

№ 48 (1317)

27 ноября 2024 г.

Издается с 1993 г.

# Горянка



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-версия:  
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамары Ардаевой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ



**Сусанна  
ЗАБУНЯН,**  
тренер Федерации  
смешанных боевых  
единоборств РФ  
по СКФО,  
спортивный судья  
первой категории

**С. 11**

**С. 4** ЭПОХА РАСЦВЕТА  
МУЗЫКАЛЬНОЙ  
КУЛЬТУРЫ

**С. 5** ХРАНИТЕЛИ  
ТРАДИЦИЙ

**С. 15** ДЕЛАЙ ТО, ЧТО  
ЛЮБИШЬ. ЛЮБИ  
ТО, ЧТО ДЕЛАЕШЬ



Внимание жителей  
Кабардино-Балкарии!  
Во всех отделениях  
почтовой связи можно  
оформить подписку  
на газету «Горянка»  
на первое полугодие  
2025 года.  
Стоимость подписки  
на 6 месяцев –  
680,04 руб  
ПОЧТОВЫЙ  
ИНДЕКС – П5409

# НАГРАДА ЗА ТЯЖЕЛЫЙ И ОТВЕТСТВЕННЫЙ ТРУД

**В преддверии Дня матери Глава КБР Казбек КОКОВ вручил многодетным матерям Кабардино-Балкарии медали «Материнская слава».**

В мероприятии участвовали Председатель Парламента КБР Татьяна ЕГОРОВА, Председатель Правительства КБР Алий МУСУКОВ, главный федеральный инспектор по КБР Аппарата полномочного представителя Президента РФ по СКФО Дмитрий ВАСИЛЬЧЕНКО, главы администраций муниципальных районов и городских округов.

Поздравляя присутствовавших, а в их лице всех матерей Кабардино-Балкарии с праздником, Казбек Валерьевич отметил: «Самые теплые и искренние слова восхищения в этот день мы адресуем матерям, чьи сыновья сегодня мужественно и самоотверженно сражаются на передовой специальной военной операции за безопасное и достойное будущее России. И, конечно, наша безграничная признательность и безмерная благодарность многодетным матерям. Именно в многодетных семьях дети с малых лет осознают ценность взаимопонимания, взаимоуважения и единства. Большая семья и воспитание детей – это напряженный, тяжелый труд и огромная ответственность. Низкий поклон вам за ваш неустанный ответственный материнский труд, за безграничное терпение и душевную щедрость».

Глава республики напомнил, что вопросам поддержки семей, особенно многодетных, государство уделяет пристальное внимание. На днях была утверждена разработанная по поручению Президента РФ Стратегия действий по реализации семейной и демографической политики,



поддержке многодетности в Российской Федерации до 2036 года. В этом документе предусмотрены новые меры поддержки многодетных семей, направленные на усовершенствование правил предоставления им господдержки и льготных ипотечных кредитов, на строительство комфортного жилья, отвечающего потребностям семей с большим числом детей. Наряду с федеральными в Кабардино-Балкарии реализуются и свои дополнительные меры поддержки многодетных семей. Так, с 1 января нынешнего года вдвое увеличен с 250 до 500 тысяч рублей размер единовременной адресной социальной помощи многодетным семьям на улучшение жилищных условий, а с 1 сентября им полностью компенсируется родительская плата в детских садах.

В этом году к высокой государственной награде Указом Главы республики представлены Замира ЖАБОЕВА - шесть детей, Аксана КЕШТОВА - пять детей, Мадина ПШУКОВА - пять детей, Фатима НАЗРАНОВА - пять детей, Танзила ЭТЕЗОВА - пять детей, Елена АНТОНОВА - шесть детей, Рамета КАНУКОВА - пять детей, Фатимат ЭТЕЗОВА - пять детей, Ирина КОЧЕТКОВА - шесть детей, Зарема КАЛЯКОВА - пять детей, Марина ДЕВАЕВА - пять детей, Ирина ШИКОВА - восемь детей, Мадина ЗИХОВА - пять детей, Джульетта КУАШЕВА из Каменномостского - 11 детей, Марят ВИНДИЖЕВА - шесть детей, Ирина ШИГАЛУГОВА - шесть детей, Фатима ШОМАХОВА - шесть детей, Санят МАКОЕВА - пять детей, Марина АЙТЕКОВА - семь детей, Елена ГЕПАЛОВА - семь детей. Семье Куашевых, воспитывающих 11 детей, также был передан сертификат на автомобиль.

Алена ТАОВА

## ГЛАВА КБР ПРОВЕЛ ЕЖЕГОДНУЮ «ПРЯМУЮ ЛИНИЮ» С ЖИТЕЛЯМИ РЕСПУБЛИКИ

**Глава КБР Казбек КОКОВ провел ежегодную «прямую линию», в ходе которой ответил на вопросы жителей Кабардино-Балкарии. Задать вопрос или отправить видеобращение можно было в социальных сетях, по электронной почте, а также позвонив в колл-центр.**

Около двух часов К. Кокков отвечал на вопросы, касающиеся образования, здравоохранения, строительства, жилищно-коммунального хозяйства, дорожного ремонта, общественного транспорта, социальной поддержки граждан, участников СВО и их семей, спорта, культуры и многого другого.

Глава КБР сообщил, что в ежедневном режиме у него на рабочем столе находится так называемая «тепловая карта», отражающая всевозможные проблемы, - от прорыва водопровода и несанкционированных свалок до более сложных ситуаций, волнующих граждан. Это позволяет оперативно реагировать, исправляя недостатки в работе органов власти.

По словам К. Кокова, строительство современного онкологического диспансера на 250 коек продолжается. Он будет оснащен самым современным оборудованием, сегодня особое внимание уделяется его кадровому обеспечению. Строительство одного из крупнейших учреждений Кабардино-Балкарии - новой поликлиники №1 в Нальчике планируется завершить до конца года. Старое здание при необходимости также останется за системой здравоохранения.

Касаясь экономических проблем, Глава КБР разъяснил, что предприятия, которые по тем или иным причинам остановились, сегодня намного проще ввести в строй, чем создавать новые с крупными капиталовложениями. Эта практика в республике продлится как эффективная. «На ряде таких предприятий, как «Телемеханика», идет работа по возобновлению производства. Предприятия легкой промышленности, даже некрупные, эффективнее запустить, оказывая государственную поддержку. Мы эту работу продолжим», - сказал он.

Гости из Санкт-Петербурга сообщили, что этим летом прекрасно отдохнули в Кабардино-Балкарии и намерены приехать сюда снова. Они назвали Приэльбрусье настоящим местом силы. «Продолжим улучшать инфраструктуру, работу мест развлечений, общественных заведений для отдыха наших гостей. Постоянно идет работа по подготовке кадров для туриндустрии. Надо

более широко подходить к этому вопросу. Создавать условия для предпринимателей, чтобы они могли повышать свой уровень через различные семинары и форумы», - отметил Глава КБР.

Среди социальных вопросов - состояние школ, нуждающихся в капитальном ремонте, одна из них - в селе Октябрьском Майского района, а также строительство детского сада в селе Адюих. Жители республики обращались за помощью по поводу протекающей крыши в многоквартирном доме в селе Былым, ремонта дороги в Карагаче, благоустройства улиц Осетинской и Кабардинской в Нальчике после ремонта дороги (Глава пообещал, что оно будет завершено в первом квартале 2025 года). «Рассмотрим, проработаем, поможем, решим!» - отвечал он на каждую из многочисленных просьб.

Отвечая на вопрос о совершенствовании работы общественного транспорта, К. Кокков сообщил, что в республику в рамках нацпроекта поступили новые автобусы, но из-за дефицита водительских кадров проблема не решается так быстро, как хотелось бы. Он также сообщил, что большая работа ведется по реконструкции аэропорта в Нальчике.

Новогодние торжества в Кабардино-Балкарии пройдут скромно, без концертов и фейерверков, сообщил он: «Праздничных салютов и шумных мероприятий проводить не будем. Детские праздники и новогодние акции с участием детей обязательно проведем. Праздничная атмосфера в республике будет на должном уровне». Особое внимание в период новогодних праздников власти региона уделяют семьям и детям участников СВО, заверил он.

«Благодарен всем жителям Кабардино-Балкарии за неоценимый вклад в достижение основной цели - нашей победы. Самое главное сегодня - победа нашей страны над вызовами, с которыми мы столкнулись. Это не просто надежда, мы уверены, что справимся и обязательно победим. Наши дети и мы будем жить под мирным небом», - сказал К. Кокков, завершая встречу.

Ольга КАЛАШНИКОВА

## ОТКРЫТО ГОВОРИЛИ О ТОМ, ЧТО ПОЛУЧАЕТСЯ, А ЧТО НЕТ

**Казбек КОКОВ провел рабочую встречу с активом Кабардино-Балкарской региональной общественной организации «Комитет семей воинов Отечества», которому исполнилось два года. Во встрече участвовали председатель комитета Карина ОРЕХОВА - вдова офицера, погибшего на СВО, ее заместитель - ветеран СВО Мурат МАТУЕВ, получивший на фронте тяжелое ранение, президент регионального движения «Сила в правде» Ксения МЕЩЕРЯКОВА и Рэна КОЧЕСОКОВА, мужа которых являются участниками СВО.**

«Комитет вместе с другими нашими общественными организациями помогает семьям военнослужащих, участвующих в специальной военной операции, держит с ними обратную связь, занимается сбором гуманитарных грузов и волонтерской работой», - отметил К. Кокков в своем телеграм-канале. Были обсуждены вопросы дальнейшего взаимодействия регионального отделения Комитета семей воинов Отечества с органами государственной власти, региональным филиалом Фонда поддержки участников СВО «Защитники Отечества».

«Мы продолжим совместную работу, в том числе обязательно уделим больше внимания детям участников СВО в преддверии новогодних каникул», - сообщила Глава КБР. Он выразил благодарность КСВО за активную гражданскую позицию и непростую работу, которая имеет важное значение для государства и всех его граждан.

Встреча, длившаяся около полутора часов, прошла в теплой, свободной, можно даже сказать уютной, почти домашней атмосфере, - рассказала газете «Горянка» председатель регионального КСВО Карина Орехова. - Мы открыто говорили о том, что получается, а что нет, какие возникают вопросы. Есть проблемы, которые мы можем решить сами, а есть, которые не в силах самостоятельно преодолеть. Глава КБР принял их с достоинством и заверил, что они будут решены.

За два года нашей деятельности отработано девять тысяч обращений. Надо отметить, число обращений, связанных с поддержкой семей участников СВО, уменьшилось в разы. Бойцов сейчас волнуют выплаты за ранения, боевые, выплаты из приказов и прочая документация. На сегодня большая часть обращений связана с поиском пропавших без вести. Ситуации бывают разные. В первую очередь связываемся с воинской частью, мы работаем со всеми частями, в которых воюют наши ребята. Уточняем, в каком статусе находится боец, которого разыскивают родственники. Если воинская часть подтверждает статус без вести пропавшего, начинаем собственное расследо-

вание. Ищем свидетелей. Проверяем все госпитали, вдруг у бойца была контузия или он находится без сознания. Третий ступень - подаем список разыскиваемых Татьяне МОСКАЛЬКОВОЙ, Уполномоченному по правам человека в Российской Федерации, курирующей обмен пленными. Бывает, узнаем самый тяжелый исход, когда погибший остался на поле боя и его тело не смогли забрать. В этой ситуации родным остается только набраться терпения и ждать. Конечно, бывают случаи обнаружения пропавшего, тогда это кажется чудом. Одного бойца мы искали почти восемь месяцев, уже готовили документы в суд по признанию его погибшим, и тут его имя попадает в список на обмен пленными. Родные сначала не верили, находясь в шоке. А потом - ни с чем не сравнимая радость.

По-прежнему уделяем много внимания детям участников СВО. Отдельная тема - когда в гости к нам привозят детей с освобожденных территорий, да и с неосвобожденных тоже, если появляется такая возможность. Как правило, они приезжают к нам лагерным потоком на двадцать дней. Проводим с ними разные мероприятия, без внимания не оставляем никого.

Сейчас готовим фотовыставку «Мамы героев», где им будут выданы медали за сыновей, которые улетели от нас, как белые журавли, и благодарственные письма. Надеюсь, она откроется в Музтеатре в этом году. Сейчас идет фотосессия. Там будут не только портреты матерей, но и рассказы об истории семей. Конечно, согласились на это не все. Кто-то просто к этому не готов, для других это вообще не приемлемо. Но, я думаю, когда увидят выставку, многие из отказавшихся тоже захотят. В планах также фотовыставка «Тыжи героев», «Жены героев», «Дети героев», «Семьи героев». Это федеральный проект, во многих регионах он уже успешно реализуется. Когда же боевые действия закончатся победой и ребята окажутся дома, проведем еще одну фотосессию, где будут запечатлены вернувшиеся герои со своими семьями.

Наталья АЛЕКСЕЕВА

## ЕЕ ИМЯ БУДЕТ ЖИТЬ

В Нальчике состоялось торжественное открытие мемориальной доски видному государственному и общественному деятелю Кабардино-Балкарской Республики Розе САБАНЧИЕВОЙ. Она установлена на стене дома, где жила Роза Каншумасовна. Много лет она была комсомольским лидером республики, возглавляла обком комсомола, свхше двух десятилетий проработала в должности председателя регионального Совета профсоюзов. Затем вместе с женским активом республики создала газету «Горянка» и до 2006 года оставалась главным редактором издания.



Открывая митинг, министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ отметил, что Роза Каншумасовна в разные годы занимала важные посты республики, активно занималась общественной деятельностью и была достойным гражданином своего родного края: «Она до последнего дня интересовалась тем, что происходит в республике, и по возможности помогала тем, кто нуж-

дался в ее поддержке. Еще одно имя будет увековечено на проспекте Ленина, и каждый раз, проходя мимо этой таблички, будем говорить: «Спасибо, Роза Каншумасовна, за вашу доброту, за то, что всю себя отдала родной республике». Уполномоченный по правам человека в КБР Борис ЗУМАКУЛОВ подчеркнул: «В последнее время мы замечаем, что руководство

Министерства культуры КБР и г.о. Нальчик делает многое, чтобы увековечить память достойных сыновей и дочерей Кабардино-Балкарии. Роза Каншумасовна была представителем той замечательной плеяды великих женщин КБР, которые в послевоенное время сделали многое, чтобы Кабардино-Балкария развивалась. Она войдет в нашу историю как талант-

ливый руководитель, умелый организатор и человек, причастный к развитию всесоюзного курорта Нальчик. Она много лет была руководителем профсоюзного движения республики и красиво представляла его на международной арене. Никто не вечен в жизни. Но если оставил добрые дела, его имя будет жить. Имя Розы Каншумасовны будет жить вечно».

Председатель Федерации профсоюзов КБР Фатимат АМ-ШОКОВА поблагодарила Главу КБР Казбека КОКОВА, Министерство культуры и администрацию г. Нальчика за то, что поддержали инициативу профсоюзного актива по увековечению памяти Розы Сабанчиевой, и отметила, что золотой век развития профсоюзов в нашей республике связан с ее именем. Мы обязаны сохранить память о ней и ее хороших делах.

Старший рода Сабанчиевых - Заудин Муратович поблагодарил всех причастных к увековечению памяти Розы Каншумасовны, которой всегда гордился род.

Право открыть мемориальную доску было предоставлено Мухадину Кумахову и сыну Розы Каншумасовны - Баразби САБАНЧИЕВОЙ.

Лана АСЛАНОВА.

Фото Тамары Ардавовай

## Благословенна балкарская мать

Празднованию Дня матери было посвящено торжественное мероприятие, состоявшееся в гостинице «Азимут», «Жаным кюрман болсун таулу ангаь!» («Пусть будет благословенна Балкарская мать!»), организованное газетой «Заман».

На чествование было приглашено около трех десятков многодетных матерей - представительниц из разных населенных пунктов Кабардино-Балкарии: Нальчика, Хасаньи, Белой Речки, Верхней Балкарии, Ташлы-Талы и Новой Балкарии.

Поздравить и выразить слова благодарности виновницам торжества, а в их лице и всем матерям за нелегкий, но очень уважаемый труд матери, за сохранение народных традиций и преданность домашнему очагу пришли главный редактор газеты «Заман» Хасан КОНАКОВ, депутаты Парламента КБР Курман СОТТАЕВ и Амур ТЕКУЕВ, руководитель совета родов балкарского народа «Бирлик» Ахмат СУМАЕВ, председатель Общественного совета Эльбурского района Азрет СЕЛЯЕВ, помощник главы администрации Черекского района Харун БАЙСИЕВ.

Обращаясь к прекрасным матерям, Хасан Конаков выразил глубокую при-

знательность за их неоценимый вклад в воспитание подрастающего поколения, сохранение и передачу национальных традиций, а также за создание крепкого семейного очага, являющегося основой общества. Выступившие подчеркнули важность роли матери в жизни каждого человека и развитии общества в целом. Помимо теплых слов поздравлений, каждая из присутствовавших матерей получила от спонсоров ценные подарки и благодарственные письма, ставшие настоящим знаком признания заслуг перед обществом и Родиной. Для милых мам в этот день исполнялись национальные балкарские песни и танцы, декламировались стихи, отражающие красоту и богатство балкарской культуры. Прозвучали проникновенные стихи, посвященные материнству, самоотверженности и силе духа балкарских женщин. Трогательный вечер для приглашенных женщин стал незабываемым праздником, который они еще долго будут с теплотой вспоминать.

## «Сердце к сердцу»

В преддверии Дня матери педагоги и учащиеся ГБОУ «Республиканская многопрофильная гимназия» Минпросвещения КБР совместно с ГКУ «Республиканский комплексный центр социального обслуживания населения» провели благотворительную акцию «Сердце к сердцу».

В рамках акции педагоги с учениками 7-х классов гимназии с продуктовыми наборами посетили на дому пять одиноких бабушек, которые особенно нуждаются в заботе и внимании, - рассказала советник директора по воспитанию, учитель истории Лиана КАНКУЛОВА. - Ребята поздравили бабушек с Днем матери, поинтересовались их здоровьем и просто тепло пообщались. В каждом доме нас встречали с большой радостью, а на лицах бабушек сияли улыбки. Им было приятно понимать, что о них не забывают.

Л. Канкулова отметила, что данная акция проводится впервые, но планируется сделать ее традиционной. Потому что смысл жизни каждого человека должен заключаться в том, чтобы успеть совершить как можно больше благих дел и оставить значимый след. Забота о пожилых людях - наша моральная обязанность. «Пожилые люди внесли свой вклад в развитие общества, поэтому мы должны ответить на эту заботу уважением к ним. Мы благодарны родителям наших учеников за поддержку в организации акции. Такие мероприятия помогают воспитать ответственное и неравнодушное поколение», - сказала Лиана Канкулова.

