду с установкой традиционного светового и звукового оборудования будет использоваться видеопроекция.

В настоящее время на объекте ведутся работы по устройству наружных инженерных сетей, водоснабжения, сетей водоотведения, устройству сетей электрооснабжения, устанавливается индивидуальная котельная. Также ведутся строительные работы фасада и внутри самого здания.

• Материалы Елены АППАЕВОЙ

МНЕ ИНТЕРЕСНО ТО, ЧЕМ ЗАНИМАЮСЬ

Юбилей

ПОБЕДИТЕЛЬ «АБИЛИМПИКСА»

БЛАГОДАРНА РОДИТЕЛЯМ

- Все человеческие качества, которыми мы обладаем, закладываются еще в детстве, в семье, - говорит Асият Халидовна. - У меня были замечательные родители. Папа Халид был одаренным человеком, всегда что-то чинил, изобретал, придумывал и воплощал в жизнь. Так сложились обстоятельства, что он в свое время не смог получить высшее образование, и это мешало его профессиональной самореализации. Чтобы закрыть этот пробел в образовании, уже в преклонном возрасте окончил университет и стал педагогом. Так что я потомственный педагог. Мама Фатимат воспитала шестерых детей и была для нас примером истинной горянки. Мы все получили высшее образование, за все, чего я добились в жизни, благодарна своим родителям.



В этом месяце заведующая отделом социально-гуманитарной направленности ГБОУ «ДАТ «Солнечный город» Асият МУРЗАКАНОВА отмечает свой юбилей, а в следующем году отметит 40-летие педагогической деятельности. Асият Халидовна – почетный работник начального профессионального образования РФ, отличник профтехобразования РФ.

МУДРЫЕ НАСТАВНИКИ

- В системе образования я с 1983 года. По специальности математик, трудовую деятельность начинала в общеобразовательной школе. Через два года ушла в систему начального профессионального образования. В допобразование с 2005 года, когда перешла в центр воспитательной работы в качестве заведующей отделом, затем заместителя руководителя - Елены БЕЗРОКОВОЙ. Это человек, которому я благодарна за бесценную профессиональную и жизненную школу. К сожалению, ее уже нет в живых, но она останется в наших сердцах как мудрый наставник и профессионал педагогического дела.

В следующем году будет сорок лет как я работаю. Для меня они пролетели незаметно. Наверное, потому что мне интересно то, чем занимаюсь. Во многом это благодаря людям, с которыми сводит меня судьба. Сейчас это руководитель «Солнечного города» Мурат АРИПШЕВ, руководитель лица для одаренных детей Тамара ДЖАППУЕВА и мой непосредственный руководитель Тамара АЙБАЗОВА. У каждого из них есть чему поучиться и всегда можно получить профессиональную поддержку.

Но главное - это наши воспитанники. Работать с ними очень увлекательно. Передаешь им свои знания, а они учат тебя непосредственности и целеустремленности. Приятно видеть, как в дальнейшем они добиваются профессиональных успехов.

УСПЕХ РЕБЕНКА – УСПЕХ ПЕДАГОГА

- Цель деятельности нашего отдела – реализация дополнительных общеобразовательных программ, направ-

ленных на социализацию, адаптацию детей и подростков в обществе, позволяющих им проявлять себя в различных видах социально значимой и практической деятельности. Действуют 27 дополнительных общеобразовательных программ. Всего в отделе 2159 обучающихся. В прошлом учебном году в различных конкурсах приняли участие 1937 детей и получили 1514 наград.

Все это стало возможным благодаря работе коллектива креативных, высококвалифицированных специалистов-единомышленников - педагогов отдела. Педагоги активно вовлекают детей к участию в конкурсах различных уровней, сами принимают участие в международных, всероссийских и республиканских конкурсах, становятся победителями и занимают призовые места.

Обучающаяся литературной студии «Свеча» Екатерина ЦОЙ зачислена в Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов на бюджетной основе по итогам международного конкурса творческих проектов среди старшеклассников «Идеи Д.С. Лихачева и современность». Айтэк ШЕРХОВ, обучающийся студии «Свеча», занял первое место во втором всероссийском конкурсе юношеского литературного творчества «Мир литературы. Юность», участвовал в литературной программе в МДЦ «Артек». Обучающиеся творческого объединения «Юнармеец» Ислам МУРЗАКАНОВ и Павел АЙБАЗОВ - победители, Салима ДАЛОВА, Ислам КАРОВ – призеры всероссийской олимпиады школьников по ОБЖ. Обучающийся школы молодого правоведа «Академия права» Роман ДЕНИСОВ - призер Всероссийского конкурса молодежи образовательных и научных организаций на лучшую работу «Моя законотворческая

инициатива». Кристина ТАРКАНОВА - обучающаяся ТО «Медиа» заняла второе место во всероссийском конкурсе роликов «Новые места» федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование». Обучающаяся шахматного клуба «Ладья» Малика КАБАРДИКОВА стала чемпионкой КБР. Обучающийся клуба личностного роста «Альтернатива» Малик НЕБЕЖЕВ - финалист всероссийского конкурса этцов «Живая классика».

В рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в октябре в «Солнечном городе» в отделе социально-гуманитарной направленности создано новое направление по безопасности движения – новое творческое объединение «Веселый светофор» по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма, изучению правил дорожного движения и безопасного поведения на улицах и дорогах.

В перспективе мы планируем обновить содержание дополнительного образования в отделе за счет расширения перечня программ в соответствии с обновлением социально-гуманитарной направленности, добавить программы по финансовой грамотности, основам предпринимательской деятельности, цифровым технологиям и т.д.

МОЯ ГОРДОСТЬ

- Это мои дети – сын, его супруга и двое внуков. Сын - Валерий ХУРАНОВ в 25 лет стал кандидатом технических наук. С 2008 г. член Союза архитекторов России, доцент кафедры архитектурного проектирования ИТФ КБГУ. В числе значимых для республики его работ - Мемориальная арка дружбы в Нальчике в соавторстве с М. БЖАХОВЫМ и А. БЖАХОВЫМ, реконструкция Зеленого театра в Нальчике в соавторстве с М. ОРКВАСОВЫМ и М. Бжаховым.

Валерий не только хороший специалист, но и замечательный сын, супруг и папа. Благодарна судьбе за то, что в нашу семью вошла замечательная сноха Валентина, которая подарила мне внука Алима и внучку Алину. Для меня важны их благополучие, здоровье и уверенность в завтрашнем дне. Они для меня все, свободное время хочется проводить с ними.

Еще люблю читать хорошую литературу. Я, хоть и математик, но поэт в душе. В молодости даже были пробы пера. Поэтому приятно посидеть в тишине с томиком стихов наших классиков.

Алена ТАОВА.

Фото из архива А. Мурзакановой

С 28 по 31 октября в Москве в выставочном центре «Гостинный двор» и на площадках образовательных организаций прошел Национальный чемпионат по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» президентской платформы «Россия - страна возможностей».

В этом году в чемпионате приняли участие 1100 конкурсантов из 78 субъектов страны. В течение трех дней участники соревновались по 40 компетенциям. Кабардино-Балкарию представила Лейла ГЕРГОКОВА, занявшая первое место по компетенции «Швея» в категории «Специалист». Наша землячка не только продемонстрировала профессиональные умения, но и представила на выставку авторские работы. Наставником Лейлы стала сотрудник Нальчикского колледжа легкой промышленности Лейла ЗАЛИХАНОВА, подготовившая ее к соревнованиям.

В сентябре в дистанционном формате состоялся подготовительный этап Национального чемпионата. Студенты и школьники из всех регионов соревновались в 80 профессиональных компетенциях. В Кабардино-Балкарии конкурсные испытания состоялись на базе КБГУ, четырех колледжей республики и детско-юношеской спортивно-адаптивной школы. К движению «Абилимпикс» республика присоединилась в 2018 году. За четыре года в региональном чемпионате приняли участие 254 человека, большая часть из них трудоустроена в республике. Одна из главных задач конкурса не просто дать возможность людям с ограниченными возможностями здоровья заявить о себе, но и помочь с трудоустройством. Кроме того, чемпионат стал площадкой для полезных знакомств и общения как с конкурсантами, так и потенциальными работодателями.

Интервью Лейлы Гергоковой читайте в одном из наших ближайших номеров.

Лана АСЛАНОВА

В ЧЕГЕМСКОМ РАЙОНЕ БУДУТ КРУГЛОГОДИЧНО ВЫРАЩИВАТЬСЯ ОВОЩИ И ЯГОДЫ

Крупнейший на Северном Кавказе тепличный комплекс строится в Чегемском районе. Круглогодичное выращивание овощей и ягод – это шаг вперед в развитии экономики. В будущем продукцию планируется поставлять в другие регионы России и на экспорт. Две тысячи рабочих мест – это прежде всего семьи, у которых будет гарантированный доход. Также местный бюджет пополнится налоговыми отчислениями.

Общая площадь комплекса – сто гектаров. Строительство ведется на тридцати семи гектарах. Сборка металлоконструкции, разработка грунта, укладка ливневой канализации, сварочные работы идут в соответствии с планом. Весной 2023 года начнутся посадки первых насаждений. В 2024 году строительство комплекса будет завершено.

Елена АППАЕВА



**МЕДАЛЬ
«ЗА ДОБЛЕСТЬ В СЛУЖБЕ»**

Участковый уполномоченный полиции МО МВД России «Баксанский» старший лейтенант полиции Руслан ЛЮЕВ в 2020 году тоже набрал наибольшее количество голосов от жителей республики в ходе интернет-голосования.

В органах внутренних дел Руслан Мухамедович служит 17 лет, в должности участкового уполномоченного полиции с 2017 года. За время работы заслужил авторитет и уважение граждан, проживающих на обслуживаемом участке в селе Жанхотеко. Регулярно встречается с населением, беседует с гражданами по вопросам, связанным с профилактикой правонарушений.

По словам Р. Люева, участковый уполномоченный полиции обязан помогать гражданам в решении любых проблем. Просьбы жильцов обслуживаемого участка бывают разными, зачастую они связаны с бытовыми вопросами. «Участковый инспектор обязан полностью контролировать оперативную обстановку на своем участке», - считает полицейский.

С начала года старшим лейтенантом полиции Русланом Люевым раскрыто четыре преступления, связанных с незаконным оборотом наркотиков, и экономического характера, выявлено более 80 административных правонарушений.

Руслан предпочитает активный отдых на природе, регулярно занимается кроссом, увлекается тяжелой атлетикой. За высокие показатели в служебной деятельности Руслан Люев неоднократно поощрялся руководством ведомства. В частности, медалью «За доблесть в службе» и Почетной грамотой начальника ГУ МВД России по СКФО.

УВАЖЕНИЕ И АВТОРИТЕТ

Старший участковый уполномоченный полиции МО МВД России «Баксанский» майор полиции Мурат КОДЗОКОВ набрал наибольшее количество голосов в 2022 году в ходе интернет-голосования в нашей республике.

