

№ 8 (1277)

28 февраля 2024 г.

Издается с 1993 г.

Горянка



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-
версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

**ВЫБОРЫ
ПРЕЗИДЕНТА
РОССИИ**
15-17 МАРТА 2024

**Лалина
ШЕХИНАЕВА,**
призер
универсиады
«RUND-On»
Российского
университета
дружбы народов

С. 11

Фото Тамиры Ардавовой

С. 4

**КАЖДЫЙ ДЕНЬ
НА ФРОНТЕ
ПО-СВОЕМУ
ВАЖЕН**



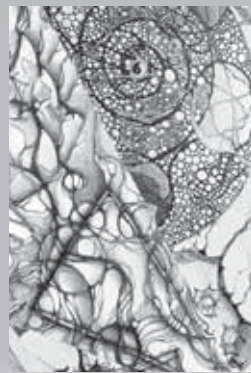
С. 5

**КРАСИВЫЙ КРАЙ
И ТРУДОЛЮБИВЫЕ
ЖИТЕЛИ**



С. 14

**НАУЧНЫЙ
МЕТОД
ЖИЗНЕННОЙ
ТРАНСФОРМАЦИИ**



С. 15

**ИСТОРИЯ
НЕЗАУРЯДНОЙ
ЛИЧНОСТИ**





В соответствии с пунктом 1 статьи 53 Федерального закона от 10.01.2003 № 19-ФЗ «О выборах Президента Российской Федерации» материалы рубрики публикуются бесплатно

ВМЕСТЕ ПРОТИВ РАДИКАЛИЗМА



27 февраля в Кабардино-Балкарском государственном аграрном университете им. В.М. Кокова состоялся «круглый стол» «Борис Жеруков и единство в борьбе против экстремизма». Мероприятие прошло при участии ведущих специалистов профильных министерств и ведомств республики, а также представителей духовенства.

«Круглый стол» организован Молодежным правительством Кабардино-Балкарской Республики совместно с Кабардино-Балкарским государственным аграрным университетом. Его цель - дискредитация террористической идеологии, типового социального образа террориста, а также террористической деятельности участников МТО с точки зрения общепринятых норм морали, религии, истории и законов логики. Спикерами мероприятия были заместитель Председателя Правительства - министр Кабардино-Балкарской Республики Залим КАШИРОКОВ, председатель Молодежного правительства КБР Исмаил БЕЙТУГАНОВ, заместитель председателя Совета отделения Российского исторического общества Артур КАЖАРОВ, первый заместитель председателя ДУМ, кадий КБР Хызыр МИСИРОВ, иерей Константин ОСИПОВ.

Провела его Жамиля ГАЕВА - министр просвещения и науки Молодежного правительства КБР.

(Продолжение на 3-й с.)



ВМЕСТЕ ПРОТИВ РАДИКАЛИЗМА

(Окончание. Начало на 2-й с.)

Первоочередной задачей организации «круглого стола» было чествование памяти Бориса ЖЕРУКОВА, видного российского общественного и политического деятеля, ректора Кабардино-Балкарского государственного аграрного университета. Собравшиеся почтили память Бориса Хажмуратовича минутой молчания. Его жизнь трагически оборвалась в декабре 2012 года. Борис Жеруков был депутатом Парламента КБР, членом комитета по образованию, науке и здравоохранению, членом коллегии Министерства сельского хозяйства КБР и Министерства образования и науки КБР, руководителем фракции «Единая Россия» в Парламенте КБР. Результаты его научных исследований изложены в ста научных работах, среди которых пять монографий, один учебник и четыре учебных пособия, 13 авторских свидетельств и патентов.

От руководства университета к присутствовавшим обратилась проректор по дополнительному образованию и внешним связям Светлана АЗИКОВА. «Что может быть хуже экстремизма и терроризма? В названии «круглого стола» - имя нашего ректора, который стал жертвой этого явления. Семья потеряла отца, а университет достойнейшего руководителя. Борис Жеруков нес добро и свет всем, кто с ним прикасался. Вся свою жизнь он посвятил становлению вуза», - подчеркнула она.

Артур Кажаров напомнил, какое влияние оказывал Борис Жеруков не только на развитие университета, но и на процессы, которые происходили в республике. Он являлся носителем традиций, которые были переданы ему предыдущими поколениями, и передавал следующим поколениям то хорошее, что было выработано нашими народами. «Все, что происходит сейчас на Украине, - продукт политических манипуляций и исторической фальсификации. От каждого из нас зависит судьба наших народов. Нам необходим конструктивный диалог по актуальной проблеме».

Исмаил Бейтуганов подчеркнул, что Министерство по делам молодежи проводит комплексные профилактические

мероприятия в общеобразовательных учреждениях совместно с Центром противодействия экстремизму по КБР и с ДУМ республики. В Многофункциональном молодежном центре работает центр психологической помощи. И. Бейтуганов также отметил слаженность работы, проводимой в направлении молодежной политики, гражданского и патриотического воспитания.

Хызыр Мисиров призвал задуматься, что лежит в основе таких понятий, как «экстремизм», «радикализм» и «национализм». Потому что в них задействованы люди, чаще всего молодежь: «Каждое поколение считает себя умнее предыдущего. Молодежь зачастую более грамотна в определенных аспектах, но не мудрее. Нужно уметь ценить труд родителей, старших и заботу государства. Идеи экстремизма внедрялись через соцсети. Но чтобы не оказаться марионеткой в чужих руках, надо обращаться к профессионалам».

Константин Осипов сравнил идеи экстремизма и терроризма с вирусом: «Чтобы победить вирус, должен сформироваться коллективный иммунитет. То же можно сказать и об идеях терроризма и экстремизма - у общества должен сформироваться коллективный иммунитет к этой заразе. Пропагандисты знают свое дело, но вы - будущее страны и вам принимать решение, каким оно будет».

Залим Кашироков, обращаясь к собравшимся, отметил: «Сегодня жизнь в республике протекает мирно. Но терроризм и экстремизм стали орудием геополитической борьбы в руках сил Запада. Сегодня наши бойцы защищают нашу республику, нашу страну, мир и спокойствие в наших домах. Проблема остается крайне актуальной. До того как конкретный человек возьмет в руки оружие устрашения, идея экстремизма витает в воздухе. Информационная война ведется фактически через каждый гаджет. Любая фальсификация истории ведет к трагедии. Мы должны помнить наши корни, чтить государство, которое защищает нас, позволяет сохранять свою национальную идентичность и религиозные убеждения».

Ляна БАТЫРОВА



ВЫБОРЫ 17 МАРТА 2024 ГОДА

КПРФ

ЗА НИКОЛАЯ ХАРТОНОВА!

РАДИ ДОСТИЖЕНИЯ ЭТИХ ЗАДАЧ МЫ ОСУЩЕСТВИМ ПРОГРАММУ ПОБЕДЫ

- Увеличим прожиточный минимум и минимальный размер оплаты труда до 35 тысяч рублей в месяц.
- Обеспечим бесплатность и высокое качество образования и медицины.
- Ограничим плату за ЖКХ не более 10% дохода семьи.
- Гарантируем гражданам трудоустройство по специальности, восьмичасовой рабочий день и полноценный отпуск.
- Остановим безудержный рост цен. Отрегулируем цены на товары первой необходимости и лекарства.
- Отменим пенсионную реформу. Восстановим разумный и справедливый порядок выхода на пенсию.
- Обеспечим жильё всех. За капитальный ремонт многоквартирных домов будет ответственно государство.

В соответствии с пунктом 1 статьи 53 Федерального закона от 10.01.2003 № 19-ФЗ «О выборах Президента Российской Федерации» материалы рубрики публикуются бесплатно

КАКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ГЛАВНОЕ В ПРОГРАММЕ?

Это направление в программе мы сами для себя называем самодостаточными регионами. Что значит самодостаточные? Значит, в первую очередь, что у регионов должны быть деньги для решения базовых вопросов человека (школа, больница, работа). Нет в бюджете денег, даже самый умный губернатор не сможет помочь. Вот тогда, деньги на развитие. Пока дотируемые регионы существенно ограничены в участии в отдельных проектах, расширении мер поддержки населения и так далее. За эти шесть лет нам надо сократить разрыв в потенциале регионов. Так в России сложилось исторически: неравно-

мерно распределялись производственные силы и расселялось население. К 2024 году мы подошли с тем, что у нас высочайший уровень неравенства в развитии регионов. И это выражается не только в качестве жизни, но и в уровне заработных плат. Если не брать дальневосточные и арктические регионы, то в экономически бедных регионах живет более бедное население. Мы выступаем за пересмотр межбюджетных отношений между федеральной и региональной властью. Считаю, что больше денег от налогов должно оставаться по месту их сбора. В частности, налог на доходы физического лица должен

уплачиваться по месту работы человека, а не туда, где зарегистрирован его работодатель. Мы должны вернуть деньги регионам, чтобы было на что исполнять обязательства перед гражданами, выплачивать пособия, содержать больницы, школы и так далее. Не должно быть такого, что пенсионеры, живущие в разных регионах, получают разную надбавку. Чтобы поддержка семей, учителей и врачей не зависела от возможностей бюджета. То есть они живут в одной стране, но в разных регионах, и получают разные деньги. Это несправедливо.



НО РАЗВЕ РЕГИОН НЕ ДОЛЖЕН СТРЕМИТЬСЯ ЗАРАБАТЫВАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО?

Должен. Мы должны помогать регионам с привлечением бизнеса. Считаю, что мы должны сделать все, чтобы предприниматели преобразовали наши регионы, создавали рабочие места. Российский малый бизнес создает устойчивость наших территорий, устойчивость городов и сел: там, где есть малый бизнес, есть жизнь. Но чтобы малый бизнес развивался, мы должны перестать постоянно менять правила отчетности, правила бухгалтерского учета и так далее. Многие предприниматели из-за этого сегодня лишаются не только бизнеса, на них еще и уголовные дела заводят. Мы предлагаем обязать государство не менять правила игры для малого бизнеса чаще раза в год. Между предпринимателями и государством должна быть атмосфера доверия и сотрудничества. Современное поколение предпринимателей будет жить не так, как привыкли жить их родители (там, где есть дом), они будут жить там, где им удоб-

но. Поэтому главная конкуренция сегодняшнего дня - это конкуренция между городами. Выбор нахождения бизнеса определяет инфраструктура. Города будут конкурировать за локальный и креативный бизнес. Это значит, что как и города нуждаются в локальном и креативном бизнесе, так и креативный бизнес нуждается в городах. Уход крупных компаний из России стал основой продвижения уникальных локальных брендов. Но этой возможностью мы воспользовались не в полной мере. Считаю, что нельзя ушедших снова пускать в Россию. С производством одежды, обуви и продуктов мы сможем справиться сами. Личная инициатива - то, что может изменить Россию. Чем больше инициативы, тем больше самостоятельных и самодостаточных граждан в обществе. Предприниматель для нас - это пример ответственного человека, который говорит не о проблемах, а о решениях.

КАЖДЫЙ ДЕНЬ НА ФРОНТЕ ПО-СВОЕМУ ВАЖЕН

ПОСПОРИЛ

С ДИРЕКТОРОМ ШКОЛЫ

- Я родился в Нальчике в 1969 году. До меня в семье военных не было - мама 37 лет проработала корректором в газете «Кабардино-Балкарская правда», отец - в торговле, - вспоминает Юрий Владимирович. - В выпускном десятом классе поспорил с директором школы по поводу своего не очень примерного поведения. Он меня вызвал и сказал, что даже в армии таких не берут. Тогда я ответил: «Ну посмотрите!» и буквально за два месяца до выпуска сказала родителям, что хочу поступать в военное училище. Выбрал Орджоникидзевское высшее зенитно-ракетное командное училище имени генерала армии Плиева. Конкурс был шесть человек на место. На экзаменах получил две пятёрки и две четвёрки, прошел конкурс и написал родителям, что поступил. Однако после третьего курса училище расформировали, и мне год пришлось доучиваться в Ярославском высшем зенитно-ракетном командном училище имени 60-летия Великого Октября.

Получил распределение в Ташкент, девять лет прослужил в Узбекистане - Самарканд, Термез и другие населенные пункты этой республики. Вынужден был покинуть ее, когда была провозглашена независимость, меня уговаривали принять присягу на верность Исламу КАРИМОВУ, но я отказался. Не в моих это правилах, считаю, что присягу можно принимать единожды, тогда это был Советский Союз. Вернувшись на родину, восстановился в воинской части Нальчик-20 и проходил службу на разных должностях. Уволен по выслуге лет с должности начальника артиллерии полка в апреле 2017 года.