Наши корр.

## Победа куется в тылу

В Баксане для участников специальной военной операции подготовлена очередная партия гуманитарного груза. Руководители и работники образовательных учреждений, школьники и их родители объединились для одной цели - помочь нашим героям. Общими усилиями собрали необходимые вещи для них - продукты питания, бытовую технику, предметы личной гигиены, теплую одежду, окопные свечи, маскировочные сети и, конечно, письма наших детей.

Гуманитарный груз, сформированный в том числе по пожеланиям самих бойцов, собран и доставлен в один из объектов на территории городского округа Баксан. На следующей неделе он будет отправлен в зону проведения СВО.

«Такие акции в Баксане проводятся на регулярной основе. Мы планируем продолжать их. Совместными усилиями приближаем нашу общую победу, она куется в том числе и в тылу», - отметил глава администрации города Хачим МАМХЕГОВ.

Анжела ГУМОВА



22 ноября в Северо-Кавказском государственном институте искусств вспоминали безвременно ушедшую из жизни всеми любимую Мадину МИДОВУ - музыканта, профессора, заслуженного деятеля искусств Кабардино-Балкарской Республики, заслуженного деятеля искусств Карачаево-Черкесской Республики, лауреата международных конкурсов (1964-2018 гг.). Вечер памяти, или, как предпочитают говорить коллеги Мадины Каральбиевны, вечер воспоминаний был посвящен 60-летию со дня ее рождения. Он состоялся под руководством доцента кафедры вокального искусства и дирижирования, заведующей учебным отделом, лауреата международных конкурсов Лейлы ЖАППУЕВОЙ.

В СКГИИ Мадина Мидова работала со дня открытия вуза сначала заведующей кафедрой хорового дирижирования, а затем деканом театрального факультета и факультета заочного обучения, была бессменным руководителем смешанного хора СКГИИ.

Актовый зал института был полон - пришли коллеги, ученики, друзья и близкие Мадины Каральбиевны. Все говорили о том, каким она была светлым и позитивным человеком. А потому и вечер воспоминаний получился не надрыдно печальным, а лирически грустным. Этот тон во многом задавала ведущая мероприятия - заведующая кафедрой истории и теории музыки, доцент, заслуженный деятель искусств Республики Ингушетия Людмила НАЛОЕВА.

Своими воспоминаниями о Мадине Каральбиевне со зрителями поделились заведующая кафедрой вокального искусства и дирижирования СКГИИ, профессор, народная артистка РСФСР, заслуженная артистка КБР Наталья ГАСТАШЕВА; профессор, заведующая кафедрой ОГСЭД СКГИИ Людмила ШАУЦУКОВА; заведующая кафедрой актерского мастерства СКГИИ, профессор Тамара БАЛКАРОВА; директор ДШИ им. С.Б. Абаева г. Тырнауза Наталья РИДИНГЕР; директор ДМШ №2 г. Нальчика Марьяна ОСМАНОВА и директор ДМШ №3 г. Нальчика Маритта ХАУПА.

В концертной программе прозвучали любимые произведения Мадины Мидовой и голоса тех, в ком она видела талант. Преподаватель отделения вокального искусства ККИ СКГИИ, лауреат международных конкурсов, солистка Государственного музыкального

театра КБР Евгения САЕНКО исполнила произведение «День ли царит!», заведующая кафедрой оркестровых инструментов, камерного ансамбля и концертмейстерского мастерства, заслуженный работник культуры РСО-Алания, лауреат международных конкурсов Алина МОКАЕВА и старший преподаватель кафедры фортепиано и методики, лауреат всероссийских конкурсов Аида ХАГУНДОКОВА - «Мелодия белой ночи», выпускница СКГИИ, вокалистка Замира ЖАБОЕВА - «Эхо», заслуженный артист КБР Азамат БЕКОВ - «Женские глаза», студенты кафедры хореографии - «Взгляд черкешенки», хор выпускников кафедры вокального искусства и дирижирования разных лет - «Верни мне музыку», вокальный ансамбль выпускников СКГИИ и солистов Государственного музыкального театра - «Тбилиси».

В завершение сводный хор Государственного музыкального театра КБР, Северо-Кавказского государственного института искусств и колледжа культуры и искусств СКГИИ исполнил сюиту для смешанного хора без сопровождения в четырех частях «Посвящение» Тамерлана ХОСРОЕВА, посвященную Мадине Мидовой. Дирижер - главный хормейстер Музыкального театра КБР, преподаватель кафедры вокального искусства и дирижирования СКГИИ Зарета ДЗУГАНОВА.

Республика потеряла талантливого музыканта, педагога и организатора. Но память о ее заслугах жива. В ноябре 2018 года решением ученого совета института хоровому классу, в котором она работала, и Северо-Кавказскому конкурсу дирижеров, идеальным вдохновителем и организатором которого была Мадина Каральбиевна, присвоено ее имя. К 60-летию со дня рождения методический совет СКГИИ издал сборник произведений и воспоминаний «В ней было солнце...» В ней было солнце, тепло которого еще долгие годы будет согревать всех, кому посчастливилось с ней соприкоснуться.

Алена КАРАТЛЯШЕВА.

Фото Тамары Ардавовай

# ЭПОХА РАСЦВЕТА МУЗЫКАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ

Руководитель проекта - профессор кафедры фортепиано и методики СКГИИ, заслуженный деятель искусств Республики Адыгея Бала КОКОВА с творческой группой исполнителей собрала и систематизировала разнобразные архивные материалы: фотографии, аудио- и видеозаписи, артефакты, относящиеся к 30-60-м годам прошлого столетия, - одному из самых интересных и ярких периодов в истории культуры Кабардино-Балкарии. Большая часть собранных материалов вошла в каталог, состоящий из нескольких разделов, каждый из которых посвящен отдельным сферам музыкального творчества республики 30-60-х годов, а также фотоснимков, относящихся к этому периоду. Это народные музыканты и самодеятельные коллективы; Кабардинская студия при Ленинградской консерватории; хоровые коллективы; Государственный ансамбль песни и пляски; система музыкального образования; Государственная филармония; Музыкальный театр; Союз композиторов. В сборнике можно найти редкие снимки народных адыгских музыкантов - джегуако и балкарских музыкантов-сказателей - халжычрич.

Именно в эти годы закладывались основы национальной музыкальной культуры. Важную роль в этом процессе сыграли видные деятели советской музыкальной культуры - композиторы, музыканты-исполнители, среди которых были такие личности, как А. АВРААМОВ, Т. ШЕЙБЛЕР, В. МУРАДЕЛИ, Л. КОГАН, и другие.

Проект призван подчеркнуть особую ценность того периода в истории искусства КБР и сохранить память о людях, создававших эту историю. На выставке представлены фотографии из архива Национального музея Кабардино-Балкарии, архивов старейших детских музыкальных школ республики, а также колледжа культуры и искусств СКГИИ.

В проекте присутствуют работы талантливого советского фотографа и журналиста Семена ФРИДЛАНДА и Евгении СТУДЕНЦКОЙ, кавказоведа и собирателя этнографических коллекций. Авторы большинства снимков нам, к сожалению, не известны. Однако хочется выразить им огромную благодарность за то, что запечатлели важные моменты истории музыкального искусства нашей республики.

## КАБАРДИНСКАЯ СТУДИЯ ПРИ ЛЕНИНГРАДСКОЙ КОНСЕРВАТОРИИ

27 февраля 1946 года был издан приказ Комитета по делам искусств при СНК СССР организовать в составе Ленинградской орден Ленина государственной консерватории им. Н.А. Римского-Корсакова Кабардинскую оперную студию с контингентом учащихся 25 человек. Студия должна была готовить кадры для будущего национального оперного театра.

Сотрудники Управления по делам искусств выезжали в районы республики, отбирая одаренных юношей и девушек. Желающих поехать на учебу в Ленинград было много, комиссия прослушала более ста претендентов. Поскольку у большинства абитуриентов не было музыкальной



**Уникальная передвижная фотовыставка «Истоки. Из истории становления профессионального музыкального искусства Кабардино-Балкарии» была создана на базе Северо-Кавказского государственного института искусств. Проект реализован в рамках гранта Президента Российской Федерации для поддержки творческих проектов общенационального значения в области культуры и искусств.**

подготовки, основными критериями при отборе были хорошие вокальные данные и музыкальный слух. В результате была сформирована группа из 29 человек, среди них - Вера КАЙТУКОВА (БАЛОВА-КУАШЕВА), Бица БЛЕНАОВА, Мухадин БАЛОВ, Хату КЕРЕФОВ, Николай ИВАЗОВ, Михаил КУНИЖЕВ, Муса ХАСАНОВ, Цона ШАМХАЛОВА, Ляля БУСЬКО, Хасан СЕКРЕКОВ и Казима НАУЖОКОВА (ЭРКЕНОВА). В конце сентября 1946 г. они были отправлены на учебу в Кабардинскую оперную студию при Ленинградской орден Ленина государственной консерватории. Первый набор состоялся в основном из вокалистов, которых обучали выдающиеся мастера оперного искусства О. ПЯТЫШЕВА, П. АНДРЕЕВ, С. АКИМОВА и К. ИСАЧЕНКО. Студент композиторского отделения Мухадин Балов занимался в классе известного композитора Ю. КОЧУРОВА. Бица Бленаова училась на дирижерско-хоровом отделении у таких патриархов хорового искусства, как А. ЕГОРОВ и Г. ДМИТРИЕВСКИЙ. В сентябре 1947 года в Ленинград приехали новые студии, среди них - Ирина КАСУМОВА (ШЕРИЕВА), Хасан КАРДАНОВ, Владимир КОДЗОКОВ, Хажбекер ХАВПАЧЕВ и Бица АТАЛИКОВА.

В целом в Кабардинской студии в 1946-1956 гг. учились 40 человек.

Выпускники Кабардинской оперной студии сыграли важную роль в развитии системы музыкального образования республики. Воспитанные в лучших традициях отечественной культуры, они внесли неоценимый вклад в становление и развитие творческих организаций республики - Государственной филармонии, ансамбля песни и танца «Кабардинка», Музыкального театра, хора радио и телевидения. Велика их заслуга и в повышении уровня музыкального образования в Кабардино-Балкарии.

## ХОРОВОЕ ИСКУССТВО

В 1937 г. Правительство Кабардино-Балкарии создает комиссию по организации

профессионального кабардинского хора. Работу по набору певцов в хор поручают выпускнику Московской консерватории Александру ПОКРОВСКОМУ, который длительное время руководил самодеятельными хоровыми коллективами Нальчика. Он ездил по кабардинским селам и отбирал юношей и девушек с хорошими вокальными данными.

1 февраля 1939 года состоялась торжественная церемония открытия Кабардинского государственного хора под руководством А. Покровского и был дан первый концерт. В программу вошли обработки народных кабардинских песен, сделанные А. АВРААМОВЫМ, в том числе героической песни «Анди-миркан» и лирической «Накулен».

Со временем хор стал включать в свой репертуар не только национальные произведения, но и сочинения зарубежных и отечественных композиторов.

25 января 1939 года бюро Кабардино-Балкарского обкома партии приняло решение о создании Балкарского хора. Художественным руководителем был назначен А. Покровский. 3 августа 1940 года состоялось торжественное открытие нового коллектива. Программу для него готовили А. Покровский и Т. Шейблер. Они осуществили обработку таких известных балкарских песен, как «Гапалау», «Солтан-Хамид», «Жерме», и других.

В конце августа того же года оба хора - Кабардинский и Балкарский были объединены в Кабардино-Балкарский государственный хор, состоящий из 60 человек.

24 декабря 1940 года государственный хор был приглашен в Москву, где были осуществлены звукозаписи песен в исполнении коллектива и состоялась первая выступление по Всесоюзному радио.

Во время Великой Отечественной войны государственный хор был объединен с Кабардино-Балкарским ансамблем песни и пляски.

Благодаря деятельности хора было сохранено много народных героических песен кабардинцев и балкарцев, были сохранены и черты национальной исполнительской манеры. При этом звучание хора было отмечено высоким академизмом.

В 1965 году Государственный ансамбль песни и пляски был реорганизован. Вместо него появились два самостоятельных коллектива - государственный ансамбль народного танца «Кабардинка» и Хор радио и телевидения Кабардино-Балкарии, который просуществовал более тридцати лет.

## ДЕТСКОЕ ТВОРЧЕСТВО

В 30-е годы большое внимание уделялось детскому творчеству. 8 марта 1934 г. в Нальчике был открыт Дом внешкольного воспитания, инициатором создания которого была А. КАЛМЫКОВА. Вскоре Дом внешкольного воспитания был преобразован во Дворец пионеров, ему передали лучшее в то время в Кабардино-Балкарии здание Ленинского учебного городка. В нем функционировало много кружков, были организованы детский хор, оркестр, танцевальная студия, детей обучали игре на различных инструментах и музыкальной грамоте.

В 1936 году сначала на базе Дворца пионеров, а затем в собственном здании была открыта первая детская музыкальная школа, где пятьдесят детей стали обучаться игре на фортепиано, скрипке и виолончели. Были открыты филиалы школы в поселке Кенже и Вольном Ауле. В 1957 году открывается Детская музыкальная школа в Прохладном. В конце 50-х в Кабардино-Балкарии были открыты музыкальные школы в Нарткале и школе искусств в Терееке.

В 1960 г. детские музыкальные школы и школы искусств открываются в Баксане, поселках Залукокоже, Кашхатау, в сельском поселении Анзорей. Таким же плодотворным стал 1962 год, когда состоялось открытие детской музыкальной школы № 2 г. Нальчика, детских музыкальных школ в п. Чегем и в Майском районе.

Значимым событием в культурной жизни республики явилось открытие в 1956 году Нальчикского музыкального училища (в настоящее время колледж культуры и искусств СКГИИ). К началу деятельности Нальчикского музыкального училища в нем функционировало четыре отделения - фортепиано, народных инструментов, пения и хорового дирижирования. Первым директором музыкального училища был назначен Хасан Карданов. Первыми преподавателями были выпускники московских и ленинградских вузов - Беатриса ФРИДМАН, Майя КОКОВА, Трувор Шейблер, Иван ВОЛЬНОВ, Любовь ЛИСОВСКАЯ и Николай ПАХОМОВ.

Бэла Кокова отметила, что искренний интерес публики к проекту наводит на мысль о его продолжении, а пока все, кто смог с ним познакомиться, узнают, какой стремительный подъем происходил в истории культуры и искусства республики в 30-60-е годы прошлого столетия.

Лилиана ШОРДАНОВА.

Фотоколлаж Тамары Ардавовой

## Проект заработает с нового года

В России планируется реализовать программу «Земский работник культуры». Проект вступит в силу с 1 января 2025 года. Это позволит привлечь новых специалистов в учреждения культуры, расположенные в сельских населенных пунктах, рабочих поселках, поселках городского типа и малых городах.

Программа призвана поэтапно решать кадровые вопросы. По данным Министерства культуры РФ, в следующем году планируется привлечь на работу более 1100 специалистов.

Для участников проекта предусмотрена единовременная выплата в размере одного миллиона рублей. Выплата специалистам, переехавшим на работу в ДНР, ЛНР, Запорожскую и Херсонскую области, а также в регионы Дальневосточного федерального округа, составит два миллиона рублей.

## На площади Абхазии пройдет передвижная выставка трофейной техники из зоны СВО

С 28 ноября по 1 декабря на площади Абхазии в Нальчике пройдет выставка трофейной техники ВСУ и стран НАТО, захваченной военными Южного военного округа (ЮВО) в ходе выполнения задач специальной военной операции.

В экспозиции выставки будет представлена военная техника иностранного производства, в том числе боевые машины пехоты М2 «Брэдли» (США), «Мардер» (Германия), CV90 (Швеция) и БМП-1У (Украина), бронетранспортеры М113А4 и Cougar MRAP (США), М113G3DK (Дания), FV 103 Spartan (Великобритания), броневые автомобили Roshel (Канада), «Варта», «Козак-2М1», БТР-3Е1 и БТР-4Е (Украина), многоцелевой автомобиль повышенной проходимости НММВВ «Хамви» (США) и украинский танк Т-64БВ «Булат». Отдельные площадки выставки будут посвящены трофейным разведыва-

тельным и ударным беспилотным летательным аппаратам, стрелковому и противотанковому вооружению противника. О захвате техники расскажут участники спецоперации.

На площади будет работать мобильный пункт отбора на военную службу по контракту, где специалисты ЮВО расскажут об условиях службы, а кандидаты пройдут первичный отбор. С концертными номерами выступят творческие коллективы республики, будет развернута полевая кухня. Экспозиция будет доступна для посетителей с 10 до 18 часов.

Подготовила Анжела ГУМОВА

## ХРАНИТЕЛИ ТРАДИЦИЙ

**Интернациональная чета Ивана и Карины КУРАСОВЫХ из Баксана образовалась 13 лет назад. За это время они стали большой многодетной семьей, где воспитываются четверо детей – два мальчика и две девочки. А в этом году они заняли второе место в номинации «Семья – хранитель традиций» в региональном этапе всероссийского конкурса «Семья года».**

- Наш союз является счастливым и успешным продолжением семей, в которых мы родились и выросли, - говорит Карина. - А выросли мы в многодетных семьях. Мои свекры – Николай Иванович и Валентина Андреевна воспитали четверых своих детей и одного приемного. У моих родителей – Аслана и Светланы ЛИХОВЫХ четыре дочери. Они воспитали и дали образованием мне и моим сестрам. А когда пришло время создавать свой очаг, мама сказала, что я должна всем сердцем принять новый дом, тогда получится крепкая и дружная семья. Родители супруга приняли меня замечательно. К ним с большим уважением относятся в Баксане, где проработали более тридцати лет на благо родного города. Это люди, ставшие символом трудолюбия и преданности выбранному делу, за плечами которых много наград и грамот. Мои родители тоже принимают активное участие в жизни города, работают в разных социально значимых организациях города. Лиховы родом из села Каменномостского, но дедушка когда-то переехал в Баксан. Там же поселились и родители супруга, ранее жившие на Ставрополе. Для нашей семьи и детей Баксан стал родным городом.

### ТЕРПЕНИЕ И ДОБРОТА

- Наша семья родилась 10 сентября 2011 года в загсе г. Баксана. Наши отцы уже были знакомы по работе. А будущего супруга узнала, когда он приехал к брату, жившему неподалеку от нас. Когда справились свадьбу, родители решили соблюсти традиции и русского, и кабардинского народов. Этому правилу мы следуем до сих пор во всем. В наших семьях никогда не возникало вопроса национальности. Родители супруга, особенно отец, много лет прожили здесь и хорошо знакомы с нашими обычаями и традициями. Супруг хорошо знает язык, хотя и не говорит на кабардинском. А во мне течет кровь русской бабушки. Наверное, это тоже сыграло свою роль. Мы считаем, что когда люди разных национальностей образуют семью, языковые и культурные различия не мешают, если между



супругами любовь и уважение. Терпение и доброта помогают преодолевать все трудности.

