

## 27 НОЯБРЯ – ДЕНЬ МАТЕРИ

Фото Тамары Ардавовой



### САМЫЙ ЛУЧШИЙ ПОДАРОК

К Дню матери мы решили познакомить наших читателей с Дианой РАХАЕВОЙ, многодетной мамой, и ее семьей. Алим АППОВЕВ и Диана родом из Холамо-Безенгийского ущелья. Они создали семью почти восемь лет назад. Супруги воспитывают сына и двух дочерей: Ахмату – шесть лет, Амине – пять, Динаре – два года. О себе и своих родных рассказывает Диана, которая недавно вышла на свою любимую работу.

#### БЕСЦЕННЫЕ НАСТАВЛЕНИЯ

- Глава нашей семьи - по образованию филолог, кандидат филологических наук, доцент, преподаватель вуза.

Я после окончания школы в селе Безенги поступила в КБГУ. Получила дипломы филолога, юриста и тележурналиста. Работаю с 18 лет на государственном телевидении КБР автором и ведущей программ на родном балкарском языке. Пишу стихи с десяти лет на родном языке. Являюсь членом Союза журналистов и Союза писателей России. У меня два сборника стихов. Первый - «На краю судьбы» вышел в 2014 году, второй - «Ради тебя» - в 2016 году, его я посвяти-

ла отцу. Папа всегда поддерживал меня во всех моих начинаниях. Я единственный долгожданный ребенок в семье, родившийся через девять лет брака.

Мои родители меня никогда не хвалили, воспитывали в строгости, но в любви. Если даже в космос полечу, мама скажет: «А что тут такого?». Когда я думала, что заслужила похвалу и, не дождавись от родителей внимания, обижалась, мама говорила: «Не принято, пусть люди похвалят». В детстве была хулиганкой, многие думали, что я – мальчишка. При поступлении в школу отец предупредил: «Если придешь домой избитая, я тоже тебя побью». Это наставление сразу усвоила и ни разу не пришла домой

со слезами на глазах, а мамы мальчишек приходили защищать своих сыновей. А я в свою очередь получила нагоняй от мамы. Но всегда могла постоять за себя благодаря папе. Папа Тахир и мама Зинаида с малых лет говорили: «Учись!». Отец покупал мне разные книжки, задавал интересные вопросы, всесторонне меня развивал. Он по образованию ветеринарный врач, но в нем уживаются разные профессии - от политика и юриста до филолога и философа. Мама - домохозяйка, научила меня многому, и еще вязать. Летом мы все вместе ходили в горы за ягодами. Была настоящая счастливая жизнь.

(Продолжение на 5-й с.)

### НА РАДОСТЬ ДЕТЯМ И ВНУКАМ

Жительница с. Хамидие Терского района Рая ГУКЕПШЕВА в декабре отметит свой 85-летний юбилей. Оглядываясь назад, ей есть что вспомнить и о чем рассказать. Страшные военные годы, голодные послевоенные, тяжелый, но ударный труд по восстановлению разрушенного хозяйства страны. Но за терпение и оптимизм судьба наградила ее любимой и любящей семьей. С супругом Харисом ГУКЕПШЕВЫМ воспитала шестерых детей. С.3

### АНОРЕКСИЯ КАК ОПАСНОЕ ДЛЯ ЖИЗНИ ЗАБОЛЕВАНИЕ НАЧИНАЕТСЯ С БАНАЛЬНЫХ МЫСЛЕЙ О СОБСТВЕННОЙ НЕПОЛНОЦЕННОСТИ

Международный день борьбы с анорексией во всем мире отмечается в ноябре. Эта дата известна и как День без диет. Первые описания этого тяжелого нервного заболевания, приводящего к полному истощению организма, способному привести к летальному исходу, приходятся еще на XVII век. Однако в тот период нервная анорексия была большой редкостью. Она начала превращаться в своего рода бич молодых женщин и девушек в XX веке. Большую роль в распространении нервной анорексии сыграло само общество, устанавливающее стандарты моды и красоты. С. 11

### В АТАЖУКИНО ЧИТАЮЩАЯ И ТВОРЧЕСКАЯ МОЛОДЕЖЬ

Марианна ЧЕЧЕНОВА работает заведующей библиотекой с.п. Атажукино с 2001 года. Как и большинство сельских библиотек в республике, в Атажукино она располагается в здании дома культуры, которое было отстроено буквально пару лет назад и является средоточием культурной жизни села. Здесь, в роскошном актовом зале, часто устраивают праздники, концерты и смотрят таланты. Марианна с гордостью продемонстрировала богатство книжного фонда и с теплом рассказала о своей работе. С. 14

### НЕИДЕАЛЬНАЯ МИСС

Гость сегодняшнего номера - Виктория КИРЯЧЕК, получив педагогическое образование, не раздумывая, пошла работать в детский сад воспитателем. Работу свою очень любит. У самой Виктории подрастают две маленькие дочки, поэтому выбор литературы для чтения, по словам молодой мамы, часто приходится на добрые книги для семейного чтения. Таких найдется много в мировой классике, но иногда и современные авторы радуют качественной литературой. С. 15

## КАЗБЕК КОКОВ С РАБОЧЕЙ ПОЕЗДКОЙ ПОСЕТИЛ ЧЕГЕМСКИЙ РАЙОН



Глава республики проинспектировал ход дорожных работ на автодороге Чегем II – Булунгу. В настоящее время на 12-километровом участке обновлено асфальтобетонное покрытие, устроено современное освещение, появились тротуары. На всем протяжении дороги капитально отремонтировано пять мостовых сооружений.

Проведены дорожные работы в Нижнем Чегеме и Хушто-Сырте, а также на участке, который связывает два этих села.

В Нижнем Чегеме Глава республики осмотрел отремонтированную в этом году школу, где обучаются 260 детей. Капитальный ремонт здания проведен впервые за 45 лет. Кабинеты образовательного учреждения оснащены современным учебным оборудованием и мебелью. Благоустроена территория учреждения и отремонтирована дорога, которая к нему ведет. В селе строится футбольное поле, до конца года работы будут завершены.

Казбек КОКОВ вновь встретился с жителями Нижнего Чегема, которые ранее во время одной из поездок обращались к Главе республики по ряду социально значимых вопросов. Жители выразили благодарность руководителю республики за проводимую работу.

В Чегемском районе будет реализован масштабный дорожный проект – реконструкция участка автодороги от села Хушто-Сырт до выезда из Булунгу. Напомним, в июле этого года в ходе встречи с Президентом РФ Владимиром ПУТИНЫМ Казбеком Кокковым была озвучена просьба об оказании государственной поддержки на реализацию данного проекта. Региону выделены средства в размере 541,5 миллиона рублей.

Пресс-служба Главы и Правительства КБР

В настоящее время автодорога пребывает в гравином исполнении, что требует значительных капитальных вложений на проведение работ, включая устройство защитных и укрепительных сооружений. По участку от села Хушто-Сырт до Чегемских водопадов протяженностью 1,9 км за счет выделенных средств дорожники расширят земляное полотно до 10 м. В целях предотвращения размыва автодороги в период паводка будут устроены низовые подпорные стенки из железобетона. Кроме того, будут устроены пешеходные зоны в виде тротуарных балконов протяженностью более 1,3 км, шесть смотровых площадок, три водопропускные трубы и новое асфальтобетонное покрытие толщиной 12 см.

Также за счет выделенных средств на участке от Чегемских водопадов до села Булунгу протяженностью более 25 км начнутся работы по устройству земляного полотна, верховых и низовых подпорных стенок, водопропускных труб для предотвращения размыва полотна дороги, проходящих вдоль реки Чегем.

В дальнейшем работы по поэтапному приведению автодороги Чегем II – Булунгу в нормативное состояние на всем ее протяжении будут продолжены.

## ЗАБОТА О ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ЗОНЕ СВО – ОДНА ИЗ ПРИОРИТЕТНЫХ ЗАДАЧ

Депутаты законодательного органа республики отправили очередную партию гуманитарного груза для мобилизованных, сформированный по предложению Председателя Парламента КБР Татьяны ЕГОРОВОЙ.

В состав груза вошли теплые вещи, термобелье, специальные предметы одежды, амуниции, спальные мешки, карематы (спальные коврики). Вещи предназначены для призванных на военную службу по мобилизации из Кабардино-Балкарии. При составлении перечня груза парламентарии учитывали обращения граждан и приближающиеся зимние холода, сообщает пресс-служба ведомства.

Заместитель Председателя Парламента КБР Мурат КАРДАНОВ подчеркнул, что многие жители республики оказывают помощь и поддержку призванным на военную службу в рамках частичной мобилизации. «Парламент Кабардино-Балкарии не остается в стороне, мы в очередной раз отправляем помощь. Уверены, что победа будет за нами. Желаем нашим ребятам здоровья, чтобы живыми и здоровыми в скором будущем вернулись домой. Переживаем и с благодарностью обращаемся к их родителям, которые с пониманием отнеслись к ситуации и смогли отпустить своих ребят, наших ребят», – отметил он.

Акция объединила всех участников: равнодушным не остался никто независимо от принадлежности к фракции и политических интересов. Депутаты отмечают, что сегодня забота о военнослужащих, находящихся в зоне проведения специальной военной операции, – одна из приоритетных задач. Также помощь оказывается членам семей мобилизованных, обращающимся к парламентариям.

Наталья АЛЕКСЕЕВА

## ВЕЛИКАЯ ЖЕНСКАЯ СИЛА

Советы женщин являются реальной действенной силой и помощью для администраций сельских поселений и городов, на которые можно рассчитывать в работе с неблагополучными семьями, одинокими стариками, в организации досуга населения. Мы решили рассказать о плодотворной работе женсовета сельского поселения Нижний Черек, который с 2017 года возглавляет Нина КАРДАНГШЕВА. Ее во всем поддерживает дружный коллектив – Дина КЛИШЕВА, учитель истории МКОУ СОШ с. п. Н. Черек, Фатима ШОГЕНОВА, медицинская сестра в дошкольном блоке с. п. Нижний Черек, Дзюльетта ШУГУШХОВА, учитель начальных классов, Мадина САРАЛЬПОВА, заведующая Нижнечерекской сельской библиотекой, Марина ТЕНОВА, работница дома культуры.



Наш коллектив считает главной задачей нравственное воспитание молодежи, – говорит Нина Фицнева. – Ориентир в этом направлении выведет детей на правильный жизненный путь.

Стареемся защищать интересы женщин и их семей, улучшать их благосостояние, интересуемся жилищно-бытовыми условиями малоимущих, многодетных и молодых семей. Ходатайствуем о включении нуждающихся семей в Федеральную целевую программу по улучшению жилищных условий. Например, посодействовали двум малоимущим семьям в получении земельных участков под строительство жилого дома. Ежегодно организуем вечера с рассказом об их человеческих качествах, достоинствах, прегрехах и разочарованиях на их жизненном пути. Накрываем сладкий стол и не оставляем без подарков, которые приобретаем с помощью спонсоров. Поощряем достойных работников в сфере культуры и просвещения. На районном уровне организовали чествование Людмилы ГОНОВОЙ, учителя русского языка и литературы (сейчас она на заслуженном отдыхе), которая в 1998 году стала педагогом года. Поздравляли Марину ТЕМРОКОВУ, учителя русского языка и литературы, за добросовестный труд, достижения и заслуги в сфере образования, она получила грамоту Министерства просвещения РФ. Активное участие принимали

и в чествовании Мариты ГУБЖОКОВОЙ, полвека проработавшей в доме культуры нашего села, недавно ей вручили медаль «За добросовестный, самоотверженный труд» от Министерства культуры КБР.

От имени женсовета хотела бы поблагодарить за активную работу и подчеркнуть организаторские способности члена нашего коллектива – Мадины САРАЛЬПОВОЙ. С ее помощью недавно провели мероприятие с подростками и молодежью, рассказали детям об адигской культуре, традициях и обычаях, адигь хабаз.

Женсовету небезразлична судьба детей с ограниченными возможностями здоровья, интересуемся их делами, достаточно ли получают медицинскую помощь. К большому сожалению, эти дети не дополучают социальную помощь. Например, у нас есть те, кто по состоянию здоровья должен посещать бассейн не реже двух раз в неделю. По нашей инициативе были организованы процедуры в районном спортивном комплексе им. Т. Эркенова бесплатно. Стареемся по возможности никого не оставлять наедине со своими проблемами, оказываем помощь сами или привлекаем спонсоров. Хотя я сейчас на заслуженном отдыхе, стараюсь быть полезной людям и отзываться на просьбы односельчан. Пять лет преподавала в сельскохозяйственном техникуме, 20 лет проработала в Министерстве сельского хозяйства в отделе растениеводства. 16 лет была депутатом местного самоуправления с. п. Н. Черек, поэтому не понаслышке знакома с проблемами односельчан. Членам женсовета приходится порой быть и психологами, и педагогами, проявляя в разных ситуациях мягкость и строгость. Члены нашего коллектива активные, неравнодушные к жизни села и его традициям люди. И, что очень важно, нас поддерживает руководство администрации сельского поселения Нижний Черек.

Анжела ГИМОВА

## КАК ЖИВЕТЕ, ЗЕМЛЯКИ?

В доме культуры села Ново-Ивановское состоялось выездное заседание Общественной палаты Майского района. Началось оно с экскурсии по объектам социально-культурного назначения. Участники побывали в новой школе, возложили цветы к памятному бюсту В. БЕРДЮЖЕ, который более двадцати лет руководил СХПК «Ленинцы» и вывел его в лучшие хозяйства республики. Почтили также память погибших воинов, которые защищали село от гитлеровцев в 1942 году.

Перед началом заседания состоялся концерт, подготовленный работниками СДК с. Ново-Ивановское под руководством Нины ТРАЙДУКОВОЙ. Тема «Как живете, земляки?», которая обсуждалась на заседании «круглого стола», включала много вопросов, касающихся жизни сельчан. Однако основной мотив разговора был приурочен к Году культурного наследия народов России.

Председатель Общественной палаты Майского района Светлана ГЕРАСИМОВА подготовила презентацию, в которой рассказала, какие мероприятия прошли в районе в рамках Года культурного наследия народов России. В частности, она отметила: «Как раньше было принято на селе? С людьми, живущими за соседней стеной, в соседнем дворе, делились радостью и горем, просили в долг и давали взаимы, доверяли им хранить запасные ключи от дома. Ныне, к сожалению, отношения стали не такими добрососедскими. Уже не принято собираться во дворе играть в домино или шахматы, обсуждать последние новости. Многие даже не знают в лицо своих соседей. Сегодня мы поговорим о том, как живут наши земляки, расскажем, как проводят свой досуг наши соседи из сел и станиц Майского района. Это уже четвертое выездное заседание нашей Общественной палаты по этой теме».

Затем состоялся обмен мнениями, в котором приняли участие заместитель главы местной администрации Майского района по социальным вопросам Ольга БЕЗДУДНАЯ, глава сельского поселения Ново-Ивановское Анна ШИПОША, председатель совета отцов Общественной палаты района Александр СКЛЯРЕНКО, представители образования, духовенства и общности села.

Первое заседание «Как живете, земляки?», которое инициировала Общественная палата района, прошло в станице Котляревской. Вторая встреча – в с. п. Октябрьское, она была посвящена Международному дню соседей. Содержательный и интересный разговор состоялся за «круглым столом» в станице Александровской.

Невозможно создать счастливое будущее, не опираясь на гигантский опыт, накопленный предками в течение тысячелетий. Поэтому основным лейтмотивом наших встреч стала пропаганда национальных традиций, культуры, этикета народов, проживающих в Майском муниципальном районе, отметили организаторы встреч.

## СТАРТОВАЛ ВТОРОЙ ЭТАП ОПЕРАЦИИ «ДЕТИ РОССИИ-2022»

Как сообщает Министерство труда и социальной защиты КБР, в управлении по контролю за оборотом наркотиков МВД прошло совещание с участием заинтересованных министерств и ведомств республики по координации второго этапа межведомственной комплексной оперативно-профилактической операции «Дети России-2022».

Цели операции – предупреждение распространения наркомании среди несовершеннолетних, выявление фактов их вовлечения в преступную деятельность, связанную с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ, а также повышение уровня осведомленности населения о последствиях потребления наркотиков и ответственности за участие в их незаконном обороте, отмечается в сообщении.

Операция представляет собой совокупность проводимых в установленном порядке организационных, оперативно-разыскных, контрольно-проверочных и профилактических мероприятий, позволяющих сконцентрировать силы и средства на выявление, пресечение, раскрытие и профилактику правонарушений в сфере незаконного потребления и распространения наркотических средств, психотропных и сильнодействующих веществ среди несовершеннолетних.