Следует отметить, что специальное звание майора полиции Мурату Кодзокову присвоено в период проведения конкурса «Народный участковый». В органах внутренних дел Мурат Леонидович служит с 2004 года, участковым уполномоченным полиции - с 2014 г. За время службы участковым заслужил уважение и авторитет среди более двадцати тысяч граждан, проживающих на обслуживаемом им участке в селе Дыгулыбгей. Жители села знакомы со своим участковым инспектором лично, Мурат осведомлен обо всех проблемах сельчан на уполномоченном ему участке. По словам Кодзокова, участковый полицейский обязан помогать жителям села в решении любых проблем. «Участковый уполномоченный полиции прежде всего должен контролировать оперативную обстановку и выстраивать доверительные отношения с населением», - говорит Мурат Кодзоков.

С начала года майором полиции М. Кодзоковым раскрыто четыре преступления, связанных с незаконным оборотом наркотиков, и экономической направленности, выявлено 65 административных правонарушений.

Конкурс «Народный участковый» проводится с 2011 года. Его основные цели - повышение уровня доверия населения к сотрудникам полиции, престижа службы, формирование позитивного общественного мнения о деятельности участковых уполномоченных полиции. Победители отбираются в ходе открытого голосования. Из года в год газета «Горянка» знакомит читателей с ними. По нашему запросу пресс-служба МВД по КБР предоставила нам имена четырех народных избранников разных лет.



Участковый уполномоченный полиции МО МВД России «Баксанский» старший лейтенант полиции Руслан Люев



Старший участковый уполномоченный полиции МО МВД России «Баксанский» майор полиции Мурат Кодзоков



Старший участковый уполномоченный полиции МО МВД России «Баксанский» майор полиции Алим Жириков



Старший участковый уполномоченный полиции МО МВД России «Баксанский» майор полиции Аслан Аслануков

Мурат признается, что, несмотря на загруженность в работе, предпочитает активный отдых - в свободное время играет в футбол с друзьями.

За высокие показатели в служебной деятельности он неоднократно поощрялся руководством МВД России.

**НЕЛЕГКИЕ БУДНИ СЕЛЬСКОГО
УЧАСТКОВОГО А. ЖИРИКОВА**

Старший участковый уполномоченный полиции МО МВД России «Баксанский» майор полиции АЛИМ ЖИРИКОВ набрал наибольшее количество голосов, которые жители республики в 2021 году отдали в ходе интернет-голосования.

В органах внутренних дел служит 11 лет, в должности участкового уполномоченного полиции с 2011 года. Свою работу Жириков выполняет добросовестно в тесном контакте с гражданами, проживающими на одном из крупнейших административных участков в районе - в с. Дыгулыбгей. Практически ежедневно Алим встречается с жителями села, в ходе подвального обхода проводит с ними профилактическую беседу.

С начала года майором полиции А. Жириковым раскрыто пять преступлений, связанных с кражей имущества, и экономической направленности, выявлено 45 административных правонарушений.

Свободное время Алим уделяет игре в бильярд.

За высокие показатели в служебной деятельности Алим Жириков неоднократно поощрялся, в том числе Почетной грамотой МВД России.

**ГЛАВНОЕ —
ДОВЕРИЕ НАСЕЛЕНИЯ**

Старший участковый уполномоченный полиции МО МВД России «Баксанский» майор полиции АСЛАН АСЛАНУКОВ набрал наибольшее количество голосов в 2019 году в ходе интернет-голосования, которое проводится среди жителей республики.

В 2005 году А. Аслануков окончил Современную гуманитарную академию в г. Нальчике по специальности «юриспруденция». В органах внутренних дел служит 17 лет участковым уполномоченным полиции. Начинать работать в 2005 году в г. Оренбурге. В 2011-м был назначен на должность участкового уполномоченного полиции МО МВД России «Баксанский». За это время заслужил доверие более пяти тысяч граждан, проживающих на обслуживаемом им участке в селе Куба. Жители знакомы со своим участковым инспектором лично, Аслан Каральбиевич ежедневно встречается с ними, общается, выясняет их проблемы, проводит разъяснительные беседы о профилактике правонарушений. По словам Асланукова, участковый полицейский обязан помогать законопослушным гражданам в решении любых проблем.

«Заслужить и сохранить доверие населения - именно к этому должен стремиться участковый в своей работе», - считает он.

Приоритетными направлениями деятельности участкового уполномоченного полиции также являются выявление и раскрытие преступлений. За девять месяцев этого года майором полиции А. Аслануковым раскрыто 11 преступлений имущественного характера.

Аслан увлекается рыбалкой, регулярно посещает спортзал, где занимается игровыми видами спорта. В составе сборной команды МО МВД России «Баксанский» выигрывал волейбольное первенство, проводимое спортивным обществом «Динамо», трижды становился обладателем кубка по бильярду и один раз по настольному теннису, эти турниры проводились под эгидой «Динамо».

За высокие показатели в служебной деятельности неоднократно поощрялся грамотами и благодарностями руководства МВД.

Подготовила Анжела КУДАЕВА

В НОВО-ИВАНОВСКОМ ОТКРЫЛИ ПАМЯТНЫЙ БЮСТ ВЛАДИМИРУ БЕРДЮЖЕ

В сельском поселении Ново-Ивановское состоялась церемония открытия памятного бюста Владимиру Ивановичу Бердюже, который более 20 лет возглавлял знаменитый СХПК «Ленинцы».

Еще старшеклассником он работал в колхозе во время каникул. В 1971 году по направлению от колхоза поступил в Горский сельскохозяйственный институт. Окончил вуз с отличием по специальности «ученый агроном» и вернулся в родное хозяйство. С 1999 года В. БЕРДЮЖА - бессменный председатель

СХПК «Ленинцы». Под его руководством хозяйство неоднократно признавалось лучшим сельскохозяйственным предприятием республики. За многолетний добросовестный труд был удостоен почетных званий «Заслуженный работник сельского хозяйства Кабардино-Балкарской Республики» и «Заслуженный работник сельского хозяйства Российской Федерации».

В памятной церемонии приняли участие первый заместитель Председателя Правительства КБР Сергей ГОВОРОВ, советник Главы Кабардино-Балкарской Республики Аминат УЯНАЕВА, предсе-

датель региональной общественной организации «Союз женщин КБР» Аулият КАСКУЛОВА, глава администрации Майского района Татьяна САЕНКО, председатель Общественной палаты района Светлана ГЕРАСИМОВА, глава администрации с. п. Ново-Ивановское Анна ШИПОША, друзья, работники сельхозпредприятия, жители села.

Почетное право открыть бюст памяти Владимиру Ивановичу Бердюже было предоставлено жене Татьяне БЕРДЮЖА и Владиславу РУССУ, нынешнему председателю СХПК «Ленинцы». Отец Виталий совершил церемонию освящения бюста.

Гости возложили цветы и почтили память Владимира Ивановича минутой молчания.

Выступавшие отмечали трудолюбие, честность и высокую гражданскую позицию В. Бердюжи, его ответственность за людей, которые работают на земле. Силами хозяйства были построены коттеджи, предоставлялось жилье молодым специалистам. По его инициативе в селе Ново-Ивановском был построен мемориальный комплекс, посвященный битве за Кавказ, с целью сохранения истории дедов и прадедов для потомков.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Библиотека была и остается востребованным учреждением, где повседневно соприкасаются прошлое, настоящее и будущее, мир книг и мир людей. Это подтверждает шалунская сельская библиотека № 1, которая прошла славный путь длиной в 90 лет и в этом году отмечающая юбилей. На протяжении этого времени сотрудники библиотеки старались оберегать и приумножать лучшие традиции просветительства. Плодотворную работу библиотеки продолжают Лена КЕРЕФОВА, заведующая библиотекой с 1992 года, и Арифа ШИКОВА, библиотекарь.

- Начало библиотечного дела в селе Шалушка было положено в 1932 году. Была открыта изба-читальня, - говорит Лена Керефова. - Первым избачом работала Маруся ШОГЕНОВА, начальный книжный фонд составлял всего сто экземпляров, а посещали ее два-три человека. Но постепенно грамотных в селе становилось все больше, возрастало и количество посетителей в читальне. В те годы в газете «Карахалк» была напечатана статья о Пшемахо КЕШОКОВЕ, отце народного поэта и писателя Алима КЕШОКОВА, как о хорошем учителе и лучшем читателе избы-читальни.

С 1936 года изба-читальня стала библиотекой, завел ее Мухамед ШИБЗУХОВ. В послевоенные годы ее возглавил Султан СОБЛИРОВ, фонд составлял уже тысячу экземпляров. На протяжении многих лет особую домашнюю атмосферу в библиотеке создавали Маруся ШИБЗУХОВА, Лида КЕРЕФОВА, Люсена КУЧМЕНОВА, Хафисат ТЛУПОВА и другие.

Менялось местоположение библиотеки, изменились задачи, но неизменной оставалась цель: - приобщение к книге, воспитание высококонравного человека, патриота своей страны.

Наша библиотека во многом обязана своим становлением и сегодняшним благополучием ее первопроходцам, в числе которых была Леля КАРДАНОВА, проработавшая в библиотеке с 1956 по 1983 год. Это был период становления библиотеки как культурного центра села. Ей на смену пришла Фатима ЮАНОВА, проработавшая здесь более десяти лет. Немало сил и энергии в любимую работу внесла и Вера ШТУКАРЬ. Это их трудом формировался фонд библиотеки и благоустраивались помещения. Далее работу продолжили Светлана ТЛУПОВА, Ксения ШИКОВА и Арифа ШИКОВА. За время моей работы би-

НАЧИНАЛИ 90 ЛЕТ НАЗАД, ОТ ИЗБЫ-ЧИТАЛЬНИ



блиотека несколько раз становилась лучшей в районе. За хорошую работу неоднократно награждалась почетными грамотами Министерства культуры КБР, администрации и отдела культуры Чегемского муниципального района. Наши читатели принимают активное участие в районных и республиканских конкурсах, занимая призовые места.

Время накладывает свой отпечаток на состояние фондов, интересы читателей и содержание работы. В последние годы фонд библиотеки в основном пополняется за счет федеральных средств. На данный момент он составляет более 15 тысяч экземпляров.

В основном контингент библиотеки состоит из учащихся школы и студенческой молодежи, которые приходят сюда с конкретными запросами по учебной программе, а также за художественной литературой. Есть у нас и такие категории читателей, которые относятся к старшей

группе, для них очень важна не только возможность взять книгу для души, но и располагающая атмосфера в библиотеке, где они могут поговорить по душам. Старемся создавать для них благоприятную атмосферу. Самые активные наши читатели – младшая группа и учащиеся начальных классов. У нас богатый и интересный фонд детской литературы, каждый может найти интересующую его книгу. Чтобы привить любовь к чтению с малых лет, работаем с воспитанниками детских садов, организуем для них интересные мероприятия. При этом надо отдать должное педагогам и воспитателям детских садов во главе с заведующими, которые с готовностью откликаются на все наши просьбы. Привлекает читателей и свободный доступ к компьютеру с интернетом, который имеется в библиотеке. Для организации культурно-досуговой деятельности проводим различные мероприятия, приуроченные к юбилейным и знаменательным датам. Очень насыщенным стал в этом плане 2022-й – Год культурного наследия народов России. С начала года провели много мероприятий. Например, вечера к 85-летию Хамида Кармокова «Человек, труды которого всегда востребованны» и Валентина Распутина «Живя, мы помним»; к 65-летию возрождения балкарского народа; к 90-летию Фоусат Балкарской, к 100-летию Александра Зиновьева, осенние посиделки к Дню пожилых людей, к Дню народного единства и многие другие.