Традиции и ценности в такой интернациональной семье, как наша, разные. Отмечаем мусульманские и православные праздники. Поскольку я мусульманка, соблюдаю пост, а супруг поддерживает меня в этом. Отмечаем Уразу, Курбан-байрам и, конечно, Пасху. В этот день поздравляем всех родственников Ивана. Словом, уважительно относимся к традициям и обычаям друг друга. Обязательными для нас также являются праздники День семьи, любви и верности, День матери и День отца. А День Победы для нас – особое событие. Мы трепетно относимся к патриотическому воспитанию детей и бережно передаем память о тех, кто защищал нас ценой своей жизни. Стараемся поселять в душах наших детей доброту, отзывчивость, сострадание, уважение к другим людям и национальностям.

### ПРОДОЛЖЕНИЕ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ

- Как и наши родители, мы люди с активной гражданской позицией. Супруг уже 17 лет работает в сфере теплоснабжения. Организовал свою бригаду, о качестве работы которой знает весь Баксан. Он любит свою профессию, а потому и заказов много. Я с 2017 года работаю в МКУ ДО «Спортивная школа им. А.Т. Шаова» в должности

заместителя директора по хозяйственной деятельности. У нас небольшой, но дружный коллектив. Много видов секций и талантливые спортсмены. Сейчас я в декретном отпуске и с нетерпением жду, когда вновь вернусь на работу. Образование получила в Москве, но нравиться жить в Баксане. Здесь все так близко и знакомо. Здесь наши родственники, друзья и природа – все свое и родное.

### ВОСПИТЫВАЕМ НА ЛИЧНОМ ПРИМЕРЕ

- Старшие сын и дочь – уже школьники, активно участвуют в жизни школы. Рустам учится хорошо, уже три года посещает секцию футбола в МКУ ДО «СШ им. А.Т. Шаова». В составе своей команды участвовал в турнирах различных уровней. Выступали в Анапе и Минеральных Водах, где заняли призовые места. В его копилке грамота за активное участие в конкурсе «Здоровые зубы – это здорово!». Награжден за хорошую учебу и активное участие в жизни класса. Занял второе место в городском конкурсе декоративно-прикладного творчества «Новогодняя игрушка». Увлекается компьютерными технологиями и английским языком. Занимается в Центре детского творчества г.о. Баксан.

Элина – отличница. Также с удовольствием посещает ЦДТ г.о. Баксан, кружок бисероплетения, является воспитанницей образцового ансамбля эстрадно-акробатического танца «Модис». Награждена дипломом первой степени республиканского конкурса младших школьников «Знатоки природы» Министерства просвещения и науки КБР. Является участницей республиканской олимпиады для школьников начальных классов по русскому языку «Эльбрус».

Младшая дочь – Селина пошла в детский сад, а младшему сыну – Ренату только год.

Мы стараемся воспитывать детей на личном примере. Они видят, что мы соблюдаем все традиции, отмечаем праздники, проявляем уважение к старшим, надеемся, что дети будут нашим достойным продолжением. Родители супруга сейчас живут в селе Кременгуч-Константиновском. Мы часто навещаем их. Дети видят, как важно ценить старших и оберегать их. Надеемся, когда они вырастут, будут такое же отношение прививать уже своим детям.

### ГОД ПРИНЕС МНОГО РАДОСТИ

- Этот год, который объявлен Президентом страны Владимиром ПУТИНЫМ Годом семьи, принес нам много положительных эмоций. Благодаря участию в конкурсе о нас многие узнали, услышали в свой адрес много поздравлений и хороших пожеланий. Благодарны всем, кто причастен к организации таких по-настоящему праздничных мероприятий, и всем, кто поверил в нас, в то, что мы достойны представлять Баксан на республиканском уровне. Семьям важно знать, что о них помнят и заботятся.

Алена КАРАТЛЯШЕВА

## СТЕНА ГЕРОЕВ

В рамках комплексного патриотического проекта «Стена героев» в семи муниципальных образованиях Кабардино-Балкарии прошло открытие мемориальных стендов «Парта героя» и «Стена героев».

Мероприятие прошло в городах Прохладном, Майском и Тереке, селах Озрек, Аргудан, Анзорей и Верхний Акбаш. На открытии собрались родственники героев, представители местной власти, сотрудники Дома молодежи, активисты сельских поселений и молодежь.

Мемориальные таблички увековечили имена погибших участников СВО Азамата БАЖЕВА, Астемира ДОЛОВА, Мурата ЖИГУНОВА, Артура ХАЛИШХОВА и Хусейна СОХРОКОВА. Также стенды сохраняют память о бойцах, которые были посмертно награждены орденом Мужества: Алексеем КЛИМЕНКО, Эдуарде МАЦАЛЫШЕНКО, Юрии ШТУКЕРТЕ и Артуре КЦОЕВЕ. На мемориальных стендах размещены фотографии и биографии героев, а также QR-коды, с помощью которых можно получить более подробную информацию о них.

В рамках комплексного патриотического проекта «Стена героев» планируется открытие мемориальных стендов во всех муниципальных образованиях республики. Мероприятие реализовано в рамках федеральной программы комплексного развития молодежной политики «Регион для молодых» в целях патриотического воспитания подрастающего поколения и сохранения исторической памяти о героях, посвятивших свою жизнь защите Родины.

Наталья АЛЕКСЕЕВА

## Архиепископ Феофилакт после реставрации провел праздничную литургию в храме Святого Архистратига Михаила

В свой престольный праздник, 21 ноября, храм Святого Архистратига Михаила в городе Майском отметил двойной юбилей – 175-летие со дня возведения первой деревянной церкви и 115-летие строительства кирпичного здания храма.

Торжества начались с праздничной литургии, которую возглавил архиепископ Пятигорский и Черкесский Феофилакт. После богослужения прихожане приняли участие в крестном ходе, посвященном этим двум важным датам в истории храма.

Но праздничные мероприятия были связаны не только с историческими событиями. К этому дню завершились работы по реставрации и обновлению внутреннего убранства храма. На протяжении многих десятилетий здание нуждалось в капитальном ремонте, и сегодня оно предстало перед прихожанами в новом облике. Стены храма окрашены в свежий голубой цвет, который подчеркивает красоту икон. Сами иконы также прошли тщательную очистку, благодаря чему вновь засияли первозданным блеском.

Особую благодарность прихожане выразили администрации Майского района за содействие в доставке и установке строительных лесов, необходимых для проведения высотных работ.

История храма Святого Архистратига Михаила началась еще в 1849 году, когда на станичном сходе было решено постро-

ить церковь в ст. Пришибской. Спустя год, 8 ноября 1850 года, деревянное здание на каменном фундаменте с колокольней было освящено во имя святого Архангела Михаила.

Однако уже к началу XX века жители Пришибской осознали необходимость создания нового, более долговечного сооружения. Так началось строительство кирпичной церкви, которое продолжалось два года и завершилось торжественным освящением в 1909 году.

Этот юбилей стал важным событием для всех православных жителей района. Праздник объединил людей разных поколений, напомнил им о духовных корнях и исторической преемственности. Храм, сегодня переживающий второе рождение после реставрации, продолжает оставаться центром духовной жизни города и символом веры, связывающим прошлое и настоящее. Он будет еще долгие годы служить местом молитвы и утешения для всех, кто приходит под его своды.

Ольга КАЛАШНИКОВА.

Фото пресс-службы

администрации Майского района



# СБОРНИК ПРОИЗВЕДЕНИЙ КАБАРДИНСКОГО АВТОРА ВЫПУЩЕН В ИНДИИ

• ПРЕЗЕНТАЦИЯ

На презентацию книги и просмотр спектакля собрались русисты – преподаватели и переводчики, деятели культуры Индии, дипломаты, студенты индийских университетов и соотечественники. Примечательно, что книга и спектакль



**Писатель-переводчик  
Вед Кумар Шарма**

нашей землячки вышли в Индии наряду с рассказами известного русского писателя Василия ШУКШИНА. Премьера постановки по рассказу В. Шукшина «Страдания молодого Ваганава» состоялась там же. Автор переводов обоих сборников – писатель, переводчик Вед Кумар ШАРМА. С приветственным письмом в адрес организаторов мероприятия обратился директор Института перевода Евгений РЕЗНИЧЕНКО. Он выразил особую благодарность переводчице Веду Кумару Шарме, благодаря таланту и искусству которого драматургия советского классика Василия Шукшина и замечательной современной российской писательницы Зарины Кануковой зазвучала на хинди. Автор десяти книг, Зарина Канукова создает свои художественные тексты на родном кабардино-черкесском языке и переводит их на русский. Уже второй год представляет антологию литературы народов России на международных площадках. Книга «Сказки сердца» («Горянка», № 19, 2023 г.) – сборник избранных стихотворений, а также пьес в авторском переводе была издана АСПИР в рамках двуязычной серии «Местоимения» в 2022 году и презентована в Москве. В издание вошли стихи в переводе Георгия ЯРОПОЛЬСКОГО и поэта, переводчица Ирины ЕРМАКОВОЙ. Завершает книгу послесловие театроведа Светланы ШХАЛАХОВОЙ.

Пьеса «Жили-были и всегда» («Шылац, псуаца, шызынуш»), по которой поставлен спектакль в Нью-Дели, два года назад заняла первое место на региональном конкурсе на лучшую пьесу на адыгском языке. Но первое сценическое воплощение получила в далекой Индии. По словам режиссера-постановщика Рамеша КХАННА, эта пьеса будет понятна во всем



Светлана Шалахова

мире, потому что она о жизни, а героев объединяет потребность любить и быть любимыми. Рамеш Кханн стал исполнителем одной из центральных ролей в спектакле. Еще одну ведущую роль сыграла популярная актриса Анну ШАРМА. Приветственное письмо директору Русского дома Елене РЕМИЗОВОЙ направила депутат Госдумы Виктория РОДИНА.

«Сердечно приветствую вас и весь коллектив Русского дома в Нью-Дели. Хотела бы выразить признательность за укрепление и развитие двусторонних связей России и Индии в области культуры. Отраднее, что, приобщая жителей и гостей индийской столицы к драматургии российских авторов, вы обращаетесь к творчеству как признанных классиков, так и наших современников. Уверена, показ в Русском доме в Нью-Дели постановок по рассказам Василия Шукшина, известного русского писателя, сценариста, актера, режиссера, заслуженного деятеля искусств РСФСР, и спектакля по пьесе «Жили-были и всегда» современного российского драматурга Зарины Кануковой найдет горячий отклик в сердцах зрителей.

Книга «Сказки сердца» писателя, драматурга, главного редактора газеты «Горянка» Зарины КАНУКОВОЙ издана на одном из государственных языков Индии – хинди и презентована в Российском центре науки и культуры в Нью-Дели. Проект издания поддержан Институтом перевода в Москве. В книгу вошли драматургические произведения автора, а по одной из пьес был поставлен спектакль, который с успехом прошел здесь же, в Русском доме.

В преддверии проведения презентации сборника пьес в переводе на хинди талантливой поэтессы и драматурга из Кабардино-Балкарии прошу передать слова благодарности и поздравления председателю Союза переводчиков-русистов Индии доктору Сону САИНИ из Центра российских исследований Университета Джавахарлала Неру (JNU) и писателю, переводчику Веду Кумару Шарме.

«Желаю дальнейших успехов в работе и всего самого доброго», – говорится в послании.

Еще одно официальное письмо было отправлено от имени заместителя директора Федерального института родных языков народов Российской Федерации Марины МИЗОВОЙ:

«Примите глубочайшее признание с вниманием к творчеству современного писателя и драматурга из Кабардино-Балкарской Республики Зарины Кануковой, активно развивающей родной кабардино-черкесский и русский языки.

Считаю значимым и своевременным событием, что в Русском доме в Нью-Дели состоится презентация сборника пьес За-



**Руководитель  
Представительства  
Россотрудничества в Индии  
Елена Ремизова и  
режиссер Рамеш Кханн**

рины Саадуловны в переводе на хинди и показ спектакля по ее пьесе «Жили-были и всегда». В художественных произведениях З. Кануковой отражаются важные обычаи и традиции кабардинского народа, а также образ мысли и взгляды как на окружающую действительность, так и на взаимоотношения людей.

В современных условиях, когда одним из основных регуляторов взаимоотношений между странами является диалог культур, неоценимая роль отводится произведениям художественной литературы. Поэтому переводы очень важны для литературного процесса страны, они помогают развивать национальную культуру, распространяют иностранную и обогащают смыслы.

Ваше участие в укреплении диалога культур имеет особую ценность и способствует расширению границ. Желаю вам и вашей организации благополучия, успехов и процветания. Прошу передать особую благодарность переводчице Веду Кумару Шарме, благодаря мастерству которого пьеса талантливой российской писательницы Зарины Кануковой звучит в Нью-Дели на хинди».

Автор поприветствовала индийских зрителей по видеосвязи с площадки городского центральной библиотеки Нальчика. В телемосте приняли участие студенты КБГУ из Индии. Зарину Канукову тепло поздравили участники мероприятия в Нью-Дели. По окончании стороны поделились впечатлениями о презентации книги и спектакле. Писатель сердечно поблагодарила организаторов мероприятия.

**Лиана ШОРДАНОВА**

## Во Дворце творчества детей и молодежи прошло республиканское совещание

На прошлой неделе во Дворце творчества детей и молодежи прошло республиканское совещание «Организация дополнительного образования детей туристско-краеведческой и физкультурно-спортивной направленностей в Кабардино-Балкарской Республике». Совещание проведено в рамках юбилейных мероприятий, посвященных празднованию 90-летия системы дополнительного образования детей в КБР.

В мероприятии приняли участие заместитель министра спорта КБР Аслан АНАЕВ, заместитель министра курортов и туризма КБР Асланби ШХАГАПСОВ, руководители и специалисты органов управления образованием, директора организаций дополнительного образования, педагоги и представители министерств.

С приветственным словом к собравшимся обратился министр просвещения и науки КБР Анзор ЕЗАОВ.

В рамках совещания были организованы четыре секции. В первой – организации дополнительного образования детей туристско-краеведческой и физкультурно-спортивной направленностей в КБР. В рамках этой секции участники обсудили развитие детско-юношеского туризма и спорта в республике, а также рассмотрели действующие проекты и программы, способствующие их совершенствованию. Модераторами выступили министр просвещения и науки КБР Анзор Езаов и директор Дворца творчества детей и молодежи Аксана КАРАШЕВА.

Обсудили и развитие детско-юношеского спорта в КБР. В этой секции речь шла о школьных спортивных клубах как эффективной форме развития детского массового спорта.

В третьей секции – туристско-краеведческой направленности в системе дополнительного образования детей участники обсудили образовательные туристические маршруты, воспитательный потенциал детского туризма, а также вопросы, связанные с изучением родного края.

В последнюю секцию был включен марафон практик школьных музеев. Участники делились опытом и практическими навыками, связанными с работой школьных музеев.

Такой формат позволил участникам глубже погрузиться в изучение вопроса организации дополнительного образования детей туристско-краеведческой и физкультурно-спортивной направленностей в республике, а активное участие в дискуссиях способствовало обмену ценным опытом.

**Ангела ГУМОВА**

## Ежемесячная выплата в связи с рождением первого ребенка

Отделение Социального фонда России по КБР с начала 2024 года назначило ежемесячную выплату в связи с рождением (усыновлением) первого ребенка родителям 1725 детей. Всего на эти цели республиканским Отделением СФР было направлено более 194 миллионов рублей.

Выплата в связи с рождением первого ребенка назначается родителям, в семьях которых первенец появился до 1 января 2023 года и не достиг возраста трех лет. Данная мера государственной поддержки предоставляется семьям, среднедушевой доход которых не превышает двукратную величину прожиточного минимума трудоспособного населения. В Кабардино-Балкарской Республике в 2024 году это 36 036 рублей. Кроме того, обязательными условиями являются постоянное проживание заявителя и ребенка на территории России и гражданство РФ. Отметим также, что при определении права на выплату не оценивается имущество семьи.

Размер ежемесячной выплаты на первого ребенка составляет 15 439 рублей. Она устанавливается на 12 месяцев. После этого необходимо заново подать заявление на ее продление. Сделать это можно в личном кабинете на портале госуслуг, в клиентской службе Отделения СФР по КБР или в ближайшем МФЦ. В случае принятия положительного решения первая выплата будет произведена не позднее пяти рабочих дней, далее – третьего числа каждого нового месяца за предыдущий.

Обращаем ваше внимание, что одновременное получение ежемесячной выплаты на первого ребенка и единого пособия законодательством не предусмотрено. За более подробной информацией можно обратиться к специалистам регионального контакт-центра по телефону **8-800-200-06-70** с понедельника по четверг с 9 до 18 часов, в пятницу с 9 часов до 16 часов 45 минут (звонок бесплатный).

Следить за новостями и читать полезную информацию в официальных аккаунтах Отделения СФР по КБР можно в соц. сетях:

**ВКонтакте** <https://vk.com/sfrpokbr>; **Телеграме** [https://t.me/sfr\\_po\\_kbr\\_07](https://t.me/sfr_po_kbr_07)

**Наш корр.**

ПОНЕДЕЛЬНИК, 2 декабря

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.45 Х/ф «ОХОТНИЦА-2» (16+)

01.30 Д/ф «Избитые звезды» (16+)
02.10 Д/ф «Доказательства смерти» (16+)
02.50 Х/ф «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА. ВУНДЕРКИНД» (16+)

НТВ

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

ЗВЕЗДА

05.10 Х/ф «ВДУ ПМНИТЬ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

РИН

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

15.00 «Засекреченные списки» (16+)
17.00, 02.30 «Тайны Чапман» (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Вопреки всему» (12+)
06.30 «Все о главном» (12+)
07.00, 10.00, 12.55, 15.30 Новости
07.05, 19.25, 21.45, 00.45 Все на Матч!