На заседании рассмотрена наркоситуация в Кабардино-Балкарской Республике, особое внимание уделено принимаемым мерам по предотвращению вовлечения несовершеннолетних в противоправную деятельность в сфере незаконного оборота наркотиков.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Война была в далеком детстве. Но разве забудешь то, что сделало тебя сиротой, а мать вдовой. Война, унесшая жизнь отца Блу ШОКАЛОВА, определила всю ее дальнейшую судьбу. Об этом Раиса до сих пор рассказывает с сожалением.

«Когда фашисты оккупировали наше село, нас выгнали из домов, мы жили в наспех вырытой землянке, – вспоминает Раиса. – Оккупанты беспрепятственно пользовались нашим хозяйством, а если кто-то выказывал недовольство, не щадили. Мне тогда было всего семь лет, еще не знала, что такое страх. Помню, заглянула в комнату, где обсохлись фашисты, и увидела на столе много конфет. Вбежала и схватила горстку. Меня поймал один из немцев, отнял все конфеты и сильно отругал. Мама тогда натерпелась страху. Все удивлялись, что я так легко отделилась. Могли бы и убить».

Повестку из военкомата отец получил в 1942 году. Мама тогда лежала в больнице с новорожденным. Он попросил врачей ее отпустить, чтобы попрощаться и собрать в дорогу. Провожали всем селом. Нас оставил на попечение своему младшему брату. Но его тоже вслед за ним забрали на фронт. Папу мы больше не видели. Он пропал без вести. Впоследствии сколько бы мы ни искали, куда бы ни посылали запрос, так ничего и не узнали о его судьбе и даже месте захоронения».

Но семья радовалась тому, что живым вернулся брат отца – Мухамат. Во время очередного боя он попал в плен. После освобождения провели расследование, выяснили, при каких обстоятельствах он попал в плен, и отпустили домой. Мухамат стал опорой и поддержкой для семьи брата.

#### ВО ВСЕМ ЛУЧШАЯ

После освобождения республики от захватчиков все силы были брошены на восстановление разрушенного хозяйства. Вновь заработали школы, и Рая продолжила учебу. Окончив восьмилетку в родном селе, поступила в девятый класс в школе с. Терское. Была в числе лучших учениц. Особенно легко давались математика и физика. Но вопреки уговору директора оставить девочку в школе мать забрала ее со словами: «Супруг не вернулся с фронта, другая дочь и сын создали свои семьи и живут отдельно. Одна я не справлюсь с хозяйством и работой». Так Рая пошла в доярки на ферму. В обязанности девочки входила ежедневная дойка 25 коров. Она быстро научилась и привлекла к этому тяжелою труду. А вскоре стала одной из лучших доярок не только в колхозе, но и в районе, а потом и республики. О ней писали



## НА РАДОСТЬ ДЕТЯМ И ВНУКАМ

**Жительница с. Хамидие Терского района Рая ГУКЕПШЕВА в декабре отметит свой 85-летний юбилей. Оглядываясь назад, ей есть что вспомнить и о чем рассказать. Страшные военные годы, голодные послевоенные, тяжелый, но ударный труд по восстановлению разрушенного хозяйства страны. Но за терпение и оптимизм судьба наградила ее любимой и любящей семьей. С супругом Харисом ГУКЕПШЕВЫМ воспитала шестерых детей.**

в газетах, ее фото не покидало доску почета. Поэтому было принято решение послать ее в Москву на выставку достижений народного хозяйства. Вест об этом Раю не обрадовала. Она ответила, что ей надо доставлять свой дом, тратить на поездку время и с таким трудом собранные деньги не хочется. Тогда директор совхоза Аубекир ХОЖАЕВ обещал помочь в этом деле. Свое слово он сдержал, а Рая поехала в Москву. Об увиденном и услышанном за месяц пребывания в столице страны Рая помнит до сих пор.

«Я не считаю это достижением, но в ту пору именно у меня каждая их десяти коров разродилась двумя телятами, – вспоминает она. – Это тоже послужило поводом, чтобы отправить меня на сельскохозяйственную

выставку в числе передовых работников. Я всегда любила в работе быть лучше всех. Достижения этого упорным трудом».

#### ХОРОШЕЕ НАСЛЕДИЕ

Замуж Рая вышла за односельчанина Хариса ГУКЕПШЕВА – большого труженика, спокойного и доброго человека. Как и у многих детей войны, у него было трудное, полное лишений детство. Сеяли на волах, собирали урожай вручную, он работал механизатором, потом переучился на водителя. Харис 40 лет проработал на молоковозе. Его уважали односельчане и любили в семье. «Он был спокойным и уравновешенным, не было человека, который бы смог вывести его из себя, – вспоминает Рая. – За совмест-

но прожитые годы не было случая, чтобы он повысил голос. Жили мы душа в душу». Вместе они прожили 56 лет и воспитали шестерых детей. Сейчас Рая радуется рождению 13 внуков и десяти правнуков.

Все дети Раи и Хариса нашли свой жизненный и профессиональный путь. Самая старшая дочь – Таисия работает санитаркой в реанимационном отделении инфекционной больницы в Нальчике. Уже пенсионерка, но продолжает трудиться. Таисия замужем, у нее двое сыновей и дочь.

Сын Хасан – майор милиции, сейчас на пенсии. Женат, имеет двоих сыновей и дочь. Оба сына пошли по стопам отца, а дочь работает в МОЦ города Майского.

Сын Валера окончил финансовый техникум и проработал в типографии 37 лет. У него двое сыновей. Старший работает в МВД, младший – студент.

Дочь Лариса живет в Нальчике, занимается частным предпринимательством. У нее двое сыновей и дочь. Все получили высшее образование.

Сын Залимхан работает прорабом в Майском. Пока не женат.

Самый младший сын – Аскербий с семьей живет вместе с матерью. Женат на Залине КУДАЕВОЙ. Они воспитали троих детей – Динару, Аскера и Альберта. Динара – начальником почты в с. Новье Хамидие, воспитывает сына. Старший сын, Аскер, – сотрудник полиции, а младший, Альберт, – еще школьник. Аскербий работает заведующим хозяйством в сельской школе. Кроме того, является арендатором, занимается большим приусадебным хозяйством. Залина – воспитательница детского сада села. Аскербий и Залина создали замечательную семью, которая является примером для многих односельчан. В этой семье всегда есть почетное место для Раи и матери Залины – Люси. Они внимательны и заботливы по отношению к ним. Рае согласно адыгским обычаям не любит хвалить своих детей. Но односельчане все равно знают, какие у нее заботливые дети, внуки и правнуки.

Дети Хариса и Раи часто собираются в родительском доме, не пропускают ни одной важной даты – радостной и печальной. Особенно почитают день смерти отца. А в декабре они соберутся, чтобы отметить 85-летие Раи. Они заранее готовятся к этой важной дате, чтобы на должном уровне отметить ее и пожелать маме долгих лет жизни на радость детям и внукам.

**Алена КАРАТЛЯШЕВА.**  
Фото из архива Гукепшевых

## ЖЕНЩИНА-БЕРЕГИНЯ. КТО ОНА?

#### • АКТУАЛЬНО

В станице Александровской Майского района в храме святого благоверного князя Александра Невского состоялась «круглый стол» «Женщина-берегиня». Его организаторами выступили районная администрация, местная администрация ст. Александровской, Союз женщин КБР и Совет женщин при администрации Майского района, служители храма. В работе «круглого стола» приняли участие активистки советов женщин сельских поселений, представители образования, здравоохранения, социальной защиты населения, культуры, полиции, КДН и ЗП, Общественной палаты, СМИ и т.д. Они говорили о роли женщины в сохранении и укреплении семейных ценностей, а также приняли рекомендации по проведению мероприятий, направленных на пропаганду семейных ценностей и укрепление института семьи.

#### АКТИВНАЯ ВОВЛЕЧЕННОСТЬ В РЕШЕНИЕ ВАЖНЫХ СОЦИАЛЬНЫХ ВОПРОСОВ

Открывая встречу, глава администрации Майского района Татьяна САЕНКО напомнила, что в ноябре Президент России подписал Указ «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» – важный документ, в котором определены задачи и основные направления деятельности органов государственного и местного самоуправления, общественных, религиозных организаций, институтов гражданского общества.

Сегодня это особенно актуально с учетом новых вызовов и международной обстановки, которая сложилась вокруг нашей страны. «В числе важных ценностей определена крепкая семья, поэтому тема, вынесенная для об-

суждения, особенно актуальна», – сказала Т. Саенко

Она отметила, что отличительной особенностью Майского района является активная вовлеченность женщин в решение важных социальных вопросов. Так, 84 процента руководящих должностей в районе занимают женщины, в том числе районную администрацию и все пять поселений района возглавляют тоже женщины. Поэтому можно сказать, что на сегодняшний день Майский район имеет женское лицо.

#### ПРОСТРАНСТВО ЛЮБИ

С обстоятельным докладом «Женщина-берегиня. Кто она?» выступила эксперт-модератор, председатель Совета женщин Майского района Елена ХИВРИЧ.

Берегиня – богиня порядка и гармонии. Все, что согласуется с законом, мирным существованием, гармонией, справедливостью, праведностью, способствует развитию духа, божественного

сознания, духовной мудрости, позволяет личности человека раскрыться в полной мере и постичь истину, – все это энергия Берегини. Часто наши предки говорили о Берегине как о высшей силе, которая всегда приходит на помощь честным и добрым людям, нуждающимся в справедливости и защите. Поразительно, но даже в наше время, разделенное с языческой верой веками, некоторые народы по-прежнему поклоняются Берегине. Это неудивительно, ведь она – главная хранительница добра и порядка в мире. Более того, Берегиня наделяет особой силой обыкновенных женщин, в каждой из которых живет частичка этой чудесной богини. В разных традициях Берегиня носит разные имена, но природа ее одна.

Когда общество отворачивается от Бога, когда люди перестают исполнять свой долг, утрачивают семейные ценности и устремляют-

ся к сиюминутным наслаждениям, страдают от этого самые незащищенные – дети и старики, а женщина превращается из объекта поклонения и заботы в объект наслаждения.

Но это не значит, что мы должны оставить в забвении свою женскую природу. Счастье женщины – в семье, рядом с мужем и детьми, женщина чувствует себя на высоте, когда занимается тонкой сферой отношений – создает в семье атмосферу взаимного уважения и заботы друг о друге. Пространство любви, которое нельзя пощупать и которое ощущается как счастье, когда попадаешь в семью, – миссия женщины. Это сложно. Сложнее, чем строить карьеру. Женщина соткана из служения, ее миссия – вкладывать свою любовь в других людей, наблюдая, как они растут рядом с ней. Она не должна бежать впереди паровоза, прокладывая путь, она едет зади, в безопасности, насыщая свое уютное гнездышко душевной красотой и теплом. И если женщина выходит вперед, если она берет на свои плечи чужой груз и начинает всего достигать сама, в семье становится холодно, исчезает атмосфера теплоты и заботы.

Природа женщины – быть зависимой. Забота о женщине – долг ее отца, мужа и сына. Самостоятельно, в одиночку женщина не развивается и не раскрывается. Даже если у нас не было любящего отца, даже

если мы уже потерпели поражение в отношениях и разочаровались в мужчинах, даже если привыкли быть независимыми и убедили себя в том, что нам это нравится, у нас есть шанс повернуть вспять свою жизнь и начать играть роль женщины, которая нуждается в опеке. Если вы стремитесь к самостоятельности и независимости, не удивляйтесь потом, что вас используют, на вашей шее сидят, вас не ценят, а мужчин рядом просто нет. Разваленные семьи, одиночество, несчастные дети, постоянная усталость и стресс, невозможность больше нести все на своих плечах – это дело наших рук, нашего нежелания и неумения ценить то, что дал нам Бог. И начинается все это со стремления сделать все самостоятельно вместо того, чтобы учиться договариваться.

Рукоделие, пение, танцы, рисование, путешествия, женские посиделки, приготовление еды – бесполезные занятия с точки зрения мужчины. Но это глоток свежего воздуха для женщины. Чем больше в нашей жизни таких «бесполезных» занятий, тем лучше мы себя чувствуем. Учитесь заботиться о себе каждый день, постоянно наполняться энергией, ее никогда не бывает много, она никогда не бывает лишней. И тогда сможете выдержать любые невзгоды, выучить любые уроки, которые дает жизнь.

(Продолжение на 6-й с.)

Т. Мальбахов родился 18 ноября 1917 году в селении Дейское Терского района КБР. Рано потерял отца. Начальное образование получил в детском доме, продолжил учебу в Малокабардинской сельскохозяйственной школе в поселке Муртазово, после успешного окончания которой поступил в агроинженерный техникум. В 1934 году Тимбору Кубатиевичу направили в Новочеркасский инженерно-мелиоративный институт, проучившись там год, перевелся в сельскохозяйственный институт в Орджоникидзе.

По окончании института начал трудовую деятельность старшим агрономом Кантешевской машинно-тракторной станции Чечено-Ингушской АССР, затем был назначен ее директором. В 1940 году был призван в ряды Советской Армии. Через полгода его назначили заместителем политрука II отдельного батальона воздушного наблюдения, оповещения и связи Брянского фронта. До 1946 года (с одного фронта на другой, из одного госпиталя в другой) воевал в действующих частях. Его боевой путь отмечен наградами: медалью «За отвагу», орденом Красной Звезды, орденом Отечественной войны I и II степени.

Возвратившись с фронта, Тимбора Кубатиевич активно включился в работу по восстановлению народного хозяйства республики. Его назначили заместителем заведующего сельскохозяйственным отделом обкома КПСС, а в декабре 1946 года был избран первым секретарем Кубинского райкома партии.

В 1953 году Т. Мальбахов окончил годичные курсы переподготовки партийных и советских работников при ЦК КПСС, заочную Высшую партийную школу при ЦК КПСС. Сегодня все знают о его потрясающей эрудиции, глубоких академических знаниях во многих областях.

С 1952 по 1956-й год Тимбора Кубатиевич работал Председателем Президиума Верховного Совета КБАССР. В 1956 году был избран первым секретарем обкома КПСС. В этой должности беспрерывно проработал до октября 1985 года.



Общественный и политический деятель Кабардино-Балкарии Роза САБАНЧИЕВА, возглавлявшая в 1963-1986 годах Кабардино-Балкарский областной совет профсоюзов, пишет в «Исповеди отцу»: «Мне посчастливилось жить во времена созидания. Во времена не декларативного, а истинного равноправия женщин с мужчинами. Новую установку задал Тимбора Кубатиевич Мальбахов - первый секретарь обкома КПСС с 1956 по октябрь

## ТИМБОРА МАЛЬБАХОВ – ПРИМЕР СЛУЖЕНИЯ РЕСПУБЛИКЕ

**В этом году исполняется 105 лет со дня рождения видного государственного, партийного и общественного деятеля, первого секретаря Кабардино-Балкарского обкома КПСС с 1956 по 1985 год Тимборы МАЛЬБАХОВА.**

1985 года. На такой должности столько времени в СССР не работал никто. Уже при жизни он стал легендой. Я проработала вместе с ним двадцать шесть лет. Даже сейчас не только в Кабардино-Балкарии, но и в России в целом очень мало женщин в коридорах власти. А Мальбахов смело выдвигал на руководящие должности женщин и спрашивал с них наравне с мужчинами. Во всех районах и обкомх комсомола и партии были женщины, и они прекрасно справлялись с работой. Им поручались государственные, партийные, хозяйственные и общественные участки. Среди них были председатели колхозов, директора фабрик, министры ведущих отраслей, заведующие отделами областного комитета партии, заместители председателя Совета Министров республики, председатели районных советов депутатов трудящихся. Для женщин в советские годы были квоты в государственных и партийных органах, и они прекрасно себя рекомендовали. В Верховном Совете и местных советах, во всех партийных органах снизу доверху женщины составляли одну треть.

Женщины наравне с мужчинами восстанавливали разрушенное после войны

народное хозяйство. Многие из них, оставшиеся без мужей, проявляли героическую стойкость, воспитывая детей и показывая высокие результаты в работе. Только орденом Ленина были награждены семьдесят женщин, четыре из них удостоены звания Героя Социалистического Труда - это Салима ПАШТОВА, Шамкыз ЧИГИРОВА, Ольга КУДРЯШОВА, Фазила УММАЕВА. Народная мудрость гласит: воспитывая мальчика - воспитываешь мужчину, воспитывая женщину - воспитываешь нацию. Женщины моего поколения доказали: мы можем работать наравне с мужчинами. Но этот прекрасный женский век в истории Кабардино-Балкарии случился благодаря Т. Мальбахову. Можно с уверенностью утверждать: век Мальбахова - женский век!»

В век Мальбахова республика стабильно развивалась. Больших успехов достигли в промышленности, сельском хозяйстве, физическая культура, спорт, туризм и альпинизм вышли на совершенно новый уровень. С его деятельностью связаны высокие правительственные награды, которых удостоена Кабардино-Балкария в те годы: орденом Ленина, орденом Октябрьской революции, орденом Дружбы народов. Сам Тимбора Кубатиевич за личные заслуги награжден четырьмя орденами Ленина, орденом Трудового Красного Знамени, другими орденами и медалями.

