



**С. 3**

**ГТРК «КАБАРДИНО-БАЛКАРИЯ» СТАЛА ЛАУРЕАТОМ ФЕСТИВАЛЯ «ГОЛОС ЕВРАЗИИ»**



Диплом лауреата Всероссийского фестиваля национального вещания «Голос Евразии» в номинации «Спецпроект» получила ВГТРК ГТРК «Кабардино-Балкария» за фильм «Завещание» к юбилею Расула ГАМЗАТОВА. Диплом вручили автору - директору ГТРК Людмиле КАЗАНЧЕВОЙ. В фильме стихи Гамзатова читают сотрудники телекомпании. Режиссер фильма - редактор отдела тематического вещания Инна АПШЕВА.



Фото Тамары Ардаевой



БУДЕМ ЗНАКОМЫ

**Залина ДОХОВА,**

обладатель бизнес-премии  
«Сенсация года»-2022

**С. 6**

## ДЕТЯМ ВОИНОВ БУДЕТ ОКАЗАНА ВСЕСТОРОННЯЯ ПОДДЕРЖКА

**Председатель фонда «Защитники Отечества» Анна ЦИВИЛЕВА в ходе рабочего визита в Кабардино-Балкарию совместно с Главой КБР Казбеком КОКОВЫМ посетила региональный филиал фонда.**

Анна Цивилева проверила работу филиала, осмотрела здание, пообщалась с коллективом, социальными координаторами и встретила с семьями ветеранов СВО и представителями общественных организаций. Региональный филиал фонда «Защитники Отечества» в Кабардино-Балкарии, как и по всей стране, начал работу с первого июня 2023-го года. Директор регионального филиала Мурад ДАДОВ проинформировал, что здание площадью 1000 квадратных метров было полностью отремонтировано, созданы комфортные условия. Социальные координаторы прошли предварительное обучение. В Центральном региональном офисе работают пять координаторов, остальные - в муниципалитетах, где для них также созданы рабочие места.

Казбек Кокков отметил, что оформляются и отрабатываются все обращения. Создан реестр организаций, где определены ответственные лица для взаимодействия с филиалом, который работает по принципу «одного окна».

На сегодняшний день уже рассмотрено



почти 400 обращений. Социальные координаторы общаются с каждым военнослужащим и его семьей индивидуально. Для оперативного решения вопросов филиал напрямую взаимодействует со всеми службами, организациями и ведомствами.

В ходе визита обсуждены вопросы реабилитации, межведомственного взаимодействия, юридической помощи, сотрудниче-

ства и о возможности привлечения к работе в фонде демобилизованных участников СВО, а также членов их семей. Анна Цивилева подчеркнула, что для ветеранов надо создавать возможности активного участия в жизни общества. Отдельно остановились на вопросах реабилитации бойцов.

Анна Цивилева поблагодарила команду филиала за проделанную работу. «Благодарю вас за ваш непростой труд. Впереди

работы будет еще больше, но все получится, так как есть поддержка и государства, и региональных властей, и общественных организаций», - отметила она.

На встрече также рассказали о региональном проекте «Дети героев». Его представил Министерство по делам молодежи КБР и Корпоративный университет. Анна Цивилева отметила, что филиал станет домом для тех детей, которые приходят сюда с различными проблемами и устремлениями, и подчеркнула важность поддержки, которую республика оказывает семьям участников СВО. Социальные кураторы сопровождают детей, чьи отцы погибли, выполняя свой воинский долг. Ребята задействованы в общественной работе, помогают с получением образования и трудоустройством. Анна Цивилева дала высокую оценку инициативе Кабардино-Балкарии в сопровождении и опеке детей военных.

Гости также ознакомились и с молодежным проектом волонтерской поддержки военнослужащих и их семей, в том числе по оказанию психологической поддержки, помощи в быту и проведении досуга. В завершение встречи Казбек Кокков выразил благодарность руководителю фонда за поддержку и содействие в открытии регионального филиала «Защитники Отечества».

**Елена АППАЕВА**



Соборная мечеть будет воздвигнута в новом микрорайоне Нальчике «Восточный». Она рассчитана на одновременное пребывание 5000 верующих, ее площадь составит 10 000 квадратных метров.

## В Нальчике появится мечеть имени Анаса-хаджи Пшихачева

**Недавно состоялось знаменательное событие для мусульман Кабардино-Балкарии, для всех жителей нашей республики. В честь начала строительства новой республиканской Соборной мечети имени Анаса-хаджи Пшихачева заложили капсулу с посланием будущим поколениям.**

Глава Кабардино-Балкарии Казбек КОКОВ передал Председателю Духовного управления мусульман Кабардино-Балкарской Республики Хазраталию ДЗАСЕЖЕВУ обращение, которое было подписано 21 мая 1994 года Первым Президентом Кабардино-Балкарской Республики Валерием Мухамедовичем КОКОВЫМ и Председателем ДУМ КБР Шафигом Ауесовичем ПШИХАЧЕВЫМ.

Этот памятный документ посвящен закладке камня первой Соборной мечети в Нальчике в день праздника Курбан-байрам.

«Закладывая этот камень, мы молим Всемогущего Аллаха, что-

бы строительство мечети послужило символом национального и духовного возрождения народов Кабардино-Балкарии», «...пусть слова веры, добра и справедливости, которые прозвучат здесь, несут надежду и свет в души всех верующих», - говорится в тексте обращения.

«Эти слова в полной мере относятся и к сегодняшнему времени, когда духовность и традиции обретают более глубокие смыслы и нуждаются в защите, которая может быть обеспечена только единением нашего общества», - отметил К.В. Кокков.

**Наш корр.**

## ОКТАБРЬСКИЙ ФОРУМ КЛАССНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ В МОСКВЕ

**Педагогическое сообщество ожидает грандиозное событие в Год педагога и наставника - Форум классных руководителей. Мероприятие пройдет в Москве с 3 по 7 октября 2023 года. В столице страны, на площадке Форума встретятся 3000 учителей, от Кабардино-Балкарии участие примут 14 педагогов.**

Форум проводится Минпросвещением РФ по поручению Президента России Владимира ПУТИНА. «Диалог Регионы» является стратегическим партнером ФКР.

Участников мероприятия ждут насыщенные образовательная, дискуссионная и культурная программы. У всех желающих есть возможность присоединиться к трансляции форума и стать участником в заочном формате: <https://vfrkr.ru/>.

Учитель МОУ СОШ № 1 с.п. Атажукино Эмма ХАЦУКОВА сказала: «Уверенна, что это площадка, позволит получить новые ощущения важности своей профессии, откроет перспективы к саморазвитию, познакомит с новыми позитивными людьми».

## ДОСРОЧНАЯ ПЕНСИЯ МНОГОДЕТНЫМ МАМАМ

**Более 480 многодетных мам в КБР досрочно вышли на пенсию в 2023 году.**

Согласно законодательству, многодетные мамы имеют право выхода на досрочную пенсию, отмечает пресс-служба Социального фонда РФ по КБР. В этом году в КБР на пенсию вышли 480 многодетных мам, 29 из которых родили пятерых и более детей, 86 - четверых и 366 - троих.

Женщины, родившие троих детей, имеют право выйти на пенсию в 57 лет. Мамы четверых детей - в 56 лет, а если пятеро и более детей, то уже в 50 лет. Отделение Социального фонда России по КБР заблаговременно готовят макеты будущих пенсионных дел. Для получения своих прав и деталей будущей пенсии,

женщинам достаточно заранее обратиться в клиентскую службу регионального ОСФР. Бывают случаи, когда могут потребоваться документы личного хранения. При этом необходимо учитывать, что обязательным условием для назначения досрочной пенсии многодетным мамам является отсутствие в отношении детей факта лишения родительских прав либо отмены усыновления.

Если у мамы право на назначение пенсии возникает в 2023 году, то в данном случае ей потребуется наличие не менее 15 лет страхового стажа, и величины (ИПК) пенсионного коэффициента не менее 25,8.

## ЧЕТЫРЕ ШКОЛЫ РЕСПУБЛИКИ В ЧИСЛЕ ЛУЧШИХ

**Четыре школы Кабардино-Балкарии вошли в ТОП-500 лучших образовательных учреждений России.**

По итогам индивидуального этапа совместного проекта Российского общества «Знание» и Российского движения детей и молодежи «Движение Первых» «Лига Знаний»: школы и колледжи в топ лучших образовательных учреждений вошли: МКОУ СОШ № 3 с.п. Аргудан Лескенского района, МКОУ СОШ с.п. Хабаз Зольского района, МКОУ «Гимназия № 1» г. Майского, МОУ «СОШ № 3 им. Н.П. Маршенина» с.п. Исламей Баксанского района.

Рейтинг школ и колледжей рассчитывался из соотношения суммы баллов, которые набрали учащиеся на первом этапе к общему числу зарегистрировавшихся участников от данного образовательного учреждения. Школы получат памятные награды от организаторов. Партнер турнира АО «Издательство «Просвещение» подарит электронные формы учебников по семи предметам на выбор каждому образовательному учреждению.

**Подготовила Анжела ГУМОВА**

## В ста пилотных вузах РФ уже в сентябре 2023 года

**стартует новый учебный модуль «Обучение служением»**

Минбрнауки разослало методические рекомендации по этому курсу. Целью нововведения является усиление «гражданственности, патриотизма, лидерства, традиционных ценностей» у российских студентов. В основе представленной в работе педагогической практики лежит развитие интеллектуальной волонтерства социальной направленности в вузах.

По сути «Обучение служением» - это проектная деятельность, основанная на волонтерстве. Но она шире и больше, чем просто бескорыстная помощь бездомным, пожилым или инвалидам. Методика нацелена на принцип «научился сам - обучи других». Студенческая деятельность будет вестись по направлениям устойчивого развития: борьба с нищетой, голодом, улучшение здоровья и благополучия населения, качественное образование и др. По словам авторов проекта, обеспечить это можно только в связке вузов с предпринимателями, некоммерческими организациями. Программа поможет вовлечь молодежь в созидательную повестку развития страны, в решение общественно-значимых задач. «Обучение служением» довольно известна в мире, но новая в России методика, которая с сентября начнет внедряться в ряде вузов. Готовый социальный проект предлагается зачесть как курсовую или выпускную квалификационную работу, а информация об общественных результатах станет приложением к диплому. Первый вебинар-обучение преподавателей вузов по методике «Обучение служением» прошел 2 августа.

## Розыгрыш Дерби Кабардино-Балкарии

**На Нальчикском ипподроме 6 августа состоялся седьмой скаковой день сезона. Он запомнился тринадцатью скачками, среди которых были разыграны традиционные и именные призы. Общий призовой фонд дня составил пять млн рублей. Спонсорами мероприятия выступили АО «Росипподром», Национальная Ассоциация развития скакового и чистокровного коневодства и ГАП «Ресурс». Большой приз (дистанция 1600 метров) был разыгран для двухлетних жеребцов и кобыл, приз Министерства сельского хозяйства КБР (дистанция 3200 метров) для лошадей четырех лет и старше.**

Несмотря на жаркий день, нальчикский ипподром был заполнен любителями скачек. Чтобы зрителям было лучше видно, на ипподроме установили большой телеэкран. На площадке были установлены шатры, точки общепита. Для зрителей также организовали концертную программу. Детям предоставили развлечения на каруселях, работали аниматоры.

Главным событием дня стал розыгрыш Дерби Кабардино-Балкарии, или Большой Нальчикский приз, который составил два млн рублей. На старт вышли лучшие жеребцы и кобылы трех лет чи-

стокровной верховой породы. Представители этой же породы выступили еще в 10 скачках. Пятигорский дербист и победитель Приза Открытия скакового сезона в Нальчике Кабирхан оторвался от своих соперников на финишной прямой и стал первым. Свою скаковую карьеру жеребец начал в Казахстане, одерживал победы в Нальчике и в Пятигорске. Тренирует коня мастер-тренер Арслангирей ШАВУЕВ, мастер-жокей международного класса Мырзабек КАППУШЕВ.

Следующий скаковой день на Нальчикском ипподроме состоится 23 августа.

**Подготовила Ляна БАТЫРОВА**

**ОН**

Эльдар Магомедович окончил Нальчикский коммунально-строительный техникум и всю жизнь работал по специальности. Строительство, а лучше сказать созидание у него в крови. Дом в Бедыке построен и благоустроен его руками. Эльдар Магомедович сам из многодетной семьи, старший из восьми братьев и сестер, не удивительно, что он мечтал о большой дружной семье. Глава дома много читает, предпочитает энциклопедию по разным темам, своим примером прививает детям любовь к чтению.

**ОНА**

Анджела Хизировна родилась и выросла в селении Герменчик Урванского района, окончила Нальчикский технологический техникум Роспотребсоюза, устроилась на работу поваром в столовую Специального Конструкторско-технологического бюро. Там и познакомилась со своим будущим мужем. Постепенно, примерив роль многодетной мамы, Анджела Хизировна посвятила себя воспитанию детей, ведению домашнего быта, созданию благоприятной атмосферы для полноценного развития детей. На протяжении многих лет является председателем школьного родительского комитета. Общительная, дружелюбная, жизнерадостная – она пользуется авторитетом среди родителей школы. Также занимается общественными инициативами в составе женского Эльбрусского района. Принимает активное участие в общественной жизни села Бедык и всего района. В 2015 году за достойное воспитание пятерых и более детей Анджела Хизировна награждена государственной

# СЧАСТЬЕ СВОИМИ РУКАМИ



Эльдар и Анджела АХМАТОВЫ создали интернациональную семью в феврале 1992 года и уже 31 год поддерживают друг друга, воспитывают десятерых детей, опираясь на те нравственные ценности, которые вынесли из своих семей. Супруги своими силами создали дом в селе Бедык Эльбрусского района, где живут с почтением и вниманием к традициям, передающимся от старших поколений. Дети впитывают правила семейного уклада, понимают важность родовых ценностей и имеют зрелые и глубокие взгляды на жизнь.

наградой Кабардино-Балкарской Республики - медалью «Материнская слава». За создание социально ответственной семьи, обеспечение надлежащего уровня заботы о здоровье, образовании, физическом, духовном и нравственном развитии детей представлена к присвоению звания «Мать-героиня».

**ДЕТИ**

Особое внимание супруги уделяют не только заботе о здоровье детей, занимаются их музыкальным образованием и изучением иностранных языков. Дети посещают спортивные, хореографические и художественные кружки. Дочь Асият участник и призер различных конкурсов и олимпиад

ад, призер муниципального этапа интеллектуально-правовой игры «Молодежь и закон», стипендиат Кабардино-Балкарского регионального отделения Всероссийской политической партии «Единая Россия». Участвовала в работе Всероссийского молодежного форума «Мед-Лига Наций». Камилла участница и призер различных районных и республиканских конкурсов и олимпиад, победитель республиканского этапа общероссийских соревнований по мини-футболу. Является активным участником молодежного движения «Зеленый дозор», участник Всероссийского слета экологов. Амалия победитель 3-й степени регионального конкурса научно-

исследовательских, методических и творческих работ, занимается научной и волонтерской деятельностью. Является активистом молодежного культурного центра «Алан» в городе Ставрополь. Сын Къуанч призер регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по вопросам избирательного права и избирательного процесса, призер различных конкурсов и олимпиад на школьном, районном, республиканском уровнях. Елизавета занимается национальными танцами, солистка школьного танцевального ансамбля. Согдиана также увлекается национальными танцами. Барисбий, Узеир, Магомед участвуют в конкурсах по шахматам. Дети –

постоянные участники конкурсов чтецов на разных уровнях.

**ДОМ**

Для благополучия и позитивного развития в будущем супруги Ахматовы прививают детям знания о своих корнях, учат продолжать традиции предков, уважать старших. Дети признают родительский авторитет, любят и почитают старших в семье. Отдельное внимание уделяется знанию родных языков, народных песен, традиционных праздников. По мнению супругов, только человек «с корнями» может по-настоящему быть заботливым и ответственным семьянином и гражданином. В воспитании детей родители популяризируют роль старшего поколения как хранителей традиций, ценностей семейного воспитания, дают понимание того, что семейные традиции помогут детям лучше ориентироваться в окружающем мире, у них сложатся предпосылки для вхождения в более широкий социум, что способствует успешному развитию. Имена предков не исчезнут в череде лет и веков, если их будут вспоминать родные, а если потомки не расстанут со своими лучшими национальными традициями. Родители учат соотносить духовные и материальные ценности, соизмерять свои потребности с возможностями. Нравственное здоровье, уважение и забота друг о друге – главные жизненные ориентиры для этой семьи.

Ляна БАТЫРОВА.

Фото из семейного архива

**УСПЕХ**

Всероссийский фестиваль национального вещания «Голос Евразии» направлен на сохранение и развитие традиций и обычаев народов России, повышение профессионального уровня его участников, обмен опытом по созданию телевизионных и радиопрограмм на национальных языках. Фестиваль



## ГТРК «Кабардино-Балкария» стала лауреатом фестиваля «Голос Евразии»

Диплом лауреата Всероссийского фестиваля национального вещания «Голос Евразии» в номинации «Спецпроект» получила ВГТРК ГТРК «Кабардино-Балкария» за фильм «Завещание» к юбилею Расула ГАМЗАТОВА. Диплом вручили автору – директору ГТРК Людмиле КАЗАНЧЕВОЙ. В фильме стихи Гамзатова читают сотрудники телекомпании. Режиссер фильма – редактор отдела тематического вещания Инна АПШЕВА.