ОНЛА

06.00 «Новости. Утро. 1КБР», Информационный выпуск (16+)
06.10 «Муниципальный вестник» (12+)

08.50 С. Суев. «Про бегемота, который боялся прививок». Сказка для детей (6+)
ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Новости 1КБР», Информационный выпуск (16+)

СКАНАЛ

05.00 «Известия» (16+)
05.30 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН-3» (16+)
08.00 Т/с «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Пешком...»
07.00 Легенды мирового кино
07.35 Д/с «Забывтое ремесло»

16.45 Д/с «Передвижник»
17.15 «Расказы из русской истории»
19.00 Торжественное закрытие XXV международного телевизионного конкурса юных музыкантов «Щелкунчик»

МПР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Заман бизни сайлаганды» («Время vybralo нас») (балк.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР», Информационная программа (16+)
17.10 «Детский мир». Познавательно-развлекательная программа для детей (6+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.45 Х/ф «ОХОТНИЦА-2» (16+)

22.35 «Закон и порядок» (16+)
23.10 Д/ф «Выбираю папу!» (16+)
00.50 Х/ф «Неизвестный Фидель Кастро» (16+)

НТВ

01.30 Д/ф «90-е. Звездные разводы» (16+)
02.10 «Мифы о еде» (16+)
02.50 Х/ф «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА. ТЕМНАЯ ЛОШАДКА» (16+)

ЗВЕЗДА

04.20 Д/с «Короли эпизода» (16+)
05.30 Д/с «Обложка» (16+)
04.50 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)

РИН

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

ВТОРНИК, 3 декабря

08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Вопреки всему» (12+)
06.30 «Наши иностранцы» (12+)

ОНЛА

06.00 «Новости. Утро. 1КБР», Информационный выпуск (16+)
06.10 «Спорт - норма жизни» (12+)

06.30 «Адрес будущего». Профессия - врач-стоматолог (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР», Информационный выпуск (16+)

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30, 04.30 Т/с «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Пешком...»
07.00 Легенды мирового кино
07.30 Д/с «Нерассказанная история древних кельтов»

15.45 Д/ф «Тайные дворцы Эрмитажа»
16.45 Д/ф «Роман в камне»
17.15, 17.15 Симфонические оркестры России

МПР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «На страже закона». Вести из прокуратуры КБР (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР», Информационная программа (16+)
17.10 «Тайм-аут» (12+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «ТАЙНА ЗА УГЛОМ. ПОСМОТРИ В МОИ ГЛАЗА» (16+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 Д/ф «Моя война. Иван Служай» (16+)
08.40 Х/ф «ТАЙНА ЗА УГЛОМ. ПОД МАСКОЙ ЛЬВА» (16+)

23.05 Д/ф «90-е. Авантюристки» (16+)
00.35 «Петровка, 38» (16+)
00.50 Д/ф «Дорогие товарищи. Королевский гамбит» (16+)

НТВ

04.50 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня»

ЗВЕЗДА

05.05 Т/с «КРЕМЬЕН. ОСВОБОЖДЕНИЕ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

РЕН

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

СРЕДА, 4 декабря

09.00 «Документальный спецпроект» (16+)
10.00 «Засекреченные списки» (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Вопреки всему» (12+)
06.30 География спорта (12+)
07.00, 10.00, 12.55, 17.00 Новости
07.05, 17.05, 19.20, 21.45, 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационный выпуск (16+)

06.10 «Тайм-аут». Спортивная программа (12+)
06.25 «На страже закона» (12+)
06.40 «Счастливое право». Народный пост КБР Таниля Зумакулова (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационный выпуск (16+)
17.10 «Никто, кроме нас». Общественный деятель, волонтер Сергей Ичетовкин (12+)

СТАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30 Т/с «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2» (16+)
08.25 «Новая» (12+)

РОССИЯ К

06.30 Д/ф «Престольный праздник. Введение во храм Пресвятой Богородицы»
07.15 Оттепель. В добрый час
07.30 Д/с «Нерасказанная история древних кельтов»

11.45 Д/ф «НОВАТ. Либретто в 15 картинах»
12.45 Новости. Подробно. Кино
13.00 Искусственный яблонь
13.45 Х/ф «ЖИЗНЬ И СМЕРТЬ ДВОЯРНИНА ЧЕРТОПАНОВА» (16+)

МТР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Тайм-аут». Спортивный вестник (12+)
06.30 «Окрыленные мечтой». Программа для детей (6+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Душевное прошлое» (12+)
17.55 «Таула бла таулаула» («Горы и горы»). Журна Кабардокова (балк. яз.) (12+)

ЧЕТВЕРГ, 5 декабря

РЕН

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

МАТЧ ТВ

06.00 «Вопреки всему» (12+)
06.30 «Вид сверху» (12+)
07.00, 10.00, 12.55, 13.50, 17.00 Новости
07.05, 15.35, 18.35, 21.55, 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационный выпуск (16+)

06.10 «Актуальная тема» (16+)
06.20 «Прозвание». Ветеран труда, врач-хирург Фатимат Теуаева (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационный выпуск (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационный выпуск (16+)
17.10 «Путевые заметки». Шадурей (12+)

СТАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25 Т/с «ПИЛИГРИМ» (16+)
07.25, 09.30 Т/с «ПРИВЕТ ОТ КАТЮШИ» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Пешком...»
07.00 Легенды мирового кино
07.30 Д/с «Нерасказанная история древних кельтов»

15.00 «2 Верник 2»
15.45 Д/ф «Тайные дворцы Эрмитажа»
16.45 Моя любовь - Россия!
17.20 Симфонические оркестры России

МТР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Актуальная тема» (16+)
06.20 «Душевное прошлое» (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Сайламала» («Избранное») (балк. яз.) (12+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 Тайна песни (16+)
08.45 Х/ф «БИТВА ЗА МОСКВУ» (16+)

ПЯТНИЦА, 6 декабря

02.55 Х/ф «НЕКРАСИВА ПОДРУЖКА. РОКОВАЯ ЖЕНЩИНА» (16+)
04.25 Д/ф «Королевы красоты. Проклятие короны» (16+)

НТВ

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

МАТЧ ТВ

06.00 «Вопреки всему» (12+)
06.30 «Большой хоккей» (12+)
07.00, 13.25, 15.25 Новости
07.05, 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00 «Известия» (16+)
05.25 Т/с «ПИЛИГРИМ-2» (16+)
08.30 «Ваше здоровье!» (12+)

РОССИЯ К

06.30 «Пешком...»
07.00 Легенды мирового кино
07.30 Д/ф «История в шифрах»
08.20 Т/с «МЕРЭ» (16+)

СУББОТА, 7 декабря

13.05 Х/ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА» (16+)
14.45 Х/ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА» (16+)

НТВ

04.50 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.20 «Жди меня» (12+)
07.20 «Смарт» (0+)

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Оне FC. Прямая трансляция из Таиланда
07.00, 13.25 Новости
07.05, 13.00, 18.50, 22.00 Все на Матч!

ОТР

06.00 «Знан собирает друзей» (12+)
06.45 «Добрый доктор» (12+)
07.25 «Время и личность». О докторе философских наук С. Эфендиеве (12+)

ОТР

08.05 Концерт оркестра Санкт-Петербургской академической филармонии им. Д. Шостаковича. Часть вторая (12+)

СКАНАЛ

05.00, 11.15 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4» (16+)
08.20, 10.05, 18.35 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Библейский сюжет»
07.05 М/ф «Радуга». «Каникулы Бонифация». «Мальш и Карлсон». «Карлсон вернулся»

1 КАНАЛ

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники» (12+)
09.45 «Слово пастыря» (0+)

РОССИЯ 1

05.00 Утро России. Суббота
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)
08.20-08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СУББОТА (12+)

ТВЦ

06.35 «Православная энциклопедия» (6+)
07.00 Х/ф «НОЧНАЯ СМЕНА» (16+)
09.00 «Здоровый смысл» (16+)

19.45 Всероссийский открытый телеконкурс юных талантов «Синяя птица»
20.50 Линия жизни
21.45 Х/ф «В ЧЕТВЕРГ И БОЛЬШЕ НИКОГДА»

МНР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Служба «02» сообщает» (12+)
06.20 Памяти народного поэта КЧР Би-ла Лайпанова. «Къаыда терек» («Дерево на камне») (балк.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
07.10 «Путевые заметки», г. Тверь (12+)
07.20 «Жизнь фантальна». О советском и российском ученом, докторе физико-математических наук Адаме Нахушеве (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Билляка». Познавательная-развлекательная программа для детей (балк.яз.) (6+)
17.40 «100 советов на здоровье». Оказание первой медицинской помощи (12+)

08.15 Х/ф «В ЧЕТВЕРГ И БОЛЬШЕ НИКОГДА» (16+)
09.45 «Мы - грамотеи!»
10.25 Х/ф «КОНЕЦ СТАРОЙ БЕРЕЗОВКИ» (16+)

МНР 24

06.00 «Миллет адамы» («Автографы нации»). Доктор философских наук С. Эфендиев (балк.яз.) (12+)
06.35 «100 советов на здоровье». Оказание первой медицинской помощи (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

06.00 «Миллет адамы» («Автографы нации»). Доктор философских наук С. Эфендиев (балк.яз.) (12+)
06.35 «100 советов на здоровье». Оказание первой медицинской помощи (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.50 «Эз дунья» («Свой мир») (балк.яз.) (12+)
18.15 «Вийшы». Информационная программа (балк.яз.) (16+)
18.30 «Кунацкая», с. Псындажа (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 8 декабря

1 КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 10.10 ПОДКАСТ ЛАБ (16+)
06.50 Игрый, гармонь любимая! (12+)
07.35 «Часовой» (12+)
08.05 «Здоровье» (16+)
09.10 «Непутевые заметки» (12+)
09.30 «Металлион» (12+)
10.15 «Жизнь своим» (12+)
11.05 «Повара на колесах» (12+)
12.15 Д/ф «В моей душе покоя нет...»
К 90-летию Алисы Фрейндлих (12+)
13.15 Х/ф «НА ВЕРХНЕЙ МАСЛОВКЕ» (16+)
15.35 Д/ф «Джентльмены удачи». Все оттенки Серого (12+)
16.20 Х/ф «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ» (16+)
18.00 Вечерние новости
19.00 «Точь-в-точь» (16+)
21.00 «Время»
23.00 Что? Где? Когда? (16+)

РОССИЯ 1

06.40 М/ф «Смотрим мультфильмы»
07.20 «В кругу друзей»
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА (12+)
08.20-08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ (12+)
08.35 «Когда все дома»
09.25 «Утренняя почта»
10.10 Сто к одному
11.00, 14.00 Вести
11.30 Большие перемены
12.30 «Истории Большой Страны» (12+)
13.30 Т/с «ФАНТАЗЕР» (16+)
14.30-15.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР. «СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ» (12+)
15.00 Петросян-шоу (16+)
17.00 «Песни от всей души» (12+)
18.00 Всероссийский открытый телеконкурс юных талантов «Синяя птица»
19.00 «Песни от всей души» (12+)
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин
23.00 Воскресный вечер (12+)
01.35 Х/ф «СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ» (16+)

ТВЦ

05.20, 06.50, 08.40 Х/ф «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА» (16+)
10.35 Д/ф «Алиса Фрейндлих. Вчера, сегодня и всегда» (16+)
11.30, 00.10 События
11.45 Х/ф «ЗОЛОТАЯ МИНА» (16+)
14.30 Московская неделя

15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Против шерсти» (16+)
15.55 Д/ф «Следствие ведет КГБ. «Медо-ва лувшкая» для Этьена» (16+)
16.40 Д/ф «Русские тайны. Так говорил Жириновский» (16+)
17.30 Х/ф «ВОЗРАСТ СЧАСТЬЯ» (16+)
21.20 Х/ф «ПОДЪЕМ С ГЛУБИНЫ» (16+)
20.25 Х/ф «ПОДЪЕМ С ГЛУБИНЫ» (16+)
01.20 «Петровка, 38» (16+)
01.30 Х/ф «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ» (16+)
04.25 «Закон и порядок» (16+)
04.50 Д/ф «Большие деньги советского кино» (16+)
05.30 Московская неделя (12+)

ТВНВ

04.45 Т/с «МУЛЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.10 «Первая передача» (16+)
11.00 «Чудо техники» (12+)
12.00 «Дачный ответ» (0+)
13.00 «НашПотребНадзор» (16+)
14.00 «Однанды...» (16+)
15.00 «Своя игра» (0+)
16.20 Человек в праве с Андреем Кунциным (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новости русские сенсации» (16+)
19.00 Итоги недели
20.20 «Шоу «Аватар». Новый сезон (12+)
23.20 «Звезды сошлись» (16+)
00.55 «Основано на реальных событиях» (16+)
04.10 «Тайнственная Россия» (16+)

ЗВЕЗДА

05.35 Х/ф «ГОЛУБЫЕ МОЛНИИ» (16+)
06.55 Х/ф «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ» (16+)
09.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым (16+)
09.25 «Служу России» (12+)
09.55 «Военная приемка» (12+)
10.40 «Легенды армии с Александром Маршалом». Григорий Фокин (12+)
11.30 «Легенды госбезопасности». «Виктор Алмидин. Москва под надежной защитой» (16+)
12.20 «Война миров». «Битва за историю. Чего Россия ожидает от поляков» (16+)
13.10 «Код доступа» (12+)
14.00 «Уника из прошлого». «Высокоточная контригра. Загадка ракетных ударов по объектам ВСУ» (16+)

14.50 «Скрытые угрозы» (16+)
15.40 Д/ф «Секретные материалы» (16+)
16.30 «Загадки века» (12+)
17.20 «Специальный репортаж. Что русское смешно...» (16+)
18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+)
19.40 Х/ф «КРЫМ» (16+) (16+)
21.15 Д/ф «Битва оружейников» (16+)
22.10 «Легендарные матчи». «Хоккей. Суперсерия СССР НХЛ 1989 «Динамо» (Москва) - «Вашингтон Кэпиталз» (НХЛ)» (12+)
00.55 Х/ф «ОТЯГ ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ» (16+)
02.15 Х/ф «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ» (16+)
03.35 Х/ф «НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ» (16+)

ИРИ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
07.00 «С Бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.30 «Новости» (16+)
09.00 «Самая народная программа» (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника» (16+)
11.30 «Купи-продай» (16+)
13.00 Д/с «Легенды и мифы» (16+)
14.00 «Неизвестная история» (16+)
15.00 Х/ф «ОПЕРАЦИЯ В КРАСНОМ МОРЕ» (16+)
17.40 Х/ф «ТЕРМИНАТОР-2. СУДНЫЙ ДЕНЬ» (16+)
20.45 Х/ф «БИТВА ЗА ЗЕМЛЮ» (16+)
23.00 «Итоговая программа» (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. А. Пантожа - К. Асакура. С. Ган - А. Волков. UFC. Прямая трансляция из США
09.00, 13.50, 18.55 Новости
09.05, 15.35, 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 Биатлон. Альфа-банк. Кубок России. Масс-старт. Женщины
10.50 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
12.20 Биатлон. Альфа-банк. Кубок России. Масс-старт. Мужчины
13.55 Гандбол. «Чеховские медведи» (Московская область) - «Виктор» (Ставрополь). Чемпионат России. ОЛИМПЕВ. Суперлига. Мужчины
16.10 Спортивная гимнастика. Премьер-лига. Финал
19.00 Футбол. «Краснодар» - «Локомотив» (Москва). МИР. Российская премьер-лига. Прямая трансляция

21.30 «После футбола» с Георгием Черданцевым
22.40 Футбол. «Наполи» - «Лацио». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
01.50 Футзал. «Тюмень» - «Сибиряк» (Новосибирск). БЕТСИТИ. Суперлига (0+)
03.40 Лица страны (12+)
03.55 Новости (0+)
04.00 Футбол. «Боруссия» (Менхенгладбах) - «Боруссия» (Дортмунд). Чемпионат Германии (6+)

ОТР

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Аграрная Кабардино-Балкария» (12+)
06.25 «Дистанционное мошенничество» (12+)
06.55 «Кунацкая», с. Алтуд (12+)
08.05 Телевизионный фильм. «Мастер». Академик РАХ, заслуженный художник РФ, народный художник КБР Хамид Саукев (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Питерские заметки» (16+)
17.30 «Королева вершин». Чествование альпинистки, покорительницы 14 высочайших вершин мира Алины Пековой (12+)
18.30 «Республика: картина недели» (16+)

СТАНАЛ

05.00, 09.30 Т/с «ЗАКОН ТАЙГИ» (16+)
09.00 «Фирменный рецепт с Емельяненко» (12+)
11.00 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-3» (16+)
20.05 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН-3» (16+)
01.40 Т/с «48 ЧАСОВ» (16+)
03.00 Т/с «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ-2» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
07.05 М/ф «Лиса и заяц». «Крокодил Гена». «Чебурашка». «Шапоклэя». «Чебурашка идет в школу»
08.25 Х/ф «ПОСЛЕДНИЙ ДЮЙМ» (16+)
09.55 Диалоги о животных
10.35 Х/ф «АФРИКАНЫЧ» (16+)
11.45 «Метод Сократа»
12.30 Неизвестные маршруты России
13.10 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного»
13.40 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
14.20 Д/ф «Древо жизни Скульптора Эрзи»

15.05 Х/ф «АННА И КОМАНДОР» (16+)
16.30 «Картина мира»
17.10 Д/ф «Первые в мире»
17.30 «Романтика романса»
18.25 Д/ф «Хроники Нубийской экспедиции»
19.30, 19.45 Новости культуры
20.25 Д/ф «Люди и страсти Алисы Фрейндлих»
21.10 Спектакль «Укрощение строптивой»
23.35 Х/ф «АННА И КОМАНДОР» (16+)
01.45 Д/с «Искатели»
02.30 М/ф «Фатум». «О море, море!..». «Великоленый Гоша»

МТРП 1

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Республиканские шхыбархэр». Информационная программа (каб.яз.) (16+)
06.15 «Анам и гур» («Сердце матери»). Литературно-музыкальная композиция (каб.яз.) (12+)
06.55 «Вийсы». Информационная программа (балк.яз.) (16+)
07.10 «Адабият ушакъла» («Беседы о литературе») (балк.яз.) (12+)
07.40 «Золотая кладовая Аси Егътыж». Передача первая (12+)
08.10 «Времена и судьбы». К 100-летию заслуженного работника культуры РФ К. Эфендиева. Передача первая (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Али-баба». Спектакль Кабардинского госдрамтеатра им. А. Шогенукова (каб.яз.) (12+)
17.55 «Шоу саркыдаг Гестенти». Презентация поэтического сборника Жени Узденовой-Балаевой (балк.яз.) (12+)
18.35 «Пальяр ейцъ чанкъабэм!» («Слово культуре») (каб.яз.) (12+)
19.25 Вечер памяти заслуженного работника культуры КБР Мухамеда Маметова. Часть вторая (12+)
20.05 «Золотая кладовая Аси Егътыж». Передача вторая (12+)
20.35 «Времена и судьбы». К 100-летию заслуженного работника культуры РФ К. Эфендиева. Передача вторая (12+)
21.30 «Республика: картина недели». Информационная программа (16+)