Тимбора Мальбахов неоднократно избирался депутатом Верховного Совета СССР и депутатом XXI-XXVI съездов КПСС.

Тимбору Кубатиевичу знала вся страна, его чтили, знакомством с ним гордились. Он сделал неоценимо много для республики, с его именем связана целая эпоха. Он может служить примером бескорыстного служения народу, является нравственным ориентиром для своего поколения и образцом служения республике.

Елена АППАЕВА

## МЫ ДОЛЖНЫ БЫТЬ НА ПЕРЕДОВОЙ

**В 2021 году Глава КБР Казбек Коков за большой вклад в развитие здравоохранения, высокое профессиональное мастерство и многолетний добросовестный труд врачу выездной бригады скорой медицинской помощи ГБУЗ «Межрайонная многопрофильная больница», врачу высшей категории Марине МЕЗОВОЙ присвоил почетное звание «Заслуженный врач Кабардино-Балкарской Республики». 30 лет назад она впервые переступила порог станции и с тех пор остается верна выбору нелегкого профессионального пути. Ее коллеги говорят, что Марина Хачимовна - самый востребованный доктор в районе.**

- Это был мой выбор, а родители меня в этом поддерживали, - говорит Марина Мезова. - Хотя с детства была способностью к математике. Мой школьный учитель в с. Герменчик Хачим Хутов говорил, что из меня выйдет хороший математик, и просил, чтобы я выбрала именно это направление. На все мои утверждения, что мечтаю быть доктором и лечить людей, он в сердцах говорил: «Из тебя никогда не выйдет хороший врач». Спустя годы я приехала к нему на вызов по поводу сердечного приступа. Оказала первую медицинскую помощь, и на мой вопрос, как, вышел из меня врач, он с улыбкой ответил: «Я знал, что ты станешь замечательным доктором!»

После окончания в 1981 году Герменчикской средней школы Марине Мезовой не удалось сразу поступить на медицинский факультет КБГУ. Но она не собиралась отступать от намеченной цели. Год готовилась к экзаменам. Однако на второй год у нее даже не приняли документы, потому что нигде не работала, значит, тунеядствовала - таковы были правила. Устроилась секретарем в сельской школе и еще через год поступила в медицинское училище в Нальчике. В 1985 году, окончив его с красным дипломом, поступила в Курский государственный медицинский институт. С 1991 по 1992 год прошла интернатуру в Липецке под кураторством Рязанского мединститута. С 1992 года работает в отделении скорой медицинской помощи Урванского района.

«Так сложились обстоятельства, что я пришла именно сюда. Мне здесь понравилось, не жалею, что осталась здесь», - говорит Марина Хачимовна. - Когда начала работать, папа сказал: «У меня к тебе единственная просьба: сколько бы ты ни работала, я не буду тобой доволен, если хоть раз возьмешь у пациента деньги. Пусть тебя благодарят хорошими словами». Папы не стало через два года. Но я помню его завет и старюсь придерживаться его».

### В ЛЮБЫХ СИТУАЦИЯХ ОКАЗЫВАЕМ ПОМОЩЬ

Начало трудовой деятельности М. Мезовой пришлось на самые тяжелые постперестроечные годы, когда дефицит был во всем. Автопарк станции скорой помощи состоял из УАЗиков. Часто случалось так, что в день на ходу были всего одна-две машины на весь район. Остальные стояли поломанные или без горючего. «А те, что на ходу, могли сломаться по дороге, и мы вместе с водителем приводили автотранспорт в чувство, - рассказывает она. - Тогда наши машины не были оснащены хоть каким-нибудь оборудованием и даже самыми необходимыми лекар-

ствами. Было тяжело, но всегда получалось вовремя приехать и оказать помощь на должном уровне. Но люди были добрее, никто не скандалил и не предъявлял претензии. Сейчас много нервных и неадекватных людей, они обделены на жизнь и часто вымещают свою злость на медиках. Есть постоянные пациенты, которые часто вызывают нас, мы заранее знаем - без эксцессов не обойдется. Но игнорировать вызов нельзя. Однажды приехали к мужчине, который попросил ввести инъекцию какого-то лекарства. Я объяснила, что ему нельзя его вводить. И в тот момент, когда я отвернулась, чтобы набрать другое лекарство в шприц, он сзади палкой ударил меня по голове. Кто-то возмущается, что мы недостаточно быстро поднимаемся по лестнице на девятый этаж, потому что лифт не работает. Кому-то может не понравиться тон или не согласуются с озвученным диагнозом. И тогда в ход идут неприятные слова и первые попавшиеся под руку предметы. С человеком в стрессовой ситуации нельзя пререкаться, обижаться, становиться в позу. Наш долг в любых ситуациях - оказывать медицинскую помощь, быть в какой-то степени психологами. Тем не менее тех, кто искренне благодарит за помощь, гораздо больше. В такие моменты понимаешь, зачем и для кого работаешь».

### ЕСТЬ С ЧЕМ СРАВНИТЬ

Сейчас современные машины скорой помощи оснащены всем необходимым оборудованием и нет нехватки в лекарственных препаратах. Старожилам отделения есть с чем сравнить, говорят, что работать в таких условиях - одно удовольствие. Без хорошей оснащенности пришлось бы намного тяжелее во время пандемии, когда Урванская районная больница была перепрофилирована в госпиталь для больных ковидом. Все внимание здравоохранения было переключено на больных новой коронавирусной инфекцией, а соматических планово нигде не принимали, соответственно болезни обострялись. Таких пациентов приходилось возить в другие районные и городские больницы Терека, Прохладного, Майского, Баксана и Нальчика. «Бывало, за сутки машина проезжала 500 км. И вызовов поступало больше», - говорит Марина Хачимовна. - Но мы справились. У нас сплоченный профессиональный коллектив под руководством заведующей отделением Елены КИМОВОЙ. Большое внимание службе скорой медицинской помощи уделяет и главный врач межрайонной многопрофильной больницы Фатима



### ПРОФЕССИОНАЛЫ

ХАЧЕТЛОВА, которая старается внедрить в работу наших больниц самые передовые методы обследования и лечения.

Вопреки сложившемуся мнению и молодежи к нам приходит замечательная, жаждущая знаний, желающая хорошо работать. Для меня наш коллектив как вторая семья. Мы делим все хорошее и плохое. Особенно близка мне по духу наша выездная бригада - фельдшер скорой помощи Фатима АРАМИСОВА и водитель Руслан ЕЖАБЕКОВ».

«Здесь я работаю 45 лет, 30 из которых вместе с Мариной Хачимовной, - присоединилась к нашему разговору Фатима Араμισова. - Все эти годы стараюсь равняться на нее. Могу с уверенностью сказать, что она дала мне практических знаний больше, чем учебное заведение, где я училась. Когда приезжаю на вызов без Марины Хачимовны, машинально думаю, как бы она поступила в конкретной ситуации, и начинаю соответствующе действовать. Она пример для подражания, гордость нашей медицины и села, откуда родом».

### ГРАЖДАНСКИЙ ДОЛГ

Супруг Марины Хачимовны - Аслан ХУЖОКОВ тоже 22 года посвятил работе в отделении, он водитель машины скорой помощи. В свое время окончил Майкопский педагогический институт, по профессии - преподаватель ОБЖ. Много лет проработал экспертом-криминалистом в милиции. «Аслан с первых дней начала специальной военной операции хотел отправиться на Украину добровольцем. Но мне удалось удержать его до тех пор, пока сын не вернулся из армии», - говорит М. Мезова. - Сын Рустам с красным дипломом окончил Казанский экономический институт, прошел срочную военную службу и в июле вернулся домой. Но не собирается работать по профессии, хочет вступить в Росгвардию.

28 октября Аслан отправился на Украину добровольцем в рамках частичной мобилизации. Он знал, что будет отговаривать, поэтому о своем решении сообщил вечером по телефону, когда я была на смене, а рано утром явился в военкомат. Душа болит за него, переживаю, но это его осознанный выбор. Аслан считает это своим гражданским и мужским долгом. Такой же позиции придерживается и Рустам. Но сын обещал, что отправится на Украину, только если призовут. Такая у нас семья - если требуется помощь, значит, нужно помогать, и мы должны быть на передовой».

Алена ТАОВА



# МУЖЕСТВЕННЫЕ МУЖЧИНЫ С НЕЖНОСТЬЮ О МАМАХ

• ОТКРОВЕННО О ВАЖНОМ

**Беслан БЕЛИМГОТОВ, майор милиции в отставке, руководитель Ассоциации ветеранов боевых действий органов внутренних дел и внутренних войск:**

- Мне тяжело говорить о моей маме не только потому, что ее уже нет с нами, но еще и потому, что ее черные волосы стали белее снега за годы моей службы в Афганистане. Нас было трое: две сестры и я, единственный сын. Мой старший брат в возрасте пяти лет утонул, поэтому родители относились ко мне с особым вниманием. Сразу после школы меня забрали в армию, попал в Ашхабад. И там же был Мартин КАЛИБАТОВ, мы оба из Старого Лескена. Его родители и моя мама приехали посмотреть, как мы устроились, и тут говорят: вас отправят в Афганистан. Мама сказала: «Чего бы нам это ни стоило, я заплачу, не отпущу тебя». А перед этим в нашем селе похоронили двоих ребят, погибших в Афганистане. Я сказал маме: «Но ведь кто-то же едет туда. Чем они хуже меня? Не надо меня откупать». Так я оказался в Афганистане.

Когда возвращался, приехал сначала к сестрам в Нальчик, и мы на двух машинах поехали в село к родителям. Было воскресенье, много студентов на остановке и там же моя мама и отец: они хотели поздравить родственника, тоже отслужившего, но не в Афганистане. Водитель первой машины говорит: «Вы приторможите, я скажу: «Беслан вернулся», они же мне подарок дадут за добрую весть, а вы потом подъезжайте». Я смотрю: он вышел, сказал, а мои родители смотрят в салон его машины, где меня нет, и пошелохнуться боются. И тут мы подъехали. Я вышел и первое, на что обратил внимание: как же состарилась мама, и волосы седые. Мои родители увидели и мою свадьбу, и внуков, но каждый раз, когда вспоминаю это время, сердце болит за родителей и прежде всего за маму. Материнство – это счастье, но сколько мук порой надо претерпеть, сколько боли за детей! Пусть Бог дарует им рай за их бессонные ночи, за жертвенную любовь. Они всегда в наших сердцах, сколько бы нам ни было лет.

**Аскер КУМЫКОВ, пенсионер МВД:**

- Я очень люблю свою маму и хочу, чтобы она никогда и ни за что не волновалась. Хочу, чтобы спала спокойно. Чтобы даже ветер резкий не коснулся ее, но, к сожалению, из-за моей работы она была ранена, мы оба чудом уцелили. Это был 2010 год, я работал следователем в МВД, однажды

мы с мамой поздно возвращались домой, заехали во двор и когда вышли из машины, боевики стали стрелять. В меня попало восемь пуль, в маму – одна. Думаю, стрелявшие в нас были под действием наркотиков. Вызвали скорую. Нас спасли врачи. Когда я был в госпитале, позвонили и сказали, что у меня родился сын, спрашивали, как назвать. Я ответил: «Мурат». Я назвал сына в честь моего погибшего друга, сотрудника Управления по борьбе с организованной преступностью Мурата НАГОЕВА. Он был совсем молодым, не был женат. Его мать... Я всегда думал: неужели боевики никогда не задумываются о матерях убитых ими парней?

После лечения я вернулся в строй. Мама просила уволиться. Но я решил остаться и доработал до пенсии еще десять лет. Почему так поступил? Слишком много было тех, кто увольнялся, не хватало кадров. Не жалею, что остался. Сейчас взрослеет мой сын и уже думает о профессии, уже начал говорить о моей работе. Не буду отговаривать. Но хочу, чтобы мы жили в мире, где нашим мамам не угрожает опасность, где не стреляют в матерей. Всем мамам желаю счастья!

**Масхут ГАЗАЕВ, пенсионер МВД:**

- Мои родители воспитали шестерых сыновей. Однажды Мухадин-хаджи ЦИКАНОВ проходил мимо и сказал: «Халимат, можно теперь и праздник устроить». Мама спросила: «А что случилось?» Он ответил: «Всех сыновей выучила, женила, внуки родились, это ли не причина?»

Конечно, ей было сложно, но у нас дома никогда не довел быт. Мама была библиотекарем, и мы все читали. У меня каллиграфический почерк, потому что мы не только читали, но и переписывали книги в тетради. Старались ей помогать - и полы мыли, и в огороде работали, только заговоздка в том, что женщина незаменима! Пока она не приготовит еду, считай, и нет настоящей еды, пока не уберет, и порядка не будет. Вся гармония мира – от матерей. Все тепло мира – от матерей. Я помню, как она готовила на печке, а потом купили двухкамерную газовую плиту, и она учила нас с ней обращаться.

Мы все – маминой закалки. Я каждый день продолжаю читать книги, но ни разу не читал электронную книгу. И не буду. Я не выбросил свою библиотеку и не собираюсь. Мне нужны книги рядом, как и люди.

Наш отец был технарем, еще в депортации окончил техникум механизации сельского хозяйства, но для этого ему

пришлось сказать, что он узбек. Он тоже любил учиться.

Мы с мамой вместе готовили, она любила салаты. У меня до сих пор хранятся книги «О вкусной и здоровой пище» 1951 года и «Блюда народов мира». А из журналов «Работница» и «Крестьянка» мама вырезала все полезные советы по садоводству. Детство! Рой воспоминаний! Я мог бы говорить о маме бесконечно. С праздником, дорогие!

**Ахмат САРБАШЕВ, инспектор дорожно-патрульной службы г.о. Нальчик:**

- Я живу с мамой, и это мое счастье. В доме у нас четыре поколения: бабушка, мои мама и отец, мы с супругой и четверо наших детей. Мой семилетний сын Мурат души не чаает в бабушке, больше всех с ней общается. Собираемся за столом и даже тесновато, но я каждый раз думаю: какая счастливая теснота! Недаром прежде были многопоколенные семьи, это модель радости!

**Мурат ЧОФАНОВ, студент третьего курса Сасовского имени Героя Советского Союза Г.А.Тарана летного училища гражданской авиации - филиала Ульяновского института гражданской авиации:**

- Я мечтал о небе. Эта мечта зародилась в горах, когда гостил у бабушки в Верхней Балкарии, и во время прогулок в родном Бабугенте. Небо притягивает. Я говорил о своей мечте с родителями, и мы вместе решили, что буду учиться в Бабугентской кадетской школе-интернате. В интернате у нас был грамотный воспитатель – военный летчик Арсен АТОВ. Я говорил с ним о небе и своей мечте. Наше общение утвердило меня в мысли: буду поступать! Но в Сасовском летном училище оказался огромный конкурс. Родители жили со мной полтора месяца. Мы прошли все испытания: и физподготовку сдали, и экзамены. На последнем этапе с каждым отдельно просто разговаривали. Мама мне сказала: «Обязательно в беседе ты должен упомянуть имя своего воспитателя Арсена Атова, он помог тебе утвердиться в выборе, дай уверенность, что сможешь поступить и стать летчиком, когда все отговаривали. Он работал с тобой. Упомяни его имя!» И вот беседа. Я сказал о своем наставнике. Экзаменатор посмотрел на меня и добавил целый балл! Когда даже полбалла решали судьбу абитуриентов. Я понял: надо уметь быть благодарным. Важны не только знания, но и человечность. Мама дала мне ценный совет. Сейчас я счастлив, это моя стихия. Уже начались тренировочные полеты. Спасибо, мама!

Елена АППАЕВА

## ЖЕНЩИНА-БЕРЕГИНЯ. КТО ОНА?

(Продолжение. Начало на 3-й с.)

Сегодня мы перепутали роли. Женщины стали мужеподобными, но при этом не превратились в мужчин. Мужчины расслабились и прочно заняли место на диване, за широкой спиной своих женщин. И только мы сами можем это изменить, вернувшись на свое место, начав играть свою роль, вспоминая то, что все еще живет внутри нас.

Берегиня – это женщина, через которую проходит связь поколений, обладающая мудростью и чуткостью для того, чтобы направлять свою семью, заботиться о ее процветании и счастье. Берегиня наполнена женской силой и мудростью, которые помогают ей поддерживать связь с предками, родом, исправлять ошибки прошлых поколений, чтобы ее семья, дети и потомки были счастливы и здоровы.

### ЖЕЛАНИЕ ЗАБОТИТЬСЯ И ПОНИМАТЬ ДРУГ ДРУГА

О коренных причинах неудач в семейной жизни и способах их устранения рассказала психолог Комплексного центра социального обслуживания населения в Майском районе МТ и СЗ КБР Ирина СМОТРИНА.