Много интересных мероприятий намечено до конца года: «Библиотека – территория толерантности», «Человек-эпоха» - к 90-летию Тимборы Мальбахова, «Певец Урала» - к 170-летию Мамина-Сибиряка, «Назад в СССР» - к 100-летию образования СССР, «Спешите делать добро» - к Международному дню инвалидов.

Мы все маленькие огоньки, объединяющиеся в одно пламя во имя того, чтобы не иссякло знание, чтобы приумножались ряды читателей.

Ангела ГУМОВА

(Окончание. Начало на 1-й с.)

ЗАПОМНИЛА НА ВСЮ ЖИЗНЬ

- Сначала было очень тяжело. Свой первый выезд в семью запомнила на всю жизнь. Приехали в Хасанью, чтобы забрать детей и определить их в реабилитационный центр для несовершеннолетних «Намыс». В доме была полная антисанитария, дети неухоженные, голодные, цеплялись за ноги мамы и в слезах кричали, что не хотят никуда ехать. Для меня это был настоящий стресс. Сама рано потеряла маму, поэтому было непонятно, как родная мать может так поступить с собственными детьми. Дети искренне любят даже пьющих матерей. К счастью, со временем эта женщина исправилась и была восстановлена в материнских правах.

Был еще случай, который также остался в памяти навсегда. Мать четверых детей от разных мужчин лишили родительских прав. Двоих мальчиков забрали отцы, а две девочки остались. Старшая сестра оформила опеку над младшей, не поддавшись ни на какие уговоры. Увы, в жизни немало таких ситуаций.

ПЛОХИХ ДЕТЕЙ НЕ БЫВАЕТ

- Работать в органах по делам несовершеннолетних возможно только по призыву. Работаем почти круглосуточно и с полной самоотдачей. Строится работа по территориальному принципу, так же, как и отделов полиции. Высокая результативность в деле предотвращения правонарушений достигается за счет тесного взаимодействия с образовательными учреждениями, в которых основным контактным специалистом для инспектора является социальный педагог. Кроме того, осуществляется взаимодействие и с органами опеки и попечительства, комиссиями по делам несовершеннолетних и защите их прав, а также с судебными органами и прокуратурой. Можем навестить семьи, состоящие на учете, в любое время суток без предупреждения, так лучше видна реальная обстановка в семье. К нам в большинстве случаев попадают дети из неблагополучных семей, от нехватки внимания, заботы и теплоты. Плохих детей не бывает, но если в семье присутствует жестокость, а родители ведут асоциальный образ жизни, дети впитывают подобный вариант общения и переносят его в общество. Всегда советую родителям - научите ребенка доверять вам, для детей важно быть не только родителем, но и другом. Нужно разговаривать со своими детьми, обсуждать их проблемы и причины возникновения. Если дети понимают, что они нужны родителям, не будут искать поддержки и признания в сомнительных компаниях.

ВОВРЕМЯ УБЕРЕЧЬ ОТ НЕОБДУМАННОГО ШАГА

- Цели и задачи сотрудников органов внутренних дел во все времена неизменны - забота о подрастающем поколении, охрана материнства и детства, законных прав и интересов несовершеннолетних. Круг обязанностей инспектора обширен - профилактика преступлений и правонарушений среди несовершеннолетних, защита их прав, социальная реабилитация подростков, находящихся в трудной



РАБОТА ПО ПРИЗВАНИЮ

жизненной ситуации, разносторонняя деятельность, направленная на создание благоприятной обстановки для реализации законных прав, свобод и интересов детей. Большую работу воспитатели в погонах проводят по пропаганде правовых знаний в территориальных образовательных учреждениях. Достучаться до детских сердец и добиться, чтобы родители исполняли свои обязанности, уметь найти общий язык с трудными подростками, понять, почему они совершают те или иные поступки, постараться помочь им встать на правильный путь. Самое главное в нашей работе – вовремя уберечь от необдуманного шага тех, кто только начинает жить. Мы все должны помнить, что именно подростки наиболее подвержены негативному влиянию плохой компании. Отсутствие благоприятного общения в коллективе со сверстниками или учителями, социальное неблагополучие, негативная психологическая атмосфера в семье могут стать причиной совершения преступлений и правонарушений.

БОЛЬШЕ ЦЕНИТЬ

- Инспектор ПДН - нелегкая работа. Ее успех зависит от внимательного отношения к проблемам своих подопечных. Я сама мама двоих детей, поэтому смотрю на каждого ребенка, оказавшегося в сложной ситуации, как мать.

Моя профессия требует много времени и душевных переживаний. Но понимаю, что нужна еще и семье - мужу Владимиру, сыну, тоже Владимиру, и дочери Кире. Сын - учащийся школы, активно занимается армейским рукопашным боем. Кира ходит в детский сад. Когда видишь пример неблагополучных семей, начинаешь еще больше ценить и оберегать собственных домочадцев.

Алена КАРАТЛЯШЕВА.
Фото Тамары Ардавовой

СЕМЬЯМ С ДЕТЬМИ БУДЕТ ОКАЗАНА ПОДДЕРЖКА

В Кабардино-Балкарии особое внимание уделяется семьям с детьми. По словам министра труда и социальной защиты Алима АСАНОВА, поддержку от государства получают почти 14 с половиной тысяч детей-первенцев. Такой вид пособия выплачивают с 2018 года. В целом материальная поддержка ребенка начинается еще в период беременности матери. Если будущая мама становится на учет в ранние сроки, до момента родов она получает сумму в один прожиточный минимум. Если же в семье, в которой родился первый ребенок, доход на каждого менее двух прожиточных минимумов, на малыша выплачивается пособие. На сегодня это около 16 тысяч рублей.

Также в России действует мера поддержки детей от трех до семи лет. С апреля этого года помощь начали получать и малообеспеченные семьи, в которых есть сыновья и дочери в возрасте от восьми до семнадцати лет. По данным руководителя Минтруда, с января будущего года все эти выплаты сведут в единый реестр, то есть в стране начнет действовать так называемое «универсальное пособие».

Помимо федеральных, в Кабардино-Балкарии действуют и региональные выплаты. Адресную поддержку оказывают многодетным семьям, в которых воспитываются пять и более детей. Многодетные женщины награждаются медалью «Материнская слава», им вручают разовую денежную премию в размере десяти тысяч рублей на каждого ребенка. Помимо этого, Глава республики дарит автомобили «ГАЗель» семьям, в которых десять и более детей.

Подготовила Елена АППАЕВА



• АКТУАЛЬНО

• НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

НЕ УПУСКАЙТЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПРОВОРЕМЯ УЗНАТЬ О СОСТОЯНИИ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ

Многие часто относятся к своему здоровью несерьезно, откладывают визит к врачу в надежде, что все само пройдет. Медики же настоятельно рекомендуют регулярно проходить диспансеризацию. Она представляет собой комплекс мероприятий, включающий профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований. Особо актуальна сегодня диспансеризация, причем углубленная, для перенесших COVID-19.

Наш собеседник – заведующая отделением медицинской профилактики нальчикской поликлиники №1 Людмила ЭЛЬГАРОВА.

ЧЕМ РАНЬШЕ, ТЕМ УСПЕШНЕЕ

Многие хронические заболевания на ранних стадиях протекают бессимптомно, поэтому чем раньше выявить начальные проявления болезни или риск их развития, тем успешнее будет лечение. Именно для этих целей проводятся профилактический медицинский осмотр и диспансеризация, которая, помимо раннего выявления болезней и факторов их риска, обеспечивает проведение необходимых лечебных и профилактических мер и при необходимости длительное диспансерное наблюдение.

Обследования, которые проводятся по всей стране с 2013 года в рамках диспансеризации и профилактического медицинского осмотра, направлены на профилактику и раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития (повышенный уровень артериального давления, повышенный уровень холестерина и глюкозы крови, курение, злоупотребление алкоголем, нерациональное питание, низкая физическая активность, избыточная масса тела или ожирение), а также риска потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача, определение группы здоровья, проведение профилактического консультирования, определение группы диспансерного наблюдения.

Диспансеризации и профилактическому медицинскому осмотру подлежат работающие и неработающие граждане, обучающиеся в образовательных организациях по очной форме. Диспансеризация взрослого населения проводится бесплатно один раз в три года для лиц от 18 до 39 лет, ежегодно - для лиц от 40 лет и старше. Диспансеризацию можно пройти в медицинской организации по месту прикрепления. Это может быть поликлиника, где функционирует кабинет или отделение медицинской профилактики, фельдшерско-акушерский пункт или офис врача общей практики.

ЛУЧШЕ ПОДГОТОВИТЬСЯ

Часто спрашивают, какая подготовка нужна для прохождения диспансеризации и профилактического медицинского осмотра. Желательно прийти утром в поликлинику натощак. При себе иметь паспорт и медицинский страховой полис. Если вы в последние 12 месяцев обследовались у врача, возьмите подтверждающие документы - эти результаты могут быть учтены при прохождении диспансеризации. Как

подготовиться к сдаче лабораторных исследований, чтобы избежать неверных результатов, вам объяснят в поликлинике.

Диспансеризация проводится в два этапа. Первый (скрининг) проводится с целью выявления у граждан хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития. Объем диагностических мероприятий первого этапа зависит от возраста. Второй этап проводится для дополнительного обследования и уточнения диагноза, а также проведения углубленного профилактического консультирования. Объем исследований и осмотров врачей-специалистов второго этапа определяется по итогам прохождения первого этапа, поэтому индивидуален.

Каких врачей проходят? Специалистов в соответствии с наличием вредных или опасных производственных факторов (лора, стоматолога, психиатра-нарколога, дерматовенеролога, профпатолога и т.п.).

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

Профилактическое консультирование в рамках диспансеризации - это процесс информирования и обучения пациента для повышения его приверженности к выполнению врачебных назначений и формированию поведенческих навыков, способствующих снижению риска заболеваний (при отсутствии заболеваний) и осложнений (при наличии заболеваний). Углубленное профилактическое консультирование может быть индивидуальным и групповым (школа здоровья) и является компонентом второго этапа диспансеризации.

КАК ПРОЙТИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ РАБОТАЮЩЕМУ ЧЕЛОВЕКУ?

Работники при прохождении диспансеризации в порядке, предусмотренном законодательством в сфере охраны здоровья, имеют право на освобождение от работы на один рабочий день один раз в три года с сохранением за ними места работы (должности) и среднего заработка. Работники, не достигшие возраста, дающего право на назначение пенсии по старости, в том числе досрочно, в течение пяти лет до наступления такого возраста и работники, являющиеся получателями пенсии по старости или пенсии за выслугу лет, при прохождении диспансеризации в порядке, предусмотренном законодательством в сфере охраны здоровья, имеют право на освобождение от работы на два рабочих

дня один раз в год с сохранением за ними места работы (должности) и среднего заработка. Работник освобождается от работы для прохождения диспансеризации на основании его письменного заявления, при этом день (дни) освобождения от работы согласовывается (согласовываются) с работодателем.

ВАЖНО ПОМНИТЬ

Если врач определил необходимость диспансерного наблюдения, его эффективность во многом зависит от самого пациента. Если человек не пренебрегает советами врача, регулярно проверяет состояние здоровья, выполняя все назначения, риск заболеваний и их осложнений, в том числе опасных для жизни, снижается.