РАДИО КБР

Понедельник, 2 декабря

00.00, 05.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.35, 10.25, 16.25 «Фэр папцъ»
02.00, 22.00 «Макъамэ»
02.30 «Жыцъыбг нэужьым»
03.00, 20.05 «Орайда»
04.00, 23.00 «Жыркына»
06.35, 21.35 «Полезно знать» (12+)
06.45, 21.45 «Спорт-лайн» (12+)
07.00, 11.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Жыбарыцхэзэр»
07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости»
07.15, 13.05 «Си Къызардей-Балькъэр» (16+)
07.45, 13.50 «Узыншагъэ» (12+)
08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.20 «Билимни дунясы» (6+)
08.40, 13.35 «Псалъэмэкъ шхъпэ» (16+)
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 16.25 «Голоса Кавказа»
11.05, 16.05 «Хъыцъыш» (16+)
11.05, 17.05 «Чамхана» (16+)
11.25, 17.25 «Жыр сауыга»
11.48, 17.48 «Наэму толкунларында» (12+)
12.05, 18.05 «Откровенный разговор» (16+)
12.35, 18.35 «Образ жизни» (16+)
14.30 «Гушылпэл» (16+)
19.45 «Таурхъан» (6+)
20.40 «Горен» (12+)
22.35 «Ди гъусуэ зыгъэлсэху»

Вторник, 3 декабря

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыбг нэужьым»
02.00, 20.25 «Орайда»
02.30, 22.30 «Гушылпэл» (16+)
03.00, 23.00 «Чамхана» (16+)
05.25, 23.25 «Жыр сауыга»
07.00, 11.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Жыбарыцхэзэр»
07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкълэ»
07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости»
07.15, 13.05 «Си Къызардей-Балькъэр» (16+)
07.45, 13.35 «Гушкына» (12+)
08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.20, 17.05 «Боракъ» (16+)
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.20, 15.25 «Хорошее настроение» (12+)

10.05, 16.05 «Адыгхэр: тхъдэр, хабзэр»
10.50, 13.50 «Лъэкъ лъыгъэ» (6+)
11.05, 17.35 «Халкъ жырла»
11.30 «Миллет хазнабыздан» (12+)
12.05, 18.05 «Интервал QT» (16+)
12.25, 18.25 «Планета детства» (6+)
12.45, 19.45 «Таурхъан» (6+)
20.05 «Билимни дунясы» (6+)
22.00 «Хъыцъыш» (16+)

Среда, 4 декабря

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыбг нэужьым»
02.00, 20.05, 23.30 «Орайда»
02.35 «Фэр папцъ»
03.20, 21.25 «Хорошее настроение» (12+)
04.00, 10.25, 16.20 «Гухълэ уэрэдхэр»
05.00, 23.00 «Халкъ жырла»
05.30, 20.25 «Боракъ»
07.00, 11.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Жыбарыцхэзэр»
07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкълэ»
07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости»
07.15, 13.05 «Си Къызардей-Балькъэр» (16+)
07.45, 16.05 «Сэтэней» (12+)
08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.30, 14.20 «Къынгурочукъ» (6+)
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 15.25 «Голоса Кавказа»
10.05 «Цыхумрэ гъащэмрэ» (16+)
11.05, 17.05 «Чамхана» (16+)
11.30, 17.25 «Салам алейкум»
12.05, 18.05 «Территория искусства»
12.35, 18.35 «Симфония Кавказа»
13.35 «Ди гъэтылыгъэхэр»
14.40 «Усыгъэ»
14.50 Къызарыфэ пшыналъхэр
19.45 «Таурхъан» (6+)
22.00 «Адыгхэр: тхъдэр, хабзэр»

Четверг, 5 декабря

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.30 «Симфония Кавказа»
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.35 «Ди гъэтылыгъэхэр»
02.00, 20.05 «Орайда»
03.25, 09.30, 15.35, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00 «Усыгъэ»
04.10, 22.25 «Гухълэ уэрэдхэр»
04.50 Къызарыфэ пшыналъхэр
05.00, 23.00 «Чамхана» (16+)
05.30, 23.30 «Салам алейкум»
07.00, 11.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Жыбарыцхэзэр»
07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкълэ»
07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости»
07.15, 13.05 «Си Къызардей-Балькъэр» (16+)

07.45, 13.45 «Зэманни гъджэж» (16+)
08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.20, 17.05 «Алтын хазна»
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.20, 15.25 «Планета детства» (6+)
10.05, 16.05 «Дингуыза» (16+)
10.15, 16.15 «Еджалпэ» (16+)
10.20, 16.20 Адыгъ уэрэдхэжэр
10.45, 16.45 «Пшыну шхъпэлэ» (6+)
11.05 «Тейри кылыгъ» (6+)
11.30, 17.35 «Ауаз» (16+)
12.05, 18.05 «Живая традиция» (16+)
12.30, 18.30 «Ди гъусуэ зыгъэлсэху»
14.30 «Шялпэгъу»
19.45 «Таурхъан» (6+)
20.25 «Къынгурочукъ» (6+)
22.00 «Цыхумрэ гъащэмрэ» (16+)

Пятница, 6 декабря

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыбг нэужьым»
02.00, 05.30, 20.00, 23.30 «Орайда»
02.30, 20.35 «Тау макъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гъусуэ зыгъэлсэху»
05.00 «Уыз» (16+)
05.10, 23.00 «Чамхана» (16+)
07.00, 13.00 «Си Къызардей-Балькъэр» (16+)
07.38, 13.38 «Лъэкъым и фыгуэхэр»
08.00, 15.00 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.25, 15.25 «Эрирей»
09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 17.25 «Радиус-99,5»
09.45, 17.45 Поэтическая волна
10.00 «Гъащэм и дамыгъэ» (16+)
10.00 «Уэрэдымрэ абы и тхъдэмрэ» (16+)
10.50, 14.50 «Жаншэрхъ» (12+)
11.00, 16.00 «Бора» (6+)

Суббота, 7 декабря

00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыбг нэужьым»
02.00, 05.30, 20.00, 23.30 «Орайда»
02.30, 20.35 «Тау макъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гъусуэ зыгъэлсэху»
05.00 «Уыз» (16+)
05.10, 23.00 «Чамхана» (16+)
07.00, 13.00 «Си Къызардей-Балькъэр» (16+)
07.38, 13.38 «Лъэкъым и фыгуэхэр»
08.00, 15.00 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.25, 15.25 «Эрирей»
09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 17.25 «Радиус-99,5»
09.45, 17.45 Поэтическая волна
10.00 «Гъащэм и дамыгъэ» (16+)
10.00 «Уэрэдымрэ абы и тхъдэмрэ» (16+)
10.50, 14.50 «Жаншэрхъ» (12+)
11.00, 16.00 «Бора» (6+)

08.20 «Кюбюрчек» (6+)
08.35 «Тау макъамла»
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа»
10.05 «Гъащэм и дамыгъэ» (16+)
10.25, 16.05 «Прозам и напкъыуэцхэр»
10.45, 16.45 «Лъэгуылыгъ» (6+)
11.05, 17.05 «Уыз» (16+)
11.20, 17.20 «Чамхана» (16+)
11.45, 17.45 «Сиз а билемсиз» (12+)
12.05, 18.05 «Территория искусства»
12.35, 18.35 «Планета детства» (6+)
12.50, 18.50 «Неудобные вопросы» (12+)
14.30 «Ди гъусуэ зыгъэлсэху»
19.45 «Таурхъан» (6+)
22.35 Адыгъ уэрэдхэжэр

Суббота, 7 декабря

00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыбг нэужьым»
02.00, 05.30, 20.00, 23.30 «Орайда»
02.30, 20.35 «Тау макъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гъусуэ зыгъэлсэху»
05.00 «Уыз» (16+)
05.10, 23.00 «Чамхана» (16+)
07.00, 13.00 «Си Къызардей-Балькъэр» (16+)
07.38, 13.38 «Лъэкъым и фыгуэхэр»
08.00, 15.00 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.25, 15.25 «Эрирей»
09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 17.25 «Радиус-99,5»
09.45, 17.45 Поэтическая волна
10.00 «Гъащэм и дамыгъэ» (16+)
10.00 «Уэрэдымрэ абы и тхъдэмрэ» (16+)
10.50, 14.50 «Жаншэрхъ» (12+)
11.00, 16.00 «Бора» (6+)

11.21, 16.21 «Ишлегенни келю жарык» (6+)
11.30, 16.30 «Акъ таулары жырылары»
12.00, 18.00 «Хорошее настроение» (12+)
12.44, 18.44 «Спорт-лайн» (12+)
14.00 «Утыку»
19.45 «Таурхъан» (6+)
20.20 «Кюбюрчек» (6+)
22.00 «Прозам и напкъыуэцхэр»
23.20 «Сиз а билемсиз» (12+)

Воскресенье, 8 декабря

00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.38 «Лъэкъым и фыгуэхэр»
02.00 «Жыцъыбг нэужьым»
03.00, 20.00 «Орайда»
03.25, 20.25 «Эрирей»
04.00, 23.00 «Бора» (16+)
04.30, 23.30 «Акъ таулары жырылары»
05.25, 21.25 «Радиус-99,5»
05.45, 21.45 Поэтическая волна
06.44, 09.45, 17.50 «Спорт-лайн» (12+)
10.00, 14.00, 08.00, 15.00, 12.00, 17.00 Итоги недели
07.00, 13.00 «Си Къызардей-Балькъэр» (16+)
07.40, 14.40 «Фэр папцъ»
08.10, 15.10 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.45, 15.40 «Горен» (12+)
09.00, 17.10 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.35, 17.40 «Полезно знать» (12+)
10.10, 14.10 «Ди зэуцхуапэм»
10.40 «Дерс» (12+)
11.00, 16.00 «Сахна»
12.10, 18.00 «Театр у микрофона»
13.35 «Ди гъусуэ зыгъэлсэху»
19.45 «Таурхъан» (6+)
22.00 «Утыку»

Редакция не несет ответственности за содержание текстов программ ТВ-каналов

График совершения намазов по КБР

Table with 7 columns: Time, Day, Sunrise, Noon, Afternoon, Evening, Night. Rows show prayer times for 02.12, 03.12, 04.12, 05.12, 06.12, 07.12, 08.12.



Сусанне ЗАБУНЯН всего 22 года, но только перечисления ее достижений может хватить на отдельную публикацию. Сейчас главным для нее стал спорт, причем такой экзотичный вид для девушки, как ММА. Она уверенно говорит, что сильнее двух нетренированных мужчин крепкого телосложения, но готова применить свои навыки лишь при реальной угрозе жизни и здоровью себе и своим близким, а во всех других напряженных ситуациях улыбнется и спокойно пожелает хорошего дня.

## В ММА СТАНОВИШЬСЯ УНИВЕРСАЛЬНЫМ СПОРТСМЕНОМ

### ДОСЬЕ

Родилась в августе 2002 года в Нальчике. Очно окончила Кабардино-Балкарский гуманитарно-технический колледж по специальности «правоохранительная деятельность» с красным дипломом. Проходила производственную практику в Следственном комитете РФ по КБР и проработала около трех месяцев после практики помощником старшего следователя по особо важным делам. Прошла профессиональную переподготовку с присвоением квалификации «специалист по физической культуре и спорту» в КБГУ. Сейчас заочно учится на втором курсе Кубанского государственного университета на юридическом факультете по специальности «правовое обеспечение национальной безопасности».

Кандидат в мастера спорта по универсальному бою. Бронзовый призер чемпионата России по универсальному бою в разделе «Средства защиты». Призер чемпионата России по бразильскому джиу-джитсу и спортивной борьбе (ACLLBJJ) в категориях No Gi и Gi. Призер чемпионата Евразии по бразильскому джиу-джитсу лиги TWWBJJ в категории No Gi. Призер чемпионата Европы по бразильскому джиу-джитсу лиги TWWBJJ в категории No Gi.

Спортивный судья первой категории Федерации смешанных боевых единоборств (ММА) Российской Федерации по Северо-Кавказскому федеральному округу. Сертифицированный тренер Федерации смешанных боевых единоборств Российской Федерации по Северо-Кавказскому федеральному округу.

Тренер неформального образования АНО «Всекавказский молодежный тренинговый центр» 2021-2022 гг.; член Молодежной палаты при Парламенте Кабардино-Балкарской Республики в 2021 г.; участник российских форумов, организатор и координатор «Машук», «Международный лагерь», «Международный лагерь 2.0», «Команда 5642»; участник регионального проекта по развитию навыков студенческой молодежи «Soft Skills». Волонтер международного некоммерческого движения для людей с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» 2021-2022 гг. Призер всероссийского чемпионата «WorldSkills» по направлению «Правоохранительная деятельность», 2022 г. Секретарь добровольной народной дружины при МВД и администрации г. Нальчика, 2022 г. Председатель студенческого и учительского совета Кабардино-Балкарского гуманитарно-технического колледжа, 2021-2022 гг.; наблюдатель ежегодных дебатов при поддержке Министерства по делам молодежи Кабардино-Балкарской Республики, 2021-2022 гг.; координатор Российского движения колледжей по КБР, 2021 г.

На недавнем турнире по смешанному боевому единоборству (ММА) памяти В.М. Кокова я работала судьей-хронометристом. С первой категорией смогу быть боковым судьей, а дальше, с опытом, и рефери. Но все это в будущем. Пока у меня все идет параллельно - спорт и учеба.

### ВАЖНО ВСТАТЬ И ИДТИ ДАЛЬШЕ

Помогала своему наставнику тренировать младшую группу детей. При наборе группы в первую очередь обращаю внимание на желание и стремление ребенка. Главное - видеть, что он хочет заниматься. И тут надо найти правильный подход, чтобы не отбить это желание. Важно сразу объяснить: будут проигрыши, неудачи и падения, но ты будешь вставать и идти дальше. Ведь когда проигрываешь, учишься. Во вторую очередь смотрю на самоотдачу ребенка, как он работает на тренировках. То есть все, что касается физических показателей: выносливости, скорости, силы, гибкости и так далее, все это нарабатывает

ся, даже если что-то в очень плохом состоянии. Самое важное - амбиции.

ММА как вид спорта пока только набирает популярность, недавно получил статус официального. Пока что в нашей республике девочки не очень стремятся заниматься им. Если уж выбирают единоборства, то идут в тхэквондо, самбо, дзюдо, восточное каратэ. Пока еще широко распространено мнение, что ММА - какой-то совершенно беззащитный вид спорта, где нет никаких правил. Думаю, такое мнение сложилось, когда оно только формировалось. Действительно, вначале так и было. Однако сейчас Союз ММА разработал целый свод правил, и я не думаю, что в этом вопросе чем-то уступает другим видам единоборств.

Когда готовилась к чемпионату России по универсальному бою, проходила подготовку у Елены ПРОДУНОВОЙ, серебряного и бронзового призера Олимпийских игр 2000 года в Сиднее по спортивной гимнастике. Хочу

сказать, что по нагрузкам это очень сложный и тяжелый вид спорта для девочек. Здесь нужна невероятная физическая сила. Даже мне, вроде подготовленной спортсменке, было трудно. Это не жалоба, а констатация факта. Динамика, координация, акробатика, пластика, гибкость, выносливость. Отдельным пунктом - травмы. Да, с одной стороны, это очень красиво, женственно, но большинство людей, видя только результаты соревнований, не догадываются, что за этим стоит, какую работу проделывают спортсмены. Вообще любой вид спорта, куда бы ни отдели девочку, - для нее очень тяжелый путь.

### РУКИ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОРУЖИЕ

- Ситуаций, когда приходилось на улице применять свои спортивные навыки, было немало до моего вхождения в соревно-

### БУДЕМ ЗНАКОМЫ

вае, ждет поединка с нетерпением, хочет всех порвать, а потом перегорает: что-то щелкает, и уже не хочется выходить на ринг. Кто-то вначале очень спокойный, а на ринге выдает целую бурю. Я стараюсь вначале все контролировать, буря идет наплывами, потом остужаюсь, а перед выходом, когда все физические параметры приведены в норму и идет психологическое освобождение, отметаю все лишние мысли и переживания. Волнение и даже страх, конечно, бывают, все же мы живые люди, но главное - не гасит в себе это волнение. Именно оно является топливом, надо только направить его в нужное русло. Важно понимать, что страшно не только мне, но и сопернику и кто из нас сделает первый шаг, тот и выиграет. Конечно, было бы хорошо готовиться вместе со специалистами в области спортивной психологии, но пока в республике таковых нет. Надеюсь, в будущем они у нас появятся. Пока справляемся сами, я, например, самостоятельно изучаю различные опыты психологов.

Когда работала во Всекавказском молодежном тренинговом центре, проходила обучение по личностному росту как тренер неформального образования. Там не было понятия ученик - учитель. Люди приходили перенимать друг у друга опыт, то есть я как тренер тоже перенимала опыт своих учеников. Они рассказывали о разных ситуациях в своей жизни, и складывая в своей голове эти пазлы, я начала больше понимать других и себя. Это оказалось хорошим опытом и для спорта.

### НАДЕЖНАЯ ТРОИЦА - МАМА, БАБУШКА И ТРЕНЕР

- Отца не стало пять лет назад, когда я еще училась в старших классах, к сожалению, моих спортивных успехов он не увидел. Сейчас живу с мамой и бабушкой. Они мной очень гордятся, хотя вначале настороженно относились к выбору этого вида спорта. Но когда возникли проблемы с психологическим настроем и травмами, рядом всегда была надежная троица - мама, бабушка и тренер. Есть еще один близкий человек, друг, вернее подруга семьи Елена. Она к спорту никакого отношения не имеет, но за меня очень переживает, поддерживает, является моим наставником вне спорта. Мама по образованию химик-технолог и винодел, сейчас работает в Торгово-промышленной палате в отделе сертификации, к спорту тоже не имеет никакого отношения, а вот бабушка, которая родилась и выросла в Сибири, со школьных лет занималась лыжным спортом. В этом снежном регионе он тогда был в школьной программе по физкультуре. Лыжи были ее страстью, любовью и после окончания школы, а когда она переехала в Узбекистан, оставалось только вспоминать об этом увлечении.

