

№ 46 (1107)

18 ноября 2020 г.

Издается с 1993 г.



# Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Интернет-  
версия:  
[www.goryankakbr.ru](http://www.goryankakbr.ru)

Фото Астемира Шебухова



**Инна  
БАГОВА,**

актриса Кабардинского  
государственного  
драматического театра  
им. А. Шогенцукова

с. 5

## В КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ ЗАРАБОТАЛ ЦЕНТР УПРАВЛЕНИЯ РЕГИОНОМ

В Нальчике начал работу Центр управления регионом Кабардино-Балкарской Республики. Это единый координационный центр по сбору, обработке, анализу и реагированию на обращения жителей КБР, поступающие в различные ведомства и госучреждения через официальные порталы, социальные сети и сайты. Основной задачей ведомства является построение системной работы с сообщениями населения. Прежде всего работа нацелена на выявление проблем, мониторинг, аналитику, оперативное и качественное решение и предотвращение появления подобных проблем в будущем.



Поступающие сообщения направляются исполнителям. Параллельно ведутся анализ запросов населения и выявление точек напряженности. На основе собранной информации формируется «тепловая карта» региона с целью повышения эффективности работы органов власти республики в решении ведомственных задач. Нарботанные данные станут основанием для планирования социально-экономической деятельности в регионе. Центры управления регионом создаются в настоящее время по всей стране по поручению Президента РФ Владимира ПУТИНА, сообщает РИА «Кабардино-Балкария».

## «Экологистика»: успехи и проблемы



Президиум Парламента КБР в формате видеоконференцсвязи обсудил одну из острых для республики проблем – вывоз мусора и его утилизацию. С докладом выступил Заурбек ГЕДГАГОВ, директор компании «Экологистика», являющейся региональным оператором по обращению с твердыми коммунальными отходами с января 2019 года.

З. Гедгагов сообщил, что «Экологистика» твердые коммунальные отходы транспортирует исключительно на два лицензированных полигона - в Урванском районе и городе Прохладном. На полигоне «Урвань» функционируют две линии сортировки мусора общей мощностью 150 тыс. тонн в год. Планируется установка еще двух мусоросортировочных линий. Приобретено в лизинг 24 мусоровоза. Установленная же в Баксане мусоросортировочная линия мощностью до 50 тыс. тонн в год не введена в эксплуатацию, несмотря на полную готовность.

В республике определены три зоны обслуживания, для которых установлены разные тарифы, что обусловлено удаленностью транспортировки и необходимостью справедливого ценообразования. Докладчик подчеркнул, что тарифы в КБР - одни из самых низких в стране, тем не менее собираемость платежей составляет лишь 55,2 процента от общей суммы оказанных услуг.

В числе других острых проблем он назвал недостаточное количество мусорных контейнеров в населенных пунктах – их не хватает жителям как многоквартирных домов, так и индивидуальной жилой застройки, – несанкционированные свалки, ликвидация отходов с территорий, к которым затруднен проезд. Нет мусоросборников для крупногабаритных отходов. Это зачастую приводит к тому, что на территории многоквартирных жилых домов образуются свалки, отходы выбрасываются прямо на землю. По словам докладчика, несмотря на то, что оборудование мест сбора отходов контейнерами не входит в обязанности регионального оператора, «Экологистика» за свой счет закупила и установила 450 контейнеров по всей республике и 250 контейнеров для раздельного сбора отходов. Региональный оператор производит также вывоз стихийно

образовавшихся свалок из отходов растительного происхождения.

По итогам мониторинга несанкционированных свалок с апреля 2018 года на территориях муниципальных образований их выявлено 114. Докладчик отметил, что отсутствие у индивидуальных предпринимателей и юридических лиц договоров на оказание услуг по обращению с твердыми бытовыми отходами приводит к возникновению незаконных правоотношений между этими лицами и нелицензированными операторами, которые за низкую плату вывозят отходы в произвольные места: поймы рек, проселочные дороги и пустыри. Это приводит к возникновению новых несанкционированных свалок. Прилагаемые в настоящее время усилия по выявлению и пресечению возникновения новых несанкционированных мест захоронения мусора он назвал недостаточными.

Отмечено такое важное направление деятельности, как разъяснительная работа среди населения. На сегодня это встречи с представителями муниципалитетов, управляющих компаний и ТСЖ многоквартирных домов в Прохладненском, Терском и Майском районах. Разработано приложение для телефонов «Экологистика», в котором пользователь может получать сведения о сумме задолженности и оплачивать услуги. Кроме того, во всех районах республики работают офисы регионального оператора, где абоненты могут решить возникающие вопросы, представить документы на перерасчет и т.д.

Подводя итоги, спикер Парламента КБР Татьяна ЕГОРОВА подчеркнула актуальность рассматриваемой темы и напомнила о большом количестве поступающих в законодательный орган от граждан республики жалоб и обращений, связанных с проблемами своевременного

### • В ПАРЛАМЕНТЕ КБР

вывоза мусора и содержания контейнерных площадок. Она обратила внимание на необходимость тщательной проработки таких вопросов, как состояние полигона «Урвань», мусоросортировка, глубокая переработка мусора, уровень тарифов, а также рекомендовала региональному оператору обратить внимание на опыт коллег из других регионов. Татьяна Егорова подчеркнула необходимость проработки вопроса о вывозе строительного мусора, чтобы этот процесс был упорядоченным. Спросила, может ли сегодня «Экологистика» подключиться к решению организации работы по вывозу строительного мусора хотя бы за дополнительную плату, пока же люди нанимают частников, а куда потом увозят мусор, непонятно.

Отвечая на вопрос депутатов о расширении полигона «Урвань», З. Гедгагов рассказал, что к середине декабря будет готова проектно-сметная документация с санитарно-экологической экспертизой, затем будет выработан дальнейший план действий.

Затронув тему раздельного сбора мусора, З. Гедгагов отметил несколько проблем, в числе которых необходимость приобретения более семи тысяч контейнеров с расчетом по три контейнера на одну мусорную площадку.

По итогам заседания выработаны рекомендации в адрес заинтересованных структур. В частности, они направлены на рассмотрение возможности финансирования мероприятий по закупке контейнеров и оборудования мест сбора мусора в муниципальных образованиях, производство расчетов нормативов накопления ТКО для населения и юридических лиц, активизирование комиссионной работы по выявлению и пресечению возникновения новых несанкционированных мест захоронения мусора, обеспечение создания и содержания площадок накопления ТКО, соответствующих нормам действующих СанПиН, в том числе мест для сбора крупногабаритного мусора и т.д.

Профильным комитетом Парламента КБР поручено проработать целесообразность внесения изменений в действующее законодательство, предложенных компанией «Экологистика», связанных с вывозом ТКО в ночное время.

Компании «Экологистика» рекомендовано актуализировать абонентскую базу, чтобы привести ее в соответствие с реальным количеством и составом домохозяйств.

Ольга КАЛАШНИКОВА

## Дорожники заканчивают ремонтировать дополнительные объекты по нацпроекту

В рамках национального проекта «Безопасные и качественные автомобильные дороги» в Кабардино-Балкарии за счет экономии средств дорожного фонда регионального бюджета Министерство транспорта и дорожного хозяйства включило в план дорожных работ еще три объекта.

Ремонт и восстановление изношенных верхних слоев асфальтобетонного покрытия идут на автомобильных дорогах Шалушка – Каменка, Нальчик – Нарткала и Кенже – Каменка общей протяженностью 8,5 км.

На данный момент на участке дороги Нарткала – Нальчик завершены работы по устройству верхнего слоя дорожной одежды из щебеночно-мастичного асфальтобетона, здесь обустроят съезды и остановочные площадки. На дороге Кенже – Каменка уже нанесена дорожная разметка, осталось доустановить необходимые знаки.

На автодороге Шалушка – Каменка, где уже отремонтировано более 6 км по центральной улице Шалушки, дорожники сделали покрытие. Остались последние штрихи – покрасить мост и установить тротуарные плиты для пешеходов.

Все работы ведутся в строгом соответствии с проектной документацией и при постоянном контроле качества используемых материалов и технологии производства работ со стороны представителей Минтранса КБР.

В ближайшее время все работы будут завершены.

Зульфия КУМЫКОВА

## УВАЖАЕМЫЕ ПОДПИСЧИКИ!

Продолжается подписка на периодические печатные издания на первое полугодие 2021 года.

Вы можете оформить подписку на свои любимые издания в отделениях почтовой связи, на почтамтах и сайте [podpiska.pochta.ru](http://podpiska.pochta.ru). Гарантируем своевременную доставку выписанных изданий на дом или их получение в отделениях почтовой связи (до востребования).

Всю дополнительную информацию о подписке вы можете узнать у оператора отделения почтовой связи.

Не откладывайте оформление подписки на последние дни.

Подписной индекс «Горянки» - П5409. Стоимость подписки на 6 месяцев – 461,88 руб.



## ● СЕМЕЙНЫЙ ПОРТРЕТ

# УМЕЮТ РАБОТАТЬ И РАДОВАТЬСЯ ЖИЗНИ

В семье Хапаевых есть моменты, которые не обсуждаются, например, Эльдар лечился в травматологии с переломом ноги, но, понимая нагрузку коллег во время пандемии, досрочно снял гипс и вышел на работу хромая. Понимал: надо быть рядом с коллегами в родной больнице, переоборудованной под госпиталь. Лилия столь же неравнодушна к своей работе и близким. После уроков в школе начинается другая жизнь: дополнительные занятия с детьми (к слову, четырнадцатая гимназия из года в год выигрывает на самых разных конкурсах по английскому языку), общение с ними дома. «Я никогда не позволяю себе растрчивать все свое время по собственному усмотрению, есть не только трудовые, но и семейные обязательства. Прежде всего уделяю время детям, с ними надо беседовать. Детство – сложное время, кто как не мама будет вникать в проблемы детей?» – говорит Лилия. Она учитель не только в школе, но и дома. Категорически не соглашалась говорить об успехах детей, но мы узнали, что Ясмину в прошлом году заняла на конкурсе по СКФО среди учащихся седьмых – одиннадцатых классов первое место. В Пятигорск ее возил папа и был горд победой дочери.

Отец Лилии – Владимир ГАБОЕВ был учителем физики, а затем директором школы в Нижнем Чегеме, мать – Фатима преподавала математику. Старшая дочь Хапаевых – Айна увлекается информатикой и физикой, как бабушка с бабушкой, Ясмину делает акцент на иностранных языках, Давид – третьеклассник, занимается спортом – гимнастика и бассейн в приоритете.

Влияние отца на детей огромно. Порой мы переоцениваем роль матери, нам кажется, что ответственная мама может заменить собой и папу. Это абсолютно неправильно. Именно отец дает ребенку уверенность в себе, защищенность и желание творить. Мать играет большую роль в развитии эмоциональной сферы,



Эльдар и Лилия ХАПАЕВЫ воспитывают троих детей – Айну, Ясмину и Давида. Не на словах, а поступками, своим образом жизни. Оптимистичные, деятельные, доброжелательные, они очень много работают: Эльдар – известный хирург-онколог второй городской больницы в Хасанье, а Лилия преподает английский язык в четырнадцатой гимназии г.о. Нальчик.

благодаря ее нежности открывается мир чувств. Наверное, можно сказать, что земля под ногами – это мир отца, а небо – матери. Отец Эльдара – Идрис работал водителем на скорой помощи, и у них дома часто бывали врачи. «Меня поражало их отношение к людям, их разговоры, впечатляло, что речь все время шла о помощи людям: человек в критической ситуации, страдает, врачи его спасают. Это предопределило мой выбор. Три сестры тоже получили высшее образование, две из них – учителя, одна – экономист. Моя мама всегда повторяла: «учитесь», они с отцом немало потрудились, чтобы нас выучить».

Эльдар может проводить шести- или восьмичасовую операцию, а потом оставаться в больнице несколько дней, пока пациент в опасности. Дети общаются в такое время с папой по телефону. У Хапаевых

дома знают истории многих больных, школьные проблемы и радости тоже проходят фоном будней. Айна, Ясмину и Давид наглядно видят на примере родителей, какой захватывающей и интересной может быть профессиональная жизнь. На свадьбах родственников одни благодарят Эльдара за лечение, другие консультируются по вопросам здоровья. «Он часто выступает на различных медицинских конференциях, сейчас есть возможность проводить международные форумы онлайн, для этих случаев я перевожу его доклады на английский язык. Также перевожу на русский с английского статьи в медицинских изданиях», – говорит Лилия. Эльдар живо интересуется школьными проблемами, потому что там учатся его дети. К сожалению, пандемия разлучила учителей и учеников, дистанционное обучение, где отсутствует человеческое общение лицом к лицу, уступает привычному. Но родители пытаются скрасить и это время. Погружение в мир художественной литературы и кино помогает пережить ковид-ситуацию, снимать напряжение, потому что сейчас Лилия Владимировна и дети очень переживают за папу в красной зоне. Он долго шел к тому, чтобы заступить в столь сложное время на самый ответственный участок: окончили в Хасанье школу, потом поступил на медицинский факультет, с четвертого курса работал медбратом в больнице и на скорой, в хасаньинскую больницу пришел по личному приглашению Хадиса Батталовича БОТТАЕВА. Окончил ординатуру в научно-исследовательском институте в Ростове-на-Дону, стал хирургом-онкологом. Эльдар как никто знает цену жизни, потому что борется вместе с онкобольными за каждый день. Сейчас зараженные ковидом смотрят на врачей с надеждой и верой, а они, забыв все домашние дела, идут в бой за нас. Дома все поймут, ждут и верят: папа всех спасет.

Елена АППАЕВА.

Фото из семейного архива Хапаевых

## ПОЗВОНИТЬ В ЕДИНЬИ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ CALL-ЦЕНТР ПФР

Чтобы из любой точки России в любое время суток получить консультацию по актуальным вопросам пенсионного обеспечения, нужно позвонить по телефону 8-800-250-8-800.

Работает call-центр круглосуточно, звонок для жителей Российской Федерации бесплатный. Call-центр ПФР запущен в 2010 году. Сейчас граждане могут получить здесь бесплатную консультацию по основным вопросам пенсионного

обеспечения, получению услуг ПФР в электронном виде и т.д.

