

«СМЕНА ПЕРВЫХ»: МЫ ЭТО СДЕЛАЛИ!

Региональное отделение «Движения первых» провело лагерную смену «Время Первых». В детском социально-реабилитационном центре «Радуга», где проходила смена, собрались самые активные, яркие представители первичных отделений Движения, и это были десять дней увлекательных занятий, важных встреч и простого детского веселья



**НОВЫЕ ШКОЛЫ КО ДНЮ
ЗНАНИЙ**

стр. 3

**«СПОРТИВНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ»
КУЛЬТУРЫ УЛИЦ**

стр. 12

... И В КАЖДОМ СНИМКЕ – ДУША

стр. 16

Награды – лучшим

В День республики глава КБР Казбек Коков по традиции вручил государственные награды жителям Кабардино-Балкарии, которые внесли значимый вклад в развитие республики.

В Колонном зале Дома правительства КБР собрались участники СВО, медики, работники образования, деятели культуры и искусства, тренеры, сотрудники республиканских министерств и ведомств, представители духовенства.

Казбек Коков, обращаясь к собравшимся, напомнил о вехах развития Кабардино-Балкарии с момента обретения государственности. Он отметил, что это стало важнейшим событием и сыграло огромную роль в судьбах наших народов, открыло широкие перспективы для их прогрессивного развития, для сохранения самобытных традиций и богатого культурного и духовного наследия.

«Наш долг – ценить прошлое, чтить заслуги всех предшествующих поколений, опираясь на их мудрость, традиции, опыт, и повседневно созидательным трудом приумножать успехи и достижения родной Кабардино-Балкарии, – сказал Казбек Коков. – По традиции в этот день мы чувствуем людей, которые вносят достойный вклад в обеспечение устойчивого поступательного развития республики. Уважаемые друзья, вы все заслужили признание своего труда, своего таланта. Каждый из вас не только вносит значимый вклад в развитие республики, но и всей своей жизнью утверждает уважение к таким ценностям, как профессиональный и гражданский долг, почитание традиций наших предков, честное и беззаветное служение делу».

Обсудили вопросы развития

Глава КБР Казбек Коков встретился в Москве с генеральным директором ДОМ.РФ Виталием Мутко. Были обсуждены вопросы передачи Кабардино-Балкарии земельных участков под реализацию проектов создания рекреационной и коммерческой инфраструктуры в Нальчике.

В частности, речь шла о передаче республике участков из федеральной собственности под строительство трех крупных объектов: индустриально-технологического кластера, парка для активного отдыха и питомника декоративных культур. Окончательное решение будет принято Правительственной комиссией после прохождения необходимых процедур.

«Социально-экономическое развитие субъектов СКФО – один из приоритетов государственной региональной политики. ДОМ.РФ уже активно участвует в решении этой задачи в части формирования комфортной городской среды через мастер-планирование и прорабатывает использование на Северном Кавказе других, не менее эффективных механизмов, – отметил Виталий Мутко. – Это и вовлечение в оборот федеральной собственности, и доступное финансирование проектов с помощью инфраструктурных облигаций, и льготное ипотечное кредитование. Комплексный подход мы применяем по всей стране, он дает практический, осязаемый эффект – увеличение объемов ввода жилья, улучшение качества городской среды, рост экономического

и туристического потенциала территорий. Взаимодействие с коллегами из Кабардино-Балкарии нацелено именно на такой результат».

В целом с 2008 года на территории республики под строительство около 340 тыс. кв. м жилья было вовлечено в оборот более 100 га неиспользуемых федеральных земель и объектов. Это, в том числе, и строительство в Нальчике современного микрорайона Мей по улице Кирова. Первое разрешение на строительство получено в июне этого года.

В ходе встречи были рассмотрены и другие проекты развития жилищной сферы и строительной отрасли региона.

Казбек Коков выразил благодарность Виталию Мутко за поддержку, отметил, что благодаря эффективному взаимодействию с ДОМ.РФ в республике активно идет жилищное строительство. «Развитие вовлеченных в оборот федеральных участков комплексное – строятся школы, детские сады, спортивные и культурные объекты, готовится коммунальная и дорожная инфраструктура, благоустраиваются общественные территории. Такой подход стимулирует отрасль в целом и способствует привлечению инвестиций», – подчеркнул глава КБР.

Проинспектировали два участка дороги

В рамках реализации национального проекта «Безопасные качественные дороги» в Черекском районе продолжается капитальный ремонт автодороги Верхняя Балкария–Мухол, протяженностью 1,8 км, а также участка автомобильной дороги, связывающего федеральную автодорогу Урвань–Уштулу и региональную Старый Черек–Жемтала–Сукан-Суу, протяженностью 2,2 км.

В Верхней Балкарии дорожники устанавливают низовые подпорные стенки, устраивают земляное полотно и водопропускные лотки. После завершения этих работ специалисты займутся устройством двухслойного асфальтобетонного покрытия, укреплением обочин, асфальтированием пересечений, примыканий и остановочных площадок.

На участке, соединяющем села Жемтала, Зарагиз и Верхняя Жемтала с районным центром Кашхатау, строители устраивают верховую подпорную стенку и кюветы. Также предстоит устроить асфальтобетонное покрытие, пересечения и примыкания, а также укрепить обочины.

Для обеспечения безопасности дорожного движения здесь будут размещены дорожные знаки, нанесена дорожная разметка, появятся барьерные ограждения.

Со специалистами регионального дорожного управления объекты проинспектировал член Общественного совета Минтранса КБР **Анзор Тхамоков**: «Ремонтируется дорога, соединяющая две части селения Верхняя Балкария и проходящая практически через весь поселок Мухол. Это важная транспортная артерия села, которая обеспечит более комфортное передвижение жителей внутри населенного пункта и удобный выход на основную дорогу».

На участке довольно сложный рельеф, условия высокогорья, поэтому наряду с подготовкой основания подрядчиком устанавливаются опорные стены, а при дальнейшей эксплуатации важно отслеживать состояние дороги в части отвода осадков и противогололедной обработки дорожного покрытия при неблагоприятных погодных условиях. В целом строительство дороги будет существенным вкладом в благоустройство населенного пункта».

«Ваша школа – один из многих примеров»

Глава КБР Казбек Коков принял участие в торжественной линейке в общеобразовательной школе ст. Екатериноградской Прохладненского района. Школа, в которой обучаются 370 детей, была капитально отремонтирована в этом году по программе модернизации системы школьного образования.



Казбек Коков поздравил педагогов, детей и их родителей с началом учебного года. Обращаясь к школьникам, он сказал: «Искренне поздравляю вас с Днем государственности нашей республики и Днем знаний! Желаю процветания, будьте достойными своих родителей и тех ребят, которые сейчас защищают нашу великую страну. Проект капитального ремонта этой школы был инициирован президентом нашей страны **Владимиром Путиным**. Владимир Владимирович уделяет особое внимание будущим поколениям, поддержке семей с детьми. Сегодня мы наглядно видим, как эти проекты воплощаются в жизнь, ваша школа – один из очень многих таких примеров».

Глава республики осмотрел школу, пообщался

с педагогами и сообщил, что для дальнейшего развития школа получит еще и грант в размере одного миллиона рублей.

Школа работает в односменном режиме. В отремонтированном трехэтажном здании 1965 года постройки обновлены инженерные коммуникации, помещения, в том числе пищеблок и столовая на 90 посадочных мест, библиотека, спортивная инфраструктура, кабинеты дополнительного образования. Учебные кабинеты также оснащены персональными компьютерами, мультимедийными проекторами, подвесными экранами. Кабинеты физики и химии располагают оснащенные лабораторскими помещениями. Имеется школьный автобус, дети получают бесплатное горячее питание.

Обменялись опытом

Глава КБР Казбек Коков встретился с главой администрации Мелитополя Галиной Данильченко, которая приезжала в Кабардино-Балкарию с рабочим визитом.

Стороны обсудили вопросы сотрудничества, в том числе взаимодействия по развитию филиала фонда «Защитники Отечества» Мелитополя. Накануне состоялась встреча по обмену опытом в Кабардино-Балкарском филиале фонда.

Также речь шла о помощи военнослужащим, выполняющим задачи по защите интересов России в ходе специальной военной операции и их семьям. Глава республики проинформировал Галину Данильченко о том, какие механизмы и инструменты для этого применяются на уровне республики и муниципалитетов, а также о большой роли общественности в этом важном для всех деле.

«Нужно выстроить единую систему прав, льгот и гарантий»

О совершенствовании системы поддержки участников СВО говорили на заседании комиссии при главе КБР по координации оказания социальной поддержки участникам специальной военной операции и их семьям.

Руководитель регионального отделения фонда «Защитники Отечества» **Муаед Дадов** особое внимание уделил мониторингу обработки обращения ветеранов и членов их семей. За три месяца работы фонда поступило 700 обращений, в том числе по социальной поддержке, получению удостоверения ветерана боевых действий, юридической помощи, по организации психологической и медицинской помощи, санаторно-курортного лечения, содействию в финансовых, коммунальных и административных вопросах. По 384 обращениям вопросы решены, 232 обращения находятся в работе. Сегодня в филиале участники СВО и члены их семей могут получить бесплатную юридическую помощь, первичную психологическую помощь, здесь работают отделения бюро медико-социальной экспертизы, службы труда и занятости, МФЦ.

По поручению главы КБР **Казбека Кокова** организовано оперативное взаимодействие местных администраций с филиалом. Заключены 42 соглашения с министерствами, ведомствами, общественными организациями. Также определены медицинские учреждения, которые будут оказывать необходимую медпомощь ветеранам СВО и членам семей погибших в первоочередном порядке.

«Перед нами много задач, поставленных главой республики, в том числе и содействие в трудоустройстве ветеранов, их индивидуальное

сопровождение, адаптация жилых помещений и членам их семей в первоочередном порядке назначаются пособия, компенсации, ежемесячные и единовременные выплаты. Составлены семейные социальные паспорта для выявления потребностей, за ними закреплены социальные работники и специалисты комплексных центров, которые оказывают помощь по различным вопросам».

Заместитель управляющего отделения Пенсионного фонда РФ по КБР **Зарема Дикинова** проинформировала, что в каждой клиентской службе отделения закреплены кураторы, ответственные за взаимодействие с участниками СВО и членами их семей. С 24 февраля 2022 года назначено более полутора тысяч ежемесячных денежных выплат ветеранам боевых действий.

Марат Хубиев поручил межведомственной комиссии выстроить единую систему прав, льгот, социальных гарантий и компенсаций для лиц, участвовавших в боевых действиях.

ВЫЯВИТЬ ЗАИНТЕРЕСОВАННЫХ ДЕТЕЙ



На базе гимназии №29 г. Нальчик с нового учебного года начал работу прокурорский класс. Участие в открытии принял прокурор КБР Николай Хабаров, сообщили в пресс-службе надзорного ведомства.

Прокурор поздравил учеников, учителей и родителей с Днем знаний, пожелал ребятам новых открытий и успешной учебы, а также провел беседу с учениками прокурорского класса, в ходе которой рассказал о работе органов прокуратуры, юридической специальности и важности правового воспитания.

Профильный класс создан в соответствии с Соглашением о сотрудничестве и совместной деятельности между прокуратурой республики, министерством просвещения и науки и администрацией г.о. Нальчик. Во время учебы школьникам будут оказывать профориентационную помощь, а также проводить специальные академические курсы.

МЕЧТЫ ДЕТЕЙ, МЕЧТЫ РОДИТЕЛЕЙ

Кем ты хочешь стать, когда вырастешь? Любите задавать этот вопрос детям? Наверняка вам и самим, будучи ребенком, не раз приходилось отвечать на него.

Вопросы о первой школьной любви, мечтах и отношении к оценкам задали самым разным людям перед началом учебного года. Этот опрос стал первым в проекте «Вебер».

Стать педагогом (учителем или воспитателем) мечтали 14% опрошенных, из них 21% воплотили свою мечту в реальность. Быть врачом хотели 10%, «защищать Родину» мечтали 5%, летчиком или космонавтом стремились стать 2%.

Став родителями, многие из нас мечтают о лучшем уже не для себя, а для своих детей и, конечно, переживают об оценках своего чада. 82% считают, хорошие оценки важны, а 62% при этом убеждены, что хорошие оценки никак не влияют на карьерные успехи. И, более того, 51% отмечает, что успешные люди вырастают часто и из двоечников, и из троечников. Мамы и папы современных школьников волнуются о сдаче ЕГЭ и большой эмоциональной нагрузке (64%).

Если вдруг ваш школьник переживает школьную влюбленность слишком эмоционально, то вот интересная статистика. У 72% опрошенных была школьная влюбленность, но прости чувства сквозь года удалось лишь 5%, у большинства она ничем не закончилась.

«Вебер» – это проект АНО «Диалог» и АНО «Диалог Регионы» по исследованию общественного мнения с использованием современных онлайн-инструментов. «Вебер» сочетает в своей деятельности классический подход с цифровыми технологиями, а в приоритет ставит уникальные взгляды и противоречия, присущие людям.