- Многие, вступающие в брак, часто не осознают того, что семейные отношения – не только совместное проживание и рождение детей, но и умение, желание заботиться и понимать друг друга, дарить счастье. По каким

же причинам возникает психологический конфликт в семье? Конфликтная ситуация – это столкновение противоположных, а иногда и враждебных потребностей, позиций, взглядов, мнений и интересов. Существует несколько частых типичных причин, провоцирующих конфликтные ситуации практически в любой семье. К ним относятся абсолютно разные взгляды на совместную жизнь, неудовлетворенные потребности, супружеские измены, пьянство одного из партнеров, отсутствие уважения партнеров друг к другу, неучастие в быту и воспитании детей, эгоизм супругов, чрезмерная ревность и т. п.

Семей без конфликтов, особенно молодых, практически не бывает. Личность находится в устойчивом конфликте даже с самой собой. Конфликтные ситуации в семейных отношениях могут быть абсолютно разными. Они встречаются между супругами, детьми, нередко также и конфликты поколений в семье. Довольно распространенное явление – конфликтные ситуации, возникающие в семье между детьми. Дети конфликтуют со старшими или младшими братьями и сестрами, чтобы попытаться отстоять собственную позицию и привлечь внимание взрослых и перетянуть на свою сторону. Ссоры между детьми в семье служат так называемым индикатором семейных отношений. Если они случаются часто, значит, в семейных отноше-

ниях не все хорошо. Единственное решение конфликтов в семье, которые происходят между детьми, заключается в их игнорировании. Дайте им разрешить проблему самостоятельно.

Как избежать конфликтов в семье между супругами? Нужно понимать, что конфликты – такая же неотделимая часть семейной жизни, как и общение, быт, досуг и т. д. Поэтому конфликтных ситуаций следует избегать, а стараться конструктивно решать их с использованием аргументированных фактов, при этом не применяя категоричности, обобщения и максимализма. Не нужно вовлекать в конфликты посторонних людей или других членов семьи, если они их касаются напрямую. Следует понимать, что благоприятный климат в семье зависит только от поведения, целей и желаний супругов, а не от других людей. Посторонние могут скорее стать катализатором или детонатором разрушающего конфликта, чем помочь.

Преодоление конфликтов в семье и их предупреждение заключается во взаимопомощи супругов и принятии другого человека таким, каким он является в реальности. Принимайте трудности за благо, так как их совместное преодоление сплачивает людей. Цените мелочи. Незначительные, но частые сюрпризы, знаки внимания не менее важны, чем дорогие подарки, которые могут скрывать за собой равнодушие, холодность и

неверность. Научитесь прощать и забывать обиды, будьте терпимее друг к другу. Зачем вспоминать то, что однажды уже нарушили ваши взаимоотношения и что следует поскорее забыть, если вы решили простить человека. Не навязывайте собственные требования, старайтесь во что бы то ни стало оберегать достоинство партнера. Цените недолгую разлуку. Она позволяет соскучиться и помогает понять, насколько сильна любовь.

Таким образом, при возникновении конфликтов в семье супруги должны услышать друг друга, сделать шаг навстречу, попытаться прийти к компромиссу. Всегда есть возможность обратиться в этой ситуации к психологу, который выслушает, даст рекомендации по стабилизации психологического микроклимата, улучшению взаимопонимания, терпимости по отношению друг к другу.

А вот еще одна сложная ситуация: у молодых еще родителей дети взрывают и создают свои семьи. Рождение первых внуков обычно застает многих людей среднего возраста врасплох. Они еще не готовы к новой роли, потому что живут полноценной активной жизнью и еще полны амбиций. А дочки или сыновья вдруг понимают, что совсем не вовремя оказались скованными по рукам и ногам. Им еще надо учиться, необходимо работать, да и молодые не понимают, что вся ответственность за воспитание ребенка лежит только на них, им тяжело оказаться запертыми в четырех стенах. Не понимают они и того, что дедушки и бабушки тоже полны энергии, у них

### • АКТУАЛЬНО

есть какие-то свои планы, да и работа в этом возрасте еще практически все. И здесь нужен совет мудрой женщины – мамы.

Сегодня семья почему-то не в приоритете. Бизнес, успех и деньги для многих стали целью номер один. Но мы должны уделять внимание самому главному – нашим родным и близким. Все остальное может подождать. Только тогда семейный конфликт станет редким «гостем» в вашем доме.

\*\*\*

О правилах создания и умелого поддержания семейного очага говорили протоиереи Сергей ДМИТРИЕНКО и псаломщик местной религиозной организации православного прихода ст. Александровской Надежда ДМИТРИЕНКО, а о роли учреждений культуры в сохранении семейных традиций – директор ДК «Октябрь» ст. Александровской Кулистана ГОРБУЛИНСКАЯ.

### ЗА БОЛЬШОЙ ВКЛАД В ЖЕНСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

В рамках «круглого стола» от имени Союза женщин КБР подарки вручены трем активисткам за большой вклад в женское движение и многолетний добросовестный труд. Это Таисия СУХИНИНА – председатель совета женщин станции Котляревской, Наталья ПОЛОНСКАЯ – активистка совета женщин при администрации Майского района, старшая медицинская сестра ЦРБ, Ирина КРИВАЯ – активистка совета женщин при администрации Майского района, сотрудник правоохранительных органов.

Ольга КАЛАШНИКОВА

**- Анорексия - это расстройство или заболевание?**

- Анорексия, или нервная анорексия, к сожалению, достаточно распространенное на сегодняшний день расстройство пищевого поведения, которое характеризуется патологическим страхом полноты, лишнего веса и ожирения. Это заболевание, которому присвоены коды согласно Международной классификации болезней (МКБ), принятой ВОЗ, и Диагностическому и статистическому руководству по психическим расстройствам (DSM) Американской психиатрической ассоциации. Если говорить бытовым языком, анорексия буквально переводится как отсутствие аппетита.

**- Когда об анорексии впервые заговорили специалисты?**

- Самое раннее медицинское описание симптомов анорексии в 1689 году приписывают английскому врачу Ричарду МОРТОНУ. Но в качестве патологического состояния здоровья анорексия была признана медицинским сообществом в 1873 году, после того как личный врач королевы Виктории - сэр Уильям ГАЛЛ опубликовал статью с подробным описанием случаев и методов лечения, где ввел понятие «нервная анорексия». И только в конце XX века благодаря книге психоаналитика Хильде БРУХ «Золотая клетка: загадка нервной анорексии» на это заболевание обратило внимание мировое сообщество психотерапевтов и психологов. А широкое распространение и освещение в СМИ вызвала смерть от сердечной недостаточности вследствие анорексии популярной певицы Карен КАРПЕНТЕР в 1983 году.

Массовый характер анорексия приобрела в связи с распространением и доступностью интернета, особенно вследствие развития социальных сетей и тематических групп в них. Огромную численность и популярность стали набирать, например, в России группы с такими названиями, как «40 кг». Началась популяризация неестественной худобы. Неуверенные в себе девочки находят себе единомышленников, которые «щедры» делятся информацией, как стать «лучше», «красивее», используя свое тело. Идет огромный поток демонстративных фотографий «идеальных» параметров тела и веса, и, конечно, подростки, которые не обладают в достаточной степени критическим мышлением, воспринимают эту информацию в качестве достоверной, рисуя в своей голове патологический «идеал», и стремятся к нему любым методом. Особенно, по моим наблюдениям, подвержены анорексии подростки-перфекционисты.

Манифестация анорексии, как правило, происходит в пубертатном периоде. Но предпосылки могут быть заметны уже в раннем школьном возрасте. В большей степени анорексии подвержены девочки-подростки. Это страшное заболевание начинается с банальных мыслей о собственной неполноценности, неприятии себя, своего тела и внешности.

Корни всех расстройств пищевого поведения, в том числе анорексии, необходимо искать в нарушении детско-родительских, а если быть конкретнее детско-материнских отношений. Говоря об отношении мамы к ребенку, мы видим либо гипопротекцию (недостаток заботы и опеки), либо гиперпротекцию (сверхконтролирующую заботу и опеку). Как правило, отец в таких семьях отсутствует либо физически, либо эмоционально.

В случае недостатка заботы, внимания и любви подросток неосознанно уничтожает таким образом себя, не ощущая свою нужность главному человеку - маме. Но чаще всего на развитие анорексии оказывает влияние «душающий» тотальный контроль всех сфер жизни без возможности принимать собственные решения ни в каких вопросах. И в этом случае получается, что тело - единственный способ проявления самоконтроля, осознания себя личностью с собственным мнением, своеобразная «зона собственной власти» подростка.

Если рассматривать психосоматический посыл, могу описать анорексию как прогрессирующее уменьшение объемов тела с целью демонстрации, что кто-то другой проживает жизнь за «анорексика».

**- Как влится это заболевание на будущее здоровье? Насколько последствия бывают обратимыми или необратимыми?**

- Дело в том, что анорексия - это вид аутоагрессии, направленной на самого себя.

**• ЕСТЬ ВОПРОС**

# АНОРЕКСИЯ

## КАК ОПАСНОЕ ДЛЯ ЖИЗНИ ЗАБОЛЕВАНИЕ НАЧИНАЕТСЯ С БАНАЛЬНЫХ МЫСЛЕЙ О СОБСТВЕННОЙ НЕПОЛНОЦЕННОСТИ



**Международный день борьбы с анорексией во всем мире отмечается в ноябре. Эта дата известна и как День без диет. Первые описания этого тяжелого нервного заболевания, приводящего к полному истощению организма, способному привести к летальному исходу, приходятся еще на XVII век. Однако в тот период нервная анорексия была большой редкостью. Она начала превращаться в своего рода бич молодых женщин и девушек в XX веке. Большую роль в распространении нервной анорексии сыграло само общество, устанавливающее стандарты моды и красоты. Исчезновение с обложек модных журналов женщин с естественной красотой и фигурой, выходы на подиумы все более стройных моделей, чей внешний вид на отдельных показах уже начинал напоминать фотографии людей, страдающих от голода, муссирование в СМИ вопросов борьбы с избыточным весом, мода на всевозможные диеты и призывы к похудению привели к тому, что начало набирать темп новое заболевание, не менее страшно, чем излишний вес и ожирение.**

**Наш собеседник - клинический психолог Бэла БОЗИЕВА.**

Отказ от еды неминуемо разрушает тело, а если не предпринять меры медицинского и психологического лечения, возможен, к сожалению, и летальный исход.

Нервная анорексия - опасное заболевание оказывающее влияние не только на работу внутренних органов, но и сопровождающееся угнетением и изменением работы сознания. Проблема в том, что больной анорексией не осознает собственного состояния. Даже достигнув критической массы тела, продолжает считать себя недостаточно худым. Это искаженное восприятие себя, своего отражения в зеркале. Чем быстрее начнется лечение, тем ниже риск смерти и даже суицидального исхода.

Положительный результат психотерапии, конечно, возможен, но важно подчеркнуть, что это достаточно длительный и сложный процесс. В первую очередь работа идет с такими эмоциями пациента, как безысходность, тоска и страх. Если пациент - ребенок или подросток, работа обязательно должна идти и с родителями в том числе. Особенно хочу отметить, что лечение анорексии - это комплексная работа психолога, психиатра, диетолога, эндокринолога, а при необходимости и курс лечения в стационаре.

**- Актуальна ли эта проблема для республики? Можно привести какую-то статистику и рассказать о наиболее запомнившихся случаях?**

- К сожалению, мне на глаза не попадалась какая-то подробная статистика анорексии в нашей республике, более того, я не встречала каких-либо глубоких исследований анорексии на местном уровне. Поэтому пока это заболевание - огромный неисследованный пласт для специалистов Кабардино-Балкарии. Но проблема, конечно же, актуальна.

Лично в моей практике больший процент расстройств пищевого поведения все-таки принадлежит булимии, но случаи анорексии тоже есть, и они не единичны. Случай из практики: девочка пятнадцатилет. Зашла ко мне в кабинет под пристальным, я бы сказала, приказным взглядом мамы. Одета вся в черное, капюшон толстовки натянут так, что не видно глаз. При этом, к сожалению, мама абсолютно отрицает свою роль в развитии патологического состояния ребенка. Первое, о чем я подумала: только бы не спугнуть

ребенка! Ее путь к этому заболеванию был сложным, трансформация шла от компульсивного переедания и булимии к анорексии. Сложный, комбинированный случай. Яркое неприятие себя началось в девять лет после неосторожно брошенной мамой фразы о внешнем виде и полноте. Она начала самостоятельно искать выход из ситуации, нашла сообщество подростков с проблемами веса. Перепробовала диеты, разные методики очищения после еды. В итоге пришла к выводу, что лучше вообще не есть. К огромному счастью, результаты комплексной работы уже налицо.

**- На что в первую очередь должны обращать внимание родители?**

- Родителям важно понять, что анорексия, да и вообще любые пищевые расстройства - это не каприз ребенка. Часто вижу, как родители выставляют ультиматумы ребенку, угрожая лишением общения с друзьями, любимыми хобби и так далее. Важно понять, что ребенок не в состоянии только силой воли преодолеть данный диагноз. Какие-либо ограничения и угрозы только замкнут его, заставят лгать и скрывать свое состояние.

Важными звончками еще до видимой потери веса могут быть бесконечные взвешивания, критическое отношение к себе и своему телу, изменение пищевых предпочтений и привычек, заинтересованность диетами и разными средствами для похудения, чрезмерная заиклиненность на собственном весе. У ребенка может происходить подмена понятий худой - хороший, толстый - плохой. При этом поведение ребенка будет подавленным и депрессивным. Важно понимать, что недостаток питания ведет к дефициту, который будет сказываться как на работе мозга (страдает эмоциональная сфера), так и на общей работоспособности ребенка. Он будет рассеянным, постоянно уставшим и апатичным.

Необоснованная потеря веса - яркий признак того, что надо срочно идти к врачу, который направит на анализы и назначит консультацию клинического психолога. Для профилактики важно разговаривать со своим ребенком каждый день, интересоваться им и его жизнью не формально, а искренне, по-настоящему.

**Ольга КАЛАШНИКОВА**

**• НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ**



В Международный день недоношенных детей телебашня в Нальчике окрасилась в фиолетовый, являющийся цветом Европейского фонда заботы о новорожденных пациентах и благотворительного фонда помощи недоношенным детям «Право на чудо». Также в фиолетовый подсветили здание Перинатального центра Минздрава КБР.

Международный день недоношенных детей отмечается ежегодно 17 ноября по всему миру, чтобы повысить осведомленность о преждевременных родах и привлечь внимание к проблемам недоношенных детей и их семей. Ежегодно на планете около 15 миллионов детей рождаются недоношенными, в среднем это каждый десятый ребенок из рождающихся.

Недоношенным считается ребенок, если он родился до 37-й недели беременности. Причины преждевременных родов могут быть связаны с наличием у женщины хронической соматической патологии, преждевременных родов в прошлом, вредными привычками или профессиональной вредностью на производстве, наличием у матери внутриутробной инфекции. Бывают случаи, когда установить причину не удается. Среди всех недоношенных детей особые сложности со здоровьем отмечаются у детей с экстремально низкой массой тела (менее 1 кг). Для выхаживания таких малышей необходимы сложная аппаратура, дорогостоящие медикаменты, высококвалифицированный медицинский персонал и, конечно, бесконечная любовь и терпение родителей.

Как известно, все новорожденные дети достаточно уязвимы, но недоношенные особенно. Проблема преждевременных родов остается одной из основных, недооцениваемых обществом. Современный уровень медицины позволяет таким детям не только выживать, но и полноценно развиваться. Однако должно пройти определенное время, прежде чем такие малыши начинают самостоятельно питаться и смогут покинуть родильный дом.

Выхаживание недоношенных детей требует специфического высокотехнологичного и наиболее интенсивного ухода, а экономические затраты на лечение и выхаживание просто не сопоставимы с затратами на выхаживание родившихся в срок. Кроме того, рождение недоношенного ребенка - серьезнейший стресс для родителей, которые нуждаются не только в материальной и физической поддержке, но и в психологической помощи, ибо выхаживание и воспитание детей, родившихся недоношенными, требуют особых знаний, навыков, терпения, настойчивости и ответственности не только от медиков, но и от родителей.

## МЕДУЧРЕЖДЕНИЯ КБР ПОПОЛНЯЮТСЯ КАДРАМИ

По госпрограмме развития здравоохранения РФ «Земский доктор/земский фельдшер» в Кабардино-Балкарии в 2022 году запланировано трудоустройство 29 специалистов. 26 медработников уже трудоустроены в амбулатории населенных пунктов Баксанского, Терского, Майского, Урванского, Лескенского, Зольского и Прохладненского районов. Среди специалистов - 19 врачей и семь фельдшеров скорой медицинской помощи. Еще трех специалистов трудоустроят до конца года, сообщает Минздрав КБР.