Диспансерное наблюдение позволяет оценить достижение целевых значений, в частности, уровня артериального давления, холестерина и глюкозы крови, выполнение врачебных назначений, необходимость проведения дополнительных исследований и скорректировать схему лечения.

Забота о здоровье - не только задача медицинских работников. От того, какой образ жизни ведет каждый из нас, зависит не только риск развития заболеваний, но и долголетие нации в целом. Мероприятия, организуемые в рамках диспансеризации и профилактических осмотров, направлены на предупреждение заболеваний и улучшение качества жизни любого из нас. Не упускайте возможности вовремя узнать о состоянии своего здоровья.

ДЛЯ ПЕРЕНЕСШИХ COVID-19

COVID-19 может вызывать различные осложнения. Выявить болезни на ранней стадии позволяет углубленная диспансеризация. Переболевшие COVID-19 могут пройти дополнительное обследование. Кто может пройти углубленную диспансеризацию? Все лица старше 18 лет, переболевшие ковидом. При этом с момента выздоровления должно пройти два месяца. Первый этап обследования включает общий и биохимический анализ крови, второй (назначается при необходимости) - эхо-КГ, рентген грудной клетки, измерение объемов вдыхаемого и выдыхаемого воздуха, тесты на насыщение крови кислородом и ряд других мероприятий. Пройдите их и предупредите серьезные последствия коронавируса.

Ольга КАЛАШНИКОВА

ПОЧЕМУ НЕ НУЖНО ЗАПАСАТЬСЯ АНТИБИОТИКАМИ

Недостаток некоторых антимикробных препаратов на полках и в интернет-аптеках покупатели отметили в октябре. Стало трудно найти амоксициллин, аугментин, панцеф, экоклав и другие антибиотики. Однако у каждого из этих препаратов не менее двух-трех аналогов, которые продолжают продаваться в аптеках. Возможно, их названия менее известны, но действующие вещества и эффективность те же, сообщает портал [объясняем.рф](http://obъясняем.рф).

Со ссылкой на директора Ассоциации независимых аптек и главы Альянса фармацевтических ассоциаций Виктории ПРЕСНЯКОВОЙ отмечается, что осенью недостаток антибактериальных средств связан с обострением различных инфекционных заболеваний. Спрос на эту группу препаратов традиционно выше. Тем не менее в стране достаточное количество отечественных антибиотиков широкого спектра действия, всегда можно подобрать адекватную замену. Поэтому, считает специалист, бежать в аптеку и запасаться доступными антибактериальными средствами не стоит. У лекарств ограниченный срок действия, кроме того, прописывать самому себе антибиотики бесполезно и даже опасно. Назначить лекарство может только врач в случае бактериальной инфекции. Вирусы антибиотикам не поддаются, а бесконтрольный прием этих (как и любых других лекарств) вредит организму. Не стоит и самостоятельно искать замену препарату - это тоже прерогатива медика.

СПЕЦИАЛИСТЫ ОНКОЛОГИЧЕСКОГО ЦЕНТРА ИМ. БЛОХИНА ПРОВЕДУТ ПРИЕМ ПАЦИЕНТОВ В НАЛЬЧИКЕ

Как сообщает республиканский Минздрав, прием пройдет в день открытых дверей 10 ноября в онкологическом диспансере с 9 до 18 часов. Консультацию проведут онкодерматолог, онкомаммолог, онкогинеколог, онкоуролог, онколог специализации «голова - шея», врач УЗД и рентгенолог из НМИЦ онкологии им. Н.Н. Блохина Минздрава России. Помимо осмотра, по показаниям пациент сможет пройти УЗИ-исследования и маммографию.

Также в рамках визита специалисты проведут лекции и мастер-классы для старшего и среднего медицинского персонала узких специализаций по вопросам лучевой и ультразвуковой диагностики, химиотерапевтических методов лечения онкологических заболеваний различных локализаций, а также методов реабилитации онкопациентов. Запланировано проведение «круглого стола» с пациентскими организациями.

Наталья АЛЕКСЕЕВА



КРИЗИС В СТРАНЕ, ИЛИ МОИ БОЛЬНИЧНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ

Шел 1992 год. Все, кто застал это время, помнят период жесточайшего дефицита товаров и очередей. Купить приличную одежду или какой-то предмет интерьера было невозможно. О бытовой технике, видеоиграх и магнитофонах только мечтали. Что-то приобретали по талонам, что-то ждали месяцами и годами в надежде стать обладателем заветной вещицы. Моя мама работала бухгалтером в небольшой аптеке, папа – слесарем на предприятии, домой

могли принести разве что аспирин и гайку. В то время я лежала в больнице с подозрением на аппендицит и с замиранием сердца ждала своей участи, которая не заставила себя долго ждать. На следующий день главный врач отделения подтвердил диагноз и заявил, что надо срочно оперировать. Я была бойкой. Не долго думая, растерянным взглядом обвела серые больничные стены в поисках укрытия, дабы избежать медицинской расправы, и постаралась стать незаметной. Неуверенными шагами подтвержденного аппендицита, но с решимостью человека, готового бороться за свою жизнь, быстренько поспешила вниз по лестнице, как говорится, «на выход». В голове свербила одна-единственная мысль – бежать домой и переждать до лучших времен, в моем случае гнойного перитонита. Хорошо, что пред-

примчивая гардеробщица вовремя заметила прихрамывающего подростка в больничной пижаме и препроводила обратно в хирургический блок.

И вот, измученная от пережитых волнений, бледная и расстроенная от неудавшегося побега и операционных манипуляций, я вернулась домой. Родные стены вдохнули живительную силу, от которой сразу забылась тревога последних дней. В коридоре висел новенький в дешевой розовой оправе комнатный градусник в виде пресмыкающегося – штука по тем временам невиданная, заморская. «Мама, вы что, дракона купили?». Маленький братишка со своей беззубой улыбкой, напоминающей старый штатетник, радостно произнес: «Это не дуракон, а дуракончик!».

Камилла

ДОРОЖНОЕ БРАТСТВО

Эта история сразу о двух вещах. Наверняка ее поймет и даже прочувствует каждый водитель. Многие слышали о различных случаях на дорогах, чаще всего они пугающие и страшные, где-то автоподставы, где-то даже грабежи и разбои – и это в наше-то время. Но есть и другая сторона медали.

Однажды весной мы ехали по загородной трассе. Это двухполосная дорога, рядом обочина и красивые поля. На обочине уже росла зеленая травка. Мы решили остановиться, чтобы немного нарвать ее питомцу, буквально пару пучков.

Начали сворачивать на обочину, и машину занесло. Под травкой скрывалась глина, как потом оказалось. Это была не просто обочина, за ней еще и обрыв с уклоном градусов в 50. Вообще чаще всего в таких случаях машина переворачивается.

У нас получилось так, что машина просто съехала, но стояла под уклоном. Было страшно даже двигаться в ней. В течение ближайших трех минут остановились две машины. Подошли трое мужчин и практически на руках вынесли нашу машину и в итоге оказались по уши в грязи. Двое из них – местные фермеры, а один просто проезжал мимо. Все они сказали: «Да вы счастливичики! Тут столько машин переворачивается! Место, как заколдованное!»

Вторая история. Прошло полтора года после первой. Лето, семь утра. Едем также по трассе, перед нами фура, которая должна была повернуть налево, включила поворотник. В этом месте дорога после поворота начинается немного сужаться. Трасса, скорость у всех соответствующая. И тут вдруг водитель фуры решил

продолжить движение не сворачивая (видимо, перепутал поворот).

Наша машина, естественно, вылетела на обочину, точнее зацепила колеса. Все водители знают, что происходит в таких случаях: несколько кувырков как неизбежность. Дорога такая же – обочина, обрыв, посадка. Есть сотни видео, как это происходит. Ужас просто. Нас же сначала вынесло на встречку, я видела машину, которая ехала по встречной полосе, глаза водителя и пассажиров, в них был страх, буквально секунда – и все. Но нашу машину развернуло и выбросило на ту сторону, по которой мы ехали, – на обочину. Снова она просто съехала по крутому склону. Это было невероятно страшно. В голове в это время жизнь не пролетает, пара этих секунд растягивается в пару часов. Все происходит очень медленно, и ты все четко видишь.

И тут снова дорожное братство. В течение десяти минут остановились семь машин! Это был выходной день, шесть утра. Один из водителей позвонил брату, который работает дорожником, и хорошо знает эту дорогу. И тот сразу же приехал, к незнакомым людям!

Ребята, оставайтесь всегда людьми. Вне зависимости от ситуации и времени года. Я также никогда не прохожу мимо чужой беды – будь то человек, птенец или котенок. Возможно, тут и действует тот самый бумеранг добра. Наверное, в описанных двух случаях было совсем не мое время... прощаться с жизнью.

Зурида Карданова

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

НЕ НАША МАШИНА

Забавная история случилась со мной не так давно. Все началось с внепланового выходящего у мужа. Я как женщина практичная и домовитая решила сразу же взять его в оборот. Нарезала список заданий из 36 пунктов и сама принялась за выполнение быденной домашней работы. А на вечер у нас была запланирована поездка в магазин за продуктами.

Обычно я сама покупаю продукты, а тут сложилось все один к одному – и у мужа выходящей, и запасы дома на исходе, и зарплата, полученная относительно недавно, лежала почти нетронутой.

Сказано – сделано. Как только солнце стало клониться к закату, мы отправились в магазин. Муж у меня не любитель ходить по торговым точкам, поэтому обычно ждет меня в машине и только загружает в багажник результаты моего шопинга.

Так случилось и в этот раз. Спустя каких-то полтора-два часа скитаний по супермаркету и сверки цен я купила все, что мне было нужно.

Выкатила тележку на улицу и еду к стоянке перед магазином. Припарковались мы в этот раз неудобно – в самой середине. Пришлось аккуратно маневрировать между первой линией автомобилей.

Иду, ругая мужа себе под нос. Ворчу, что он покупки на меня все повесил, а сам даже не выйдет и не поможет. И позвонить, чтобы попросить о помощи, не могу, – оставила телефон в машине.

Но всему приходит конец, вот и я добралась до нашей старенькой шестерочки, недвольная и сердитая, подвожу тележку с пакетами к багажнику в надежде, что у мужа взывает совесть и он мне поможет.

Но не тут-то было. Мой благоверный из машины даже не вышел. Уставшая, на волне раздражения, решила, что справлюсь сама, а его потом отчитаю по полной программе.

Нажала кнопку на багажнике, уложила пакеты, открываю пассажирскую дверь и начинаю свой заранее заготовленный монолог. Проблема была в том, что монолог был кратким, всего из пяти слов: «Я вот смотрю, тебе вообще...»

Дальше была та самая пауза из комедии «Ревизор». В моей машине, на моем месте сидела какая-то женщина. Волна злости подкатила к горлу, в голове пронеслась мысль: так вот оно что?! Вот почему ему некогда. Ну сейчас обоим устрою...

Тут начинается самое интересное. Спрашиваю женщину, что она забыла в моей машине, на моем месте возле моего мужа (которого, кстати, в машине и не было). А она мне доказывает, что это ее машина, ее место и ее муж сейчас вернется.

В общем, в разгар нашей активной перепалки, когда мы обе злые и включенные готовы были вцепиться друг другу в волосы, из магазина вышел ее муж. Культурно объяснил мне, что это их машина, а моя, очевидно, припаркована через одну от их авто.