УРОК МИРА ДЛЯ КАДЕТОВ

Сотрудники отдела вневедомственной охраны Росгвардии по Майскому району провели для подшефных кадетов лица №7 им. Ш. Козуб с. Ново-Ивановское тематическое занятие.

Росгвардейцы рассказали ребятам о подвиге советского народа в годы Великой Отечественной войны и ответили на все интересующие вопросы.

«Наши встречи с ребятами из этого класса стали доброй традицией. 1 сентября – это не только День знаний. В этот день началась и Вторая Мировая война. На нашей планете за последние 70 лет мирным был всего 1 месяц. И именно поэтому сегодня мы проводим такое занятие», – сказала капитан полиции **Надежда Горячева**.

Новые школы ко Дню знаний

1 сентября в Кабардино-Балкарии двери для своих учеников открыли три новые школы – в городе Нарткале, в городе Прохладном и в селении Куба. Все три школы построены по нацпроекту «Образование».

Средняя школа №5 имени Героя СССР В. К. Бойченко г. Прохладный рассчитана на 785 мест.

Поздравляя присутствующих с замечательным событием, председатель Парламента Кабардино-Балкарии **Татьяна Егорова** отметила, что 1 сентября – это один из самых трогательных, ярких праздников, который объединяет все поколения: всех, кто учится, и всех, кто учит.

– Этот день для каждого дорог и значим по-особенному, – сказала Егорова. – Для всех наших школьников это новая, очередная ступенька к познаниям, на которую они поднимаются. Для выпускников это решающий год перед выбором своего дальнейшего жизненного пути. Для учителей это возвращение к любимой работе, к своим любимым ученикам. Конечно, этот день самый волнительный, самый долгожданный для первоклассников, которые впервые переступают порог школы и для которых сегодня прозвонит первый школьный звонок. Но хочу напомнить вам, что учеба – это непростой труд. Здесь нужны прилежание, старание, усердие, и если вы полюбите школу, полюбите учиться, это будет залогом всех ваших дальнейших успехов, залогом того, что все

ваши мечты исполнятся. В этом вам помогут ваши замечательные учителя и родители.

Спикер Парламента также поздравила присутствующих с Днем государственности КБР.

Сенатор РФ **Мухарбий Ульбашев** обратил внимание на то, что в этот день тысячи детей по всей стране переступили порог новых и капитально отремонтированных школ, общеобразовательных учреждений с многолетней историей. Он отметил, что страна и республика делают многое для того, чтобы были созданы все условия для получения детьми знаний и качественного образования.

К поздравлениям присоединилась депутат Госдумы РФ **Виктория Родина**, пожелав ребятам увлекательной учебы, ярких открытий и достижений, интересных встреч. Она также призвала ребят быть сплоченными, создать в школе атмосферу согласия, понимания, взаимоуважения и взаимовыручки.

Глава местной администрации Прохладного **Вячеслав Архангельский** отметил, что открытие нового образовательного учреждения позволит детям обучаться в одну смену.

После церемонии разрезания символической красной ленты гости ознакомились со школой, пообщались с педагогами и учениками.



В ходе экскурсии по зданию директор школы **Рустам Ахметов** рассказал, что школа оснащена современным оборудованием: в каждом классе установлены новейшие компьютеры, интерактивные доски и другие технологические средства обучения, позволяющие применять актуальные методики обучения, что поможет сделать образовательный процесс более интересным и эффективным. Здесь созданы и прекрасные условия для занятий спортом: есть спортивный зал и площадки для

проведения уроков физической культуры, тренировок по различным видам спорта. В здании предусмотрены актовый зал, пищеблок, медицинский кабинет.

Еще одна новая школа открыта в селе Куба Баксанского района. Ее строительство началось в конце 2021 года по поручению главы КБР **Казбека Кокова**.

Теперь на площади более 10 тыс. кв. метров есть учебные кабинеты, оснащенные необходимым оборудованием, актовый и спортивный залы, столовая и пищеблок. На территории образовательного учреждения построены мини-футбольное поле и баскетбольная площадка. Председатель правительства КБР **Алий Мусуков** поздравил жителей села с Днем государственности КБР, учеников (в новой школе их будет почти 400, в том числе 34 первоклассника) с Днем знаний и передал администрации школы символический золотой ключ.

Новое здание школы №4 в Нарткале – это просторный двухэтажный корпус на 500 мест, оборудованные учебные кабинеты, актовый и спортивный залы, столовая и пищеблок – для того, чтобы учиться, здесь есть все. На территории образовательного учреждения размещены футбольное поле с искусственным покрытием и игровая площадка. В торжественном открытии школы приняли участие депутат Госдумы РФ **Заур Гекчиев**, руководитель администрации главы КБР **Мухамед Кодзоков** и и.о. главы администрации Урванского района **Валерий Ажиев**.

В Кабардино-Балкарии в настоящее время возводятся еще 16 школьных зданий, строительство 7 из них планируется завершить в конце 2023 года.



Льготникам – бесплатные электронные билеты

Электронные билеты приобретают в Кабардино-Балкарии популярность: с начала года уже 369 граждан льготных категорий бесплатно съездили по ним на лечение, сообщили в пресс-службе отделения Социального фонда России по КБР. В 2023 году жители КБР, имеющие право на федеральные льготы, оформили 1364 электронных проездных билетов до места лечения. Льготники, получившие право на бесплатный проезд, – 23 человека – отправились в учреждения, оказывающие высокотехнологичную медицинскую помощь, а 346 человек бесплатно съездили на санаторно-курортное лечение.

В пресс-службе напомнили, что льготный проезд входит в набор социальных услуг (НСУ). Его предоставляют инвалидам, ветеранам, а также гражданам, пострадавшим от воздействия радиации. Возможные маршруты следования и виды транспорта для поездок к месту лечения определяются в соответствии с законодательством.

«Социальный фонд оформляет бесплатный проезд вместе с путевкой в санаторий или при направлении на лечение. Гражданину выдаются талоны, которые нужно предъявлять в кассу при оформлении билета. Билет на поезд также можно заказывать онлайн, не посещая железнодорожные кассы», – объяснили в ОСФР по КБР. Для этого нужно зарегистрироваться на сайте РЖД, выбрать маршрут следования, дату отправления, вагон и место. Когда сервис предложить получить билет по льготе Социального фонда – ввести номер ранее выданного фондом талона, паспортные данные и СНИЛС. Но если человеку привычнее покупать билеты в кассе, достаточно сказать кассиру о наличии льготы и просто продиктовать номер талона.

«Дружный Кавказ» собрался в Нальчике

О сохранении и укреплении традиционных российских духовно-нравственных ценностей в эти дни в Нальчике говорят участники молодежного форума клуба «Дружный Кавказ». Он организован Духовным управлением мусульман Кабардино-Балкарии при поддержке Координационного центра мусульман Северного Кавказа. «Мы собрались здесь обсудить вопросы духовно-нравственного воспитания, которое всегда будет актуально для жизни общества и государства», – сказал председатель ДУМ КБР, муфтий **Хазраталий Дзасежев**. – Мы постоянно видим, что не прекращаются попытки нарушить равновесие в жизни общества, недружественными политическими режимами ведется работа против нашей молодежи. Молодежь – это наше будущее, она должна быть воспитана в духе традиционных ценностей, взять все лучшее у старшего поколения, идти в ногу со временем, сохраняя традиции».

Министр по делам молодежи КБР **Азамат Люев** подчеркнул значимость темы форума: «Мы живем в сложное время, когда ряд сил пытается повлиять на нашу молодежь, навязать чуждые нашему обществу ценности». Об итогах работы форума читайте в следующем номере «СМ».

«Не останемся в стороне»

Вопросы противодействия терроризму и экстремизму обсудили в Общественной палате КБР.

«Терроризм – одна из главных проблем современности, и Россия не осталась в стороне от нее. Он приобретает новые формы, террористы вторглись в Интернет и соцсети. Подполье активизировалось с началом СВО, совершается множество терактов», – отметил председатель ОП КБР **Хазратали Бердов**. В работе круглого стола приняли участие президент Международной черкесской ассоциации, член ОП КБР **Хауги Сохроков**, начальник управления по вопросам профилактики антиобщественных проявлений администрации Черкесского района КБР **Мухтар Османов**, помощник благочинного настоятеля Нальчикского церковного округа Пятигорской и Черкесской епархии по работе с молодежью **Ирина Артунова**, начальник отдела по надзору за исполнением законов о федеральной безопасности, межнациональных отношениях, противодействии экстремизму и терроризму, старший советник юстиции Прокуратуры КБР **Анзор Шурдумов**, представители общественных организаций. Подробности читайте в следующем номере «СМ».

Бронза, керамика и истины древности

Студенты Кабардино-Балкарского государственного университета вновь стали участниками Северо-Кавказской археологической экспедиции Государственного Эрмитажа, которая нынешним летом ведет раскопки могильника и поселения эпохи поздней бронзы в селении Нижний Куркужин.

Комментируя проводимые в Нижнем Куркужине работы, начальник экспедиции и помощник генерального директора Эрмитажа по развитию музейных связей **Юлия Марченко** отметила: «Новый памятник находится в оползневой зоне, как и предыдущий, который мы изучали. Есть опасность его разрушения, часть погребений уже осыпалась в обрыв. Местные жители сообщили нам о том, что здесь на поверхности встречаются бронзовые вещи и фрагменты керамики, и мы решили начать изучение данного памятника, поставили его на учет совместно с Управлением по государственной охране объектов культурного наследия КБР и Минкультуры РФ и приступили к его раскопкам».

В экспедиции принимают участие археологи, реставраторы из ГЭ, студенты из Санкт-Петербургской академии художеств им. И. Репина, студенты КБГУ.

По словам Юлии Марченко, новый памятник относится к доскифскому времени и датируется в пределах X-VIII веков до н.э. «После того, как мы что-то находим, реставраторы закрепляют артефакты, реставрируют, передают в руки художникам, они рисуют, и дальше вещь уже возвращается к нам в готовом виде для публикации, для отчетов. Останки после всех необходимых исследований предаются земле», – говорит она.

Работа на могильнике в Нижнем Куркужине, судя по всему, предстоит долгая и сложная, и останавливать ее нельзя: «К сожалению, медленная оползневая активность продолжается. В этом году мы прямо на обрыве заложили свой раскоп для того, чтобы спасти для науки комплексы, которые в первую очередь подвержены разрушению».

Участвующие в экспедиции студенты признаются, что раскопки стали для них настоящим открытием, возможностью уловить дух давно минувших эпох, как бы соприкоснуться с истинами древности.

По итогам экспедиции планируется проведение итоговой конференции на базе КБГУ. Здесь традиционно будут представлены найденные во время раскопок артефакты, по которым можно судить об особенностях жизни людей доскифского периода.

Напомним, что Северо-Кавказская археологическая экспедиция Государственного Эрмитажа проводит ежегодные работы на территории Баксанского района с 2016 года. В прошлые годы группа археологов вел раскопки Верхнекуркужинского кобанского грунтового могильника.



Концертный круговорот в праздничный день

1 сентября дети пели, танцевали и рассказывали стихи не только на праздничных линейках в школах. Воспитанники творческих объединений выступили на городских площадках. Концерты, организованные администрацией Нальчика, прошли в Атажукинском парке и во всех скверах столицы республики.



Творческая эстафета стартовала на сцене у «Чайного домика» в парке. Здесь выступали ребята из Детской школы искусств №1. «Мы уже много лет выходим на эту площадку, я надеюсь на то, что и сегодняшний концерт порадует слушателей, которые будут здесь», – рассказала заместитель директора ДШИ **Ася Котовская**. – Дети рвутся на сцену с неимоверным желанием, они соскучились по выступлениям, ведь летом практически не было занятий. И когда зашел разговор о таком концерте для жителей и гостей Нальчика, все сказали, что готовы выйти. Конечно, праздник неимоверный. У нас яркое солнце, чистое небо, зелень роскошная, прекрасные люди. Мы счастливые, потому что живем в таком прекрасном уголке».

Песни о школе, дружбе, большой и малой Родине звучали в этот день и в сквере имени Героя России Ахмад-Хаджи Кадырова. Здесь концертную программу готовили воспитанники центра детского творчества «Эрудит».

В нем приняли участие более 50 обучающихся творческих объединений центра, которые в основном занимаются по направлениям «Вокал» и «Хореография». «Вот уже пять лет мы проводим в сквере имени Кадырова концерты, посвященные наиболее значимым событиям дат, – отметила исполняющая обязанности директора «Эрудита» **Залина Кагермазова**. – Жители микрорайона знают об этом и с большим удовольствием приходят сюда посмотреть на выступления детей».

В сквере имени Головки жителей окрестных домов и пациентов некоторых корпусов Городской больницы №1 радовали ученики СОШ №33. Хотя для многих ребят это был уже третий или четвертый концерт за день, усталости они не чувствовали. «Настроение отличное, погода хорошая, праздник замечательный. Мы так соскучились по школе, учителям и одноклассникам. И по концертам тоже», – наперебой голосили девочки из вокальной студии «Юканто». Спел свои песни на этой площадке, они тут же побежали дальше. Студия уже вечером давала концерт в сквере на углу улиц Ленина и Тарчокова. «Сегодня это второй концерт именно нашей студии, – поделилась руководителем «Юканто» **Анна Павова**. – Днем мы пели в парке аттракционов. Решили взять ту площадку тоже, потому что за лето репертуар детей пополнился, и они очень хотели представить новые песни». Выдохнув после столь напряженного праздничного дня, юные артисты Нальчика вновь ждут концертов. А они состоятся уже в эту субботу.