Фестиваль проходил в Дагестане три дня и был посвящен столетию со дня рождения Героя Социалистического Труда, народного поэта Дагестанской АССР Расула Гамзатова. Его участниками стали журналисты зарубежных, федеральных и региональных СМИ, этнографы и культурологи из разных регионов России, а также из Белоруссии и Абхазии. Насыщенная программа включала мастер-классы, обмен журналистским опытом и экскурсии по историческим местам Дагестана.

Наталья АЛЕКСЕЕВА

**Распространенная СМИ информация о том, что некоторые медицинские услуги якобы станут платными с 1 сентября, не соответствует действительности, сообщил помощник министра здравоохранения России Алексей КУЗНЕЦОВ. Все виды медицинской помощи, в том числе экстренная, неотложная, а также плановая, которая оказывается в стационаре или амбулаторно, лекарственное обеспечение в стационарах будут и дальше оказываться бесплатно в рамках программы госгарантий, добавил он. Кузнецов подчеркнул, что изменения в этой части не планируются.**

**АКТУАЛЬНО**

## В Минздраве опровергли информацию о том, что некоторые медуслуги станут платными

При этом правила устанавливают исчерпывающий перечень случаев, когда организации, оказывающие медицинскую помощь в рамках программы государственных гарантий или территориальной программы госгарантий, вправе оказывать пациентам платные услуги. По большей части речь идет о случаях, когда та или иная процедура проводится не по назначению врача или жизненным показаниям, а по собственному желанию и инициативе пациента.

А. Кузнецов добавил, что на протяжении нескольких лет программа государственных гарантий постоянно расширяется, в нее включаются новые, современные методы диагностики и лечения. С 2023 года Правительство РФ дополнительно расширило программу государственных гарантий бесплатного оказания медицинской помощи, включив в нее

новые виды высокотехнологичной медицинской помощи.

По словам Кузнецова, медицинские организации при заключении договора на оказание платных медицинских услуг обязаны предоставить пациенту в доступной форме информацию о том, что он может получить соответствующую медицинскую помощь бесплатно в рамках программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи и территориальной программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи. Также медицинская организация обязана уведомить пациента о предельных сроках ожидания медицинской помощи при получении ее бесплатно. Это требование закреплено постановлением Правительства РФ, действует с 2012 года и является обязательным.

## Результаты испытаний аналога препарата «Золгенсма» обнадеживают

Минздрав РФ считает клинические испытания аналога препарата «Золгенсма», применяемого для лечения спинальной мышечной атрофии (СМА) у детей до двух лет, обнадеживающими. Это препарат компании «Биокад». Сейчас идет первая фаза клинических исследований, набор пациентов.

Виосад – российский биотехнологическая компания, объединяющая научно-исследовательские центры, фармацевтическое и биотехнологическое производство и соответствующие международным стандартам доклинические и клинические исследования. Компания создает препараты для лечения онкологических, аутоиммунных и других социально значимых заболеваний. Ее продуктовый портфель состоит из 61 лекарственного препарата.

Препарат «Золгенсма» попал в Книгу рекордов Гиннесса как самое дорогое лекарство в мире, стоимость одного укола составляет примерно 160 млн. рублей.

Подготовила Ольга КАЛАШНИКОВА

**С работой этого ведомства продолжает нас знакомить и.о. организационно-методическим отделением Зарема КАЗИЕВА.**

- Специалистами срочного социального обслуживания регулярно ведутся работы по выявлению граждан, оказавшихся в сложной жизненной ситуации. Экстренно оказывается необходимая помощь, оформляем их в стационарные и полустационарные учреждения, в НДПИ и РПНИ. Так же оказываются услуги разового характера, такие как: доставка продуктов, оплата коммунальных услуг, доставка горячих комплексных обедов, сопровождение на прогулку, восстановление утерянных документов, выдача материальной помощи и другие услуги. При отделении срочного социального обслуживания ведется продуктивная работа за счет оказанной благотворительной помощи от граждан «Вещевой фонд» и «Мобильная бригада».

В рамках реализации мероприятий регионального проекта «Старшее поколение» гражданам нашей республики старше 65 лет, проживающих в сельских поселениях Кенже, Хасанья, Белая Речка, Адюхо организована услуга мобильной бригады нашего учреждения. Осуществляем бесплатную доставку в медицинские учреждения для прохождения диспансеризации, в том числе дополнительных скринингов.

Ежедневно ведем работу с электронной базой данных по учету подопечных, регулярно вносим информацию на интернет-сайт учреждения о деятельности нашего филиала.

Для предоставления пассажирских перевозок гражданам, состоящим на учете у нас в филиале на льготных условиях, с июня 2013 года функционирует «Социальное такси». Стоимость одной поездки составляет 70 рублей (в любой конец города). Услуги такси предоставляются только в пределах административных границ г.о. Нальчика в неограниченном количестве поездок в месяц. Клиенты очень довольны обслуживанием и регулярно просят передать слова благодарности в адрес водителей «Социального такси». Также с декабря 2016 года службу «Социального такси» предоставляем людям с ограниченными возможностями и маломобильным гражданам. Право на получение данной услуги имеют граждане, проживающие в г.о. Нальчик: инвалиды 1, 2, 3 группы, включая инвалидов-колясочников; дети-инвалиды; маломобильные граждане старше 75 лет,

## СОЦИАЛЬНЫЕ РАБОТНИКИ - В ЗОНЕ МИЛОСЕРДИЯ

**В прошлом номере («Горянка», № 31, 2023 г.) мы рассказывали о работе ГКУ «Республиканского комплексного Центра социального обслуживания населения» Министрства труда и социальной защиты Кабардино-Балкарской Республики – филиала по городскому округу Нальчик.**

люди, утратившие способность к самопередвижению; инвалиды и участники ВОВ. Услуга такси предоставляется заказчиком по предварительным заявкам, не позднее, чем за сутки до срока выполнения заявки. За первое полугодие этого года услугами таксистов воспользовались 24 клиента (76 поездок). График работы «Социального такси»: с 9-00 до 18-00 в рабочие дни.

В целях реабилитации лиц с ограниченными возможностями, профилактики одиночества, улучшения эмоционального настроения и общего самочувствия клиентов филиала, проводим работу по взаимодействию с учреждениями культуры и общественными организациями. Для реализации перечня мероприятий был создан «Диспетчерский центр», где услуги инвалиду по слуху предоставляются бесплатно в случае его обращения в центр лично, либо через законного представителя. Диспетчерский центр размещается в здании учреждения и функционирует круглосуточно. За необходимой информацией инвалиды по слуху могут обратиться в центр по факсу или электронной почте, отправив текстовое сообщение, в котором сообщают свои данные и конкретное содержание вопроса. Желательно дополнительно указать адрес электронной почты, на который инвалиду по слуху было бы удобнее получить ответ, можно воспользоваться и каналами сотовой связи посредством SMS-сообщения или по видеотелефонной системе связи. Телефон: **8(8662)40-59-03**, номер в WhatsApp: **8-928-722-52-66**, имя в Skype: **КБР Диспетчерский центр для инвалидов по слуху**.

В феврале 2020 года для предоставления дополнительных платных услуг по уходу на дому за гражданами пожилого возраста и инвалидами на базе нашего учреждения была создана «Социальная служба сиделок». Услуги сиделок оказываются получателям социальных услуг, утратившим способность к самообслуживанию в связи

с преклонным возрастом, болезнью, инвалидностью, нуждающихся в постоянном или временном уходе в привычной для них социальной среде, определенные критериями возможности выполнения различных видов деятельности и оценки факторов риска.

При отделении срочного социального обслуживания с января 2022 года функционирует «Горячая линия». Сюда могут обращаться граждане, вышедшие на пенсию по старости, инвалидности, которые остались одни или родственники, осуществлявшие ранее за ними уход, были госпитализированы в связи с заболеванием. Специалисты нашего учреждения придут к ним на помощь и предоставят услуги по доставке продуктов питания и лекарственных препаратов бесплатно. А для граждан, постоянно проживающих на территории Украины или вынужденно покинувших и прибывших на территорию нашей республики, с марта месяца прошлого года тоже открыта «Горячая линия», куда уже обратилось 196 человек.

В рамках реализации ИПРА (индивидуальной программы реабилитации и абилитации) еженедельно на базе нашего учреждения проводятся занятия по социальной реабилитации детей инвалидов. Совместно с волонтером-добровольцем Л. ДЫГОВОЙ проводятся занятия по арт-терапии «Краска жизни». Например, к Международному женскому дню 8 марта, дети подготовили поделки для своих матерей. Также в рамках данной программы, для детей инвалидов еженедельно проводятся занятия по «Окружающему миру» совместно со специалистами Государственной национальной библиотеки КБР им. Т.К. Малыхова. В результате таких занятий у детей развивается мелкая моторика рук, воображение, усидчивость, ребята начинают между собой сближаться, общаться и дружить. Всеми отделениями филиала за первое полугодие этого года было обслужено 6125 человек.

С марта прошлого года открыт телеграмм-канал ГКУ «РКЦСН» МТЦЗ КБР по городскому округу Нальчик. Ссылка на канал: <https://t.me/csonnalchik>. Регулярно работает первый интернет-сайт ([www.cson-nalchik@mail.ru](http://www.cson-nalchik@mail.ru)), ведется постоянная работа в двух профилях на сайтах [www.telegram.ru](http://www.telegram.ru) (<https://t.me/csonnalchik>), [www.vkontakte.ru](http://www.vkontakte.ru) (<https://vk.com/id17147545>-ГКУ «РКЦСН») МТ и СР КБР – филиал по городскому округу Нальчик).

**Ангела КУДАЕВА**

## Школьницы из КБР возглавили рейтинг победителей Всероссийского конкурса на лучшее сочинение

**Подведены итоги творческого смотра, посвященного описанию своей культуры на русском языке и описанию русской культуры на родном (не русском) языке. Уредителем конкурса выступает Минпросвещения РФ, оператор — Федеральный институт родных языков народов РФ. В номинации «Описание русской культуры на родном языке» первое место заняла ученица школы с.п. Кашхатау Черекского района САМИРА ЧАТТАЕВА; второе место заняла ученица нальчикской гимназии №29 МАРИЯ КАРДАНОВА; ученица гимназии №6 г.о. Прохладный НИЗАНА ЗАПТИЕВА стала лауреатом конкурса.**

Стоит отметить, что на конкурс поступило более 500 творческих работ из 64 регионов нашей страны. Всероссийский конкурс на лучшее сочинение о своей культуре на русском языке и лучшее описание русской культуры на родном языке направлен на поддержку и развитие познавательного интереса школьников в области изучения русского и родных языков, сохранения ценностей традиционной народной культуры, осознания языковой идентичности посредством самостоятельной творческой работы над созданием художественного текста. Всероссийский конкурс на лучшее сочинение о своей культуре на русском языке и лучшее описание русской культуры на родном языке проводится среди четырех возрастных групп с 4 по 11 классы в два этапа: региональный и федеральный. На федеральный этап принимается по три работы от каждой возрастной группы обучающихся – победителей регионального этапа.

Учитель балкарского языка и литературы кашхатауской школы ЛАРИСА КУЛБАЕВА, подготовившая победительницу, поделилась, что гордится своей ученицей. «Конечно, мы рады, что сочинение Самииры Чаттаевой на тему: «Дерево держится корнями, а человек семьей» оказалось среди лучших. Благодаря необычному подходу оно и правда получилось очень самобытным. Задумка была Самииры, а ей

только помогла развить эту мысль и получилось сочинение, достойное победы. Самиира ученица пятого класса, умная, целеустремленная, обязательная, учится на «отлично». Мама Самииры принимает активное участие в ее образовании, хочет, чтобы девочка развивалась всесторонне. О конкурсе мы узнали в каникулярное время, но Самиира с готовностью отозвалась, не ленится подойти, чтобы вместе обсудить, отредактировать сочинение. Я работаю с классами, где немало замечательных, творческих, грамотных учеников. В своей практике я стараюсь как можно больше детей задействовать в участии в различных конкурсах. И мы рады, что второе место тоже за нашей республикой».

Участницы, отмеченные вторым местом и статусом лауреата, также делились в своих сочинениях мыслями по теме «Дерево держится корнями, а человек семьей». Текст писался на родном языке и дублировался на русский. Ученицу 6 класса гимназии №29 Марию Карданову подготовила учитель кабардино-черкесского языка и литературы Марина ФЕНДИЕВА. Десятиклассница Низана Заптиева из прохладненской гимназии №6 работала под руководством учителя кабардино-черкесского языка и литературы Светланы МИКИТАЕВОЙ.

**Ляна БАТЫРОВА**

**В Приэльбрусье зафиксирован летний рекорд по количеству подъемов на канатной дороге. Шестого августа система учета кабардино-балкарского горного курорта «Эльбрус» зафиксировала около пяти тысяч уникальных проходов.**

## ПЯТЬ ТЫСЯЧ ГОСТЕЙ ЗА ОДИН ДЕНЬ

В этот день у подножия самой высокой вершины Европы состоялся финал беговых соревнований Alpindustria ElbrusRace, в том числе любительский забег от генерального партнера гонки – института развития Кавказ.РФ, который управляет курортом.

«За три дня фестиваля мы приняли на курорте только спортсменов больше двух тысяч человек. Не меньше гостей приехали на «Эльбрус» в качестве туристов – друзьями, парами, целыми семьями. Причем, география – вся Россия: от Калининграда до Дальнего Востока. Это говорит о том, что курорт востребован не только в зимний период. Мы планомерно выстраиваем всепогодность, создаем новые активности, что дает возможность развиваться «Эльбрусу» и как горнолыжному комплексу, и как спортивной базе, и как летнему горному курорту», – отметил генеральный директор Кавказ.РФ Андрей ЮМШАНОВ.

«Эльбрус» принимает фестиваль Alpindustria Elbrus Race уже в одиннадцатый раз. В этом году он прошел 4-6 августа и собрал 2100 спортсменов из России, Белоруссии и Казахстана. Участники преодолели семь дистанций общей протяженностью 360 км, в том числе самую большую – трассу вокруг Эльбруса на 135 километрах.

Самый массовый забег состоялся во второй день соревнований. Это любительская дистанция от Кавказ.РФ, 6,5 км от Поляны

Азау до станции «Гарабаши» пробежали 346 человек.

«Считаю, что фестиваль прошел прекрасно – организация на высшем уровне. Это подтверждают и сами участники, и зрители. Конечно, за выходные мы приняли рекордное число гостей, судя не только по уникальным проходам, но и по спросу на гостиницы, трансфер, прокаты. И для Кавказ.РФ, и для республики – это большая прибыль. Поэтому убежден, что такие спортивные праздники влияют и на турпоток, и, соответственно, на доход лучше, чем что-либо, и развивают «Эльбрус» как высокогорную базу и точку притяжения спортсменов не только в зимний, но и в летний период», – отметил заместитель генерального директора Кавказ.РФ, президент Федерации горнолыжного спорта и сноуборда Кабардино-Балкарии ХИСА БЕККАЕВ.

Также Хиса Беккаев рассказал, что уже в октябре «Эльбрус» готовится принимать ежегодные тренировки горнолыжников и сноубордистов на леднике. Ориентировочно в феврале 2024 года состоится чемпионат России по горным лыжам. А на будущий спортивный сезон запланированы соревнования региональных и сборных команд страны по зимним видам спорта, альпинистские мероприятия.

**Наш корр.**



# Кулина АСАНОВА: Музыка - я люблю все жанры, все течения, лики этого чуда

**Заслуженный деятель искусств КБР Кулина АСАНОВА очень нестандартный человек. У нее есть немало песен, которые с годами набирают только популярность и давно перешагнули границы нашей республики. Мама замечательной нашей коллеги по журналистскому цеху Мадины и уже трижды бабушка, Кулина продолжает развиваться и творить. Десять лет назад, ближе к пятидесяти годам, она научилась водить, а сейчас осваивает монтаж видео... для чего? Да просто интересно. Послушаем ее монолог. Это монолог человека, который знает боль потерь, горечь поражений, но и радость успеха и вкус настоящего счастья.**

## БЕЗ КЛАССИКИ НИ ДНЯ

- Люблю народные песни: и русские, и балкарские, и кабардинские, и испанские – все! Народная песня проходит экзамен, испытание веками. Моя мама пела все время народные песни. Ее любовь к русскому романсу – в моей крови. Но в то же время слушаю все: классику, джаз, симфонию, оперы. И когда по разным обстоятельствам два-три дня без музыки, становится дискомфортно. БАХ, МОЦАРТ, ЧАЙКОВСКИЙ, ГЛИНКА, ШОСТАКОВИЧ и многие другие – у каждого из них есть отдельные произведения, мои любимые, близкие, родные. Ах, музыка - я люблю все жанры, все течения, лики этого чуда. Даже когда смотрю фильмы, отмечаю музыку. Когда вышел мультфильм «Маугли», всем интересен был сюжет, а меня потрясла музыка Губайдулиной. Музыка создает атмосферу фильма. Например, «Реквием по мечте». Разве там роль композитора меньше, чем сценариста и режиссера? Но порою музыка разрушает фильм, если неправильно подобрана. Посмотрите фильм «Все тот же Мюнхгаузен» с Янковским, там каждое слово, движение персонажей в такт музыке. И кто скажет, что в успехе фильма нет львиной доли музыки?