Оглянулась – и вправду. Вот же она. И муж на месте – спит себе спокойно. И женщины посторонней возле него нет.

От стыда и ужаса в сложившейся ситуации я едва не забыла забрать свои покупки из багажника их машины. Вот что шопинг делает с нами, девочками!

Л.Д.

Ты живешь в моем сердце

Сентиментальный сюжет

Помню ли я тот день, когда моя жизнь перевернулась с ног на голову? Конечно. Даже если сильно постараюсь, не смогу выкинуть его из головы. Воспоминания о нем ноющей болью будут отдавать в сердце. Было жаркое лето, мне только исполнилось десять лет. Пока мои ровесники гуляли небольшими компаниями, развлекая себя различными глупостями, которые обычно придумывают от скуки дети, я сидела во дворе дома и читала ужасно скучную книгу. Мы с родителями переехали сюда год назад, но я так и не смогла завести друзей. Конечно, подобное положение вещей сильно угнетало меня, но я упорно делала вид, что все в порядке. Делать первые шаги навстречу незнакомым ребятам не хотелось. Многие воспринимали это как гордыню, но на деле просто было страшно оказаться отвергнутой. В тот день мне отчего-то было грустнее, чем обычно. Большая часть лета осталась позади, а я так ни разу и не сходи-

ла погулять с другими детьми. Признаюсь честно, хотелось зарыдать от несправедливости, но в этот момент на крыльце появился незнакомый мальчишка. Не знаю, почему, но я навсегда запомнила его первый взгляд, брошенный на меня. Его озорные зеленые глаза до сих пор не дают мне покоя. Незнакомец попросил у меня муку, после чего вприпрыжку отправился к соседнему дому, в котором жил старый дедушка. Как оказалось, мальчик был его внуком и приехал на лето, чтобы хоть немного скрасить дни пенсионера. Я часто наблюдала за ним из своего двора и не понимала, почему он не бежит играть с остальными ребятами. Мальчик целыми днями помогал дедушке по хозяйству, совершенно не думая о развлечениях. Со временем я набралась смелости и стала под разными предлогами чаще заглядывать в соседний дом. На самом же деле мне просто хотелось обрести друга. Так и получилось. Сами того не замечая, мы под-

ружились. Мне нравилось проводить время с ним и его дедушкой, который рассказывал нам истории из своей молодости. Остаток лета пролетел незаметно. Пришло время прощаться с другом. Это было тяжело. Я привязалась к нему и не представляла, как продержусь весь учебный год. Именно в тот момент, когда за моим другом приехали родители, я и поняла, что испытываю нечто большее. После его отъезда долго не могла прийти в себя. Это беспокоило маму с папой, но я отнекивалась и сваливала все на начавшуюся учебу. Мне не хотелось делиться своими чувствами. Наверное, боялась, что родители не поймут меня. Я постоянно думала о своем друге. Тоска по нему не давала ни на чем сосредоточиться. Частенько заглядывала к его дедушке, чтобы помочь чем-нибудь.

(Продолжение на 14-й с.)

4 ноября во всех регионах России проходила традиционная ежегодная акция «Ночь искусств». В этом году мероприятия акции были приурочены к Году культурного наследия и посвящены теме «Наши традиции». Музеи и театры, выставочные и концертные залы, библиотеки и дома культуры провели тематические мероприятия в офлайн- и онлайн-формате, которые можно было посетить бесплатно.

Это масштабное мероприятие, которое затрагивает все жанры творчества: живопись, декоративно-прикладное искусство, скульптуру, музыку, поэзию, хореографию, кинематограф, анимацию и многое другое. Его главная задача заключается в том, чтобы объединить мастера и зрителя, дать возможность каждому желающему пробудить свой творческий потенциал. Культурные мероприятия, презентации, мастерские, встречи с популярными деятелями искусств способствуют расширению кругозора, пробуждению фантазии и креативных способностей у участников и гостей акции, продуктивному обмену идеями, поиску новых друзей и единомышленников. В библиотеках Нальчика в эти дни проходили книжно-иллюстративные выставки, на которых был представлен материал по истории развития культуры, живописи, зодчества, декоративно-прикладного искусства, а также онлайн-экскурсии, слайд-шоу, виртуальные арт-часы. Республиканская детская библиотека им. Б. Пачева подготовила литературно-фольклорную программу «Волшебная шкатулка творчества народов России», краеведческий час, посвященный традициям народов Кабардино-Балкарии, «Край мой – капелька России», онлайн-экскурс «Искусство народов Северного Кавказа». В республиканской библиотеке для слепых прошел музыкальный лекторий, посвященный творчеству народной артистки РФ, лауреату Государственной премии КБР Натальи ГАСТАШЕВОЙ. Виртуальные мероприятия, представленные на информационных ресурсах библиотек: в телеграмканале и группе ВКонтакте стали частью всероссийской акции. К мероприятиям присоединилась детская школа искусств № 1, где прошла выставка работ учащихся ИЗО. В Республиканской юношеской библиотеке им. Мечиева «Ночь искусств» проходила одновременно в двух форматах - в традиционном формате культурно-массовых

ЗАВЕРШЕНИЕ СЕРИИ «КУЛЬТУРНЫХ НОЧЕЙ»

• АКЦИЯ



мероприятий с приглашением творческих коллективов и зрителей, а в режиме онлайн можно было совершить путешествие «Народное искусство как мир целостности». В образовательном центре «Антарес» прошли лекции по искусству «Образы вечного». В Республиканском центре народных и художественных промыслов и ремесел состоялся мастер-класс по изготовлению сувенирных изделий, вышивке лентами, гончарному мастерству. Центр посетили десятки детей и их родители, ребята забрали изготовленные сувениры на память. В Музее изобразительных искусств им. А. Ткаченко прошло праздничное мероприятие, педагоги детской школы искусств № 2 им. Жабаги Казанко провели мастер-классы по золотому шитью, плетению ардженов и керамике. Воспитанники школы подготовили для посетителей концерт, а кураторы музея провели экскурсию по выставке Рузанны ДАЦИРХОЕВОЙ. Для всех желающих Рузанна провела мастер-класс по оригинальной авторской технике «графитаж». В Национальном музее КБР, где в эти дни проходила выставка ксилографии народного художника России, действительного члена РАХ, профессора Германа ПАШТОВА, для

посетителей была проведена экскурсия по выставке иллюстраций Германа Паштова из фонда музея и экспозиции «Было такое время» из фондовых собраний Национального музея. Тут же можно было посетить выставку иллюстраций заслуженного художника РФ А. ГЛУХОВЦЕВА к кабардинским и балкарским народным сказкам из фонда музея.

Разнообразные мероприятия в рамках акции «Ночь искусств» прошли также во всех муниципальных образованиях и районах республики. В г.о. Баксан были организованы этночасы, мастер-классы по игре на национальных инструментах, тематические концертные программы. В г.о. Прохладный состоялись музыкальный вечер, выставка работ учащихся ДШИ, час этнографии. В Зольском районе были организованы разнообразные тематические мероприятия: выставка рисунков, концертная программа «Искусство нас объединяет», час сказки «По страницам народных сказок», онлайн-путешествие «Театры Кабардино-Балкарии». В Лескенском муниципальном районе прошли выставки рисунков, кинопоказы, исторические викторины и беседы, поэтический час «Уж небо осенью дышало». В Прохладненском районе провели выставку художников ст. Солдатской, тематический вечер «Адыгские песни», видеопутешествие «Обычаи и традиции народов России». Терский муниципальный район порадовал жителей и гостей разнообразием мероприятий: конкурс гармонистов к 90-летию Мухажира Пшихачева, выставка работ декоративно-прикладного искусства, литературные вечера, выставка работ молодых художников, театрализованное образцовое представление «Унэишэ». В Эльбрусском районе организовали выставку и поэтический час к 105-летию со дня рождения К. Кулиева, праздничный концерт и кинопоказы. В Черекском районе также прошли концерт, выставки работ прикладного искусства, литературно-музыкальная программа «Преданья старины глубокой» по мотивам балкарского фольклора.

Фото Тамары Ардавовой

ОГРОМНЫЙ МИР В МАЛЕНЬКОМ ГОРОДКЕ

Гость сегодняшнего номера Анна КАПЛУН получила экономическое образование, но по специальности работала недолго. Говорит, что с детства ее увлекала индустрия моды, окружающие всегда отмечали в ней чувство стиля. Поскольку рукоделием тоже занималась с детства, разработала и воплотила линию аксессуаров из кожи, которые пользуются спросом в интернет-магазинах.

- Взяла бы на необитаемый остров книгу, которую, прочитав один раз, захочется перечитать. Это «Жареные зеленые помидоры в кафе «Полустанок» американского писателя Фэнни ФЛЭГГ. Автор рассказывает о жизни американской глубинки. Пишет вроде бы об обычных людях, но получается это как-то необычайно сочно и ярко. Хочется сравнить с простым, но отменно и душевно приготовленным блюдом. Думаю, секрет не только в ее богатой фантазии, но и в горячей любви к родному краю. Небольшой городок около Бирмингема, живущий в основном за счет железной дороги, действие разворачивается в течение нескольких десятилетий, начиная с 20-х годов прошлого века. Основные события связаны с двумя подругами - Иджи и Руфь, владеющими кафе «Полустанок». Героев в книге очень много - почти весь городок. Повествование по большей части ведется от лица Нинни Тредгуд, которая, будучи в доме престарелых, рассказывает удивительные истории из жизни «Полустанка» навещающей ее женщине средних лет Эвелин Коуч. Кроме Нинни Тредгуд, рассказчиками выступают и другие жители «Полустанка» - Эвелин Коуч, жизнь которой «Полустанок» кардинально изменил, и не-

посредственно автор произведения. Жизнь в «Полустанке» размеренная, но при этом постоянно что-то происходит. Учитывая временной период и то, что местом действия является юг США, здесь есть и ку-клукс-клан, и депрессия, и война. Но все крутится вокруг жителей, которые всегда готовы друг друга поддержать, двери в городке на протяжении долгого времени никто и не думал запирает, хотя времена были разные. Событий очень много - и грустных, и смешных, но во главе всего автор ставит доброту и человечность, от чего книгу читать еще приятнее, настолько она позитивная и жизнеутверждающая. Книга, как лоскутное одеяло, - состоит из множества забавных историй. Каждая история наполнена любовью к жизни и человеческой добротой вопреки всему. Каждый отрывок имеет логичную завязку и конец. А в конце перед нами встает все великолепие цельного произведения. Семейство Тредгудов - просто семейство инопланетян из будущего. Ни одного слова осуждения. Любой недостаток или инаковость воспринимаются ими как неотъемлемая часть этого сложного удивительного мира, который надо воспринимать таким, какой он есть, а главное - любить его и себя в



нем. Что я вынесла из книги для себя? Больше чем исторический период некой страны или борьбу темнокожих за свои права. Для меня она повествует о степени нормальности или ненормальности, которые диктует общество. Если прочитаете книгу от начала и до конца, поймете, что события разворачивались, как в хорошем психологическом триллере: все произошедшее жестокие нелепости родились от отсутствия выбора и шли вереницей друг за другом так, что изменить что-то уже было невозможно. Такие книги читаются не ради сюжета и знания: а кто же убийца? Суть этой книги гораздо глубже ее сюжета. Это маленькое исследование человеческой души, возможность заглянуть вглубь самого себя, суд над самим собой. Книгу стоит прочитать тогда, когда хочется чего-то доброго, веселого, немного грустного, но в то же время настраивающего на позитивную волну.