СУДЬБА ЕСТЬ СУДЬБА

- В связи с частичной мобилизацией офицеры, имеющие профессию, а я был в их числе, призывались в первую очередь. Когда все только начиналось, просил военкомат добровольно отправить меня туда, но мне сказали, что пока не нуждаются, нет такой необходимости. В сентябре 2022 года такая необходимость возникла и меня



Наш собеседник - кадровый офицер, подполковник запаса, участник

СВО Юрий БУГРИМОВ. Еще до мобилизации он просил отправить его в зону боевых действий, но ему сказали, что такой необходимости пока нет. Потом пришла повестка из военкомата. Говорит, что сейчас, после возвращения оттуда, больше всего вопросов о войне ему задают те, кто разными путями сумел избежать призыва. А медаль Суворова, которой награждаются военнослужащие за личное мужество и отвагу, сделала не один бюрократический круг, пока нашла героя.

поставили перед фактом. Ну что ж, судьба есть судьба, не стал ни от чего отворачиваться, бежать куда-то: если надо, значит, надо. Повестку вручили в 20 часов, в 4 утра мы уже были в военкомате, поэтому на проволочки времени не было. Недельная подготовка на сборах, формирование команды и отправка в зону военной операции на запорожское направление. Занимался управлением артиллерийскими подразделениями. В первое время с продовольствием все было хорошо, а вот вещевое имущество, приборы наблюдения и разведки были в дефиците, но уже через несколько месяцев все наладилось. Но это была тяжелая ежедневная, ежечасная работа, из моих боевых товарищей многих уже нет живых. А самое трудное - это ждать: пойдём в наступление или назад отодвинемся? Противник находился в зоне видимости, надо отметить, что у него были очень хорошие укрепления. Например, мы фиксировали точные попадания, однако через минут пять-десять противник выходил, то есть линия обороны у него была хорошая.

Каждый день на фронте по-своему важен. Мы, артиллеристы, не единожды принимали непосредственное участие в сопровождении и поддержке штурмовых групп, которые пытались захватить тот или иной объект, прикрывали их огнем артиллерии. Все были вместе, хотя и каждый на своем участке. Что помогает в такой сложной обстановке? Надежда на победу, терпение, любовь к близким и к Родине. Уверенности придавала мысль, что тебя дома ждет семья.

В свое время в составе частей Министерства внутренних дел я участвовал во второй чеченской кампании. По сравнению с нынешней военной операцией это было больше похоже на прогулку в музей боевой славы.

ЗА МУЖЕСТВО

И САМООТВЕРЖЕННОСТЬ

- За одну из боевых операций был представлен к награждению медалью Суворова. Она дается за отдельные заслуги

перед Родиной, за мужество и самоотверженность. Противник был замечен в одном из квадратов, мы выдвинулись одновременно в ночное время, расчетом руководил я. За считанные минуты мы успели развернуться, найти противника, поразить большое количество боевой техники и пехоты.

Медаль сразу не была вручена, для ее получения пришлось обращаться в республиканский филиал фонда «Защитники Отечества». Почему так произошло? Я был представлен к награде во время выполнения служебно-боевых задач, а приказ вышел месяцем позже, когда я уже был уволен, в общем, медаль не нашла своего героя и была возвращена в дивизию, потом в округ и лишь после того как сделали запрос, она была снова возвращена в дивизию, а уже оттуда в военкомат.

ПОЕХАЛ БЫ ТУДА СНОВА

- Прослужил я около полугода и был демобилизован по семейным обстоятельствам. Больше всего вопрос «ну как там?» мне задавали те, кто смог «отмазаться». В разговоре с ними стараюсь от ответа уходить. Хотя из нашего военного городка каждый второй, наверное, там побывал. Поехал бы туда снова, продолжаю переписываться с ребятами, поддерживаю их, они звонят мне, но не позволяют семейные обстоятельства.

Моя старшая дочь уже взрослая, замужем, а двум девочкам-близнячкам по 14 лет. В январе прошлого года у меня родился внук. Назвали его Владимиром в честь моего отца. Уже начал ходить, когда бывает у нас в гостях, стараемся убирать все, что встречается на его пути. Ради своих близких и родных, ради того, чтобы все это побыстрее закончилось, думаю, удалось выжить и вернуться домой.

Хочется, чтобы будущая жизнь для моего внука, для всех жителей страны и вообще для всех детей на планете была мирной. Это неправильно, что многие из них не дожидаются своих отцов, хотя понятно, что они погибают за правое дело.

Ольга КАЛАШНИКОВА

БЕЗОПАСНАЯ ЦИФРОВАЯ СРЕДА

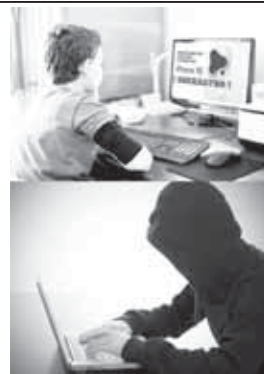
В последние годы новые технологии развиваются быстрее, чем мы успеваем к ним подготовиться. Цифровую грамотность, увы, пока еще не преподают в школах и вузах никто не сдает экзамены по этому предмету. Экзаменом выступает сама жизнь, а экзаменаторами - мошенники. Каждый из нас хотя бы раз в жизни сталкивался с их противозаконными действиями. Если мы, взрослые, не можем им противостоять, то что говорить о детях?!

известная игра «Синий кит» или фишинговые рассылки. Увы, в XXI веке все больше киберпреступлений направлено на детей. Помочь им защититься можно прежде всего, информируя их об угрозах. Современные дети уже не представляют себе мир без информационных технологий, но зачастую они слишком самоуверенны и очень доверяют виртуальному образу собеседника в сети. За картинкой в соцсети дети не видят потенциального злоумышленника. Возраст, в котором дети допускаются к гаджетам, становится все меньше. При этом далеко не все можно решить при помощи функции родительского контроля. Есть дети, которым попросту некому рассказать о безопасном использовании сети интернет.

Мне самому постоянно прихо-

дят всевозможные фишинговые рассылки от разных «банков» или «срочные письма». Я как человек, сведущий в этом вопросе, стараюсь не терять бдительности и соблюдать простые правила работы в сети. Гораздо сложнее сделать это молодежи. Именно поэтому я и решил разработать свой проект.

В рамках реализации «Школьная киберсреда» разработана программа и создано мини-пособие, в котором обозначены основные на данный момент уровни мошенников и как реагировать на их действия. Еще предстоит сделать многое, мы переходим в активную стадию реализации проекта, будем выезжать в учебные учреждения. Для тех, кто сейчас подключается и слушает наши вебинары, скоро появится возможность в офлайн-



формате проигрывать определенные ситуации и быть готовыми к действиям мошенников.

Всего планируется проведение восьми онлайн- и офлайн-мероприятий, которые завершатся итоговой игрой по кибербезопасности между образовательными учреждениями интернатного типа и кадетскими весной этого года. Также планируется выпуск лэптопов по тематике кибергигиены, будут разработаны информационные листки по кибербезопасности. Целевая аудитория - школьники от 10 до 18 лет, обучающиеся в кадетских школах и школах интернатного типа республики, а также студен-

ты 1-2-х курсов Кабардино-Балкарского гуманитарно-технического колледжа.

Вообще понятие киберграмотности тесно связано с термином цифровая грамотность. Цифровая грамотность - это способность находить, оценивать, использовать, создавать контент и делиться им с помощью онлайн-ресурсов, таких как сайты, соцсети, видео и электронные книги. Она охватывает все, что связано с цифровыми данными: технологии, ресурсы, программы, приложения и результаты от их использования. Цифровая грамотность предоставляет детям неограниченный доступ к образовательным ресурсам в интернете. Это означает, что они могут изучать новые темы, расширять свои знания и развиваться в самых различных областях. Хорошо, если они научатся делать это безопасно.

Хочу постараться к следующему году выстроить систему обучения на платформе, которая даст возможность детям придерживаться правил кибергигиены в сети и научит их азам программирования. Но это будет продолжением моего проекта, которое, надеюсь, воплотится в следующем учебном году.

Алена ТАОВА.

Фото Тамары Ардавовай

«Школьная киберсреда» - так называется просветительский проект в сфере цифровой грамотности и кибербезопасности Константина Шалыгина, получивший грантовую поддержку Всероссийского конкурса молодежных проектов среди физических лиц во втором сезоне 2023 года. Он реализуется при финансовой поддержке Федерального агентства по делам молодежи, Министерства просвещения и науки КБР, министерства по делам молодежи КБР, Общественной палаты КБР, молодежного совета при Общественной палате КБР и Кабардино-Балкарского гуманитарно-технического колледжа. Основная цель проекта - научить детей и молодежь республики правильному и безопасному пользованию гаджетами.

- Я работаю в сфере IT и параллельно получаю дополнительное высшее образование по прикладной информатике, - говорит К. Шалыгин. - В современном мире остро стоит вопрос цифровой безграмотности большинства людей. А количество злоумышленников только возрастает. Они придумывают все более совершенные уловки, многие из которых направлены в том числе и на самую юную категорию граждан. Например, печально

КРАСИВЫЙ КРАЙ И ТРУДОЛЮБИВЫЕ ЖИТЕЛИ

23 февраля один из самых крупных и красивых муниципалитетов Кабардино-Балкарии - Зольский район отметил знаменательное событие – свой вековой юбилей. Этой дате были посвящены торжества, состоявшиеся в с. п. Запруднокае.

Праздничные мероприятия, приуроченные к 100-летию юбилею района, начались с акции памяти. Гости и жители района, отдавая дань памяти тем, кто отдал жизнь за освобождение страны от фашистских оккупантов, возложили цветы к мемориальному комплексу и Стене памяти, на которой высечены имена 2268 зольчан, не вернувшихся с войны. Затем торжества продолжились в районном доме культуры.

Поздравить зольчан с юбилеем приехали Глава Кабардино-Балкарии Казбек КОКОВ, Председатель Парламента КБР Татьяна ЕГОРОВА, депутат Государственной Думы ФС РФ Заур ГЕККИЕВ, первый заместитель Председателя Правительства КБР Муаед КУНИЖЕВ, депутаты Парламента республики, члены регионального Правительства, главы муниципальных образований, руководители министерств и ведомств, общественных организаций, а также уважаемые земляки и выходцы из Зольского района.

Глава Кабардино-Балкарии, обращаясь к собравшимся с теплыми словами поздравления, отметил, что достигнутые успехи района стали возможны благодаря любви жителей к малой родине, их таланту и социальной энергии. Зольчане могут гордиться подвигами и свершениями своих предков, которые внесли значительный вклад в благополучие района и всей республики. К. Кокос выразил уверенность в том, что жители Зольского района будут продолжать двигаться вперед, достигая поставленных целей.

«Обладая богатыми природными ре-



сурсами, значительным аграрным и туристско-рекреационным потенциалом, развитой инженерной и социальной инфраструктурой, район демонстрирует устойчивое поступательное развитие», – подчеркнул Глава региона.

Татьяна Егорова отметила, что Зольский район является одним из приграничных, а значит, является своеобразной визитной карточкой, символизирует гостеприимство и щедрость людей, которые здесь проживают. А мы, жители республики, когда возвращаемся из поездок в другие регионы, пересеем границу, видим надпись «Зольский район», испытываем огромную радость, что мы дома.

«Пройденный районом вековой путь ознаменован важными событиями, значимыми успехами во всех сферах деятельности. Зольская земля подарила немало видных государственных, общественных деятелей, талантливых организаторов, специалистов сельского хозяйства, ученых, известных деятелей культуры, искусства, именитых спортсменов. Зольский

район славится богатством и красотой своей природы. Здесь находятся уникальные объекты, которые восхищают не только жителей республики, которые видели их не раз, но и многочисленных гостей и туристов. Очень важно, что вы как рачительные хозяева умело распорядитесь всем, чем вас так щедро одарила природа. Спасибо вам за это!», – отметила спикер Парламента.

Выступавшие на торжественном мероприятии отмечали, что современная история района богата новыми успехами и достижениями. Муниципалитет изо дня в день показывает хорошие результаты и динамичное развитие. Все это благодаря трудолюбивым, гостеприимным, отзывчивым жителям района, которые своим значительным трудом определяют настоящее и будущее родной земли.

На мероприятии был продемонстрирован видеоролик, рассказывающий об истории района, «Живи и здравствуй, зольская земля!».

За многолетний добросовестный труд

и существенный вклад в социально-экономическое развитие Зольского муниципального района КБР, за особые достижения в сфере экономики, науки, техники, культуры, искусства, образования, здравоохранения, спорта, законности и правопорядка, обороны, духовного развития граждан и в других общественно значимых сферах деятельности ряд жителей удостоен государственных наград и юбилейной медали «100-летие образования Зольского района Кабардино-Балкарской Республики».

Поздравляя земляков со 100-летним юбилеем, и.о. главы местной администрации Зольского района Руслан ГЯТОВ отметил: «Этот знаменательный день напоминает нам о долгой истории, труде и преданности людей, которые строили и развивали нашу малую родину. За прошедшие годы Зольский район претерпел изменения, но остался тем же уютным уголком, где каждый житель чувствует себя как дома. Зольская земля издавна славится богатством природных красок, плодородной землей, а ее жители отличаются упорством, трудолюбием и особым характером. С уверенностью могу сказать, что Зольский район – один из самых гостеприимных в Кабардино-Балкарии. Здесь динамично развивается сельское хозяйство, социальная сфера, промышленность и бизнес. Строятся дороги и дома, открываются новые животноводческие комплексы, а в аграрное производство приходят эффективные технологии. Каждый проживитый районом год – это шаг вперед!».