Первая конференция за 12 лет

Восемь вопросов были рассмотрены в ходе отчетно-выборной конференции Кабардино-Балкарского отделения Союза журналистов России, которая прошла впервые с 2011 года.

Заместитель председателя правительства КБР **Марат Хубиев** поблагодарил всех, кто работал в организации до сих пор. «Вашу роль сегодня нельзя переоценить, ведь вы являетесь проводниками между властью и обществом», – сказал Хубиев. – Вы относитесь к своему делу максимально искренне, максимально объективно, профессионально и талантливо. Жизнь нам сегодня диктует определенные условия, и мы должны им соответствовать, а если у нас не будет единой цели, к которой мы будем идти, у нас никогда ничего не получится. В условиях специальной военной операции вы и ваши коллеги

доносите до людей максимально правдивую информацию, что очень важно. Более того, вы творите историю своим каждодневным трудом».

Секретарь союза журналистов России **Тимур Шафир** назвал конференцию показателем того, что Кабардино-Балкарское отделение приступает к активной работе. Он рассказал о проектах, которые реализует Союз журналистов России, и выразил надежду, что журналисты Кабардино-Балкарии в скором времени начнут в них участвовать.

«Надеюсь, уже в ближайшие дни эти проекты начнут реализовываться и в

Кабардино-Балкарии», – сказал Тимур Шафир. – Мы также ждем, что представители отделения приедут в этом году на традиционный всероссийский фестиваль в Сочи. Для того, чтобы не только представили себя другим коллегам и поделились с ними своим опытом, но и смогли получить лучшие практики от своих коллег по СКФО и со всех регионов нашей страны».

Новым руководителем Кабардино-Балкарского регионального отделения «Союза журналистов России» был избран **Заур Жиласов** – главный редактор газеты «Адыгэ псалъэ». Также участники конференции избрали правление регионального отделения и контрольно-ревизионную комиссию.

«СМЕНА ПЕРВЫХ»: МЫ ЭТО СДЕЛАЛИ!

Региональное отделение «Движения Первых» провело лагерную смену «Время Первых». В детском социально-реабилитационном центре «Радуга», где проходила смена, собрались самые активные, яркие представители первичных отделений Движения, и это были десять дней увлекательных занятий, важных встреч и простого детского веселья. Это событие стало своего рода предварительным итогом работы Движения в республике. Каким был первый опыт работы в смене, что было сделано за 8 месяцев существования Движения в КБР, и какие планы у Первых на будущее – об этом мы поговорили с представителем совета регионального отделения «Движения Первых» в КБР Фатимой Муковой.

Мы беседовали, как оказалось, долго – столько всего интересного нужно было рассказать! Но это время пролетело незаметно. Когда человек увлечен своим делом, когда горят глаза, и рассказываешь о том, что зажигает сердце – всегда так.

«На смену приехали 160 ребят – по одному представителю от школы, в которых открыты первичные отделения РДДМ. Это амбассадоры своих первичек, и мы должны были передать им всю необходимую информацию на смене, чтобы потом, вооружившись этими знаниями, они могли четко и увлекательно рассказать о Движении в своей школе. Также с нами были 17 детей из Скадовского района Херсонской области.

За 10 дней участники встретились с представителями органов власти, у них были мастер-классы, квесты, спортивные состязания. Все это дало возможность ребятам развиваться самостоятельно, почувствовать ответственность за общее дело, а мы – наставники – просто помогли им. И пусть это был наш первый опыт, но его я смело оценю на твердую четверку с плюсом. Просто потому, что свою работу я никогда не оцениваю максимально – всегда должно оставаться поле для развития. А нам есть куда двигаться, у нас большие планы!»

Смена стала настоящим открытием как для ребят, так и для организаторов. И участникам, и наставникам было чему поучиться друг у друга! «Честно говоря, мы не ожидали такого потока информации, запросов, идей, темпа, который нам задали ребята! И если это можно назвать нашим минусом в организации смены, то это такой приятный минус! – говорит Мукова. – Участникам смены было от 12 до 14 лет, но мы ребят не стали собирать по возрастам, а сформировали все 10 отрядов именно разновозрастными. Мы специально объединяли их, чтобы одни могли чему-то поучиться у старших, другие – вспомнить себя в этом возрасте, что-то подкачать друзьям помладше. Каждый вечер у ребят были «Свечки» (общие встречи ребят – ред.), во время которых каждый высказывался о плюсах и минусах работы смены. У всех были журналы и дневники, куда они записывали свои наблюдения, мысли, а просто эмоции за прошедший день, эти записи они при желании покажут своим друзьям и родителям по возвращении домой. Все это поможет нам улучшить нашу работу в будущем, это и есть работа в единой команде. Ведь наша цель – дать возможность ребятам почувствовать себя в одной большой дружной семье, в коллективе единомышленников.

Семья – это основа, главная ценность, тем более на Кавказе. В рамках работы смены были организованы выезды: семейный просмотр в кинотеатре, в парк аттракционов, зоопарк, а также семейные спортивные состязания. Награждали победителей медалями, на которых так и было написано: «Спортивные семейные соревнования». У нас было много ребят из многодетных семей, и не у всех есть возможность вот так выехать, погулять, тем более в кругу сверстников. А мы организовали экскурсии, прогулки по Атажукинскому саду, рассказывали об истории родного

края – мы не можем говорить о воспитании ребенка, не погружая его и в патриотическое воспитание, воспитание гражданина своей республики, страны. И если ребенок поймет, что нужно начинать с себя, с элементарных вещей – просто донести фантик до урны – это уже прививает ему чувство ответственности, в том числе за благополучие своей родины».



Профильная смена «Время Первых» проходила с 19 по 28 августа в Республиканском детском социально-реабилитационном центре «Радуга» министерства труда и соцзащиты КБР.

На открытии смены присутствовали заместитель председателя правительства КБР Марат Хубиев, заместитель министра просвещения РФ Андрей Корнеев. Участники смены встретились с министром по делам молодежи КБР Азаматом Луевым, министром просвещения и науки КБР Анзором Езюевым и руководителем филиала фонда «Защитники Отечества» Муадемом Дадыевым. В рамках развлекательной программы ребята посетили парк аттракционов, зоопарк, кинотеатр, где посмотрели фильм режиссера Карена Захарова «Баба-Яга спасает мир». К завершению смены Первые подготовили насыщенную концертную программу. На торжественную церемонию закрытия смены пришли руководитель администрации главы КБР Мухамед Кодзоков, уполномоченный по правам ребенка в КБР Светлана Тлинова и другие.

Организаторы решили построить работу в более неформальном ключе, чтобы дети не просто «отсидели на лекциях», а решили вопросы творчески. «Мы пытались ненавязчиво донести все 12 направлений Движения. И нам, похоже, удалось увлечь детей. Многие уже спрашивали, можно ли будет участвовать в следующей смене, даже если по возрасту они не будут проходить: «Мы могли бы стать волонтерами или даже наставниками!» Значит, чем-то мы затронули их души, значит, наша цель была достигнута. Например, у нас были профилактические беседы, и в ходе мозгового штурма с ребятами мы выяснили, что им нужна не только теория, но и практика. Наш специалист **Ратмир Каров**, который занимается профилактикой асоциальных явлений среди детей и молодежи, провел с ними встречу, она была в формате диалога, а потом ребятам показали еще и социальные ролики. В итоге детям тоже захотелось поучаствовать, и каждый отряд снял свой ролик. Все видео мы выложим у себя в соцсетях. Так мы отработали эти и медийное направление, и гражданскую активность – легко и увлекательно.

Огромную благодарность хочется выразить нашему руководству в лице главы республики, который со всей серьезностью отнесся к Движению, став первым наставни-

ком Движения и возглавив координационный совет по взаимодействию с Движением Первых».

Большую помощь оказывает Минмолодежи КБР. Когда государство идет навстречу детям, поднимает их на свой уровень – это и есть «диалог на равных». Представьте, что чувствует ребенок, когда пишет маме: «Я сейчас занят, я на встрече с министром»? На встречах с представителями власти дети поднимали непростые, порою острые темы, они не отпускали спикеров, хотели продолжить беседу. Мы гордимся нашими ребятами, и очень рады, что они идут в ногу со временем. Помня и понимая историю своего народа, своей страны, они станут яркой молодежью, а наша задача как наставников – помочь им.

остаются кураторы и наставники из числа взрослых, чтобы направлять ребят, помогать им, но дети должны осознать, что от них зависит многое.

Мы хотим охватить всех детей. Те, кто не попал в лагерь, обязательно получат шанс проявить себя: совместно с первичками и мы планируем проводить много совместных проектов, в том числе всероссийского уровня. Во все образовательные учреждения мы готовы выезжать по их запросу, организовывать встречи, игры. Подчеркну, что в первую очередь нам ценно качество: если мы научим даже 2-3 ребят от школы, которые потом смогут донести информацию остальным – это большое дело. Наша задача – научить детей работать, общаться.

Первая смена показала, какие у нас талантливые, неравнодушные дети, как сильно им хочется быть нужными, полезными обществу, сколько у них идей. 160 детей – это так мало! Мы хотим охватить больше! Вообще у нас с руководителем регионального отделения «Движения Первых» **Асланом Шипшеввым** есть мечта: чтобы такая смена стала круглогодичной, чтобы ребята могли выходить за пределы школы. У нас этим летом была уйма выездов – в «Артек», Волгоград, на университетские смены. Мы видим, как это стимулирует детей развиваться, расти, становиться более конкурентоспособными. У нас шикарный руководитель, он сам горит своим делом и зажигает этим пламенем каждого ребенка. Мы можем сделать больше, и детям это очень нужно, а главное – интересно.

Есть моменты, над которыми надо еще поработать, например, нам очень нужны вожатые. Их пока маловато. Наши вожатые – это специалисты Движения, которые прошли курсы при корпоративном университете «Эльбрус». Мы вместе с коллегами тоже прошли курсы повышения квалификации – в Москве. Это серьезная работа, и к вожатым есть определенные требования.

Нам нужны волонтеры, причем хочу отметить, волонтерство пора бы уже понимать по-новому: это не просто ребята, работающие «на подхвате», а серьезная часть команды. Это люди, которые своим примером зажигают сегодняшних детей. Мы это увидели на смене. Видели, как дети искренне радовались, когда награждали волонтеров, бежали обнять их, как сдружились с ними и брали с них пример».

Впереди у Первых много дел, много новых проектов: запускается «Волонтерство и добровольчество», будет очень интересный проект «В гостях у ученого», где дети смогут пообщаться с учеными, выезжать в научные центры. Важный профориентационный проект «Поверь в мечту», в рамках которого будут встречи, лекции, выезды и многое другое. Будет конференция, на которой примут важные для развития Движения решения. Планируется большая работа с муниципалитетами: приедут 12 амбассадоров по каждому направлению, плотно поработаем с министерствами. Стартует школа лидеров, где планируется охватить около сотни человек, а потом будут открываться школы лидерства на местах. Главное – дать возможность заявить о себе каждому ребенку, не только самым активным.

«Мы очень гордимся нашим уникальным проектом «Ребята с нашего двора» – когда на дворовой территории собираются жильцы дома, люди знакомятся, общаются, дети играют в дворовые игры. Уже ряд муниципалитетов изъявили желание провести такие встречи до наступления холодов.

Я очень люблю свою работу. Мы все горим своим делом. Конечно, ответственность огромная. Но это только открывает. И неспроста этому, потому что вот эти дети просто не дадут этому случиться. И наши соратники. Друзья. Хочется обнять каждого и сказать: «Ребята, мы это сделали!»

**Беседавала Алена Докшкова.
Фото: Марьям Хаджиева.**

Каждый день смены был посвящен нескольким направлениям деятельности РДДМ: образование и знания: «Учись и познавай!»; наука и технологии: «Дерзай и открывай!»; труд, профессия и свое дело: «Найди Призвание!»; культура и искусство: «Создавай и вдохновляй!»; волонтерство и добровольчество: «Благо Твори!»; патриотизм и историческая память: «Служи Отечеству!»; спорт: «Достижай и побеждай!»; здоровый образ жизни: «Будь здоров!»; медиа и коммуникации: «Раскажи о главном!»; дипломатия и международные отношения: «Умей дружить!»; экология и охрана природы: «Береги планету!»; туризм и путешествия: «Открой свой мир!». В рамках профильной смены проводились мастер-классы, крутые старты по обмену опытом.

«МЫ ФОТОГРАФИРУЕМ ДЛЯ ВАС»

Пейзаж, портрет, репортаж, архитектура – свыше 140 разножанровых работ девяти авторов представлены на открывшейся 31 августа XIX выставке членов фотоклуба «Свой стиль», которая будет работать до 17 сентября.