• ЭКОЛОГИЯ НА СТРАЖЕ ЧИСТОТЫ

В минувшие выходные в Атажукинском парке состоялся квест-плоггинг, приуроченный к Дню народного единства. Мероприятие было организовано региональным оператором по обращению с ТКО ООО «Экологистика» и АУ «Объединение парка культуры и отдыха». Участниками акции стали волонтеры из Трудового экологического отряда КБГУ «Зеленый дозор» и неравнодушные жители города.

Плоггинг - это забег на определенную дистанцию, совмещенный со сбором разного, в основном пластикового мусора. Этот вид спорта, пришедший к нам из Скандинавии, набирает все большую популярность, так как помогает поддерживать себя в форме и заботиться об окружающей среде. На плоггинг в Атажукинском саду собрались более пятидесяти человек, которых не остановила осенняя непогода. Как пояснила менеджер по связям с общественностью ООО «Экологистика» Саида КАСИМОВА, эта акция проходит ежегодно и объединяет неравнодушных людей, которые хотят видеть свой родной город не только красивым, но и чистым. Чтобы сделать процесс уборки интересным, было решено параллельно провести квест. По маршруту следования добровольцев были спрячаны фишки, которые нужно было собрать в процессе уборки. Нашедших наибольшее количество фишек ждали призы от организаторов - портативные зарядные устройства, беспроводные наушники, термокружки, термобутылки, а также сертификаты от партнеров акции - сети кофеен «Точка кофе». Всем участникам акции предложили напитки и выпечку. По итогу забега участниками было собрано около 200 килограммов мусора.

Руководитель «Зеленого дозора» Иван ДАНИЛУШКИН добавил, что подобные совместные мероприятия проходят на регулярной основе. Также на базе КБГУ проводятся мастерские переработки, которые может посетить любой желающий. Здесь наглядно демонстрируется процесс переработки пластика и макулатуры, баннеров, из которых получают новую продукцию, - значки, сумки и чехлы.

• Материалы Лилианы ШОРДАНОВОЙ

• КНИЖНЫЕ НОВИНКИ

«ДЕВУШКА
ИЗ ЛЕНИНГРАДА»

Одноименный роман Саадулы КАНУКОВА только что увидел свет в нальчикском издательстве М. и В. Котляровых.

Рассказывает главный редактор издательства Виктор КОТЛЯРОВ:

– Несколько месяцев назад наше издательство выпустило книгу С. Канукова на кабардинском языке «Ленинград кыкIа хъыджэбз». Сегодня она пришла к русскоязычному читателю в переводе Ларисы МАРЕМУКОВОЙ. Сюжет романа построен на сопереживании главной героине – маленькой девочке, из-за военных событий вместе с родными эвакуированной из Ленинграда в Нальчик.

У книги Саадулы Галиевича Канукова (1927-1987) непростая судьба. В 1970 году она вышла на родном языке в издательстве «Эльбрус» и впоследствии в Кабардино-Балкарии не переиздавалась. Но на нее обратили внимание в Москве – книга вышла на русском языке в издательстве «Детская литература» под названием «Девочка из Ленинграда». Но так как издательство специализировалось на выпуске книг для детей и подростков, многие сюжетные линии были опущены, а само произведение адаптировано для соответствующего возраста.

Сегодня «Девушка из Ленинграда» пришла к читателю в том виде, в каком была написана. Это оригинальное, достойное внимания произведение, которое будет интересно в первую очередь молодежи.

Книга вышла по инициативе дочери писателя – Зарины КАНУКОВОЙ и так же, как издание на кабардинском языке, будет передана библиотекам и школам республики. Тираж – 500 экземпляров..

Наш корр.

Сентиментальный
сюжет

Ты живешь в моем сердце

(Окончание. Начало на 12-й с.)

Спустя пару месяцев он совсем ослаб, и его сыну пришлось переехать с семьей к нему, чтобы ухаживать за отцом. Конечно, мне было жаль старика, но мысль о том, что друг теперь всегда будет рядом, грела душу. Мы стали неразлучны. Во многом этому способствовало еще и то, что наши родители стали хорошими друзьями и часто проводили время вместе. Мои чувства к мальчику росли с каждым днем, но я никогда не давала им воли, боясь, что могу все испортить. Мы росли и становились еще ближе. Я безоговорочно доверяла этому человеку и знала, что всегда могу положиться на него. У меня не было тайн от друга, за исключением одной, конечно. О своих чувствах я не говорила никому, хотя порой казалось, что они взаимны. Были в поведении парня некоторые замашки, которые заставляли меня поверить в то, что однажды у нас все сложится. Однако, боясь того, что все это лишь в моей голове, довольно грубо и холодно отшучивалась от этой темы. Пару раз он даже обижался, но я продолжала шутить уже более мягко, и мы быстро мирились. Мне было девятнадцать лет, когда приняла решение все рассказать. Понимала, что тянуть больше нельзя. Он был красивым и умным, так что поклонниц было хоть отбавляй. Об од-

ной из них он даже несколько раз рассказывал. Сосед мой работал вместе с ее братом, а поэтому имел возможность часто видеться с ней. Девушка была из хорошей семьи, отличалась воспитанностью и природной привлекательностью. В тот же промежуток времени на меня стал поглядывать сын папиного друга. Родителям он очень нравился. Мама часто намекала на то, что стоит дать ему шанс. Понимая, что скоро могу лишиться возможности быть с человеком, которого люблю всем сердцем, решила рассказать о своих чувствах. На тот момент мой друг уже продолжительное время общался с девушкой, поэтому я была обеспокоена. Как оказалось, не зря. Он заявил мне, что хочет связать с ней жизнь. Я сильно разозлилась. В тот день мы с ним серьезно поругались. Парень спросил, есть ли хоть одна причина, по которой он не должен этого делать. Взгляд его зеленых глаз прожигал насквозь. Мне казалось, что он ждет моего признания. Было видно, что готов бросить все, если я того захочу. Однако людям свойственно ошибаться. Я испугалась. Не смогла выдать из себя признания, хотя понимала, что это изменит многое между нами. Ужасно боялась потерять его. Никогда раньше не видела столько разочарования в его глазах. Парень заявил, что в таком случае волен делать

то, что считает нужным, и ушел, оставив меня наедине со своими мыслями. Ревность захлестнула меня. Я почувствовала весь спектр эмоций: начиная с ненависти к себе и заканчивая опустошением. Я была слишком молода и не могла быстро принять решение, от которого зависело мое будущее. В тот день мой друг дал понять, что мои слова могут все изменить, но я в последний момент отступила. Полагала, что у меня еще есть время, чтобы все обдумать, но сильно ошиблась. Через четыре дня приняла окончательное решение, но парня уже не было в городе. Он оставил лишь письмо, в котором сообщил, что не может жить рядом со мной. Признался в чувствах и рассказал, как сильно его обижали мои шутки и вечные недомолвки на эту тему. Понимая, что у нас нет будущего, он посватался к той девушке и уехал, но не оставил своего нового адреса. Ясно дал понять, что намерен строить дальнейшую жизнь без меня. Через пару месяцев я стала супругой молодого человека, которого любили мои родители, но никогда не смогу полюбить я. Он замечательный муж и будет прекрасным отцом, но никогда не займет в моем сердце того места, на которое рассчитывает, потому что там давно поселился другой.

Дина БЕК

• РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

ПРОСТИ МЕНЯ!

Консультант рубрики - доктор медицинских наук, профессор кафедры психиатрии, неврологии и наркологии и кафедры детских болезней, акушерства и гинекологии медицинского факультета КБГУ Лейла ТЕММОЕВА.

– Сегодня хочу рассказать о глубокой практике проработки детских обид. В сознании взрослых людей огромный отпечаток оставляют детско-родительские отношения. В последнее время ко мне на консультации часто записываются женщины в возрасте 35-47 лет. Всех объединяет одно: каждая из них отражает отношения и воспитание из родительской семьи уже в своей собственной семье и жизни.

В чем залог крепкого дома? В качественном фундаменте. Так и взрослая жизнь должна быть выстроена на крепком фундаменте счастливого и доброго детства. Но зачастую в работе с клиентами сталкиваюсь с неполноценными, а порой даже искаженными убеждениями из детства.

На консультации со взрослыми мы вместе разбираем ситуации из детства. Это очень эмоционально. Переработка искаженных отношений вызывает слезы от невысказанных обид, непонимания, неполноценного внимания и даже отсутствия любви. Некоторые испытывают чувство обесценивания родителями, незначимости собственного «Я».

Не говорю, что родители плохие. К сожалению, всю значимость детства психология открывает только сейчас. А раньше родители воспитывали детей по шаблонам установок и убеждений из своего детства и опыта. Что может быть, когда родители живут в негативных эмоциях, обсуждают и осуждают других людей, эмоционально агрессивные, часто выражают недовольство детьми, жизнью, работой, супругом, материальным положением (одним словом, токсичные, как сейчас стали говорить)? Как минимум, дети таких родителей несчастны в своей личной жизни.

Поэтому обиды необходимо отпустить правильно. Хочу дать вам методику проработки детских обид. Обязательно сохраняйте эту психотерапевтическую практику и делитесь ею с теми, кому она необходима.

Останьтесь дома одни. Выделите примерно 30 минут. Создайте комфортную и спокойную обстановку. Расслабьтесь. Приготовьте три листа бумаги и ручку. Напишите три письма.

1. Письмо от мамы. Представьте ее такой, какой хотели бы видеть: спокойной, безгранично любящей, душевной, понимающей. От имени такой мамы напишите себе письмо. Обращайтесь к себе так, как к вам обращалась ласково мама или как бы вы хотели, чтобы она к вам обращалась. Распишите, как она говорит о своей любви к вам, как гордится вами, перечисляя свои лучшие качества. Пишите именно то, что хотели бы услышать в действительности. В конце письма от лица мамы попросите у себя прощения. Можете перечислить конкретные ситуации, за которые испытываете обиду.

2 Письмо от папы. Практически все то же самое, но упор необходимо сделать на финансовую составляющую вашей жизни, карьеру, успехи, одним словом, на материальное. В конце письма также признайтесь в любви к себе от имени отца.

3. Письмо от себя к родителям. Письменно простите все ситуации из ваших отношений. Опишите, что вы понимаете мотивы их поступков, почему они так себя вели. В конце письма признайтесь им в любви, озвучьте, что любите их полностью и принимаете такими, какими они являются или были. Данная практика работает, даже если ваших родителей уже нет в живых.

В человеческой памяти, как на жестком диске, хранятся все наши воспоминания. Одни из них активны, и их легко «извлечь», другие - под паролем времени и эмоций. Чувства, возникшие после той или иной ситуации, тоже сохраняются, но обычно мы не можем вспомнить, что в первый раз повлияло на их формирование, и бессознательно повторяем свою реакцию в похожих ситуациях. С годами память о детстве и подростковом возрасте уходит вглубь. Человек обрастает опытом, не только личным, но и культурным, из-за чего детский непосредственный взгляд постепенно стирается. Подростку кажется, что все его переживания уникальны, а взрослый человек, наоборот, относит свое полузабытое детство к категории «у всех так было, и что такого, какое это отношение имеет ко мне сейчас?». На самом деле все более или менее значительные события отпечатываются в нашем личном социокультурном опыте и так или иначе влияют на будущие поступки.