После торжественного мероприятия состоялся праздничный концерт, на котором мастера искусств Кабардино-Балкарской Республики порадовали участников юбилейных мероприятий своими выступлениями.

Алена ТАОВА.

Фотоколлаж Тамары Ардавовай

В Нальчике состоялось заседание коллегии Министерства курортов и туризма КБР по результатам деятельности в 2023 году и задач на 2024 год. Мероприятие прошло под председательством первого заместителя Председателя Правительства КБР Муаеда КУНИЖЕВА с участием представителей Парламента КБР, предпринимательского сообщества, руководителей организаций санаторно-курортной и туристической сфер.

Обращаясь к участникам заседания, министр курортов и туризма КБР Мурат ШОГЕНЦУКОВ отметил, что прошедший год был насыщенным и результативным для туристической отрасли республики. Общее количество туристов превысило 1,5 млн человек, что на 26 процентов больше, чем за 2022 год, а общий объем оказанных в сфере туризма услуг составил порядка 13 млрд рублей, налоговых платежей свыше 1,3 млрд рублей. В рамках государственной поддержки продолжается строительство средств размещения, обновления и создания современной инфраструктуры. На сегодняшний день в республике одновременно могут находиться свыше 17 тысяч туристов и отдыхающих. Министр подчеркнул, что все перечисленное стало возможным благодаря эффективному сотрудничеству с Минэкономразвития России, Правительством и Парламентом республики, госкорпорацией Кавказ.РФ и особому вниманию со стороны Главы республики.

Заместитель министра курортов и туризма КБР Асланби ШХАГАПСОВЕВ отметил, что республика активно участвует во всероссийских и международных туристических мероприятиях, выставках, взаимодействует с федеральными телеканалами и информационными агентствами по формированию позитивного имиджа региона, проводит рекламные туры. «В прошлом году совместно с регионами Северного Кавказа был издан современный красочный путеводитель «Большое путешествие по Северному Кавказу» и продолжена реализация проекта круизного поезда «Жемчужина Кавказа», который в этом году также регулярно будет посещать Кабардино-Балкарию», – сказал А. Шхагапсовев. Он отметил, что ведется активная работа по разработке и актуализации автомобильных и пешеходных маршрутов, общая протяженность которых превышает 280 км, ведется доработка комбинированного маршрута «Горная Кабардино-Балкария». Продолжается сотрудничество

ЭФФЕКТИВНАЯ РАБОТА ОТРАСЛИ



с госкорпорацией Кавказ. РФ по работе над маршрутом «Национальная кавказская тропа», в сотрудничестве с пограничными органами и муниципалитетами было разработано большое количество новых маршрутов. Также активно ведется аттестация гидов-экскурсоводов, которую уже успешно прошли 79 человек, в том числе один экскурсовод, владеющий жестовым языком. Особое внимание уделяется безопасности жителей и гостей республики, проводятся мероприятия по антитеррористической защищенности. За отчетный период в республике было принято более 800 человек с новых территорий России, а также 102 беженца из Палестины, которым оказана всесторонняя помощь и предоставлено временное трудоустройство.

Заместитель министра курортов и туризма КБР Ислам ШАБАЕВ в своем докладе отметил, что с 2022 года по федеральной программе «Туризм и индустрия гостеприимства» было реализовано 64 проекта, появилось более 200 мест размещения, построено 20 детских и спортивных комплексов, прошло обустройство турмаршрутов, пляжей, разработан аудиогид. В этом году появится еще 520 номеров. Общий объем выделенных субсидий составляет 290,6 млн рублей. На проведение событийных мероприятий и приобретение туристического оборудования в этом году выделено 46 млн рублей. И. Шабаетов подчеркнул, что все планы и проекты в рамках федеральной программы «Туризм и индустрия гостеприимства» в 2023 году выполнены на сто процентов. Также И. Шабаетов отметил, что госкорпорация «Кавказ.РФ» проводит активные работы по благоустройству курорта Эльбрус, строится канатная до-

рога, в тестовом виде запущены новые горнолыжные трассы. Одним из основных направлений деятельности министерства является социальный туризм. Из средств республиканского бюджета были предоставлены субсидии на частичное возмещение затрат, связанных с оказанием услуг в сфере социального туризма, благодаря которым более ста детей-сирот, а также оставшихся без попечения родителей получили возможность бесплатно воспользоваться экскурсиями по республике.

Генеральный директор АО «Курорт Нальчик» Асланби АФОВ отметил, что в 2023 году продолжился капитальный ремонт части объектов курорта на сумму 50 млн рублей. Годовая выручка курорта составила 457 млн рублей, объекты размещения АО «Курорт Нальчик» приняли 16 тысяч человек, что эквивалентно 300 тысяч койко-дней и на 30 процентов больше 2022 года. Курорт Нальчик также принял активное участие в оздоровлении детей из Херсонской области и размещения беженцев, которым созданы максимально комфортные условия проживания.

Муаед Кунижев отметил, что после многолетнего зстояя и кризиса в санаторно-курортном и туристическом комплексе республики наметилась устойчивая положительная динамика, уделяется большое внимание курортам со стороны властей и бизнеса. По его словам, необходимо консолидировать все организации, работающие в туристической отрасли, привлечь грамотных специалистов и повышать заработные платы.

По итогам коллегии работа Министерства курортов и туризма КБР в 2023 году признана положительной.

В качестве основных задач на предстоящий период обозначены оптимизация работ по привлечению инвестиций; продвижение туристических возможностей региона; сохранение роста турпотока; ускорение работ по антитеррористической защите, вопросов комплексной безопасности; разработка новых и оптимизация старых маршрутов; ускорение работ по взаимодействию с федеральными программами.

Ляна БАТЫРОВА

ВСЕГДА ПРИВИВАЛИ ДЕТЯМ ИНТЕРЕС К ЗНАНИЯМ

Мухамед и Равида КУШХОВЫ создали семью в декабре 1987 года, достойно воспитали троих детей.

- Супруг родился в г.п. Нарткала в марте 1961 года, рассказывает Равида Магомедовна. - После окончания школы № 5 в родном городе поступил в Кабардино-Балкарский государственный университет по специальности «экономика». После учебы работал в райкоме комсомола, затем заместителем директора «Урвангаз» по экономике, заместителем главного врача Урванской ЦРБ по экономике. В настоящее время работает в ОАО «Эрпак».

Я тоже родилась в Нарткале. Окончила ту же школу, что и супруг, затем с отличием институт искусств в Краснодаре. Работала в Министерстве культуры, преподавала в Кабардино-Балкарском училище культуры и искусств, затем работала директором дома культуры г. Нарткалы. С 2009 года продолжила трудовую деятельность в должности главного специалиста по социальным вопросам в администрации г. Нарткалы.

В АТМОСФЕРЕ ЛЮБВИ, УВАЖЕНИЯ И ДРУЖЕЛЮБИЯ

- У нас трое детей, которых мы с супругом воспитывали в атмосфере любви, уважения и дружелюбия. Благодаря этому взаимоотношения в семье доверительные и близкие.

Во время учебы детей неоднократно получали почетные грамоты и благодарности от учебных заведений.

Старшая дочь - Милана также окончила школу № 5 с золотой медалью, затем Всероссийскую академию внешней торговли Минэкономразвития РФ по специальности «финансы и кредит». Знает английский и китайский языки. Несколько лет работала бренд-менеджером в российско-



итальянской компании ООО «МАКСИ». Сейчас работает менеджером в корейской компании.

Вторая дочь - Лиана, как и старшая сестра, окончила ту же школу с отличием. Получила высшее образование в Московском государственном лингвистическом университете им. Мориса Тореза по специальности «менеджер». Она лингвист со знанием двух языков - английского и французского. Работает уже восемь лет в зарубежной фирме представительства компании Chanel, одной из крупнейших мировых компаний фэшн-индустрии, менеджером в отделе моды. За это время ее три раза повышали. Совмещает работу в офисах компании в Москве и в Италии - в городе Милане.

Младшая - Бэлла окончила МКОУ «Лицей № 1» г.п. Нарткала с золотой медалью. В десятом классе выиграла конкурс по программе «FLEX», который проводился в нескольких регионах нашей страны. По Северо-Кавказскому региону конкурс проходил в Краснодаре. Бэлла прошла все три тура и попала в список из трех человек, которые были отправлены в Америку. В течение одного учебного года получала образование в штате Северная Каролина со стипендией. Все предметы изучались на английском языке. После школы уехала в столицу страны

обучаться в Российском экономическом университете им. Г.В. Плеханова по специальности «маркетинг». На третьем курсе университета была отправлена по программе обмена студентов в Болгарию на первый семестр.

Начала деятельность в Mail.ru на последнем курсе в университете. После учебы три года проработала в российском офисе Корпорации PVN - одной из крупнейших мировых компаний, занимающихся производством одежды всемирно известных брендов Tommy Hilfiger и Calvin Klein.

В настоящее время уже год работает в головном офисе штаб-квартиры компании PVN, который находится в центре Амстердама в Нидерландах.

Все дочери получили высшее образование на бюджетной основе.

Мы с супругом всегда прививали им интерес к знаниям. С детства говорили им, как важно получить образование, найти свое место в жизни, стать умными и самостоятельными. Большую роль в воспитании девочек сыграла их бабушка - моя мама Зера Мухамедовна. Этикет, почтение старших, порядочность, адыгэ хабз - все это ее заслуга.

НАШИ ТРАДИЦИИ

- Конечно, очень трудно, когда дети далеко. Но мы с супругом решили не мешать им самореализовываться. Спасает то, что каждый день разговариваем по face time. При первой же возможности они стараются навестить нас. Сейчас домой приехала Бэлла, недавно вместе отдыхали в Приэльбрусье. Мы тоже ездим к ним в гости по возможности. По семейной традиции Кушховых собираемся всей семьей на Новый год, для нас это самый счастливый праздник. Все возвращаются в родовое гнездо. В прошлом году Милана вышла замуж, и наша семья увеличилась. Вышла за москвича, мы не препятствовали этому, приняли ее выбор. Для родителей главное - счастье их детей. Зятю так понравилась наша республика, что захотел, чтобы их свадьба прошла здесь. Молодожены сами выбрали место, торжество провели на Верхних Голубых озерах.

Еще любим все вместе сидеть за столом, обсуждая и делаясь своими мыслями и новостями. И обожаем смотреть хорошие фильмы.

Ангела ГУМОВА

ЧАСТИЦУ ДУШИ - КАЖДОМУ РЕБЕНКУ

В живописном месте самого высокогорного города России - Тырныауза расположена гимназия №5. В стенах этого заведения с многолетней историей работает один из лучших преподавательских составов республики. Учитель начальных классов высшей категории Аминат ШАМУРЗАЕВА более 20 лет демонстрирует профессиональное мастерство, педагогический талант, дарит душевную щедрость детям в родном коллективе.

призовые места. Под ее руководством участвуют в республиканском конкурсе «Первые шаги в науку», где становятся победителями и призерами. Аминат Мухтаровна апробирует различные приемы и методы использования ИКТ на уроке и во внеурочное время, проводит целенаправленную систематическую работу по формированию и развитию исследовательских умений и навыков младших школьников с использованием информационных технологий, позволяющих развивать интеллектуальные способности одаренных учеников, что дает хорошие результаты в обучении.

Аминат Шамурзаева когда-то и сама была учащейся этой гимназии. В 2002 году, окончив факультет педагогики и методики начального образования, вернулась в родное учебное заведение. Многие поколения детей нашли в ее лице настоящего наставника. Воспитанники Аминат Мухтаровны принимают активное участие во всероссийских конкурсах «Русский медвежонок», «Старт», «Слон», «Математический чемпи-

онат», «Филологический чемпионат» и международном конкурсе «Кенгуру», где постоянно занимают призовые места. С первого класса становятся лауреатами и призерами конкурса «Познание и творчество», который проводится общероссийской организацией «Малая академия наук «Интеллект будущего» в рамках национальной образовательной программы «Интеллектуально-творческий потенциал России» г. Обнинска. Неоднократно становились участниками районного и республиканского этапов предметных олимпиад среди выпускников начальной школы, победителями и призерами интеллектуальных состязаний на уровне района и республики. Аминат Мухтаровна разработала интегрированную программу по истории и культуре Эльбурского района и Кабардино-Балкарской Республики «Республиковедение», нацеленную на формирование у учащихся гражданских и патриотических чувств, любви к родному краю. Программа прошла рецензию ИПК и ПРО КБГУ и одобрение педагогиче-



ского сообщества республики. Учитель активно участвует в семинарах районного и республиканского уровней. Ежегодно участвует в работе Эльбурской переговорной площадки. В 2011 году приняла участие в I Всероссийском слете педагогов развивающего обучения в Самаре, где поделилась опытом своей работы. Является победителем конкурса лучших учителей образовательных организаций КБР, реализующих общеобразовательные программы, призером муниципального этапа конкурса «Учитель года», победителем федерального этапа II Всероссийского дистанционного конкурса классных руководителей на лучшие методические разработки воспитательных мероприятий

(2021 г.), призером фестиваля методических разработок внеурочных мероприятий «Сохраним память потомков» (2020 г.), участником всероссийского педагогического форума «Педагогический Олимп» в номинации «Начальная школа» (2015 г.). В профессиональном портфолио педагога - грамота управления образованием Эльбурского района и администрации Эльбурского района, Почетная грамота главы местной администрации Эльбурского муниципального района, Почетная грамота победителя национального проекта «Лучшие учителя ОО КБР» (2016 г.), Почетная грамота Минпросвещения и науки КБР.