По телефону 8-800-250-8-800 можно задать вопросы по темам пенсионного обеспечения, получения выписки из индивидуального лицевого

счета, распоряжения средствами материнского капитала, об услугах ПФР в электронном виде, в том числе о сервисе «Личный кабинет гражданина». В соответствии с федеральным законодательством операторы не имеют права отвечать на во-

просы, содержащие персональные данные.

Для получения персональной консультации можно воспользоваться также онлайн-приемной ПФР. Для этого необходимо зайти в раздел «Центр консультирования»



на сайте Пенсионного фонда России и перейти в раздел «Онлайн-приемная ПФР».

## ДОБРОВОЛЬНЫЕ ВЗНОСЫ НА ПЕНСИЮ

В России пенсионное страхование носит обязательный характер и распространяется на всех работающих граждан. Взносы на пенсию согласно правилам формируют и уплачивают работодатели. Существует ряд случаев, когда человек сам может делать взносы на пенсию.

К примеру, когда гражданин работает за границей, но хочет, чтобы пенсия в России продолжала формироваться, или чтобы формировать пенсию близкого человека, который нигде не работает.

Взносы могут также делать те, кто работает на себя, чтобы увеличить уже имеющиеся пенсионные права либо полностью формировать их с нуля. Последнее, в частности, относится к самозанятым, применяющим налог на профессиональный доход. По закону они не обязаны делать отчисления на пенсионное страхование, как, например, индивидуальные предприниматели или нотариусы, и формируют свою пенсию самостоятельно. В том числе за счет добровольных взносов.

Чтобы уплачивать их, необходимо подать заявление в Пенсионный фонд

России, зарегистрировавшись таким образом в качестве плательщика. Сделать это можно только в клиентской службе ПФР или отправив заявление по почте. В отличие от добровольных взносов на формирование накопительной пенсии, которые за работника может перечислять его работодатель, добровольные взносы на страховую пенсию делает только сам человек.

Соответствующие платежи перечисляются через банк по реквизитам, сформированным с помощью электронного сервиса ПФР. Он доступен в открытой части сайта Пенсионного фонда и не требует входа в личный кабинет. Квитанция с необходимыми реквизитами также предоставляется в клиентских службах ПФР.

Самостоятельно гражданин определяет периодичность взносов: можно перечислить сразу всю желаемую сумму либо делать небольшие платежи в течение определенного времени. Календарный год является расчетным периодом по уплате добровольных взносов. Минимальный и максимальный платежи при этом имеют ограничения и в том числе зависят от того, сколько времени в течение года человек был плательщиком взносов. Чем дольше этот период, тем больше пенсионных прав он позволяет сформировать.

Приобретенные в результате уплаты добровольных взносов пенсионные коэффициенты и стаж учитываются 31 декабря и отражаются на личном счете до 1 марта года, следующего за

годом уплаты. Учет взносов происходит автоматически, поэтому представлять в Пенсионный фонд документы, подтверждающие совершенные платежи, не требуется.

Граждане, которым не хватило страхового стажа или пенсионных коэффициентов для получения права на пенсию, также могут воспользоваться уплатой добровольных взносов, чтобы восполнить недостающие пенсионные права. При этом, что самой распространенной причиной нехватки коэффициентов или стажа является неофициальное трудоустройство, отказы в назначении пенсии из-за этого происходят нечасто и составляют примерно три процента от всех решений, выносимых по заявлениям граждан.





## ОБЪЕДИНЕНИЕ ТАЛАНТЛИВЫХ И ЭНЕРГИЧНЫХ ЖЕНЩИН С БОЛЬШИМ ТВОРЧЕСКИМ ПОТЕНЦИАЛОМ

• ЮБИЛЕЙ

Союз женщин России отметил свое 30-летие. Но история этого женского движения началась гораздо раньше. Осенью 1941 года на первом всесоюзном антифашистском митинге советских женщин, проходившем в Москве, Герой Советского Союза Валентина ГРИЗДУБОВА с кремлевской трибуны призвала женщин всего мира объединиться и дать достойный отпор немецко-фашистским интервентам. Так был создан антифашистский комитет советских женщин. На протяжении 80 лет организацию возглавляли сильнейшие женщины страны: депутат Верховного Совета СССР Нина ПОПОВА, первая в мире женщина-космонавт Валентина ТЕРЕШКОВА, партийный и общественный деятель Зоя ПУХОВА, заместитель председателя Государственной Думы Алевтина ФЕДУЛОВА, депутат Государственной Думы Екатерина ЛАХОВА. Именно они формировали в глазах мирового сообщества образ современной советской женщины, способной решать социальные и политические вопросы.

Когда Советский Союз перестал существовать, необходимо было во что бы то ни стало сохранить организацию, которая отстаивала бы права и разрабатывала государственные механизмы по защите женщин, семьи и детей. Общественные и политические деятели, активистки из регионов понимали, что для защиты интересов женщин необходимо объединиться и решать эти вопросы централизованно и системно. Именно они учредили первый устав организации. Благодаря профессионализму и опыту этих женщин удалось сохранить структуру женсоветов и продолжить востребованную социально значимую деятельность. Так Союз женщин России стал правопреемником Комитета советских женщин.

В первое постперестроечное десятилетие активистки союза поставили перед собой задачу по выявлению наиболее острых социальных проблем, накопившихся в стране, с целью донести их до органов власти и помочь найти решение. Политический и экономический кризис, достигший своего пика в 1993 году, послужил сигналом к объединению трех женских организаций, создавших политическое движение «Женщины России». Впервые в истории мирового парламентаризма женщины создали свою

политическую фракцию в Государственной Думе.

Фракцией было реализовано более 300 законодательных инициатив, в том числе в сфере защиты семьи, материнства и детства, создан новый Семейный кодекс. Женщины участвовали в Конституционном собрании, что позволило отстаивать не только равные права мужчин и женщин, но и возможность их реализации. В это же время организация вела свою деятельность и за пределами России. Союз женщин принимал активное участие в заседаниях комиссии ООН, выступал с предложениями по усилению социального статуса женщин в рамках Пекинской платформы действий. А в 1995 году Союз женщин России получает консультативный статус при экономическом и социальном совете ООН (ЭКОСОС) и затем становится обладателем почетного диплома ООН «Посланец мира». Союз активно участвует в работе международных женских организаций, закрепляя позиции российских женщин на международном уровне. Для организации начало 2000-х годов стало периодом значимых событий в сфере политики и общественной деятельности. Подписано соглашение о сотрудничестве с женскими организациями Белоруссии, Казахстана, Армении, Киргизии и Украины. Обнародована нота Союза женщин «О бедности и нищете граждан России», собравшая в поддержку 500 тысяч подписей, а также заявление Союза женщин правительству «О недопустимости развала национального механизма по улучшению положения женщин». С целью наиболее эффективного отстаивания интересов женщин в 2000-х годах союзом было инициировано обращение к лидерам политических партий по выведению женщин в исполнительную и законодательную власть. Эта работа дала результаты. Сегодня число женщин-руководителей увеличилось в десятки раз. По данным Росстата, на руководящих должностях сейчас находятся свыше 42 процентов женщин. Доля женщин в Государственной Думе возросла до 15 процентов.

Толчком в развитии деятельности организации в области семейной политики и охраны материнства и детства стало Послание Президента РФ Федеральному Собранию в 2006 году. Особое внимание жен-

щины уделяли неблагополучным семьям. По инициативе Союза женщин в регионах были созданы Советы отцов.

На протяжении 30 лет Союз придерживался единой стратегии развития. Время вносило свои коррективы, но неизменными оставались приоритеты, которые отражены и в ныне действующей долгосрочной программе «Равенство. Развитие. Мир в XXI веке», в рамках которой реализованы десятки социально значимых проектов и акций, в том числе долгосрочные программы. «Крепкая семья – стабильное государство». Здоровая, крепкая, дружная, материально и нравственно благополучная семья – высшая ценность и прочная основа здорового общества и безопасности государства. «За гарантированное равенство прав и возможностей мужчин и женщин». Все права человека – гражданские, культурные, экономические, политические и социальные, включая право на развитие, являются всеобъемлющими, неделимыми, взаимосвязанными и имеют насущное значение для равенства полов, развития и мира в XXI веке. «За обеспечение устойчивого развития и социальной безопасности». Устойчивое развитие предполагает улучшение жизни человека и объединяет в одно целое экономическую эффективность, социальную справедливость, экологическую безопасность – сохранение окружающей природы, культурной и нравственной среды. «Духовность. Культура. Здоровый образ жизни». Нравственная культура – основа здорового образа жизни общества в настоящем и будущем. «За мир, международное сотрудничество и дружбу». Женский вопрос отнесен мировым сообществом к числу глобальных общечеловеческих проблем, решение которых предполагает объединение усилий, обмен идеями, опытом и информацией. «Передавая практику. Новые идеи. Позитивные действия». В рамках программы следует работать в направлении организационного укрепления Союза женщин России, создания женских советов по месту работы и жительства, организации межрегиональных конференций, семинаров для обмена позитивным опытом.

Государство поддерживает эффективные проекты президентскими грантами и региональными субсидиями. Но основная работа женских советов проходит на энтузиазме и

искреннем желании повлиять благополучие людей в каждом конкретном регионе. В партнерстве с государством женщины включились в работу над национальными проектами по пяти направлениям: демография, здравоохранение, образование, культура и экология.

Сегодня Союз женщин России активно вовлекает новых единомышленников через интернет, организует работу собственного новостного ресурса, имеющего статус СМИ.

С первого дня основания организации движущей силой, стержнем и основой союза остаются женсоветы, ежедневно и бескорыстно выполняющие свою работу, направленную на укрепление института семьи, охрану материнства, отцовства и детства, демографическое развитие регионов. В ряды активистов вливается и молодежь.

С 30-летием организации Союз женщин России поздравил Президент Российской Федерации Владимир ПУТИН, отметивший что союз объединяет талантливых и энергичных россиянок. «Объединяя в своих рядах талантливых, энергичных, обладающих глубокими профессиональными знаниями и большим творческим потенциалом женщин, ваша организация выполняет важную миссию», - говорится в поздравлении.

«За многолетнюю историю Союза женщин России выросло не одно поколение деятельных, целеустремленных активистов этой организации, заслуживших широкое общественное и государственное признание. Многие наши прекрасные женщины внесли весомый вклад в становление и развитие Кабардино-Балкарии на всех этапах. С развитием общества роль женщины становится значительнее и многограннее, - отметила председатель регионального отделения Союза женщин России Аюлия КАСКУЛОВА. - Сегодня женщина не только мать и хранительница очага. Женщины достигли высот во многих сферах деятельности. Они представлены во всех органах законодательной и исполнительной власти, являются руководителями организаций здравоохранения и образования, социальной сферы, культуры, бизнеса и предпринимательства. Их вклад в развитие республики высоко оценен государством, они награждены высокими государственными и ведомственными наградами РФ и КБР».

## Проект «АРТландия» из Котляревки получил новый грант

• КОНКУРС

- Проектная команда «АРТландии» из ст. Котляревской решила не останавливаться на достигнутых в прошлом году результатах, подала заявку на участие во втором туре и вновь стала победителем всероссийского конкурса «Партнерская сеть», получив грант в 700 тысяч рублей, - сообщила газете «Горянка» руководитель проекта, директор ДК ст. Котляревской Татьяна ТАРАСОВА. - Новый проект, который мы назвали «АРТландия-плюс», учитывая инициативы местных жителей, продолжит работу всех ранее открытых кружков: «Шерстиваль», «Акварель», «Авиамоделирование» и «Калейдоскоп кукол», а также предусматривает открытие новых творческих объединений: клуба английского языка для детей «Веселый английский», блоггерского клуба «В кадре», который станет платформой для творческой самореализации молодежи,

**Конкурс «Культурная мозаика: партнерская сеть», который проводился среди команд, успешно реализовавших свои проекты в рамках конкурса «Культурная мозаика малых городов и сел в 2019 году», стартовал 23 сентября. Конкурс проводился при поддержке благотворительного фонда Елены и Геннадия ТИМЧЕНКО. Цель конкурса - содействовать становлению и развитию центров социокультурного развития в малых городах и селах для долгосрочного развития своей территории на базе проектов, реализованных в 2019-2020 гг.**

дающей возможность получить знания, навыки, знакомства с таким актуальным интернет-направлением, как блоггерство, кружка декоративной обработки древесины «Живое дерево» для мужского населения, клуба «Серебряный возраст» (предложение поступило от мастерицы нашей станицы, которая согласилась быть его добровольным руководителем).

Кроме того, мы планируем расширить географию проекта, транслируя полученный опыт на соседние территории, - город Майский и станицу Александровскую. Намереемся также проводить работу по благоустройству

и созданию сферы услуг в нашей станице, в том числе открыть «АРТлавку», в которой будут отдел проката декоративно-форменного материала для праздников, цветочный и сувенирный отделы. Хочу назвать замечательных энтузиастов, талантливых и творческих людей, входящих в команду проекта. Это Валентина КРОТОВА - дизайнер предметов народного творчества, руководитель детской творческой группы «Калейдоскоп кукол», Лариса СОБИЕВА - художник-дизайнер, руководитель групп «Акварель» и «Шерстиваль», Николай ТАРАСОВ - администратор хозяйственной части, руководитель кружка

«Живое дерево», Сергей ЧУМАК - руководитель клуба «Твой выбор», в проекте проводит занятия клуба «Авиамоделирование» и кружка «Живое дерево», Тамара ЕЛШИНА - менеджер проката, успешно справилась с поставленными задачами в первом конкурсе и уже активно включилась в работу на новом этапе. Наша команда расширится, и мы надеемся, что в нее войдут такие же активные и неравнодушные станичники, которые хотят улучшить условия проживания в Котляревке.

На сегодняшний день все секции работают. Только в кружке по художественной обработке древесины «Живое дерево» идут

закупка оборудования и его установка. Приятно отметить, что мы уже получили поддержку для этого кружка от генерального директора завода «Севкавренген-Д» Бетала ХУШТОВА и председателя СХПК «Красная Нива» Виталия ТОКАРЯ. Хотим выразить им благодарность за помощь и доброе сердце. В тесном контакте вместе с нами работают женсовет ст. Котляревской под председательством Таисии СУХИНИНОЙ и наш музей во главе с заведующей Татьяной ХРЯКОВОЙ.