## СТРАННОЕ ДЕЛО: НИКОГДА НЕ ЧУВСТВУЮ ВОЗРАСТ

- Когда меня спрашивают, почему работаю на пенсии или другие вопросы задают, связанные с возрастом, я даже немного теряюсь. Странное дело: никогда не чувствую возраст. Потому что я все еще живу в режиме творчества. А в творчестве возраста нет. Пока творишь, ты вечно молодая! Вот так я избрала хитрый способ оставаться вечно молодой. Но это не кокетство, а истина: творчество держит в форме.

## КОГДА БЫЛА СЧАСТЛИВА

- Я счастлива всю жизнь, мне нравится жить. Но... у балкарцев не принято, чтобы

женщина говорила о супруге, но я скажу. Я была особенно счастлива все десять лет нашей супружеской жизни с художником Владимиром БАККУЕВЫМ. Мне было интересно с ним, я любила на него смотреть, просто молча пить чай вместе – уже было счастье. Мне также было интересно его творчество и он сам как творческая личность. Володя крайне редко писал картины на заказ. Он работал для души. И, кстати, спас около сорока картин Валеры КУРДАНОВА. Он говорил, что Курданов – балкарский ПИРОСМАНИ. Их мастерские были друг против друга. Однажды пришел человек из Александровки и сказал, что видел хлев, где дыры в стенах заделаны работами Курданова на фанере. Володя поехал немедленно и был потрясен. Часть работ пропали, а то, что можно было спасти, он привез в мою мастерскую. Он ходил в Мемориал жертвам политических репрессий балкарского народа, но переговоры ничем не завершились. Потом передал все картины абсолютно бескорыстно коллекционеру Даниялу ХАДЖИЕВУ. Одну работу обещал журналисту Ахузат МИШАЕВОЙ, и я уже после смерти Володи выполнила его волю. Мне до сих пор тяжело о нем говорить. Не могу привыкнуть, что его больше нет. Да, он в душе, но глаза по-прежнему ищут его.

## САМОЕ ГЛАВНОЕ ДОСТИЖЕНИЕ

- Я пересматриваю шкалу достижений. То, что казалось успехом вчера, сегодня кажется просто очередным событием жизни. Не вершины, не успех, а просто жизнь. Да, я член Союза журналистов России и Союза композиторов, многие мои передачи остались в Фонде республиканского телевидения. Были песни, которые поет весь Кавказ. Но это же просто жизнь!

Но все равно, есть моменты, которые я выделяю, например, в 2020 году я вступила в Союз композиторов России. Очень



этим горжусь, долго шла к этому. Никогда не сомневалась в выборе профессии, всегда хотела только петь, всегда желала быть в мире музыки. Помню, когда училась в Верхнебалкарской школе, приехала комиссия отбирать претендентов в Нальчикский интернат для музыкально одаренных детей. Выбрали троих, среди них была и я. Быстро убедила мать и отца, а вот директора, наш дальний родственник, пытался меня отговорить. И я сказала: «Отдайте сейчас же мои документы. Я здесь учиться не буду». Это было в четвертом классе! Вот такая была, стояла на своем, не уступала. Вернулась в село через три года, когда там открылась музыкальная школа. Ее возглавила Галина Александровна АТАБИЕВА. Она сделала очень многое для музыкального развития детей Верхней Балкарии. Именно она повезла меня в музыкальное училище в Нальчике и радовалась не меньше меня, когда я поступила.

## О ПЕСНЯХ И ВЫЖИВАНИИ

- Песни... что может быть лучше песен? Моя мама Халимат прекрасна пела. Весь репертуар Лидии РУСЛАНОВОЙ перепевала. Наряду с балкарскими, русскими народными песнями любила и казакские. Она их выучила в годы высылки в Азию. Мама еще красиво танцевала. Однажды в Казахстане собралась молодежь, и в круг вышли танцевать чеченец и моя мама: на спор, кто кого перетанцует. Моя тетя Рахима была гармонисткой. И вот целый час танцевала пара, чеченец выдохся, а моя мама нет. Чтобы спасти честь парня, тетя сказала: «Гармонь устала и гармонистка тоже» и перестала играть. Мама ушла из жизни в сорок девять лет, инсульт. А нас семеро детей в семье. Когда не стало мамы, младший брат еще учился в школе, отцу было трудно. Я это понимала, и сама себя содержала. В годы учебы в музыкальном

## ЮБИЛЕЙ

училище работала в музыкальной школе в Верхней Балкарии. Директор школы Галина Александровна Атабиева договорилась с директором училища Мусой Хабаловичем ХАСАНОВЫМ, и я уезжала из Нальчика домой в пятницу, отработывала в селе субботу и понедельник и приезжала обратно на учебу. А когда училась в институте, днем занималась музыкой, а ночами вязала. Сестры продавали связанные мной вещи, и на эти деньги я жила, плюс стипендия.

## УМЕЮ ДРУЖИТЬ

- Я умею дружить и любить. Всех моих родных люблю бесконечно. И когда они уходят, это такая боль. Я проводила в последний путь двух моих братьев.

Что касается дружбы, немало людей, с которыми я сумела сохранить дружеские отношения в течении всей моей жизни. Не предаю.

Мне нравится, когда людям рядом со мной хорошо. Люблю радовать людей, видеть, как они улыбаются. Никогда не делюсь плохим настроением, потому что оно имеет свойство поглощать, убивать все хорошее. Надо озвучивать, усиливать радость, больше замечая его, акцентируясь на нем. Опять же, я вспомнила мою маму, левунью и плясунью, она так любила вокруг себя создавать пространство радости, а ведь это поколение, пережившее депортацию и войну. Каждый день дарован Богом и нам надо быть благодарными и счастливыми. Не ныть.

## РОСЛА НА ЛОНЕ ПРИРОДЫ

- Земля так многое дает. Я помню колхозный сад, где мы, счастливые дети, собирали травы, фрукты, еще целыми днями проводили у реки Чайнашки, то купаясь, то играясь. Отец говорил, что до строительства ГЭС во времена его детства туда приплывал лосось на нерест, но, увы, гидроэлектростанция разрушила баланс в природе. Целые дни в лоне природы – это столько сил дарит на всю жизнь. Меня вдохновляет природа. Природа и поэзия. Однажды за короткое время я написала двенадцать песен на стихи Танзили ЗУМАКУЛОВОЙ. Двенадцать песен друг за другом! Это было чудо. Для меня поэзия Танзили – источник вдохновения. Если у меня рождается мелодия, звоню ей и пою по телефону. Ее мнение очень важно для меня. Многие мои песни не спеты. Потому что нужна аранжировка, оркестровка, а это финансовые ритмы. А я беру глубокие тексты. Да, народ поет мои песни, но это не более десяти процентов от написанного мной. Ничего, надеюсь, настанет время и для других моих песен!

Марзият БАЙСИЕВА.

Фото из личного архива К. Асановой

# «ЧИТАЮЩИЙ АВГУСТ» В НАЛЬЧИКЕ

**3 августа в Государственной национальной библиотеке КБР им. Т.К. Мальбахова в рамках фестивального движения «Книжные маяки России» состоится комплексное мероприятие под названием «Читающий август».**

На встрече присутствовали сотрудники библиотеки, активисты клубов, функционирующих при ГНБ, представители общественности и СМИ.

Мероприятие провел директор библиотеки, доктор филологических наук, профессор, заслуженный деятель науки КБР, Светлана МОТТАЕВА, народный писатель КБР, заслуженный работник культуры КБР, Член Союза писателей и Союза журналистов России; Зарина КАНУКОВА, поэтесса, драматург, журналист, главный редактор газеты «Горняк», член Союза писателей России; Владимир КУДАЕВ, член Союза писателей России и Союза журналистов России, лауреат Государственной премии КБР, заслуженный журналист КБР, кандидат исторических наук; Игорь ТЕРЕХОВ, прозаик, кинодраматург, поэт, журналист.

Как отметил А.Г. Емузов, «Фестиваль книжные маяки России» – это интеллектуальный праздник для читающих россиян и русскоязычных пользователей интернета. Это уникальная, масштабная и социально-значимая некоммерческая инициатива, призванная объединить библиотекарей, издателей, писателей, управлен-

цев и читателей для достижения стратегической цели: создать условия, чтобы 80 процентов россиян читали в среднем не менее 12 книг в год!

Цель проекта «Читающий август» – популяризация чтения, книжной культуры, русского языка и литературы, укрепление традиционных духовно-нравственных ценностей, развитие библиотеки, приобщение молодежи к книжной культуре.

К данному мероприятию приурочена акция «Подари библиотеке книгу», инициированная Анатолием Гузеровичем. В соответствии с этой акцией он передал в дар ГНБ 500 экземпляров произведений классиков отечественной и зарубеж-

ной литературы, свои научные труды, включая докторскую и кандидатскую диссертации, монографические исследования, статьи, «Англо-кабардино-русский фразеологический словарь» и научно-методические разработки, посвященные сравнительно-сопоставительному исследованию фразеологии кабардино-чечерского, русского и английского языков, а также свои мемуары и публицистические статьи. Указанные материалы представлены на книжно-иллюстративной выставке «Читающий август».

Идея акции состоит в том, чтобы открыть доступ к книгам более широкому кругу читателей. Общеизвестно, что чем больше

## ФЕСТИВАЛЬ

читателей пользуются той или иной книгой, тем она ценнее и тем больше она приносит пользы людям, обществу и государству. Так, например, количество читателей ГНБ в настоящее время, составляет более 72 000 человек и все они имеют доступ к фонду библиотеки, который составляет около 2 млн. единиц хранения.

Приглашенные гости рассказали о своем творчестве, о планах на будущее, и тоже дарили библиотеке свои книги.

Заместитель директора ГНБ по науке, заслуженный работник культуры КБР, Александра Сергеевна АРЗАНУНЦ от имени коллектива библиотеки выразила благодарность Анатолию Гузеровичу за большой, ценный книжный подарок, сделанный им родной библиотеке.

Мадина БЕКОВА



## ВАЖНО ПОНИМАТЬ СВОЮ МИССИЮ

**Молодой предприниматель Залина ДОХОВА – пример того, как можно построить успешный бизнес с нуля. Обладатель бизнес-премии «Сенсация года»-2022 создает и продвигает бренды, обучает людей основам ведения бизнеса, выступает на крупных конференциях не только в республике, но и в разных городах России. В июне Залина организовала масштабное мероприятие: бизнес-форум Ехро-2023, на котором выступили успешные предприниматели республики.**

математики и физики. Оба диплома с отличием.

### МОЕ ДЕЛО

- Уже с первого курса начала заниматься бизнесом. Тогда я открыла свой первый салон красоты под названием «Zali» в Краснодаре, который сразу стал приносить доход. Благодаря успеху через полтора года открыла второй салон красоты уже в центре города Краснодар. Вернувшись в Нальчик, я решила начать все с чистого листа, так как в нашем городе было достаточно салонов красоты. Благодаря успешным проектам, я уже неплохо разбираюсь в бизнес-процессах: систематизации, автоматизации бизнеса, набирала помощников, которые разбираются в разных сферах - smm специалистов, администраторов, занимающихся систематизацией бизнеса. В Нальчике в районе Александровка в 2019 году открыла детский центр. На тот момент здесь не было ни одного детского центра и родителям приходилось возить детей в другие районы города. Центр имел успех и приносил большую радость жителям района. К сожалению, коронавирус внес свои коррективы, центр пришлось закрыть. На данный момент у меня крупный бизнес-проект по продажам на маркетплейсах, где я продвигаю два бренда женской одежды A&Z и Folt. Для меня очень важно качество моей продукции. Хочу, чтобы, приобретая вещь, человек получал удовольствие начиная от

упаковки, заканчивая высоким качеством исполнения. Вот что приносит мне радость и дает силы работать еще. Работаю с несколькими производствами, одно из них находится в Турции, два - в Киргизии и одно - в России. Все это не состоялось бы без моего бизнес партнера Астемира НЫРОВА - сооснователя холдинга BN Group. Хочу выразить ему огромную благодарность за то, что поверил в меня и инвестировал деньги в мой проект. Кроме этого, он помог мне своим опытом, знаниями и поддержкой.

### ПО СТОПАМ РОДНЫХ

- В детстве я проводила очень много времени с бабушкой и дедушкой. Гид Галиевич КАЛУКОВ – мой дедушка, заслуженный работник народного образования КБР, автор многочисленных научных статей и нескольких учебников, прекрасно разбирался в маркетинге, менеджменте в управлении. Воспитанная таким дедушкой, переняв его умения, знания и опыт, я должна была стать успешной. Обучаюсь продажам, построению бизнеса и многому другому в любой сфере, когда хочу узнать, как это сделать правильно. Интересы у меня связаны с обучением не случайно. Моя мама Зайрана - учитель дополнительного образования по математике, с детства мой идейный вдохновитель. Без ее вклада в мое воспитание и образование я бы не состоялась как личность. Очень благодарна мужу, считаю,

что его поддержка стала основополагающей в достижении моего успеха. Каждый раз, когда начинала проект, он верил в меня, помогал максимально и физически, и финансово, всегда морально поддерживал. Мне очень хотелось обучать людей, поэтому я решила передавать свои знания по продажам, начала вести групповые занятия. Считаю, особенно это важно женщинам, поскольку работать можно удаленно. Кроме этого, люблю организовывать масштабные мероприятия. На прошедшем Ехро-2023 было много положительных отзывов, хотелось бы чаще проводить подобные мероприятия, объединить крупных предпринимателей, наладить общение с начинающими предпринимателями, чтобы молодые ребята могли задать вопросы, получить опыт и знания из первых рук.

### ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

- Увлеченный у меня немного, потому что бизнес занимает много времени, а еще у меня маленький ребенок. Старшую выделять время на пробежку и тренировки в зале. В данный момент я работаю над написанием своей книги о том, как достичь успеха в бизнесе, в частности на маркетплейсах, где передам свои знания в разных сферах бизнеса. В планах у меня еще больше развивать свои бренды, расширить ассортимент, сотрудничать с еще более крупными производствами, в идеале - открыть собственное производство. Я мечтаю, чтобы большинство контрактных производств было в нашей стране, а еще лучше в нашей республике. И, конечно же, обучить еще больше людей, помочь освоить востребованную профессию, чтобы они были независимы и могли зарабатывать в любых условиях. Это моя мечта и большая миссия.

**Лиана ШОРДАНОВА.**

**Фото Тамары Ардавовой**

## «ПРОХЛАДНЕНСКИЕ КАНИКУЛЫ» - ПРАЗДНИК, КОТОРЫЙ ЖДУТ

**Традиционный праздник молодежи «Прохладненские каникулы» проводится по инициативе администрации города Прохладного с августа 2009 года. Для креативной молодежи второго по величине города Кабардино-Балкарии он успел стать своеобразным брендом. Это одно из самых ожидаемых событий года для молодых людей. Каждый раз организаторы придумывают что-то новое, необычное, по-хорошему удивляя и восхищая молодежь.**

В первую субботу августа 2023 года «Прохладненские каникулы» состоялись в пятнадцатый раз. Праздник получился ярким, зрелищным, масштабным и насыщенным эмоционально. Вся территория городского парка, где он проводился, превратилась в этот день в огромную познавательную игровую площадку. Звучала музыка, работали аттракционы, многочисленные мастер-классы, в том числе, по аквагриму, рисованию картинок песком, раскрашиванию гипсовых фигурок, декору гипсовых изделий мхом. Как всегда свои эксклюзивные изделия представили горожанам мастера и рукодельницы Прохладного. Малыши с увлечением рисовали мелом на асфальте, демонстрируя знания безопасности дорожного движения. Много любителей искусства привлек ансамбль национального танца «Амир» городского дома культуры, организовавший мастер-класс по казачьим танцам. Коллектив образован около шести лет назад, но уже стал лауреатом не только всероссийских, но и международных конкурсов. Недавно он представлял Кабардино-Балкарию в Турции.

Эффектно прошли показательные выступления спортсменов отделения художественной гимнастики и группы фитнес-джампинга. Фитнес-джампинг - это популярный вид аэробных тренировок, позволяющий не только привести тело в хорошую физическую форму, но и поднять настроение. Занятия проводятся на специальных шестиугольных батутах диаметром 120-130 сантиметров, дополненных опорной стойкой, подходят для людей любого возраста, а по эффективности приравниваются к бегу. Спортивная молодежь подклубилась к «Веселым эстафетам», к конкурсу «ГТО - будь первым». И в летней библиотеке было многолюдно и интересно. Сотрудники городской библиотеки им. В. Маяковского организовали для молодежи литературную площадку «Читающий город». Девушки и юноши смогли полистать популярные книги, поучаствовать в литературной лотерее «Классики и современники» и в квиз-игре «Эрудит». Победители конкурсов на знание классических произведений получили сладкие призы.