Для детей же Аминат Мухтаровна - учитель, который не только учит читать и писать, но и помогает стать честными и справедливыми людьми. На протяжении первых четырех лет обучения дети окружены заботой, вниманием, добротой и душевной теплотой. Но на этом связь с воспитанниками не обрывается, Аминат Мухтаровна внимательно следит за их успехами до окончания школы и радуется поступлению в вузы.

В преддверии дня рождения А. Шамурзаевой с самыми искренними словами признательности и добрыми пожеланиями в адрес любимого педагога обращаются благодарные родители учеников, а также коллектив гимназии №5 г. Тырныауза.

Лиана ШОРДАНОВА

ПУСТЬ ВСЕ ИДЕТ СВОИМ ЧЕРЕДОМ, НО ЦЕЛЬ У МЕНЯ ЕСТЬ

Студентка третьего курса социально-гуманитарного института Кабардино-Балкарского госуниверситета по специальности «лингвистика» Лалина ШЕХИНАЕВА стала призером универсиады «RUND-Op» Российского университета дружбы народов в категориях «Лингвистика: перевод и переводоведение» и «Международные отношения».

СПАСИБО РОДНЫМ

- Нальчик - мой родной город, здесь я родилась и живу. Люблю его, он великолепен во всех отношениях.

Я родилась в интернациональной семье. Папа - осетин, мама - кабардинка. Оба народа встречаются в родословной и со стороны папы, и со стороны мамы. У меня есть дедушка и бабушка по отцовской линии, бабушка со стороны мамы и младшие сестра и брат, которых безумно люблю и очень горжусь ими. Родителей отца и бабушку по маминной линии в семье называем «дада» и «нана». Каждый член семьи всегда поддерживал меня во всех начинаниях, за что им большое спасибо.

Так получилось, что больше соблюдаем традиции кабардинского народа и говорим на языке матери. Сейчас стараюсь говорить и на осетинском языке.

Для моих родителей в приоритете упорство и честность. Два этих качества очень важны в нашей семье. Не забываем, конечно, о воспитании и этикете, как и в любой кавказской семье.

УЧЕБА

- Я окончила МБОУ «СОШ № 33» г.о. Нальчик с золотой медалью, но до этого десять лет училась в МКОУ «СОШ № 32» г.о. Нальчик. Очень люблю обе школы, благодарна всем преподавателям за полученные знания. Многие мои одноклассники, учителя и работники администрации перешли в новую школу, поэтому я тоже решила окончить обучение здесь. Это были новые стены, но привычное и приятное окружение.

Я училась на «отлично», но не стремилась окончить школу с золотой медалью. Всегда считала, что даже если не будет медали, ничего страшного. Так было до окончания десятого класса, пока не получила в итоговой годовой четверти четверку по химии. Это очень задело мое самолюбие, поэтому решила окончить школу только с медалью.

Химия не очень давалась мне, всегда были спорные оценки, между четверкой и

пятеркой. Благодаря классному руководителю я смогла справиться с поставленной задачей, за что очень благодарна ей. Она сама преподавала историю, но помогла мне понять этот предмет, изучая его вместе со мной.

После окончания школы поступила в социально-гуманитарный институт КБГУ по направлению «лингвистика». Очень довольна своим выбором, получаю удовольствие от учебы в университете. Это прекрасное учебное заведение с сильным преподавательским составом.

Недавно участвовала в конкурсе «RUND-Op», где стала призером олимпиады «Высшая лига». Это ежегодная всероссийская олимпиада студентов, которую организует НИУ ВШЭ и помогает поступить после бакалавриата в магистратуру. В этом году олимпиада проходила второй раз. Рекомендую студентам в дальнейшем попробовать свои силы в этом конкурсе, который проходит в два этапа. Это очень удобно для студентов из регионов. Заочный тур пишешь дома на своем компьютере, а на очный этап едешь в Москву. Благодаря конкурсу обрела ценный опыт, попробовала свои силы и знания. Узнала, что должен знать студент после четвертого курса по моему направлению, по мнению профессоров РУДН. Появилась возможность окончить магистратуру в Москве.

УМНИКИ И УМНИЦЫ

- Когда училась в десятом классе, завуч школы предложила мне принять участие в проекте «Умники и умницы КБР», который проходил в Республиканском дворце творчества детей и молодежи. Решила попробовать, но тогда еще не знала, что это не просто местная версия, а прямой отбор на московский этап. Моему удивлению и восторгу не было предела. Мне тогда повезло, попала в агонисты, выиграла полуфинал, а в финале стала одним из победителей. Это было в период пандемии, проект постоянно переносили. Сначала с мая на июнь, потом с июня на август. Я в тот период каждый день связывалась



с другими участниками, узнавала их мнение о сложившейся ситуации и что успели подготовить.

На московском этапе очень нервничала. Там собрались умнейшие ребята со всей России, преподавательский и руководящий состав МГИМО МИД РФ, приглашенные в качестве жюри «звезды». К тому же первый раз была в Москве. На телевизионной олимпиаде у нас была тема «Древняя Греция шестого века до нашей эры». На вопрос, где правильный ответ было «Кифара» (музыкальный инструмент греков), я, нервничая, ответила: «Кирафа». Юрий ВЯЗЕМСКИЙ рассмеялся, а мне было очень стыдно. Пусть «Умники и умницы» я не выиграла, но благодарна за полученный опыт. Ни на одной олимпиаде не учат так досконально искать информацию и изучать ее.

БЛАГОДАРЯ МАМЕ

- Английский язык учу с раннего детства. Пошла по стопам мамы, она по образованию лингвист. Люблю говорить на английском, разбирать его «изнутри», изучать, откуда то или иное слово в языке. Для меня это очень интересно.

Благодаря маме я еще окончила детскую музыкальную школу № 3 в Нальчике. Хотя в детстве ленилась и не понимала, зачем мне это надо. Сейчас счастлива, что могу подойти к фортепиано и сыграть любимую мелодию. И не могу не выделить мамин совет «быть человеком со стержнем внутри».

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

ХОББИ

- В последнее время увлекаюсь только чтением книг. Раньше много рисовала и на фортепиано играла, но сейчас эти интересы отошли на второй план. Читать люблю с детства. Не могу даже выразить словами, какой счастливой становлюсь, когда на праздники в подарках получаю новые книги или подарочную карту книжного магазина.

Люблю читать Виктора ГЮГО. Была в пятом или шестом классе, когда впервые взяла в руки «Собор Парижской Богоматери» и влюбилась в это произведение. Конечно, пропустила много страниц с описаниями, как ребенку мне было больше интересно наблюдать за людьми и их судьбами, чем за зданиями и природой. Но слог уже тогда зацепил. Любимое мое произведение из его работ - «Отверженные». Думаю, Виктор Гюго со своими отсылками на исторические события тоже стал причиной моей любви к изучению истории.

Забочусь со своим здоровьем, никакие дипломы олимпиад не нужны будут, если его нет. Наверное, поэтому люблю пешие прогулки с подругами или сестрой. Для меня нет ничего прекраснее, чем ходить по Нальчику с напитком в руке и обсуждать все на свете.

ПЛАНЫ НА ГОД И БУДУЩЕЕ

- Не люблю строить планы на будущее, пусть все идет своим чередом. Если что-то произошло, значит, так надо. Но планирую успешно окончить третий курс, отметить двадцатилетие, попутешествовать по России, а также окончить магистратуру. Были еще мысли о том, что хотела бы поработать в нашем университете в качестве преподавателя.

Люблю Нальчик всей душой, но иногда думаю попробовать хотя бы некоторое время пожить в Москве. Почувствовать на себе всю атмосферу этого города. Если не понравится, всегда можно вернуться домой. Меня здесь всегда будут ждать родные.

Мама не против, если решу продолжить обучение в Москве. А папа всем своим видом показывает, что хотел бы, чтобы я осталась, но ничего не говорит, отпускает.

В марте планирую участвовать во Всемирном фестивале молодежи как волонтер, сопровождающий иностранные делегации.

Ангела ГУМОВА.

Фото Тамары Ардавовай



В стенах школы он концертирует уже второй раз. В предыдущий свой приезд также проводил и мастер-классы с учениками-пианистами, сообщила зав. фортепианным отделением Детской школы искусств Марина ДАНИЛЬЧЕНКО.

Она отметила, что Михаил Лидзский - один из наиболее самобытных и глубоких музыкантов сегодняшней России. Его игру отличают глубокое проникновение в саму суть музыки, яркая индивидуальность и блистательная техника, не являющаяся самоцелью. Михаил Лидзский - пианист-философ и интерпретатор.

НЕОБЫКНОВЕННЫЙ КОНЦЕРТ

В Детской школе искусств г. Прохладного состоялся концерт фортепианной музыки известного российского пианиста, профессора Московской государственной консерватории Михаила ЛИДСКОГО.

Его называют одним из самых оригинальных пианистов современной России, музыкантом со своим стилем и почерком («Независимая газета»),

пианистом редкого обаяния и виртуозности («Время МН»), пианистом широкого творческого диапазона, мастером оригинальных интерпретаций, музыкантом цельным и многосторонним («Культура»). «Михаила Лидзского можно назвать одним из самых больших талантов бывшего Советского Союза, - пишет голландская газета Trouw. - Лидзский... доходит до самой сути музыки». Влиятельная миланская газета Corriere della Sera называет пианиста «одним из немногих, к кому эпитет «великий» можно

применить со спокойной совестью». Как об «исключительно тонком, всегда изумляющем мастере фортепиано» писал о Михаиле Лидском голландский De Telegraaf.

В концерте были исполнены произведения немецкого романтика Феликса МЕНДЕЛЬСОНА и французского композитора-импрессиониста Клода ДЕБЮССИ. Исполнителя представил две разные картины мира в лучших фортепианных произведениях этих авторов. Легкость, с которой он исполняет головокружительные пассажи, не отвлекала от обстоятельного погружения в суть исполняемой музыки, не нарушала единой музыкальной картины, «рождавшейся здесь и сейчас». Изящные пьесы Феликса Мендельсона обрели в исполне-

нии Михаила Лидзского глубину и таинственность. А произведения Клода Дебюсси словно визуализировались, превращаясь в музыкально-живописные полотна с тонкой нюансировкой и колористическими приемами извлечения звука.

Программа была исполнена мастерски, зал слушал и «дышал» с исполнителем. Слушатели были счастливы соприкоснуться с истинным артистом русской фортепианной школы, одной из крупнейших в мире, которая на протяжении многих лет дает исполнителей, дарящих нам искусство больших чувств и высокой художественной ценности. Ученики, преподаватели школы и просто любители классической музыки в этот день смогли насладиться ярким талантом музыкан-

та, проникнуть в бездонный океан прекрасных звуков, эмоций и тембров. Цветы от поклонников, благодарственное письмо от администрации школы, искренние аплодисменты стали завершением этого потрясающего концерта, после которого он отправился в аэропорт и улетел в Москву. 17 февраля в Камерном зале Московского международного дома музыки прошел очередной концерт цикла «Фортепианные вечера с Михаилом Лидским».

- Пользуясь случаем, хочется поблагодарить маэстро и поздравить с высокой наградой - присвоением звания «Заслуженный работник культуры Российской Федерации» за большой вклад в развитие отечественной культуры и искусства, многолетнюю плодотворную творческую деятельность, - сообщила педагог. - Желаем воплощения новых творческих планов и снова ждем с концертом в Детской школе искусств г. Прохладного.

Ольга КАЛАШНИКОВА



Опасная беспечность

В прошлом номере было письмо от девочки, которую мама заставила фотографироваться путем манипуляций и наказаний, что и стало причиной моего письма.

К сожалению, многие родители не осознают, насколько они жестоки и беспечны по отношению к своим детям. Главное, чтобы слушались, а дальше как карта ляжет: станет успешным и хорошим - заслуга родителей; окажется на дне финансовой и социальной ям - вопреки стараниям все равно вырастает таким, сам виноват.

Многие действуют исходя из будущих результатов, наказывая и заставляя слушаться, а на деле ребенок в первую очередь должен чувствовать себя защищенным и любимым. Недостаточно просто знать, что вы его любите, малыши должны жить с ощущением того, что они любимы и в безопасности.