Основатель и руководитель существующего с 2004 года клуба **Иван Лукьяненко** отметил, что проведение фототчетов стало ежегодной, горячо ожидаемой традицией, для которой фотохудожники стараются не только показать что-то новое, но и продемонстрировать свое видение знакомых сюжетов и локаций: «Сегодня здесь представлены фотографии путешествий: вот **Ахмат Байсиев** в Среднюю Азию съездил и сделал красивые работы, **Геннадий Бекоев** – на Камчатку, тоже интересно. А, с другой стороны, вот для себя я думаю, куда бы поехать, если я и 10% нашей природы не видел? Думаю, я еще здесь покаюсь по горам, еще очень много есть мест, в которых я не побывал и еще очень многое есть, что сказать дома».

Сам Геннадий Бекоев был полностью солидарен с основателем клуба: «Человек рождается и сразу начинает познать мир вокруг себя. И один из способов познания и самопознания – это фотография. Для фотографа этот процесс никогда не прекращается: всю жизнь ищешь новые места, новых людей, новых друзей, и вот фотоаппарат заставляет тебя не только путешествовать в своем районе, в своей республике, в своей стране – уже хочется ехать дальше, дальше, дальше. Хотя,

как Иван правильно сказал, здесь у нас в республике столько уголков, столько прекрасных мест. Можно приезжать в одно и то же место и каждый день находить что-то новое. И вот эти попытки передать свои впечатления людям и заставляют нас лезть куда-то вверх, спускаться куда-то вниз, ехать далеко, чтобы попытаться свою любовь к нашей огромной прекрасной стране передать и вам тоже».

«Каждая фотография уникальна в том, что она запечатлела момент природы, момент жизни человека, которые никогда больше не повторятся, и у каждой этой фотографии есть своя история. Что особенного есть на многих фотографиях, так это то, что мы видим состояние природы, которое было до того, как в республику пошел массовый бум туризма, и сейчас эти места уже стали не такими.

Хочется, чтобы вы знали, что мы фотографируем не для себя, мы фотографируем для вас. Ну, что приятного от того, что я сфотографировал красоту, и она у меня в компьютере хранится или в альбоме? Самое приятное то, что вы пришли, увидели ее, посмотрели, порадовались» – сказал руководитель молодежного клуба Русского географического общества «Альтаир» **Тенгиз Мокаев**.

Наталья Печенова.
Фото Элины Караевой.

ОТКРЫТИЕ МИРОВ, ПРИДАЮЩИХ СМЫСЛ

«Союз художников КБР – это организация, которой можно позавидовать. Позавидовать количеству талантливых художников, состоящих в ее рядах, и дай нам всем бог, чтобы мы видели еще больше их прекрасных работ и чаще собирались не только на таких сборных, но и на их персональных выставках».

Так министр культуры КБР **Мухаддин Кумахов** в Национальном музее открыл ежегодную художественную выставку Союза художников Кабардино-Балкарии. И это было не данью вежливости, а констатацией факта. Живопись, графика, скульптура, ювелирные изделия, оружие, посуда – у каждого экспоната выстраивались очереди желающих разглядеть все поподробнее и сфотографироваться на память.

Выставка демонстрирует не просто красоту каждого представленного на ней предмета, высочайший уровень мастерства и сложность вложенного в него кропотливого труда, но и прекрасную душу каждого художника.

Что в своем приветствии особо выделил председатель комитета Парламента КБР по культуре, развитию гражданского общества и информационной политике **Заурбек Кумалов**: «Каждая работа вдохновляет, каждое произведение со временем приобретает более глубокий смысл, потому что в каждое из них наши художники вкладывают свою душу».

«Открыть свой мир и подарить его человечеству – один из самых счастливых моментов для художников. И сегодня именно такой момент открытия множества миров» – сказал народный художник КБР **Заурбек Бгажноков**.

«Зайдя в зал, я сразу ощутил, как на меня пахнуло чем-то свежим, современным, особым ветром творчества и созидания, – высказал свое мнение директор ДХШ №1 г. Нальчика, заслуженный деятель искусств КБР **Валерий Захохов**. – Думаю, что наше подрастающее поколение, наши дети, обучающиеся в художественной школе, с удовольствием посмотрят эту замечательную выставку».

«Я считаю, что сегодняшняя выставка удалась. И около 80 процентов работ, которые я здесь вижу, – новые. Спасибо художникам,



что в это нелегкое время наши музы не спят, и они делают, что могут, чтобы мир чуть-чуть стал лучше», – отметил народный художник КБР **Геннадий Темирканов**.

Завершилась презентация выставки, которая будет экспонироваться до 17 сентября, словами народного художника КБР, академика Российской академии художеств **Хамида Савкуева**: «Эта замечательная выставка, где представлены совершенно разные художники с разными взглядами на нашу реальность, природу вещей в целом, художники очень высокого профессионального уровня, чему я искренне радуюсь и поздравляю нас всех с этим. Сам факт того, что в это непростое время состоялось такое большое и важное творческое событие, говорит о многом. Мне кажется, что творчество – это то немногое, что придает смысл нашему существованию».

Майя Сокурова.
Фото А. Елканова.

ТЕАТР «СЫРИНЭ». ПЕРВЫЙ ВЫПУСК

30 августа в Государственном концертном зале прошло вручение сертификатов выпускникам студии первого адыгского молодежного театра «Сыринэ».

Для юных актеров «Сыринэ» каждый день на сцене – особенный, но выход под свет софитов 30 августа стал важной вехой на пути во взрослую жизнь, в мир настоящих профессионалов своего дела. В этот день 15 ребят получили сертификаты – документальное подтверждение их добросовестной работы на протяжении двух лет в школе при театре «Сыринэ».

Театр был создан на базе некоммерческого фонда поддержки родного языка, культуры и традиций «Черкесский мир». Напомним, что все пьесы, которые ставятся в театре, написаны на кабардинском языке, ведь главной целью создания театра было сохранение и популяризация родного языка. Автор пьес драматург **Зарина Канукова** отмечает, что проблем с национальными языками много, поэтому необходимо делать все возможное для сохранения родного языка, и в решении этой задачи значение первого молодежного адыгского театра трудно переоценить.

Успех театра – результат общих усилий талантливых наставников, учеников и, безусловно, членов фонда, благодаря которому и стало возможным рождение «Сыринэ». Кандидат технических наук, доктор философских наук, профессор **Феликс Хараев** поддерживал идею создания адыгского театра и морально, и материально. Директор фонда, кандидат педагогических наук **Раиса Хацуква**, член правления фонда **Гулсе Кип** взяли на себе решение организационных вопросов. В качестве художника по костюмам с театром сотрудничала дизайнер **Мадина Саральп**, а над декорациями работала **Лалина Саральп**. Также в работе над оформлением сцены принимали участие **Шыкъ Хусни, Чылар Баяр, Аскэр Атилла**.

За два года работы театра его художествен-

ным руководителем **Исламом Канкуловым** было поставлено три спектакля по пьесам Зарины Кануковой, и все они пользовались неизменным успехом у зрителя. Эти постановки также транслировались на телеканалах республики.

Как отмечает директор театра «Сыринэ» **Ахмед Коготыжев**, сегодняшнее событие – это важный момент не только в профессиональном развитии ребят, но и в культурной жизни республики в целом. «Увидев наше выступление, министр по делам молодежи **Азамат Люев** предложил принять участие в республиканском грантовом конкурсе для некоммерческих организаций, и Минмолодежи КБР поддержало нас». По словам директора, сегодняшнее мероприятие – первое в ряду предстоящих серьезных проектов, реализуемых в рамках грантовой поддержки. Также планируется расширять репертуар театра.

Наличие постоянной сцены стало настоящим подарком для театра: министерство культуры республики выделило для спектаклей «Сыринэ» малый зал ГКЗ, благодаря чему театр будет выступать ежемесячно, а не как раньше – раз в 3-4 месяца.

Для каждого ученика студии работа на сцене стала без преувеличения делом жизни. Ахмед Коготыжев признается, что два года существования театра пролетели незаметно: когда все только начиналось, сюда пришли неопытные дети, и вот сегодня – это состоявшиеся молодые артисты. Многие из сегодняшних выпускников продолжат играть в театре, кто-то уже решил посвятить себя актерской профессии, а кто-то понял, что это, безусловно, захватывающий опыт, но пора искать себя в чем-то другом. Так одна из ярких актрис театра «Сыринэ» **Быдэ**

Гуашъхъан отмечает, что пока продолжит играть в театре, но свое будущее видит в ветеринарии: «Я поняла, что актерство – это тяжелая работа, но это, безусловно, нечто совершенно особенное». Гуашъхъан с теплом вспоминает любимые роли, но самое дорогое для юной актрисы – коллеги, которые стали второй семьей. Девушка присоединилась к группе начинающих актеров через неделю после того, как сформировался коллектив, и потому немного опасалась не суметь влиться, однако ее опасения были напрасны: ребята оказались приветливыми и дружными. Сегодня радостный и немного грустный день: с кем-то придется прощаться, но придут новички, которых несомненно тоже радушно примут, – уже ведется набор на новый этап обучения.

Говоря о первых итогах работы, художественный руководитель театра **Ислам Канкулов** отметил, что доволен результатами, а для тех, кто еще только мечтает попробовать свои силы на сцене, он напомнил, что требования при отборе минимальные: готовность выступать перед публикой, артистизм, но самое главное – желание учиться.

Кантемир Пекос – еще один выпускник, о своем пути на сцену вспоминает с улыбкой: «Мне тогда было 13 лет. Родители увидели в интернете объявление о кастинге, предложили мне попробовать, хотя я раньше вообще не знал, что такое сцена. А теперь не представляю своей жизни без театра». Кантемир живет в Чегеме, но поездки в Нальчик на репетиции его совсем не утруждают, а только в радость. Здесь многие приезжают из районов, и для всех встреча на сцене – настоящий праздник.

Многие ребята именно в театре «подтянули» кабардинский язык, практически всем приходилось преодолеть робость и смущение, а теперь это молодые профес-

сионалы, уверенно говорящие на родном языке. Они смело выходят на сцену и неизменно срывают овации зрительного зала. Как отмечает директор театра, несмотря на то, что сегодня у ребят выпускной, большинство из них продолжит выступать, и в будущем сформируется преемственность, когда старшие будут делиться опытом с новичками.

Сегодня в честь юных артистов – концертная программа, добрые пожелания, а заветные сертификаты ребята получают из рук мэтров нашей сцены: заслуженного артиста КБР и РФ, художественного руководителя Кабардинского госдрамтеатра им. А. Шогенцукова **Басира Шибзуква** и актрисы, педагога, заслуженного деятеля искусств КБР **Тамары Балкаровой**.

В добрый путь ребята напутствовал **Феликс Хараев**, который признался, что является поклонником молодежного театра. В своей поздравительной речи он напомнил, что знание родного языка помогает хранить и приумножать опыт и историю народа, и главная заслуга «Сыринэ» в том, что они сохраняют родной язык.

Эту мысль поддержала и замминистра культуры КБР **Рита Таова**. «Значение молодежного адыгского театра сложно переоценить. Мы рады, что в эпоху глобализации у нас подрастает талантливая молодежь, популяризирующая традиционные ценности и родной язык».

Впереди – большое будущее. Будет ли оно связано со сценой или нет – покажет время, ведь выпускники пока еще дети. Но за эти два года учебы в Школе ребята открыли для себя не только секреты актерского мастерства, но и «вечные ценности», которые пронесут через всю жизнь: любовь к своему народу, искреннюю дружбу и преданность делу.

Алена Докшкова.

«Адыгэ джэгу» это больше чем танцы

4 сентября в Атажукинском парке в Нальчике Молодежный центр КБР при поддержке министерства по делам молодежи КБР провел масштабное этнокультурное мероприятие «Адыгэ джэгу».

Вечер адыгских танцев, а такое было другое, менее официальное название мероприятия, не полностью раскрывает суть понятия джэгу, которое за последние десятилетия у многих ассоциируется с хореографией.

В организации, структуре и идейной направленности древнейшего пласта человеческой культуры под названием «Адыгэ джэгу» многие исследователи видят своеобразную преемственность Олимпийских игр. Ведь в древности джэгу собирали от сотен до десятков тысяч человек, длились не один день и состояли из множества состязаний, в том числе конных, на ловкость, силу, скорость. Игрища носили сакральный характер, отмечая благополучный исход значимых событий и предвещая не менее значимые события будущего, настраивая их на благополучное течение и исход, закрепляя успех предпринимаемых и предпринятых усилий, чтобы удача не отвернулась и благоволила и впредь.