Волнующе и приподнято про-



шла акция «ZA наших» в поддержку специальной военной операции. На глазах у зрителей волонтеры города плели маскировочные сети, которые в ближайшее время будут переданы нашим бойцам в СВО. Во время изготовления сетей проводился поэтический марафон «ZA России! Вместе мы - сила!». Читатели и сотрудники городской библиотеки, а также жители города, местные поэты читали стихи о России, родине, патриотизме, специальной военной операции. Символично звучали стихотворения Э. АСАДОВА «Россия начиналась не с меча!» и Т. АХИНЬКО «О, если бы Земля умела говорить», выразительно продекламированные Динарой ДИКИНОВОЙ и Татьяной САЗОНОВОЙ. Великолепно представила зрителям героическую думу Кондратия

РЫЛЕЕВА «Иван Сусанин» библиотекар Наталья ГОЛОВАНОВА. Проникновенно исполнил стихотворение Максима ФАДЕЕВА «Журавли» самый юный участник марафона Матвей ФИЛИМОНОВ. Актер народного театра Александр САВЧЕНКО с чувством прочитал стихотворение Сергея ЕСЕНИНА «Гой ты, Русь моя родная». Творчество Александра ТВАРДОВСКОГО красиво представили публике студентка КБГУ Зарина АРХАНГЕЛЬСКАЯ и активные читатели библиотеки Галина БЫКОВА и Тарас ДРЕМАНОВИЧ. Авторские стихи о специальной военной операции прочитали Андрей ГИМЛЬФАРБ, Ольга СТУПЕНЬКОВА, Екатерина БЫЧ, Лариса АНТЫШЕВА и Ника СОЛОДКАЯ. Следует отметить, что стихи поэтов были сотканы из самых глубоких чувств, потому что у некоторых

из них близкие люди в настоящий момент находятся в зоне СВО.

Самым ярким и масштабным эпизодом праздника стали красивая и стильная концертно-игровая программа «Музыкальные краски лета» и вечерний молодежный концерт «В ритмах лета» с участием звезд эстрады КБР, в том числе заслуженного артиста Кабардино-Балкарской Республики Азамата ЦАВКИЛОВА, исполняющего свои песни в стиле поп и шансон.

На летней сцене парка молодежь приветствовал глава местной администрации Прохладный Вячеслав АРХАНГЕЛЬСКИЙ. Он отметил, что праздник «Прохладненские каникулы» посвящен тем, от кого зависит будущее нашей страны. «Именно вы - молодые - завтра возьмете на себя всю ответственность за нашу малую родину, ее дальнейшее развитие, за судьбу старшего поколения. Не останавливайтесь на достигнутом, всегда идите вперед!», - призвал девушек и юношей Вячеслав Николаевич.

В программу желанного праздника были включены любимые тинейджерами фестивали красок и пенная вечеринка. А завершились «Прохладненские каникулы» флешмобом «Будь заметным! Засветись!», который проводился с использованием световозвращающих элементов. Праздник удался, и тридцатипятиградусная жара не стала препятствием для его проведения.

**Ольга СТУПЕНЬКОВА,**  
**г. Прохладный**

ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 августа

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «АнтиФейк» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России»
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 Т/с «НЕСЛУЧАЙНАЯ ВСТРЕЧА» (16+)

ТВЦ

10.30, 04.40 Д/ф «Александр Лазарев и Светлана Немолова. Испытание верностью» (16+)

00.45 Д/ф «Тайная комната. Эммануэль Макрон» (16+)
01.25 Д/ф «90-е. Жены миллионеров» (16+)

ТВЦ

04.50 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)

ТВЦ

05.00 «Утро России»
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО»

ТВЦ

05.00 «Утро России»
07.00 «Сегодня утром» (12+)

ТВЦ

11.00, 01.10 Т/с «ДУМА О КОВПАКЕ» (16+)

ТВЦ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

ТВЦ

06.00 «С бодрым утром!» (16+)

ТВЦ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории» (16+)

ТВЦ

06.00 «Вы это видели» (12+)

ТВЦ

06.00 «Сегодня утром» (12+)

ТВЦ

11.00, 01.10 Т/с «ДУМА О КОВПАКЕ» (16+)

ТВЦ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

ТВЦ

06.00 «С бодрым утром!» (16+)

ТВЦ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

08.45 «Смотри на мир глазами молодых». Литературно-музыкальная композиция (12+)

ТВЦ

17.00 «Новости 1КБР» (16+)

ТВЦ

17.00 «Новости 1КБР» (16+)

ТВЦ

18.05 «День семьи, любви и верности», г. Майский. Передача третья (12+)

ТВЦ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)

ТВЦ

08.55 «Знание-сила» (0+)

ТВЦ

14.00 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4» (16+)

ТВЦ

10.15 Х/ф «ГЛЯДИ ВЕСЕЛЕЙ» (16+)

ТВЦ

06.30 «Пешком...»
07.05 «Театральная летопись. Олег Табаков»

12.45 Моя любовь - Россия!
13.15 Линия жизни
14.10 Х/ф «ПАСПОРТ» (16+)

ТВЦ

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ТВЦ

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ТВЦ

07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ТВЦ

08.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ТВЦ

07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ВТОРНИК, 15 августа

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «АнтиФейк» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России»
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 Т/с «НЕСЛУЧАЙНАЯ ВСТРЕЧА» (16+)

ТВЦ

10.30, 04.40 Д/ф «Александр Лазарев и Светлана Немолова. Испытание верностью» (16+)

02.10 Д/с «Герои и жертвы холодной войны» (12+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)

ТВЦ

04.40 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)

ТВЦ

05.00 «Утро России»
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО»

ТВЦ

05.00 «Утро России»
07.00 «Сегодня утром» (12+)

ТВЦ

11.00, 01.10 Т/с «ДУМА О КОВПАКЕ» (16+)

ТВЦ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

ТВЦ

06.00 «С бодрым утром!» (16+)

ТВЦ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

14.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
15.00 «Засекреченные списки» (16+)

ТВЦ

17.00, 03.20 «Тайны Чапмана» (16+)

ТВЦ

20.00 Х/ф «БРОСКО КОРЬБЫ» (18+)

ТВЦ

13.00 «Есть тема!»
14.25 «Кто кого?» (12+)

ТВЦ

13.00 «Есть тема!»
14.25 «Кто кого?» (12+)

ТВЦ

06.00 «Кто кого?» (12+)

ТВЦ

06.00 «Кто кого?» (12+)

ТВЦ

06.00 «Кто кого?» (12+)

08.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ТВЦ

09.05, 09.35 Отражение-1
10.10, 11.35, 22.30 Т/с «ОХОТНИКИ ЗА БРИЛЛИАНТАМИ» (16+)

ТВЦ

17.00 «Новости 1КБР» (16+)

ТВЦ

18.25 «Шаг в будущее» (12+)

ТВЦ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)

ТВЦ

08.55 «Знание-сила» (0+)

ТВЦ

14.00 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4» (16+)

ТВЦ

10.15 Х/ф «ГЛЯДИ ВЕСЕЛЕЙ» (16+)

12.45 «Рассказы из русской истории»
14.05 Д/с «Коллекция»
14.35 Х/ф «ЦЫГАН» (16+)

ТВЦ

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ТВЦ

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ТВЦ

07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Антифейк» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России»
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.20 Т/с «НЕСЛУЧАЙНАЯ ВСТРЕЧА» (16+)
10.35, 04.45 Д/ф «Андрей Миронов. Клянусь, моя песня не слета» (16+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Антифейк» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России»
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.25 Т/с «НЕСЛУЧАЙНАЯ ВСТРЕЧА» (16+)
10.35 Д/ф «Олег Табаков. У меня все получилось...» (16+)

01.25 «Знак качества» (16+)
02.10 Д/с «Герои и жертвы холодной войны» (12+)

НТВ

04.50 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»

ЗВЕЗДА

05.20 Т/с «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

РЕП

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С Бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+)

СРЕДА, 16 августа

18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
19.00 Информационная программа 112 (16+)
20.00 Х/ф «Г.И. ЮЕ. БРОСОК КОБРЫ-2» (18+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Кто кого?» (12+)
06.30 «Голевая неделя. РФ» (6+)
07.00, 09.30, 12.50, 18.10 Новости
07.05, 17.15, 20.20, 00.25 Все на Матч!

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Кавер-шоу». Музыкальная программа (12+)
06.50 «Золотые звезды Кабардино-Балкарии». Герой Советского Союза М. Рогачев (12+)

09.00, 09.30, 10.00, 13.00, 14.00, 15.00, 19.00 Новости
09.05, 09.35 ОТражение-1
10.10, 11.35, 22.30 Т/с «ОХОТНИКИ ЗА БРИЛЛИАНТАМИ» (16+)

СРНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.45, 09.30 Т/с «ЧЕРНАЯ ЛЕСТНИЦА» (16+)
10.00, 13.30 Т/с «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Пешком...»
07.05 «Театральная летопись. Олег Табаков»
07.35, 18.45, 02.15 Д/с «Предки наших предков»

ЧЕТВЕРГ, 17 августа

13.00, 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
15.00 «Неизвестная история» (16+)
17.00, 03.30 «Тайны Чапман» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Кто кого?» (12+)
06.30 География спорта (12+)
07.00, 09.30, 12.50 Новости
07.05, 18.10, 23.30 Все на Матч!

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Актуальная тема» (16+)
06.20 К 150-летию со дня рождения С. Рахманинова. «Служение муз не терпит суеты...» (12+)

10.10, 11.35, 22.30 Т/с «ОХОТНИКИ ЗА БРИЛЛИАНТАМИ» (16+)
11.05 «Календарь» (12+)
12.30 «Свет и тени» (16+)
13.10, 14.05 ОТражение-2
15.10 Х/ф «ДОРОГАЯ ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА» (16+)

СРНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.30, 09.30 Т/с «ЧЕРНАЯ ЛЕСТНИЦА» (16+)
09.45, 13.30 Т/с «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Пешком...»
07.05 «Театральная летопись. Олег Табаков»
07.35, 18.45, 02.15 Д/с «Предки наших предков»

16.15 Д/ф «Александр Вампилов»
17.15 20 лет Национальному филармоническому оркестру России под управлением Владимира Свижакова. Произведения В.А. Моцарта и Г. Канчели

МИР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Тайм-аут». Спортивный вестник (12+)
06.30 «Парламентский час» (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Квизумум телажы» («Служение будущему»). Педагог Зарема Елюева (каб.яз.) (12+)

16.15 Эпизоды
17.15 20 лет Национальному филармоническому оркестру России под управлением Владимира Свижакова. П.И. Чайковский. Симфония №6 «Патетическая»

МИР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Лица спорта». Президент Федерации ММА КБР Залим Пшуклов (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Динмир гъащъыр» (Религия и жизнь) (каб.яз.) (12+)

1 КАНАЛ
05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.20 «АнтиФейк» (16+)

РОССИЯ 1
05.00 «Утро России»
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО»

09.00-09.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ «Северный Кавказ»
09.15-09.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (каб. и балк. яз.)
09.30-09.55 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. УТРО РОССИИ. КАБАРДИНО-БАЛКАРИЯ (каб. яз.) (12+)

ТВЦ
06.00 «Настроение»
08.15, 11.50 Х/ф «ПРЕИМУЩЕСТВО ДВУХ СЛОНОВ» (16+)

22.10 «Хорошие песни» (12+)
23.35 Х/ф «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА» (16+)

ПЯТНИЦА, 18 августа

18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
20.00 Х/ф «ДИКИЙ» (16+)
21.30 Х/ф «КОординАТЫ «ЦИТАДЕЛЬ» (16+)
23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. Суперсерия. Прямая трансляция. (16+)

МАТЧ ТВ

06.00, 14.25 «Кто кого?» (12+)
06.30 «Третий тайм» (12+)
07.00, 09.30, 12.50, 14.55, 21.20 Новости
07.05, 15.00, 17.45, 23.30 Все на Матч!

ЗВЕЗДА

06.20 Х/ф «СЛЕДЫ НА СНЕГУ» (16+)
08.20, 09.20 Х/ф «БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ» (16+)
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня (16+)
10.35, 13.25 Х/ф «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ» (16+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Служба «02» сообщает...» (16+)
06.20 «Песня далекая и близкая». Музыкальная программа (12+)

11.25 Х/ф «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ» (16+)
13.10, 14.05 ОТражение-2
15.10 Х/ф «Ч/Б» (16+)
16.35 «За дело!» (12+)

СТРАНАТ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.45, 09.30 Т/с «ЧЕРНАЯ ЛЕСТНИЦА» (16+)
10.00, 13.30 Т/с «СНАЙПЕР. ГЕРОЙ СОПРОТИВЛЕНИЯ» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Пешком...»
07.05 «Театральная летопись. О. Табаков»
07.35 Д/с «Предки наших предков»
08.15 «Жизнь и судьба»
08.35 Д/с «Открытое письмо»

22.10 «Хорошие песни» (12+)
23.35 Х/ф «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА» (16+)
01.10 Х/ф «УСЛУШШИЙ ПАССАЖИР» (16+)

НТВ

04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»

ЗВЕЗДА

06.20 Х/ф «СЛЕДЫ НА СНЕГУ» (16+)
08.20, 09.20 Х/ф «БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ» (16+)
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня (16+)
10.35, 13.25 Х/ф «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ» (16+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Служба «02» сообщает...» (16+)
06.20 «Песня далекая и близкая». Музыкальная программа (12+)

1 КАНАЛ
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.45 «Слово пастыря» (0+)
10.00, 12.00 Новости
10.15 «Поехали!» (12+)

РОССИЯ 1
05.00 «Утро России. Суббота»
08.00-08.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР
08.20-08.35 «Вчера. Сегодня. Завтра».

ТВЦ
05.10 Х/ф «ВСЕ О ЕГО БЫШЕЙ» (16+)
06.50 «Православная энциклопедия» (6+)
07.15 Д/ф «Святые и близкие. Иоанн Кронштадтский» (16+)

ЗВЕЗДА

05.25 Х/ф «ПОДАРОК ЧЕРНОГО КОЛДУНА» (16+)
06.30 Х/ф «ЮНГА СО ШХУНЫ «КОЛУМБ» (16+)
08.00, 13.00, 19.00 Новости дня (16+)

ОТР

06.00 «Искусство танца». Ансамбль народного танца «Насыль» (12+)
06.30 «ТВ-галерея». Заслуженный деятель искусств КБР Тамара Сафарова (12+)

СУББОТА, 19 августа

21.00 Х/ф «ОКУПАЦИЯ» (16+)
23.30 Х/ф «ОКУПАЦИЯ. МИССИЯ «ДОЖДЕ» (18+)
02.00 Х/ф «КОординАТЫ «ЦИТАДЕЛЬ» (18+)
03.20 Х/ф «ДИКИЙ» (18+)
04.45 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Кто кого?» (12+)
06.30 «Рецептура» (6+)
07.00 «Новости»
07.05, 15.15, 18.35, 21.30, 23.45 Все на Матч!

ЗВЕЗДА

05.25 Х/ф «ПОДАРОК ЧЕРНОГО КОЛДУНА» (16+)
06.30 Х/ф «ЮНГА СО ШХУНЫ «КОЛУМБ» (16+)
08.00, 13.00, 19.00 Новости дня (16+)

ОТР

06.00 «Искусство танца». Ансамбль народного танца «Насыль» (12+)
06.30 «ТВ-галерея». Заслуженный деятель искусств КБР Тамара Сафарова (12+)

09.45 «Календарь» (12+)
10.15, 11.35, 15.00, 19.00 Новости
10.20 ОТражение. Суббота
11.40 «Коллеги» (12+)

СТРАНАТ

05.00 «Утро России. Суббота»
08.00-08.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР
08.20-08.35 «Вчера. Сегодня. Завтра».