В сообщении отмечается, что программа «Земский доктор» позволяет молодым медикам получать субсидии, а медицинской отрасли выправлять кадровый дисбаланс. Министр здравоохранения КБР Рустам КАЛИБАТОВ отмечает положительную динамику увеличения числа врачей, работающих в сельских медицинских организациях. В Кабардино-Балкарии по программе «Земский доктор» в 2019-2021 годах было трудоустроено 110 врачей разного профиля.

**Наталья АЛЕКСЕЕВА**



## ДЕВОЧКА ИЛИ МАЛЬЧИК?

В то время, когда все родители хотят узнать пол ребенка как можно раньше, я хотела как-то выделиться и оставить эту информацию тайной для себя и родных. Пусть будет сюрприз, думала я.

На первом УЗИ сразу предупредила специалиста, что ничего не хочу знать, кроме факта, что все хорошо. Молодая девушка, проводившая процедуру, сильно удивилась и переспросила, уверена ли я. Соблазн был большой, но я устояла и твердо отказалась от подробной информации. То же самое произошло и в кабинете врача.

Так прошло девять месяцев, по дороге в роддом я была в радостном предвкушении, кто же у меня будет: дочка или сын?

По приезду меня осматрели, завяли что сама не справлюсь, предложили кесарево сечение. Так как выбора не было, я согласилась.

Следующее, что помню, как вернулось сознание, а рядом слышны два младенческих голоса. С трудом оглядываюсь, но другой мамы в палате нет, откуда тогда два голоса? Может, я еще не отошла от наркоза и мне мерещится? Надо было повернуть голову в другую сторону, что было непросто. Казалось, на это ушел целый час. В итоге вижу, что в кроватке рядом с моей кроваткой не один, а два свертка. Как так, у меня двое детей? Точно двое, пеленки с разным принтом, значит, в глазах не двоится. Тут заходит старшая сестра, улыбаясь на все тридцать два зуба и сообщая, что у меня родились мальчик и девочка! Двойняшки! Слезы брызнули из глаз от нахлынувших эмоций. Разве так бывает? Это же настоящее чудо. Моё тело после наркоза меня не слушалось, и я не могла прыгать от радости, но затопила слезами счастья свою подушку. Когда узнали муж и семья, все так же плакали. Этот день был, наверное, самым счастливым в моей жизни. Что сказать, сюрприз удался. Кто бы мог подумать!

Марина Р.

## СОГЛАШАЙТЕСЬ СРАЗУ

У меня очень важный совет для всех молодых мам: если вам предлагают помощь, сразу же соглашайтесь. Помочь по дому или посидеть с малышом, приготовить обед - говорите «да». Говорю как мама, которая хотела обрести суперспособность успевать все на свете. Меня вдохновляли мамы-блогеры, которые с легкостью «делали все сами», выглядели как из салона красоты и знали все о детском массаже. Стоит ли говорить, что я потерпела полное фиаско в своих попытках одной рукой качать ребенка, а другой переворачивать комлеты. Попытки делать все и сразу привели к тому, что я просто панически металась по дому и ничего не успевала.

Бывало, уложу ребенка спать и иду готовить обед. Малыш просыпается, я бегу к нему и вспоминаю, что не загрузила стиральную машину. Учваю «короля», иду загружать. Ах да, на веревке же остались вещи, надо их снять и освободить место. Снимаю и вспоминаю, что на плите стоит мясо. Бегу на кухню, чтобы найти утюжки в скороводе вместо лангетов.

При этом отказывалась от любой помощи, считая, что стыдно нагружать родных.

Муж следил за этим цирком примерно неделю, затем сказал: или ты позволишь родным помогать тебе, или скоро сойдешь с ума. Не хотелось признавать, конечно, что я не справилась, но понимала, что так больше не может продолжаться.

Мне казалось, мир рухнет, если прилягу днем, оставив малыша сверкови, но нет. Земной шар был целым, и я была отдохнувшая. Постепенно научилась принимать помощь от родных и близких, иногда даже просить о ней. Раз я всегда помогаю чем могу, то почему бы и нет? В жизни кажется, что все, в принципе, понятно и просто, но элементарные вещи иногда ускользают от нашего внимания. Например, как могла не понимать, что семья - не то и семья, чтобы поддерживать друг друга и помогать, когда возникает необходимость. Казалось, что всех обременяю, что это я всем и все должна. Но нет, оказалось, могу положиться на родных и не беспокоиться, что меня поймут неправильно или осудят за лень. Это очень важно для меня.

Зарема В.

## Сложности и радости первых месяцев материнства

Когда в роддоме мне впервые принесли моего малыша, вспомнила высказывание: «Быть матерью - это как смотреть в подзорную трубу в одну точку». Я перестала видеть окружающий мир, когда взяла маленький сверток на руки. Наверное, это чувство не похоже ни на что, когда понимаешь, что безмерно любишь своего ребенка.

Первые месяцы материнства вспоминаются смутно, четко помню лишь постоянное желание спать. Мне так хотелось быть идеальной матерью, что иногда вела себя чересчур придирчиво по отношению к членам семьи, но они все понимали и старались успокоить меня. Однажды случилось так, что я очень устала за весь день, и сверков предложа взять малыша к себе на ночь, чтобы я отдохнула. Договорившись, что во время кормления она меня разбудит, легли спать.

Внезапно просыпаюсь среди ночи и вижу, что сына в кроватке нет. В легкой панике выбегаю из комнаты и начинаю осматривать дом. Ходить малыш пока не мог, значит, его кто-то унес, как я думала. Спустя минут пять и тонну потраченных нервов, наконец, вспоминаю, что мой карапуз мирно спит в комнате бабушки.

От сердца отлегло, и эти суеверные метания показались такими смешными, что меня накрыл истерический хохот. Я ушла на кухню, закрыла дверь и ржала, как конь, в полотенце, чтобы не разбудить друзей.

Успокоившись, поняла, что слишком сильно зацкливаюсь на ребенке. С тех пор стараюсь быть более адекватной и спокойной, хотя иногда все же жамать во мне просыпается и заставляет судить.

Карина П.

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

## В ожидании чуда

Так случилось, что в семье я младшая сестра, а в семье мужа - младшая сноха. Когда выходила замуж, все мои сестры и сособщицы уже были мамами, некоторые по несколько раз. Когда мы ехали за вещами для приданого, мне откровенно говорили, чтобы не покупала много вещей, все равно скоро «поправлюсь». Я смеялась в ответ и покупала приталенные платья. Мы с мужем решили отложить рождение детей на пару лет, пока я не окончу учебу, но они не знали об этом.

Но, говорят, дети не спрашивают, когда появиться на свет. Когда узнала о предстоящем материнстве, поняла, что теперь ношу маленькое существо, новую жизнь. Это было так необычно и трепетно, и вопреки своим представлениям было очень приятно.

Начиная с первых дней меня пугали понижением давлением, токсикозом, упадком сил, набором веса. Но у меня был некий обратный эффект, который делал меня сильнее. Я была как метеор, все делала по дому, училась и чувствовала себя прекрасно. Никаких лишних кило не набрала и не поправилась нигде, кроме зоны талии. Этот период был так прекрасен, что до сих пор, спустя несколько лет, вспоминаю месяцы беременности с теплотой. Хочется сказать всем, кто считает носить ребенка трудным делом: все зависит от вашего настроения. Думайте о хорошем, не верте всяким слухам и страшилкам. У всех период ожидания малыша протекает по-разному, этот отрезок жизни надо ценить как дарованный свыше.

Даяна Г.

## КАК МЫ ЕХАЛИ В РОДДОМ

Кто ехал в роддом спокойно, собрав заранее сумки, договорившись с врачом и четко высчитав периодичность схваток? Точно не я. Наш с мужем первый штурм родильного отделения был больше похож на вторжение диких лошадей.

Все началось ночью, дома. Я проснулась от небольших болей и разбудила мужа. Он вскочил, принялся лихорадочно одеваться и искать ключи от машины. Я же тем временем пыталась посчитать время между схватками. Неожиданно пронзила сильная боль, которая заставила меня закричать. Муж будто получил сигнал и принялся бегать по дому в панике, ища сумку в роддом, не зная, что ее нет. Я постоянно при нем говорила о ней, и нужно куда положить и все такое. Он подумал, что все готово, раз я так долго это обсуждала. А я, будучи суеверной, не стала покупать ничего заранее. Значит, кроме документов, у нас ничего не было. Прошло примерно полчаса, пока я соорудила, зачем он совершает пробы на второй этаж и обратно. Когда отсутствие багажа выяснилось, мы кое-как собрали мою одежду (муж положил что считал нужным) и поехали.

Теперь надо было найти круглосуточную аптеку, чтобы купить все необходимое. Хорошо, что была ночь и дороги без машин, иначе бы мы не доехали живыми. Я громко жаловалась на боль, муж управлял транспортом непонятно как. Наше состояние в тот момент можно было охарактеризовать одним словом: паника. Я была готова биться головой о стенку из-за своей суеверности. Как можно было не подготовиться, не собрать необходимое? Теперь мы ездил от одной аптеки к другой, собирая нужные вещи.

В конце концов, доехали до роддома, где из смотровой меня прямоком направили в родовую. А через полчаса уже появилась на свет наша дочка. Меня хвалил весь медперсонал за то, что переждала схватки дома. Я только улыбаюсь и вспоминала наши сборы в роддом. Действительно, пока тряслась в машине по всему городу, перенесла схватки легче и избежала нахождения в общей комнате рожениц и долгого ожидания под капельницей. Говорят же, ничто не случается просто так.

Жанна И.

## БЫТЬ МОДНОЙ С МАЛЫШОМ МОЖНО И НУЖНО!

Вы - молодая мама? Поздравляю! Просто помните: с появлением ребенка вся жизнь перекраивается под маленького члена семьи. Времени на себя становится гораздо меньше. Позволить себе покрутиться у зеркала долгое время, выбирая очередной наряд, практически нет возможности. Джинсы, футболка и кеды становятся ежедневной реальностью. Это не так плохо, если в гардеробе присутствуют и другие вещи. А если нет?

Как выглядеть стильно и не жертвовать комфортом, на что обратить внимание при выборе одежды и как составить капсулу для молодой мамы? Советы стилиста Валентины КОНЧАКОВОЙ пригодятся многим.

Все мы разные, и это априори не зависит от того, в какой жизненной ситуации находимся. Важно оставаться собой при любых обстоятельствах. Одна очень активная, ходит с малышом повсюду, посещая различные выставки и музеи, другая большую часть времени проводит дома с семьей, занимаясь развитием малыша. Кто-то постоянно передвигается на авто, а кто-то больше предпочитает пешие прогулки с коляской по парку. Кто-то доволен своей фигурой, а кто-то хочет в своей чести то скорректировать. Поэтому основа гардероба зависит от индивидуальности женщины, типа ее фигуры, образа жизни и ее предпочтений. Универсальный список вещей здесь не работает. Я же дам ориентиры и принципы составления гардероба, который поможет вам составить капсулу для себя самостоятельно. Для начала разберемся, что

такое капсульный гардероб и в чем его преимущество?

Капсульный гардероб - это набор предметов одежды (от шести до 15 единиц), которые идеально сочетаются друг с другом, создавая при этом большое количество разных образов.

Если какая-то вещь выходит из строя, ей находят достойную замену, которая гармонично будет сочетаться со всеми предметами комплекта.

Преимущества такого гардероба: 1. Всегда есть что надеть. При наличии 12 вещей можно составить около 30-40 «луков», добавив аксессуары и акцентные детали в каждый из них. Чтобы образы были максимально разнообразными, важно выбирать вещи разного типа, кроя, фактуры, цвета и фасона. 2. Все вещи гардероба «работают» и не пылятся на полках. Капсульный гардероб исключает избыточные покупки ненужных вещей. 3. Всегда актуальные образы. Рекомендуется выбирать вещи, которые не сильно подвержены влиянию моды. 4. Экономия бюджета. Покупки спланированы заранее, и вы всегда

знаете, что купить. 5. Экономия времени и нервов на сборы. Гардероб должен составлять так, чтобы любые вещи, которые «выпали» на вас из шкафа, гармонично сочетались между собой.

С чего начать формирование капсульного гардероба для молодой мамы в декрете? Гардероб молодой мамы отличается от других тем, что преимущественно предпочтение отдается комфортным и универсальным вещам. Для начала выбираем вещи, вокруг которых будем создавать образ. Начнем с «низов». Для примера возьмем базовые джинсы из плотного денима прямого кроя с высокой посадкой. Они станут той самой палочкой-выручалочкой, поскольку одинаково хорошо смотрятся как в дневных образах, так и в вечерних. Кожаные черные брюки будут ярким элементом в гардеробе и не оставят молодую маму без внимания. А еще добавим юбку или платье длиной чуть ниже колена, что добавит женственности в любой образ. Для кормящих мам рекомендую обратить внимание на белье для кормления. Это не только удобно,

но и бюстгальтер максимально правильно поддержит форму наливающей груди, подчеркнет ее красоту и добавит комфорта. Следующим этапом является подбор «верхов» с расчетом три «верха» на один «низ», которые соответствуют следующим критериям: 1. Легко сочетаются со всеми «низами». 2. Лаконичный крой для лучшей вариации. 3. Модели различного кроя, фактуры и цветов. 4. Должны выполнять роль как самостоятельной единицы, так и нижнего слоя.

Футболки, топы, блузы, рубашки, свитшоты, худи - можно все, в чем вам комфортно. В качестве второго слоя используйте джинсовую рубашку, кардиган и жакет. Не забывайте о стиливых приемах, таких как многослойность. Например, водолазку надеваем под рубашку, накинув свитер на плечи.

Для более прохладного времени понадобятся верхняя одежда. Здесь можно сделать выбор в пользу кожаной куртки-косухи для расслабленных комплектов или пальто-хал для более женственных образов.

Шляпы, кепки, сумочка кросс-боди или рюкзаки, очки, ремни, часы, браслеты, серьги, подвески и т.д. - все это сделает ваш образ более законченным и интересным.

Подготовила Мадина БЕКОВА





Октябрь - самый музыкальный месяц в Нальчике: теплая осень, прозрачный воздух, кружение опадающих листьев, невероятно красивая игра света и тени. Именно в октябре этого года, седьмого числа, душа талантливого музыканта ДАВЫДОВА Эдуарда Сергеевича покинула этот бренный мир, оставив после себя яркий след на музыкальном небосклоне Кабардино-Балкарии.

## ЖИЗНЬ - ПОСВЯЩЕНИЕ МУЗЫКЕ

• ПАМЯТЬ

Внезапно обрушившееся горе, отчаяние, боль утраты сковывают речь и надрыгают сердце. Это немота горя. Но сейчас, по истечении 40 дней, я хотела бы рассказать об этом удивительном, неординарном человеке, который жил среди нас, дарил свое тепло, искрящийся юмор и мудрость всем, с которым меня свела судьба 28 лет назад.

Эдуард Сергеевич был потомственным музыкантом, сыном известного в послевоенной Кабардино-Балкарии трубача Сергея Артемовича ДАВЫДОВА (ТЕР-ДАВИДЯНА). Дети войны – что только не испытало это поколение! Эдуарду Сергеевичу выпала горькая доля быть несовершеннолетним узником фашистских лагерей. Война для него закончилась под шквальным огнем Кёнигсберга, когда убегающие от Советской Армии фашисты просто не успели расстрелять женщин и детей лагеря. Уцелели чудом. Потом были долгие три месяца пути, когда мама, Александра Филлиповна, с двумя детьми пешком шла через всю израненную, разрушенную войной страну на юг, в Тбилиси, к бабушке. Эта «печать» войны закроет перед Эдуардом все двери вузов, несмотря на блестящие школьные знания по всем предметам и отличный аттестат (в те годы был неофициальный запрет на обу-

чение детей, попавших на оккупированные территории во время Великой Отечественной войны), лишит возможности быть военным летчиком и авиаконструктором. Но музыка... Его не смогли лишить музыки, его спасения и вдохновения на протяжении всей жизни. Она была всегда рядом, окружала его с детства, он впитывал ее в себя, посещая репетиции оркестра филармонии, театра, цирка, где работал отец, она заполняла все дни, когда учился игре на виолончели в музыкальной школе. Игрой на контрабасе Эдуард овладел самостоятельно, а усердные репетиции привели к большому успеху. Он пронес любовь к этому инструменту через всю жизнь. Поступив в Нальчикское музыкальное училище, совмещал учебу с работой в симфоническом оркестре. Он не мог не работать: в 1959 году умер его отец, он остался единственным мужчиной в семье, помогал матери и двум сестрам. Будучи студентом, преподавал игру на контрабасе в музыкальном училище. В 1966 году поступил в Московский институт имени Гнесиных, но был вынужден прервать учебу по семейным обстоятельствам.