Приведу пример: стою на остановке, где табачный магазин. Идет отец с ребенком в коляске. У малышки ручки без рукавичек, хотя очень холодно, даже я, взрослый человек, прячу кисти в карманах и мерзну. Девочка сидит, как бы съехав со спинки, довольно криво, а папа идет и смотрит в телефон. Доехал до нас, свернул к остановке и подошел к девочке, я подумала, что возьмет ее и зайдет в магазин. С ребенком младше года покупать сигареты не очень правильно,

В последнее время «залипаю» на видео, где домохозяйки занимаются уборкой, организацией пространства и готовкой. Мало того, что процесс успокаивающий, так я еще и взяла для себя несколько новых приемов для сохранения порядка.

Листаю видео, попадает одно с молодой мамой, где она показывает в ускоренном режиме свою ежедневную под-

держивающую уборку. Зашла в комментарии написать, что она молодец, и испытала шок! Почти все высказывания (а их было около 600) обвиняют ее в психических отклонениях, раз живет в таком стерильном пространстве. Девушки и женщины писали, что они никогда ничего не делают, если им не хочется, ибо важнее жить жизнью, а не убирать круглыми сутками.

«Бедный ребенок ходит, как в больнице», - написала одна, имея в виду, что у ребенка

слишком аккуратное пространство.

Я пришла в ужас. Вот до чего докатились женщины, оказывается. Теперь порядок и чистота являются предметом осуждения. Как так? Почему так случилось?

Во-первых, действия девушки на видео займут максимум один час в день. Конечно, кто оставляет все на выходные и предпочитает свободное время потратить на генеральную уборку, не знают об этом. Во-вторых, дом был очень красивый и просторный, с хорошим ремонтом, техникой и

мебелью. Как правило, гораздо легче убирать пространство, когда оно красивое и у каждой вещи свое место. Никому не ставлю в вину качество жизни, я жила и в бедности, знаю, как убирать там, где мало места. Ну и самое важное - поддерживающая уборка освобождает вас выходные, а всю неделю дом чистый, что гораздо менее энергозатратно.

Стремление к аккуратности и чистоте должно быть примером и предметом восхищения, а не порицания. С каких

пор жизнь в бардаке служит доказательством того, что вы «живете жизнь», непонятно. Хаос в окружающем пространстве истощает психику, человеку трудно мыслить и заниматься делами. Визуальный шум вреден, не способствует улучшению качества отдыха и жизни, так же, как и полная раковина грязной посуды и корзина не стиранного белья. Не надо оправдывать свою лень тем, что вы уделяете внимание детям или мужу. Одно другому не мешает.

Инна Б.

Ожидание

Все предугадали меня, что отношения на расстоянии - это трудно. Мой жених уехал учиться в Москву повышать квалификацию по уже имеющейся профессии, а я осталась в Нальчике, чтобы закончить учебу в университете. Мы оба должны окончить обучение в этом году, но как же сложно ждать конца весны!

Я как сирота без него, все мысли о нем. Даже оценки начали ухудшаться, не могу нормально учиться, не могу сосредоточиться. Мы созваниваемся каждый день, шлем друг другу забавные мемы и сообщения, но мне от этого только больше. Будто кто-то дает глоток воды и еще больше пробуждает жажду, после этих смс хочется увидеть живую любовь своей жизни, но это невозможно.

Бывают даже моменты, когда кажется, что расстаться легче, чем жить на расстоянии. Для меня это огромное испытание в плане терпения.

Но что меня печалит больше всего, так это кажущееся полное спокойствие жениха. Он ведет себя абсолютно ровно и никогда не говорит, что скучает и хочет вернуться. Подружки уверены, что это оттого, чтобы не стало еще тяжелее ожидать встречи. Ну не знаю, мне бы хотелось услышать, что он тоже по мне сильно скучает. А то такое впечатление, будто наши отношения важны только мне. Пусть тоже проявляет чувства и эмоции, если испытывает их. И пусть уже, наконец, наступит июнь и он приедет, потому что я ужасно устала ждать.

Милана

ПРИЛОЖИ ПОДОРОЖНИК

Во всем мире рождение детей считается свободным выбором матери исходя из того, что именно она выносит и рождает ребенка, не говоря уже о воспитании. Нередко и воспитывает одна. Поэтому может по желанию стать чайдфрри или многодетной мамой.

И только у нас на Кавказе рождение детей считается общим семейным делом. Вышла замуж - будь добра, давай нам внука, иначе зачем ты нужна! Каково приходится невестке при этом, никого не волнует. Она же невестка, значит, должна обладать бесконечным терпением, бескрайним трудолюбием, абсолютным послушанием, нескончаемыми силами и мощной репродуктивной способностью.

Я потерпела в роли невестки полное фиаско. Мой организм отказывается создавать новую жизнь (видимо, на фоне психосоматических реакций из-за давления семьи мужа). Отсутствие внуков свекровь считает личным оскорблением, поэтому пытается лечить меня народными методами. У гинеколога лечиться нельзя, неизвестно, как вся эта «химия» потом отразится на ребенке, а вот отвары из неизвестных трав и всякие примочки - самое то. Каждую неделю она возит меня к одной старушке, которая перевязывает меня так, что дышать невозможно, и дает сомнительные отвары в грязноватых, немного ятых бутылках, чтобы пить до следующего визита. Дома я быстро избавляюсь от перевязки (слава богу, свекровь не проверит) и потихоньку выливаю отвар, делая вид, что пью.

Мне не хватает духу категорически отказаться от методов лечения свекрови, но и пить неизвестные отвары из неизвестных трав тоже не хочу. А вдруг там окажется что-то, что вызовет у меня аллергическую реакцию? Не дай бог анафилактический шок будет, кто меня спасет?

Даст Всевышний ребенка - буду счастлива. Не даст, значит, такая судьба. Нельзя повернуть судьбу, как хочется, просто приложи подорожник на проблемное место. Либо нужен грамотный медицинский подход, либо просто жить и надеяться на лучшее.

А. В.

В ПРОКРАСТИНАЦИИ, НЕ БЕСПОКОИТЬ!

В последние годы понятие «прокрастинация» стало очень популярным. Мы, наконец, узнали название состояния, когда вопреки наличию важных дел мы выполняем второстепенные, а порой просто ничего не делаем, хотя знаем: сроки подходят.

В моем случае прокрастинация стала просто образом жизни. Все делать в последний момент или не делать вообще, хотя знаю: надо убрать дом, приготовить ужин, закончить проект, развесить белье. А что я делаю? Сажу в телефон. Можно сказать: так не сиди, делай свои дела. Да-да, еще пять минуточек. Пять минут превращаются в часы, дни и месяцы, а я все так же откладываю все важное и серьезное на потом.

Иногда случаются взрывы или встряски, и я покупаю очередной супер-ежедневник, способный приучить меня к тайм-менеджменту и дисциплине, который пополняет внушительную стопку подобных на пыльной книжной полке.

Некоторое время назад я перестала обманывать себя, что к понедельнику начну вести дружную жизнь. Что толку лгать себе самой?

Предполагаю, что это психологическая проблема и решать ее надо со специалистом. Обязательно запишусь на прием. Когда-нибудь.

Халя Н.

Никогда не ходите гадать

С детства я гордилась тем, что не боюсь темноты и всяких мифических существ, которые потенциально в ней обитают. Могла смело ночью спуститься в подвал в полной темноте, пойти в конец сада за забытой вещью и даже впол-не спокойно заснуть в крошечном мраке. Сменяясь над тем, кто испытывал страх, и не понимала, что их пугает.

Так бы и жила, но поддалась на уговоры подружки и пошла с ней к экстрасенсу. Женщина не сказала ничего существенного, но спросила меня, не видела ли я того, кто все время стоит за моей спиной? Я сказала, что нет, никогда. А она посмотрела за мою спину, будто на ре-

альное существо, и сказала: «А он все время с тобой, но не бойся, он хороший».

С того момента живу с ощущением того, что со мной находится кто-то, кого я не могу увидеть. Стесняюсь переодеваться, боюсь случайно занеметить его отражение в окне или в зеркале, начала жутко бояться темноты. У меня паника, когда в комнате темно, кажется, что меня обступают разные жуткие фигуры. Умом понимаю, что это всего лишь воображение, но хочется верить во все фантазии моего мозга, но ничего не могу поделать. Страх не проходит, даже не становится слабее.

Ругаю себя, чего мне не си-

делось на месте, зачем дала уговорить себя на пробную авантюру? Никогда не ходила к гадалкам и экстрасенсам, надо было и дальше не ходить.

Ко всему прочему, меня постоянно тянет вернуться к той женщине, будто она может защитить меня от моих же страхов. Теперь понимаю, почему люди подсаживаются на походы к людям с такими «способностями». Гениальный ход, что сказать. Наверное, к счастью у них свой подход, на уровне подсознания. Это жутко и страшно. Никому не советую ходить по гадалкам. Если никогда не ходили, то и не начинайте, оно того не стоит.

Залина

Наркотики оказывают пагубное влияние на все системы организма

С 26 февраля по 3 марта в России проходит Неделя профилактики употребления наркотических веществ. Распространение употребления наркотиков и наркозависимости – одна из самых серьезных проблем современного общества. По определению Всемирной организации здравоохранения, наркотик – вещество синтетического или растительного происхождения, которое может изменять нормальные функции организма и приводит к психической и/или физиологической зависимости. Вещество признается наркотиком, если соответствует трем критериям – медицинскому, юридическому и социальному.



Консультант рубрики - участковый терапевт нальчикской городской поликлиники № 3 Диана БЕЗИРОВА.

Есть несколько критериев определения наркотических средств. Медицинский критерий наркотика состоит в том, что вещество должно оказывать специфическое (стимулирующее, седативное, галлюциногенное и т.д.) действие на центральную нервную систему, это является причиной его немедицинского применения. С медицинской точки зрения под психотропными веществами подразумеваются лекарственные средства, применяемые специально для лечения психических заболеваний. Социальный критерий подразумевает, что немедицинское употребление рассматриваемого вещества принимает большую массу, а наносимый вред приобретает социальную значимость. Юридический критерий исходит из обеих предпосылок: средство, официально признанное наркотическим, включено в перечень наркотических средств. В настоящее время все психотропные вещества записаны в перечне наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации.

Какие жалобы, данные физического осмотра (физикальная диагностика - комплекс медицинских мероприятий, выполняемых врачом с целью постановки диагноза, все методы, относящиеся к физикальному обследованию, осуществляются непосредственно врачом с помощью его органов чувств) и анамнеза могут послужить признаками для наркологическойстороженности врача?

Бледность кожных покровов или кожа землистого оттенка, следы травм и ожогов. Низкая масса тела или ее подозрительное снижение за последнее время. Лимфостаз (пастозность) на кистях и стопах. Расслаивание ногтей и разрушение зубной эмали. Многочисленные следы от внутривенных инъекций по ходу поверхностных вен шеи, подключичной области, плеч, предплечий, голеней, стоп, межпальцевых промежутков кистей рук и стоп. Наличие «дорожек» по ходу вен. Следы от перенесенных постинъекционных абсцессов, пиодермии и флегмоны. Психомоторное возбуждение, неусидчивость, неестественные движения тела и конечностей. Жалобы на нарушение сна, бредовые идеи (преследования и воздействия). Вирусные и/или токсические гепатиты, ВИЧ-инфекция. Пневмония. Токсическая энцефалопатия с грубой неврологической симптоматикой.

Употребление наркотических веществ оказывает выраженное пагубное влияние на все системы организма.

Нервная система. Нарушаются процессы мозгового кровообращения, что значительно повышает риск ишемических и геморрагических инсультов. Затрудняется и искажается процесс передачи нервных импульсов, что в свою очередь приводит к возникновению эпилепсии, судорожных припадков, затруднению процессов обработки информации, памяти и мышления. Нарушаются не только когнитивные

функции, но и развиваются тяжелые психические и поведенческие расстройства, вплоть до полной деградации личности и слабоумия. Страдает и периферическая нервная система. Формируются периферические нейропатии – двигательные, чувствительные и трофические нарушения в руках и ногах, сопровождающиеся судорогами в мышцах, сведением и онемением рук и ног, нарушением походки, невозможностью выполнения мелкоточечных движений. Действие наркотических средств на головной мозг продолжается даже после того как человек прекращает их употребление, формируя психическую, физическую и биологическую зависимость от них.

Дыхательная система. Развивается хроническое воспаление бронхального дерева, нарушается работа реснитчатого эпителия, который очищает вдыхаемый воздух от частиц пыли. Бокаловидные клетки, вырабатывающие защитную слизь для защиты бронхальных стенок, начинают синтезировать густой секрет, в котором начинают активно размножаться бактерии. Мукоцилиарный аппарат легких перестает выполнять очистительную функцию, слизь и гной закупоривают бронхи, перекрывая доступ кислорода в кровяное русло организма. Хроническое воспаление бронхов вызывает развитие эмфиземы легких – анатомическую деформацию легочной ткани, становится невозможным восстановление нормального физиологического дыхания. Развивается необратимая хроническая obstructивная болезнь легких.