РОССИЯ К

06.30 «Пешком...»
07.05 «Театральная летопись. О. Табаков»
07.35 Д/с «Предки наших предков»
08.15 «Жизнь и судьба»
08.35 Д/с «Открытое письмо»

17.15, 01.00 20 лет Национальному филармоническому оркестру России под управлением Владимира Спивакова
19.00 «Смехоностальгия»
19.45 Д/с «Искатели»
20.20 Линия жизни» (12+)

МППР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Диньмэр гъащэиэр» («Религия и жизнь») (каб. яз.) (12+)
06.40 «Эскериулэ» («Воспоминания») (балк. яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Диньмэр гъащэиэр» («Религия и жизнь») (каб. яз.) (12+)
06.40 «Эскериулэ» («Воспоминания») (балк. яз.) (12+)

06.00 Д/ф «Удар властью. Муаммар Каддафи» (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)

09.00 «Политическая тетрадь» (12+)
07.20 «Разговор по душам с Александром Ярошенко». Поэт Мухтар Табаков (12+)

06.30 «Лето Господне»
07.05 М/ф «Пятачок». «Царевна-лягушка»
07.55 Х/ф «ОБЫКНОВЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК» (16+)

21.00 «Футбол». ФК «Спартак» (12+)
21.15 «Машук - КМБ» (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 20 августа

1 КАНАЛ
06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 23.35, 00.15, 00.55, 01.35, 02.15, 02.55, 03.30, 04.05 Подкаст. Лаб (16+)

РОССИЯ 1
06.10 Х/ф «ЛЮБИ ВСЕ ВОЗРАСТЫ...» (16+)
08.00-08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР. «СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ»

ТВЦ
04.45 Х/ф «КОЛЫБЕ ШАРЛОТТЫ» (16+)
08.00 Х/ф «НОВЫЙ СОСЕД» (16+)

22.00. 00.55 Х/ф «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ. ПАУТИНА» (16+)
01.45 «Петровка, 38» (16+)
01.55 Т/с «НА ОДНОМ ДЫХАНИИ» (16+)

ЗВЕЗДА
05.30 Х/ф «КОМАНДИР КОРАБЛЯ» (16+)
07.05 Х/ф «ЦЕЛЬ ВИЖУ» (16+)

РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 Смешанные единоборства. А. Стерлинг - Ш. О'Малли. UFC.
08.00, 09.30, 17.40 Новости

ОТР
06.00 «С. Рахманинов. «Всенощное бдение». Концерт Соборного хора Пятигорской и Черкесской епархии (12+)»

РОССИЯ К
06.30 М/ф «Мультифильмы»
08.05 Х/ф «КЛАД» (16+)

08.50 Н. Абрамцева «А я кто?»
09.00 Все по-взрослому
09.45 «Календарь» (12+)

00.15, 11.35, 15.00, 19.00 Новости
10.20 Отражение. Воскресенье
11.40 «На приеме у главного врача» (12+)

00.15 Д/ф «Хроники общественного быта». Водопровод (12+)
14.05 «Большая страна» (12+)

10.05 Тайны старого чердака
10.35 Х/ф «КВАРТЕТ ГВАРНЕРИ» (16+)
13.00 Д/с «Человеческий фактор»

20.25 Х/ф «ШУМИНЫЙ ДЕНЬ» (16+)
22.00 Д/ф «Роман в камне»
23.00 Балет «Ромео и Джульетта»

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Республиканская программа Информационная программа (каб.яз.)» (16+)

РАДИО КБР

Понедельник, 14 августа
00.00, 05.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Максам 99,5-FM
01.35, 10.25, 16.25 «Фэр папцэ»

Вторник, 15 августа
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Максам 99,5-FM
01.30 «Жыццёбг нэужным»

10.05, 16.05 «Адыгхэр: тхьдэр, хабзэр»
10.50, 13.50 «Лъэкъыгъ лыгъгэ» (6+)

Среда, 16 августа
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Максам 99,5-FM
01.30 «Жыццёбг нэужным»

07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкълэ»
07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости»

07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балькъэр» (16+)
07.45, 13.50 «Узыншагъэ» (12+)

Четверг, 17 августа
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.30 «Симфония Кавказа»
01.00, 19.05 Максам 99,5-FM

07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балькъэр» (16+)
07.45, 13.45 «Эзэманн пэджэжу» (16+)

Пятница, 18 августа
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Максам 99,5-FM
01.30 «Жыццёбг нэужным»

07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балькъэр» (16+)
07.45, 13.45 «Диньырэ гъэщэмрэ» (16+)

Суббота, 19 августа
00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Максам 99,5-FM
01.30 «Жыццёбг нэужным»

08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.20 «Кюборчэк» (6+)

Суббота, 19 августа
00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Максам 99,5-FM
01.30 «Жыццёбг нэужным»

07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балькъэр» (16+)
07.45, 13.45 «Диньырэ гъэщэмрэ» (16+)

08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.20 «Кюборчэк» (6+)

11.00, 16.00 «Бора» (6+)
11.21, 16.21 «Ишлэгени келю жарык» (6+)

Воскресенье, 20 августа
00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Максам 99,5-FM

01.38 «Лъэкъым и фыгуыгъэр»
02.00 «Жыццёбг нэужным»
03.00, 20.00 «Орайда»

07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балькъэр» (16+)
07.45, 13.45 «Диньырэ гъэщэмрэ» (16+)

08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.20 «Кюборчэк» (6+)

График совершения намазов по КБР

Table with 7 columns: Time, Day, Sunrise, Noon, Afternoon, Evening, Night. Rows show prayer times for various days from 14.08 to 20.08.

# ПОХВАЛИТЬ ИЛИ ПРОМОЛЧАТЬ, НАКАЗАТЬ ИЛИ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

**Ребенок: он рождается и кажется, что твой. Иллюзия. Вообще не твой. И так потом стыдно за свою безграмотность. Многие понимают все про воспитание, когда волосы белее снега, а ребенок давно уехал и почему-то не звонит... Конечно, уже в школе должен быть курс ответственного родительства. Потому что причина многих суицидов, алкогольной и наркотической зависимости, дисконфорта по жизни – в детстве. Нет, не только в родителях, вообще в детстве. А что могут родители, которые мало видят своих детей, замотанные на работе? Мало что и много что. Они могут подарить любовь детям. Поощрять. О мотивации детей мы поговорили с кандидатом педагогических наук Центра консультативной помощи родителям в составе КБГУ Еленой КАРДАНОВОЙ.**



**- Знает ли кто-нибудь точные методики воспитания счастливого человека?**

- Нет. Потому что жизнь настолько сложная, в ней столько компонентов, что все учесть невозможно. «Пока я не был женат, у меня было шесть теорий насчет воспитания детей. Теперь у меня шестеро детей и никаких теорий» - так написал поэт Джон УИЛМОТ. А английская поговорка гласит: «Не воспитывайте детей, все равно они будут похожи на вас. Воспитывайте себя». Также известно, что «как воспитывать детей знает каждый, за исключением тех, у кого они есть». Но учиться родителю надо. И когда появляется ребенок, надо стараться быть лучше, потому что статус отца и матери обязывает. Опять же, если вспомнить В. СУХОМЛИНСКОГО, он говорил: «Ребенок – зеркало семьи; как в капле воды отражается солнце, так в детях отражается нравственная чистота матери и отца».

В чем сложность воспитания детей? В их индивидуальности. То, что подходит для одного ребенка, не работает для другого малыша. Надо слушать свое сердце. Интуиция вам многое подскажет. И, конечно, читать книги про детей, про их психологию.

**- Давайте уточним про поощрение ребенка. Хвалить можно?**

- Хвалить ребенка можно и нужно. Это вселяет уверенность в ребенка, заставляет его идти к новым целям, не бояться браться за новые дела. Кроме того, в голове у ребенка формируется мысль, что если его хвалят, то значит он поступает

хорошо, его любят, в него верят и уважают! Но отмечая достижения ребенка, никогда не надо сравнивать его с кем-то другим. Он хорош сам по себе, безусловно, а не потому, что лучше кого-то другого. Не сеите зерно исключительности в своем ребенке, принижая достоинства других. Это может сыграть в его судьбе роковую роль. Наоборот, учите ценить других.

Особенно акцентированно стоит хвалить за то, что у него получается с большим трудом, когда для выполнения результата он прилагает массу усилий. («Ты сумел построить корабль, хоть это было очень трудно», «Ты выполнил все задания в задачнике по математике – я горжусь тобой!»).

Напротив, если у ребенка что-то хорошо получается, просто легко дается, не обязательно его захваливать.

**- Часто похвала – это ущемление или деньги.**

- Неправильно. Нельзя поднимать похвалу угощением или деньгами. Лакомство закончится, деньги будут потрачены, а осознание родительской любви и собственной значимости так и не придет.

**- А как хвалить? Есть рекомендации?**

- Хвалить надо искренне и с эмоциями. Если хвалить с иронической интонацией, он поймет, что над ним, скорее всего, смеются. А если употребить слова «на автомате» без эмоций – ребенок не получит эмоционального удовлетворения. Хвалим дела, поступки, достижения, а не личность. «Мница», «красавица» - только для малышей. Чуть повзрослели, говорите о действиях: «мне очень приятно, что ты первый здороваясь со знакомыми, говоришь «спасибо» и «пожалуйста»

или «знаешь, чему я так рада? Тому, что ты сама застелила постель, без моих напоминаний!»

Есть словесные поощрения, есть телесные – это объятия, поцелуи, и, наконец, материальные – награда, подарок, выполнение желания ребенка.

**- Но дети порой невыносимы. И я замечаю даже на улице, как их наказывают – бьют.**

- Это совершенно недопустимо. По данным Всемирной организации здравоохранения, три четверти детей в возрасте от двух до четырех лет регулярно подвергаются физическим наказаниям и психологическому насилию со стороны родителей и воспитателей. Они вызывают страх у ребенка. Но страх не приводит к уважению родителей! Применение силы в отношении ребенка - это отсутствие аргументации у родителя и потеря контроля над своим эмоциональным состоянием. Физические наказания или ругани с громким криком испытывают страх и начинают сторониться и бояться родителей.

У старших детей физическое наказание вызывает обиду, унижение, агрессию, сопротивление. Оцените (ругайте) не самого ребенка, а его поступок. Не «у тебя что руки-крюки», а «если бы ты не торопился, у тебя получилось бы лучше». Повторюсь, нельзя сравнивать его с другими детьми: «ты такой неудачник, вот Петя бы так точно не сделал...» Казалось бы, очевидные вещи, однако родители часто допускают эти ошибки.

Никогда не отвергайте ребенка, совершившего неблагодарный проступок: «уходи, мне такой сын не нужен!», «иди отсюда, мне с тобой разговаривать не о чем».

Исключите слова, унижающие личность ребенка. Ни при каких обстоятельствах их не употребляйте. Нельзя говорить «дурак какой-то, ничего умнее придумать не мог?». Вообще, старайтесь ругать ребенка как можно меньше, ведь вы его самые близкие люди. И если вы его не уважаете и не любите, как он поверит, что его уважают и любят чужие люди? Если вы чувствуете, понимаете, что свою боль за собственные неудачи вымещаете на ребенка, идите к психологу. Дети не виноваты в одиночестве матери или профессиональной несостоятельности отца. Они просто дети, которых прежде всего надо любить. Именно любовь – главное условие для достижений и быстрого развития ребенка.



**Почему любящие друг друга люди живут некоторое время счастливо, а потом предательство одного из них разрушает идиллию? «Не все выдерживают испытание любовью», - говорит психолог Фаризат МУРТАЗОВА. - Когда любишь человека, ревность возрастает. И это надо понимать и принимать. Любовь рождает не только светлые чувства, но и позерения, а там шаг уже до падения». Ревность...недоверие...мысли, что, возможно, любимым любит дружку. И острое желание отомстить. «Там, где любовь, рядом – соблазн предательства», - говорит Муртазова. Чем ближе люди, тем верней будет удар. Тем вернее змея. Но ведь возможно сохранить мир? Не ударить? Да, возможно. Есть люди, у которых есть великий дар жертвенной любви. Они никогда не подсматривают за любимым человеком, не читают его переписку, полностью ему доверяют. Но этих людей мало. Много больше тех, кто ведется на поводу своих обид, часто наудманых и предает. Увы, у предательства нет обратного отсчета.**

## Я УНИЧОЖИЛА ВСЕХ ПОДРУГ

Налчанка Татьяна Н. рассказала: «Много лет назад я познакомилась с парнем, мы встречались, и все было до такой степени хорошо, что я боялась слгазить. Встречались, свидания были полны сюрпризов, смеха, счастья. Все было так, как у молодых и должно быть. В один из праздников я решила познакомить его с моей подружкой. Гуляли в парке, катались на аттракционах. Вечером, изрядно проголодавшись,

решили пойти в ресторан. Я помню до сих пор музыку, которая играла в тот вечер. Нам было весело втроем, интересно, а подружка веселее всех. Мой парень пригласил меня танцевать два раза, мне стало неудобно, и я прошептала ему на ухо «пригласи подружку». Он с радостью это сделал. На следующий день он не позвонил. И на второй, и на третий день... не отвечал на мои звонки. Потом, через какое-то время подружка говорит: «А я замуж вышла!» Нет, не было у меня никакого

## И ЕСЛИ ЕСТЬ ЛЮБОВЬ, РЯДОМ – СОБЛАЗН ПРЕДАТЕЛЬСТВА

предчувствия. Я радостно спросила: «За кого? Когда?». И тут она назвала его имя. Вот так я потеряла свою первую любовь и подружку. Это был урок. Я уничтожила подружку, чтобы не зарилась на мое».

### ПРОВЕРКА МОНЕТКОЙ

Постоянная читательница «Горянки» менеджер Лена К. считает, что предательство часто связано с темой денег. «Вот правду говорят: хочешь проверить человека на вшивость, лживость, наглость, подлость - дай денег в долг. Так получилось и со мной. Правда, я не собиралась проверять ее на эти качества, что перечислены выше. Просто доверяла ей и дала большую сумму в долг. Она первое время перечисляла мне по 10, 20, 30 тысяч. Но когда остались еще 400 тысяч, позвонила и сказала, чтобы я больше не ожидала переводов и еще пригрозива своими молящимися родственниками. Это был шок. Я стала говорить, что я совсем не богатый человек, это деньги на «черный день», стала настаивать, чтобы вернула. Она пообещала отдать половину оставшейся суммы. Назначила сама время. Это время подошло. Я жду, она молчит. Молчу и я. Вот поэтому и не хочу называть свою фамилию. Я все еще надеюсь, что она отдаст долг, не предаст мое доверие».

Айшат К., предприниматель, сказала свое мнение про испытание деньгами: «Да, у меня есть небольшой магазинчик. Конечно, мне не

любятся большие деньги, но, слава богу, на хлеб хватает. От того, что у меня есть хоть какая-то прибыль, многие мои родственники и подружки считают, что я могу одолжить любую сумму. Да, конечно, я рада бы помочь всем, но у меня нет крупных сумм. А когда даю в долг большие суммы, зачастую вовремя не возвращают. Но вот беда, я не могу попросить их отдать долг. У меня не хватает совести. Я где-то читала: «Если тебе удалось обмануть человека, то это не значит, что он дурак, это значит, что тебе доверяли больше, чем ты этого заслуживаешь!» Это меня как-то немного успокаивает, но в то же время тревожит до душе – а вдруг я слишком наивная?»

### НИКОГО К СЕБЕ НЕ ПРОПИСЫВАЙТЕ!

Очень часто человек настолько доверяет другому человеку, что делится с ним всем, заботится чрезмерно... и наказание не заставляет себя долго ждать. Наша респондентка Лина К. рассказала о своем печальном опыте. «Я прописала подружку к себе в домовую книгу. Прошло какое-то время, она пришла и стала требовать от меня площадь, принадлежащую ей по документам, и подала на меня в суд... И я выплатила ей ее долю. Более того, она украла у меня золотые изделия и чуть не развела меня с мужем. После этого я не могу никому делать добро, потому как погорела. Как говорится в одной мудрой послови-

це, обожглась на молоке, дую на воду. Пусть меня никто не осуждает. Вот нет доверия чужим людям».

А Светлана М. из Чегема продолжает доверять: «Да, признаю, я очень доверчивый человек. И всегда хочу помогать людям! На мой взгляд, именно это делает меня человеком. Вот много раз выручала соседку, давала в долг. Конечно, первое время она возвращала, но в последний раз, а это было четыре года тому назад, взяла десять тысяч и даже не думает возвращать. Для меня, пенсионерки, у которой пенсия тринадцать тысяч, это немалые деньги. Вы представляете, она не вернула мне деньги и... перестала со мной разговаривать. Как будто это я ей не вернула».

### Комментарий психолога

**- Да, наше доверие людям может быть расшатано из-за кого-то. Но надо понимать: вас предаст не весь мир, а только один человек. Как жить вообще не доверяя никому? Просто порою надо внимательно наблюдать за своим окружением, и вы поймете, кто из них может подвести. Включите интуицию. Вы услышите мысли друзей, даже когда они молчат. Просто до поры до времени вы выключали эту функцию. Функцию считывания окружающего мира. После первого же предательства пробудитесь, чтобы вас не обманывали и не предавали снова и снова.**

● **Материалы Елены АППАЕВОЙ. Фото Тамары Ардавовай**

## Между нами девочками

Так забавно было читать развернутое письмо девушки, которая рассказывала про подругу своего парня (вроде даже жениха). Всякий раз удивляюсь, как женский пол старается выдти в черном перекрашенное белое. В некотором смысле, так думать – делать мужчинам комплимент, будто они сложные личности. На деле все гораздо проще: если жених оставляет вас одну посреди свидания и мчит к подруге, значит она важнее для него, чем вы. Зачем он вообще отвечает на звонки «подруги», когда вы проводите время вместе?

Прозвучали намеки на сомнения автора письма насчет свадьбы. Не сомневайтесь, муж будет продолжать вести себя

по-прежнему и ни сброшенные пять килограммов, ни трое детей, ни ваша высокая степень способности к компромиссу, ничто не изменит его поведения. Когда мужчины ведут себя определенным образом, есть лишь одна причина: он хочет так себя вести. Не копайтесь в себе, не ищите причину в себе. Он остается с вами? Значит, он хочет с вами быть, его все устраивает. Если он предпочитает общество «подруги» вашему – значит, с ней ему интереснее.

Друзей причин нет, мужчины просты как пять копеек и только мы, женщины, пытаемся состряпать из них великую загадку, а потом разгадать. И чем больше вы стараетесь, тем

сильнее все путается в трехбуквенном ребусе, который вы решаете через формулу стремия неизвестными.

Мой вам совет (непрощенный, но все же): оставьте этих «друзей» друг другу, иначе в вашем браке будет слишком многолюдно. Цените себя больше, козо бы то ни было, не терпите отношения, в которых вас ставят на второе место. Мне пришлось пройти через пять лет абьюзивных отношений и болезненный развод, чтобы понять эти простые истины. Не повторяйте мои трюки в домашних условиях, опасно для здоровья. Надеюсь, у вас все будет хорошо.

А.Г.