Более полувека Эдуард Сергеевич верно служил музыке, был концертмейстером, работал в симфоническом оркестре Кабарди-

но-Балкарской государственной филармонии и Музыкальном театре, неоднократно приглашался в другие оркестры за пределами республики, работал с известными дирижерами Д. ТЮЛИНЫМ, А. ШАХГАЛДЯНОМ, В. АЙВАЗОВЫМ, Ю. АЛИЕВЫМ, И. ШЕРБАКОВЫМ, Х. АФАУНОВЫМ, Б. ТЕМИРКАНОВЫМ, П. ТЕМИРКАНОВЫМ. Ушел из филармонии, оставаясь лучшим контрабасистом, на пике творческих сил, не заработав званий, оставаясь все таким же требовательным к работе, принципиальным и бескомпромиссным, большим профессионалом, человеком абсолютной внутренней свободы, скромным и глубоко порядочным.

Мы встретились, когда большая часть его пути была уже пройдена, но вместе прожитое время – годы счастья, любви и понимания. Яркие грани таланта Эдуарда и его доброта вдохновляли всех, кто был рядом с ним, согревали сердце. Он был лучшим другом, любящим отцом и мужем, настоящим мужчиной. Светлая печаль наполняет сердца близких благодарностью судьбе за счастливые годы, проведенные вместе, за радость общения с этим светлым и мудрым человеком. Ему было 82 года.

Светлана МАМОНОВА (ДАВЫДОВА).  
Фото автора

## ИНТЕРНАТ ПРИНИМАЛ ГОСТЕЙ

На прошлой неделе Специальная (коррекционная) школа-интернат №2 Минпросвещения КБР в ст. Приближной Прохладненского района отметила свой 85-летний юбилей. По такому знаменательному случаю школа принимала гостей и поздравления, организовала праздничный концерт с участием своих воспитанников.

Перед началом грандиозного концерта, проходившего в сельском доме культуры, для почетных гостей – министра просвещения и науки КБР Анзора ЕЗАОВА и руководителей интернатных учреждений Минпросвещения КБР директора школы Вячеслав ЛАВРОВ организовал небольшую экскурсию по учебному заведению. Интернату есть что показать и чем гордиться. В прошлом году в рамках нацпроекта «Образование» здесь открылась «Доброшкола». Для воспитанников созданы оснащенные современным оборудованием мастерские – швейную и столярную. В них дети получают предпрофессиональные навыки по данным компетенциям, наглядно продемонстрировали свои успехи на организованной при школе выставке работ. Уровень их исполнения впечатляет. Работники школы-интерната уверены, что эти навыки непременно помогут ребятам найти свое место в жизни и принести пользу своим семьям и обществу. А еще они хотели бы в будущем принимать участие в различных профессиональных конкурсах.

Кабинеты психолого-педагогического сопровождения и коррекционной работы с обучающимися с ОВЗ также оснащены современным оборудованием. Маленькая Амина, которая в этот момент занималась в кабинете психолога, покорила всех своей улыбчивостью. Она без тени застенчивости, присущей детям ее возраста, принимала всеобщее внимание и сказала, что ей нравится заниматься на ярких, интересных и развивающих тренажерах. Одна из главных задач педагогов коррекционной школы – раскрепостить детей, дать им почувствовать себя полноценными членами общества и, конечно же, научить общаться не жемствами, а звуками. Обновлен и актовый зал интерната. Вячеслав Лавров рассказал об истории создания и становления учебного заведения. Началась она в 1937 г. в станице Екатериноградской Прохладненского района КБАССР, когда в доме бывшего купца ДОРОХОВА была открыта республиканская школа-интернат для глухонемых детей. До 1939 г. в ней работали четыре учителя и четыре воспитателя. В годы Великой Отечественной войны школу перевели в станицу Приближную в здание бывшей церковно-приходской школы. На период оккупации учеников отправили домой, а имущество раздали на хранение жителям станицы. Здание школы было частично разрушено, после освобождения все работники школы-интерната восстанавливали и ремонтировали учебные и подсобные помещения, чтобы в новом 1943-1944 учебном году можно было возобновить работу школы. В это время в школу прибыли новые педагоги, здесь обучались 39 учеников.

А уже в 1972 г. был построен двухэтажный учебный корпус со спортивным залом и столовой. В 1970-е годы многие учителя и воспитатели поступили в высшие учебные заведения и получили специальное дефектологическое образование. В 1990 г. был сдан в эксплуатацию новый спальный корпус на сто двадцать мест. И вот спустя 85 лет мы сидели в помещении той самой церковно-приходской школы, отремонтированной и оснащенной инновационной техникой. На достигнутом здесь планируют не останавливаться. В ближайшие годы во всех помещениях школы будет проведен капитальный ремонт.

Торжественное мероприятие продолжилось в ДК ст. Приближной, где уже собрались все станичники. Со сцены прозвучало много теплых слов в адрес коллектива образовательного учреждения. Поздравляли и выразили слова признательности и присутствовавшим ветеранам педагогического труда, работавшим когда-то в школе.

Анзор Езаов вручил почетные грамоты за многолетний плодотворный труд ряду сотрудников. Грамоты и денежные премии вручили и республиканский профсоюз нескольких педагогов школы. Со словами поздравлений выступили глава Прохладненского муниципального района Владимир БИРЮКОВ и делегация из аналогичной специальной школы-интерната Ингушетии.

Поздравления сменялись творческими номерами. Среди выступивших были как творческие коллективы станицы, так и воспитанники СКШИ №2. Они представили хореографические композиции и песни на жостовом языке. Отличительной особенностью этих номеров были особая динамичность, экспрессия и энергетика, которая исходила от артистов, заполняла весь зрительный зал и волной возвращалась на сцену. Такой ментальной связи между выступившими и залом мне еще ни на одном концерте не доводилось наблюдать. Песню «Встанем» в исполнении выпускника школы Арсена КУМЫКОВА зал слушал стоя, а некоторые зрители даже прослезились. Финальный номер «Мы вместе» в исполнении коллектива школы-интерната тоже никого не оставил равнодушным.

Гости развлеклись, а станичники, для которых школа-интернат больше чем учебное заведение, еще долго стояли у ДК, обсуждая день сегодняшний и планы на будущее. Для многих они связаны с их детьми, которые учатся жить в стенах коррекционной школы.

Алена ТАОВА.  
Фото автора



• В РАЙОНАХ РЕСПУБЛИКИ

## ПРОЗА ЗАУРА КАНКУЛОВА - ВКЛАД ПИСАТЕЛЯ В КЛАССИКУ АДЫГСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

В нальчикском издательстве М. и В. Котляровых вышла книга Заура КАНКУЛОВА «Затерявшийся в городе». Рассказывает главный редактор издательства Виктор КОТЛЯРОВ:

– Заур, родившийся в 1967 году, прожил всего 25 лет. Прошло 30 лет после его трагического ухода из жизни в 1992 году, а написанное им – повесть «Затерявшийся в городе» и пять рассказов не просто восстребовано, но и находит живой эмоциональный отклик у всех, кто обращается к его трудам. Дело в том, как писала известный литературовед Нина ШОГЕНЦУКОВА, что его творчество – явление яркое и уникальное в кабардинской прозе, не имеющее аналогов. В повести и рассказах запечатлена история адыгов в ее главных переломных моментах, дана пронзительная по своей силе и глубине постижения картина сегодняшнего духовного состояния нации. Сложная философская, нравственно-этическая наполненность прозы Канкулова требовала особой формы воплощения, и он великолепно нашел для нее художественный аналог в составляющих категориях фантастического и игрового, амбивалентной символик, смене «точек зрения» в тексте, богатой палитре приемов письма, вплоть до метода «потока сознания». Поэтому вклад писателя в классику адыгской словесности останется. Нет сомнения, что эту высокую оценку разделит каждый, кто ознакомится с творческим наследием Заура Канкулова. Помимо повести, давшей название книге, в нее вошли пять рассказов – «Светлая копьот», «Одно утро Аминат», «Разговор в ночи», «Миром правит капитал», «Сон». Произведения переведены на русский язык Ларисой МАРЕМКУЛОВОЙ.

Книге предшествует обширное предисловие Нины Шогенцуковой «Мы в этом мире пребываем недолго», глубоко и всесторонне анализирующей дар, оставленный нам Зауром Канкуловым.

Также в сборнике помещены исследовательские статьи литературоведа Инны КАЖАРОВОЙ, рассматривающей мотив неприкаянности и художественно-философскую трансформацию обряда посвящения в повести «Затерявшийся в городе». Заключает книгу эссе издателя «Пламя, которое неугасимо», посвященное Нине Шогенцуковой, безвременно ушедшей из жизни в этом году, рассматривающее ее и Заура биографии в переплетении их судеб и след в жизни.

Оформила книгу художник-дизайнер Жанна ШОГЕНОВА. Инициаторами издания выступили Министерство культуры КБР и Союз писателей КБР. Тираж книги будет передан библиотекам республики.

## «СВЕТ ОНЛАЙН» - ХОРОШИЙ ПОМОЩНИК

Филиал ПАО «Россети Северный Кавказ» - «Каббалкэнерго» напоминает потребителям электроэнергетики в КБР, что в соответствии с постановлением Правительства РФ от 06.05.2011 № 354 жители многоквартирных домов (МКД) должны оплачивать как за потребленную электроэнергию по индивидуальному прибору учета, так и расход электричества на содержание общедомовых нужд (ОДН). Энергокомпания и исполнители коммунальных услуг (управляющие компании или товарищества собственников жилья) в рамках действующего законодательства полностью распределяют весь объем электрической энергии, потребляемой при использовании и содержании общего имущества многоквартирного дома, пропорционально занимаемым площадям.

Напомним, что в зоне обслуживания филиала ПАО «Россети Северный Кавказ» - «Каббалкэнерго» по г. Нальчику находятся 2,348 тыс. многоквартирных домов (МКД). Это порядка 98 тыс. потребителей электроэнергии - физических лиц. Жители данных МКД, помимо счета за потребленную электроэнергию по индивидуальному прибору учета, получают начисления за ОДН, которые также необходимы к оплате. В домах с реализованным способом управления начислением и взиманием платы за ОДН занимаются исполнители коммунальных услуг. жилищный кодекс РФ обязывает всех бытовых потребителей электроэнергии оплачивать за расходуемый в текущем месяце ресурс до 10-го числа, следующего за расчетным. Также не забывать передавать показания приборов учета в установленные законом сроки - с 23-го по 26-е число каждого месяца. Энергокомпания рекомендует вносить данные прибора учета и платить за использованный ресурс с помощью удобного мобильного приложения «Свет онлайн».

Наш корр.

## ВСЕ – О НЕЙ, САМОЙ БЛИЗКОЙ И РОДНОЙ

### ПРИМЕР ПРАВДИВОСТИ, ЛЮБВИ И ИСКРЕННОСТИ

Для каждого человека самыми родными и дорогими людьми являются родители. Хочу рассказать о своей маме.

С тех пор как себя помню, мама всегда любила и поддерживала меня. Всегда могла обратиться к ней за помощью и поддержкой. Моя мама – пример правдивости, любви и искренности. Она дает мне все, что может, и не требует ничего взамен. Не жалея себя, отдает всю на благо нашей семьи. То, как мама заботится обо всех членах семьи, вдохновляет меня в будущем так же оберегать близких. Кроме того, она является для меня примером доброго и отзывчивого человека не только в семье, но и в обществе. Учат, показывая своими поступками, как надо себя вести в разных жизненных ситуациях, никогда не сдаваться, когда встречаю на пути трудности. Кроме того, мама мотивирует меня на хорошую учебу и совершенствоваться всесторонне. Если меня постигает неудача, настраивает на то, чтобы я снова и снова пыталась добиваться нужного результата. Каждая мама особенная для своих детей. Она отличный учитель, прекрасный друг, строгий, но при этом понимающий родитель. Я уверена, что на свете нет человека, который любит нас больше, чем мама. Также убеждена, что каждая мать живет ради своих детей и заслуживает огромной любви и глубокого уважения. Хочу, чтобы моя мама никогда не огорчалась, всегда была радостной и веселой, чтобы ее глаза светились добротой, а улыбка чаще радовала всех нас. Накануне праздника – Дня матери пожелаю счастья, здоровья и всего того, чего бы ей хотелось, но еще не сбылось. Ведь не только нам, детям, нужны любовь, внимание и забота – маме они нужны не меньше. Я буду стараться радовать ее каждый день своей учебой, хорошим поведением и всегда во всем помогать.

**Самира Эристаева,**  
ученица 8-го «Б» класса МКОУ СОШ г. п. Капхатау

### ВСЕГДА РЯДОМ

Первое слово, которое я произнесла, было «мама». С каждым годом, взрослея, осознавала, как она дорога мне. Не хочу обижать папу, его я тоже очень люблю, ведь он в семье главный, наша опора, но мама... Она как-то ближе и всегда рядом. Если мама дома, в доме светло, уютно и спокойно, даже взрослые радуются этому. Для меня она – первый учитель, который учит познавать мир. «Рай – под ногами наших матерей!» – сказал пророк Мухаммед. Многие не понимают смысла этих слов, но ведь это очевидно, рядом с ней мы чувствуем себя уверенно, спокойно, ее тепло греет нас. Обижать человека – это грех, а обидеть маму – непостыдный грех!

Нам всем нужно беречь своих мам, радовать их своими достижениями и заботой. Мама подарила нам жизнь. Она берегла нас, когда носила под сердцем, бережет и сейчас, где бы мы ни находились, всегда рядом и помогает нам в трудную минуту. Именно благодаря матерям в тяжелые для моего народа времена мы не потеряли человеческого достоинства. «Мама и Родина очень похожи...» – писал в своем стихотворении А. Стариков. Мама старается воспитывать в своих детях патриотизм и говорит нам всегда: «Де бы вы ни находились, знайте, что своим поведением и поступками отечаете не только за себя и семью, представляете и свой народ. Вашими заслугами будем гордиться не одни мы, роди-

тели, но и учителя, которые, как и мамы, вкладывают много сил в каждого ребенка, будет гордиться и Родина!». Я очень люблю свою маму. Люблю ее просто за то, что она у меня есть, за то, что подарила мне двоих замечательных братьев. Мама стала для меня другом, единомышленником, который понимает и уважает мои интересы, всегда прислушивается к тому, что подсказывает ей ее материнское сердце, и дает верный совет. И я говорю: спасибо тебе, мама, за то, что ты есть, и что твое сердце всегда готово любить и прощать! Я очень горжусь и дорожу тобой!

**Эльвира Цепишева,**  
ученица 8-го «Б» класса МКОУ СОШ г. п. Капхатау

### «КОЛЬ У ТЕБЯ ЕСТЬ МАТЬ, В СЕБЕ ТЫ НОСИШЬ СВЕТ...»

Мать любит своих детей в любых ситуациях, с тех самых пор как в один прекрасный и незабываемый день жизни она берет на руки своего малыша. Первое слово человека – «мама». Каждый ребенок в мире хотя бы раз в день говорит это слово. Его понимают во всех странах, звучит оно почти одинаково на большинстве языков. Само слово «мама» будто содержит что-то нежное и теплое. В воображении сразу всплывает ее хрупкий и нежный образ, один из самых чистых и искренних, отличается большой глубиной чувств, эмоциональностью и большим сердцем. А сколько произведений – стихов, поэм, романов посвящено матери и любви к ней! Много писателей воспевают образ женщины-матери в своих произведениях, это и А. Ахматова. «Реквием», и А. Пушкин. «Няня», и К. Кулиев. «Памяти матери», всех и не перечислить.

«Коль у тебя есть мать, в себе ты носишь свет...» – писал Кайсын Кулиев. И с этим не поспоришь. Нам стоит чаще задумываться о том, как не ранить сердце матери, как сделать так, чтобы разгладилась морщинка на ее лице. Чем старше мы становимся, тем больше она нуждается в нашем внимании и любви. Она растит и лелеет нас с первой минуты нашего существования. И никто не понимает нас лучше, чем мама. Она всегда рядом, всегда поможет. Мама готовит лучшие блюда, дает мудрые советы, учит нас главным человеческим качествам – доброте, честности, порядочности.... Открывает для нас жизненный путь и не дает заблудиться. Поэтому нужно делать все для того, чтобы она могла нами гордиться и меньше огорчалась из-за наших ошибок. А еще, я думаю, мы должны любить жизнь за то, что она подарила нам маму – такую жизнерадостную, искреннюю, добрую, мудрую! Ведь сколько детей на этом свете лишены этого счастья. Материнское сердце и безграничная материнская любовь не согревают их, не наполняют их детские жизни смыслом.

Для меня нет человека ближе, чем мама. Она мой друг, соратник и единомышленник.