Впереди у нас много работы, мы должны подтвердить делом, что эксперты, оценивающие нашу работу, не ошиблись, выделив средства на осуществление наших идей. Ну а всех желающих пригласяем в кружки, где вы можете приятно и с пользой проводить длинные вечера в нашей «АРТландии-плюс», - заметила Т. Тарасова.

• Материалы Ольги КАЛАШНИКОВОЙ



## ВЫБРАТЬ БИЛЕТ В БУДУЩЕЕ

Проект ранней профессиональной ориентации школьников 6-11-х классов «Билет в будущее» в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в регионах России стартовал в 2018 году. В этом году к нему присоединилась и Кабардино-Балкария. Он реализуется союзом «Молодые профессионалы (Ворлдскиллс Россия)», Министерством просвещения РФ при поддержке агентства Стратегических инициатив и лично В. В. ПУТИНА.

Реальность такова, что совсем небольшой процент выпускников осознанно подходят к выбору будущей профессии. Большинство из них «ведомы», и решение за них принимают родители, которые зачастую пытаются через детей реализовать свои профессиональные мечты, не понимая, что ребенок сам должен пройти свой путь. Только тогда он станет успешным и счастливым. Проект «Билет в будущее» разработан, чтобы помочь будущим выпускникам определиться с выбором профессии. Об этом наш разговор с заведующей лабораторией развития среднего профессионального образования «Центра непрерывного повышения профессионального мастерства педагогических работников» Оксаны БЕЛОУСОВОЙ.

— Чтобы стать региональным оператором проекта, наш Центр прошел серьезный конкурс и выиграл грант, — говорит она. — Наша роль в его реализации заключается в организации работы площадок на базе семи профессиональных образовательных организаций, подведомственных Минпросвещения КБР. Также приняли участие в проекте детская академия творчества «Солнечный город», педагогический колледж КБГУ и медицинский колледж «Призвание». Все площадки оснащены современным оборудованием и техникой, отвечающими требованиям союза «Ворлдскиллс Россия». Всего десять площадок, на которых реализуется 26 компетенций. Сложность в том, что большинство площадок расположены в Нальчике. И лишь две в районах — Прохладненском многопрофильном колледже по компетенции «Дошкольное воспитание» и Кабардино-Балкарском агропромышленном колледже в Старом Черкезе — «Сельскохозяйственная техника». Мы надеемся, что в ближайшем будущем круг

площадок расширится. Потому что в этом году открыты новые мастерские по современным требованиям в разных колледжах республики.

### — В чем суть проекта?

— Он дает возможность школьникам получить максимум информации об огромном мире профессий, «попробовать» любую из них своими руками, увидеть ее изнутри, побыть профессионалом на какое-то время и понять, к чему есть интерес и предрасположенность, чтобы в дальнейшем сделать выбор осознанно. Сейчас мы говорим о востребованных на рынке труда профессиях и специальностях среднего профессионального образования. Проект состоит из трех этапов: профориентационной диагностики на цифровой платформе, организации практических мероприятий в очной и онлайн-формах и выдачи индивидуальных рекомендаций по построению образовательной траектории — своеобразного маршрута будущей карьеры.

### — Как это происходит?

— Присоединиться к проекту



«Билет в будущее» может любой учащийся 6-11-х классов. Для этого вместе с одним из родителей нужно зарегистрироваться на платформе [bilet.worldskills.ru](http://bilet.worldskills.ru). Как я уже говорила, дальнейшая траектория участия состоит из трех этапов. Все мероприятия проводятся бесплатно. Онлайн-диагностика помогает определить склонности к конкретным профессиям и оценить уровень первичных навыков. На платформе проекта для прохождения доступно более 50 тестов, адаптированных в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья. Чем больше пройдет ребенок, тем точнее система определит сферу его интересов и подберет подходящие мероприятия.

На втором этапе подростки под руководством наставников участвуют в практических мероприятиях на имеющихся в республике площадках. Направление школьники выбирает сам, причем результаты тестирования его никак не ограничивают. Пока эпидемиологическая обстановка в республике позволяет, профессиональные пробы проводятся в очном формате с наблюдением всех предписанных правил. Рассчитаны они на полтора часа. Отмечу, что существует осо-

бый алгоритм записи на эти пробы, которую нельзя сделать без разрешения родителей. Участие ребенка в этих мероприятиях должен подтвердить один из родителей через свою электронную почту. На третьем этапе все, кто прошел профпробы, получают рекомендации по построению индивидуального учебного плана, то есть ответы на актуальные вопросы для учащихся средней и старшей школы: куда пойти учиться и где потом работать.

### — На какой период рассчитан проект?

— В нашей республике он делает только первые шаги. Мы стараемся перенять положительный опыт других регионов, узнаем новое, извлекаем от успехов. Проект интересный, полезный, поэтому надеемся, что Кабардино-Балкария и в дальнейшем будет принимать в нем участие и охватит большее количество детей. А пока участников было не так много, как хотелось бы. В этом году сроки регистрации в проекте заканчиваются 30 ноября. Призываем родителей быть активнее и узнать, к какой профессии склонен их ребенок. Для успеха этого мероприятия должно быть тесное взаимодействие регионального

## • ПРОЕКТ

оператора, площадки проведения профпроб, школы, родителя и ребенка.

— Давно стало понятно, что наличие диплома о высшем образовании не гарантирует востребованности на рынке труда и профессиональную реализованность.

— К сожалению, в нашем обществе рабочие профессии не престижны. Хотя именно они востребованы и дают возможность стать специалистом высокого класса, добиться успеха, зарабатывать свое дело и неплохо зарабатывать. К тому же современные технологии шагнули далеко вперед и рабочие профессии стали высокотехнологичны. Этот проект нацелен на их популяризацию.

— В рамках проекта «Билет в будущее» проводится фестиваль профессий. Расскажите о нем.

— Фестиваль профессий в смешанном формате проводится в рамках VII национального чемпионата [WorldSkillsHi-Tech 2020](http://WorldSkillsHi-Tech2020). Он проходит в дистанционно-очном формате, благодаря этому популяризовать себя в разных профессиях смогут школьники из всех уголков России. Стать участником фестиваля можно с помощью платформы проекта <https://bilet.worldskills.ru>, где после онлайн-тестирования на определение профессиональных предпочтений нужно будет выбрать вкладку «Фестиваль». Отмечу, что ученик может посетить только одну очную профессиональную пробу и три-четыре онлайн. Есть много нюансов, которые еще предстоит проработать. Все активности для участия в фестивале профессий доступны на платформе [bilet.worldskills.ru](http://bilet.worldskills.ru) во вкладке «Фестиваль» до 23 ноября. Для участия в нем остается совсем мало времени. Предлагаю воспользоваться этим шансом.

## Хочу радовать людей

## • БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Гость нашего номера — человек с потрясающим чувством юмора и самоириии, вызывающий море позитивных эмоций, актриса Кабардинского государственного драматического театра им. Али Шогенцукова, выпускница театрального института им. Б. Шуккина Инна БАГОВА.

школы очень хотела поступить на вокальное отделение СКГИИ. Но не прошла вступительные экзамены. Мне объяснили, что для поступления нужно еще два года позаниматься вокалом и только потом приходить в институт. Мама сказала, что я не могу терять два года, и сама выбрала для меня вуз. К счастью, старшая сестра мамы сообщила о целевом наборе студентов в Шуккинский театральный институт. Хотя я и была далека от театрального искусства — актрисами считала исключительно киношных людей, согласилась попробовать свои силы в этом направлении, поскольку очень не хотелось поступить в выбранный мамой вуз. Первый вопрос, который я задала перед поступлением, был: «У вас здесь поют?» На что Руслан ФИРОВ со смехом ответил: «Подготовь необходимые задания, а с песней мы определимся». Так получилось, что я поступила, уехала в Москву и отучилась четыре года. Когда на втором курсе поняла, что не ошиблась в выборе профессии.

Уже шестой год работаю в Кабардинском театре.

— Какое сценическое амплу вам ближе и какую роль хотели бы исполнить в будущем?

— Я — актриса. И мне нравятся все роли — отрицательные, положительные, характерные. Я исполняла все, и каждая по-своему особенна. Выбрать что-то сложно. Очень люблю свою роль Александры Негинной в «Талантах и поклонниках» А. ОСТРОВСКОГО. Бывает же в жизни, что читаешь произведение и думаешь: вот же я! Мы так похожи с ней, даже судьи в чем-то перекликаются. Какие-то черты ее характера нахожу в себе. Очень люблю характерную роль свахи Кабато в комедии-водевиле «Ханума» А. ЦАГАРЕЛИ. Играю роль главной героини Аминат в спектакле «Сила любви». Есть в ней что-то такое светлое и наивное, что мне очень импонирует. Также исполняю роль главной героини Эвляты в спектакле «Как мой дедушка женился».

О роли Анны Карениной меч-

таю со студенческих лет. Я уже играла в отрывке, но хотелось бы в полноценном спектакле. Когда-нибудь, может, и повезет.

— А в жизни вы какая? Приходится использовать свое актерское мастерство?

— В жизни стараюсь быть позитивной и радовать людей. Конечно, и как и всех, меня тоже что-то огорчает и разочаровывает. Но при этом практически никто не видел меня в плохом настроении. Пытаюсь нести людям позитив, любовь, радость. В нашей действительности и так хватает серости, люди все время чем-то загружены. Отчасти я играю, потому что хочу привнести в будни яркие краски. В результате люди рядом со мной улыбаются. Улыбка вызывает ответную реакцию.

— Что для вас страница в Instagram — еще одна сцена, дающая возможность вынести в массы свое творчество? Ваши миниатюры довольно жизненные и в юмористическом ключе обнимают социальные проблемы нашего общества.

— У меня была обычная страница с моими фото и тысячной подпиской. Как говорится, нет худа без добра. В ее развитии по-

могла ситуация с карантином. Во время изоляции развлекала себя тем, что снимала короткие видео на наблевшую в нашей семье тему о том, что я до сих пор не замужем. Загрузила их на страницу и даже не ожидала, что так быстро разлетятся по пабликам. За время карантина набрала огромное количество подписчиков, и с каждым новым постом их становилось все больше. Сейчас у меня около 38 тысяч подписчиков. Жизненные темы людям интересны. Мои видео — это наблюдение и отражение в шуточной форме происходящего в нашем обществе. Из них можно извлечь уроки.

— Над чем сейчас работаете? Эти дни у меня очень загружены. В театре ставятся три спектакля, в двух из которых я занята. В «А зори здесь тихие» на кабардинском языке играю главную роль Маргариты Осяниной. Параллельно ставим «Черкесскую Жигель», в которой исполняю роль певички Аманды ЛИР — музы Сальвадора ДАЛИ. «А зори здесь тихие» сдается 20-го числа. Спектакль на военную тему, поэтому неизвестно, когда именно будет премьера.

Фото Астемира Шебзухова

• Материалы Алены ТАОВОЙ



— Инна, если бы вам пришлось знакомиться с абсолютно незнакомой аудиторией, как представлялись бы?

— Была бы максимально проста. Будто это мои друзья и родственники. Мне вообще интересны новые знакомства. Они дарят новые ощущения. Каждого человека, любого зрителя можно расположить к себе простотой. Я в этом убеждена.

— Расскажите о своем пути на сцену.

— Он был трудным и в какой-то степени неожиданным для меня. Я всегда любила петь. И в садике, и в школе, везде мне предоставлялась такая возможность. А после





## НЕ ТОЛЬКО ВРАЧ, НО И АДВОКАТ

Педиатр большую часть времени общается с родителями, поэтому должен не просто любить детей, но и быть внимательным к их мамам и папам. Правильный контакт с родителями – это возможность получить полноценную информацию о пациенте, который долгое время мало что о себе может сообщить. Причем касается это не только малышей, порой и подростки плохо в себе разбираются.

У педиатров есть еще одна важная общественная миссия в рамках международной Конвенции о правах ребенка. В этой сфере педиатр выступает как адвокат детей. Ведь далеко не всегда родители и другие окружающие люди понимают, от чего нужно защищать ребенка. Порой своим поведением они ухудшают его состояние, не выполняя рекомендации специалистов. В определенных обстоятельствах требуется защита ребенка даже от его родителей.

Сейчас у нас в республике обучаются в клинической ординатуре по педиатрии 30 ординаторов, это подготовка кадров высшей квалификации, а буквально два года назад их было всего несколько человек. Причем бюджетных, т.е. бесплатных мест, для подготовки педиатров в КБГУ в достаточном

# ПЕДИАТР – ПРОФЕССИЯ ВЕЧНАЯ

Международный день педиатра отмечается во многих странах 20 ноября, он неразрывно связан с празднованием Всемирного дня ребенка, ведущего свою историю с 1954 года, когда Генеральная Ассамблея ООН дала соответствующие рекомендации государством – членам этой организации. Наш собеседник – доцент кафедры детских болезней, акушерства и гинекологии медицинского факультета КБГУ, кандидат медицинских наук, член Союза педиатров России, член Европейского респираторного общества Елена КАМЫШОВА. Область научных интересов: патология дыхательной системы у детей раннего возраста (бронхиальная астма, бронхообструктивный синдром), аллергические заболевания у детей. Имеет 82 научные работы, одну монографию, 11 методических пособий для студентов, клинических ординаторов и врачей, педагогический стаж – 26 лет, врачебный – 33 года.

количестве. И желающих тоже немало, даже есть конкурс. Очень приятно, что педиатрию выбирают не только девушки, но и юноши.