Сердечно-сосудистая система. Наркотические вещества обладают кардиотоксичностью. Наркопотребителей мучают боли в области сердца, что вызвано развитием токсической кардиомиопатии, нарушениями сердечного ритма и проводимости. Зачастую причиной внезапной смерти наркомана становится острая сердечная недостаточность. Размеры сердца значительно увеличиваются, формируется «бычье сердце», которое перестает справляться с нарастающей нагрузкой, формируется хроническая сердечная недостаточность. Развивается стойкая артериальная гипертензия, снижается сосудисто-двигательная реакция, нарастает хроническая сердечная недостаточность. Вторично развивается гиповолемия – изменение объема циркулирующей крови, нарушаются окислительно-восстановительные процессы. Происходит изменение ионного баланса и реологических свойств крови. В случае если наркотик вводится через кровь, вместе с отравляющим химическим веществом в кровяное русло попадают многочисленные микроорганизмы. С током крови они заносятся в полость сердца, начинают там активно размножаться и разрушают клапанный аппарат. Развиваются тяжелые инфекционные эндокардиты, зачастую врачи не успевают спасти таких больных. У выживших пациентов формируются тяжелые пороки, излечить которые можно только путем операции на сердце.

Костно-мышечная система. Наркотические средства способствуют вымыванию кальция из костной ткани, раз-

вивается остеопороз. Кости становятся патологически хрупкими и легко ломаются. Постепенно формируется мышечная гипотрофия. Мышцы становятся дряблыми, уменьшаются мышечная масса и мышечная сила. В случае попадания наркотических веществ в мышечную ткань на месте инъекции формируется гнойно-некротическое расплавление тканей. При отсутствии своевременного лечения происходит омертвление ткани, процесс распространяется вглубь, обнажаются кости, на которые также может перейти воспаление. Остается единственный метод лечения – ампутация конечности. Смерть больного наступает от тяжелой интоксикации в результате гангренозно-некротического воспаления и острой почечной недостаточности.

Пищеварительная система. Наркотические средства вызывают поражение всего желудочно-кишечного тракта, начиная с ротовой полости. Хронический гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки – типичные болезни наркомана. Резко снижается способность кишечника к всасыванию важных питательных веществ, в том числе витаминов и аминокислот. Страдают все виды обмена – белковый, жировой и углеводный. Развивается кахексия – патологическая дистрофия мышечной ткани. В результате хронического отравления неминуемо страдают пищеварительные железы – печень и поджелудочная железа. Развиваются хронический токсический гепатит, фиброз и цирроз печени, смертельно опасные заболевания. В случае если наркотик вводится через кровь, гематогенным путем происходит заражение инфекционными гепатитами В, С и Д. Высокий риск заражения ВИЧ-инфекцией. В поджелудочной железе может развиться панкреонекроз, спасти от которого удается далеко не каждого больного.

Иммунная система. Исследования ученых давно доказали, что наркотики наряду с алкоголем и курением негативно влияют на иммунитет. В результате употребления наркотиков в крови значительно уменьшается количество Т-киллеров, которые отвечают за функцию регуляции иммунитета. Также отмечается нарушение координации действий всех типов клеток иммунной системы. Клеток иммунной системы – лимфоцитов у наркозависимых становится намного меньше нормы. Уменьшается также количество и других иммунных клеток. Лимфоциты становятся менее эффективными. Происходит снижение содержания уровня антител в крови, тем самым организм более подвержен заражению различными вирусами и инфекциями. У малышей, рожденных от наркозависимой матери, нарушается процесс выработки белковых молекул, отвечающих за идентификацию и нейтрализацию чужеродных объектов, таких как вирусы и бактерии. Не существует абсолютно безобидных наркотических веществ.

Всемирная организация здравоохранения выделяет три вида профилактики употребления наркотических веществ.

Первичная. Задачей первичной профилактики является предупреждение возникновения наркозависимости. На этом этапе работа проводится по трем направлениям: 1) целенаправленная масштабная воспитательная работа среди подростков и молодежи; 2) санитарно-гигиеническое воспитание; 3) приобретение общественности к борьбе с распространением наркотиков.

Вторичная. Этот вид профилактики направлен на раннее выявление всех лиц, которые употребляли психоактивные средства. Кроме того, сюда же относятся их лечение, предупреждение рецидивов, проведение поддерживающей терапии. Проводимые в рамках вторичной профилактики мероприятия ведут к уменьшению числа лиц с наркоманией путем вмешательства на ранних этапах ее развития. Целью вторичной профилактики является изменение малоадаптивного поведения риска на адаптивную форму. Выполнение программ вторичной профилактики должно осуществляться специально обученными в области профилактики психологами и педагогами, также это могут быть психотерапевты. Эффект от программ вторичной профилактики менее универсальный и действенный, чем от первичной, но более быстрый.

Третичная. Задача третичного комплекса профилактических мер состоит из социально-трудовой и медицинской реабилитации больных наркоманией. Необходимо восстановить здоровье людей, которые пострадали от этого заболевания, а затем помочь им снова приобрести к обществу и труду. Третичная профилактика наркомании является преимущественно медико-социальной, индивидуальной, направленной на предупреждение перехода сформированного заболевания в его более тяжелую форму, последствием в виде стойкой дезадаптации. Третичная профилактика включает меры реабилитации, избавления от физической и психической зависимости от наркотических средств, возвращение к здоровому образу жизни больных наркоманией и токсикоманией. Выполнение программ третичной профилактики должно осуществляться специально обученными в области профилактики психологами, психотерапевтами, терапевтами и педагогами, также это могут быть непрофессионалы – консультанты, члены социально поддерживающих сообществ и групп.

Возможно ли выздоровление в случае зависимости от наркотических веществ? Возможно. Но это длительный процесс длиной во всю жизнь. Он предусматривает специфическое медикаментозное лечение, связанное с необходимостью детоксикации и купирования психопатологических симптомов и синдромов, определенное психотерапевтическое воздействие, медицинскую и социальную реабилитацию, но самое главное – связан с психологией преодоления болезни. Человеку, зависимому от наркотика, важно осознать процесс развития его болезни и понять, что ему необходимо делать, чтобы идти по пути выздоровления, как накапливается опыт выздоровления, как пройти этот путь. Основная ошибка зависимых от наркотиков – желание немедленно получить результат. Человек должен сам осознанно продвигаться к здоровью, изменить свое мышление и представление о жизни и мире, научиться навыкам здорового поведения и жизни в обществе. Если зависимый не приходит к пониманию необходимости изменения своего мышления и стиля жизни, лечение не будет эффективным. Так как зависимость от наркотиков является комплексной – личностной, организменной, психологической и социальной проблемой, то и лечение должно осуществляться во всех этих областях.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Бытует мнение, что нейрографика - своеобразный диалог со своим подсознанием. Внутреннее «Я» говорит свое «слово» путем выброса (спонтанных линий на чистом листе бумаги), а человек уже сознательно устраняет имеющуюся проблему путем закругления углов и проведения нейронных линий по всей площади рабочего листа. Острые углы действуют на подсознание агрессивно, вызывая стресс. Делая их круглыми и «комфортными», художник снимает ограничения, мешающие решить ту или иную задачу. Таким образом, подсознание понимает, что в данной проблеме нет ничего страшного и нерешаемого, начинает искать оптимальные пути устранения проблем или привлечения желаемого в реальную жизнь.

Похуже на сказку? Во все нет, просто закономерность.

Принцип нейрографики таков: у каждой задачи свое графическое решение. Любую мысль, желание или проблему можно изобразить как символ, знак, архетип, образ, моделируя для последующего визуального обозрения. Физическая трансформация имеющегося символа изменяет ход событий относительно насущной проблемы.

Нейрографика обладает бионическими качествами, то есть поиском лучшего выхода на уровне бессознательного. На самом деле мы не принимаем решения сами. Головной мозг заботливо освобождает нас от таких сложных дел, принимая решения самостоятельно путем анализа огромного количества информации и выдавая нам окончательный вердикт в виде мысли. Как часто мы совершаем какое-либо действие лишь потому, что «так хотим»? На самом деле мы не знаем, чего действительно желаем. Просто мозг показывает максимально безопасный и комфортный путь, хотя и не лучший.

«А ну-ка, парни!»

В спортивном зале Республиканского дворца творчества детей и молодежи проведен ежегодный традиционный спортивно-патриотический конкурс «А ну-ка, парни!».

В нем приняли участие команды школ республики – победители муниципальных этапов. Мероприятие организовал и провел региональный ресурсный центр дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности ГБУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи» Минпросвещения КБР.

На торжественном открытии республиканского конкурса, посвященного Дню защитника Отечества и 81-й годовщине освобождения Кабардино-Балкарии от фашистских захватчиков, юнармейцев поприветствовали председатель Совета ветеранов ДОСААФ КБР, полковник Хусен МАЦУХОВ и и.о. директора Дворца творчества Аксана КАРАШЕВА.

Юнармейцы состязались в различных конкурсах. В «Военизированной эстафете» победу одержала команда школы с.п. Куба-Таба, в конкурсе капитанов победителем стал капитан команды школы с.п. Аушигер Кантемир ЧЕЧЕНОВ, в «Веселой эстафете» победила команда школы №1 г.п. Залужкоаже. Общекомандное первенство и памятный кубок выиграла команда школы с.п. Куба-Таба. На второе место вышли юнармейцы с.п. Аушигер, на третьем - юноши школы ст. Солдатской.

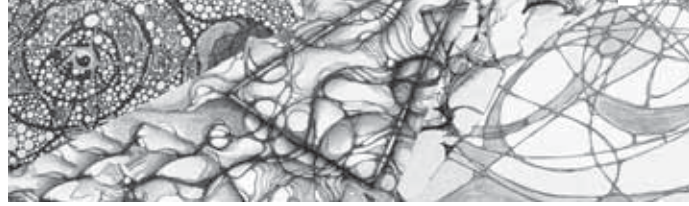
В КБР создан Республиканский клинический центр психиатрии и наркологии

Реорганизация Наркологического и Психоневрологического диспансеров и создание Республиканского клинического центра психиатрии и наркологии является необходимым условием для создания качественно новых условий для оказания медицинской помощи. Новый Центр позволит повысить качество и доступность оказания медицинской помощи в этих областях, оптимизировать использование ресурсов и развивать кадровый потенциал.

Появляется возможность более эффективного централизованного управления схожих направлений медицины. Территориальное расположение зданий и корпусов сохраняется, доступность оказания медицинской помощи населению становится более удобной, амбулаторная и стационарная помощь по обоим направлениям сосредоточится на одной территории.

Управление качеством и безопасностью медицинской деятельности объединенной службы, рациональное использование имеющихся площадей, коечного фонда, использование возможностей диагностического и лечебного процесса, а также совместная работа профильных специалистов позволят вывести на качественно новый уровень психиатрическую и наркологическую помощь населению Кабардино-Балкарии.

НАУЧНЫЙ МЕТОД ЖИЗНЕННОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ



Нейрографика - способ изменить судьбу и привлечь в нее все желаемое путем изобразительного искусства. Метод изобретен Павлом ПИСКАРЕВЫМ десять лет назад и относится к категории арт-терапии, хотя после испытаний на себе лично я переместила бы его в раздел нейропсихологии.

Откладывая сложные дела на потом, избегая занятия спортом и отправляясь за очередным десертом в кондитерскую, мы и не подозреваем, что нами управляет мозг, которому срочно нужна привычная зона комфорта, где не нужно думать и что-то решать, а главное - делать непривычные вещи. Другими словами, наш мозг ленив и труслив. Он нуждается в волшебном пинке, которым и является нейрографика.

Первичный выброс (просто каракуля на листе, в которую вкладывается сильная эмоция) является исходником остального рисунка. Нужно выделить в нем образованные геометрические фигуры, закруглив все, что возможно. Круг сам по себе является символом бесконечности и целостности. Он комфортен для восприятия подсознанием. Выделенные фигуры (любые геометрические) можно сделать частью нейросети, создавая новые нейронные связи как на листе бумаги, так и в собственной нервной системе. Осно-

вой соединения и поглощения отдельных фигур в единую сеть рисунка служит нейролиния. Она всегда идет по пути сопротивления и никогда не повторяет себя. Иначе говоря, вы ведете линию туда, куда не хочется (допустим, хотелось вправо, но поворачиваете в другую сторону) и вырисовываете неровными витиеватыми участками, не похожими друг на друга. Очень важно не рисовать петли и не позволять одной и той же нейролинии пересекать саму себя. Потенциально данное действие может привести к еще большим осложнениям, чем есть на данный момент, или сделать задачу для мозга нерешаемой.