Но самым важным, сохранившим свое значение через века и даже тысячелетия аспектом Адыгэ джэгу является воспитание молодежи. О чем в течение вечера говорили многократно и ведущие **Лина Мафедзова** (внучка выдающегося адыгского этнографа **Сараби Мафедзова**, в своих исследованиях уделявшего немалое внимание роли адыгэ джэгу) и **Азамат Дзагаштов**, и обаятельный распорядитель-хатияко **Рустам Шалов**, и министр по делам молодежи КБР **Азамат Люев**, сказавший: «Сегодня по просьбе молодежи и по ее инициативе при поддержке руководства республики мы возобновляем наши традиционные Адыгэ джэгу. Адыгские игрища – это не просто танцы, это часть нашей культуры, которая занимает особое место,

имеет особую философию. И сегодня мы воспринимаем эту площадку как площадку для воспитания подрастающего поколения, где должны соблюдаться традиции намыс и хабзэ, где через танцы мы воспитываем молодежь в духе патриотизма и любви к нашему Отечеству. Также это место, где молодые люди знакомятся, общаются. И, наконец, у нас всегда много гостей, отдыхающих, туристов, и этот формат позволяет нам транслировать для них нашу культуру и наши традиции. Мы не первые, кто организывает такое меро-

приятие: были и есть люди, которые этим занимаются. Но мы как новое министерство решили, что с точки зрения организации будет лучше, если мы возобновим джэгу и пригласим всех сопричастных. Мы всех ждем, всех, кому небезразличны вопросы воспитания подрастающего поколения и единения наших народов. Сегодняшний вечер – это не единственный случай, намечен целый комплекс мероприятий, в том числе и балкарский тау той, которые будут интересны всем, и на которые мы с радостью всех приглашаем».

Яркую речь министр произнес на кабардинском и русском языках, двузвучие вообще царило в течение всего вечера, так же, как и приглашения принять участие всем

желающим, вне зависимости от возраста, национальности и хореографического опыта. Для этого, неоднократно объявлял Рустам Шалов, надо было подойти к его помощнице и помощнику.

До начала официального открытия собравшимся был представлен концерт с участием **Артура Дышекова**, который также выступал в качестве джегаука, **Джамала Теунова**, **Тимура Мустафова**, **Оксаны** и **Ислама Хакуновых**. А самые смелые не упустили возможность хореографической разминки, потанцевав во время зажигательных песен.

Ну а после того, как тамада вечера – известный педагог, общественный деятель, мастер спорта СССР по вольной борьбе **Роберт Кушов** – красивым напутствием открыл джэгу, танцы на несколько часов стали центром притяжения всего парка.

Количество участников сосчитать сложно: мало кто покидал площадку перед украшенной в этническом стиле сцены городка аттракционов, зато нескончаемым потоком подходили новые танцоры и зрители.

В отличие от последних, тамада Роберт Кушов и старейшины вечера – заслуженный артист КБР, художественный руководитель ГААТ «Кабардинка» **Игорь Атабиев**, заслуженный работник культуры КБР, руководитель Театра песни КБГУ «Амикс» **Амир Кулов**, заслуженный артист КБР **Хусейн Шалов** – не просто лицезрели чарующе-медитативное зрелище танца, но и работали. В их обязанности входило определение самого активного гостя, лучших танцоров и короля и королевы джэгу, в качестве награды получивших сувенирные наборы.

Но самые главные подарки – соприкосновение с искусством народного танца и традициями адыгов, заряд бодрости и хорошего настроения в этот вечер получили все!

Наталья Печонова.



«Спортивный переполох» культуры улиц

«Улицы не есть зло, главное выбрать правильную компанию», - утверждают организаторы и участники «Спортивного переполоха». Презентацию всех уличных видов спорта и творчества представила общественная организация «Улицы России» в КБР. Фестиваль приурочили ко Дню солидарности в борьбе с терроризмом.

«Сегодня мы организовали серию мастер-классов, где каждый желающий может попробовать себя в каком-то из направлений уличной культуры», - рассказал лидер движения «Улицы России» в КБР **Алим Тхамоков**. - Сегодняшний фестиваль – одно из мероприятий проекта «Новые улицы Нальчика». Мы в течение года проводили различные соревнования, делали просветительские публикации. Часто бывает, что люди неправильно называют представителей той или иной уличной культуры. Например, не БМИксеры, а райдеры. А ребята, которые занимаются паркуром, обижаются, когда их называют «паркуристами» или «паркурщиками». Их правильно называть трейсеры. А сегодня мы представляем направления

уличной культуры, которые есть в Нальчике.

Юрий Бобышкин умело рассказывает на своем ВМХ. Признается, что решил стать райдером, посмотрев ролики на Ютубе, увидел, как ребята прыгают, заинтересовался, сейчас в Нальчике входит в райдерский ТОП-4. «Площадки находим по ходу. Вот ступеньки, к примеру, с них тоже нужно уметь прыгать. Даже с небольших. Бывает, прогоняют, но мы ждем появления специализированной площадки. Этот праздник еще одно доказательство, что уличная культура продвигается», - говорит Юрий.

Чуть в стороне раскиданы маты, дело пахнет паркуром. Задачей **Мурата Кажарова** в этот день было провести мастер-классы. Вот девочки с гимнастической растяжкой

пытаются сделать какие-то элементы искусства преодоления препятствий, с первого раза не получается, пробуют еще несколько раз. «Пока немногие знают о нашем виде, но все идет к тому, что это скоро изменится, ведь это что-то новое, так что можно людей заинтересовать», - говорит Мурат. - Можно спокойно потренироваться внутри города. Ведь паркур – это для улицы. Мы сами иногда гуляем, находим места, и начинается незапланированная тренировка. Ведь по паркуру уже и соревнования проводят».

Тем временем **Ренат Гурфов** оформляет стенд в стиле «граффити», показывает, как правильно рисовать, что и как наносить. Это тоже целое искусство. «Здесь не только нужно уметь рисовать, здесь руки должны быть сильными, - смеется Ренат. - Многих именно это останавливает. Очень трудно долго держать баллончики с красками. А что касается самой культуры, то приходит уже понимание, что граффити – это не просто буквы на заборе рисовать. Я стараюсь выбирать рисунки, на которые проходящим мимо людям будет приятно смотреть. Самое главное, что рисовать теперь можно легально по просьбам жителей».

Вот начинается работу еще одна площад-

ка – организаторы предлагают разрисовать белые футболки. Положив рядом свои средства передвижения, ребята увлекаются творческим процессом.

«Какими в идеале должны быть новые улицы Нальчика?» - задаю вопрос Алим Тхамокову.

Признается, что в идеале – это определенная цветовая гамма всего города, какие-то муралы, связанные с нашими национальными традициями. «Есть какие-то определенные моменты, связанные даже с районом, - говорит он. - Ведь каждый район может выбрать себе тематику и разрисовать улицы настолько красиво, что любой другой город позавидует. А вообще «культура улиц» потихоньку заходит в наш город. Были сначала опасения, что нас могут не понять, но на самом деле адекватно принимают, ведь у нас нет никаких деструктивных моментов, это спорт, это здоровый образ жизни, так что добро пожаловать к нам в команду, и давайте развиваться вместе».

Залина Суанова.



КАКАЯ БОЛЬ, КАКАЯ БОЛЬ...

«Спартак-Нальчик» – «Легион» – 0:3 (0:1)

Голи: Исаев, 21 – 0:1. Панаев, 65 – 0:2. Панаев, 76 – 0:3.

«Спартак-Нальчик»: Кумыков, Березов, Маломусов, Гозузов, Далиев, Хачиров (к), Топурия, Масленников (Блиев, 81), Торосян (Макоев, 81), Селяев (Хацуков, 71), Котов (Тлупов, 69).

«Легион»: Магомедов, А.М. Исмаилов, Мохбалиев, Газиров, Р.

Исаев, Панаев (Токаев, 84), К. Курбанов, Гамзатов (к), Абулашов (Т. Битаров, 51), А.Г. Исмаилов (Ипаев, 59), Абдуллаев (Пухаев, 84).

Голевые моменты – 1:4. Удары (в створ ворот) – 3(1) – 9(4).

Угловые – 4:5. Предупреждения: Панаев, 45+1 – «Легион»;

Тлупов, 90+1 – «Спартак-Нальчик».

В воскресенье на стадионе «Спартак» состоялась очередная очная ставка исторических соперников: «гладиаторов» и «легионеров». Причем и без того высокий градус противостояний был подогрет и тем обстоятельством, что в случае успеха одна из команд опережала прямого конкурента по борьбе за третье место, дающее право на игры с тройкой лучших в группе 1.1 дивизиона «Б».

После «избиения» новичка второй лиги хасавюртовской «Победы», случившегося 13 августа в Нальчике (игра завершилась со счетом 4:0 – прим. ред.), «гладиаторы» вошли в зону турбулентности, проиграв поочередно «Астрахани» и ставропольскому «Динамо» в кубке России. Можно долго рассуждать о причинах неудач, но очевидно здесь одно – спартаковский механизм, лишившись в межсезонье пусть и не суперталантов, но игроков опытных,

подобрать новые «винтики» не сумел.

Почему? Потому что на селекцию нужны деньги, а их в команде едва хватает на зарплату, питание и переезды игроков, которые в наличии. Молодая поросль, взятая на перспективу, положительно повлиять на результаты, как вы понимаете, не может. В опорной зоне нет игрока с пасом, в центре защиты всего два игрока (третий травмирован), уровень которых мало чем отличается от уровня игроков любительских клубов.

Отсюда жуткие проблемы в обороне. А что в атаке? А там Тлупов, который никогда не отличался высокой результативностью, и новобранец Котов, который, кстати, с «Легионом» вышел с первых минут. Видно, что у парня есть навыки, но их еще шлифовать и шлифовать. Оппоненты скажут, что и у других команд не супер составы. Согласен, но там есть ротация, для нальчан же потеря одного из бойцов – целая трагедия. А ведь 8 сентября игра на выезде с «Машуком»...

Теперь коротко об игре с махачкалинцами. На 21-й минуте Масленников обрезался в центре, соперник подхватил мяч, быстрая контратака и Исаев беспрепятственно бьет в левый от себя угол – 0:1. Дальше игра без

Вторая лига 2023-2024. Дивизион «Б». Группа 1.2. Положение на 3 сентября

	И	В	Н	П	М	О
1. «Машук»	7	7	0	0	16-3	21
2. «Легион»	7	3	3	1	9-5	12
3. «Астрахань»	7	3	2	2	13-8	11
4. «Спартак-Нальчик»	7	3	1	3	8-7	10
5. «Динамо-2»	7	1	3	3	7-9	6
6. «Алания-2»	6	1	1	4	7-18	4
7. «Победа»	7	1	0	6	4-14	3

ворот, и только в концовке тайма Далиев с углового пробивает головой под перекладину, гостей выручает голкипер, переводя мяч кончиками пальцев на угловую. После перерыва долгое время равная борьба и очередной кикс наших защитников на 65-й минуте: после неточного удара кого-то из гостей мяч, отлетев от крестовины ворот, оказался у углового флажка. Наши оборонцы за ним не побежали, побежали гости, которые парой пасов доставили мяч на голову Панаеву. Никем не прикрытый нападающий хладнокровно переправил мяч головой в ближний угол – 0:2. А на 76-й минуте гости оформили разгром: при полном попустительстве защитников гости разыграли красивую правопланговую комбинация, и Панаев оформил «дубль» – 0:3. И полная безнадега перед вояжем в Пятигорск.

Ахмад Магомедкамилов, главный тренер ФК «Легион»: - С Нальчиком всегда игры проходят тяжело, борьба характеров, тактик, стратегий. И по первому тайму все получилось по привычному сценарию, Нальчик прессинговал, и нам было тяжело. При этом было ясно, что игра идет до первого гола. В перерыве сделали корректировки и перевернули игру. Рад, что смогли забить столько, видимо, вернулось нам за прежние матчи, в которых мы много создавали, но не могли реализовать моменты. Приятно обыграть прямого конкурента за место в тройке лучших.

Хасанби Биджиев, главный тренер «Спартак-Нальчика»: - Итоговый результат – следствие индивидуальных ошибок в обороне. Первый мяч – обреза в центре поля и невнимательность в защите. Второй тайм начали активно, но отошли от плана на игру, пропустили второй мяч из-за того, что не работали в эпизоде. Затем пошли большими силами вперед, образовались свободные зоны, в одной из контратак соперник этим воспользовался. В атаке не удалось сыграть как планировалось, а в обороне были допущены ошибки – отсюда и счет на табло.

Георгий Боциев.



Самбо

В Нальчике прошел чемпионат Северо-Кавказского округа Росгвардии по самбо.

Организаторами турнира выступили спорткомитет Управления Северо-Кавказского округа войск национальной гвардии, Управление Росгвардии по КБР.

За победу в 10 весовых категориях боролись более 70 ростовардейцев в составе 12 команд из воинских частей и территориальных управлений округа.

Спортсмены разыграли 10 комплектов наград в категориях от 53 до свыше 98 килограмм. По итогам состязаний в первой группе командного зачета победила сборная Управления Росгвардии по КБР. На втором месте военнослужащие команды из Владикавказ, замкнули тройку сотрудники Управления Росгвардии по Республике Дагестан. Во второй группе первое место у спортсменов из Ставрополя, на втором и третьем местах – военнослужащие Моздока и Инноземцево.

Тхэквондо

В Сараево прошло первенство мира по тхэквондо

среди юношей и девушек 12-14 лет. В столицу Боснии и Герцеговины приехали спортсмены из почти 100 стран.