## ВСЕ У ВАС ПОЛУЧИТСЯ!

– Мама и бабушка хотели, чтобы я стала педиатром. Сама же вначале мечтала, как и многие мои однокурсники, о более героических, как нам казалось, профессиях, таких как хирургия, акушерство и гинекология. Но на шестом курсе медфака заведующий кафедрой детских болезней, акушерства и гинекологии профессор Михаил Никитович ЯКУШЕНКО тоном, не терпящим возражений, сказал: «А вы будете педиатром, никуда не денетесь, и все у вас получится!». Потом Минздрав меня послал в целевую ординатуру. Теперь могу сказать, что именно в педиатрии получаешь намного больше искренней благодарности от тех, кого лечишь. А самое приятное

– видеть своих бывших пациентов взрослыми, успешными людьми, которые могут не вспоминать о своих болезнях, порой тяжелых, пережитых в детстве.

## ЦИФРЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

– Раньше было намного сложнее работать, так как системы федеральных медицинских центров не существовало. Если сейчас эти центры просят направлять к ним детей с тяжелыми и редкими заболеваниями, то раньше просто отказывались их принимать. Помогают республиканским специалистам и телемедицина, и онлайн-консультации, во время которых все документы и самого пациента можно показать удаленно, сделать сложный, в том числе генетический анализ, по одной капле крови тоже возможно. Сейчас в Кабардино-Балкарии даже в отдаленном селе и хуторе есть возможность получить педиатрическую помощь вовремя.



Надо отметить, что показатель младенческой смертности в Кабардино-Балкарии за последние десять лет остается самым низким среди регионов Северо-Кавказского федерального округа. Республика также в числе регионов России с наименьшим показателем по заболеваемости детей.

## МОЛОДЕЖИ МАМЫ ЗА ОНЛАЙН-ОБЩЕНИЕ

– Родители тоже становятся более грамотными благодаря интернету. Некоторые специалисты утверждают, что подобная осведомленность только мешает врачам. Я же считаю это положительным явлением. Родителей нужно за это похвалить, а если они в чем-то ошибаются, врачи должны подсказать, где лучше черпать достоверную информацию. Есть пациентские организации, сотрудничающие с врачами, у них на сайтах родители делятся информацией о состоянии детей с похожими диагнозами и ходе их лечения. Там можно получить советы, на которые у врача времени часто не хватает. Такие организации не противники, а наши помощники. Мы с удовольствием эти сайты и

сообщества рекомендуем родителям.

## ЛУЧШЕ РАНЬШЕ, ЧЕМ ПОЗЖЕ

– Еще несколько советов родителям. Лучше заранее составлять список вопросов, которые хотите задать педиатру на приеме, чтобы потом не переживать, что о чем-то забыли спросить. Неплохо вести дневник наблюдений за состоянием своего ребенка, это маму дисциплинирует, она активно участвует в процессе его лечения. Если мама не станет нашим помощником, вылечить ребенка будет труднее.

Вообще если маме хоть что-то не нравится в состоянии ребенка, не надо ждать, лучше все сомнения разрешить с помощью врача. Раннее беспокойство родителей лучше, чем поздняя обращаемость. Понятно, если у ребенка лихорадка, рвота, диарея, это симптомы, требующие немедленного обращения к врачу. Но маму должно насторожить, если ребенок плохо прибавляет в весе или, наоборот, чрезмерно, если в развитии отстает от сверстников, не говорит, не улыбается, не смотрит в глаза, когда у других детей этот этап наступил вовремя. То есть все, что ей не нравится даже в нюансах поведения, она должна донести до педиатра. Иногда маленькое родимое пятнышко на коже является поводом для того, чтобы обратиться к врачу. Мамы часто интуитивно чувствуют, что с ребенком что-то не так, когда врач этого еще не замечает. Педиатр должен быть лучшим другом ребенка и его семьи, так учили меня мои педагоги, так учим и мы новых врачей-педиатров.

Ольга КАЛАШНИКОВА

# Опомнились, надели маски, но...

• АКТУАЛЬНО

– В Нальчике и в целом по республике наметились сдвиги: и маски носят многие, хотя опять же не все, и людей меньше на улицах. Но мы сейчас пожинаем плоды беспечности. Медики старались достучаться до общества, говорили о недопустимости общения в формате доковидного времени, надо было свести к минимуму все контакты. Только так было возможно избежать широкого распространения вируса. Многие болеют бессимптомно, но заражающиеся от них старшие переносят болезнь очень тяжело, а некоторые умирают. К сожалению, рекомендации врачей были проигнорированы, а когда вирус поразил знакомых, друзей, членов семьи, все вдруг спохватились, но уже поздно. Сейчас речь о том, насколько мы вообще способны нести друг за друга ответственность. И сейчас каждый день надо по возможности избегать людных мест, соблюдать социальную дистанцию, дезинфицировать руки, стараться не прикасаться руками к носу, губам, глазам. Обязательны влажная уборка каждый день и проветривание помещений, сквозняки – лучшая профилактика ковида.

– Почему во второй волне так много жертв? Мы ожидали, что она будет более спокойной, чем первая.

– Количество больных сейчас на тридцать процентов больше, чем в первой волне, и среди них много пожилых людей с сопутствующими болезнями и истощенным организмом.

– Сколько работников в вашем госпитале заразились и есть ли смертельные случаи?

– Заразились 34 и, к сожалению, один летальный исход. Конечно, и физически, и морально врачи устали. Мы пытаемся в достаточно сложной нынешней ситуации создавать условия для восстановления сил медиков. С этой целью ввели вахтовый способ работы: две недели работы – две недели отдыха. У кого в крови антитела, могут две недели побыть с семьей, а остальные – на самоизоляции. Часть врачей живут в нашем общежитии, часть – в санатории «Маяк». Питание – за счет республиканского бюджета. Надо понимать, что пандемия – огромная нагрузка и испытание для врачей.

– Врачи заражаются, а кто их заменяет? Есть ли дефицит кадров?

Каждое утро многие начинают одинаково: включают компьютер или берут телефон и смотрят цифры по ковиду. Они неутешительны. «Это не скоро закончится», – говорит начальник Госпиталя №1, главный врач ГБУЗ «Центр по профилактике и борьбе со СПИДом и инфекционными заболеваниями» Минздрава КБР, доктор медицинских наук, профессор кафедры инфекционных болезней Марина Руслановна ИВАНОВА. И сразу всплывают в памяти графики разных научных институтов, на которых кривая стремится к нулю примерно в конце следующего года. Этот вопрос, где вся наша усталость от затянувшейся пандемии, мы задали первым: «А почему нет спада? В масках подавляющее большинство и на улицах уже не так много людей, а цифры как будто застыли: каждый день выявляют более 80 человек, и, к сожалению, увеличивается число жертв».

– Дефицит есть. Пришли на помощь те, кто стоял в резервном фонде, также ординаторы, студенты старших курсов заменяют средний медицинский персонал.

– Как в госпитале обстоят дела с лекарственным обеспечением? Есть дефицит лекарств?

– Надо помнить, что мы – госпиталь особо опасных инфекций, естественно, нас обеспечивают, но все равно по тем или иным позициям наблюдается дефицит. Центр восполняет эти пробелы, сами закупаем недостающие препараты.

– Есть ли на сегодня протокол лечения? Можно ли озвучить все в одном-то едином ключе, зарекомендовавшую себя во всем мире, или до сих пор она в стадии разработки?

– С начала пандемии методические рекомендации менялись девять раз. Доказательной базы по лекарствам от ковида нет, научные исследования все еще проводятся. Хочу подчеркнуть: самолечение недопустимо. К сожалению, к нам поступает немало тяжелых больных после самолечения. Некоторые при первых признаках болезни консультируются с врачами своих знакомых, иногда они оказываются по факту давно не практиковавшими специалистами или вовсе не медиками.

– Кого к вам госпитализируют? Подведен ли кислород ко всем койкам?

– На дому врачи поликлиник лечат пациентов с легкой и средне-тяжелой формой болезни, к нам же попадают тяжелые. Из 173 коек 78 оснащены кислородом, этого достаточно. Во всех госпиталах кислород подведен к пятидесяти-восемидесяти процентам всего коечного фонда. Хочу отметить, что во время пандемии мы получили много оборудования, закупленного на федеральные средства, в том числе аппараты искусственной вентиляции легких, мониторы, аппараты для неинвазивной терапии, инфузоматы.

– Почему после выписки многие продолжают чувствовать себя плохо? Насколько можно вернуть публикацию о постковидной инвализации населения, неужели последствия этой вирусной инфекции столь тяжелы и непоправимы?

– Обработка данных по всему миру дает одинаковые результаты: ковид в тяжелой форме оставляет ощутимые последствия. Даже появился термин «постковидный синдром». Сейчас разрабатывается программа реабилитации. Каждый больной со своим участковым терапевтом должен наметить маршрут реабилитации. У нас в республике есть возможность для санаторно-курортного лечения. Полное рассасывание пневмонии невозможно за курс лечения в госпитале, иногда этот процесс занимает полгода или длится пожизненно. Надо запастись терпением и медленно начинать укреплять свое здоровье.

– В Центре в доковидное время лечились люди с разными инфекциями, в том числе с ВИЧ. Что сейчас происходит с ними?

– Во-первых, наша поликлиника продолжает функционировать, есть возможность сдавать анализы и получать амбулаторное лечение. Во-вторых, в Аллергоцентре перепрофилировано одно отделение под инфекционное, там сорок коек, работают два врача. Понятно, что нагрузка на них огромная, но сейчас действуем по обстоятельствам. А дети с инфекционными болезнями получают медицинскую помощь в детской республиканской больнице.

Мария БАЙСИЕВА



- Рецептами правильного питания увлеклась из-за набора веса после рождения детей, - говорит Инна. - Стала искать информацию в интернете, готовить по рецептам из инстаграма и благодаря составленному мной режиму питания и физическим нагрузкам за полгода похудела на 30 кг. Сейчас только поддерживаю вес.

Готовить я любила всегда - переняла опыт мамы, которой тоже очень нравилось кулинарить. Когда дочери исполнился год, выяснилось, что у нее аллергия на все виды молочной продукции, на яичный белок и глютен. Мне снова пришлось искать рецепты гипоаллергенных блюд и выпечки. Это было очень сложно. Но на сегодняшний день рацион дочки даже разнообразнее, чем у детей без пищевой

## ЧТОБЫ ВКУСНОЕ БЫЛО ПОЛЕЗНЫМ

**Инна ШЕРИЕВА (КИШЕВА) из с. Чегем-2 по профессии музыкант. В 2012 году окончила СКГИИ ККИ (колледж культуры и искусств) с красным дипломом. Училась у Ирины ДАУРОВОЙ, работала по профессии, много выступала, участвовала во многих музыкальных конкурсах, где занимала призовые места. Когда вышла замуж за военного офицера, ее жизнь кардинально поменялась. Они переехали в Нижний Новгород, где Инна устроилась на работу в школу учителем музыки и мировой художественной культуры, была классным руководителем. Затем родился сын, следом дочь, и перестроить пришлось не только жизнь и профессию, но и кулинарные предпочтения.**

аллергии. Так получилось, что постоянно готовлю что-то - мужу, сыну, дочке и себе. Хотя блюда, приготовленные по рецептам правильного питания, с удоволь-

ствием ест и мужская половина нашей семьи.

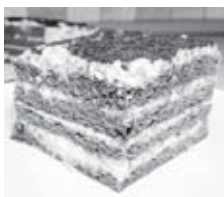
Через полгода дочке исполнится три года, и я должна была бы выйти на работу. Но из-за



особенностей ее питания в детский сад не берут. Поэтому в планах у меня - развивать свое хобби, заниматься домашней кулинарией через соцсети. Се-

мья и друзья в восторге от моих блюд. Поэтому все чаще экспериментирую и рада тому, что не копирую чьи-то рецепты, а на основе других рецептов разрабатываю свои или придумываю их сама. Особенно хорошо мне удается выпечка, в декрете это стало уже главным увлечением. В приоритете сладкая выпечка по рецепту правильного питания. На своей страничке в инстаграме показываю, что правильное питание - это не банальные куриная грудка и гречка, а обычная вкусная еда, просто не такая жирная и тяжелая. В скором времени планирую открыть Youtube-канал со своими видео-рецептами. Надеюсь, это станет важным шагом в реализации моих планов и идей в этом направлении.

## ПРАВИЛЬНАЯ ВЫПЕЧКА



### БАНАНОВЫЙ ТОРТ

**Ингредиенты для коржа:** 160 г банана (1 большой), 3 яйца, 25 г овсяной муки (1 ст. ложка с горкой), 25 г кукурузного крахмала (1 ст. ложка с горкой (заменять не советую)), 1-2 ст. ложки какао, 3 ст. ложки сахара или 3 ложки «Пребиосвита», ванилин, 1 ч. ложка разрыхлителя.

**Для крема:** 1 большой банан, банка мягкого творога (170 г), 2 ст. ложки 15-процентной сметаны, 2 ст. ложки сливочного творожного сыра, ванилин, 3 ст. ложки сахара или 3 ложки «Пребиосвита».

**Способ приготовления.** Белки отделить от желтков и взбить до крепких пиков с щепоткой соли. К желткам добавить сахар, ванилин, банан и измельчить в блендере. Затем добавить муку, крахмал, какао и разрыхлитель. Перемешать венчиком до однородности. В конце добавить взбитые белки и аккуратно перемешать ложкой или лопаткой снизу вверх, чтобы белки не осели. Вылить на силиконовый коврик или пергамент для выпечки (сначала смазать маслом, если сомневаетесь) и выпекать в духовке 20-30 минут при 180 градусах, до сухой зубочистки. Не передержите.

**Для крема:** банан размять вилкой, добавить все остальные ингредиенты и перемешать. Корж разрезать на четыре части, промазать каждый слой кремом и украсить сверху какао. Убрать в холодильник на пару часов. Крем можно сделать из того, что есть: сметаны и йогурта, мягкого творога и сметаны, творожного сливочного сыра и сметаны или просто сметаны.

**ПИРОЖНОЕ А-ЛЯ БАУНТИ**

**Ингредиенты:** 300 г творога, 3 яйца, 300 г бананов (2 средних), 30 г рисовой муки (2 ст. ложки), ванилин, 2 ч. ложки разрыхлителя. **Способ приготовления.** Все вместе взбить и в конце добавить кокосовую стружку, тщательно перемешать. Вылить в формочки и выпекать в духовке 30-40 минут при температуре 180 градусов. Готовность определять по румяности. Украсить по своему желанию (я использую 1/3 плитки горького шоколада, растопленного на водяной бане с небольшим количеством молока). Из такого количества ингредиентов получается четыре больших кекса или 6-7 маленьких.