## Ничто не случается дважды

Идти против судьбы – то еще умение. Особенно пытаться сделать то, что тебе не суждено. Согласитесь, вы тоже чувствуете иногда, что делаете все правильно, но что-то внутри сопротивляется, вызывает сомнения, просто не хочется. В таких случаях, скорее всего, вы идете не по тому сценарию, что подготовили для вас свыше. Именно это я чувствовала на своей великолепной свадьбе, которую ждала так сильно, так мечтала приблизить этот завесный день. Все сошлось в одном моменте: я влюблена в жениха, мне нравилось мое платье, прическа получилась удачной, праздник двинулся четко по сценарию, моя лучшая подруга поймала букет. Все идеально. А у меня в голове: что-то не так, здесь что-то не так!

Вскоре я поняла, что было не так. Свекровь, которая лила «слезы счастья» на свадьбе, которая называла меня дочерью и клаясь никогда не обижать, на деле всячески пыталась помешать свадьбе. Она считала меня недостойной ее драгоценного сына, отговаривала до последней минуты и даже звонила ему, когда мы уже были в заесе. До сих пор помню, как мой светлый и прекрасный жених взял трубку, отошел, долго говорил. Вернулся, как ни в чем не бывало, а у меня так сильно кольнуло в груди, что я схватила за лиф платья и пыталась скрыть боль.

Точно так же я буду хвататься за сердце еще несколько лет, чувствуя приближение

панической атаки, только еще не знаю об этом, стоя в белом мраморном вестибюле, в белом корсетном платье до колен, с маленьким букетиком ландышей, собираясь связать судьбу с любовью всей жизни. Я тогда улыбнулась своему без пяти минут мужу. Это была улыбка, которая нуждалась в ответной улыбке и даже дополнительном прикосновении. Моя улыбка была чем-то вроде детской руки, протянутой в поисках надежной опоры. Жених вскинул брови и улыбнулся в объектив фотографа. Мне до ужаса хотелось сбежать отсюда, но я решила добить свою мечту и тоже улыбнулась на камеру. У меня до сих пор хранится эта фотография как напоминание того, что надо доверять своим чувствам. Вот бы я ушла тогда, вернула кольцо, вернулась домой, и не прожигала то, что устроила мне судьба за мое непокорство.

Мы развелись через шесть лет. Свекровь добилась своего множеством разных изощренных путей, для рассказа о которых нужно отдельное время и упаковка сухих салфеток. Вышла я из этого брака с весом 43 килограмма, нервным срывом, паническими атаками и повышенным артериальным давлением. Я усвоила урок: надо брать от жизни не все, а только то, что она дает добровольно. Не хватайте со стола, так сказать, пока вам не положат вашу порцию на тарелку.

Сюзанна

## ВСЕ ПРОЦЕ

## Мы рядом

Обычно я просто читаю письма в рубрике «Между нами, девочками», но в этот раз захотелось ответить женщине, которая писала про то, как в одиночестве сидит по ночам, чтобы побыть в покое. Знаете, это так знакомо, я жила так много лет. Отправляла всех спать и неспешно пила чай, читала новости или просто переписывалась с подружками. Для меня это были антистрессовые моменты, возможность побыть в тишине после целого дня, когда меня все время куда-то зовут, что-то спрашивают, рассказывают то, что мне сто лет не надо, требуют делать и говорить то, что не хочется.

Ситуация была такой сложной для меня еще и потому, что я интроверт. Не люблю шумные компании и множественные эмоциональные контакты с большим количеством людей. А в семье, где живут три поколения друг у друга на головах, это неизбежно. Бывали дни, когда я так уставала говорить, что запералась в ванной и сидела минут 10-15, собираясь с силами снова выйти и вступить в опасную лучину бесконечного общения. Любимой в семье, кроме меня, мог высказать свое мнение и несогласие, заявив, что хочет отдохнуть и уйти в комнату, или просто сказать, что не хочет делать и говорить то-то или то-то. Догодываетесь, почему я

не могла делать так же? Правильно, потому что я была единственной невесткой довольно продолжительное время.

Почему-то в семье мужа считают, что невестка обладает суперспособностями и испытывают ее на прочность. Я выдержала и теперь могу просто не говорить ни с кем, не готовить и не убирать, не подстраиваться. Догодываетесь, почему? Потому что я зарабатываю больше всех и каждый в семье зависит от меня так, или иначе. Это был единственный способ подняться в локальной иерархии и «остаться в живых», не прибегая к разводу. И я приложила все усилия к добытию денег.

А до этого года пила чай на кухне по ночам, заедая стресс печенюшками. Читая письмо в прошлом номере, я будто вернулась в те времена и содрогнулась. Ни один мужчина никогда не поймет, почему женщина, такая уставшая за день, сидит по ночам совершенно одна. Но таких нас много, и мы рядом друг с другом, хотя и незнакомы. Просто, когда будете пить чай в следующий раз, представьте рядом молчаливую уставшую женщину, которая понимает вас лучше, чем кто бы то ни было. Вы не одна.

Раиса

## ДЕРЕАЛИЗАЦИЯ И ДЕПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ

Наверно, требуется некоторая смелость, чтобы выразить свои мысли честно, даже в анонимном письме в газету. Тем более признаться, что ты плохая мать и понятия не имеешь, как воспитывать детей и дать им пресловутую дорогу в жизни. Происходящее кажется нереальным, ты перестаешь понимать смысл жизни и что вообще происходит. Ты смотришь на то, как другие живут, стремишься к чему-то, зачем-то пытаешься улучшить свою жизнь и думаешь: зачем это все, какой смысл в происходящем? Наверно, читателю покажется это странным, ведь это ненормально – не понимать, зачем все стремятся жить лучше. Верно, странно. Это называется дереализацией и деперсонализацией, относится к одной из форм нарушения психики. А я этого не знала и боялась, что свихнусь в один момент, даже не понимая, что происходит.

Открытое письмо о своем состоянии мне надо было написать, как часть психологического лечения. Я решила написать в «Горянку», чтобы осознавать: это не просто слова на бумаге, мои мысли будут читать люди. Кто-то, возможно, узнает себя в этих строчках.

Сказать честно, трудно возвращать себя в реальность. Мозг упорно не желает принимать тот факт, что дома не картонные, а моя жизнь – не просто фантазия. Что у моих действий есть последствия, мои решения меняют мою жизнь и жизнь окружающих. Но я работаю над тем, чтобы вернуть себя к реальности. Вот бы еще найти хорошего психолога в Нальчике, а то мне приходится лечить себя по видео из ютуб, без шуток. Хотелось бы квалифицированной помощи.

В интернете искала психолога онлайн, но, во-первых, час услуги стоит довольно дорого (может, они думают, проблемы имеют лишь богатые?), а во-вторых, почти нет специалистов с высшим образованием. Большинство могут похвастаться лишь педагогическим образованием и непонятными курсами повышения квалификации, что совсем не внушает доверия. И сверху еще очень малый процент занимается именно моей проблемой. То есть, на выходе поисков я получила выхлоп.

Сложно представить, что в 21 веке, в столице КБР ищешь хорошего психолога, а его нет. А если все-таки есть – отзовитесь, пожалуйста.

Василиса

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).

## МЫ ИЩЕМ ТАЛАНТЫ

Любить ребенка и желать ему счастья – неотъемлемое свойство родителя. В этом правиле, конечно, есть исключения. Но большинство родителей стремятся воспитать счастливого, самостоятельного и успешного человека. Поэтому с раннего детства они пытаются уловить потенциальные способности, которые разовьются в старшем возрасте, увидеть зачатки таланта или даже гениальности, чтобы помочь ребенку найти место в жизни.

Мало кто задумывается о том, что под стремлением открыть и развить талант ребенка, чтобы во

зрелом возрасте он преуспевал в своем деле, кроется и некоторая доля эгоизма. Во-первых, человек, который «крепко стоит на ногах», вероятнее поддержит родителей в старости, чем тот, кто не устроил собственную жизнь. Если у взрослого ребенка будет желание и возможность помогать родителям, то родители смогут опереться не только на себя и государство, но и на детей. Мы говорим не только о материальной помощи, но и о помощи в решении бытовых проблем и просто психологической поддержке.

### КАК РАСКРЫТЬ РЕБЕНКА

С другой стороны, существует неясное социальное давление: по достижениям детей судят об успешности родителей. Мама

взрослых детей на вопрос «как дела?» расскажет не только о себе, но и о том, чем сейчас заняты дети, где учатся и работают, насколько они успешны. Об этих гранях детско-родительских отношений тоже стоит помнить: мы помогаем не только своим детям, но и в какой-то мере себе.

Давайте разберемся, как родители могут увидеть сильные стороны ребенка, чтобы во взрослом возрасте он стал преуспевающим инженером, актером или биологом.

Родитель – это лучший помощник и наставник для ребенка. Кроме родителей увидеть потенциал будущего чемпиона или лауреата Нобелевской премии могут еще учителя, но, конечно, влияние родителей на ребенка гораздо сильнее. Поэтому вы

явить задатки ребенка можно именно в домашних условиях.

### НАБЛЮДАЙТЕ И ПОЩРЯЙТЕ

Лучшее, что может сделать родитель, это внимательно смотреть за играми и занятиями ребенка. Если ребенок любит рисовать, это еще не значит, что он станет художником или дизайнером. Но если вы отметите, как хорошо у него получается и во время дядите ему в руки краски, то вероятность открыть в нем художника вырастет.

Фото  
Тамары  
Ардавоной  
(Продолжение  
на 16-й с.)





Консультант рубрики – врач-кардиолог  
нальчикской городской поликлиники №3  
Лариса ЧОЧАЕВА.

### ОСНОВНЫЕ СТРАТЕГИИ ПРОФИЛАКТИКИ

Популяционная профилактика включает изменение образа жизни, экологической обстановки, пропаганду здорового образа жизни. Стратегия высокого риска: превентивные меры, направленные на снижение уровня факторов риска ССЗ. Эти направления профилактики должны взаимно дополнять друг друга. Профилактику ССЗ можно условно разделить на две группы. Первичная профилактика включает рациональный режим труда и отдыха, увеличение физической активности, ограничение поваренной соли, отказ от алкоголя и курения, снижение калорийности пищи и массы тела. По сути именно первичная профилактика позволяет сохранить рациональные условия жизнедеятельности человека. Вторичная (медикаментозная и немедикаментозная) профилактика проводится дифференцированно с группами пациентов с верифицированными ССЗ с целью предупреждения рецидивов заболеваний, развития осложнений у лиц с реализованными факторами риска, снижения заболеваемости и смертности от этих болезней, улучшения качества жизни пациентов. По данным ВОЗ, наибольший вклад в риск внезапной смерти вносят три основных фактора: артериальная гипертензия, гиперхолестеринемия (дислипидемия) и курение.

### КЛАССИФИКАЦИЯ ФАКТОРОВ РИСКА

Биологические факторы: возраст, пол, наследственность (раннее развитие ССЗ у родственников); генетические факторы, способствующие возникновению дислипидемии, гипертензии, толерантности к глюкозе, сахарному диабету и ожирению; анатомические, физиологические и метаболические (биохимические) особенности: дислипидемия, ожирение и характер распределения жира в организме, сахарный диабет. Поведенческие факторы: пищевые привычки, курение, низкая двигательная активность, употребление алкоголя, подверженность стрессам.

Наличие даже одного из факторов риска увеличивает смертность мужчин в возрасте 50-69 лет в три с половиной раза, а сочетание нескольких факторов - в пять-семь раз. Таким образом, для воздействия на факторы риска ССЗ необходимо у каждого индивидуума мотивировать формирование здорового образа жизни.

### ДЕСЯТЬ ОСНОВНЫХ МЕР ПРОФИЛАКТИКИ СЕРДЕЧНО- СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

**Здоровое питание.** На состояние сосудов и сердца значительно влияет состав ежедневного рациона. Частое и чрезмерное потребление жирных и жареных блюд, кофе, куриных яиц, соли и сахара - верный путь к ухудшению состояния сосудов и развитию инфарктов, инсультов, гипертонической болезни и других опасных недугов. Повышенное содержание насыщенных жиров, кофеина, соли и сахара увеличивает уровень «вредного» холестерина и сахара в крови. Под их воздействием на сосудистых стенках образуются атеросклеротические со временем атеросклеротические бляшки. Сужение просвета сосудов приводит к их износу. Этот

**Неделя профилактики сердечно-сосудистых заболеваний проводится Минздравом РФ 7-13 августа. Сердечно-сосудистые заболевания атеросклеротического генеза, особенно ишемическая болезнь сердца, остаются основной причиной преждевременной смерти во всем мире. По данным эпидемиологических исследований, профилактика ССЗ высоко эффективна. Медицинское сообщество едино во мнении, что здоровый образ жизни является основой профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний. Снижение смертности от ИБС на 50 процентов связано с воздействием на факторы риска и только на 40 процентов с улучшением лечения. Профилактика ССЗ - это координированный комплекс на общественном и индивидуальном уровне, направленный на устранение или минимизацию влияния ССЗ и связанной с ними инвалидности. Профилактические мероприятия должны проводиться всю жизнь, начиная с рождения и до глубокой старости.**

## ПРОФИЛАКТИКУ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ НАДО ПРОВОДИТЬ ВСЮ ЖИЗНЬ

фактор повышает нагрузку на сердце, развивается артериальная гипертензия. Гипертония, в свою очередь, приводит к развитию многих тяжелых заболеваний, которые могут приводить к инвалидности и смерти. Вредны для сердца и сосудов: жирное мясо; кондитерский жир; сахар и продукты с ним; куриные яйца (не более 1-2 в неделю); кофе (не более 1 чашки в день).

**Борьба с лишним весом.** Ожирение всегда повышает риск патологий сосудов и сердца - каждые лишние 10 кг могут повысить АД на 10-20 мм рт. ст. Всем людям необходимо регулярно взвешиваться и измерять окружность живота для определения абдоминального ожирения. Индекс массы тела (по Кетле) - до 28,0; обхват талии - до 88 см у женщин, до 102 см у мужчин. При превышении этих показателей необходимо соблюдать низкокалорийную диету и быть физически активными.

**Борьба с гиподинамией.** Гиподинамия - одна из частых причин заболеваний сердца и сосудов. Это подтверждают факты о низкой физической активности горожан и пожилых людей. Занятия физкультурой и частое пребывание на свежем воздухе позволяют активизировать кровообращение, укрепить миокард и стенки сосудов, ускорить вывод «вредного» холестерина; насытить ткани организма кислородом, нормализовать процессы обмена веществ.

**Отказ от вредных привычек.** Все исследования о влиянии курения, алкоголя и наркотиков указывают на один неоспоримый факт - отказ от этих вредных привычек позволяет в десятки раз снизить риск возникновения заболеваний сердца и сосудов. Поступление этих токсических веществ в организм приводит к следующим последствиям: повышение АД; развитие аритмии; учащение пульса; ожирение; повышение уровня «вредного» холестерина; развитие атеросклероза; жировая инфильтрация и токсическое поражение сердечной мышцы; ухудшение состояния миокарда и стенок сосудов. Если вы не можете сами избавиться от зависимости, то для отказа от пагубных привычек следует воспользоваться следующими способами: для отказа от курения - иглокалывание, никотиновые пластыри или жевательные резинки, гипноз, авторские методы Жданова, Маккена, Карра, Шичко и др.; для отказа от алкогольной или наркотической зависимости - курс лечения и реабилитации у профессионального нарколога.

**Борьба со стрессом.** Частые стрессовые ситуации приводят к износу сосудов и миокарда. Во время нервного перенапряжения повышается уровень адреналина. В ответ на его воздействие сердце начинает биться учащенно, а сосуды сужаются спазмом. В результате происходит скачок АД, и миокард изнашивается намного быстрее. Противостоять стрессу можно так: чаще бывать на свежем воздухе или на природе; научиться не реагировать бурно на мелкие неприятности или бытовые сложности; соблюдать режим труда и отдыха; высыпаться; получать положительные эмоции от хобби и общения с

друзьями или близкими; слушать расслабляющую классическую музыку; при нервозности принимать успокоительные препараты на основе лекарственных трав.

**Самоконтроль АД и своевременное его снижение.** По данным статистики в России из-за артериальной гипертензии умирает около 100 тыс. человек. Повышение АД приводит к развитию ИБС, инфарктов, инсультов и других патологий сердца и сосудов. Именно поэтому все люди должны регулярно контролировать показатели давления. Европейское общество кардиологов рекомендует измерять АД с такой частотой: если при первом измерении показатели ниже 140/90 - лица не в группе риска, измеряют один раз в год, лица в группе риска измеряют три раза в год; если при двух замерах показатели 140-180/90-105 - измеряют не реже двух раз в месяц; если при двух замерах показатели 180 и выше/105 и выше - измеряют ежедневно и только на фоне начатой антигипертензивной терапии. Поводом для обязательного внепланового измерения АД могут стать такие признаки: головная боль или головокружение; шум в ушах; затрудненность дыхания; «мушки» перед глазами; тяжесть или боли в груди или сердце. При выявлении повышенных показателей АД метод по его снижению при помощи лекарственных средств должен подобрать врач.