Ольга КАЛАШНИКОВА.  
Фото Тамары Ардаевой

### ГЛАВНОЕ - ВЕРИТЬ В СЕБЯ

- Сразу замечу, что не считаю этот вид спорта нетрадиционным для девушки. Все возможно, главное - верить в себя, - рассказывает Сусанна. - Вообще спортом занимаюсь с раннего детства, которое проходило в Нарткале. Мой папа - Аюп ЗАБУНЯН, профессиональный футболист, играл в Минеральных Водах за команду «Динамо». Неудивительно, что мои первые шаги были тоже в футболе. Когда подросла, поступила в колледж в Нальчике и на втором курсе решила, что хочу развиваться в спорте, но уже в другом направлении. Год занималась боевым самбо, очень благодарна моему первому тренеру Мурату БЗАБЗЕВУ, но хотелось чего-то большего. Когда поехала на сборы по боксу к Светлане АНДРЕЕВОЙ, тренеру клуба КИТЭК в Москве, захотелось еще упорнее заниматься, чтобы можно было выступать на турнирах. Нашла высококвалифицированного тренера в Нальчике - Залима ПШУКОВА. Он очень много вкладывает в каждого ученика, профессионально занимается подготовкой к соревнованиям. Для меня является безусловным авторитетом, не зря же в зале все его называют вторым отцом. Он и как психолог, и как врач с нами работает. Профессионально подходит к развитию ММА. Именно тренер посоветовал мне пройти курсы переподготовки в КБГУ, после чего начала выступления с бразильского джиу-джитсу, были достижения на первенствах Европы и Евразии. Потом началась подготовка к универсальному бою. Поехала на чемпионат России по средствам защиты и стала третьей. Отобралась на чемпионат мира, сейчас в моих планах - выступление в ММА. Почему? Здесь больше возможностей проявить себя. Можно выступать по разным направлениям, становясь универсальным спортсменом.



## РОДНАЯ ЛИ Я ДОЧЬ?

Настоящее одиночество наступает не тогда, когда остаешься одна.

Одиночество наступает тогда, когда будешь среди родных, друзей и соседей, тебе станется одиноко и грустно. Я живу с родителями, с братом и сестрой.

Я родилась первой. Никто мне тогда не обрадовался, как мне рассказывали. В семье все хотели мальчика. А ро-

дился я. Даже имя долго не давали.

Наконец приехала тетя и сказала, что это неправильно, и назвала меня Сатаней. Мне очень нравится мое имя, благодарна ей за то, что выбрала именно его. Думаю, оно мне очень подходит. Я брюнетка с голубыми глазами.

Несмотря на то, что в детстве я была очень хорошенькой, меня никто не любил, не обнимал и ласково не называл.

- Ты выучила уроки? - строго спрашивала мама. - Если выучила, попой поеду!

Я не любила мыть посуду. Даже ненавидела. Но если не это, что-то другое надо было делать. Например, мыть полы или нянчить младшего брата...

Я ничего не любила делать. Но училась хорошо. Учителя меня хвалили не только за хорошую учебу, но и за поведение. Я была очень послушной.

- Сатаней! - кричала мама, - какая же ты неряха! Не убираешь за собой! Ничего путного из тебя не выйдет! Иди, убирай в комнате! Потом будешь нянчить малыша!

Когда родилась самая младшая, мне было 14 лет. Я считала себя очень красивой. Училась так же хорошо, учителя хвалили. Но только не родители.

Подруг у меня не было, потому что времени дружить не было. Я была всегда чем-то занята. Но ничего не любила делать. Родители никогда не были довольны мной. Мечтала закончить школу и уехать. Не знала,

куда, но далеко. Хорошо бы в Москву.

Хотела выучиться на режиссера. Мне нравилась эта профессия. Но никто об этом не знал. Родителям было все равно, какая у меня будет профессия...

И вот я закончила школу. Ни в какую Москву меня не отпустили. За мной хотели ухаживать мальчики, предлагали встречаться, провожали из школы домой. Но я настолько боялась мамино гнева, что ни на кого даже не смотрела.

Но хотелось встречаться с мальчиком, многие девочки из нашего класса уже встречались с парнями.

Я поступила в университет. Буду учителем русского языка и литературы. Родители, наконец, довольны, но учусь без всякого желания.

Раньше думала, что после школы моя жизнь изменится, то этого не случилось.

Выгляжу еще лучше, чем в детстве. Тонкая талия, ровные ноги... Глаза выразительные, небесного цвета. Белая кожа, правильные черты лица и волосы - густые и черные. Я ни на кого не похожа в семье, поэтому мама часто говорила, что, наверное, меня подменили в роддоме.

Эта мысль крутится у меня в голове. Может, действительно подменили? А что если сделать тест ДНК?

Может, я действительно неродная, мама чувствует это и не может меня полюбить?! Что делать? Может, все оставить как есть? Не сделаю ли хуже себе, если начну копать в этом?

Сатаней, 18 лет

## ХОРОШО БЫТЬ НЕЗАМУЖНЕЙ?

Решила написать в редакцию. Просто хочется поделиться. Недавно я приобрела участок с домиком. Денег накопила с трудом.

Мечтала давно. В домике можно жить. Только нет газа, но есть печка. Она мне так понравилась! Представляете: зима, снег идет, а ты пьешь чай с печенем, сидишь у окна и мечтаешь. И ничего, что мне 45 и я не замужем.

Очень прошу меня не жалеть. Хотя в свое время хотела и мужа, и семью. А сейчас думаю: нет так нет, зато сама себе хозяйка. Делаю что хочу, иду куда хочу, ем что хочу... Короче, в одиночестве своя прелесть.

На работу я не хожу, так как она дистанционная. Зарабатываю немного, но зато живу спокойно, никто мне мозги не компостирует...

У меня есть есть однокомнатная квартира с неплохим ремонтом и мебелью. И этот домик с участком. Надо сделать хотя бы косметический ремонт

и прикупить мебель. Плохо то, что туалет на улице. Но домик с двумя маленькими комнатами и кухней мне сразу запал в душу. Буду теперь ездить туда, любоваться природой и жить...

Есть у меня подруга, которая вышла замуж и уже с тремя детьми. Ей всегда некогда - то за мужем ухаживает, то за детьми, то за свекровью. Особенно трудно, как она говорит, найти с последней общий язык. Она всегда чем-то недовольна, хотя сноха очень старается угодить ей.

Когда слушаю ее рассказы о семейной жизни, думаю, что Всевышний меня оберегает. Да-да, оберегает. Мне нравится, как я живу.

А если бы у меня были муж и дети, было бы очень тяжело. Я пригласила подружку в свой домик, она придет с детьми. Накуплю вкусняшек, и будем пить чай или кофе...

А как вы думаете: лучше выйти замуж или остаться незамужней?

Иногда думаю: может, все-таки надо выйти замуж?

Залина

## С животными лучше

Я очень люблю животных. У нас дома два котика и попугай. Дети их обожают.

Когда старшая дочь попросила купить кошечку, я сразу сказала: «будешь сама за ней ухаживать!» Она согласилась. Конечно, выеет, что и я помогаю, но основную работу делает она.

Потом младшая попросила разрешить ей принести котенка, который жил у нас во дворе. Наверное, кто-то выбросил. Я в шоке! Разве так можно?!

- Ты тоже будешь сама ухаживать за своим котенком! - сказала я. Она согласилась...

Когда подружка предложила попугая мне, не смогла отказаться. Во-первых, знала ее давно, во-вторых, дочка обожала попугая Дона, так его назвал ее сын. Подруга с семьей переезжала в другой город и попросила нас взять пернатого. Ведь девочки так его любят - лучше им, чем каким-то незнакомым людям или тому, кто не будет его любить.

Когда его к нам занесли, Дон сразу спросил: «Где я?». Девочки наперебой стали объяснять, что теперь это его дом. Вряд ли он понял это, потому что сразу загрузили...

Теперь у нас два котика - Шустик и Гена и попугай Дон. Девочки не нарадуются. А мне в какой-то степени стало легче. Кроме того, что им надо делать домашние задания, еще и ухаживают за животными, и делают это с удовольствием.

Стали лучше учиться, меньше сидят в телефонах. Шустик и Гена сразу подружились. А вот Дон хочет, чтобы все внимание уделяли только ему.

- Кто здесь? - кричит он - как только о нем забывают, и девочки сразу бежут к нему.

- Мы здесь! - отвечают.

Начинают разговаривать с ним и успокаивать, что его любят больше. Дон в такие моменты очень счастлив. Довольно смотрит по сторонам, как будто ему все равно. Становится всем, у кого есть дети, заводите животных. С ними они становятся намного лучше. У них появляются и другие обязанности, кроме учебы. Учатся нести ответственность не только за себя, но и за своих питомцев.

Индра Насипова

## Внешность не всегда соответствует характеру

Здравствуйте, дорогая редакция! Очень прошу понять меня. Пишу, чтобы девушки знали, что внешность не всегда соответствует характеру человека. Год назад встретила молодого человека, который понравился мне во всем. Правда, не владел большим бизнесом и трехэтажным домом, но работал и хорошо зарабатывал. У него небольшая мастерская по ремонту машин. На жизнь хватало, как говорится.

Внешне он высокий, спортивного телосложения, темно-русые густые волосы, приятные черты лица. Когда я с ним познакомилась, он мне сразу понравился, и я была удивлена, что он свободен. С вечера, где мы первый раз увиделись, провожал меня, ни о чем не спрашивая. А я была очень веселая, шутила, много рассказывала о себе. Он слушал и молчал. Мне нравились такие, немногословные.

Когда я с ним познакомилась, он мне сразу понравился, и я была удивлена, что он свободен. С вечера, где мы первый раз увиделись, провожал меня, ни о чем не спрашивая. А я была очень веселая, шутила, много рассказывала о себе. Он слушал и молчал. Мне нравились такие, немногословные.

Через месяц он сделал мне предложение. Я была очень рада, что грех таить: такой красивый, нетребовательный, из хорошей обеспеченной семьи. Так как очень переживала, что останусь в старых девах, сразу согласилась. Хотя и насторожило, что так быстро предложил пожениться.

Мы сочтались браком. Я была очень счастлива. Муж оказался очень внимательным, родители не могли нарадоваться...

Но через три месяца в поведении мужа начались изменения. Сначала стал делать замечания по поводу и без, потом кричать...

Я не знала что делать. Была очень удивлена таким изменением. Его родители тоже просили его не быть таким строгим ко мне.

Однажды он пришел домой и сразу зашел в нашу

комнату, где я сидела, и ударил меня. Вот так - без скандала и каких-либо слов.

С расширенными зрачками бил куда попало. Я кричала и плакала, остановился только тогда, когда я упала без чувств. И сразу как будто протрезвел, хотя никогда не пил, бросился ко мне. Так рассказывали его родители, а я уже ничего не видела и не чувствовала.

Когда очнулась, он сидел возле моей кровати с испуганными глазами. Увидев, что я очнулась, встал на колени и начал просить прощения...

Такое я видела только в фильмах. Просил прощения и говорил, что без меня ему нет жизни. Что очень люблю в первое мгновение. Что не простит себя, если иду от него. Я молчала. Не знала что сказать. Но точно знала, что никогда в жизни не стану жить с таким человеком и что это будет повторяться.

На следующий день узнала от его матери, что он увидел меня с другом. Я встретила его друга в магазине, поздоровались, немного поговорили и разошлись. А он, оказывается, зашел в магазин, увидел, как мы разговаривали, и его нервы не выдержали. Раньше я за ним ревновала, но замечала, наверное, тщательно скрывал. Да и времени прошло не так много.

Как только я встала на ноги, быстро собрала вещи, вызвала такси и уехала домой.

Мои родители, которым уже сообщила о случившемся, встретили меня со слезами на глазах и сказали, что на этом надо поставить точку...

Девушки, никогда не ведитесь на красивую внешность и не спешите с замужеством. Надо сначала познакомиться с будущим мужем.

Ирина, 22 года

## СТРАХ, КОТОРЫЙ НЕ УХОДИТ

Детство у нас было трудное. Отец пил и бил мать. нас было четверо, и мы все очень боялись отца. Я жила в постоянном страхе...

Когда мы немного подросли, отец перестал пить и бить маму. Но стал бить нас. Мне казалось, что в этом он находил удовольствие. Вообще, это было что-то страшное. Я была самой младшей и большой трусихой. Жила, как мышка: мало ела и старалась не попадаться на глаза отцу. Была очень худой и выглядела болезненной.

Однажды мама сказала отцу, что я перестала есть. Тогда первый раз заметила, что он может переживать за кого-то из нас. Вошел меня по врачам, но они ничего не обнаружили. Выписали ви-

тамины, и мы ушли. Помню, мы жили в доме: папа такой большой и я такая маленькая и худая, что страшно было смотреть.

Он заставлял меня пить витамины и есть. От витаминов я не стала есть больше. Я знала, почему так, но не могла сказать об этом. Мама не стала бы меня слушать - у нее и так было много забот. Стирала вручную, готовила, убирала и еще работала...

Страх сидел у меня внутри. И сидит до сих пор. Хотя моя жизнь изменилась в лучшую сторону...

У меня любящий муж и спокойный ребенок. Живем в достатке. Все бы хорошо, но я всегда боюсь. Ходила к врачам. Бесполезно. Ни

невролог, ни психолог мне не помогли. Хотя лекарств принимала много и все советы выполняла.

Наверное, страх у меня не уходит. Уходит не собирается. Иногда о нем забываю и кажется, что он не возвращается никогда. Но это не так, он никогда не уходит, просто в сумке событий притихает.

Муж всячески меня поддерживает. Но, наверное, этого мало. Мне надо уехать. Хотя бы на время. Куда?

Я уже выбрала город. Но хочется одной. Без мужа и ребенка. Но это пока невозможно, ребенок маленький. Но как только подрастет, я уеду. И навсегда оставлю там свой страх. Почему мне так кажется? Не знаю. Но уверена в этом.

Жанна

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).



**Остеопороз – полиэтиологическое метаболическое заболевание скелета, характеризующееся снижением минеральной плотности кости и развитием ее переломов. Прочность кости определяется совокупностью количественных и качественных характеристик: минеральной плотностью костной ткани (МПКТ) и архитектоники, костным обменом, накоплением повреждений, минерализацией костной ткани. В России среди лиц в возрасте 50 лет и старше остеопороз выявляется у 34 процентов женщин и 27 процентов мужчин, а частота остеопении составляет 43 и 44 процента соответственно. Частота остеопороза увеличивается с возрастом. Согласно данным Международного фонда остеопороза, каждая третья женщина и каждый пятый мужчина в возрасте 50 лет и старше переносят остеопоротические переломы. К наиболее типичным для остеопороза относятся переломы грудных и поясничных позвонков, дистального отдела предплечья, ребер, проксимального отдела плечевой кости и проксимального отдела бедренной кости (переломы шейки бедра или межвертельной области).**

• ЗДОРОВЬЕ

## ОСТЕОПОРОЗ ДО РАЗВИТИЯ ПАТОЛОГИЧЕСКОГО ПЕРЕЛОМА НЕ ИМЕЕТ КЛИНИЧЕСКИХ ПРОЯВЛЕНИЙ

Консультант рубрики - врач-ревматолог нальчикской городской поликлиники № 1 Арина ТЛУГАЧЕВА.

Первичный остеопороз развивается как самостоятельное заболевание без выявленной другой причины снижения прочности скелета и имеет разные формы. Чаще всего наблюдается у женщин в постменопаузе, а у мужчин после 50 лет. Развитие вторичного остеопороза зависит от генетической предрасположенности, образа жизни, физической активности, эндокринологического статуса, наличия сопутствующих заболеваний, приема лекарственных препаратов и индивидуальной продолжительности жизни.

Среди факторов риска развития остеопороза выделяются два вида. Модифицируемые факторы: дефицит витамина Д, кальция (витамины D3 способствует активному усвоению кальция из кишечника и правильному его распределению в организме, что очень важно для развития костной ткани, работы центральной нервной системы и других органов), злоупотребление алкоголем и курение, малоподвижный образ жизни, дефицит массы тела, высокие риски падения. Немодифицируемые факторы: женский пол, ранняя менопауза, возраст старше 65 лет, гипогонадизм (патологическое состояние, развивающееся на фоне дисфункции тестисов у мужчин и яичников у женщин), длительная иммобилизация, низкая

минеральная плотность кости, предшествующие переломы, прием глюкокортикостероидов более трех месяцев без прикрытия препаратами кальция.

Остеопороз до развития патологического перелома не имеет клинических проявлений. Перелом может возникнуть при минимальной травме (падение с высоты не выше собственного роста). Переломы костей могут приводить к боли, деформациям и функциональным ограничениям. Переломы тел позвонков при ОП могут проявляться снижением роста, увеличением грудного кифоза, острой или хронической болью в спине, уменьшением объема брюшной полости, снижением трудоспособности и способности к самообслуживанию, повышенной смертностью. Наиболее характерны переломы грудных и поясничных позвонков, дистальных отделов костей предплечья, проксимального отдела бедра. Снижение роста на 2,5 см за год или более 4 см за жизнь.

Диагностика остеопороза заключается в выявлении пациентов с высоким риском перелома на основании факта предшествующего перелома, определения уровня МПК методом денситометрии, подсчете риска перелома с помощью калькулятора FRAX, подсчете риска падений с помощью шкалы Морзе, оценке метаболизма в костной ткани (исследования маркеров резорбции кости и костеобразования,

а также показателей фосфорно-кальциевого обмена), дифференциальной диагностике с другими формами остеопатий.

Лабораторная диагностика: кальция, фосфор, щелочная фосфатаза, определение уровня витамина Д в сыворотке крови, маркеры образования (остеокальцин) и резорбции костной ткани (N и С телопептиды).

Основные цели лечения остеопороза - замедление или временное прекращение потери костной ткани, предотвращение переломов костей. Комплексный план профилактики и лечения остеопороза включает полноценное питание с достаточным поступлением кальция, прием витамина Д, регулярные физические упражнения, нормализацию массы тела, отказ от вредных привычек, ношение корсетов, профилактику падений. Медикаментозная терапия остеопороза включает препараты, замедляющие костную резорбцию и усиливающие костеобразование.

Остеопороз является одной из важных проблем здравоохранения, требующей применения современных подходов к диагностике и лечению, важной характеристикой которых являются их доступность и экономичность. Ранняя профилактика и лечение ОП позволяют замедлить развитие заболевания, снизить частоту переломов костей и улучшить качество жизни.

Ольга КАЛАШНИКОВА.  
Фото Тамары Ардавовай

• НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

## Медработники Кабардино-Балкарии прибыли в подшефную Херсонскую область

Медицинская бригада из Кабардино-Балкарии прибыла в подшефную Херсонскую область, чтобы оказать помощь коллегам в Скадовской ЦРБ. С 11 ноября команда из девяти высококвалифицированных специалистов начала свою работу.

В составе бригады – онколог-терапевт, врач-эндокринолог и семь медицинских сестер первичного звена, которые будут оказывать методическую помощь в части обеспечения заполнения первичной медицинской документации при формировании па-спортных педиатрического и терапевтического участ-ков.

В условиях, когда медицинская система Херсонской области нуждается в поддержке, такие командиры медработников из шефствующих регионов становятся неочевидными для выстраивания работы.

## В КБР впервые на Северном Кавказе проведено эндопротезирование плечевого сустава

Врачи из Кабардино-Балкарии впервые на Северном Кавказе провели эндопротезирование плечевого сустава - хирургическое вмешательство, при котором разрушенные части плечевого сустава заменяются искусственным эндопротезом. Это стало возможным благодаря тому, что Республиканская клиническая больница с недавнего времени имеет всю необходимую материально-техническую базу для оказания высокотехнологичной медицинской помощи пациентам.