Сколько бы нам ни было лет, в душе мы остаемся обиженными детьми, если не отпустили и не проработали свои обиды. Учитывая все ошибки в отношении к вам, относитесь правильно к своим детям.

Ольга КАЛАШНИКОВА

ЗВЕЗДЫ В НОЯБРЕ • ГОРОСКОП

ОВЕН (21 марта - 20 апреля)

У вас могут происходить два противоположных процесса. С одной стороны, можете получить признание окружающих, а с другой – их порицание. Будут споры, конфликты, но в это же время можно получить и поддержку, признание, новое понимание себя и новые возможности. Будьте собой, взаимодействуйте, наблюдайте за окружающими. Постарайтесь оставлять себе место для маневра, тогда получится комфортно двигаться вперед.

ТЕЛЕЦ (21 апреля - 21 мая)

Этот месяц станет для вас отправной точкой для новых свершений и начинаний. Обнаружите, что хотите чего-то нового и созрели для этого. Появится желание двигаться к чему-то новому, к тому, с чем раньше даже боялись находиться рядом, то, что будет для вас совершенно непривычным. Сможете сломать старое мировоззрение и свободно и легко устремиться к чему-то новому.

БЛИЗНЕЦЫ (22 мая - 21 июня)

Этот период идеален для реализации, когда сможете воспрянуть духом, а старые наработки уже в скором времени дадут плоды. Продолжайте усердно работать и вкладываться в это. Между тем могут возникнуть серьезные напряжения с партнером по браку и семейными делами. Заострите внимание на эту сферу жизни, уделите время детям, позаботьтесь о своей второй половинке. Сосредоточьтесь на семейных ценностях.

РАК (22 июня - 22 июля)

Начало месяца едва ли обойдется без трудностей и недоразумений. Возможны задержки в делах, нарушение давних договоренностей. Однако со временем влияние позитивных тенденций наберет силу. Появятся новые идеи, откроются интересные возможности, и вы поймете, что пришло время действовать. Это хороший период для смелых начинаний в деловой сфере. Можно задуматься о смене работы или открытии собственного бизнеса.

ЛЕВ (23 июля - 21 августа)

У вас накопилась усталость, есть риск сделать много дел, которые по факту не принесут ожидаемого результата. Постарайтесь в этом месяце не вкладываться в рискованные операции, не давайте в долг, не стремитесь активно двигаться вперед, а просто наблюдайте. Наилучшим вариантом будут уединение и размышления, без суеты и шума. Займитесь домашним очагом, выстраивайте отношения со своими близкими – это принесет плоды, которым будете рады.

ДЕВА (22 августа - 23 сентября)

Очень ресурсный период для вас. Вы созрели для реализации каких-то своих глобальных планов и понимаете, к чему хотите прийти, начните делать первые шаги. Возможно, они будут непоследовательными и противоречивыми, но от того, насколько в этом месяце заявите о своих желаниях, будет зависеть то, как пойдете дальше на ближайшие годы. Сейчас для вас наступило время, когда надо ставить цели, двигаться к ним и преодолевать препятствия.

ВЕСЫ (24 сентября - 23 октября)

Сложный месяц для вас, нужно понять, куда хотите двигаться. События заставят метаться то в одну, то в другую сторону, поэтому важно понять, в какую сторону вы сами хотите двигаться. В такой ситуации выручит кто-то старший, тот, кто мудрее вас и подскажет, в каком направлении следует идти. Этот человек поможет разобраться в ваших вопросах и даже реализовать давно задуманное начинание.

СКОРПИОН (24 октября - 22 ноября)

Вас будут одолевать сомнения, непонятная информация и противоречивые ситуации. Также вероятно, что поставленные вами цели могут смениться другими. Постарайтесь больше общаться со старыми друзьями и выходить в свет. Это даст возможность для развития, найти что-то новое и интересное. Могут поступить предложения, которые вам интересны с точки зрения финансов и личной жизни.

СТРЕЛЕЦ (23 ноября - 21 декабря)

В этот период вам может поступить предложение о новой работе. Сможете заявить о себе, получить, пусть не повышение, но, по крайней мере, увидите новые перспективы развития. Поэтому, если вы планировали сменить работу и получить новый виток в своей деятельности, для вас появится хороший шанс. Это будет нелегко сделать, так как старые долги или обязательства будут тянуть вас назад. Помощником в этом вопросе станет ваша интуиция.

КОЗЕРОГ (22 декабря - 20 января)

У вас начнут уходить старые, изжившие себя ситуации, люди, ресурсы и даже виды деятельности. Постепенно в вашу жизнь начнет входить что-то новое. То, чего вы еще не делали и не пробовали, принесет уникальный опыт. Постарайтесь понять, чего вы на самом деле хотите. Больше общайтесь и взаимодействуйте с окружающими, так как именно круг вашей поддержки поможет найти новый путь. Пришло время открыться миру и услышать ответы на вопросы.

ВОДОЛЕЙ (21 января - 19 февраля)

Вас ожидают перемены, наблюдайте за событиями со стороны и подумайте, чего вы хотите, каким образом можете реализовать в будущем свои устремления. Также надо решить, с какими людьми пойдете дальше, потому что для вас на первый план выйдут отношения с окружающими и семьей. Проанализируйте, с кем желательно объединиться, к кому можете обратиться, а кому сами помочь. Союзники смогут сыграть вам на руку.

РЫБЫ (20 февраля - 20 марта)

В этом месяце у вас будет особенно актуальным вопрос здоровья. Постарайтесь не находиться в местах большого скопления людей, рекомендуется соблюдать душевное спокойствие и отгородиться от информации любого типа. Она может сильно пошатнуть вас на данном этапе. Что касается работы, здесь могут происходить моменты, которые будут вас тревожить. Если есть возможность, возьмите отпуск или отгулы.

Подготовила Фатима ДЕРОВА

РАЗГОНИМ ОСЕННЮЮ ХАНДРУ

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Сложно представить осень без тыквенных блюд. Прилавки магазинов, торговые точки на улицах и рынках так и ломятся от разнообразия этого солнечного фрукта. Тыква создана природой, чтобы своим ярко оранжевым цветом разгонять осеннюю хандру.

О тыкве и о блюдах из нее я могу говорить много. Фаршированная, в супе, в салате, в пирогах, запеченная самостоятельно. Какие только блюда я не делаю из тыквы, - говорит Анжела КУНАШЕВА из Нарткалы. - Они легкие в приготовлении, не дорогостоящие, сытные, вкусные и красивые. В тыкве каротина больше, чем в моркови, а еще в ней много витамина В и даже есть какой-то редкий витамин Т, который нужен для правильной работы обменных процессов в организме.



КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ С ТЫКВОЙ

Ингредиенты: 250 г куриного филе, 70 г тыквы, 1 репчатый лук, 2 зубчика чеснока, 50 г белого хлеба, соль и черный перец по вкусу.

Способ приготовления. Чтобы фарш получился более сочным, в него можно добавить кусочки куриного жира или кубики замороженного сливочного масла. Хлеб нарезать небольшими кусочками и замочить водой или молоком. Куриное филе нарезать небольшими кусочками. Очистить тыкву, лук и чеснок. Овощи помыть и высушить. Лишняя влага сделает фарш слишком жидким. Нарезать кусочками. Набухший хлеб отжать от лишней жидкости. Подготовленные ингредиенты измельчить на мясорубке. По вкусу подсолить и приправить молотым черным перцем. Можно добавить дополнительные пряности на ваш вкус или измельченную зелень. Фарш тщательно вымесить и хорошо отбить, чтобы стал более плотным и не рассыпался. Если фарш слишком жидкий, добавить в него немного панировочных сухарей. Сформовать котлеты и обжарить на небольшом огне до золотистой корочки или поставить в разогретую до 200 градусов духовку.

САЛАТ

Ингредиенты: 250 г тыквы, 150 г брынзы, 30 г листьев салата (любые сорта вроде рукколы, шпината, листового салата или готовый микс), тыквенные семечки для украшения.

Способ приготовления. Листья салата промыть и обсушить. Тыкву помыть, очистить от кожицы, нарезать крупными кубиками. Выложить на хорошо нагретую сковороду и готовить на растительном масле под крышкой до мягкости примерно 5-7 минут. Но при этом тыква должна хорошо держать форму. Также ее можно запечь в духовке. Посолить и добавить любимые специи. Хорошо с тыквой сочетаются молотая зира и паприка.

Брынзу также нарезать крупными кубиками. Подойдут также сыр фета, моцарелла или любой другой молодой рассольный сыр. Для заправки салата можно использовать оливковое или любое другое растительное масло, или можно добавить сок половины лимона и черный молотый перец. На тарелку выложить листья салата, сверху

- кубики брынзы и тыквы, посыпать тыквенными семечками и полить заправкой.

КАША

Ингредиенты: 400 г тыквы, 3 стакана молока, 30-40 г сливочного масла, 3 ст. ложки сахара, 1 стакан риса.

Способ приготовления. Тыкву разрезать, удалить семечки и всю внутреннюю нитевидную оболочку. Разрезать на небольшие кубики, промыть, выложить в кастрюлю и залить молоком так, чтобы полностью покрыло тыкву. Туда же добавить промытый рис. Поставить на огонь и довести до кипения, после чего убавить огонь и варить еще 30-40 минут. В процессе варки периодически помешивать кашу. В самом конце приготовления добавить сахар и соль по вкусу. Затем немного сливочного масла и все хорошо размять, чтобы каша приобрела свойственную ей консистенцию.

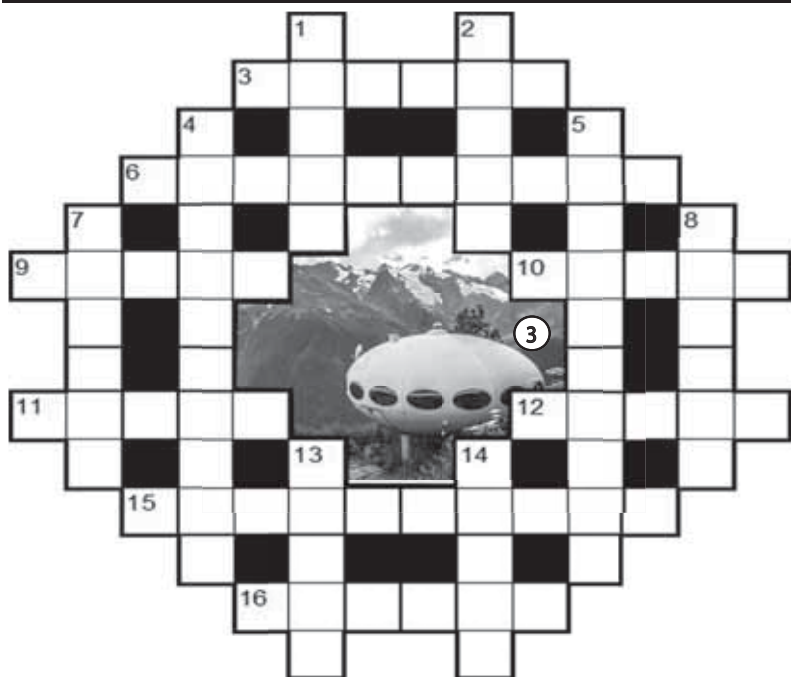
ПЕЧЕНЬЕ

Ингредиенты: 150 г очищенной тыквы, 0,5 стакана сахара, 0,5 стакана растительного масла, 2 стакана муки, 1,5 ч. ложки разрыхлителя, 1 щепотка соли, по 0,25 ч. ложки молотой корицы, молотого имбиря и мускатного ореха.