Уроженец Кабардино-Балкарии Казбулат Казанчев в составе сборной России стал бронзовым призером первенства мира в категории до 176 см. Проведя пять поединков в полуфинале, Казбулат уступил сопернику в один балл и завоевал третье место. Тренируют спортсмена Амир Ахметов и Абдельджабар Унажков.

Всего на счету юных российских тхэквондистов, выступавших на мировом первенстве в индивидуальном нейтральном статусе (AIN), две золотые, одна серебряная и три бронзовые награды.

Тяжелая атлетика

Тяжелоатлеты Кабардино-Балкарии успешно выступили на всероссийском турнире по тяжелой атлетике, посвященном памяти первого президента Чеченской Республики Ахмата-Хаджи Кадырова.

В соревнованиях приняли участие более ста спортсменов из разных регионов России.

Кабардино-Балкарию представляли четыре тяжелоатлета. По итогам турнира победителями в своих весовых категориях стали Аслан Каскулов (73 кг, сумма двоеборья 303 кг), а также Мурат Хафицев (109 кг, сумма двоеборья 330 кг). Бронзовыми призерами стали Алина Малухова (64 кг, 142 кг) и Аниуар Нагоев (96 кг, 261 кг).

Пауэрлифтинг

В Нальчике прошел международный турнир по пауэрлифтингу «Кубок Абрек».

Участие в нем приняли около 100 спортсменов из разных регионов нашей страны, а также гости из Казахстана. Атлеты соревновались в жиме лежа, становой тяге и подъеме на бицепс.

По итогам турнира сборная команда Кабардино-Балкарии показала отличные результаты. Победителями в своих дисциплинах стали: Султанбек Бориев, Ислам Пшихачев, Степан Пышный, Ахмед Каиров, Заур Гусов, Амир Шублаков, Мурат Шублаков, Хазрет-Али Кунжиев, Алим Вороков, Руслан Шапсигов, Аскер Иригов, Алихан Сабанов, Таймураз Шогенов, Ростислав Кушхов, Аскербий Бозиев, Инал Битоков, Руслан Кушов, Ибрагим Балкаров, Темиркан Машезев, Мурат Сабанчиев.

Также наши спортсмены завоевали 11 серебряных и 6 бронзовых наград.

Кикбоксинг

В Нальчике прошел профессиональный турнир «Кубок Федерации по кикбоксингу – «Мемориал Гусы Гусиева».

Гигиев основал Федерацию кикбоксинга КБР и был ее первым президентом. В соревнованиях участвовали спортсмены из Волгограда, Ставрополя, Невинномысска, Кисловодска, Майкопа, Махачкалы и Кабардино-Балкарии.

Победителями в своих весовых категориях стали Азамат Мафедзов (69 кг), Астемир Кетуков (71 кг), Саид Таов (63 кг), Темирлан Бляшев (60 кг), Ибрагим Зияддинов (63 кг), Казимир Паритов (57 кг).

Спортсменов подготовили Алим и Залим Кудыевы, Анзор Сасиков, Айдин Саралидзе.

Дзюдо

В Кабардино-Балкарии прошел XIX Всероссийский турнир по дзюдо среди юношей и девушек до 18 лет, посвященный памяти мастера спорта СССР по дзюдо Куанча Бабаева.

В нем приняли участие более тысячи дзюдоистов из 37 регионов нашей страны.

По результатам соревнований дзюдоисты Кабардино-Балкарии показали хорошие результаты. Победителем в своей весовой категории стал Хаджимусса Мизиев. Серебро завоевали Руслан Беров, Астемир Мамиев, Дамир Бесланеев. Бронза у Тамерлана Кушева, Иланы Кодзоковой, Карины Хурановой.

Спортсмены, занявшие 1-2 места, получают право на участие в финальном первенстве России по дзюдо среди юношей и девушек до 18 лет, которое состоится в ноябре текущего года в Барнауле.

Меня всегда угнетала рутина и всегда вдохновляло творчество. В детстве я так мечтала быстрее окончить школу, чтобы не было никаких уроков, которые отвлекали меня от рисования, танцев, макраме и множества других замечательных и важных для меня вещей. Вот вырасту, думаю я, и сутки напролет буду делать то, что хочу.

А старшие школьные годы вообще с ужасом вспоминаю: я приходила после уроков и буквально вырубалась на час-полтора, а потом вставала, занималась домашними делами, помогала маме по хозяйству, делала уроки, готовилась к экзаменам. Заканчивала, у меня был час-два свободного времени, и потом шла спать. Субботу и часть воскресенья делала уроки, чтобы как-то разгрузить неделю. Старалась изо всех сил, и все равно мои старшие были недовольны, считая мое рукоделие, фанфики, художественную фотосъемку пустой тратой всех ресурсов. Было очень трудно. Но самое интересное, что и дальше просто не было. И я постоянно задавалась вопросом: как сохранить в себе искру, как не потерять свое желание творить? Учеба тратит уйму времени, сил и настроения, с родителями не самое лучшее взаимопонимание, так как они считали, что я не могу жаловаться на усталость, потому что все так учились, все через это проходили, никто не умер и никому психологи не попадались. Мне хочется рисовать, писать, но почти каждый день у меня нет или сил, или времени, или идей. Что делать? Просто смирится и пережить этот период? Или как-то менять налаженную рутину?

И пусть кто-то не считает большим достижением то, что я по-прежнему люблю творить, даже став взрослой, но для меня это действительно настоящее достижение. И я научилась не давать рутине побеждать меня. Как? Все просто и даже банально. Но, оказывается, именно банальные простые средства и помогают сохранить искру творчества.

В молодости кажется, что проблемы со здоровьем = это что-то очень далекое и абстрактное. Но! Постоянная усталость может появляться не только из-за стресса и перегрузки, но и гормональных нарушений, неправильного питания, низкого уровня витаминов и микроэлементов. Эти моменты стоит учитывать.

Всем желающим творить я бы дала совет выкроить утром полчаса-час, когда запас мотивации и сил на максимум. Наш запас сил конечен, как и запас мотивации, утром они максимальны, а к вечеру стремятся к нулю — поэтому ничего креативного и творческого делать не хочется.

Насчет взаимоотношений с родителями — самое главное, общаться, разговаривать, именно разговаривать, а не жаловаться и конфликтовать.

Тихиро.

Многие жалуются, что на удаленке или фрилансе тяжело спланировать свой день и быть результативным. Решила описать, как занимаюсь планированием я, будучи очень хаотичным и гиперактивным человеком по своей натуре. Ни в коем случае не навязываюсь, не хвалю свои методы как единственно верные и оптимальные — просто делюсь опытом.

Начнем с того, что кому-то удобно делить свои обязанности на босса и исполнителя. В переводе на обычный человеческий язык: отдельно разгребать задачи и планировать в один день недели, а потом исполнять. Мне такой подход из-за хаотичности планов не подходит, я просто записываю задачи по мере появления в мыслях и планирую на свободный день, тем более телефон всегда под рукой. Здесь нет универсального варианта.

Говоря о собственно планировании, скажу, что здесь люди условно делятся на консерваторов, предпочитающих старую добрую запись на бумаге, и новаторов, не представляющих себе жизни без того или иного приложения-планировщика.

Я в этом отношении дуалист. Потому что выявила для себя закономерность, что ежедневник быстро забрасываю и откладываю задачи, а с электронными планировщиками выгораю, потому что не вижу проделанной работы, даже если выполнила вагон задач. Мой подход: все задачи в «тудулисте» смартфона, но с чек-листом самых важных и значимых пунктов в ежедневнике, который я открываю раз в пару недель.

Выбираю не более 3-5 проектов или сфер фокуса, пишу все задачи максимально понятно и пошагово. Большие задачи и проекты делю на несколько более простых задач. Например, не пишу задачу «Работа

над курсовой», а планирую более точно «Подготовка первой главы: выписка цитат», не «Работа в интернете», а «Работа на сайте «Ленинки», «ответ на письмо коллеги».

Многие советуют начинать задачи с глагола, как мотивацию к действию. Такие задачи для вас-исполнителя более понятны. Сравните: задача «Позвонить в химичку по поводу дубленки» понятна сразу, чем просто «Дубленка».

Умейте делегировать. Да, это сложно, потому что мы все с детства привыкли, что если хочешь, чтобы дело было сделано хорошо, то сделай его сам, но возможно. Есть дела в семье, которые можно доверить родителям, детям, супругам, и, поверьте, мир не рухнет, и они справятся. Ну а если речь идет о чем-то более сложном, то не скупитесь на найм и оплату труда профессионалов. Время дороже денег, и, например, доставка продуктов лично для меня стала спасением.

Делайте паузу. Не только на отдых. Если вам нужно пожалеть себя и поплакать — ради бога! Но только не больше получаса. Потом убедитесь, что за глаза хватит и пятнадцати минут. Потом и вовсе перестанете это делать, оставив время для более приятных и продуктивных дел.

Вот как я теперь. Раньше я часто любила обижаться, возмущаться, негодовать, сотрясать воздух бессмысленными жалобами. Когда внесла в расписание отдельный пункт и увидела, сколько бесценных минут на это уходит, поняла, что обворовываю себя. Теперь ограничиваюсь кратким, но объемным ругательством, правда, от всей души, и иду дальше.

Еще раз повторюсь: это не панацея, не открытие Америки. Это простые вещи, которые реально работают и облегчают жизнь.

И. Балова.

Раньше я всегда ставила блок на свои эмоции, избегала ситуаций, где могла бы выглядеть странно или комично. Например, перестала ходить в кино, чтобы не пытаться всеми силами сдерживать слезы из-за трогательной сцены. Не делюсь хорошими новостями и не показываю свою реакцию на них, чтобы не казаться людям фальшивой и наигранной.

Недавно я начала прорабатывать свою эмоциональность. Но в какой-то момент поняла: а почему я должна как-то менять себя, чтобы быть удобной и эмоционально сдержанной для других людей? Если не выплескивать свои эмоции, то на сцену выходит аутоагрессия и запертые в теле импульсы.

Да, я плачу над грустными тиктоками с котиками, меня может рассмешить до икоты тупая шутка, растрогать глубокая философская мысль в фильме или созерцание искусства, разозлить «шпилика» в мой адрес. И что?

Больше я не собираюсь сдерживать эмоции и запираю их в себе, проживая жизнь безэмоциональной тени человека.

К.

Заметила, что в рубрике стали затрагиваться вопросы блоггерства. Хочу поэтому поделиться интересной информацией, которую недавно узнала сама. Вдруг кому-то тоже интересно будет.

Я всегда думала, что социофобия — это просто про дискомфорт в местах скопления людей. Но оказывается, понятие социофобии куда глубже! Социофобия — про страх выполнения каких-либо действий на глазах людей. Таким образом, социофоба пугает не только нахождение в людных местах, но и публичные выступления, новые знакомства, посещения ресторанов и кафе, общественных туалетов, телефонные звонки, рассказы о себе, собеседования и т.д. Самое страшное для социофоба — кому-то помешать, занять много места, что люди вокруг подумают о нем плохо и т.п.

В первую очередь в социофобах засели страхи отторжения обществом, одиночества и потеря собственной значимости. Часто социофобы появляются в неполных семьях, когда один родитель ушел из семьи или умер, а второй постоянно пропадает на работе, так у ребенка формируется чувство брошенности, ненужности, неполноценности. Чаще всего социофобия проявляется общей визуальной неуверенностью и скованностью, а у кого-то может краснеть лицо или уши, подступать тошнота, трястись и потеть руки, дрожать голос и даже появляться нервное заикание.

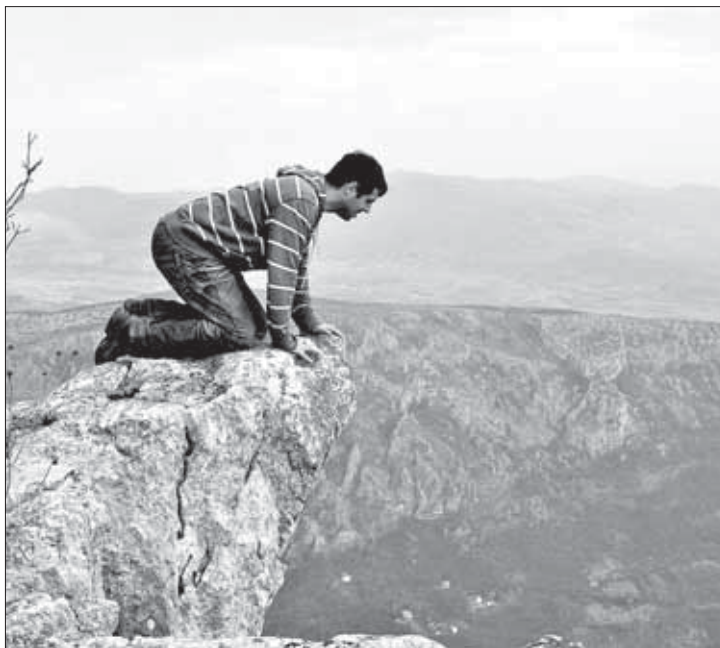
Но большим открытием для меня стало то, что большое количество социофобов находится среди блоггеров! Почему так? Во-первых, это

удаленное взаимодействие с людьми, из своей безопасной раковины. Во-вторых, социофобы зависимы от людей, им нужно одобрение, важно быть значимым и заметным, потому что они недополучили этого от родителей. У социофоба частенько есть задатки лидера, желание быть в центре внимания, но он боится, что о нем подумают. Назревает огромный внутренний конфликт: с одной стороны — жажда быть с людьми (быть нужным, значимым, принятым), и тут же, с другой стороны, страх себя проявить, страх быть собой.