Подготовила Алена ТАОВА

### БЫСТРЫЙ

**Ингредиенты для коржа:** 100 г фруктового пюре (у меня «ФрутоНяня» яблоко), 2 яйца, 60 г овсяной муки (можно любой), 2 ст. ложки какао, ванилин, 3 ложки сахара или 3 ложки «Пребиосвита», 1 ч. ложка разрыхлителя.

**Для крема:** 100 г сметаны, 170 г мягкого творога, ванилин, 3 ст. ложки сахара или 3 ложки «Пребиосвита», любые фрукты или ягоды (в моем рецепте вишня и банан), 1 ч. ложка кофе и 5 ст. ложек кипятка.

**Способ приготовления.** Смешать все ингредиенты венчиком до однородности. Вылить в форму (я использую 18 см) и выпекать 20-25 минут при 180 градусах. Корж получается тонким и очень нежным. После приготовления немного остудить и разрезать на небольшие кубики.

**Для крема:** все ингредиенты смешать. Начнем собирать торт. На дно формы выложить столовую ложку крема, затем слой порезанного коржа, сверху немного кофе, растертого в кипятке. Далее крем, слой вишни, снова кусочки коржа, кофе, крем и опять вишня. Украсить по желанию. Убрать в холодильник на пару часов.



## Кошка по кличке Кошечка

- Сейчас она уже вне опасности, ее жизни и здоровью ничто не угрожает, - рассказывает Дамир про котенка.

- Все началось с того, что появилась кошка, неизвестно откуда и родила у нас в хозяйстве двух котят. Первое время мать заботилась о своем потомстве и прятала от чужих глаз. Я слышал, что из-под сеновала доносились мяуканья котят, когда их мама отлучалась подкрепиться.

Младшая из детей очень любит кошек. Ей не было еще и года, когда мы были в гостях, и она все время куда-то показывала и что-то бубнила себе под нос. У них был щенок, мы подумали на него и дали ей поглядеть, а она только дотронулась и опять стала показывать в сторону забора.

Оказывается, там наверху сидел кот, очень красивый, пушистый, которого поймали и посадили ей на колени, только после этого она успокоилась. С тех пор размышлять: принести ей кошку или нет, но меня сдерживало то, что у нас две собаки, боялся, что они не примут. А пока я размышляла, судьба распорядилась так, что сама кошка пришла к нам, видимо, мои мысли трансформировались.

У наших соседей восемь кошек, и мы почти каждый день ходили к ним или когда ребенок капризничал, успокаивали ими.

И вот наша история. Через какое-то время заметил долгое отсутствие взрослой кошки и одного детеныша. Благо, было лето, и не боялся, что замерзнет, потому что остался один, но как быть с кормлением - он вообще не вылезал из-под сеновала. Обычно кошки не бросают свое потомство, наверное, что-то случилось с мамой кошкой. Может, она хотела перенести котят в другое место, но что-то пошло не так. Я как-то читал, что у некоторых кошек инстинкт настолько сильный, что они начинают заботиться о животных другого вида. Известны случаи, как кошки выкармливали ежей, бельчат,

щенков, енотов, кроликов и даже утят. Были случаи, когда и коты брали заботу о котятках на себя. Рассказывали, как домашний кот, которого самого спасли в детстве от смерти, будучи уже взрослым, привел в дом бездомных котят. Хозяйка особенно удивилась, когда случай повторился, кот помог спасти четырех малышей от несчастья удачи.

Наш котенок вышел из-под сеновала только через неделю, преодолевая страх, стал потихоньку приближаться к кормушке домашних кур. Он настолько был худым, кожа да кости, и шерсть вся тусклая, что я подумал: не выживет. Но выкарабкался, теперь ходит по двору, не позволяя до себя дотрагиваться. Еще не научился доверять людям, и когда пытаешься поймав, яростно защищается. Вдруг, если не примет нас и уйдет в свободное пространство, сможет постоять за себя.

Мы не знаем, к какому полу принадлежит, поэтому дети стали ласково называть его Кошечка. Они думают, что девочка, потому что очень красивая, вся белая с черными точками, которые образуют круг на спине, у нее большие бокового цвета глаза и такие прозрачные, кажется, что утонешь в них. А недавно видел,

## • НАШИ ПИТОМЦЫ

как она сидела рядом с собакой, и очень обрадовался, что подружилась, признали друг друга.

Как только приближается время кормления, кошка дает знать своим мяуканьем, а в остальное время нас не беспокоит.

Может громко сказано, но я рад, что мы спасли ей жизнь. Сколько радости у ребенка, когда мы идем ее кормить. Она еще маленькая, ей только приближительно четвертый месяц идет, поэтому, надеюсь, привыкнет к нам и будет даваться в руки.

Как я уже сказал, у наших соседей много кошек, когда их хозяйка выходит посидеть на скамейке, они тоже появляются на улице. Резвятся, играют, лазают по дереву на радость детворе, которая наблюдает за ними с большим интересом, но как только хозяйка уходит, коты дружно возвращаются поимой - кто через забор, кто через калитку.

Наша кошка, хоть и не позволяет брать себя на руки, тоже любит находиться рядом. Недавно делал обрезку винограду, пришла, села рядом, и пока не закончил работу, смотрела на меня внимательно, периодически мяукая, как бы подсказывая, где оставить веточку, а где обрезать. Животные чувствуют доброту и заботу.

Ангела КУДАЕВА

## Полицейские Нальчика провели игровые занятия по ПДД с дошкольниками

Сотрудники ОГИБДД и подразделения по делам несовершеннолетних отдела полиции № 2 Управления МВД России по г.о. Нальчик провели игровые занятия по ПДД с воспитанниками детских садов №46 и №56 столицы Кабардино-Балкарии.

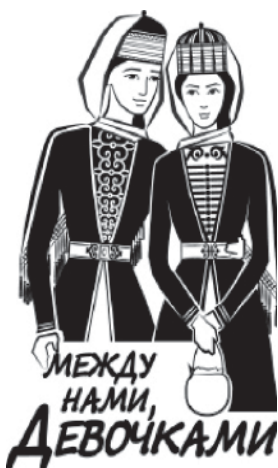
В доступной форме сотрудники полиции рассказали детям о правилах пересечения проезжей части дороги, значении дорожных знаков и свето-возвращателей.

Инспекторы рассказали малышам о причинах дорожно-транспортных происшествий, призвали строго соблюдать правила дорожного движения, после чего показали обучающие видеоролики о ПДД и проверили, как дети усвоили материал.

Умение ориентироваться в дорожной среде необходимо прививать с первых лет жизни, убеждены сотрудники ГИБДД и ПДН.

Пресс-служба МВД по КБР





## ВОЗЬМЕМ И НЕ ПРОДАДИМ!

Дорогие читатели, думаю, многие из вас согласятся со мной, что сфера обслуживания в Нальчике находится на довольно низком уровне. Грубость и пренебрежение продавцов в магазинах и на рынке стала настолько привычной, что мы иногда чувствуем вину за то, что не покупаем у них что-то. У меня иногда такое чувство, что я разру-

шила надежды продавца, когда примеряю одежду и не покупаю ее, если не подошла. Свежий пример - случай в цветочном магазине. Не буду писать, какой именно, а то будет выглядеть как реклама. В общем, зашла за цветами, торопилась, бюджет был ограничен. Мне нужен был небольшой букетик, чтобы не идти на день рождения с пустыми руками,

потому что основной мой подарок уже был у именинницы. На тысячу рублей выходящий такой средний букетик из местных роз с упаковкой из бумаги. Когда продавщица достала цветы из кувшина, я заметила, что они сильно обципаны (флористы поймут) и срез черного цвета. Я вслух заметила, что они очень несвежие, и попросила убрать уже скривившиеся. Клянусь, девушка по одному убрала все, кроме самой кривой! И стала возмущаться, что я говорю, будто розы несвежие. На что был ответ, что я сама работала в цветочном магазине и знаю: срез чернеет у таких роз через месяц после стояния в воде.

На мою следующую просьбу обновить срезы пошла прямая атака от неизвестно откуда появившихся еще двух женщин-продавиц. Звучали такие выражения, как «за такие деньги она хочет самое лучшее», «они очень свежие, не говорите ерунду», «не покупайте, если вам не нравится». Я оправдывалась и говорила, что цветы все равно возьму, так как у меня нет времени искать другой магазин.

Видимо, особы решили, что я бедная женщина без денег, никуда не денусь от их вялых роз, и стали нападать еще сильнее, требуя, чтобы я признала свежесть цветов. В конце концов, одна воскликнула: «А вот мы возьмем и не продадим вам ничего, раз вы такая умная». Тут мое терпение закончилось, и я вышла

из магазина, бросив через плечо: все равно они несвежие.

Некоторые полагают, что я могла бы и промолчать, но зачем? Тем более, что мой тон ни разу не повысился и ничего хуже, чем «они несвежие», не произнесла.

Вот скажите, это нормально? Я же не прошу уступить мне в стоимости цветов, просто дать то, что по цене подходит моему бюджету. А они вели себя так, будто я пришла в их магазин и прошу у них милостыню.

Зачем утверждать обратное, если всем понятно, что эти розы очень плохие, и даже обосновала свои слова. Зачем нападать на клиента? С меня у них были бы чистыми рублями пятьсот, если не больше.

Просто ужасное впечатление.

**Арина, 48 лет**

## Просто бывший

Пишу вам с волнением, так как первый раз решила публично рассказать о своих чувствах.

Будучи студенткой, влюбилась в одного парня кавказской национальности, сама я русская. Он тоже испытывал ко мне сильные чувства, и мы решили пожениться. Будучи оба студентами, могли позволить себе очень скромную свадьбу, но в тот день я была самой счастливой девушкой на свете. Наш брак продлился недолго по нескольким причинам. Его родные не хотели принимать меня в качестве невестки.

Вступив со мной в брак, он пошел против семьи и очень от этого страдал. Никто с ним не общался, даже телефон не брали, когда он им звонил. Мне было больно видеть его таким несчастным.

Представьте, ваш любимый человек при вас, но несчастлив. Однажды я уговорила его поехать к родителям и поговорить, сказать, что мы будем уважать их, читать и слушаться, если его примут обратно. Спустя время я уверена в правильности своего поступка, хотя эта

поездка забрала у меня любимого и все счастье в жизни.

Родители его выслушали и поставили условие: можешь вернуться в семью, если разведешься. Этот огромный мужчина, мой тогда еще муж, проплакал всю ночь навзрыд. Не знаю, какое сердце бьется в груди родителей, заставляющих своего ребенка так страдать. Он метался как зверь в клетке от невозможности сделать выбор. Тогда я решила освободить его от страданий и ушла сама. Не думайте, что это было легко. Казалось, к каждой моей ноге прикована зияя размером с дом, настолько тяжело было переставлять ноги, выходя с вещами из нашей съемной квартиры.

Просто было понятно, что счастливы мы не будем. Никто не может жить радостно и легко с такой болью от разлуки с родными. В конце концов, он бы возненавидел меня.

Не помню, сколько времени я отходила от развода. Он не явился на суд, но я пошла.

Пошла и своими руками сделала себя несчастной на всю жизнь.

Мама рассказывает, что я тогда очень сильно похудела и часто плакала во сне, но я этого не помню. Примерно полтора года после нашей разлуки почти выпали у меня из памяти, только смутные, обрывочные воспоминания.

Но четко помню день, когда шла по улице и подняла лицо к небу. Помню свое удивление от мысли, что так давно я его не видела. Просто ходила с опущенной головой.

Время летит или хотя бы частично стирает эмоции, к счастью. Постепенно жизнь налаживалась, я вышла замуж второй раз. Наверное, добрее и лучше человека не найти, чем мой второй муж. Но разве человек властен над своим сердцем? Такое ощущение, что какая-то ниточка все равно крепко связывает меня с моим первым мужем. Не получается совсем отойти. Но жить можно. И то хорошо.

**Лариса, 31 год**

## Семья — это не ринг

Дорогие мои невестки и свекрови! Чует мое сердце, в раю так и останутся пустыми два стула, если на Кавказе не научатся отпускать своих детей, а дети — нести ответственность за себя.

Ваше недовольство друг другом стало уже настолько в порядке вещей, что хорошие отношения между невесткой и свекровью считаются за выдающееся достижение.

А на самом деле что нужно? Отселять детей, как только женятся, а лучше до этого. Не вмешиваться в их дела. Не воспитывать внуков самой (не путать с не оказывать помощи). Дайте детям жить своей жизнью и отвечать за свои действия.

На деле как получается? Сын женился и привел девушку в дом. Там ее оценивают все, пытаются впасть всю домашнюю работу, ибо мы тоже страдали в молодости, и сидят ждут, когда же она совершит оплошность. Сыну внушают разные мысли, вроде бы безобидные, а на деле разрушающие отношения в семье. Помнится, свекровь как-то сказала моему мужу: «Ты смотри, как близко к подъезду ты подошел машину, чтобы отвезти жену на работу. Если бы это была я, ты бы ждал на

парковке». Сказала шутивным тоном. После этого муж никогда больше так не делал. И через какое-то время перестал меня возить на работу, мол, ему не по пути.

Понимаете, насколько большое влияние имеют даже самые незначительные вещи в становлении отношений между мужем и женой! Я не умерла, а мама ездила на работу, но до сих пор думаю: если бы мы изначально жили отдельно, как бы все сложилось?

Даже если свекровь думает, что защищает невестку, это не так. Почти любое вмешательство несет негативный оттенок.

Сейчас в меня будут бросать камни: а зачем тогда нужны дети, если мы становимся лишними в их жизни после женитьбы? Вы вовсе не лишние, вы незаменимая женщина в жизни сына. Будьте ему матерью, а не воспитательницей. Никто не просит приводить его в этот мир, дети — не собственность матерей. Конечно, родителям нужно помогать и делать все, что возможно, для их комфорта и счастья. Но при этом сохранять приватность семейной жизни. Я так считаю, и, думаю, многие будут согласны.