Способ приготовления. Тыкву очистить от кожицы и внутреннего волокнистого края и помыть. Затем отвесить нужное количество. Положить в кастрюлю, залить водой и варить до мягкости. Количество воды не должно быть большим, чтобы тыква не превратилась в пюре. Можно ее запечь или приготовить на пару. Пока тыква варится, смешать просеянную муку с разрыхлителем и специями. Если тыква легко прокалывается вилкой, она готова. Достать кусочки из воды, положить в глубокую посуду и размять вилкой. Добавить сахар и рафинированное масло. Тыквенную смесь соединить с мучной. Примерно 1,5 стакана в тесто и 0,5 стакана для формирования печенья. Тесто получается немного липкое. Разделить его на восемь частей. Посыпать стол мукой и скатать шарики. Можно не использовать муку, руки смазать растительным маслом и скатать шарики. Выпекать печенье при 180 градусах минут 25-30.

Лана АСЛАНОВА.

Фото автора



КРОССВОРД

По горизонтали: 3. Горная территория на Северном Кавказе. 6. Биogeографический регион, выделяемый во флористическом и фаунистическом районировании, охватывающий большую часть Северного полушария. 9. Кольцо из цветов. 10. Рыболовная сеть. 11. Внешний вид. 12. Процесс термической обработки материалов, осуществляемый для направленного изменения их физических свойств и химического состава. 15. Передача части неосновных операций сторонней организации, специализирующейся в этой сфере. 16. Двусторчатый складень с живописным изображением.

По вертикали: 1. Вьетнамский женский костюм. 2. Одна из самых популярных венецианских масок. 4. Заголовок над текстом каждой страницы. 5. «Декор» на парадном мундире. 7. Дрозд, певчая птица. 8. Открытое помещение на палубе для рулевого и пассажира на яхтах и катерах. 13. Серо-голубоватый, твердый, но хрупкий металл с очень высокой удельной массой, сохраняющий свой блеск даже при высоких температурах. 14. Предварительный набросок.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА

Ответы на кроссворд
 По горизонтали: 3. Домбай, 6. Голарктика, 9. Голарктика, 10. Невод, 11. Облик, 12. Обжиг, 15. Аут-сорсинг, 16. Липтих.
 По вертикали: 1. Аозай, 2. Баута, 4. Колонтигул, 5. Аксепьбант, 7. Дярваба, 8. Кокпит, 13. Осми, 14. Эскиз.

• НАШИ ПИТОМЦЫ

- В конце января этого года я услышала, что в Тырныаузе среди снежных сугробов замерзают от холода и голода несколько щенков, - рассказывает Виктория КАРАЦУКОВА, инспектор ПДН Управления МВД России по г.о. Нальчик, капитан полиции и мама трех девочек - Самины, Каролины и Дарины. - Недолго раздумывая, попросила коллегу привезти мне одного щенка-девочку, так как знала, что пристроить мальчиков-щенков больше шансов. Поздним вечером мне привезли малышку, замерзшую и облепленную разными паразитами. Провела все необходимые мероприятия по лечению и оставила ее жить в нашем «зверинце». До этого полноправными членами нашей семьи стали собака Тина и кошка Луша, которых тоже подобрала на улице. И вот появилась Джесси, так назвали нового члена нашего большого семейства. Выбирали кличку долго, остановились на Джесси, что означает «та, на кого можно положиться». По моим предположениям, Джесси - смесь немецкой овчарки с кавказской породой. Ее спинка черного окраса, лапки и кончик хвоста белые, а уши рыжеватого оттенка. Джесси очень добрая, игривая и легко поддается дрессировке. Дети любят играть с ней, у нас большой двор, Джесси ходит, где ей хочется. Дочки научили ее командам «ко мне», «нельзя», «сидеть» и «стоять». Она еще щенок, хотя уже ростом в холке 65 сантиметров и весом 45 килограммов. Собаки растут до года, хотя полное формирование завершается лишь к двум годам. Обычно рост взрослой самки этой породы составляет 64-71 сантиметр, а вес до 45-70 килограммов. Думаю, Джесси будет достаточно крупной собакой.

ДЖЕССИ, ТИНА, ЛУША - ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ



Каждый день варю Джесси и Тине разные крупы с куриными спинками. Когда Джесси принесли нам, ей было не более месяца, выкармливала ее в тот период молочными кашами, а когда прорезались все зубы, перешли на мясо. У каждой собаки своя будка: у Тины зеленая, у Джесси белая.

Джесси свободно бегает во дворе, а

Тина на привязи, потому что попала в нашу семью уже взрослой. Она была беспризорной и бегала по району Искож грязная, худая и голодная. Нам с сестрой стало ее жалко, и мы забрали ее себе, заманили куском колбасы, вот уже 16 лет она живет с нами. На тот момент у нас уже была собака Бафи, затем она заболела и умерла, операция не спасла. К сожалению, Тину так и не смогли приручить, она выбегала на улицу и пугала людей своим огромным видом. Пришлось посадить ее на цепь, теперь днем она на привязи, а ночью свободно гуляет по двору, подходим к ней только я и супруг. А вот воспитанием Джесси решили заняться сразу. Один раз надела ошейник, она сразу его сняла и погрызла. У Джесси есть одна особенность: на ступеньках у входа в дом стоит наша обувь, она выбирает именно туфли мужа, относит их в огород. До сих пор не могу понять, почему берет именно его обувь, так как больше всех Джесси любит меня.

Утром муж кричит: «Джесси, где моя обувь?». Собака с виноватым видом приносит ему туфли то без шнурков, то без стельки. Теперь муж стал заносить свою обувь в дом.

Купаться обе собаки не любят, но в жару обливаем их водой из шланга. Зато Джесси нравится, когда ее вычесывают, у нее свой гребешок.

Луша появилась у нас в августе 2020 года, тоже подобрала ее на улице с боль-

ными ушами и глазами, стало жалко котенка. На тот момент ей было примерно два месяца. Кличку выбрали дети из какого-то мультфильма. Окрас у кошки трехцветный - белый, рыжий и черный, по характеру добрая, ласковая и ленивая, нравится спать на батарее. Любит всех членов семьи одинаково. Со всеми играет, нравится, когда мы проявляем к ней внимание. Любимое лакомство - жидкий корм «Вискас». У нее тоже свой гребешок, еще игрушки. Живет в доме, но обожает гулять и просится на улицу, вечером возвращается домой. В один из таких вечеров мы ждали Лушу, но, так и не дождавшись, отправились искать. Нашли в огороде. У Луши был полностью разорван плечевой сустав до кости. Дети плакали и просили спасти ее. Это было в час ночи, несмотря на позднее время, позвонили соседке Кристине - она волонтер и пользуется услугами ветврачей. Через полчаса Луше уже делали операцию дома, потому что до ветеринарной клиники не довезли бы, счет шел на минуты. Как потом сказала врач, если бы помощь оказали часом позже, кошка могла бы погибнуть. Я всю ночь сидела около нее и прислушивалась, дышит Луша или нет. Пришла в себя кошка только утром. Я кормила ее с руки, отпаивала водой с помощью шприца, так как на шею после операции ей надели конусный воротник, колола антибиотики два раза в день в течение семи суток. На десятый день сняли воротник, а на четырнадцатые сутки ветврач удалила швы. До сих пор не можем понять, как Луша могла так сильно повредить лапу. С Тиной и Джесси она дружит, они ее не обижают. Теперь она здорова, остался лишь шрам на лапке.

Тина, Джесси и Луша - часть нашей семьи, мы никогда не оставим их в беде.

Ангела КУДАЕВА

НОЯБРЬСКИЕ ХЛОПОТЫ

Ноябрь - последний месяц осени, когда огородники еще что-то могут посадить на своих участках, особенно у нас, на юге. Тем более что в этом году обычно холодный и сырой ноябрь радует нас хорошей солнечной погодой. Что можно сажать в открытый грунт на своих приусадебных участках в этом месяце, мы спросили у дачника со стажем Марины ТЕРЕНТЬЕВОЙ из Терского района.

- Природно-климатические условия нашего региона самые благоприятные на всей территории России, - говорит она. - Даже сейчас можно сажать в открытый грунт все, что планировали, но не получилось в октябре. Правда, я уже не советовала бы сажать косточковые - сливу, вишню, черешню, персик и абрикос. А яблоню или грушу вполне возможно до конца ноября, если не будет заморозков. Пока на улице плюсовая температура, саженцам хватит времени, чтобы адаптироваться к новым условиям. Немного капризнее груша. Ей будет некомфортно, если сразу после посадки начнутся сильные морозы. Но в этом году синоптики прогнозируют относительно хорошую погоду.

Пока не замерзнет почва, можно посадить рябину, черемуху, шелковицу, кизил, актинидию, лимонник, боярышник и жимолость. До середины месяца на участке можно разместить смородину, а от посадки более теплолюбивого крыжовника я бы отказалась.

На своем участке в этом году я уже ничего не высаживала из деревьев и кустарников. Все, что мне надо, уже растет. А вот огородом занимаюсь активно. Уже посадила озимый чеснок. Эта культура хорошо выручает меня каждый год. Выращиваю его для продажи. Если правильно сажать и ухаживать, дает хороший результат.

Кроме того, выращиваю различные пряные травы - укроп, петрушку, фенхель и кориандр в теплице. Фенхель стала выращивать относительно недавно -

хотелось попробовать что-то новое. Листочки фенхеля один в один напоминают укроп. После посева семян он зацветает только на следующий год, продолжается это весь сезон. Сажают семена садоводы по-разному. Одни высевают их весной. Главное преимущество этого срока высаживания на грядки в том, что растению не требуется никакого дополнительного ухода. А кто-то делает это осенью. Но способ всегда одинаковый - семена фенхеля погружают в почву на 2-3 см. Предварительно в почву вносят известь и перегной, а также древесные опилки и минеральные соединения.

При достаточной температуре уже спустя неделю семена фенхеля дают всходы. В это время их нужно проредить. Между



САД-ГОРОД

каждым росточком должно быть расстояние не менее 20 см. Фенхель - влаголюбивая культура. Его нужно обильно поливать каждые четыре-пять дней. Если поливать мало, своими длинными мощными корнями станет отбирать влагу у близко растущих растений, из-за чего со временем засохнет не только фенхель, но и погибнет остальной урожай. Увлажнять грядки фенхеля нужно и осенью, если стоит сухая погода.

Для меня дачный сезон никогда не заканчивается. Мой участок находится недалеко от дома, поэтому имею возможность каждый день приходить сюда, чтобы ухаживать за тепличными растениями. Мне нравится работать на земле. Таким образом переключаюсь от ежедневных забот и отдыхаю морально.

Лана АСЛАНОВА.

Фото автора

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 **1310**. Заказ **2248**.
Время подписания в печать
по графику - **18.00**
Фактически **8 ноября 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