И еще немного о психологии виртуальной реальности, которую многие и не без основания считают опасной зоной ненависти и негатива. Чем больше я разбираюсь в психологии, тем больше понимаю, что любое негативное поведение в людях — тень детской или подростковой травмы.

Только человек с низким уровнем эмпатии и интеллектуального развития будет оценивать внешность другого человека и тем более шепотом за психологические травмы. Помните об этом, когда кто-то пытается вывести вас на эмоции. Не давайте энергетическим вампирам питаться за ваш счет. Пожалеть хейтеров можно, но вскользь, не расстраивая эмоции и время. А лучше всего просто не обращать на бедных духом никакого внимания. Помните советы наших мудрых предков, и пусть ни одна даже самая злобно лающая собака не помешает передвижению вашего каравана!

Психологиня.



Алгоритмы популярных хостингов почему-то стали буквально подсовывать, по-другому и не скажешь, психологические и псевдопсихологические курсы различных гуру и экспертов личностного развития. Иногда просматриваю их и у многих вижу один и тот же совет — вот вы боитесь чего-то, нужно идти навстречу своему страху! Борьтесь, идите вперед, прорывайтесь, бежать, прыгать в открытую пасть. А не можешь себя взять в руки — значит, ты не хочешь победить свой страх, и вообще — тряска!

Стоит ли говорить, что эта установка крайне вредная? Страх — это всегда нарушение восприятия. Без работы с восприятием это бесполезная трата ресурса.

Представим, человек панически боится высоты, боится, что он обязательно упадет, разобьется и умрет. Вот в детстве он ползал по дереву во дворе, а потом упал и сломал ногу. Поэтому десять лет спустя он не садится в самолет, не ходит в горы, не поднимается на небоскребы и не прыгает с парашютом. Хотя хочется и испытать ощущение полета, и мир посмотреть.

Далее его фобия прогрессирует: не поднимается выше второго этажа, не выходит на балконы и избегает лестницы.

А потом видит вот такое видео гуру и поку-

пает себе абонемент на прыжок с парашютом. В назначенный день, естественно, никуда не выходит из-за сковывающего страха, либо пересиливает себя и, обливаясь потом, на подкашивающихся ногах прыгает из самолета над живописными полями. А тут уже воля случая, сломает этот поступок человека окончательно или нет.

Можно аэрофоба запереть в самолете, не умеющего плавать вытолкнуть с лодки посреди моря или выгнать социофоба на сцену, но это только сломает тревожного человека с сильной фобией.

В работе со страхами нужны постепенные маленькие шаги им навстречу, с параллельной работой над восприятием. Так, человек с фобией высоты (аэрофобией) может больше времени проводить на балконе (который не обрушится под ним в этот самый момент), потом — начать ходить по лестницам (на которых не поскользываются просто так), позже — купить билет на городскую смотровую площадку (где есть перила безопасности и шанс упасть стремится к нулю). Но лишь в одном году правы — избегая проявлений своего страха, вы никогда его не преодолете.

Вероника Нестеланова.

Английский кроссворд

Ч	Е	С	Т	Ь	Н	Е	Г	А	Ф	Р	А	К
Н	Г	Т	Е	Г	Т	О	Р	И	Д	Н	И	Т
О	О	Е	Н	Р	М	С	Л	У	А	М	С	К
И	Б	К	Р	Е	О	У	О	Р	О	И	О	А
Ц	М	У	Ш	О	М	В	Е	Н	М	К	К	В
К	А	А	З	Е	Н	Г	О	Р	Й	И	Н	А
А	А	Г	Н	А	Е	Т	Е	Д	Т	А	Р	Л
Р	Ц	И	М	Т	А	Д	О	С	О	Н	Р	Ь
Т	С	И	Р	И	И	Л	А	Л	О	Р	У	К
Т	Л	Д	Л	С	О	Л	А	Л	О	Ь	О	А
А	Н	А	К	Т	О	Е	Ь	Д	В	Г	С	Д
К	Н	А	О	Х	Е	Д	О	Я	Ь	Ч	И	А
Д	Т	И	С	И	М	П	А	Т	И	Я	Т	Я

- Как называется научная дисциплина, изучающая процессы, протекающие в организме при старении? (12)
- Именно так называют тех, кто коллекционирует спичечные коробки (10)
- Какую деталь пиджака используют для ношения бутоньерки на свадьбе? (7)
- Специалист по изготовлению чучел животных и птиц (12)
- Благожелательное отношение, устойчивая эмоциональная предрасположенность к кому-либо одним словом (8)
- Как еще можно назвать чрезмерное проявление чего-либо? (9)
- Как сейчас называется страна, которая является родиной для сиамских кошек? (7)
- Как называется элемент национального испанского женского костюма в виде шарфа-вуали, который надевается поверх высокого гребня, волотого в прическу? (8)
- «... должен быть разрушен» – латинское крылатое выражение, означающее настойчивый призыв к борьбе с врагом или препятствием (8)
- Как еще называют представления, оторванные от жизни, основывающиеся на отвлеченных рассуждениях, не проверяемых опытом? (10)
- Именно так называют сооружения или устройства, созданные для развлечения, которые обычно устанавливаются в парках отдыха (10)
- Как экономисты называют группу потребителей с общими предпочтениями и производителями, учитывающих эти предпочтения? (7)
- Группа.eduцих всадников в итальянском манер (10)
- Вспомните название столицы государства, которое раньше называлось Персией (7)
- Моральное, профессиональное или социальное достоинство, вызывающее уважение к самому себе или со стороны окружающих, одним словом (5)
- Как называется газ с характерным неприятным запахом тухлых яиц? (11)
- Это мужское древнегерманское имя в переводе означает «орлиная сила», его обладателем является 38-й губернатор Калифорнии (7)
- Как называют залив в низовьях реки? (5)
- Тяжелая, обременительная обязанность одним словом (5)
- Так называют плотницкий или столярный ручной инструмент, предназначенный для выдалбливания отверстий и пазов (6)
- Устаревшее название этой шахматной фигуры, примерно равноценной пяти пешкам, тура (5)
- Одежда для дзюдоиста (6).

Из оставшихся букв составьте пароль – русскую поговорку.

Есть совет

Здоровье – это наш дар. Беречь и сохранять его нужно с раннего детства. Однако наши чада зачастую предпочитают яблоку картошку фри или еще что-то из фаст-фуда.

Как убедить детей в том, что образ жизни должен быть здоровым, рассказывает врач-гинеколог ГБУЗ «Городская поликлиника №2» **Ирина Гатаева.**

Для каждого ребенка самым главным примером и мотиватором в жизни являются родители, на которых они стремятся во всем быть похожими, поэтому здоровый образ жизни должен начинаться именно с родителей. Совместные занятия спортом и правильное питание всей семьей помогут вам ненавязчиво приучить к этому ребенка с ранних лет. Пока позволяет погода, устраивайте регулярные семейные прогулки с велосипедом, самокатом, роликами, играйте в мяч, ходите вместе в бассейн, на утреннюю пробежку, в походы, а зимой – катайтесь на санках, коньках, лыжах и прочее. Все это не только хороший метод воспитания и развития ребенка, но и отличный способ для сплочения семьи.

Главные составляющие здорового образа жизни – это распорядок дня, свежий воздух, двигательная активность, здоровое питание, психическое и эмоциональное состояние. Режим дня ребенка необходимо строить с учетом его возраста и индивидуальных качеств. Правильно организованный распорядок дня должен удовлетворять ключевые физиологические потребности организма (отдых, сон, питание).

По данным ВОЗ, дети и подростки должны уделять физической активности не менее 60 минут в день. Конечно, это не значит, что ребенок должен ходить в спортивную секцию каждый день, достаточно прогулять с ним пешком или прокатиться на велосипедах, поиграть в любые подвижные игры.

Полноценный сон такая же неотъемлемая часть здорового образа жизни, как питание и физическая культура. Дети в дошкольном возрасте должны спать по 9-10 часов в сутки.

Дети школьного возраста и подростки должны спать не менее 8-9 часов в сутки.

Очень полезен для здоровья ребенка сон на свежем воздухе. Например, на балконе, у открытого окна или в коляске. Гулять нужно в любую погоду. Полезно быть в местах, где много зелени, деревьев и цветов.

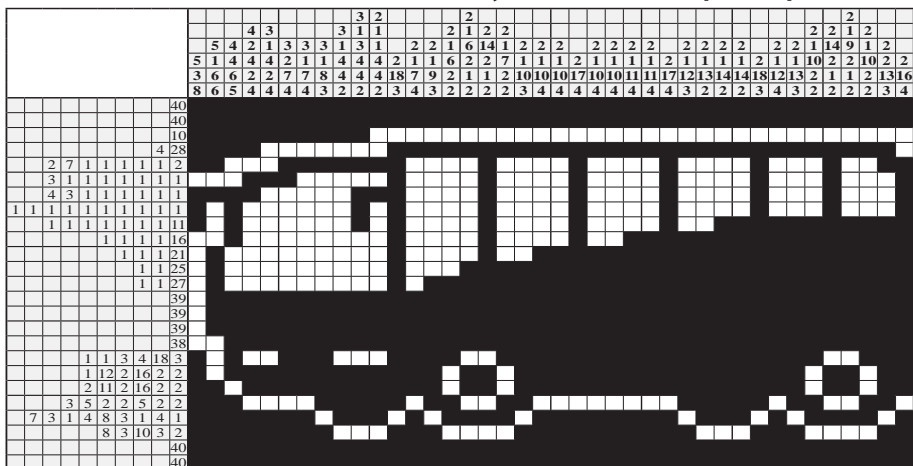
Многие дети имеют избыточный вес, связанный именно с неправильным питанием. Родители, у которых дети имеют склонность к полноте, должны особенно внимательно следить за их питанием. Правильное детское питание также неразрывно связано с семейным ЗОЖ и к нему необходимо приучать ребенка с ранних лет. Самый простой и наглядный способ – это так называемый метод «умной тарелки» или «тарелки здоровья». Четверть рациона ребенка должна содержать крахмалосодержащие продукты (цельнозерновой хлеб, картофель, кукуруза, горох, каша, рис и т.д.). Оставшаяся часть рациона должна содержать нежирное мясо (курица, индейка, рыба или постная говядина). К этому добавьте фруктов и нежирного молока. В рационе питания ребенка должны быть только натуральные продукты, без химических добавок.

Для новорожденных малышей лучшее питание – это молоко матери. В нем есть все полезные витамины и микроэлементы, нужные для организма маленького члена семьи. Диета мамы также должна включать натуральные продукты, без консервантов и вредных веществ. До достижения 6-ти месячного возраста ребенку не рекомендуется давать дополнительные прикормы.

Эмоциональное состояние детей имеет огромное влияние на их здоровье. Положительные эмоции улучшают гормональный фон, укрепляют иммунитет. Ребенку нужны любовь, понимание и забота.

Все родители хотят, чтобы их малыш рос крепким, здоровым и умным. Но для этого необходимо приложить немного усилий. Только при соблюдении всех правил по ведению здорового образа жизни можно получить хороший результат. Это поможет в будущем вам и вашим детям избежать многих проблем.

Рисунок японского кроссворда в №35



АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

на 11-17 сентября

ОВЕН (21 марта – 19 апреля)

Чудесный период у Овнов для обновления стиля, особенно для похода в парикмахерскую. Желательно сейчас провести генеральную уборку и избавиться от лишнегохлама в вашей жизни. Не накапливайте слишком много вещей, в большинстве случаев они вам просто не нужны. Избегайте ненужных покупок, это станет хорошей экономией.

ТЕЛЕЦ (20 апреля – 20 мая)

К Тельцам придет понимание: от жизни надо взять все, что только можно. Но все растолкуют это по-своему. Многие решат, что только они могут распоряжаться всеми жизненными благами. А кто-то – что людей можно использовать в своих целях. Но это не пройдет безнаказанно: вы станете материальным должником, да и про карму не забудете.

БЛИЗНЕЦЫ (21 мая – 21 июня)

Близнецов ждут небольшие неприятности: кто-то столкнется с проблемами, связанными с родственниками, а кому-то предстоит не слишком приятная встреча с представителями власти. Чтобы эти события не имели негативных последствий, постарайтесь делать все с умом. И не будьте слишком самоуверенными, это может привести к недопониманию и вообще плохо для вас кончиться.