Операцию провели под руководством специалистов НМИЦ травматологии и ортопедии им. Р. Вредена, с которым больница наладила сотрудничество, чтобы сделать эндопротезирование плечевого сустава в регионе на постоянной основе. Ранее пациентов, нуждающихся в замене сустава, направляли для лечения в федеральные центры, теперь подобные вмешательства будут выполняться на базе Республиканской клинической больницы.

Эндопротезирование плечевого сустава - наиболее эффективный, а иногда и единственный способ восстановления его утраченной подвижности. Искусственный сустав заменяет пораженный и позволяет вернуться к нормальной жизни без боли и ограничения движений в плече.

Подготовила Дина АЙДАНОВА

Мы жили в селе. Мне было десять лет, меня заставляли ночевать у соседки. Ее дом находился рядом с нашим. Соседка была разведена и жила одна. Самое интересное, что в комнате, где мне приходилось спать, была одна кровать, то есть она меня звала как жещгуэль – чтобы я спала рядом.

Я не просила мать не заставлять меня идти туда, так как знала, что нет смысла, она бы меня и слушать не стала. Были вечера, когда соседка не приходила за мной, и я очень радовалась. Наверное, просила других соседок отпустить их дочь. В то время почти во всех семьях рожали много детей, поэтому дочери были у всех. Каждый раз, когда соседка просила маму отпустить меня к ней, я удивлялась: для чего ей это нужно? Со мной она не разговаривала, даже не приглашала в дом. Я спала в пристройке. Раньше строили такие подсобные домики для летней кухни и хранения лишней вещей. Я очень боялась нашу соседку. Она казалась мне страшной - с грубым голосом, кривыми ногами и полной.

Маме я все-таки сказала, что

## Некрасивая

нет смысла ночевать у нее, ведь она приглашала меня, чтобы ей не было страшно, но сама спала в большом доме, а я в пристройке. И страшно мне было. В силу возраста не могла глубоко анализировать, но, к счастью, все это продолжалось недолго.

Когда в очередной раз спала у страшной соседки, услышала голоса. Подумала, что это на улице. Было лето и тепло. Долго лежала в надежде заснуть. Укрылась с головой одеялом, но все равно слышала голоса. Потом заснула. Проснулась оттого, что кто-то тряс меня, чтобы разбудить. Оказалось, я спала долго, было уже не раннее утро, солнце вовсю светило.

- Просыпайся! - говорил мой младший брат, которого прислали за мной, - мама сказала, чтобы ты вернулась домой.

Я вскочила и побежала за братом, направившимся к воротам. Дома мама меня отругала:

- Ты что, глухая совсем?! Соседку ночью украл, а ты даже не проснулась!

Как она вышла замуж, я не знала. Тогда выходили замуж как-то

упрощенно - понарошку воровали невесту.

Как можно было украсть эту самую некрасивую женщину?! Я была очень удивлена. Кому она могла понравиться? Тогда я поняла, почему она устраивала эти спектакли с ночевками. Да никто бы к ней не зашел - молодая, мужеподобная, могла одним ударом свалить любого мужика. Просто хотела казаться положительной, показать, что к ней не ходят мужчины, ведь ночует не одна! Мне было очень интересно, кто на ней женился.

Когда на следующий день я пошла в школу, узнала еще одну новость. Отец нашего одноклассника оставил жену и сошелся с одной разведенной женщиной. Так вот кто стал женихом некрасивой женщины! Одноклассник не пришел в школу - из четвертых братьев он был старшим. Их мама не работала, дети оставались без средств к существованию. Говорили, что отец совсем не помогал им. А то, что он с ними перестал видаться, знали все. Наша бывшая соседка не разре-



шила мужу общаться с детьми и помогать им. Наверное, платил алименты, так как спустя время одноклассник все-таки пришел в школу. Был очень грустный, стал хуже учиться, вернее стал двоечником. Как они там жили - не знаю, но соседка наша расцвела. Ходила довольная и счастливая.

Как так можно было поступить, не знаю. Из-за отца и чужой женщины наш одноклассник стал несчастным.

Вскоре у пары родился ребенок. Жили они спокойно и хорошо ладили. Говорили, что были влюблены друг в друга, когда еще учились в школе...

Когда их ребенок немного подрос, мужчина заболел и вскоре умер...

Мне было жаль всех, кроме соседки, потому что она разрушила семью. Иногда надо уметь запрещать себе делать то, чего нельзя, если это касается детей. Ладно, взрослые как-нибудь переживут разлуку и предательство, но дети...

А мой бывший одноклассник работал, хорошо зарабатывал, стал очень обеспеченным, помог своим братьям встать на ноги. А соседка прожила долгую и, как мне казалось, несчастную жизнь.

Недавно узнала, что она умерла после продолжительной болезни. Каждому свое. Наверное, никого не стоит строго судить...

Мадина ТХАЗЕПЛОВА.  
Фото Тамары Ардавовай

## КАЗАЧКИ - НЕУТОМИМЫЕ ТРУЖЕНИЦЫ И ХРАНИТЕЛЬНИЦЫ ОБЫЧАЕВ

В фойе была развернута выставка «Казачье подворье» (ее подготовили ДК «Россия», ДК ст. Котляревской, ДК ст. Александровской, Прохладненский район). Гимн терского казачества исполнил вокальный ансамбль «Колокольчик». На экране - кадры из кинофильма «Тихий Дон», раскрывающие тему матери. Музыкальным фоном прозвучал праздничный колокольный перезвон.

21 ноября 1774 года, говорил диктор, в русско-турецкую войну почти девяностысячный отряд татар и турок окружил станицу Наурскую на реке Терек, что на современной территории Чеченской Республики. Все строевые казаки были в походе, поэтому основная тяжесть по обороне станицы легла на женщин-казачек. Для защиты родной станицы на вал вышел женский «гарнизон», казачки перетаскивали пушки, били картечью, варили смолоу и лили на головы захватчиков. В ход пошли даже ши, если верить преданиям. И они выстояли. В честь этой нелегкой победы в станице Наурской был насыпан курган Славы. Екатерина II наградила отважных казачек и учредила в их честь праздник. И вот уже 250 лет 4 декабря (по старому стилю - 21 ноября) на православный праздник Введения во Храм Пресвятой Богородицы казачество России отмечает День матери-казачки. На протяжении всей многовековой истории жизнь казачки складывалась нелегко, но она сумела взрастить новое крепкое поколение сыновей.

При этом женщина-казачка никогда не теряла женственности, сердечности, кокетства и любви к нарядам. О казачках современники писали: «Соедините красоту и обаяние русской женщины с красотой черкешенки, турчанки и татарки, да если прибавить бесстрашие амазонок - перед вами портрет истинной казачки». Казачий род выстоял и приумножился именно благодаря силе, любви и крепости духа казачек. Можно много и долго говорить о роли матери-казачки в истории, семье и возрождении казачества. Суть будет одна: истинная казачка всегда посвящает себя мужу, дому и детям и при этом растит достойных защитников Отечества. Так было, так есть и так будет всегда. В дальнейшем день матери-казачки стал считаться днем поминовения



**Межмуниципальный фестиваль-конкурс «День матери - казачки», приуроченный к Всероссийскому дню матери, прошел в г. Майском в ДК «Россия». В программу праздника вошел показ конкурсных программ - выставки традиционной казачьей культуры, демонстрация бытовых обрядов и сценок из жизни казачек, выступления народных казачьих коллективов.**

погибших сыновей. В этот день в курене у казачки, сын которой погиб в сражении, собирались родные и близкие, чтобы почтить его память, вспомнить, как он любил свою землю, свой народ и родную мать. Народная молва утверждает, что сердце матери чувствует беду своего сына на далеких расстояниях до тех пор, пока оно бьется.

О свойствах материнского сердца и незыблемости ее любви к своему ребенку рассказана песня «Сердце матери» в исполнении вокального ансамбля «Радоница».

Многие матери проводили своих сыновей в районы боевых действий на Украине, отметила ведущая: «Сын и мать - родственная связь, данная Богом. Никто и ничто не в силах разорвать эту крепкую связующую нить родства. Желаем вам, солдатским матерям, огромной воли, великой надежды и веры. Низкий поклон, женщины-матери, за ваших героических

сыновей, достойных защитников Отечества!».

Участников фестиваля поздравили с праздником заместитель министра по делам национальностей Джамбулат ГЕРГОКОВ, председатель комитета Парламента КБР по культуре, развитию гражданского общества КЧР Амур ТЕКУЕВ, глава администрации Майского района Татьяна САЕНКО, атаман Пришибского казачьего общества Станислав ЯЦЕНКО.

Пока участницы конкурса отправились за кулисы, на сцене выступили гости - ансамбль казачьей песни станицы Павлодольской Моздокского района Северной Осетии-Алании.

Участницы первого конкурса представили визитную карточку «Хвала тебе, казачка!». С группой поддержки в творческой форме они попытались раскрыть особенности своей семьи, рассказав о себе и своих казачьих корнях, семейных

традициях и увлечениях с использованием видеопрезентаций и других сценических видов искусства. Конкурс «Традиции и обряды казачества» помог вспомнить старинные обряды - «Проводы казачка», «Казачья свадьба» и многие другие. Свадебный обряд продемонстрировали две казачки из двух станиц, в котором много общего и в то же время свои особенности. Все старинные обряды сопровождалось песнями и танцами совместно с творческими коллективами.

В каждой казачьей семье ценились родовые традиции. Казачки - неустойчивые труженицы и хранительницы обычаев не гнались за роскошью и богатством, не кичились украшениями, а гордились своими мужьями и сыновьями. Тем не менее изящество в одежде и убранстве хат составляло привычку и необходимость в жизни казачек, что сохраняется и до сегодняшнего времени. Таковы были матери и воспитательницы грозных казаков старого времени. Конкурс «Были бы казачки - казачки будут!» включал в себя сноровку и умение управляться в быту. Казачки должны были «снарядить казака в поход» - одеть его по форме и собрать вещмешок, выбрав пять предметов, которые, по их мнению, понадобятся ему на службе. Время сбора казака - до двух минут. Затем каждая участница коротко, ярко, с шутками и прибаутками объяснила, почему выбрала именно эти предметы.

Пока жюри подводило итоги, на сцене выступили творческие коллективы. Первое место было присуждено Антонине ПИЛЯКИНОЙ из Майского, второе - Ольге САВЧЕНКО из ст. Котляревской, третье - разделщице Екатерина МЕШЕВА из ст. Александровской и Екатерина КЮЧЕТКОВА из ст. Солдатской Прохладненского района.

«Сегодня мы представили культуру терского казачества. Но мы чтим и уважаем традиции и культуру всех, кто здесь живет. Наша страна многонациональная, на ее территории в мире и согласии живут люди разных национальностей, поэтому Россию можно назвать одной большой семьей. Многонациональность России и ее культурное разнообразие являются нашей всепообеждающей силой», - сказала в заключение ведущая.

**Ольга КАЛАШНИКОВА**

## СЛОВО «МАМА» СОЗВУЧНО СЛОВУ «ЖИЗНЬ»

**День матери - один из самых теплых праздников, посвященный дорогим сердцу людям - мамам. В этом году его отметили 24 ноября (в нашей стране празднуется в последнее воскресенье ноября с 1998 года). Мероприятия состоялись во всех уголках нашей республики.**

возможность еще раз сказать мамам, как их любят и ценят, не упустили и в концертном зале ДШИ «Лири» г. Прохладного, где была представлена программа «Главное слово в каждой судьбе». В зале звучали классические произведения, народные мелодии и современные композиции, каждый номер был наполнен искренностью и теплотой.

В Майском районе провели онлайн-флешмоб «Скажи спасибо маме». Участники выразили бесконечную благодарность своим мамам за любовь, заботу и поддержку.

Всю неделю запланировали отмечать День матери в Урванском районе. В субботу в с. п. Псыгансу состоится концерт «Нет выше звания, чем мама!». В мероприятии примут участие ансамбль «Псыгансу», Оксана ХАКУЛОВА, Залина ТХАЗЕПЛОВА, Фатима КУЛОВА и Аслан БЕКУЛОВ.

В Доме культуры с. п. Анзорей Лескенского района к Дню матери

было проведено праздничное мероприятие «Мы будем вечно прославлять ту женщину, чье имя - мать». Ряд мероприятий прошел и в МКУ ДК с. п. Ерокко.

На дорогах Кабардино-Балкарии состоялась повсеместная акция, приуроченная к Дню матери. Поздравительные мероприятия прошли при участии руководителей территориальных подразделений Госавтоинспекции на районном уровне, инспекторов по делам несовершеннолетних, сотрудников патрульно-постовой службы, представителей общественных советов и ветеранов, а также юных инспекторов движения и активистов «Движение первых».

Автоинспекторы отдела МВД России по Черекскому району обратились к девушкам-водители, поздравили автоледи с праздником и подарили цветы. При этом призвали соблюдать правила дорожного движения и

быть примером для своих детей. В свою очередь автолюбительницы поблагодарили полицейских за хорошее настроение и подаренные улыбки, пообещали быть внимательными на дороге и прививать культуру безаварийного передвижения своим детям.

В Нальчике и в Урванском районе вместе с автоинспекторами и педагогами с особым вниманием и старанием изготовили цветочные композиции и брелоки, написали на каждом лепестке пожелания, а на цветоложе разместили призыв «Пристегнись и улыбайся!».

Для мам было приятным и неожиданным сюрпризом, когда их дети вручали им цветы-подели, поздравили с праздником и попросили соблюдать ПДД.

Общественная организация Совет женщин г. о. Нальчик к Дню матери на площадке КБГУ про-

вела турнир по волейболу среди женских команд в рамках проекта «Ответственное материнство и отцовство - оплот семейных ценностей». В нем приняли участие шесть спортивных коллективов. С приветственным словом к присутствующим обратилась председатель регионального отделения общественной организации «Комитет семей воинов Отечества» Карина ОРЕХОВА. Председатель Совета женщин г.о. Нальчик Лидия ДИГЕШЕВА поблагодарила всех участников и вручила им памятные подарки.

«Еще одним мероприятием, посвященным чествованию матерей, стала очередная встреча в клубе любителей поэзии «Вдохновение» Совета женщин столицы республики», - отметила Л. Дигешева. На встрече прозвучали песни о мамах, стихи советских, российских и зарубежных авторов, а также собственного сочинения. Состоялся обмен мнениями о принципах семейного воспитания, роли отца в формировании личности ребенка, рассказы об опыте взаимодействия с родственниками разных поколений.

**Ангела ГУМОВА**

В Эльбрусском районе этот день отметили в районном краеведческом музее. Организовали выставку «О той, кто нам дарует жизнь и тепло», а во дворце культуры имени К. Кулиева г. Тырнауза прошел праздничный концерт «Мамы ласковые руки», собравший гостей, которые пришли поздравить самых дорогих и любимых женщин в их жизни - мам. На сцене выступили талантливые воспитанники Дворца культуры, подготовившие для гостей яркие и трогательные номера.

В Доме культуры с. п. Былым состоялся концерт «Моя мама - лучшая на свете», а вечером эстафета перешла жителям с. п. Эльбрус с торжественной программой «Моей маме». Совет женщин Эльбрусского района под председательством Зареты МОЛЛАЕВОЙ организовал поздравление участников специальной военной операции своим матерям, приуроченные к этому празднику.

Во Дворце культуры г. Прохладного состоялся концерт «Мамино сердце». В фойе была организована выставка декоративно-прикладного искусства. Прекрасную



## ДЕЛАЙ ТО, ЧТО ЛЮБИШЬ. ЛЮБИ ТО, ЧТО ДЕЛАЕШЬ

Начав работать бухгалтером, Ирина ХАТКОВА за несколько лет поднялась до должности маркетингового директора торгового представительства. О себе говорит, что к цели ее ведет четкое понимание того, что она хочет получить в итоге. А в ежедневной рутине позволяет себе маленькие радости – чаепитие с подругами, прогулки в выходные и, конечно, уютное чтение.

- Знаю отличную книгу, которая подойдет для необитаемого острова. Когда мне попалась «Кафе на краю земли» Джона П. СТРЕЛЕКИ, поняла, что это мотивационная книга, только не совсем обычная - в виде прозы. Чаще всего подобные произведения повторяют друг друга и по мотивации, и по содержанию, и по стилю, но здесь что-то совершенно новое. Сразу же бросается в глаза необычный формат изложения: есть главный герой, небольшой сюжет, другие герои и диалоги. Вторая отличительная особенность этой книги - небольшой объем. Обычно мы видим большие толмуды с обилием информации, которую сложно запомнить. В этой книге мало страниц, но много смысла. И третья - мотивация через вопросы.

Немного о сюжете: главный герой Джон, «перегоревший» от своей скучной жизни человек, берет себе недельный отпуск на работе и отправляется в импровизированное путешествие. По дороге заблудился и едет в неизвестном направлении - навигатор не срабатывает, бензин в баке заканчивается, надежды на помощь нет. Случайно он находит маленькое кафе посреди пустыни под названием «Почему». В заведении ему предлагают меню с тремя вопросами на обратной стороне. 1. Почему ты здесь? 2. Боишься ли ты смерти? 3. Счастливы ли ты?

Да, можно сказать, ну ничего себе! Мыслители веками быются над пониманием смысла жизни, а тут надо ответить за минуту. Но, оказывается, все не так уж и сложно. Как только человек находит цель существования, ресурсы для ее реализации буквально сами идут в руки. Если идея вам кажется сомнительной, вспомните людей из своего окружения, которые

### • КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

буквально горят своим делом. Наверняка вы замечали, что, помимо увлеченности, они еще и очень удачливы.

В книге есть и другие персонажи: Кейси - официантка, Майк - повар и владелец кафе, который делится своими историями, Энни - посетительница кафе, которая тоже ищет ответы на вопросы. Джон проводит в кафе всю ночь, общается с Кейси, Майком и Энни. Ночные диалоги помогают Джону вспомнить, зачем он вообще делает все то, что делает, ответить на вопросы, написанные в меню, и обрести новый смысл и самого себя.

Книга напоминает притчу. Повествование позволяет посмотреть на привычные вещи под другим углом. Автор не навязывает свои выводы, а преподносит все в форме диалога между героями, читая книгу, как будто и сам с ними споришь, сомневаешься и доходишь до своих инсайтов. И самый главный вопрос: а как же найти эту самую цель существования? Загадка в том, что мы привыкли к мнению, что нам кто-то подскажет: родители, общество, гадалки, астрологи или та же самая реклама. И во всем этом инфошуме забываем о главном - собственном мнении и желании. Автор открыто говорит и о том, что отвлекает от нашей цели: реклама и навязанные ценности. Я как маркетолог соглашусь с этим на все сто процентов.