Связав все элементы и придав им эмоцио-нальный фон (нейрографика предполагает эмоциональную отдачу и вовлеченность, иначе рисунок не имеет силы), можно приступать к гармонизации. Закругляя острые углы на местах пересечений, мы воссоздаем рисунок, схожий с реальной сетью нервных ганглий. При этом места закругления долж-

ны продолжать линии, а не выделяться утолщенными четырехконечными звездами на фоне тонкой сетки. Некоторые проблемные фигуры можно нейтрализовать, некоторые активизировать и придать «счастливую» круглую форму. Последний этап нейрографики - раскрашивание. Оно необязательно, по мнению некоторых самопровозглашенных специалистов. Они считают, что нейрографический рисунок должен быть не красивым, а рабочим. Я со своей дилетантской точки зрения слабо протестую. Красочный и гармоничный рисунок приносит мне удовольствие, также есть возможность оставить пустые места для воображения Вселенной. Вдруг у нее план получше, чем у нашего мозга?

Важно закончить нейрографический рисунок, если вы его начали. Часто в середине процесса человек начинает уставать, сомневаться или считать процесс слишком долгим. Опять же мозг не желает ничего менять, дает сигнал, чтобы вы прекратили его тормозить. Помните, усталость - это эмоция, и продолжайте. Скоро нервная система смиритсся с неизбежным и начнет вам помогать.

Наверное, нейрографика - единственное «вожжи», с помощью которых человек способен управлять своим бессознательным. На мой взгляд, метод имеет тенденцию к переходу в научную сферу в будущем и использованию его в традиционной медицине как элемент психотерапии. На данный момент он доступен каждому желающему, совершенно безопасен и эффективен. В каждом из нас скрыт огромный пласт потенциала, который можно растормозить с помощью нейрографики. В некотором роде это путь к себе и, возможно, к лучшей версии себя.

**Подготовила Мадина БЕКОВА.
Фотоколлаж Тамары Ардавовай**

Об изменениях в «Пушкинской карте»

«Пушкинская карта» - государственная программа популяризации культурных мероприятий среди молодежи, реализуемая с сентября 2021 года. Она позволяет молодым людям бесплатно посещать участвующие в программе театры, кинотеатры, музеи, выставки, филармонии, яркие мероприятия в домах культуры и библиотеках по всей России за счет средств федерального бюджета. Проект реализуется по поручению Президента РФ.

Стать участником проекта возможно при определенных условиях: возраст от 14 до 22 лет включительно; гражданство Российской Федерации; наличие паспорта и подтвержденного аккаунта на госуслугах. При наличии этих условий можно получить «Пушкинскую карту» - специальную банковскую карту системы «Мир» с депозитом 5000 рублей, которой в течение года можно расплачиваться при покупке билетов на культурные мероприятия. Средства на карту поступают ежегодно 1 января, остатки с предыдущего периода сгорают. Таким образом, это хорошая возможность приобщиться к культурным ценностям, развиваться творчески, бесплатно посещая различные культурные мероприятия. Карта действует на территории всей страны, дает возможность посещать культурные мероприятия за счет государства абсолютно бесплатно. Но есть ограничения списка мероприятий, которые можно оплатить картой, и отсутствие возможности ее пополнения.

72 процента россиян соответствующего возраста уже присоединились к программе «Пушкинская карта», количество проданных билетов за все время реализации «Пушкинской карты» превысило 53 млн - это вдвое больше запланированного.

Недавно в программу «Пушкинская карта» были внесены изменения. В частности, власти расширили требования к организациям культуры, которые хотят присоединиться к программе, кроме того, как сообщает Минкультуры, к критериям отбора мероприятий, которые можно посещать по «Пушкинской карте», добавился пункт об их соответствии основам государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей. Президент РФ Владимир ПУТИН утвердил их в ноябре 2022 года, к ценностям отнесены в том числе патриотизм, служение Отечеству, высокие нравственные идеалы, приоритет духовного над материальным, единство народов России.

Семейный досуг

В Центре культурного развития г.о. Нальчик при поддержке регионального отделения Союза женщин России по КБР в начале февраля был дан старт семейному проекту («Горянка», № 5, 2024).

«Наш семейный проект вызвал большой интерес, что не может не радовать», - отмечает директор Центра культурного развития Саида ЖАНИМОВА.

На протяжении всего месяца, каждый понедельник, на информационных площадках Центра размещались задания. В проекте могли участвовать все желающие, кто решил в Год семьи проводить больше времени вместе для совместного семейного досуга.

Уже позади два задания: провели мастер-класс по изготовлению поделки в кругу семьи. Во втором задании надо было снять видео с рассказом о своей семейной традиции. В каком формате представлять - конкурсанты решали сами.

В завершающем, третьем, этапе участникам семейного проекта нужно придумать и выполнить творческое задание. Это может быть как музыкальный номер, так и хореографический и кулинарный. Главное, чтобы были выполнены задуманное совместно с членами семьи. Работы необходимо прислать до следующего понедельника на почту centerculture@bk.ru.

По словам Саиды Жанимовой, участники, которые на этом этапе хотят присоединиться к проекту, могут прислать все три задания вместе до четвертого марта.

Итоги проекта организаторы подведут к восьмому марта. Награждение пройдет в Центре культурного развития на улице Ашурова, 1.

Ангела ГУМОВА



Арина СУХАНОВА с детства • КНИЖНЫЙ РОБИНСОН любила животных и еще в начальной школе заявила родителям, что будет ветеринаром. Свое слово сдержала, окончила факультет ветеринарии и пошла работать в частную клинику для животных. Часто задерживается после работы, если мохнатые пациенты нуждаются в дополнительном уходе, а по выходным работает волонтером в приюте для животных. В чтении предпочитает вдохновляющие истории о реальных людях.

ИСТОРИЯ НЕЗАУРЯДНОЙ ЛИЧНОСТИ

Наверное, взяла бы на необитаемый остров роман Мари БЕНЕДИКТ «Одна в мужской компании» Хеди ЛАМАРР, история героини романа точно не позволит поддаться унынию. Легендарная австро-американская актриса наряду с необыкновенной красотой и природной притягательностью обладала недюжинным умом и способностями к точным наукам. Была названа «самой многообещающей новой актрисой 1938 года» и быстро встала в один ряд с такими знаменитостями, как Грета ГАРБО, Кэтрин ХЕПБЕРН и Марлен ДИТРИХ. Но в историю вошла благодаря совсем другой грани своего таланта – разработке научных идей.

До прочтения книги я ничего не знала об актрисе Хеди Ламарр. Вообще, при слове «голливудская» в голове мелькает череда привычных картинок: роскошные наряды, съемки, вспышки камер, вечеринки, признание миллионов поклонников. Но жизнь Хеди была гораздо многограннее и увлекательнее. Начало истории походит на волшебную сказку: юная Хеди дебютирует в Венской опере в роли Сисси, ее замечает состоятельный импозантный мужчина, влюбляется, засыпает цветами, красиво ухаживает. Вскоре Хеди оставляет сцену и выходит за него замуж. То, что происходит дальше, ничуть не напоминает «и жили они долго и счастливо». Муж героини, Фридрих Мандль, – производитель боеприпасов и одна из ключевых фигур на политической арене Австрии. Жена для него – красивая витрина, призванная демонстрировать его успешность на многочисленных светских приемах, которые посещают государственные деятели и другие влиятельные люди. У четы Мандль побывали даже Гитлер и Муссолини. «Я была диковиной птицей, которую выпускают из золотой клетки только для того, чтобы показать гостям, а потом вновь запирают». Но за привлекательной внешностью скрывался острый ум, которым Хеди успешно воспользовалась. Она сбежала от ревнивого тира-

на-мужа и сделала успешную кинокарьеру в Америке. Болея душой за угнетенную Австрию, терзаемая чувством вины, что, подслушав разговор о планах Гитлера по истреблению евреев, ничего не предприняла, чтобы их обнаружить. Ламарр изобрела и запатентовала технологию прыгающих частот. С ее помощью можно было удаленно управлять торпедами. Технология прорывная – управление на одной частоте легко перехватить и перенаправить торпеду. Об этой талантливой личности и ее изобретении в сфере радиосвязи можно и нужно писать статьи. Красивая, умная женщина, преуспевшая в сфере, традиционно считающейся мужской. Не секрет, что до сих пор есть разделы науки, куда женщинам допускают неохотно, не говоря уже о тех временах, в которых жила героиня книги. Много внешних условностей, с одной стороны, а с другой – работа на общую победу над фашизмом составляют историческую канву книги. Помимо битвы с фашизмом, здесь и битва женщины за то, чтобы ее слово и имя стояли под ее работой. Трудно быть богом, но трудно быть и женщиной в мире мужчин. «Никто не видел меня саму за теми бесчисленными ролями, которые я играла на съемочной площадке и вне ее». Книга построена в виде дневниковых записей героини, начиная с 1933 года (Вена, Австрия) и заканчивая сентябрем 1942 года в Филадельфии, Пенсильвания.

В 1940-е гг. Ламарр вместе с изобретателем Джорджем АНТЕЙЛОМ получила патент на изобретение «Системы секретной связи». Это технология передачи ложных каналов на разных частотах. Передача технологию не смогли оценить по достоинству. Однако этот патент был использован 50 лет спустя в мобильной связи и Wi-Fi. Признание же как изобретателю пришло к ней гораздо позже. В 1997 году, когда в обиход уже вошли мобильные телефоны, 83-летней Хеди Ламарр официально наградили за ее изобретение. Ламарр включили в Национальный зал славы изобретателей США.

Лиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовай

Черемша – настоящая аптечка и кладь всевозможных витаминов, что очень необходимо для уставшего за зиму организма. По своим вкусовым качествам и запаху она похожа на чеснок, поэтому не все любят употреблять ее в свежем виде. Не зря в народе ее называют дикий чеснок или медвежий лук.



• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

– Есть масса всевозможных рецептов из черемши, – говорит Эвелина АБРОСОВА из Нальчика. – Мы с удовольствием не только готовим ее, но и сами собираем и заготавливаем впрок. Прекрасная возможность запастись витаминами на весь год. К счастью, в наших краях такие благоприятные условия, что черемша растет даже зимой.

ВИТАМИНЫ ВПРОК

САЛАТ

Ингредиенты: 1 пучок черемши, 3 яйца, 150 г редиса, 1-2 свежих огурца, 0,5 банки консервированной кукурузы, 50 мл 30-процентных сливок, 50 мл сметаны, соль, молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Черемшу нарезать поперек на тонкие полоски, огурцы и редис – соломкой. Яйца отварить, остудить и измельчить на кубики. Соединить все продукты, посолить, поперчить, заправить смесью сливок и сметаны. Можно использовать легкий майонез или нежирную сметану, но вкус салата от этого сильно проиграет.

ПИРОЖКИ

Ингредиенты: 1 кг любого дрожжевого теста, 1 кг черемши, 200 г риса, 4 яйца, сливочное масло, соль, черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Замесить дрожжевое тесто. Отварить рис в кипящей подсоленной воде, откинуть на сито, промыть остуженной кипяченой водой и оставить остывать. Листья черемши промыть, обсушить и измельчить. Яйца отварить, остудить и измельчить. Соединить с рисом, добавить размягченное сливочное масло, соль, перец и перемешать, подливая при необходимости воду. Фарш должен получиться в меру вязким. Сформовать пирожки и печь при температуре 180-190°C в духовке или пожарить на сковороде с небольшим количеством растительного масла.

ЗЕЛЕННЫЙ СОУС

Прекрасно подходит для мясных блюд.

Ингредиенты: 500 г молодой черемши, 3 ст. ложки грецких орехов, 3 ст. ложки натертого твердого сыра, 150 мл растительного масла, 1 ч. ложка соли, 1,5 ч. ложки черного молотого перца.

Способ приготовления. Черемшу промыть и дать полностью высохнуть. Орехи измельчить в крошку. Пропустить черемшу и орехи через мясорубку или измельчить в блендере. Добавить сыр, соль, перец, масло и перемешать. Переложить в герметично закрывающуюся банку и залить слоем масла. Хранить в холодильнике, доливая всякий раз слой масла, чтобы соус не испортился.

АДЖИКА

Ингредиенты: 300 г черемши, 2 ст. ложки натертого сыра пармезан, 90-100 мл оливкового масла, черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Черемшу надо покупать молодую и свежую. Промыть, выложить на бумажное полотенце, чтобы впиталась лишняя влага. Если этого не сделать, черемша будет храниться недолго. После обсушки нарезать черемшу мелкими кусочками и пропустить через мясорубку. Сыр натереть на мелкой терке или пропустить через мясорубку и добавить к черемше. Туда же вылить оливковое масло, посолить и поперчить по вкусу. Перемешать и переложить массу в эмалированную кастрюлю и на медленном огне тушить 10 минут. Разложить по стерилизованным банкам и закрыть стерилизованными крышками.

ПО-ЧЕЧЕНСКИ

Ингредиенты: 300 г черемши, 2 ст. ложки растительного масла, 100 мл воды, 50 г протертых томатов в собственном соку или 1 ч. ложка томатной пасты, 0,5 ч. ложки соли, 0,5 ч. ложки черного перца.