**Заира**

## ФАНТОМНЫЕ СТРАХИ

Здравствуйте, «Горянка» и ее прекрасные читательницы! Мне нужно выговориться, но чтобы никто не узнал меня. Просто близкие смеются надо мной, не воспринимают всерьез, а мне очень страшно. Я боюсь, что в мой дом ворвется маньяк или под-

стережет меня где-то на тихой улочке. Звучит глупо, знаю, но я постоянно хожу с оглядкой, а дома запираю все двери и окна.

Боязнь появилась несколько месяцев назад после просмотра фильма ужасов и не отпускает до сих пор.

Все говорят: это пройдет, только когда? Было ли такое у кого-то или мне стоит обратиться за помощью к профессионалу? Дайте совет, пожалуйста.

**Девушка, которой страшно**

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





- Если говорить о книге, которую бы я взяла на необитаемый остров, то это было бы произведение, которое прочитала в юности много лет назад, но впечатление от него осталось до сих пор. Называется «Вверх по лестнице, ведущей вниз». Парадоксальное название, загадочное. О чем это может быть? Мистика? Триллер? Ужасы («Лестница в преисподнюю»)?

В качестве подсказки приведу цитату: «Шел по лестнице, ведущей вниз, и на замечание ответил дерзостью».

И еще одна: «Прошу не обращать внимания на предыдущие указания по поводу сегодняшнего распорядка звонков. Четыре звонка будут повторены дважды, что означает ранний уход учеников. Три звонка, повторенных четыре раза, означают пожарную тревогу; желателен, чтобы не возникло путаницы». (Три раза читала – ничего не поняла!).

Одергивания, ужасающие инструкции... Да, это роман о школе. Молодая учительница приходит преподавать литературу подросткам не самого благополучного района. В классе около 40 учеников. Бывает, на всех не хватает стульев. Разбито окно, а слесарь, за которым послали в подвал, просит передать, что его нет. Содержание первого урока тщательно продумано заранее, тема – важность первого впечатления. Но учительнице удалось произнести только одну заготовленную фразу, а дальше ее закружила и понесла школьная стихия.

С кем же ее столкнула работа? Романтическая девушка Алиса, влюбленная в красивую учителя и пишущая ему пись-

## ВВЕРХ ПО ЛЕСТНИЦЕ, ВЕДУЩЕЙ ВНИЗ

Наш собеседник – Вера ГЕРМАНОВА, переводчик из Санкт-Петербурга, увлекается историей, чтением, любит слушать лекции А.И. ФУРСОВА, А.И. КОЛПАКИДИ, В.Ю. КАТАСОНОВА.

мо; классный остряк и клоун, падающий напоказ со стула; неуверенный в себе, но добрый парнишка; умница и красавец, постоянно нарушающий правила взрослых (первая цитата – о нем)...

Что-то это напоминает... Конечно, советский фильм «Доживем до понедельника» 1968 года с Вячеславом ТИХОНЫМ и Ириной ПЕЧЕРНИКОВОЙ. (Кто не смотрел этот фильм, очень советуем.)

Но в классе нашей героини есть и другие типы: один считает, что его постоянные двойки – потому, что он негр. Другой парень спит на уроках – ведь по ночам он работает грузчиком.

А как вам такой диалог: «Привет, училка! – Привет, зубрилка!»

Да, это Америка. Книжка написана Бел (Беллой) КАУФМАН по собственному 15-летнему опыту работы учителем в Нью-Йорке. Автору не чужда русская культура, до 12 лет она жила в Одессе (не письмом ли Татьяны Онегину навеяна история с Алисой?).

Хотя страны разные, а школьные проблемы во многом схожи. Влюбленность в учителя (трагическая для Алисы)



и, наоборот, тяга учительницы к рано повзрослевшему ученику. Переживания скромняги, преодолевающего свою робость. Каждый день – море ярких эмоций.

Главная героиня Сильвия Баррет пытается помочь своим ученикам, как может. Она придумала поставить в классе ящик,

### • КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

чтобы ее подопечные всегда могли поделиться (в том числе анонимно) своими мыслями и проблемами. Вот, например, голос привычного одиночества: «Никто не знает, а сегодня мой день. С днем рождения меня!». В общем, и смех, и слезы.

В книге много разных линий и повторов, интересные истории с судом, со школьным балом. В итоге остается восхищение учительницей, которая не бросает своих «меньших братьев и сестер», хотя могла бы устроиться на теплое и спокойное место.

В трудные времена помогает, когда вспоминаешь прекрасные моменты своей жизни, многие из которых связаны со школой. И очень греет сознание, что есть такие люди, как эта учительница.

Хотелось бы еще отметить прекрасный перевод, передавший большой юмор автора. Мечтаю теперь найти эту книгу в оригинале. (Интересно, как будет по-английски «Пусть это вдохновит вас на подвиг»? - Это типичный ответ завуча, когда он ничем не может помочь).

В юности читала много классики, сейчас больше мемуары и воспоминания. Такие книги, бывает, доставляют и эстетическое удовольствие. Например, в свое время меня поразила книга Василия НЕМИРОВИЧА-ДАНЧЕНКО о генерале СКОБЕЛЕВЕ. Такая точность, лаконичность и в то же время яркость языка.

В конце хочу процитировать великого А.С. ПУШКИНА, который перед смертью посмотрел на свои книжные полки и сказал, обращаясь к ним: «Прощайте, друзья!»

Светлана СИХОВА

## ЗВАНИЕ ПОЛКОВНИКА ДЛЯ ПОЧТОВОГО ГОЛУБЯ

### • ДЕНЬ В ИСТОРИИ

18 ноября

18 ноября 1699 года император Петр I издал указ «О приеме на Великую Государеву службу в солдаты изо всяких вольных людей».

Для возвышения Российского государства и усиления его военной мощи Петр I начал проводить в стране военные реформы. Строилась Петровская армия на добровольной основе, в нее записывались свободные люди, годные к воинской службе. Солдатам выдавались годовое жалованье в 11 рублей, «хлебные и кормовые запасы».

Первоначально запись шла в съезжей солдатской избе в селе Преображенском, затем набор в армию стал производиться, помимо Москвы, в Пскове, Новгороде, Смоленске, Белгороде и городах Поволжья. Итогом набора «прямого регулярного войска» стало создание трех пехотных дивизий, которыми командовали генералы ГОЛОВИН, ВЕЙДЕ и РЕПНИН. Одновременно шла формирование регулярной кавалерии - драгунских полков. Набор 1699 года стал началом перехода к регулярной системе комплектования армии.

При Петре I Россия превратилась в одну из самых мощных военных держав в Европе и оказалась способной нанести сокрушительные удары по самому сильному противнику.

В этот день в 1787 году ро-

дился создатель первых фотографий Луи Жак Манде ДАГЕР.

Называются они в соответствии с именем автора дагеротипами. На первом в истории человечества дагеротипе изображен полный мужчина со всклокоченными волосами – некий художник, приятель Дагера. Как и сам изобретатель, художник не слишком надеялся на удачный исход опыта, поэтому даже не позаботился о прическе, прежде чем войти в историю. В настоящее время первый фотопортрет хранится в сейфе одного из парижских банков.

18 ноября 1827 года ушел из жизни немецкий писатель-сказочник, автор «Маленького Мука» Вильгельм ГАУФ.

Волшебные сказки Гауфа впервые были опубликованы в «Альманахе сказок для сыновей и дочерей знатных сословий». Вошедшие в него сказки «Маленький Мука» и «Калиф Аист» сразу же приобрели огромную популярность.

Перу Вильгельма Гауфа также принадлежат рассказы «Отелло», «Нищенка с Pon de Arts», мистические романы «Странички мемуаров сатаны» и «Человек с луны». Историческое произведение Гауфа «Лихтенштейн», написанное под влиянием Вальтера СКОТТА, стало одним из лучших романов XIX века, а его стихотворения - немецкими народными песня-

ми. И хотя его литературное наследие не очень велико, но произведения Гауфа, и в первую очередь сказки, навсегда вошли в золотой фонд мировой литературы. А в Байрбронне находится «Музей сказок Вильгельма Гауфа».

В этот день в 1870 году открылась первая официальная линия голубиной почты.

Эти птицы обладают острым зрением и удивительной способностью находить дорогу к дому. В древности египтяне, греки, римляне и другие народы уже использовали голубей для получения сообщений.

Во время осады Парижа голуби впервые были официально приняты почтовой администрацией в качестве средств доставки корреспонденции. Почта для Парижа готовилась в Туре. Сообщения фотографировались с большим уменьшением, затем пленка помещалась в кусочек полого гусиного пера, заклеивалась воском и привязывалась к почтовому голубю. Одна птичка могла нести 15-20 таких пленок. В столице Франции находился «голубиный почтамт», где и происходила расшифровка получаемых сообщений. Почта осажденного Парижа доставляла не только государственные сообщения, но и частные письма. Голуби доставили их свыше миллиона. Благодарные парижане позже поставили голубю памятник.

Франция - не единственная страна, воздавшая почести почтовому голубю. За большие заслуги в Первой мировой войне почтовому голубю № 888 было присвоено звание полковника английской армии. А после смерти голубь был похоронен со всеми воинскими почестями.

В России тоже существовала голубиная почта. Первое частное общество почтово-голубиного спорта было учреждено в 1890 году в Киеве. В русской армии появились голубиные станции. Почтовые голуби использовались и в Советской Армии.

18 ноября 1885 года в Германии состоялся заезд первого в мире мотоцикла.

По набережной реки Неккар с невероятной для того времени скоростью 12 км/ч пронесся первый мотоцикл. Это был очень оригинальный велосипед с мотором. Рама так же, как и колеса, была изготовлена из дерева. Колес было не два, а четыре, и все вместо резиновых покрышек были сверху обиты железом, а под сиденьем располагался двигатель внутреннего сгорания мощностью 0,5 л.с. Бензин или керосин использовались в качестве топлива.

Сконструирован представленный публике мотоцикл был Адольфом ДАЙМЛЕРОМ, сыном Готтлиба ДАЙМЛЕРА, который, как и Карл БЕНЦ, является создателем первых получив-

ших реальное применение автомобилей. Несмотря на всю примитивность первого в мире мотоцикла, основные принципы его создания были заложены. Даймлер-старший запатентовал его незадолго до этого заезда, но «изобретать мотоцикл» не торопился, считая устройство коммерчески бесперспективным. А Даймлер-младший после поездки в 1890 году в Киев. В русской армии появились голубиные станции. Почтовые голуби использовались и в Советской Армии.

В этот день в 1928 году в Нью-Йорке состоялась премьера первого звукового мультфильма «Пароходик Вилли».

Он является самым ранним из сохранившихся звуковых мультфильмов, первым звуковым фильмом студии Уолта Диснея и третьей работой с участием Микки Мауса. После успеха первые мультфильмы были доработаны, в них добавили звуковую дорожку.

Создан был мультфильм по мотивам фильма Бастера КИТОНА «Пароход-Билл, младший», также вышедшего в 1928 году. Этот мультфильм занимает 13-е место в списке 50 величайших мультфильмов, составленном в 1994 году историком анимации Джерри БЕКОМ.

Подготовила Фатима ДЕРОВА

• СПОРТ

## Хайрие Мелек Хунч — писательница, занесенная в виртуальный Стамбульский музей женщин



«Самая большая храбрость проявляется не на войне и самые великие победы одерживаются также не на войне».

(Хайрие Мелек Хунч)

Мы продолжаем знакомиться с представительницами Кавказа, оказавшими культурное влияние на Стамбул, и сегодня поговорим о писательнице Хайрие Мелек ХУНЧ. Она также занесена в виртуальный Стамбульский музей женщин («Горянка», №44, 06.10.2020 г.).

Хайрие Мелек Хунч является первой черкесской писательницей Османской империи. Данных из ее биографии не так много. Известно, что она родилась в 1896 году в убыхской семье. Ее отец Касполет Бей вместе с мухаджирами отправился в Турцию в 1864 году.

Хайрие училась во французской школе для девочек в Стамбуле. Помимо турецкого и французского, говорила на черкесском, убыхском и абхазском языках.

Хайрие Мелек Хунч была редактором журнала «Ди анэ» (в переводе

с черкесского «Наша мать»). Это женский журнал, который печатался на турецком и адыгском языках в 1920 году. Она также была редактором газеты «Гъуазэ» («Путеводитель»), которая также выходила на турецком и адыгском языках в 1911-1914 годах.

«Все человечество и, в частности, малые народы, как черкесы, проходят через непростые и горькие времена. Мы чувствуем все трудности и печаль... Черкесы, которые на протяжении 100 лет ни разу не преклонились перед царским режимом, показали чистоту и благородство своего героического характера всему миру... Но сейчас необходимо защитить другую сторону черкесского присутствия. Черкесские женщины, которые называли свой журнал «Ди анэ», обеспокоены тем, что героизм и энтузиазм, продемонстрированные на войне могут достичь таких пределов, что разрушат другие качества. Черкесские женщины считают, что самая большая храбрость проявляется не на войне, и самые великие победы одерживаются также не на войне», - писала Хайрие Мелек Хунч.

Сеза ПОЛАР (известная стамбульская черкешенка, редактор в Османской империи) вместе с Хайрие Мелек Хунч напечатала первый номер журнала «Ди анэ» 10 марта 1920 года («Горянка», №2, 15.01.2020 г.). Этот журнал стал

официальным изданием Ассоциации солидарности черкесских женщин и печатался дважды в месяц. Согласно данным исследователя Махинур ТУНА, изучавшей «Ди анэ», неизвестно, сколько всего номеров вышло в свет. Один из первых номеров журнала находится в коллекции турецкого журналиста Мехмета ШЕВКЕТА, другой экземпляр был в коллекции журналиста Хаккы Тарык УСА, а в настоящее время хранится в Государственной библиотеке Безыт в Стамбуле.

Хайрие также была одной из основательниц Ассоциации солидарности черкесских женщин, учрежденной в 1918 году в Стамбуле и просуществовавшей до 1922 года. Кроме того, она была президентом этой организации.