**Милана Маковеева,**  
ученица 8-го «Б» класса МКОУ СОШ г. п. Капхатау

### МОЯ ОПОРА

Мою маму зовут Марьям, ей 34 года. Она высокого роста, с длинными темными волосами и самыми красивыми глазами. Мама очень добрая, у нее много друзей. Я очень благодарна ей за все, что делает для нас с сестрой. Всегда

стараюсь ей помочь с уборкой в доме, хожу в магазин за продуктами. Мама очень вкусно готовит, часто наблюдаю за приготовлением ужина, помогая, и одновременно узнаю хитрости кулинарии. Люблю гулять с ней, мне всегда интересно и нескучно находиться рядом. Я ее очень люблю, она мой друг, рассказывала ей все свои тайны. Мама всегда поймет и поможет. Хочу, чтобы у каждого ребенка были родители, когда они рядом, все замечательно. Они моя опора, мой пример в жизни. Я их очень люблю!

**Эсмина Мусукова,**  
ученица 4-го «А» класса МКОУ «СОШ №12» г. о. Нальчик

### ЦЕНИТЕ ВРЕМЯ

В жизни каждого из нас нет роднее человека, чем любимая мама. Любовь ее неисчерпаема. Мать – первая школа для ребенка, где он узнает о жизни и учится жить. Дети в долгу перед матерью за ее заботу и любовь. Задача, возложенная на нее, велика, а порой и всепоглощающая. Чтобы как-то ее отблагодарить, мы должны любить, уважать и почитать ее к ней относиться. Свою благодарность мы также можем выразить в прекрасный День матери. Любая вещь, подаренная ребенком, будет для нее бесценна. Но в последнее время прослеживается черствость по отношению к родителям. Многие стали забывать, кто не спал ночами, отдавал последнее, чтобы их дети могли хорошо жить. Давайте всегда будем любить наших матерей и радовать их не только в праздничные дни – чем больше наша любовь к маме, тем радостнее и светлее ее жизнь.

Берегите своих матерей, цените время, проведенное с ними, оно, к сожалению, не вечно. Желаю всем мамам здоровья, счастья, послушных и воспитанных детей. Пусть каждой маме говорят теплые слова, и пусть они не расходятся с поступками.

С праздником! С Днем матери!

**Ульвида Самедова,**  
ученица 11-го «А» класса МКОУ «СОШ №12» г. о. Нальчик

### ЕСЛИ БЫ Я БЫЛА...

Для меня нет человека ближе, роднее и любимее, чем моя мама. Всем утучусь у нее – как работать, жить, выстраивать отношения с людьми. Все хорошее во мне – от моей мамы.

Помню, когда с мамой впервые попала в настоящий лес, к лесному озеру, это было необыкновенное чудо. Показалось, что я здесь уже бывала. Вокруг все было покрыто тайной. Было ощущение, что из кустов выглядывает леший, а в озере, казалось, вот-вот плеснет своим хвостом русалка. Почему мне так казалось? Где я раньше все это видела? Да это же из маминых сказок, которые так любила слушать в детстве.

Между матерью и ребенком существует связь, которая не поддается объяснению, даже на расстоянии она чувствует, если плохо ее отпрыску. И мне очень жаль детей, которые растут без мамы.

Я написала несколько стихотворений своей любимой маме:

Для меня ты, словно ангел, для меня ты, словно рай,  
Я люблю тебя, ты помни, я люблю тебя, ты знай!

Если бы я была художником, нарисовала бы мамин портрет самыми нежными и мягкими красками. Если бы я была композитором, сочинила бы о ней самую задушевную песню.

**Сабрина Молова,**  
ученица 6-го «А» класса МКОУ «СОШ №12» г. о. Нальчик

## В АТАЖУКИНО ЧИТАЮЩАЯ И ТВОРЧЕСКАЯ МОЛОДЕЖЬ



- В фонде библиотеки свыше 22 600 книг, многие из которых новые, в прекрасном оформлении. Большая часть фонда была укомплектована при содействии Центральной библиотечной системы. Это и отечественная, и зарубежная литература, энциклопедии, детская литература. Много книг по краеведению, наша гордость - серия книг «Кавказ», «Красная книга Кабардино-Балкарии», «Адыгская кухня» и другие. Выписываем также республиканские периодические издания. В селе три общеобразовательные школы, кадетский корпус и прогимназия, все дети ходят к нам за справочниками по учебным предметам и художественной литературой. И для самых маленьких, только научившихся читать, и для выпускников, которым предстоит сдавать экзамены, у нас найдется практически все. Это не может не радовать, в наш век доступной информации в сети интернет все же для многих книга остается более предпочтительной. Иногда дети заходят за чем-то, видят на полках яркие новые издания, пока листают, так увлекаются, что возникает желание взять и прочитать поскорее, чтобы вернуться за следующей книгой. Могу сказать, что читают много и с интересом. У нас большая подборка отечественной литературы советских и российских авторов, на которых выросли мы сами. Конечно, хотелось бы больше книг по национальной литературе на кабардинском языке. К нам часто заходят пожилые односельчане в поисках новинок литературы на родном языке, но, к сожалению, сейчас мало что издается.

Сотрудники Дома культуры с.п. Атажукино под руководством молодого инициативного директора Оксаны ТЕМБОВОЙ составляют перечень мероприятий на год, частично

Марианна ЧЕЧЕНОВА работает заведующей библиотекой с.п. Атажукино с 2001 года. Как и большинство сельских библиотек в республике, в Атажукино она располагается в здании дома культуры, которое было отстроено буквально пару лет назад и является средоточием культурной жизни села. Здесь, в роскошном актовом зале, часто устраивают праздники, концерты и смотры талантов. Марианна с гордостью продемонстрировала богатство книжного фонда и с теплом рассказала о своей работе.

по республиканскому плану, а также по своей инициативе. Практически каждую неделю здесь проводятся мероприятия различной направленности. При доме культуры организован досуг для детей и молодежи по разным направлениям – гимнастике, рукоделию, есть свой танцевальный ансамбль «Джигит» под руководством Мухамеда ШОГЕНЦУКОВА, студия доулистов под руководством Салима КНЯЗЕВА, школа обучения игре на гармонике под руководством Асият БЕКОВОЙ. За считанные месяцы опытный педагог выпускает гармонистов, готовых играть концерт из народных мелодий и произведений национальных композиторов. Здесь же есть театральная студия, которой руководят Стелла МОЛОВА и Оксана Темботова. В прошлом году студия участвовала в конкурсе кукольных театров на кабардинском языке «Махузгъэпс» со спектаклем «Мыщэ и къуз Батыр» («Сын медведя Батыр») и была награждена грамотой Министерства просвещения и науки КБР как победитель в номинации «Выразительность речи актеров». Для пожилых людей ребята готовят выступления и навевают их в сопровождении социального работника. Здесь занимаются и с молодыми сельчанами с ограниченными возможностями здоровья, ребята под руководством наставников осваивают нехитрые техники и готовят работы, которые сотрудники дома культуры отправляют на конкурсы. Дружный коллектив с готовностью работает до позднего времени, чтобы у всех детей была возможность раскрыть свой потенциал и отточить мастерство, которые они с удовольствием демонстрируют на мероприятиях.

**Лиана ШОРДАНОВА,**  
Фото Дины Жан

## НЕИДЕАЛЬНАЯ МИСС

• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

Гость сегодняшнего номера - Виктория КИРЯЧЕК, получив педагогическое образование, не раздумывая, пошла работать в детский сад воспитателем. Работу свою очень любит. У самой Виктории подрастают две маленькие дочки, поэтому выбор литературы для чтения, по словам молодой мамы, часто приходится на добрые книги для семейного чтения. Таких найдется много в мировой классике, но иногда и современные авторы радуют качественной литературой.



Взяла бы с собой на необитаемый остров книгу Мари-Од МЮРАЙ «Мисс Черити». Это восторг в чистом виде. Конец XIX века, Лондон, в большом особняке живет девочка Черити Тиддлер. Родители ее любят, но из-за своей сдержанности любовь почти не проявляют, даже в комнату к ней заходят крайне редко, а заботы о ребенке поручают няне, поварахе и гувернантке. Черити от отсутствия внимания, хоть и страдает, но не оныне, так как у нее есть возможность приносить в свою комнату кого вздумается - мышей, жаб, ежей, птиц и даже кроликов с собственной кухни, спасая их тем самым от печальной участи быть превращенными в пащет или рагу. Помимо любви к природе, с годами Черити обнаруживает у себя талант к рисованию. Во что в итоге выльются ее увлечения, совсем не типичные для барышни той эпохи? Будучи одинокой девочкой, постоянно живущей в окружении двух призраков своих умерших сестер, она отчаянно хватается за любое проявление жизни. Не чураясь мышей, лягушек, слизней и прочей живности, Черити открыла для себя мир природы. Казалось бы, девочка, увлекающаяся наукой, - это так чудесно, но не в то время, когда жила маленькая мисс. В Англии конца XIX века свято верили, что место девушки у очага, увешанной с ног до головы младенцами, или как минимум со шваброй в руке. Но уж точно маленькой леди не пристало бегать по грязи в поисках самого жирного червяка или разглядывая грибы под микроскопом. Ведь в будущем ей предстоит выйти замуж, а кто возьмет в жены чудачковатую девушку, дрессирующую кроликов и везде таскающую за собой свой маленький зверинец. Мари-Од Мюрай я называю волшебницей. Чувство юмора, страсть к жизни, мировосприятие - все это видно на страницах этой книги. Застенчивая Черити наделена талантом художника и естественности, тем самым одарив всех юных читателей надеждой и верой в себя. А эта атмосфера старой доброй английской литературы - просто чудо. Меня не покидало ощущение, что я читаю роман сестер БРОНТЭ с их трогательными романтичными реверансами, с присущим англичанам драматизмом и любви к различного рода тайнам и легендам. Книга, хоть и написана французской, но удачно имитирует английский роман в стиле Джейн ОСТИН. Здесь и барышни, которые мечтают о балах и удачном замужестве, и описания жизни разных слоев общества - от аристократов до гувернанток и прислуги, и многое другое. И на этом фоне выделяется Черити, которая, хоть и старается соответствовать своему статусу и пытается влиться в общество, но понимает, что судьба у нее иная, чем у родителей и пары подружек-кузин. Конечно же, будут влюбленности и разочарования, взлеты и падения, горькие утраты - читателю предстоит наблюдать за Черити на протяжении нескольких десятилетий, да и меняться будет не только она, но и мир вокруг.

Читается «Мисс Черити» легко, при этом автор не забывает добавлять и немного жутких моментов с готическим уклоном, чего стоит только служанка Табита с огненно-рыжими волосами и страшными сказками на ночь. Все персонажи живые и запоминающиеся. Книга вдохновлена жизнью реального персонажа - Беатрис ПОТТЕР, но автор не сдерживает полет своей фантазии и хорошо разбирается в биографии, отчего читатель только выигрывает. Как итог: прекрасное произведение для семейного чтения, по возрасту подойдет всем - от мала до велика. Хорошее настроение гарантировано и во время чтения, и после.

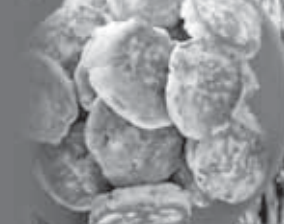
Лиана ШОРДАНОВА.  
Фото Тамары Ардавой

## ЛЕНИВЫЕ РЕЦЕПТЫ

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Сегодня включаем режим «ленивый повар». Это значит, что в меню будут только рецепты, на приготовление которых уйдет минимум времени и сил. Не всегда же есть время и желание часами колдовать на кухне.

- У меня чаще всего так и бывает, - говорит Марина МИХАЙЛОВА из Прохладного. - Времени мало, а семью кормить надо. Вот и приходится запасаться ленивыми рецептами блюд. Сейчас в интернете можно найти много самых различных блюд. Я сделала для себя небольшую подборку ленивых рецептов, которые время от времени готовлю с удовольствием.



### ПИРОЖКИ С ЗЕЛЕННЫМ ЛУКОМ И ЯЙЦОМ

**Ингредиенты:** 500 г кефира, 2 сырых яйца, 5 вареных яиц, 400 г муки, 10 г разрыхлителя, соль и перец черный по вкусу, 0,5 ч. ложки паприки, щепотка мускатного ореха, 1 пучок зеленого лука.

**Способ приготовления.** Яйца заранее отварить и остудить.

**Приготовление начинки.** Зеленый лук помыть и измельчить. Яйца почистить и порубить. В глубокую миску налить кефир. Добавить соль, перец и специи. Вбить два яйца и все хорошо перемешать венчиком или вилкой. Муку просеять с разрыхлителем. Добавить к кефиру просеянную муку, разрыхлитель и хорошо перемешать. Масса должна быть однородной и без комочков. В тесто добавить зеленый лук и порубленные яйца, хорошо перемешать.

В сковороду разогреть растительное масло. Выкладывать тесто по одной столовой ложке. Жарить пирожки на медленном огне под закрытой крышкой с двух сторон до золотистого цвета. По виду они напоминают оладьи, но на вкус - нежнейшие пирожки с яйцом и луком.

### БЫСТРАЯ ЛЕПЕШКА С КУРИЦЕЙ

**Ингредиенты:** 150 мл кефира, 120 г твердого сыра, 150 г куриного филе, 1 яйцо, 0,5 ч. ложки соли, 15 г сливочного масла, 50 г муки, 20 г зелени.

**Способ приготовления.** Куриное филе отварить до готовности. Вылить кефир в глубокую миску. Жирность может быть любая. Вбить яйцо и добавить соль по вкусу. Взболтать вилкой до однородности. Сыр измельчить на терке, добавить в кефирную массу и перемешать. Добавить просеянную муку и перемешать.

Остывшее куриное филе разделить на волокна или нарезать мелкими кубиками. Добавить в тесто и перемешать до равномерного распределения. Зелень промыть, обсушить и мелко нарезать. Добавить в тесто. Оно получается довольно густое. В сковороду диаметром 20-22 см добавить кусок сливочного масла и хорошо разогреть. Выложить тесто и распределить ложкой в ровный

слой. Накрывать крышкой и на небольшом огне готовить до румяной корочки, затем перевернуть и продолжать жарить до готовности.

### ПИЦЦА НА СКОВОРОДЕ

**Ингредиенты:** 2 тонких лаваша, 100 г любого мяса или колбасы, 100 г сыра, 4 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки кетчупа, 1 ст. ложка растительного масла.

**Способ приготовления.** На смазанную растительным маслом сковороду выложить лаваш, добавить немного майонеза и распределить по поверхности. Затем уложить второй лаваш, смазать майонезом и кетчупом. Сверху разложить нарезанное тонкими пластинами мясо и посыпать тертым сыром. Поставить на медленный огонь, накрыть крышкой и готовить 3-5 минут, чтобы сыр расплавился.

### АЧМА БЕЗ ХЛОПОТ

**Ингредиенты:** 150 г твердого сыра, 200 г сулугуни, 5 ст. ложек сметаны, 4 яйца, 80 г сливочного масла, 2 пласта тонкого лаваша.

**Способ приготовления.** Твердый сыр и сулугуни натереть на крупной терке. Добавить сметану и вбить яйца, перемешать до однородности. Сливочное масло растопить. Взять форму и застелить ее лавашем, чтобы края свисали. Смазать с помощью кисточки растопленным сливочным маслом. Выложить сырную начинку и разровнять. Накрывать лавашем, главное, чтобы он был по размеру формы. Для этого разрезать лаваш кухонными ножницами. Чередовать: лаваш, масло, сырная начинка, и так до конца. Свисающие края собрать к середине и уложить сырную начинку. Запекать в духовке при 180°C до золотистого цвета - примерно 35-40 минут.

Если ачму собрать в одноразовой форме, можно и заморозить, предварительно поместив форму с ачмой в полиэтиленовый пакет. Затем достать из морозильной камеры за 1,5-2 часа до запекания.

Лиана АСЛАНОВА.  
Фото автора

## ДОЛГОЖИТЕЛИ МИРА РАСТЕНИЙ

Люблю украшать свое пространство растениями. Но большую часть времени провожу на работе, и не всегда получается уделять цветам должное внимание, - говорит Лариана ХАМУЕВА из Нальчика. - Некоторые из моих домашних растений попросту погибли от недостаточного хорошего ухода. Поэтому наша находка - разводить суккуленты. С латинского это слово переводится как «сочный». У растений этого вида толстые, мясистые, сочные листья и стволы. Они неприхотливы, идеально подходят для занятых и забывчивых людей вроде меня. В видов огромное множество, каждый может выбрать себе по вкусу.