**Систематическое профилактическое обследование.** Плановое профилактическое обследование и своевременное посещение кардиолога должно стать нормой для людей, находящихся в группе риска по развитию патологий сердца и сосудов. Это же касается лиц, отмечающих повышение показателей АД при самостоятельном его измерении. Не пренебрегайте рекомендациями вашего лечащего врача. В план регулярного обследования могут входить следующие мероприятия: прослушивание тонов сердца; измерение АД и пульса; анализы на холестерин и сахар в крови; ЭКГ; эргометрия; Эхо-КГ; МРТ; МРА. Какие из них понадобятся именно вам? Определит врач.

**Контроль уровня холестерина в крови.** Начать ежегодно контролировать уровень холестерина в крови необходимо после 30 лет. У здоровых людей его уровень не должен превышать 5 ммоль/л, а у больных с сахарным диабетом - 4-4,5 ммоль/л.

**Контроль уровня сахара в крови.** Начать ежегодно контролировать уровень сахара в крови необходимо до 50 лет. Его уровень не должен превышать 3,3-5,5 ммоль/л (в крови из пальца), 4-6 ммоль/л (в крови из вены).

**Прием препаратов для разжижения крови.** Людям, находящимся в группе риска, кардиолог может порекомендовать прием разжижающих кровь средств. Выбор препарата, его доза, длительность курса приема определяется только врачом, руководствующимся данными анализов и других обследований. Соблюдение этих правил по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний существенно снижает риск их развития. Помните об этом, и будьте здоровы!

Ольга КАЛАШНИКОВА

### • АКТУАЛЬНО

## «Движение первых» займется объединением юннатов

На Камчатке прошел слет юных натуралистов «Движения первых». Он собрал участников из 72 субъектов РФ в возрасте от 14 до 17 лет на Всероссийском молодежном экологическом форуме «Экосистема. Заповедный край» линейки платформы «Росмолодёжь. События». Ключевой задачей слета стало воссоздание юннатского движения во всех регионах России.

Первый заместитель руководителя администрации Президента Российской Федерации Сергей Кириенко отметил, что в этом году на «Экосистеме» впервые участвуют старше школьники из Российского движения детей и молодежи «Движение первых». Слет станет отправной точкой в системной работе «Движения первых» по объединению деятельности детских и юношеских организаций, для создания единой системы экологического воспитания.

Участники слета провели стратегическую сессию по развитию сообщества юных натуралистов на базе движения. Важным событием слета стало первое торжественное посвящение в юннаты «Движения первых».

## Контроль капремонта усилят

Правительство РФ усовершенствует порядок проведения капремонта в многоквартирных домах. Оно подготовило законопроект по совершенствованию порядка проведения капремонта в многоквартирных домах. Это поможет гарантировать соблюдение требований к безопасности и качеству этих работ.

Надзорные органы станут вести реестр протоколов собраний собственников, которые принимали решения. Специалисты будут осуществлять строительный контроль. Акт по результатам контроля будет размещен в государственной информационной системе жилищно-коммунального хозяйства.

Предполагается, что эти законодательные изменения позволят в первую очередь обеспечить прозрачность расходования средств, сформированных на спецсчетах, повысить качество капитального ремонта общего имущества и гарантированно защитить интересы владельцев квартир таких домов.

Сейчас все больше владельцев жилья стремятся сами организовывать капремонт своих домов, выбирать подрядчиков, контролировать ход всех мероприятий и расходование средств. При этом фонд средств на проведение работ формируется на специальном счете.

Подготовила  
Наталья АЛЕКСЕЕВА



## Малина, моя малина

**Светлана ГОГУНОВА, Урванский район:**

У меня достаточно большой огород, где я выращиваю малину, огурцы, картошку, лук, чеснок, морковь и другие овощи. В сезон люблю собирать свежие фрукты, овощи со своего приусадебного участка. Ежегодно, больше семи лет, под реализацию выращиваю огурцы сорта «Феникс плюс». Параллельно занимаюсь малиной более пяти лет.

Огород отнимает много времени и физической силы, но при сборе урожая гордишься и радуешься своим результатам. Все в семье помогают, я бы одна не справилась с такой нагрузкой. У нас тысячи саженцев малины, за которыми нужно ухаживать: вовремя делать обрезку, поливать, собирать ягоды. Нельзя пропускать сбор урожая (в сезон каждые два-три дня), иначе часть плодов останется на земле и пропадет. А от полива малины летом, особенно во второй его половине, напрямую зависит даже урожай следующего года.

Прекращать увлажнение почвы можно только непосредственно перед началом заморозков или в дождливую погоду. Новые технологии облегчают жизнь, например, капельное орошение.

Существуют разные сорта малины, у нас «Полька» и «Бабы лето». «Полька» плодоносит, пока не наступят морозы, дважды за сезон, имеет форму конуса, называю их «шапочки». Больше саженцев малины у меня сорта «Бабы лето», сдаем оба сорта по 160 рублей за килограмм. «Бабы лето» любит влагу и ему нужен ежедневный полив. В среднем, за сезон с одного куста удается собрать до трех килограммов ягод.

С прошлого года появился новый сорт малины «маравилла». Осенью продавали саженцы за 100-150 рублей. Знаменит он высокой урожайностью и крупными плодами, а при транспортировке ягоды сохраняют свои товарные и вкусовые качества. В холодильнике этот сорт может храниться до двух недель, а продают по 350-400 рублей за килограмм. Хотела

Многие жители сельской местности осознанно выбрали место обитания, чтобы иметь возможность быть ближе к природе, видеть больше зелени и питаться экологической здоровой пищей. В селе без ограничений можно выращивать овощи, фрукты, ягоды, заниматься хозяйством и получать чистое мясо, свежие яйца, молоко.

В селах нашей республики женщины на своих приусадебных участках для реализации массово производят тепличные овощи и ягоды (томаты, огурцы, клубнику), занимаются интенсивным садоводством, а в последнее время активно занимаются выращиванием малины.

Малину можно назвать довольно неприхотливой культурой, поэтому, при наличии определенных знаний, с ней без проблем справится даже начинающий садовод-огородник.

Что больше сажают на своих приусадебных участках и успешнее реализуют наши сельчане? Спрашиваем у них самих.

посадить и такую малину, но те, кто выращивает все три сорта, подсказали, что по урожайности «бабы лето» превосходит последний сорт, поэтому переплачивать и покупать саженцы по такой цене не стоит.

\* \* \*

Часто наблюдаем, что при обрезке саженца малины оставляют разную высоту, некоторые укорачивают кусты до метра, а другие оставляют только 20-25 сантиметров от корня. Как правильно?

**Алик САБЛИРОВ, Чегемский район:**

Я по образованию не агроном, но могу поделиться своими наблюдениями. В первую очередь, хочу отметить, что осень считается лучшим временем для первой обрезки и обязательно провести ее за две или три недели до наступления первых заморозков. Некоторые садоводы считают, что лучше обрезку проводить только весной. На мой взгляд, это надо делать и осенью, и весной. У весенней и осенней об-

резки цели разные. Например, в стеблях зимуют вредители, поэтому лучше от них сразу избавиться осенью, а весной должны удалить засохшие ветки и молодую поросль. В этом году эти кусты урожай не дадут, а вот у основного растения будут забирать соки. Но их не обязательно выбрасывать, если есть желание размножить малину, лучше их пересадить в другое место. А вот на какую высоту подрезать саженцы, зависит от степени развитости стеблей. Например, сильно развитые высокие побеги укорачивают минимум до 1,2 метра, а слабо развитые до одного метра. А каждой ветви убирают примерно по 25 сантиметров. В результате получится посадка, в которой все кусты будут иметь равную высоту. Под корень удаляют поломанные побеги, поврежденные болезнями и насекомыми, двухлетние.

А если обрезать малину слишком коротко, то, по моим наблюдениям, отодвигается срок плодоношения. Ягода не успевает созреть и теряется треть урожая.

**Ангелина ШУКОВА, Баксанский район:**

Когда я предложила супругу посадить малину, он категорически был против этой идеи. Говорил, что мода пошла на малину и все занимаются ее выращиванием, как раньше на теплицы, скоро и это пройдет, а от зарослей потом очень трудно избавиться. Но со временем, услышав от соседей и друзей, насколько эта ягода прибыльна, сам посадил саженцы.

Раньше мы занимались выращиванием тепличных овощей, но последнее время затраты не окупались. Обидно, когда вкладываешь много сил, времени, денег и весь год ждешь отдачи, а результата нет. Сами знаете, в селах работы нет, жители надеются в основном на урожай со своих участков. Конечно, как говорится «без труда не выловишь и рыбку из пруда». Особенно сложно во время сбора урожая малины, мы собираем ягоды во второй половине дня, когда очень жарко. В утренние часы они покрыты росой, а мокрая ягода мнется, моментально пускает сок, терять очень. Очень важно правильно одеться перед сбором урожая. Одежда должна закрывать тело, так как побеги малины покрыты шипами, иначе не избежать глубоких царапин.

Бывает, что мы не можем полностью реализовать весь урожай, тогда я варю варенье, потом продаю его или раздаю друзьям, родственникам. В этом году слышала о ягодах голубики, хочу изучить ее особенности и посадить, чтобы продавать урожай.

## Новый перечень, запрещающий эксплуатацию автомашин

С сентября этого года в стране заработает обновленный перечень неисправностей автомобилей, за которыми запрещена их эксплуатация. Если попадетесь на них первый раз - штраф 500 рублей. Инспектор может выписать предписание об устранении этих неисправностей, если не выполните эти предписания, то грозит арест на 15 суток.

В правилах дорожного движения был пункт, запрещающий передвижение автомобиля на летней резине зимой. В этот раз законодатели пошли дальше и решили запретить ездить на зимней шипованной резине летом. Про всепогодную резину в перечне неисправностей ничего не сказано. На ней можно двигаться зимой и летом, штрафа не будет.

При изучении следующего штрафа оказалось, что мне надо успеть до первого сентября в автомастерскую. Отсутствие хотя бы одного крепежного элемента на колесе - штраф, то есть, открылилась крепежная гайка или болт колесного диска. Но и на этом не закончились мои «неисправности». Запретят с сентября месяца устанавливать видеорегистратор и все устройства, которые приклеены присосками на ветровом стекле, они становятся незаконными. Теперь получается подставку для телефона, которая крепилась на лобовом стекле моей машины, придется переставить на «торпедо», но пока воздержусь. Так как присоска крепится на специальной клеевой основе или двухсторонним скотчем, удалить пятно с торпеды после снятия гаджетов будет очень трудно. А у вас какие гаджеты закреплены на ветровом стекле автомашин?

Следующий штраф за АБС, если на приборной панели горит лампа неисправности, тоже 500 рублей и предписание. Получается, когда останавливает инспектор, нельзя глушить двигатель автомобиля?! Я, например, всегда машинально глушу машину и выхожу, как-то неудобно разговаривать из авто, да еще и с шумом мотора.

А этот штраф обрадовал: многие водители меня поймут, кто сталкивается с самопальным ксеноном в фарах, ослепляющим в ночное время. Я думала, что мне нужно менять уже лобовое стекло или с моим зрением проис-

ходит непоправимое. Не подозревала, что такое количество водителей «колдуют» со световыми приборами. Запрещены все световые приборы, которые не предусмотрены конструкцией.

Перечень следующей неисправности дополнен протечками технической жидкости гидроусилителя руля. Или, если переднее колесо самопроизвольно поворачивается при запуске двигателя.

С июля 2023 года вступил в действие приказ МВД России, по нему любой инспектор ГИБДД имеет право остановить водителя и проверить его в базе единого реестра сведений о гражданах, подлежащих постановке на воинский учет. И если вы получили повестку и не явились в военкомат, то в этой базе появится отметка, что не имеете право управлять транспортным средством по этой причине.

Среди нововведений есть и послабления. Теперь из списка неисправностей, при которых запрещена эксплуатация транспортного средства, исключили пункт о наличии аптечки, знака аварийной остановки и огнетушителя.

В июле также был принят законопроект о фиксировании превышения шума специальными камерами шумомерами. Размер штрафа будет варьироваться от пяти до тридцати тысяч рублей, в зависимости от мощности мотора транспортного средства и водителю придет обычное «письмо счастья».

Регионы сами получат возможность устанавливать собственные штрафы для водителей на слишком шумных автомобилях и мотоциклах. Камеры планируется устанавливать в жилых районах, местах по обращению жителей, рядом с больницами и домами отдыха.

Удачи на дорогах!

### • ЗА РУЛЕМ



### • КОНКУРС



В Кабардино-Балкарии проходит уникальный конкурс красоты и талантов под названием «Краса Кавказа», где принимают участие девушки на инвалидных колясках («Горянка», № 31, 2023 г.). Конкурс проходит с 4 по 11 августа, в нем соревнуются шесть девушек из Ставропольского края, Ингушетии и Северной Осетии.

## Стимул для развития доступной среды

Конкурс «Краса Кавказа» - это не просто красивые девушки, это праздник, на который съедутся представительницы республик Северного Кавказа. Они расскажут о родном крае, познакомят с его традициями, поделятся частичкой себя. Каждая участница откроет для себя много нового, получит незабываемые эмоции и обязательно почувствует себя настоящей Принцессой.

«Цель проведения конкурса - повышение социальной вовлеченности людей с инвалидностью во все сферы жизни. Подобные мероприятия - хороший стимул развития доступной среды», - рассказывает организатор мероприятия Ася АХРИЕВА.

6 августа на площадке ресторана «Сосруко» прошел «День гостеприимства». На следующий день в отеле «Синдика» состоялся форум по доступному туризму. У гостей была насыщенная конкурсная и экскурсионная программы. 8-го числа организаторы устроили участникам фотосессию в национальных костюмах на природе, а вечером пикантную вечеринку в СПА отеле «Синдика». В среду девушкам организуют экскурсию на Эльбрус - до поляны Азу, желающим поднимут на канатной дороге. В дальнейших планах - защита бизнес-проектов «Движение вперед» и финал конкурса, который состоится 11 августа в Нальчике в Центре культурного развития.

Вход на мероприятие свободный.



Гость сегодняшнего номера Сабина КАРОВА, с детства мечтала стать педагогом. Уже тогда рассказывала игрушки и «преподавала» им разные дисциплины. Работу с начальными классами в школе совмещает с занятиями в развивающем центре, где по словам Сабрины, можно реализовать разные методики, не находясь в строгих рамках определенной программы. Часто на занятиях знакомит детей с отрывками разных произведений детской литературы.

• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

## ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ

- Взяла бы на необитаемый остров роман Лизы УИНГЕЙТ «Пока мы были не с вами» - произведение, оказавшее на меня сильнее впечатление. В романе прослеживаются две параллельные линии сюжета. Первая - это история Эвери Стаффорд - дочери сенатора, успешного адвоката, любящей внучки, сильно переживающей по поводу своей бабушки Джуди, которая стремительно теряет память из-за болезни Альцгеймера, и потому ее помещают в спецучреждение. Вторая сюжетная линия переносит нас в 1939 год, где историю своей жизни рассказывает Рилл Фосс - в то время двенадцатилетняя девушка, живущая со своей семьей в плавучем домике под названием «Аркадия». Рилл - старшая из пятерых детей, а еще есть Камелия, Ларк, Ферн и малыш Габрион. Таких как они называли «водяные крысы». Детей обманом забирают из их речного дома и отправляют в сиротский приют.

И вот тут начинается основная история. Кому интересно, может поискать на просторах интернета тему: «Скандал вокруг Общества детских домов Теннесси, возглавляемых Джорджией Танн». Там документальные свидетельства о женщине, торговавшей детьми, которых обманом отбирали у бедняков или попросту похищали, а затем продавали новым родителям. Но это к содержанию произведения относится лишь косвенно. Про скандал в романе практически нет ни слова. Нам описывают лишь историю детей, попавших в такой детский дом. Понрави-

лось, что каждая глава переносит читателя от настоящего к прошлому. От романа просто нереально оторваться, каждый раз приходилось заставлять себя закрыть книгу и отложить до завтра, но даже весь следующий день я не могла перестать думать о том, что же произойдет дальше. Хотелось поскорее узнать о судьбе главных героев романа - детей семейства Фосс. Ну и, конечно, о том, как сложится судьба Эвери, героини современности. А также, есть ли что-то связывающее эти два поколения героев. По ходу чтения романа, возникали какие-то догадки, и картинки прошлого потихоньку складывались в общее полотно. В книге показан контраст не только между событиями, происходящими почти в вековой удаленности друг от друга, но и между жизнью элиты и простого народа. Образы героинь - Эвери и Рилл достаточно подробно раскрываются: их характер, мысли, стремления. В итоге две эти истории сплелись воедино и просто заставили меня проследить в конце.

Любовь, боль, прощение и вера в семью, вот что лежит в основе этой книги. Комок к горлу подступал неоднократно. Конечно, жутко от мысли, что в основе романа реальные события тех лет. Сразу скажу, непосредственно жестоких сцен в романе нет, но и без них нетрудно догадаться, что могло произойти с подопечными Джорджии Танн. Прочитала роман, пролистая реальную историю и о многом подумала. Я люблю такие произведения, заставляющие искать прототипы и события, послужившие основой для романа. Меня, непосредственно работающую с детьми, история задела за живое. Конечно, можно придаться и поискать минусы, нестыковки, но мне хватило и той малой толики, описанной автором, чтобы понять, насколько все серьезнее было в реальной жизни. Мне роман понравился, задел, всколыхнул, так, что захотелось прижать к себе своих детей и поблагодарить всевышнего, что они со мной рядом.