В 1919 году Хайрие вышла замуж за Юсуфа Иззет-пашу (имел черкесское происхождение), генерала турецкой армии. После смерти мужа в 1922 году писательница продолжила общественную деятельность. В 1931 году Хайрие выходит замуж за черкесского этнографа и ученого Айтека НАМИТОКА.

За свою жизнь Хайрие написала две книги, которые вышли в Стамбуле в 1910 и 1922 годах.

Умерла в Стамбуле в 1963 году, похоронена на кладбище Караджа-Ахмет.

Сана АЛИМОВА

## Очередная медаль В копилке Андемиркана Кушхова



В г. Медынь Калужской области прошли соревнования чемпионата России по универсальному бою среди мужчин и женщин. В борьбе за награды приняли участие 192 спортсмена из 41 региона страны. В их числе был и сотрудник УФСИН России по Кабардино-Балкарской Республике Андемиркан КУШХОВ, который одержал победу в соревнованиях среди мужчин в весовой категории 75 кг.

Стоит отметить, что в копилке наград Андемиркана Кушхова и другие заслуженные победы. В 2019 году он занял третье место в личном зачете на чемпионате Европы по универсальному бою в г. Медынь, в Екатеринбурге по борьбе самбо спартакиады ФСИН России занял второе место в личном зачете. Также второе место в личном зачете завоевал на чемпионате СКФО по боевому самбо. А. Кушховым была одержана победа и в профессиональном бою, проходившем в Москве в рамках международного турнира по полноконтактному единоборству, получил титул «Профессиональный боец ММА».

Еще одна победа Андемиркана была ожидаемой, но очень приятной. Руководство и личный состав УФСИН России по Кабардино-Балкарской Республике поздравили своего сотрудника с очередной заслуженной наградой и пожелали, чтобы на его спортивном пути было как можно больше достижений.

Лана АСЛАНОВА

## РОЛЬ ДЕВУШКИ ПО УХОДУ ЗА БОЛЬНЫМ (ШОПШАКО) • ТРАДИЦИИ АДЫГОВ

Посещение больного с переломом кости или сильным ранением, полученным в период военных действий, у адыгов называлось шопшако. Этот обряд проходил в ночное время, а вечера до утра. В нем принимали участие мужчины и женщины, парни и девушки. Приходили даже старики. Но основную массу составляла молодежь. Как уже сказано, девушки на любые торжества не шли без приглашения и разрешения родителей. Более того, их должен был сопровождать кто-то из парней, которому доверяли. Идти на мероприятие никто не запрещал, шли свободно по одному или группами. Наоборот, если та или иная девушка не посещала обряд, пропускала вечера, ей это ставили в укор, считая, что она тем самым демонстрировала не только неуважение к больному, но еще и свою невоспитанность. При этом следует учесть: обряд проходил ночью, девушки находились на нем до утра. Там они не только присутствовали, но и, составив очередь, регулярно приносили больному еду, вкусную приготовленную своими руками.

Целью устроителей обряда являлось отвлечь больного от переживаний и ощущения боли. Ф. НАЛОЕВ основательно исследовал функцию этого действия, связывал это с тем, что согласно народным представлениям ночь — это время активизации темных сил, и шопшако устраивались ночью для того, чтобы они не имели власти над больным.

В эту ночь люди могли позволить себе выйти за рамки общепринятого этикета, но это не означало, что нужно было совсем забыть о воспитании и красивых манерах. Песни и шутки имели большое воспитательное значение, учили терпению, умению вести себя в обществе в различных ситуациях. К примеру, если видели, что девушка очень нервничает или слишком уж стесняется, ее высмеивали. На это она не должна была обижаться, так как на шопшако такое отношение было позволительно. Сама девушка тоже имела право дать ответ, и опять же это не возбранялось. Просто надо было сделать это искусно, с шармом; в состоянии ответить острым словом — пожалуйста, нет — тогда проглоти пилюлю, как бы она ни была горька, и молчи. Здесь юноши и девушки могли свободнее общаться, спорить, шутить. К примеру, пели такие песенки: *Фицу умыкают, От нее горелым несет, Волосатая — это Карал, Если мяса много — это Кезибан, Уродливая — Цикуля, Сплошадной походкой - Нальмес, Кожя конопатая — Мутут, А может, Мутут на тебе и женится, Хакуако, Но его сердцу любя Гуагуз.*

Это шуточные куплеты, построенные по принципу поочередного осмеяния всех присутствующих или знакомых. Придерживаться подлинности фактов при их ис-

полнении совсем необязательно; главное — достичь смехового эффекта.

Одной из самых занимательных игр было шуточное «сватовство». Один из присутствующих исполнял роль богатого и назойливого старика. Фантазировать о его мнимых достоинствах можно было без всякой меры, причем в речи самого старика и его «сватов» дозволялись и всякие скабрёзности. Старик говорил красивые слова молодой девушке, стараясь привлечь к себе ее внимание.

Сторонники старика говорили ей: «Хоть и бела у него голова, он ничуть не хуже молодых, будешь жить в меде и масле». Сторонники же девушки отвечали всяческими оскорбительными словами, твердили, что из-за жениха даже из кустов можно выгнать, на каждом углу сыскать. В общем, каждый говорил, что ему на ум придет, и тут же, без всяких обиняков, называли имена тех, кто не умеет держать косу в руках, у кого двор без забора, кто из-за лени не собрал урожай и т.д. Словом, наружу выходили все недостатки, тайны становились явью, чем иных вгоняли в краску. Тут кто-то мог вставить, что так можно и вскружить легковерной неопытной девушке голову, как это случилось некогда со старой девой, которую сватали отменные джигиты, хвалясь своими тучными стадами, но она польстилась на предложение горе-жениха, сказавшего: «У меня есть отодвигающий и пододвигающий».

Девушку это заинтриговало. Она, бедная, вышла за обманщика и все время искала, что же это «отодвигающий и пододвигающий», когда в доме хоть шаром покати: четыре стены, а в углу — пустой очаг. А потом не выдержала и спросила мужа. А он, лиходей, возьми и разведи в очаге сильный огонь из соломы и хвороста. Посадил он жену близко к огню, но она не выдержала жары и отодвинулась. «Вот это, - сказал муж, - есть отодвигающий». Затем огонь стал постепенно угасать, в холодной комнате стало зябко, бедная женщина подвинулась к тлеющим углям, а муж и говорит: «А вот это пододвигающий». Так что не кружите невинной девушке голову.

Хотя на этом мероприятии отменялись все запреты и табу, было одно исключение. Молодые люди не должны были позволить себе объединиться, если даже все знали, что они дружат и любят друг друга. Персональная опека парня, приставание к одной девушке, проявление излишней симпатии к той или иной особе наказывались: такового выводили и привязывали к дереву, ему запрещали на некоторое время посещать больного.

Таким образом, состязаясь в шутках, розыгрышах, игре слов, развлекали, участники развлекали также и больного, отвлекая его от боли. Под утро участники обряда расходились и оставили больного в покое на весь день.

Ангела КУДАЕВА





**ОВЕН (21 марта - 20 апреля)**

Вам удастся сочетать в работе прагматичность, деловые качества с нестандартным творческим подходом. От вас будут ожидать предельной концентрации и собранности. Вероятно заключение контрактов продолжительного срока действия, которые в случае выполнения вами всех взятых на себя обязательств и определенного везения принесут гарантированную прибыль. Между тем прежде чем с головой окунуться в работу, вам не мешает немного отдохнуть, восстановить силы, уделить внимание близким людям.

**ТЕЛЕЦ (21 апреля - 21 мая)**

Мечтающим поправить материальное положение может повезти: их ожидают поступления из каких-то источников. Но учтите, что сначала придется пожертвовать частью полученного и только потом всецело завладеть остальным. Если вы часто пытаетесь менять не устраивающую вас действительность, то сейчас неподходящий момент для этого. Можете реализовать свой потенциал, уделяя внимание хобби, своей семье, самосовершенствуясь. Это будет по-настоящему конструктивный подход.

**БЛИЗНЕЦЫ (22 мая - 21 июня)**

Вы получите подарок или другой приятный сюрприз, возможно, нематериального характера. Это повысит вам настроение, тем более что и другие события этих дней не станут навевать мысли о плохом. Ваша активность будет постоянно увеличиваться, позволяя успешно справляться с самыми сложными делами. Не бойтесь брать за то, что вызывает у вас сомнения и опасение неудачного исхода. Ближе к выходным деловая хватка будет резко ослабевать, уступая место желанию остаться в тишине и покое.

**РАК (22 июня - 22 июля)**

Вы удивитесь расширению спектра своих должностных обязанностей и полномочий. В ваших интересах - принять их как должное. Если же будете почитать на лаврах, вполне возможно, что ваше положение пошатнется. Может оказаться, что все это время вы были объектом чьего-то пристального внимания, вас могут побеспокоить представители каких-либо государственных учреждений. Будьте при общении с ними корректны и сдержанны. Ближе к выходным получите знаки уважения в ваш адрес.

**ЛЕВ (23 июля - 21 августа)**

Ваши пожелания, вкусы и предложения будут приниматься во внимание всеми окружающими. Это облегчит вам массу задач, так как любые договоренности будут достигнуты за чрезвычайно короткое время. Успешными при условии хорошей предварительной подготовки окажутся деловые встречи; пройдут очень гладко выступления перед публикой. В личной жизни вас ожидает полная гармония. В выходные дни получится расслабиться, настроение будет спокойным и уравновешенным.

**ДЕВА (22 августа - 23 сентября)**

Ваши сомнения и чувствительность значительно усилятся, и поведение будет отличаться эмоциональностью. Вас могут заинтересовать чужие тайны и захочется узнать истинную сущность неразгаданных дел. В голове возникнут новые воспоминания, всплывут загадочные обстоятельства, появятся новые мечты. Вам сложно успокоиться, и вы будете постоянно отвлекаться от выполнения прямых обязанностей. В выходные попытаетесь каким-то образом открыть интересующие вас тайны.

**ВЕСЫ (24 сентября - 23 октября)**

Вы будете склонны строить воздушные замки и предаваться мечтам. Это занятие приятное, но чрезмерно

**ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ**

увлекаться им не стоит. Будет лучше, если вы займетесь детальным планированием своего ближайшего будущего, просчитайте свои возможности и постарайтесь предугадать опасности. Сразу же приступать к реализации этих планов пока не стоит, так как вам угрожает опасность быть втянутыми в какую-нибудь неприятную историю. Поэтому постарайтесь избегать конфликтных ситуаций, не соглашайтесь на сомнительные предложения.

**СКОРПИОН (24 октября - 22 ноября)**

Все важные дела и проекты заставят вас в эти дни понервничать сильнее обычного. Вы будете напряжены как физически, так и морально. Но именно в это время вам потребуется сделать последнее очень важное усилие на пути к успеху своего дела. Вас могут одолеть сомнения по поводу целесообразности ваших действий. Однако вы сразу сможете себя переубедить в правильности своего выбора и поступков. Это поможет укрепить достигнутые деловые позиции или заработать новые очки, которые не будут лишними.

**СТРЕЛЕЦ (23 ноября - 21 декабря)**

Нерешительность и робость в эти дни должны быть отброшены. Вам следует настойчиво и решительно добиваться решения поставленных задач. Однако стоит быть более осмотрительными при выборе средств: не дозволенные приемы могут погубить вашу репутацию. Необходимо проявить выдержку, быть вежливыми и не поддаваться на возможные провокации недоброжелателей. Все обещания, которые были даны вами, нужно исполнить в точности, даже если они, как вам кажется, уже потеряли свою актуальность.

**КОЗЕРОГ (22 декабря - 20 января)**

Хватит мечтать и пребывать в задумчивости, надо наконец-то обратить свой взор на текущие дела. Они требуют внимания и быстрого реагирования. Накопились проблемы, которые вы быстро разрешите. Будут благоприятными действия, которые вам лучше пока не афишировать. Хороший эффект принесут и рискованные поступки, но здесь важно не переусердствовать. Вы сможете открыть в себе новые таланты, которые пригодятся в работе для завершения давно начатого проекта, который по какой-то причине был отложен.

**ВОДОЛЕЙ (21 января - 19 февраля)**

На вас обрушится большое количество информации, в том числе от людей или организаций, расположенных очень далеко. Невозможность проверить ее лично заставит вас действовать наобум, вслепую и чувствовать из-за этого раздражение. Нужно быть осмотрительными, все делать быстрее, не проявляя излишней медлительности. В противном случае выбьетесь из ритма, заданного руководством. В выходные усталость возьмет свое, но вас ожидает приятный домашний отдых в кругу родных и близких.

**РЫБЫ (20 февраля - 20 марта)**

Успех всех дел в эти дни будет зависеть только от вас. Если вы организовано, уравновешенно и дисциплинированно подойдете к принятию решений, покажете свой уровень образованности, исход всех дел будет более чем благоприятным. Ближе к выходным будете инициативны и эмоциональны, и это только сыграет вам на руку. Стоит опасаться всякого рода ограничений, поскольку они будут вас стеснять, будет трудно раскрепоститься даже в кругу близких друзей.

Подготовила  
**Фатима ДЕРОВА**

**ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ**

**УПРЯМЫЕ КИЛОГРАММЫ**



**В связи с пандемией у нас изменились не только уклад жизни, у многих представительниц прекрасного пола еще прибавились лишние килограммы, а значит, и складки на боках. С марта, сидя дома, многие баловали себя и днем хорошим обедом, и вечерами вкусным, плотным ужином. Но вот коварство - вечером наш организм нацелен на накопление жира. Все, что мы дадим ему в виде пищи, он, как бережливый хозяин, старательно отложит у нас на талии, «до худших времен».**

К счастью, ситуация не безнадежна, если умело использовать различные приемы борьбы с вечерним неумным аппетитом.

Вечером, прежде чем взяться за домашние дела, выпейте чашку зеленого или травяного чая с медом или сладкими ягодами.

Усмирить коварство вечернего аппетита можно с помощью простого дыхательного упражнения. Выполняется оно за 20-30 минут до ужина или перед сном вместо несанкционированного набега на холодильник.

Сядьте на стул, руки положите на колени ладонями вниз, глаза прикройте. Расслабьтесь. Сделайте носом глубокий вдох, затем через нос - глубокий выдох, он должен быть дольше вдоха в два раза, следом задержите дыхание, при этом задержка должна быть дольше вдоха в четыре раза.