Сейчас суккуленты особенно обрели популярность. Наверное, по той же причине, почему я их развожу: людям некогда заниматься домашними делами, а окружать себя красотой хочется. Это удивительные растения, способные выдерживать длительные периоды засухи. Потому накапливают влагу в листьях и стеблях. Отличаются большой универсальностью, поэтому с одинаковым успехом растут на ярдах и в горшках, в помещении и на открытом воздухе и в целом не требуют осо-

бого ухода. Стоит завести одно такое растение, и сразу захочется начать собирать все его виды.

Да, суккуленты неприхотливы к условиям проживания. Но это не означает, что растут как сорняки. Уход за ними все же нужен. Если планируете выращивать их в горшках, подойдет практически любой контейнер. При этом обязательно надо оставить достаточно места для корней и убедиться, что емкость имеет много дренажных отверстий. Пересадка требуется только тогда, когда корни начинают прорастать через дно горшка или видны на поверхности почвы. Эту работу лучше всего делать весной.

Сажать растения этого вида лучше в хорошо дренированную почву. Для домашних горшков купите специальную приготовленную почвенную смесь под названием «почва для кактусов». Важно добавить в землю песок, поскольку суккуленты не выносят чрезмерного скопления воды у корней, а без песка быстро начинают гнить. Еще им требуется много солнечного света. Понять, что растению не хватает солнца, можно когда оно начнет «вылезать» из горшка. В этом случае необходимо перенести его на более освещенное место в доме.

Суккуленты устойчивы к большому вредителям и болезням, но есть одна вещь, которую они не выдержат, - обилие воды у корней. Если хотите понять, сколько именно воды нужно вашим видам суккулентов, попробуйте провести эксперимент: обильно полейте растение, затем дайте почве полностью высохнуть, прежде чем снова поливать, выясните, сколько времени потребовалось для этого.

Нет ничего плохого в том, чтобы время от времени опрыскивать суккуленты водой. Но при условии, что они не получают слишком много влаги в целом. Но это не самая нужная процедура для этих растений. Не стоит забывать, что они родом из жарких и засушливых стран, поэтому предпочитают соответствующий климат и, следовательно, не получат большой пользы от опрыскивания. Мне кажется, зимой в квартирах с центральным отоплением устанавливается именно такой климат.

Интересный факт. В природе суккуленты и кактусы могут жить сто лет. В домашних условиях при правильном уходе - от 30 до 50 лет.

Лиана АСЛАНОВА

## САД-ГОРОД

## КРОССВОРД

**По горизонтали:** 3. Командная игра с большим мячом. 6. Вокзальное сооружение, крыша над рельсами. 9. Небольшой морской залив, пригодный для стоянки судов. 10. Духовой музыкальный инструмент. 11. Художник, послуживший прообразом главного героя романа Уильяма Сомерсета Моэма «Луна и грош» Чарльза Стрикленда. 12. Женский головной убор с завязывающимися под подбородком лентами. 15. Позитивное фотографическое изображение на светочувствительном слое с прозрачной подложкой (стекле или пленке) для рассматривания на просвет или проецирования на экран. 16. Река в Сибири.

**По вертикали:** 1. Азиатское королевство в труднопроходимой части Восточных Гималаев. 2. Французский кинорежиссер, постановщик фильма «Женщина есть женщина». 4. Бразильский орех. 5. Оценка специалистом какого-либо пищевого или вкусового продукта по виду, запаху и вкусу. 7. Особый подвижный знак, воспроизводимый компьютером на экране монитора, отмечающий рабочую точку экрана. 8. «Теплица» для подснежников. 13. Подушка для снятия макияжа. 14. Стекланные шарики для рукоделия.

Составила  
Фатима КАРАЦУЛОВА



**По вертикали:** 1. Бутан. 2. Годар. 4. Бертолетия. 5. Дергач. 7. Курсор. 8. Сурф. 13. Слож. 14. Бисер.  
**По горизонтали:** 3. Пухобол. 6. Буханка. 9. Дебарджер. 10. Духовый. 11. Грош. 12. Капор. 15. Длиннозвончик. 16. Емкость.

Ответы на кроссворд

## СОХРАНИТЬ ТРАДИЦИОННОЕ ИСКУССТВО

Наверное, невозможно даже представить, сколько ремесел известно человечеству, а ведь многие из них с течением времени исчезают. Не случайно всемирный фонд ЮНЕСКО призывает рукодельцев к культурному наследию. Изготовленные с душой работы бережно хранились в семьях независимо от их достатка и передавались из поколения в поколение. О хранительницах традиционного балкарского ремесла из села Верхний Баксан расскажем сегодня.

В каждом балкарском селе практически любая женщина знает, как обрабатывать шерсть и что из нее можно сделать. Вязать многие мастерицы умеют с детства. Однако изготовление кийизов, традиционных войлочных ковров, - занятие гораздо более трудоемкое и требует мастерства и навыков. Центр национальных ремесел и промыслов сельского поселения Верхний Баксан имеет длинную историю. О том, какой путь пришлось пройти, чтобы сохранить ремесло предков, рассказала директор центра Езетхан ДЖАППУЕВА:

- Я начала профессиональную деятельность в 1998 году художественным руководителем Дома культуры с.п. Верхний Баксан. Тогда в селе были четыре мастерицы, которые работали вместе и изготавливали кийизы, - Абидат ТЕММОЕВА, Фердаус ДЖАППУЕВА, Жанчик УЗДЕНОВА, Хажар ТЕММОЕВА. Мне поручили координировать работу по привлечению мастериц к деятельности дома культуры и организации выставок. Я охотно взяла эту работу за голову, отбирала из-

делия и возила на выставки, одновременно обучалась у пожилых мастериц. Женщинам выделили помещение под мастерскую, которая располагалась рядом со школой. Так был открыт Центр национальных ремесел и промыслов в 2004 году. Дети приходили после школы обучаться, и тут же мы принимали гостей. Интерес к ремеслам тогда был огромный, к нам приезжали делегации не только из российских регионов, но и из Японии, Китая, Вьетнама. Наши женщины успевали изготовить изделия и для выставок, и для продажи, ни одного гостя не отпускали без подарка. Все мастерицы к тому времени были уже почтенного возраста, выезжать куда-то сами не могли, но с удовольствием давали интервью, рассказывали о ремесле, которому обучились у женщин в своей семье.

Всакое было за эти годы, в сложные времена Центр даже закрывался. Я очень переживала, пыталась заниматься дома войлоком, но, конечно, в прежнем объеме делать это было невозможно. Благодаря Главе республики Казбеку

КОКОВУ весной этого года нам удалось возобновить работу Центра и сохранить традиционное ремесло. Помещение прежней мастерской отремонтировали и утеплили, работать теперь - одно удовольствие. Коллектив сейчас состоит из пяти человек - это Асият ХАДЖИЕВА, Фатима НОГАЙИЕВА, Крахлан ХАДЖИЕВА, Айтат ЧЕПКЕНЧИЕВА и я как руководитель Центра. Мы постоянно участвуем в выставках и фестивалях. В сентябре со своими изделиями участвовали в выставках, посвященной столетию республики. Наши изделия пользовались популярностью, кийизы знакомы многим, а вот верхнее платье и одежда из войлока с национальным орнаментом всем посетителям приглянулись. Люди говорили много теплых слов, фотографировали, задавали вопросы. Интерес к ремеслу сейчас снова на подъеме. Нам постоянно звонят, просят организовать мастер-классы, приглашают большими и маленькими группами. Когда меня спрашивают об оплате, всегда отвечаю, что ничего не нужно, только приезжайте.

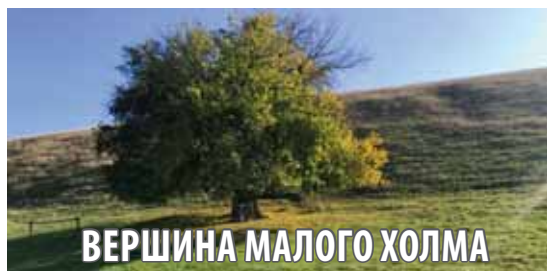


Хочется, чтобы как можно больше людей видели, что ремесло живо и практически применимо в современных условиях. Изделия из войлока дарят не только красоту, но и тепло. Если у кого-то возникает желание обучиться, тоже никому не отказываем, всегда готовы помочь. Сама часто с горечью думаю, что могла бы научиться большему, пока были живы бабушка и прабабушка. Стараюсь теперь все сохранить, записать и зарисовать. У меня много рисунков с орнаментами, которые сохранила со времен работы с нашими бабушками-мастерицами. К каждому новому изделию примеряем свой орнамент, смотрим, что еще может подойти, чтобы улучшить вид изделия. Выезжая на выставки, вдохновляемся новыми идеями. Из войлока можно сделать много всего - одежду, картины, игрушки, аксессуары. Каждая мастерица в душе художник. Наши бабушки, не имея какого-либо художественного

образования, так гармонично вписали геометрически точно выверенный рисунок в изделие, что, сколько на него ни смотри, не надоедает. Дети из нашего села ходят к нам обучаться, часто звонят родители из других сел с просьбой взять на обучение. Я только рада. На занятия я часто детям приносила хичинчи и лакумы. Коллеги недоумевали, зачем, а я говорила, что национальное ремесло и национальная кухня в нашем пространстве одинаково доступны, можем научить и тому, и другому. Сейчас мы подготовили тонну шерсти, помывы, покрасили и вычесали. Будет с чем работать всю зиму. Работа идет плавно, у нас много творческих идей и планов. мечтаем, что когда-нибудь у нас будет свой выставочный зал, где сможем представить свои изделия и их смогут увидеть все желающие.

Ляна БАТЫРОВА.

Фото из архива Езетхан Джампиевой



### ВЕРШИНА МАЛОГО ХОЛМА

Строго говоря, холмом его можно назвать с натяжкой, скорее это возвышение с удобным расположением - вокруг него просторная ровная территория, которую использовали для игр, скачек и однажды даже как аэродром. На вершине самого возвышения находится ровная площадка, которая также издавна служит местом проведения мероприятий. В наше время сельчане ежегодно празднуют здесь День Победы. На склоне холма растет единственное на всю округу дерево - старая дикая яблоня, в тени которой находится могила легендарного человека, жителя села Псыгану Беймурзы Фицева. О нем нам рассказал местный житель, собиратель истории села, Вадим АПШАЦЕВ:

Холм под названием «Бгычыкышхъэ» - дословно «Вершина Малого холма» находится в самом центре села Псыгану (Жыкхъутхъэблэ) и по праву считается его визитной карточкой. Жители села старшего поколения помнят, как здесь проводили масштабные мероприятия, куда съезжались участники со всего Урванского района. И сейчас это место проведения сельских собраний и праздников.

Беймурзу ФИЦЕВА жители села помнят до сих пор. Впервые его имя попало в печать в 1935 году, о нем писали в республиканской газете «Социалистическая Кабардино-Балкария» в статье под названием «Горный орел». В 1978 году статья с таким же названием вышла в районной газете «Маяк». Родился Беймурза в 1889 году. В 1915 году добровольцем ушел на Первую мировую войну. В составе «Дикой дивизии» был награжден Георгиевским крестом 4-й степени. После октябрьского переворота добровольно вступил в ряды Красной Армии, точнее в шариатский полк Назира Катханова. После отступления красных вместе с единомышленниками-односельчанами скрывался в лесу в местности Маргушей. Жизнь Беймурзы оборвалась трагически, он был убит прямо во время свадьбы своего друга сельским эфендием Тауканом МАЗАНОВЫМ

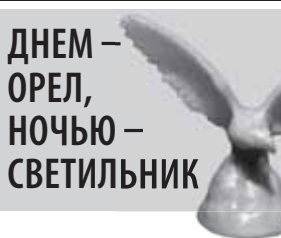
и его людьми. К сожалению, нет точного ответа на вопрос, почему было совершено столь злободневное убийство на глазах десятков людей. Возможно, конфликт между этими людьми имел глубокие корни, включая политические взгляды. Исходя из свидетельств очевидцев, наличие была явная неприязнь и даже ненависть. Хоронить Беймурзу на кладбище родственникам запретили, и они похоронили его под холмом «Бгычыкышхъэ». В настоящее время силами рода Фицевых это место очистили и поставили надгробный памятник. Имя Беймурзы Фицева не забыто и со временем только больше обросло легендами.

Что касается холма, еще до войны здесь часто принимали почетных гостей, так как местный колхоз славился на всю республику. Однажды здесь приземлился на самолете Герой Советского Союза, летчик Михаил ВОДОПЬЯНОВ. Рядом находятся так называемые Старокабардинские курганы, являющиеся древними захоронениями.

Лицана ШОРДАНОВА.

Фото Анжели Гумовой

- У меня несколько предметов, которые никак не могу выкинуть, - говорит Нина ШЕРЕУЖЕВА из Нальчика. - Не могу сказать, что эти предметы являются семейной реликвией, но им примерно по 60 лет. Уверена, что многие дети советского периода помнят маленькую фигурку орла с большим размахом крыльев, который светился в темноте, и игрушку-неваляшку. Орел похож на светильник, но начинает светиться лишь с наступлением темноты и без всяких батареек или электропровода. Он стоял в шкафу, нам не разрешили трогать его. А когда взрослые уже спали, мы доставали его, прятали под одеяло и смотрели, как он красиво светится.



### ДНЕМ – ОРЕЛ, НОЧЬЮ – СВЕТИЛЬНИК

Впервые посетила город-курорт Кисловодск, когда была еще маленькой, но сразу заметила схожесть нашей фигурки в серванте со скульптурой орла в этом городе. Только у нашего орла в когтях не было змея. Дядя тогда рассказал мне легенду о том, как змея укусила орла, и он, умирая, подполз к целебному источнику, попил воды, смочил ей раны, и силы вернулись к нему. Орел взмыл вверх, увидел змею, бросился на нее и растерзал. Дядя объяснил, что фигура орла символизирует победу добрых сил

природы над недугами. Только повзрослев, поняла смысл этой легенды и почему скульптура орла является символом Кавказских Минеральных Вод, а змея олицетворяет болезни, побеждаемые целебными водами. Тогда, в далеком детстве, мне было жалко змею. Наверное, поэтому люблю смотреть фильм «ГЛАДЯ «Двенадцать стульев», особенно сцену, когда Остап учит Кису Воробьянинова писать милостыню на фоне скульптуры орла.

Сейчас я, как когда-то мои родители, боюсь, что внуки сломают статуэтку, поэтому не позволяю им трогать ее. При этом точно знаю, что они иногда ночью достают ее из серванта и под одеялом восхищаются ее свечением. В темноте орел светится зеленоватым оттенком, но не освещает ничего вокруг. С виду и на ощупь материал похож на обычный пластик. В детстве орел напомнил мне сказочный персонаж, казалось, что сделан из льда.

А вот с неваляшкой, или как мы ее еще называли, ванькой-встанькой, я разрешаю детям играть. Это моя самая первая игрушка. Внукос Аскера и Ариана она очень веселит, потому что никак не могут опрокинуть ее на бок. Ариана считает, что это она изображена на неваляшке.

Человеческий мозг интересно устроен. Как только вижу «кувыркана» (так в детстве называла неваляшку), вспоминаю, как по утрам до садика пили чай. Мама намазывала печенье сливочным маслом, накрывала вторым печенком и подавала нам с чаем. Теперь мои внуки очень любят такой десерт.

С этими предметами у меня связано много воспоминаний. Для меня они являются отдушиной, вызывают положительные эмоции, радуют и поднимают настроение.

• ИСТОРИИ ВЕЩЕЙ

Анжела КУДАЕВА

## ГОРНОЛЫЖНЫЙ СЕЗОН НА ЭЛЬБРУСЕ ОТКРЫВАЕТСЯ 19 НОЯБРЯ

Курорт Эльбрус в Кабардино-Балкарии готов открыть сезон в субботу, 19 ноября. В первые дни горнолыжного года гости смогут кататься по самой высокогорной трассе страны Гарабаш - Мир. Благодаря оснежению и низким температурам курорт сможет открыть сезон-2022/2023 раньше, чем в прошлом году. Так, в 2021-м горнолыжная зима стартовала только 4 декабря, трассы ниже станции Мир были открыты 19 декабря. На старте будет доступна только одна трасса, поэтому на курорте будет действовать выгодный тариф «Промо»: взрослым гостям день катания обойдется в 1600 рублей, детям с 6 до 13 лет включительно - 1050 рублей. Также с первого дня начнут работать сезонные абонементы - персональные ски-пассы, кататься по которым можно весь зимний сезон без ограничений.

Эльбрус - всеосезонный горнолыжный курорт под управлением института развития СКФО Кавказ. РФ. Здесь обустроена самая высокогорная зона катания в стране. На курорте работают 17 км обустроенных трасс и три современные канатные дороги гондольного типа. Сейчас курорт в фазе активной реконструкции и развития: до 2024 года запланировано построить 31 объект инфраструктуры, горнолыжной и обеспечивающей.

Наш курорт.

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 2345.  
Время подписания в печать  
по графику - 18.00  
Фактически 22 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