Лиана ШОРДАНОВА.  
Фото Тамары Ардавовой

## ЗАГОТОВКИ ИЗ СВОЕГО ОГОРОДА

Кому-то нравится заготавливать соления у знакомых, кто-то покупает в магазине, а Аминат ТУКОВА из Терека любит делать сама заготовки на зиму.



- Не понимаю тех, кто покупает соления и варенья. Мои бабушки и мама замечательно готовили и научили этому меня. Делаю заготовки с учетом предпочтений своих домочадцев. К тому же так реализуешь урожай со своего огорода. Все выращено своими руками и экологически чисто. Пик заготовок солений приходится на конец августа и первые месяцы осени. Поэтому сейчас самое время запастись хорошими рецептами.

### ДОМАШНИЙ КЕТЧУП

**Ингредиенты:** 500 г помидоров, 500 г красного болгарского перца, 150 г репчатого лука, 3-4 зубчика чеснока, 1 стручок перца чили, 20 г сахара, 12 г соли, 30 мл оливкового масла, 5 г паприки.

**Способ приготовления.** На сковороде с небольшим количеством растительного масла обжарить мелко порезанный репчатый лук до прозрачного состояния. Затем добавить крупно порезанные помидоры, накрыть сковороду крышкой, чтобы томаты быстрее приготовились. Снимать кожуру с томатов или нет - решайте сами, блендер превратит ингредиенты в гладкое однородное пюре. К размягченному помидорам добавить измельченный стручок свежего перца чили. Чтобы соус не получился очень жгучим, можно убрать из стручка семена и срезать перегородки - эти части наиболее острые. Болгарский перец очистить от семян и перегородок, измельчить и добавить в сковороду. Тушеные овощи переложить в блендер. Добавить к ним чеснок. Его количество можно менять по вкусу. Измельчить овощи до состояния пюре. Все перелить в кастрюлю. Добавить соль, сахар и паприку. Довести до кипения. Разложить кетчуп по стерилизованным банкам, стерилизовать поллитровые банки 10-12 минут и закрыть стерильными крышками.

### ЗЕЛЕННЫЕ ПОМИДОРЫ ПО-ГРУЗИНСКИ

**Ингредиенты:** 2 кг зеленых помидоров, 5 перца чили, 1 головка чеснока, по одному большому пучку укропа, петрушки, сельдерея и кинзы, соль.

Все тщательно помыть и обсушить. Помидоры надрезать почти до основания, чтобы образовался кармашек. Обильно натереть их изнутри солью, сложить в миску и оставить пускать сок. Тем временем зелень, перец и чеснок измельчить и перемешать в отдельной миске. Каждый помидор начинить этой смесью - примерно столовая ложка на один помидорный кармашек. Сложить в глубокую тару, сверху установить не тяжелый груз, накрыть крышкой и поставить в темное прохладное место. Рассола никакого нет - помидоры сами пускают сок. Только время от времени надо менять верхние слои с нижними, чтобы просолились все помидоры. Дней через десять они будут готовы.

### ТУРШУ ПО-ГАГАУЗСКИ

**Ингредиенты:** 4 кг помидоров, 1,2 кг мелкокачанной капусты, 1,2 кг болгарского перца, 150 г моркови, 100 г репчатого лука, 1 шт. листьев хрена, 6 шт. корня хрена, 1 пучок черешкового сельдерея, 1 пучок укропа, 50 г перца горошком, 1 головка чеснока, 150 г соли, 25 г сахара, 5 литров воды.

**Способ приготовления.** Помидоры, болгарский перец, морковь, хрен и всю зелень тщательно помыть, лук и чеснок почистить. У перца удалить плодоножки и семена.

**Приготовление рассола.** В воде растворить соль, сахар, добавить черный перец, зелень укропа, петрушку и сельдерея. Поставить на небольшой огонь, довести до кипения, выключить и дать рассолу остыть.

**Приготовление капустной начинки.** Морковь натереть на крупной терке, лук нарезать небольшими кубиками, капусту мелко шинковать. Все смешать, добавить немного соли и размять руками до появления сока. Перец нафаршировать, слегка уплотняя начинку пальцами или ложкой. Хрен и чеснок нарезать небольшими кусочками. В глубокую емкость уложить сначала половину зелени из рассола, сверху фаршированный перец, помидоры, кусочки хрена и чеснока. Наполненную овощами емкость залить остывшим рассолом, сверху установить гнет, накрыть марлей, оставить на четыре-пять дней при комнатной температуре. Как только начнется брожение и рассол помутнеет, емкость с овощами перенести в холодное помещение для дальнейшего хранения.

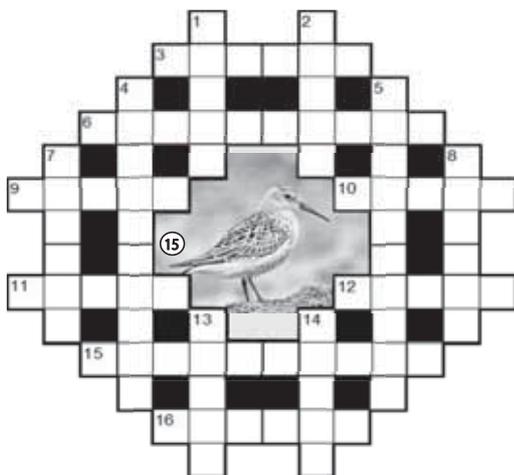
### ЗЕЛЕННЫЕ ПОМИДОРЫ С БОЛГАРСКИМ ПЕРЦЕМ

**Ингредиенты:** 3 кг зеленых помидоров, 1 кг болгарского перца, по 10 шт. листьев вишни и черной смородины, 5 шт. листьев хрена, 5 зубчиков чеснока, соль из расчета 50 г на 1 л воды.

**Способ приготовления.** Помидоры помыть и удалить плодоножку. Чеснок почистить и разрезать каждый зубчик пополам. Болгарский перец помыть, удалить плодоножки и семена. В емкость выложить, чередуя слоями, листья вишни, черной смородины и хрена, измельченный чеснок, болгарский перец и помидоры. Из холодной воды и соли приготовить рассол и залить им овощи. Емкость закрыть крышкой и убрать в прохладное место.

Лана АСЛАНОВА.  
Фото Тамары Ардавовой

## КРОССВОРД



По горизонтали: 3. Нафисис, 6. Черногория, 9. Берет, 10. Гоген, 11. Топал, 12. Мажор, 15. Чернозёмик, 16. Бивуак.  
По вертикали: 1. Варна, 2. Аскос, 4. Венецианец, 5. Литография, 7. Вектор, 8. Гелиос, 13. Индий, 14. Азази.

По горизонтали: 3. Иранский писатель, автор романа в письмах «Фарангис». 6. Эта часть Балканского полуострова получила название от возвышенностей, покрытых хвойными лесами. 9. Мягкий плоский головной убор. 10. Французский постимпрессионист, удачно совместивший полезное творчество с приятным бытом на тропических островах. 11. Драгоценный силикат алюминия. 12. Музыкальный лад. 15. Птица семейства ржанковых. 16. Стоянка альпинистов, туристов.

По вертикали: 1. Курорт в Болгарии. 2. Древ-

негреческий плоский сосуд округлой формы с ручкой на носике. 4. Житель города в Северной Италии, историческая часть которого расположена на островах и каналах. 5. Гравюра на камне. 7. Отрезок прямой с численным значением и направлением. 8. Древнегреческий бог, которому был посвящен знаменитый Колосс Родосский. 13. Химический элемент, получивший свое название от одного из цветов линии спектра. 14. Вьетнамский женский костюм.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА



## ВСЬ МИР – ПОЛОТНО ХУДОЖНИКА

В выставочном павильоне парка столетия КБР проходит выставка «Здесь-Сейчас». Посетителям предоставляется возможность познакомиться с творчеством Керима АККИЗОВА - арт-куратора института развития города «Платформа». Член Союза художников России, автор десятков персональных и кураторских проектов, Керим Аккизов отличается уникальным подходом к выставочному пространству и особой концептуальной составляющей своих проектов.

Нынешняя выставка не исключение. На церемонии открытия автор заверил зрителей, что ему есть чем удивить, часть представленных 48 экспонатов будет заменена в течение выставочного периода. Таким образом художник подчеркивает, что экспозиция не обязательно должна быть статичной, ее можно сделать подвижной, и зритель будет иметь возможность каждый раз открывать новый пласт его творчества.

Пространство выставочного зала объединило разные жанры работы мастера. В центре зала инсталляция, в которой деревянная лестница объединяет выход наверх, заставляя зрителя поднять голову и увидеть над собой голубое небо, со своеобразным колодезем, в котором глады воды символично обозначена зеркалом. Инсталляция «Уходящее время» с фрагментами балюстрады и надписью «Нальчик 1975» на песке - отсылка к дате рождения художника и размышление о быстротечности жизни. Потрясающе натуралистичный триптих «Живая архитектура» - взгляд на строение как на живой организм, наследие эпохи, в создание которого вкладываются мысли, стремления, вдохновение его создателей. А увидев инсталляцию «Связанная история», зритель без всяких пояснений поймет замысел автора. «Хрупкое» - инсталляция, которая может болезненно отозваться у каждого, кто на себе испытал, насколько нежны мы и ломкими могут быть чувства, отношения. Каждый объект здесь хочется рассматривать в деталях, не спеша. Масштабный коллаж «Моменты» - сто отдельных фрагментов, образов, объединенных в единое полотно. Инсталляция из кубов, с нанесенными на грани изображениями, приглашает рассмотреть их с

разных сторон, пытаюсь разгадать зашифрованное послание. Художник обращается и к теме человеческого общения, которое в современном мире все чаще переносится в виртуальную плоскость. Что мы испытываем, видя простые фразы «Привет, как дела?», «Как ты» в окошке мессенджера? Необычная серия графических работ «Компанические беседы»: многослойные объекты, изображенные на одинаковых по размеру табличках разбавлены синим и желтым цветами.

Полотна и зарисовки с сюжетами от сказочных, фантазийных до бытовых, сюрреалистичных и абсурдных - приглашение в потрясающий богатый мир современного искусства, ярким представителем которого бесспорно является Керим Аккизов. На это обратили внимание присутствовавшие на открытии гости - председатель Союза художников КБР Жанна КАНУКОВА, член Союза художников России Руслан ТХАЗАПЛИЖЕВ. Директор Научно-исследовательского института Российской Академии художеств Сергей СТУПИН передал поздравление от президента Российской академии художеств Зураба ЦЕРЕТЕЛИ и от себя лично, подчеркнул, что Керим Аккизов - художник глубоко философичный, с основательным знанием истории мирового искусства и пониманием современных тенденций. «Всегда радостно видеть работы, которые не просто отпускают без какого-либо интеллектуального фильтра, но представляют загадку, в которую хочется вникнуть, расшифровать, поспорить с автором», - отметил Сергей Ступин.

**Лиана ШОРДАНОВА.**  
**Фото Тамары Ардавовай**



## МЫ ИЩЕМ ТАЛАНТЫ

(Окончание. Начало на 12-й с.)

### «ПОЗВОЛЯЙТЕ ДЕТЯМ ОБЖИГАТЬ ПАЛЬЦЫ»

В японской поговорке говорится о том, что ребенку необходимо учиться на своих ошибках и иметь возможность совершать ошибки. В младшем возрасте родитель решает заниматься ребенку танцами, шахматами, дзюдо или не заниматься ничем. Потому что, во-первых, ребенок пока не может самостоятельно выбрать, а, во-вторых, секции и кружки требуют от родителей времени и денег, то есть касаются не только самого ребенка. Но когда ребенок подрастет, ему можно дать полную свободу в выборе дополнительных занятий. Если он выберет три кружка и два из них бросит, это будет его собственный бесценный опыт. Методом проб и ошибок он нащупает верный путь к самореализации.

### ОСТАВЬТЕ СВОИ АМБИЦИИ

Ваш ребенок и вы - это два разных человека. Поэтому, с одной стороны, не ищите в нем музыканта, если вы сами мечтали играть в рок-группе. Возможно, он просто талантливый автомеханик. Не реализуйте свои амбиции через ребенка. С другой стороны, даже если в ребенке вы видите интерес к спорту, он подает надежды, не нагружайте его четырьмя тренировками в день, чтобы он завтра стал чемпионом среди юниоров. После завтра он может устать от родительского давления и «сломаться» от чрезмерной нагрузки.

### СОВЕТЫ И ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЯ

Вы знаете, что некоторые усердные родители воспитывают в ребенке гениальность. Но гении не всегда успешны и счастливы в жизни, глубина познания или мастерства в одной области, часто компенсируется другими компетенциями - социальными или волевыми. Если родители будут настойчиво готовить ребенка к профессии музыканта, то шансы преуспеть в музыке будут велики. Но какой ценой?

Наиболее правильный путь развития для ребенка - это гармоничное сочетание качеств. Важно не культивировать один или два навыка, а работать как с сильными, так и со слабыми сторонами личности. Есть множество примеров, когда в подростковом возрасте человек хочет заняться новым делом - например, спортом, а ему катастрофически не хватает нужных навыков. Очень трудно поступить в технический вуз, если родители растили тебя как гуманитария. Наверстать упущенное можно только напряжением всех сил.

Что очень важно - если у ребенка есть заметные для родителей нарушения мозговой деятельности, то нейропсихолог выявит их и посоветует варианты коррекции. Людей с неясными дисфункциями действительно много, и только в детстве эти нарушения поддаются коррекции с помощью простых упражнений. Своевременная диагностика и развивающее обучение расширяет возможности ребенка в будущем, когда нужно будет выбирать дело жизни.

**Подготовила Мадина БЕКОВА**

## НАШИ ПИТОМЦЫ



## «ФРАНЦУЖЕНКИ» ЛЮСИ И ЧАРЛИ

- Я с детства мечтала иметь собаку, но как-то все не получалось, - говорит Фатима из Нальчика. - После поступления в уни-

верситет осуществила свою мечту и купила первого питомца. Члены семьи не были против нового жителя в нашем доме. На сегодняшний день у нас две собаки породы французский бульдог. Обе - девочки, старшей 13 лет, младшей четыре года. Старшая с белым окрасом, кличка - Люси, ее так назвала моя подруга. Вторая с рыжим оттенком, откликается на кличку Чарли, назвала ее в честь самой первой собаки в семье, тоже породы французский бульдог.

В детстве мечтала о собаке породы боксер, в те времена в городе невозможно было приобрести французского бульдога. К счастью, в наше время таких собак можно купить как в Кабардино-Балкарии, так и за ее пределами.

Свою популярность порода приобрела среди французской аристократии на рубеже девятнадцатого и двадцатого веков. В 1870 году был создан первый клуб, который объединил большое количество любителей этой породы. Но всемирная популярность пришла только в последние три-пять лет.

Собаки данной породы немного грозные снаружи, благодаря складкам и своеобразной бороздке на морде, но добрые внутри. По характеру они игривые и почти полностью у них отсутствует агрессия и лень. Это

очень умная, доброжелательная, преданная порода, при этом упрямая и ревнивая. Их даже не нужно дрессировать, достаточно обращаться с щенком, как с человеком. В результате, со временем у них формируется очень богатый и разнообразный «лексикон», что позволяет легче с ними общаться.

Вспоминается случай с Люси. В один зимний день выпало по нашим местным меркам много снега, и дворники не успевали очистить тротуары. Мы возвращались с прогулки по узкой тропе, которую проложили люди. Люси шла впереди меня и в какой-то момент остановилась, заметив женщину, которая стояла на дорожке. Люси у меня деликатная, почти эстетка, остановилась за метр, не доходя до женщины, и красноречиво осматривала ее с ног до головы. Женщина сразу все поняла и уступила дорогу Люсе.

Как и все другие породы, французский бульдог тоже выбирает одного хозяина в семье. Но это не значит, что она плохо относится к другим членам. Но только один из них является беспрекословным авторитетом для питомца, то есть «вожаком в стае». Для собаки семья - это стая и в нашей «стае» я являюсь стив авторитетом. Профессиональные кинологи утверждают: базовый признак, что собака выбрала себе именно этого

хозяина - когда питомец будто бы обнимает человека глазами. Мы чувствуем друг друга, собаки - они полноправные члены моей семьи. Соответственно, все радости и проблемы, какие происходят в доме, касаются и моих питомцев. Внимательно слежу за их настроением, самочувствием, уделяю им как можно больше внимания, они отвечают мне взаимностью. У моих любимцев есть чувство юмора, и, в зависимости от моего настроения, они могут в нужный момент мне его поднять.

Для Люси и Чарли готовлю отдельно, обязательно разные каши (гречневая, пшенная и другие), мясо куриное или говядину. Они не любят овощи, из фруктов предпочитают яблоки, виноград, черешню, то есть сладкие, но и в тоже время не жалуют арбуз. Чарли обожает выпечку. Как и все собаки, мои кушачки любят погрызть косточки.

Прогулки ждут обе. Но если на улице дождь, Люси и Чарли предпочитают сидеть дома, где они играют или, любя, дерутся, смотря телевизор. Большой плюс французских бульдогов в том, что они практически не лают, только в экстренных случаях, поэтому их часто заводят владельцы квартир.

**Анжела КУДАЕВА.**  
**Фото Тамары Ардавовай**

**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 **1510**. Заказ **1707**.  
Время подписания в печать  
по графику – **18.00**  
Фактически **8 августа 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