Так как найти свою цель? Очень просто: хватит сидеть и ждать, что тебе принесут ее на блюдечке. Пробуй сам. Разное, постоянно, с детским любопытством и открытостью. Когда начулаешь то, что тебя зажигает, просто физически не сможешь упустить это.

Если вы переживаете некий кризис, страдаете синдромом отложенной жизни, запутались, хотите изменений, но не знаете, с чего начать, прочитайте эту книгу. Не могу сказать, что моя жизнь поделилась на до и после, но чтение определенно увлекательное, для себя из него можно почерпнуть много полезного. Хочу привести несколько фраз из книги, которые выпала для себя. «Почти все кажется новым и странным, пока не начнешь это делать». «Когда знаешь, чего хочешь, на это гораздо легче копиться». «Невероятно, как легко заниматься тем, что делает тебя счастливым! Время так и летело».

Лилиана ШОРДАНОВА.

Фото

Тамары Ардавовой



### • ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

## ОРАНЖЕВОЕ СЧАСТЬЕ

- Сезон тыквы давно открыт. Хотя моя бабушка говорила, что она готова к употреблению только после первых небольших ночных заморозков, когда утром земля покрывается инеем, - говорит Индира СЫСОЕВА из Нальчика. - А еще она учила правильно ее выбирать. Вкус тыквы определяется цветом мякоти - чем ярче, тем слаще. Важна целостность: никаких опрелостей, мягких вмятин и глубоких трещин - такая тыква почти мгновенно испортится, и, скорее всего, внутри кожуря процесс уже запущен. Розовые пятна на кожуре «оспины» свидетельствуют о том, что тыква успела подцепить грибок и переболеть им, мякоть ее будет горьковатой и невкусной. А вот наличие небольших шрамов или суховатой сеточки морщин вполне допустимо - тыква приобретает их в процессе роста. А для многих такая сетка является отличительной чертой сорта. Если слегка надавить пальцем на кожуру и прогиба нет, то и тыква не переспела. Зная эти небольшие хитрости, не ошибетесь с выбором тыквы. Значит, и блюда получатся вкусными.

### СУП-ПЮРЕ

**Ингредиенты:** 2 литра овощного или мясного бульона, 500 г свежей тыквы, 3 моркови, 4 картофелины, головка лука, 3 столовые ложки растительного масла, соль и черный перец по вкусу, 1 ч.л. карри (порошка), 1,5 стакана молока или сливок, булка для гренков.

**Способ приготовления.** Тыкву для супа можно использовать сразу, то есть сырой или предварительно запечь. Я запекаю тыкву, поэтому добавляю ее к овощам в самый последний момент. Сырую тыкву очистите от кожуры, нарежьте крупными кубиками и добавьте к остальным овощам через пять минут после того как бульон с овощами закипит.

Картофель и морковь порежьте крупными кубиками. Лук измельчить и потушить до мягкости в глубокой сковороде с маслом. Добавить бульон и вскипятить, после чего положить морковь и картофель. Приправить солью и перцем по вкусу. Когда овощи будут почти готовы, добавить мякоть тыквы и проварить на медленном огне еще 5-10 минут. Дать супу остыть и пюрировать блендером. Затем влить в суп молоко или сливки и, помешивая, вскипятить. Приправить по вкусу карри. Подавать на стол можно с гренками или сухариками.

### МИНЕСТРОНЕ С ТЫКВОЙ

**Ингредиенты:** 200 г тыквы, 1 репчатый лук, 1 стеблевой сельдерей, 2 зубчика чеснока, 150 г сухой фасоль, 1 сладкий перец, 1 помидор, 400 г томатов в собственном соку, 30 г спагетти, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка любимых специй, соль по вкусу, сыр и зелень по вкусу для подачи на стол.

**Способ приготовления.** Фасоль предварительно замочить минимум на четыре часа. Для сокращения времени приготовления можно использовать готовую фасоль, заранее отваренную или консервированную в собственном соку. Такой фасоли необходимо около 300 г. Замоченную фасоль промыть, залить чистой водой и варить до мягкости. Посолить лишь в конце варки. Пока она варится, займемся овощами. Мелко измельчить лук, чеснок и сельдерей. Тыкву порезать на небольшие кусочки, сладкий перец - небольшими кубиками. Томаты в собственном соку измельчить в блендере. Помидор разрезать на две половинки и, приложив половинку срезом к терке, потереть мякоть. Кожуцу выкинуть. В кастрюле с толстым дном разогреть масло, добавить лук, чеснок и сельдерей. Немного посолить и тушить овощи на небольшом огне до мягкости около 10-15 минут, периодически помешивая. Если овощи начнут пригорать, можно влить немного кипятка. Добавить в кастрюлю тыкву, слегка посолить и томить 5-10 минут. Затем добавить сладкий перец, мякоть свежего помидора и специй, готовить на медленном огне, помешивая, еще 10 минут до мягкости всех овощей. Когда все овощи будут готовы, добавить перемолотые в блендере томаты в собственном соку. Тушить пару минут для объединения всех вкусов. Туда же выложить готовую фасоль вместе с жидкостью, в которой она варилась, и влить кипятка или овощной бульон до нужной консистенции. Спагетти поломать и высыпать в суп, перемешать, посолить, поперчить и варить до готовности макарон. Если суп получается густым, разбавить его кипятком или овощным бульоном. При подаче на стол сбрызнуть оливковым маслом, посыпать измельченной зеленью и тертым сыром.

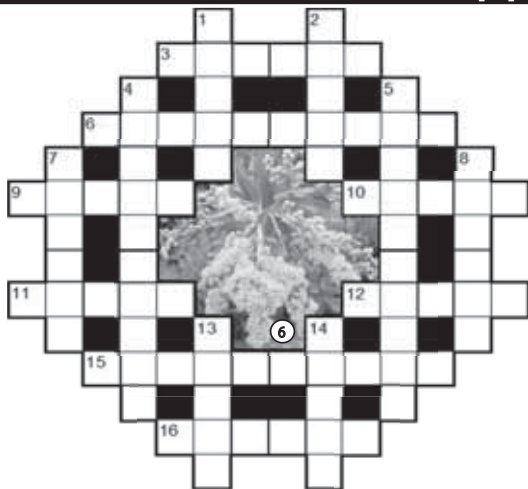
### ЗАПЕКАНКА

**Ингредиенты:** 400 г тыквы, 300 г творога, 30 г сливочного масла, 2 куриных яйца, 3 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки манной крупы, 1/4 чайной ложки соды, лимонный сок, щепотка соли.

**Способ приготовления.** Нарезать тыкву и очистить от кожуры. Кусочки натереть на средней терке. В глубоком блюде вилкой змять творог со сливочным маслом. Добавить туда яйца, сахар, сметану и манную крупу. В чайную ложку с содой добавить немного лимонного сока и также добавить к основе для творожной запеканки, все перемешать. Добавить в блюдо натертую тыкву и тщательно перемешать. Дно и бортики формы смазать кусочком сливочного масла. Наполнить ее жидкой основой для запеканки. Запекать примерно 50 минут в разогретой до 200-220 градусов духовке. Подавать на стол со сметаной, гущенкой или вареньем.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.  
Фото Тамары Ардавовой

## КРОССВОРД



Ответы на кроссворд  
По горизонтали: 3. Алема, 6. Золотарник, 9. Вебер, 10. Йемен, 11. Немес, 12. Отсев, 15. Штейнбрак, 16. Додола.  
По вертикали: 1. Авлос, 2. Амбра, 4. Новеллетта, 5. Кинематика, 7. Гейзер, 8. Рельеф, 13. Айфон, 14. Арама.

**По горизонтали:** 3. Пьеса для древнегреческого духового музыкального инструмента. 6. Растение семейства сложноцветных, медоносное. 9. Единица измерения магнитного потока. 10. Страна с кофейным деревом на гербе. 11. Царский головной убор в Древнем Египте, один из символов власти египетских фараонов. 12. «Естественный отбор» при вступительных экзаменах. 15. Порода охотничьих собак на зайцев и крупных животных. 16. Столица Танзании.

**По вертикали:** 1. Древнегреческий духовой музыкальный инструмент, свирель. 2. Воскоподобное вещество из кашалота для парфюмерии. 4. Небольшая инструментальная музыкальная пьеса. 5. Раздел механики о геометрических свойствах движения. 7. Источник горячей воды и пара. 8. Вертикальное разнообразие горизонтали. 13. Серия смартфонов, разработанная корпорацией «Apple». 14. Пастушковый журавль.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА



КОТОВОД

## САМО СОВЕРШЕНСТВО

- Питомца мне привезла дочка из Москвы, – рассказывает Надежда АЛЕКСАНДРОВА из Нальчика. – Я очень люблю животных, особенно кошек. Когда дочка приезжала меня навестить, привезла с собой кошку породы бурма, представляя ее со словами: «Знакомьтесь - Фифа! Она - само совершенство».

Это грациозное создание сразу покорило сердца всех членов нашей семьи. Я не сразу смогла определить породу Фифы. Она была миниатюрной, но довольно плотного телосложения. Шерсть была невероятно нежной, как шелк, и сияла. Познакомившись с этой породой поближе, я поняла, что она стала для меня аристократкой среди всех кошек, а мое сердце покорило навсегда.

Ее Величество ищет внимания и ласки только тогда, когда у нее есть настроение. Но не прочь посидеть на руках и легко идет на контакт с незнакомыми людьми. Главной чертой Фифы считаю чувство собственного достоинства. Ее невозможно унижить или обидеть. Но если попытаться сделать это, уходит, уверенная, что нам просто нездоровится. Однажды во время бурного «бурманского забега», как любят говорить мой супруг, Фифа случайно наступила мне на ногу и остановилась, чтобы извиниться. Хотя это может показаться преувеличением заядлой кошатицы, но вы бы видели ее глаза! В них я прочтала испуг и чувство вины.

Наш питомец тонко чувствует настроение домочадцев, особенно мое. Если кто-то заболел или нам просто грустно, обязательно идет спасать. Супруг считает эту породу существами семейства кошачьих с характером собаки. Они верны и преданны, как собаки, в народе их еще называют «котопес».

Фифа не просто кошка, которая гуляет сама по себе, сопровождает нас почти каждую минуту. Про бурм говорят, что это стопроцентная кошка-компаньон.

Даем сухой корм и мясо, когда готовим себе. Фифа не жадная до еды, редко что-то просит. Балую ее любимым желе фирмы «Роял канин». Пьет только воду из крана, к фильтрованной в миске не подходит. Целый день будет мучиться жаждой, но к миске не подойдет. Дает понять, что хочет водопроводную воду, устраиваясь в раковине.

Днем Фифа любит поспать на холодильнике, свесив вниз голову и передние лапки таким образом, что без ее ведома его не откроешь. Всегда выбирает интересные позы для сна, поэтому беспокоюсь, что может что-то повредить себе. Ночью устраивается на



коврике возле прикроватной тумбочки, но утром я всегда обнаруживаю ее спящую в нашей кровати. Она настолько осторожно прыгает на кровать, что ни разу не разбудила нас. Но, что самое важное, нам не нужно постоянно чистить одежду и ковры от кошачьей шерсти. У Фифы шелковистая и блестящая шубка, без подшерстка, поэтому не доставляет никаких хлопот. Советую эту породу аллергикам, которые не могут позволить себе содержать кошку дома.

Хочу отметить, что Фифа ни разу ничего не поцарапала, даже незнакомцев. С раннего детства у меня были кошки разных пород и беспородные. Однако ни одна из них не обладала таким удивительным качеством, как неспособность царапаться. Сейчас же трудно представить, как бы мы жили без Фифы. Очень любим и дорожим ею. Интеллект этой породы поражает и влюбляет в себя навсегда. Родоначальники этой породы жили в храмах и считались священными в Бирме (современная Мьянма).

Фифа обожает позировать для фотографий. Недавно мы организовали для нее новогоднюю фотосессию. За три года, что живет у нас, ни разу не уронила елку и не разбила ни одной игрушки. С удовольствием играет с дождевиком, но только под нашим присмотром, следим, чтобы ничего не проглотила. В преддверии Нового года у нас с моей кошкой традиция: в канун праздника угощая ее мандарином.

Фифа по характеру и темпераменту очень энергичная и веселая, всегда готова поиграть и поднять настроение окружающим.

Как говорят, можно бесконечно смотреть на то, как горит огонь, течет вода... и на мою Фифу.

Ангела ГУМОВА

С вами когда-нибудь такое случалось? До сих пор не могу понять, как у меня не получилось выехать с парковки с первого раза. После второй попытки мне помогли. И это после десяти лет за рулем! Было очень стыдно и неловко, в первую очередь перед самой собой. Думала, что у меня уже выработался рефлекс на такие простые маневры, но, как оказалось, жизнь полна сюрпризов. Считается, что водителем авто можно стать после трех лет езды или тридцати тысяч километров пробега, а до этого ты просто ученик.

За полчаса до этого события я успела подумать: как хорошо ездить по городу в выходные. Не стоило злорадствовать, вот и результат.

Вспомнила наставления наших учителей в автошколе: сохраняйте спокойствие, спокойно реагируйте на гудки и мигания фарами. Все ошибаются, и это нормально. Успокаивает, не правда ли? К сожалению, нет.

\*\*\*

Недавно прочтала интересный факт. Институт человека РОМИР выяснил, что автомобили чаще покупают дамы. Они более активно покупают автокосметику, чем водители-мужчины: 75 процентов против 23. Возможно, это связано с более внимательным отношением к деталям и желанием поддерживать автомобиль в хорошем состоянии. Дальше институт в своих исследованиях установил, что подавляющее большинство покупателей автохимии состоят в браке. Гражданский брак занимает второе место – 12, а вот одинокие люди, не состоящие в отношении, покупают автохимию редко. Заметно, что среди постоянных покупателей автохимии отсутствуют домохозяйства с детьми младше 14 лет: возможно, в таких семьях приоритеты смещаются в сторону детских товаров и услуг, а уход за автомобилем отходит на второй план.

\*\*\*

Как правильно выбрать незамерзайку? Необходимо несколько раз сильно встряхнуть канистру или раскрутить ее. На поверхности должна образоваться устойчивая плотная пена – это говорит о наличии активных веществ. На этикетке обязательно должна быть нанесена полная информация о продукте (состав, температура замерзания и т.д.) и производитель (название и адрес). Еще можно посмотреть на просвет дно емкости. На нем не должно быть осадка. Приобретайте товар в прозрачных канистрах с качественными пробками.



ЗА РУЛЕМ

## ЗАМЕТКИ АВТОМОБИЛИСТА

\*\*\*

У нас с 1 января 2025 года могут вырасти штрафы за нарушения ПДД. Соответствующие поправки к Кодексу об административных правонарушениях разрабатываются в Правительстве РФ. Предполагается, что штрафные санкции возрастут: за непристегнутый ремень в 1,5 раза – с 1000 до 1500 рублей, нарушение скоростного режима – с 500-5000 рублей до 750-7500, несоблюдение требований дорожных знаков или разметки – 750-7500 рублей вместо нынешних 500-5000. За причинение легкого вреда здоровью при нарушении ПДД штраф увеличится с 2500-5000 до 3700-7500 рублей, среднего – с 10000-20000 до 1500-30000 рублей. А за управление транспортным средством в состоянии алкогольного опьянения или передачу права на управление ТС санкции предполагается увеличить с 30000 до 45000 рублей. Одновременно с этим соразмерно поднимется штраф за отказ от медосвидетельствования с 30000 до 45000 рублей.

Но только возросшими суммами штрафов разрабатываемые нововведения не ограничиваются. Реформа затронет один из наиболее чувствительных аспектов ответственности в сфере нарушения ПДД – скидки. Если сегодня при оперативной оплате штрафа его сумма уменьшается на 50 процентов, то с первого января 2025 года дисконт должен сократиться вдвое – до 25%.

Таким образом, в большинстве случаев сумма штрафа в конечном итоге вырастет не в 1,5, а в два раза. Например, если на текущий момент за минимально наказуемое превышение скорости придется заплатить 250 рублей (500 рублей со скидкой 50 процентов), то всего через несколько месяцев сумма вырастет до 562,5 рубля (750 рублей со скидкой 25 процентов). Но хочу отметить, не все депутаты поддерживают эти изменения, подождем, пока вступит в свои права новый 2025 год.

\*\*\*

В Кабардино-Балкарии в популярных у туристов местах устанавливаются заряд-

ные станции для электромобилей. Такие «электростанции» уже есть в Приэльбрусье, на Верхнем Голубом озере и в Нальчике.

«Место локации таких зарядных станций в Кабардино-Балкарии определялось в первую очередь близостью к туристическим объектам. Например, только на поляне Азау, в Приэльбрусье, у нас сразу три такие зарядки. Получается, там вообще своеобразный хаб. Также они установлены и на Верхнем Голубом озере, теперь туристы могут спокойно отдыхать и одновременно заряжать автомобиль. К тому же у нас была задача обеспечить зарядку в местах, примыкающих к федеральной трассе. Здесь также ведется большая работа, первые такие станции уже стоят», – отметил помощник министра промышленности, энергетики и торговли Кабардино-Балкарии Алим ТОХОВ.

Лидером по количеству электрических зарядочных станций (ЭЭС) стала столица республики. Здесь их насчитывается почти с десяток, установлены в основном у крупных торговых центров. Кроме того, ЭЭС есть в Нарткале и Прохладном.

Планируется установить сеть зарядных станций для электромобилей на дорогах, ведущих к курортам Северного Кавказа.

«В КБР большей частью речь идет о станциях малой мощности, до 150 киловатт, где автомобиль в среднем за 15-30 минут заряжается практически до 80-90 процентов, и это считается очень быстрой зарядкой. Существуют и более мощные станции, их в республике несколько, они находятся также в туристических зонах, в основном на парковках», – отметил помощник министра.

По данным А. Тохова, с начала 2024 года в республике заработала 21 электрическая зарядочная станция, еще четыре уже приобретены инвесторами и будут запущены до конца года.

Как вам инициатива?

Удачи на дорогах!

Ангела КУДАЕВА.

Фото Тамары Ардаевой

УЧРЕДИТЕЛЬ:  
ПРАВИТЕЛЬСТВО  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ  
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор  
З.С. КАНУКОВА

Телефоны  
42-26-75 – отв. секр.;  
42-06-85 –  
корреспондентская;  
42-69-96 –  
реклама

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

Выходит по средам.  
Тираж 1401. Заказ 2548.  
Время подписания в печать  
по графику – 18.00  
Фактически 26 ноября в 17.00  
Индекс - 31222

Газета «Горянка»  
зарегистрирована  
Региональным управлением  
Роскомпечати  
в Кабардино-Балкарской  
Республике  
23.07.1998 г.  
Регистрационный  
номер - Н-0143

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