РАК (22 июня – 22 июля)

Раки, вероятнее всего, будут чувствовать себя ужасно нетерпимыми к другим, нервным и раздраженным. Что ж, звезды желают вам не преувеличивать не стоящие того мелочи и изо всех сил стараться быть терпеливыми, не срываться на окружающих, они-то точно перед вами ни в чем не виноваты. Начиная новые дела, скрупулезно и критично оценивайте их перспективность.

ЛЕВ (23 июля – 22 августа)

Жизненный потенциал Львов настолько высок, что вы всеми силами будете пытаться привнести кардинальные изменения в свою жизнь. Будьте осмотрительны: не примитесиюминутную слабость за свое истинное желание. Не рвитесь к тому, что может показаться привлекательным в силу недоступности. Не драматизируйте и не пытайтесь казаться тем, кем не являетесь.

ДЕВА (23 августа – 22 сентября)

У Дев на работе могут испортиться отношения с коллегами, может даже произойти громкий скандал, что не лучшим образом скажется на вашем здоровье. Не давите на окружающих своим авторитетом, лучше окажите им помощь. Пусть ваши профессиональные обязанности сейчас будут для вас в приоритете. Смиритесь с тем, что некоторые вещи не просто так случаются в вашей жизни.

ВЕСЫ (23 сентября – 23 октября)

Весов ожидает довольно однообразная неделя, наполненная практически бесполезными действиями. Большинство представителей этого знака сейчас придется на себе ощутить все трудности общения с людьми. Лучше сократить количество контактов и переждать. Не беритесь за грандиозные дела, их можно будет сделать в другой, более удачный момент.

СКОРПИОН (24 октября – 22 ноября)

У Скорпионов возьмут верх эмоции, вспышки агрессии будут быстро сменяться нейтральным настроением. Забудьте все плохое, что вам раньше делали, ваша злопамятность принесет вам только вред. Если хотите изменить ситуацию, научитесь просить прощения у тех людей, кого обижаете сами, от этого вы получите намного больше хорошего.

СТРЕЛЕЦ (23 ноября – 21 декабря)

Главная проблема Стрельцов сейчас заключается в отсутствии гармонии во взаимоотношениях с людьми. Вам сложно дается простое человеческое общение. Вы не доверяете ни одному человеку, а потому раскрыться вам очень тяжело. Но вам очень нужно выговориться. Попробуйте рассказать о своих чувствах хотя бы одному близкому человеку, и вы сразу ощутите себя лучше.

КОЗЕРОГ (22 декабря – 20 января)

У Козерогов в этот период двери дома будут открыты для гостей, самое время уделить внимание своим родным и друзьям. Чтобы не было разного рода неожиданностей, проявите инициативу, продумайте угощение и развлечения сами. Также, если ваше финансовое положение позволяет, не упустите возможность поучаствовать в благотворительности.

ВОДОЛЕЙ (21 января – 18 февраля)

Великолепный период ожидает Водолеев. Успех и процветание обеспечены вам во всех сферах жизни. Вы без проблем сможете освоить новые навыки и умения в том, что пожелаете. Сконцентрируйтесь на этом, и обеспечите себе устойчивое финансовое положение. Не стойте на одном месте, постоянно открывайте для себя что-то новое.

РЫБЫ (19 февраля – 20 марта)

Рыбы окупятся в общественную жизнь. Но, вероятнее всего, она не будет такой красочной, как хотелось бы. Ваша природная скромность порой мешает вам завести романтическое знакомство. Вам проще просто дружить с несколькими людьми. Чтобы хорошо себя чувствовали в большом обществе, к этому нужно привыкнуть, а для этого нужен не один день.

...И В КАЖДОМ СНИМКЕ – ДУША

Подведены итоги республиканского фотоконкурса «Учитель за порогом класса», посвященного Году педагога и наставника.

В конкурсе, организованном министерством просвещения и науки КБР, приняли участие почти триста фотографов-любителей из 12 муниципальных районов и городов республики: педагоги, студенты, школьники, а также все желающие, независимо от возраста и профессии. Конкурс проходил по трем номинациям: «Мир в объективе учителя»; «Учитель в объективе» и «В моей семье – педагог». Жюри оценивало работы по нескольким критериям: соответствие содержания тематики конкурса, художественность и оригинальность работы, техника и качество исполнения работы, общее восприятие и информативность. Кроме того, во внимание принималось художественное мастерство работ и их оригинальность.

- Конкурс подобного рода у нас проводился впервые, - рассказала член жюри **Мадина Кубаева**, заместитель директора по внешним связям Центра непрерывного повышения профессионального мастерства педагогических работников Минпросвещения КБР. - Неожиданно он вызвал огромный интерес у педагогов и школьников, мы, честно говоря, даже не ожидали, что будет столько желающих принять в нем участие. А поскольку предполагалось, что конкурсантами будут не профессионалы, а любители, мы не ожидали также, что будет так много очень хороших снимков. В каждой фотографии было свое видение мира, свой взгляд, своя душа. Именно это объединяло всех авторов работ, несмотря на разный возраст - в конкурсе приняли участие фотографы-любители примерно от 6 до 60 лет - душа в каждом снимке! Жюри было сложно выбрать лучшие работы, поэтому у нас получилось два обладателя Гран-при, несколько победителей и много призеров. Поверьте, очень сложно было отметить только три лучшие работы, все наши финалисты были хороши! Да и те, кто не попал в финал, тоже. Думаю, все, кто видел выставку, развернутую на педагогическом форуме, со мной согласятся. Надеемся, что такие фотоконкурсы будут у нас ежегодными.

Мы познакомимся с авторами и героями работ, узнали у них историю снимков-победителей и с удовольствием поделимся ими с нашими читателями.

Анжелика Ашхотова, учитель младших классов СШ №33 г. Нальчик, обладатель Гран-при конкурса в номинации «Мир учителя»:

- На моей фотографии Матильда и Фараон - наши «классные улитки». Да, они наши «одноклассники» - живут в зооуголке класса. Вместе с нами слушают уроки, отдыхают и обедают на перемене.

Двух улиток-ахатин в класс принесла я, предупредив детей, что «будет сюрприз». Сюрприз удался - столько визга и радостных криков было, когда они увидели их: «Они теперь наши?! Это круто!» За ахатинами мы ухаживаем всем классом - на переменах по необходимости их «купаем» и кормим - все давно уже выучили, что любят наши улитки - фрукты и овощи для них обычно из дома приносим. А тут как-то в школьной столовой на обед давали свежие огурцы, и каждый захотел своей долей поделиться с Матильдой и Фараоном, пришлось объяснять, что улиткам, даже таким большим, как ахатины, столько не съесть.

Матильда с Фараоном, несмотря на то, что они улитки, такие же активные и непоседливые, как наши дети - все время пытаются выбраться из своего домика и отправиться в путешествие по классу. Мы утром заходим в класс на первый урок не все сразу, осторожно заходит кто-то один, проверяет улиточный домик, если их в нем нет, объявляется команда «Внимание!» - по классу передвигаемся осторожно, в основном «ищем глазами». Быстро находим, водворяем их обратно и на уроке на улиток больше не отвлекаемся.

Людмила Харик, учитель начальных классов и допобразования СШ с. Котляревская Майского района, обладатель Гран-при в номинации «Мир в объективе учителя»:



- Постановочное в этом снимке только то, что дети за партами сидят, подняв руки, и как будто готовы к ответу у доски. И, кстати, видно, что еле сдерживают улыбки, в остальном же снимок - совершенная импровизация, причем очень неожиданная.

Случилось это так: на перемене мы вышли в школьный коридор, открыв все окна класса, чтобы проветрить. На улице было свежо, шел дождь. Класс у нас, отмечу, на первом этаже школы.

Перемена закончилась, мы вернулись, начался урок, и вдруг я замечаю, что дети улы-



В день, когда был сделан снимок, я вела урок, проходя между рядов, и вдруг заметила, что Матильда с Фараоном, пока никто не видит, вылезли из своего домика и направляются напрямик к доске. Мне эта картинка показалась забавной - «улитки стремятся к знаниям» - я сразу сделала снимок. Так что они не постановочный, это случайность, хоть и очень веселая и необычная.

баются и хихикают. Сначала не поняла, в чем дело, пока не увидела, что через весь класс к доске направляется большой, толстый, холерный кот. Он остановился в центре класса у доски, там, где обычно стоит учитель, и внимательно за всеми наблюдал. Я пыталась вести урок, но на каждое мое предложение он громко говорил: «Мяу!» Я два-три слова, он: «Мяу!» Как будто возмущался, что я ему мешаю вести урок. Дети уже в голос хохотали, да и я не могла сдержаться. Попросила ребят «сделать вид, как будто кот - учитель, а они хотят ответить у доски», сделала пару снимков. Кот откровенно позировал. Потом подошел к двери, сказал требовательно «Мяу», подождал, пока ему откроют дверь в коридор и гордо удалился. А у нас осталась на память фотография с необычным «учителем». Когда мои ребята будут заканчивать школу, отдам ее для их выпускного альбома. Когда-нибудь будут его пересматривать - обязательно вспомнят и улыбнутся.

Самира Мирзоева, ученица 8 класса лицея №1 г. Тырныауз, победитель в номинации «В моей семье педагог».

Рассказывает мама Самиры - Наталья Мирзоева, учитель начальных классов этого же лицея:



- На фотографии я запечатлена во время прохождения одного из заданий всероссийского конкурса «Учитель года - 2019». Я тогда стала победителем регионального этапа и принимала участие во всероссийском, он

проходил в Грозном. Самира в то время училась в 4 классе и поехала на конкурс со мной полноправным участником команды - в «визитке» она играла роль моей души - был у нас такой персонаж в сценарии. А внеурочное занятие я давала в образе мима. В аудитории, где шли конкурсные уроки, заходить было нельзя, Самира тихонько сфотографировала меня в приоткрытую дверь.

Когда она узнала о конкурсе, перебрала кучу моих фотографий, которые когда-то делала, и остановилась на этой. Я ее отговаривала: «Дочь, это несерьезно, ну мама твоя тут как-то несolidно выглядит», но она сказала: «А мне нравится! И я ее пошлю». Когда выяснилось, что фотография заняла 1 место, Самира бурно радовалась и постоянно повторяла: «Ну вот, мама, я же тебе говорила!»

Фотография у Самиры - просто увлечение. А мечта - стать хорошим кардиоторакальным хирургом. Причем эта мечта у нее чуть ли не с первого класса, и она к ней целенаправленно идет.

Иванна Герцен, ученица 7 класса гимназии №6 г. Прохладный, победитель в номинации «В моей семье педагог».

Рассказывает мама - Валерия Герцен, учитель русского языка и литературы этой же гимназии:

- Строго говоря, фотографию эту Иванна сама не смогла бы сделать, ведь на ней сняты мы с ней вдвоем. Она не нажимала на кнопку фотоаппарата, но она полноправный автор фото, так как ей принадлежала идея и режиссером была тоже она. Несмотря на то, кстати, что ей было тогда лет 7-8.

Это были съемки для выпускного альбома моих девятиклассников - мы все решили, что устроим фотосессию в поле. Стога сена в идею фотосессии не входи-

ли, как и мотоциклы - на них приехали родители одного из учеников, байкеры с опытом. Увидев общую картину, как-то все сопоставив и прикинув в уме, Иванна стала меня просить: «Мам, тебе надо в поле на байке сфоткаться! Ты у меня крутая мама и крутая учительница, я хочу, чтобы ты и на фото была в образе такой крутой!» В общем, она меня уговорила и даже сама села за второй байк. Вот так и получилась фотография «крутых» мамы и дочки.



Дарья Киреева, студентка 4 курса Российского государственного университета правосудия, победитель в номинации «Учитель в объективе»:

- На снимке моя мама - завуч нальчикской школы №32 **Надежда Валерьевна Киреева** - большой любитель горных лыж и горного туризма. У нас вся семья такая - каждые выходные мы уезжаем в горы: летом - в походы, зимой - на лыжах кататься. В тот день, когда был сделан снимок, мы тоже катались всей семьей. Перед очередным спуском мама присела отдохнуть, и я сразу увидела, какой классный снимок получится - горы, снег, солнце и мама. Испугавшись, что она сейчас встанет и умчится вниз, я закричала: «Стой, не двигайся!» Снимок получился таким солнечным и... счастливым, что ли... Хотя в горах каждое мгновение счастливое!

Газета «Советская молодёжь» 12+
Главный редактор **З. М. СУАНОВА**

Сайт: smkbr.ru - e-mail: sm-kbr@yandex.ru
Тел: 42-68-04, факс: 42-24-80

Адрес редакции и издательства:
360001, КБР, г. Нальчик, пр. Ленина 5

Учредитель — правительство Кабардино-Балкарской Республики.

Газета зарегистрирована Управлением Роскомнадзора по Кабардино-Балкарской Республике 05.09. 2011 г. Регистрационный номер ПИ № ТУ 07-00036. Газета выходит по средам.

Мнения авторов публикаций не обязательно отражают точку зрения учредителя и редакции. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. При перепечатке материалов ссылка на «Советскую молодёжь» обязательна.

Газета выходит 1939 года.

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

Индекс: П2836 • Тираж: 1298 • Заказ №1927