Рекомендуемое время вдоха, выдоха и задержки дыхания - 5 секунд, 10 секунд, 20 секунд. Если вначале это кажется трудным, попробуйте дышать в таком соотношении - 1 сек., 2 сек., 4 сек., в течение 2-5 минут.

Это простое упражнение способствует очищению крови от вредных веществ и ускоряет обменные процессы.

Молочные продукты - волшебный ключик, открывающий процесс снижения веса. Они богаты кальцием, который ускоряет сжигание жира. Поэтому сыр (30-50 г), кефир, йогурт, молоко и даже сметану в качестве заправки к салату можно включить в свой рацион. По вечерам, устроившись возле телевизора, съешьте морковь или возьмите пучок (можно два) зелени. И почаще вспоминайте, что говорила великая Фаина РАНЕВСКАЯ: «Чтобы оставаться худой, женщине надо есть перед зеркалом и обнаженной».

Ангела КУДАЕВА

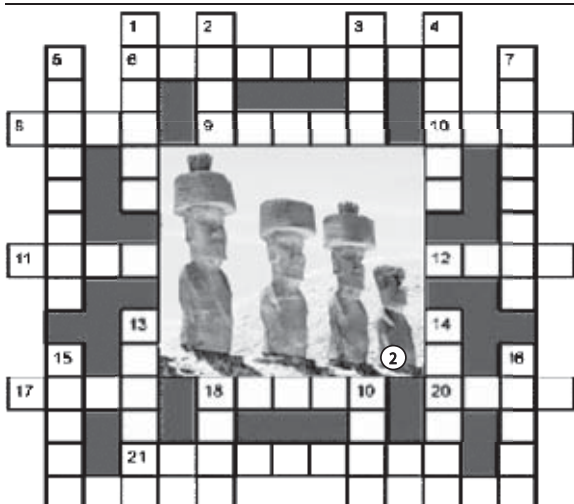
**КРОССВОРД**

**По горизонтали:** 6. Право пользоваться местом в театре в продолжение определенного числа спектаклей. 8. Богиня неба в античной мифологии. 9. Вещество, применяемое в парфюмерии и медицине. 10. Священная птица у древних египтян. 11. Зимний художник, рисующий одной краской. 12. Консерваторы в Англии. 17. Шахматная фигура. 18. Сборник географических карт. 20. Продолжительность деятельности в какой-нибудь области. 21. Воздушная оболочка земного шара.

**По вертикали:** 1. Город в России, столица Татарстана. 2. Каменные монолитные

статуи на острове Пасхи в Тихом океане. 3. Короткая палка, которую использует регулировщик движения. 4. Отпечаток с гравюры. 5. Горная система, проходящая через всю Италию с севера на юг. 7. Столица Шотландии. 13. Южное плодовое дерево. 14. Естественный или искусственный водопад, низвергающийся уступами. 15. Старинный русский щипковый музыкальный инструмент. 16. Династия французских королей. 18. Травянистое растение семейства зонтичных. 19. Лучистая энергия, делающая окружающий мир видимым.

Составила **Фатима КАРАЦУКОВА**



**По горизонтали:** 6. Парк. 8. Кассета. 15. Гуси. 16. Валуя. 18. Амми. 19. Свет. **По вертикали:** 1. Казань. 2. Моно. 3. Атмосфера. 4. Стая. 7. Атмосфера. 9. Абонемнт. 8. Гера. 9. Индгл. 10. Ибис. 11. Иней. 12. Топи. 17. Тура. 18. По горизонтали: 6. Парк. 8. Кассета. 15. Гуси. 16. Валуя. 18. Амми. 19. Свет. **По вертикали:** 1. Казань. 2. Моно. 3. Атмосфера. 4. Стая. 7. Атмосфера. 9. Абонемнт. 8. Гера. 9. Индгл. 10. Ибис. 11. Иней. 12. Топи. 17. Тура. 18.

## ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ ОБ АВСТРАЛИЙСКОЙ КУХНЕ



(Продолжение.  
Начало в № 45)

Имбирь является важной частью австралийской кухни с 1800-х годов. Благодаря китайским поселенцам, начавшим выращивать имбирь в Австралии, эта популярная специя добавила пикантности и без того ароматной австралийской кухне. Много имбиря выращивают в Квинсленде (штат на северо-востоке континента), где вулканическая почва, большое количество осадков и высокая влажность. Уже в середине 1800-х годов различные продукты из имбиря были популярны и продавались на рынках по всей стране. Это были имбирные кексы, имбирный джем и даже имбирное пиво. После окончания Второй мировой войны австралийцы стали сами выращивать имбирь, не полагаясь больше на китайцев.

Хотя сосиски не являются чем-то уникальным в Австралии, австралийцы сделали их важной частью своей традиции барбекю. Их изготавливают из свинины и говядины с разными травами и специями, что делает сосиски еще более вкусными. Помимо того, что они готовятся на костре, есть еще и австралийский способ приготовления – взять кусочек хлеба, положить на него сосиску, а сверху добавить жареный лук и соус. Сосиски продаются повсеместно и рекомендуются от похмелья вместе с бутылкой содовой.

Любителям сладостей больше всего понравится знаменитый десерт «Павлова». Это торт-безе со взбитыми сливками и свежими фруктами. Обычно десерт ассоциируется с летом, но сегодня его

можно найти в ресторанах и продуктовых магазинах в любое время года. Новозеландцы утверждают, что десерт был придуман ими, а именно – шеф-поваром ресторана одной из гостиниц Веллингтона, чтобы угостить знаменитую русскую балерину Анну ПАВЛОВУ, гастролировавшую по Австралии в 1926 году. А согласно австралийцам десерт был изобретен шеф-поваром Бертом САШЕ в 1935 году, по мнению которого десерт был таким же воздушным, как и сама Павлова.

Учитывая невероятную популярность печенья Tim Tam, можно спокойно сказать, что австралийцы – сладкоежки. Tim Tam состоит из трех слоев шоколада: двухслойное шоколадное печенье с шоколадной начинкой, покрытое растопленным шоколадом. Производители заявляют о продаже приблизительно 35 миллионов пачек Tim Tam в год, в среднем на одного австралийца приходится 1,7 пачки. Кроме того, печенье популярно во многих странах мира.

Австралийские корн-доги являются популярной закуской в стране. Они представляют собой сосиску или хот-дог на палочке, которая покрывается толстым слоем кукурузной муки и жарится в горячем масле. Независимо от того, подаются корн-доги с кетчупом или нет, они пользуются популярностью у австралийских детей. Существуют еще вариации корн-дога с плавленым сыром.

В Австралии есть «благотворительное печенье», которое называется SAO (сокращенное от английского Salvation Army

Officers, означающее «Офицеры Армии спасения»). Это легкий сэндж, который готовится из тонкого теста, разрезается на квадратики и иногда подается с топplingом или маслом. В 1900-х годах он стал коммерческим продуктом, который широко рекламировался в журналах и газетах. Сегодня это популярный ингредиент австралийского Наполеона.

Австралийская версия итальянской пармиджаны обычно сочетается с пивом. В итальянском варианте пармиджаны баклажаны используются в качестве основного ингредиента. В Австралии же это, как правило, запеченная курица, заправленная большим количеством томатного соуса и моцареллы или другими видами сыра. В ресторанах подается вместе с чипсами и салатом. Но если спросить австралийца, с чем лучше всего есть пармиджану, ответ будет один: со стаканом пива. Благодаря популярности этого дуэта во многих местных пабах устраивают еженедельные вечера пармы.

Первым блюдом на вынос в Австралии был мясной пирог. Австралийцы не утверждают, что изобрели мясной пирог, но одно можно сказать точно: это блюдо стало здесь первым на вынос задолго до того как появились рестораны быстрого питания. Мясные пироги стали популярны на южном материке еще в начале колониального периода и продавались на уличных тележках. Сал пирог представляет собой тесто в форме раковины, которое наполняется мясом, подливой и другими острыми ингредиентами. Австралийцы настолько любят пироги с мясом, что у них даже есть официальный чемпионат по пирогам, проводимый с 1990 года.

Эльфийский хлеб, очень популярный на детских днях рождениях в Австралии, готовится не эльфами, но однозначно кажется волшебным для детей. Он готовится из белого хлеба, нарезанного треугольниками, на которые намазывается масло, а затем обсыпается цветной сахарной посыпкой или карамельными крошками. В ноябре в Сиднее проходит мероприятие (Fairy Bread and Wings Day), когда семьи собираются и вместе готовят эльфийский хлеб.

(Продолжение следует).  
Сана АЛИМОВА

**САД-ОГОРОД**  
Зима на пороге. Хотя в этом году она больше календарная, чем погодная. Тем не менее все чаще хочется говорить на новогоднюю тему. А о самом веселом и атмосферном празднике в году нам напоминает запах хвои, в том числе и можжевельник. Ученые считают его старожилем земной флоры и утверждают, что он появился около 50 миллионов лет назад и относится к семейству кипарисовых.

## ЦЕЛЕБНЫЙ ЗАПАХ МОЖЖЕВЕЛЬНИКА



Для большинства ландшафтных дизайнеров и просто владельцев приусадебных участков все равно, когда именно этот вид растения появился на земле. Можжевельник любят за его красоту, потрясающий хвойный запах и способность облагородить любую площадку. Из этих соображений Рустам УСМАНОВ из Эльбурского района занялся их выращиванием.

Виды можжевельника разнообразны. Среди них есть великаны ростом до 30 м и причудливые стланики, поднимающиеся от земли едва на 10-15 см. Сейчас известно свыше 60 видов и 150 декоративных форм можжевельника, из которых в России окультивировано 22 вида и 25 культурных форм, – говорит он. – К плюсам этого растения можно добавить и нетребовательность к условиям произрастания. Но, несмотря на это, лесной можжевельник приживается в саду крайне плохо. Поэтому лучше посадить саженец уже окультуренного вида. Тем более что в нашей республике в них нет недостатка. Саженцы выращивают на продажу даже частники. Я и сам стал их выращивать несколько лет назад. Сначала для себя, потом немного расширил и для продажи. Люди с удовольствием покупают саженцы и украшают свой двор и придворные территории. Можжевельник смотрится очень красиво и современно.

Это растение высаживают на солнечных местах. В тени оно может вырасти бесформенным и рыхлым и утратить все свои

декоративные достоинства. Только можжевельник обыкновенный способен пережить некоторое затенение. Перед посадкой все контейнерные растения обязательно пропитывают водой, держав земляной ком около двух часов в емкости с водой.

Рекомендации по уходу самые простые. Необходимы регулярное рыхление и прополка почвы. Поливать можжевельник нужно лишь в засушливое лето, но нечасто – два-три раза за сезон. Норма полива – 10–30 л на взрослое растение. Раз в неделю его можно опрыскивать, но только в вечернее время. Можжевельник обыкновенный и китайский плохо переносят сухость воздуха. Виргинский засухоустойчив, но лучше растет на почвах средней влажности. Старые больные ветки необходимо обрезать, а на зиму укрывать только молодые растения. Молодым посадкам можжевельника необходимо рыхление – неглубокое, после полива и прополки сорняков. Сразу после посадки почву мульчируют торфом, щепой или сосновой корой толщиной слоя 5-8 см.

Я не знаю о целебных свойствах можжевельника. Говорят, из этого растения готовят много полезного. Но мне нравится его хвойный запах. Думаю, он способен убивать болезнетворные микробы вокруг себя. На участке, где растет можжевельник, всегда дышится легче и приятно.

Алена ТАОВА.  
Фото автора

Ирина (6 лет)  
и Ислам (5 лет)  
кумыков,  
г. Баксан



«МАЛЕНЬКОЕ  
ЧУДО-2020»

Только один день!  
**23.11.20**  
РАССРОЧКА 0%  
скидки до **35%**  
УЗНАЙТЕ ПОДРОБНОСТИ:  
8 (8662) **22-90-09**  
г. Нальчик, ул. Ногмова, д. 65  
audiolife.ru

Консультирует ведущий специалист сети Аудиолайф

ООО ЗСА «РИТМ», ОГРН 5157746004576, г. Москва, ул. Легиневская, д. 11/10, стр. 4. Срок предложения 23.11.20 г. Количество товаров ограничено. Рассрочку предоставляет ООО ЗСА «РИТМ». Подробности и ограничения узнавайте на местах продаж. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

<p><b>УЧРЕДИТЕЛЬ:</b> ПРАВИТЕЛЬСТВО КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ</p> <p>Главный редактор <b>З.С. КАНУКОВА</b></p>	<p><b>Редакционная коллегия:</b> <b>Ф. КАРАЦУКОВА</b> (отв. секретарь), <b>О. КАЛАШНИКОВА</b> (редактор отдела), <b>М. БАЙСИЕВА</b> (редактор отдела).</p> <p><i>Над номером работали:</i> <b>С. СИХОВА</b> – дежурный редактор номера; <b>Т. БЕКУЛОВА</b> – комп. верстка; <b>И. ПОГОРЕЛОВА</b> – корректор</p>	<p>Телефоны <b>42-26-75</b> – отв. секр., <b>42-75-34</b> – корреспондентская; <b>42-26-75</b> – факс; <b>42-69-96</b> – реклама</p>	<p>Газета отпечатана в ООО «Издательство «Ожунский регион», 357600, Ставропольский край, г. Ессентуки, ул. Никольская, 5-а</p>	<p>Выходит по средам. Тираж <b>1662</b>. Заказ <b>2441</b>. Время подписания в печать по графику – <b>18.00</b> фактически <b>17 ноября в 17.00</b> Индекс – <b>31222</b></p>	<p>Газета «Горянка» зарегистрирована Региональным управлением Роскомплеча в Кабардино-Балкарской Республике 23.07.1998 г. Регистрационный номер - Н-0143</p>	<p><b>АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:</b> <b>360000</b>, г. Нальчик, пр. Ленина, 5 E-mail: gazeta-goryanka@list.ru. Instagram: goryanka_gazeta. You Tube: Газета Горнянка</p>
--	--	--	--	---	--	--