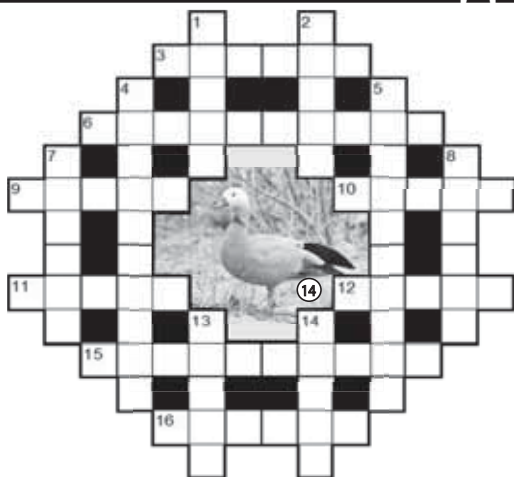
Способ приготовления. Для этого блюда используются только стебли черемши. В холодную сковороду влить растительное масло. Выложить сверху промытые стебли черемши и добавить воду. Закрывать сковороду крышкой и готовить черемшу на небольшом огне до полного испарения воды. В среднем на это уходит около семи минут. В процессе готовки черемша станет более мягкой и уменьшится в размере. Есть и другой способ размягчения черемши. Предварительно отварить в небольшом количестве воды в течение 5-7 минут и только после этого, полностью слив воду, добавить черемшу в сковороду с растительным маслом. Затем посолить, поперчить и добавить в сковороду консервированные томаты. Все хорошо перемешать. Закрывать крышкой не нужно. Готовить при среднем огне, периодически помешивая, еще в течение восьми минут. Это позволит оставаться жидкости полностью испариться.

Подать на стол можно как в горячем, так и в холодном виде. Черемша сочетается с мясными блюдами, шашлыком и отварным картофелем. Хранить такую закуску можно около недели в холодильнике, поместив в чистую стеклянную банку или контейнер. Вместо консервированных томатов можно использовать свежие дольки помидоров. Это сделает блюдо еще более ярким.

Лана АСЛАНОВА.

Фото Тамары Ардавовай

КРОССВОРД



По горизонтали: 3. Пачули. 6. Дельтаплан. 9. Дакар. 10. Захаб. 11. Лиана. 12. Осмий. 15. Актнограф. 16. Джатра.
По вертикали: 1. Ладея. 2. Шляпа. 4. Мегафизика. 5. Медагаскар. 7. Жасмин. 8. Датчик. 13. Биржа. 14. Старь.

По горизонтали: 3. Полукустарник рода погоностем семейства губоцветных. 6. Летательный аппарат, названный в честь греческой буквы. 9. Столица, крупный морской порт и крупнейший город Сенегала, расположенный на полуострове Кап-Вер на побережье Атлантического океана. 10. Фортификационное сооружение в средневековых крепостях, укрепление, защищавшее крепостные ворота, «руква» крепости. 11. Прозрачное оптическое стекло. 12. Тяжелый металл, открытый в остатках платиновой руды. 15. Самопишущий прибор для регистра-

ции солнечной радиации. 16. Индийский традиционный танец, танцевальное представление.

По вертикали: 1. «Водоплавающая» шахматная фигура. 2. Головной убор. 4. Философский метод, в котором в отличие от диалектики явления рассматриваются статично, вне их развития и взаимосвязи. 5. Островное государство в Индийском океане. 7. Декоративный кустарник семейства маслиновых. 8. Фиксатор изменений. 13. Рынок ценных бумаг и товаров. 14. Яркая и своеобразная красная водоплавающая утка.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА



ЗАХОДИ И ГОСТЕМ БУДЬ

Баканское шоссе - одна из самых оживленных трасс в республике. Проезжая здесь сотни раз, замечали ли вы, что в городском поселении Чегем рядом с домом культуры находится музей? Здесь есть на что посмотреть.

славы, где проходят памятные и тематические мероприятия, - литературные вечера, уроки мужества, встречи с ветеранами. Здесь бережно хранят память о тех, кто воевал, и тех, кто погиб в мирное время, выполняя гражданский долг. Фотопортреты, боевые награды, пожелтевшие архивные документы - свидетельства героизма бойцов Великой Отечественной, воинов-интернационалистов, служивших в Афганистане, участниках СВО, а также сотрудников внутренних дел.

В следующем зале собраны предметы быта предков кабардинцев и балкарцев. По ним можно проследить, как проходили историческое и культурное развитие народов и совершенствовались орудия труда. Старинная швейная машинка «Zinger» здесь выглядит холодной иностранной гостьей, а различные прялки, чесалки, веретена, инструменты, назначение которых может поставить нынешнее поколение в тупик, вызывают интерес на грани восторга. Плотничные, кузнечные, столярные инструменты, тяжелые железные утюги, каменные жернова и как продолжение эволюции хозяйственных технологий машина для дробления зерна. Она в рабочем состоянии, что не раз демонстрировалось к восторгу школьников. Совершенно невероятны по виду и исполнению два старинных сундука, которым более ста лет. Как по-

яснила Майя Хусеновна, они были переданы музею пожилой жительницей района, которой сундуки достались по наследству от бабушки. Выполненные из дерева с резьбой и металлической оплеткой, с незатейливой, почти выцветшей росписью, они и сейчас выглядят как древние служители, обретшие традиционные арден и киллиз, музыкальные инструменты, одежду, обувь, утварь. Шелковые женские платки наверняка хранили в сундуках и надевали по определенному случаю. Терракотные сосуды, деревянные чаши и украшения часто находили местные жители на своих приусадебных участках.

Зал, посвященный Алимю Кешокову, хранит личные вещи и труды писателя. Рукописные тексты стихотворений, сборник стихов разных лет, пианино, на котором он играл. Письменный стол, на котором стоит пишущая машинка, дисковый телефон, очки в футляре, увеличительное стекло, перьевая ручка. На стенах - фотографии, грамоты и дипломы. Пока жадно выхватываешь взглядом предметы, возникает ощущение, что зашел в гости к писателю, и только стеклянные витрины возвращают к мысли, что это музейный зал.

Фонд музея продолжает расширяться. Одно из недавних пополнений - коллекция марок, которую передал музею житель города Чегема Ахмед ШИДОВ. Коллекция



в количестве 274 марок принадлежала его бабушке. Самые ранние датируются 60-ми годами прошлого столетия. Есть марки из СССР, Польши, Венгрии, Чехословакии, Германии, Монголии и Португалии. Настоящее сокровище для филателистов.

Сотрудники музея собрали исторические справки о каждом населенном пункте района, сюда же подшиты фотографии и некоторые архивные документы. Такие данные часто служат подспорьем для студентов и старшеклассников, которые проводят исследовательскую работу. Для самых глав-

ных посетителей - воспитанников школ и дошкольных учреждений района мероприятия проходят практически ежедневно.

В книге отзывов сотни восторженных записей от посетителей. Отрадно, что в музей заходят не просто заезжие гости, сюда специально прокладывают маршрут не только туристы из разных уголков нашей страны, но и из Турции, Иордании и Сирии. Всех здесь встречают и провожают с улыбкой. Будете проезжать - сделайте остановку там, где для вас остановлено время.

Лиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавой



НЕ МОГЛИ ОСТАВИТЬ НА ПРОИЗВОЛ СУДЬБЫ

- Они стали полноправными членами нашей семьи, выставить их или просто отдать кому-то не решились, - говорят Астемир и Элина из Нальчика. - В нашем доме живут четыре кота - три девочки и мальчик. Все попали к нам с улицы. Первый появился весной 2021 г., последний - два месяца назад.

У каждого кота свой характер, свои привычки и повадки. Есть и общие черты, например, игривость и независимость. Они, как дети, могут обидеться, если не уделить им достаточного внимания. Каждый питомец по-своему любит нас с супругом. Мы стали зависимы от них эмоционально - когда кому-то из котиков плохо, плохо и нам.

- Мне позвонила мама и предложила взять котенка, который жил на улице со своими собратьями, - говорит Элина. - Малыши прятались под капотами машин. Мы забрали одного котенка, которого нашли на

тот момент на месте их обитания. Назвали найденца Евой. Для меня она стала почти ребенком, у нас с супругом тогда не было детей. Я очень ее любила и от нее чувствовала взаимную любовь. Ева повсюду ходила за мной хвостиком, и чем бы я ни занималась по дому, всегда была рядом. С ее появлением начала относиться ко всем животным с большим трепетом. Она открыла мое сердце и научила нас с супругом ответственности.

Ева любила гулять, мы даже выгуливали ее, как собаку, на поводке. Когда просилась на улицу, а мы не могли ее сопроводить, отпускали одну, после прогулки всегда сама возвращалась. Спустя два года у нас с супругом родилась дочь. Стали с меньшим вниманием относиться к питомцу. Думаю, Ева обиделась и в сентябре прошлого года не вернулась с очередной прогулки. Мы искали ее очень долго, наш район

до сих пор обклеен объявлениями о ее пропаже.

- Я был категорически против питомцев в доме, но очень любил животных, но Ева изменила мое отношение к ним, - рассказывает Астемир. - Когда супруга поведла ко бездетному состоянию котят, согласился взять Еву. К тому же это было накануне дня рождения жены, в качестве подарка она попросила разрешить принести котенка домой. Поехали вместе, пришлось поехать в лок - котенок прятался там от собак. Ему было примерно полтора месяца. Ева была игривая и очень умная. Когда я с ней разговаривал, она смотрела мне прямо в глаза, было ощущение, что он везет. Например, во время игры приносила мне мячик каждый раз, когда я ее просил, и клала мне возле ног.

- Второго питомца назвали Лана, - рассказывает Элина. - Нас попро-

сили присмотреть за кошкой, пока не найдут ей нового хозяина. За неделю мы так к ней привыкли, что не смогли отдать, когда приехали ее забрать. Она тоже стала полноправным членом семьи. Лана самостоятельная, подходит к нам только тогда, когда захочет, это происходит два-три раза в неделю, не больше. Любит спать под одеялом, она маленькая обжора, не упустит случая, чтобы поесть. Однажды после наркоза во время стерилизации, когда она пришла в себя, не реагировала на что, лежала без движения. Я уже начала волноваться, тогда супруг начал шуметь пакетом из-под корма. Лана тут же быстро вскочила и побежала к своей миске.

Спустя почти год после «удачения» Ланы мы услышали в подъезде жалобное мяуканье котят. Оказалось, кто-то выбросил двух маленьких котят одного выводка - мальчика и девочку. Они были очень маленькие, каждый помещался в ладонь. Сначала приютили с решением, что отдадим в хорошие руки, но опять же прикинули к ним всем сердцем и не смогли отдать. Так у нас появились Пудж и Мия. Котят не разлей вода, будто понимают, что родные. Пудж не боится никого в доме, кроме Мии. Они почти всегда спят в обнимку. По характеру оба очень ласковые и требуют того же и к себе. Но Мия очень ревнивая.

Последнего котенка при осмотре ветеринарный врач назвала Малелесентой, у нее красивые зеленые глаза Эта кличка так и закрепилась за ней. Дома сокращен-

• НАШИ ПИТОМЦЫ

но зовем ее Молли. В ветклинике супруга просили оставить котенка им, но он не смог, уже чувствовал ответственность за него.

Муж заметил Молли на заправке под «КамАЗом» в дождливую погоду и не смог пройти мимо, к тому же Ева уже на тот момент пропала. Молли тоже стала полноправным членом нашей дружной семьи.

Наши подопечные очень воспитанные, мы все время с ними разговариваем, как с детьми, объясняем, что можно, а чего нельзя. Они более послушные, когда дома супруг. Спокойно можем оставить на столе еду - никто из них не притронется к ней.

Выбрали своим котам сбалансированный смешанный рацион, даем им сухой корм и натуральную пищу. Разнообразим питание, чтобы они получали свежие продукты, повысили объем потребляемой жидкости. Если кормить только сухим кормом, может развиться болезнь почек. Наши питомцы любят курицу и говядину, иногда балуем их любимым лакомством - колбасой. У них разные вкусы, как и характеры.

Купаем два раза в год, в основном в теплое время года, этого достаточно, так как на улице не выпускаем. Они сами по себе чистошлые, часами вылизывают шерсть, которая потом выглядит гладко, ровно и шелковисто. С появлением питомцев жизнь в нашей семье изменилась в лучшую сторону.

Ангела ГУМОВА.
Фото Тамары Ардавой

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

Телефоны
42-26-75 - отв. секр.;
42-26-75 - факс;
42-69-96 - реклама

Газета отпечатана
в ООО «Издательство
«Южный регион»,
357600,
Ставропольский край,
г. Ессентуки,
ул. Николаевская, 5-а

Выходит по средам.
Тираж **1392**. Заказ **387**.
Время подписания в печать
по графику - **18.00**
Фактически **27 февраля в 17.00**
Индекс - **31222**

Газета «Горянка»
зарегистрирована
Региональным управлением
Роскомпечати
в Кабардино-Балкарской
Республике
23.07.1998 г.
Регистрационный
номер - Н-01143

АДРЕС РЕДАКЦИИ
И ИЗДАТЕЛЯ:
360000,
г. Нальчик, пр. Ленина, 5
E-mail: gazeta.goryanka@list.ru