

№ 21 (1342)

21 мая 2025 г.

Издается с 1993 г.

Горянка

Интернет-
версия:
www.goryankabr.ru

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

21 МАЯ – ДЕНЬ ПАМЯТИ АДЫГОВ (ЧЕРКЕСОВ)

Фото Тamarы Ардаевой



Расита БАТЫР
И Бэлла БАХОВА

С. 3

С. 4 УСПЕШНЫЙ
ПРОЕКТ



С. 11 О ВЛИЯНИИ ЭЛЬБРУСА
НА НАУКУ,
АРХИТЕКТУРУ И МОДУ



С. 13 БЛАГОПОЛУЧИЕ
ЭНДОКРИННОЙ
СИСТЕМЫ ИМЕЕТ
ОГРОМНОЕ ЗНАЧЕНИЕ...



С. 15 ЗНАЕМ ЛИ
МЫ СВОИХ
БЛИЗКИХ?



ОБРАЩЕНИЕ Главы Кабардино-Балкарской Республики Казбека КОКОВА в связи с Днем памяти адыгов — жертв Кавказской войны

Уважаемые жители Кабардино-Балкарии!

21 мая – 161-я годовщина окончания Кавказской войны. Эта война, ставшая результатом столкновения геополитических интересов ряда ведущих государств того времени, имела трагические последствия для адыгского народа, который понес огромные людские и материальные потери.

В этот день мы склоняем голову перед памятью всех, кто стал жертвой Кавказской войны, кто вынужденно покинул родную землю, прошел на чужбине через множество невзгод и лишений.

Адыги не сломились под грузом выпавших на их долю тяжелейших испытаний. Стойкость и сила духа, мудрость и дальновидность помогли им не только преодолеть тяготы того трагического периода, но и остаться верными историческому выбору, сделанному их предками почти полтысячелетия назад. Он сыграл важнейшую роль в дальнейшей судьбе адыгского народа, послужил и продолжает служить надежной основой для сохранения и приумножения его самобытных традиций, богатого культурного, духовного наследия, развития и созидания в составе сильного и могучего Российского государства.

Убежден, сохраняя верность традициям единства и сплоченности наших предшественников, их преданности Отечеству, мы сумеем победить все трудности, добиться поставленных целей во имя благополучия и процветания родной Кабардино-Балкарии и всей нашей великой страны.

Желаю жителям республики крепкого здоровья, мира и всего самого доброго.

СИМВОЛ ОТВАГИ ЖУРНАЛИСТОВ



В рамках всенародного патриотического проекта «Кедры Великой Победы» и международной акции «Сад памяти» в Нальчике работники средств массовой коммуникации высадили хвойные деревья в память о журналистах, погибших при исполнении профессионального долга.

Хвойные саженцы были высажены на территории, прилегающей к Дому печати. В акции приняли участие представители Правительства республики, администрации г. Нальчика и деятели медиасферы. Обращаясь к участникам акции, министр цифрового развития, связи и массовых коммуникаций КБР Аскер БОЗИЕВ отметил: «Этот год посвящен защитникам Отечества. Отраднo, что эта акция, имеющая всероссийский масштаб, совпадает по времени с празднованием Дня Победы. Мы чтим память журналистов, отдавших жизнь, исполняя свой профессиональный долг. Выбор хвойных деревьев не случаен, они являются визитной карточкой нашей республики. Информационная война – это тоже война, и задача журналистов – доносить правдивую и объективную информацию. Сегодня мы объединили два важных события: посадку деревьев в память о погибших журналистах и чествование памяти наших коллег, павших в годы Великой Отечественной войны. Важно помнить и чтить героев, отдавших жизнь за мирное небо над головой».

После высадки деревьев состоялся памятный митинг. Участники акции возложили цветы к мемориальным доскам, установленным в Доме печати рядом с редакциями газет «Адыг псалъэ» и «Заман», в память о журналистах, павших

в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 гг. О подвиге работников этих изданий в годы войны рассказали редактор отдела образования и науки газеты «Адыг псалъэ» Марита ЖИЛЯСОВА и главный редактор газеты «Заман» Хасан КОНАКОВ. Они подчеркнули важность сохранения исторической памяти и выразили глубокое почтение тем, кто отдал свою жизнь, защищая мир и свободу.

Акция «Аллея доблести и славы журналистов, погибших при исполнении служебного долга» проводится по инициативе Союза журналистов России в рамках международной акции «Сад памяти» при поддержке оргкомитета патриотического проекта «Кедры Великой Победы», Сенаторского клуба Совета Федерации и благотворительного фонда «Добрые люди». Организаторы мероприятия отмечают, что живой памятник в Нальчике станет символом признания отваги и преданности профессии журналистов Кабардино-Балкарии и напоминанием о том, что истина и свобода слова – ценности, которые необходимо оберегать.

Отметим, патриотическая акция проходит во всех регионах России. Центральное мероприятие проекта состоялось 17 мая в Москве в парке имени Артема Боровика, где также прошли торжественный митинг и высадка деревьев.

Алена ТАОВА

ПОДДЕРЖКА ТЫЛА

Народный фронт в КБР направил гуманитарную помощь бойцам на Купянском направлении.

В региональный штаб Народного фронта в Кабардино-Балкарии поступило обращение от военнослужащих, выполняющих задачи на Купянском направлении в зоне специальной военной операции. В результате вражеского обстрела взвод БПЛА понес серьезные потери: уничтожены блиндажи, техника, вооружение и запасы продовольствия. Один из бойцов сообщил: «Вам скажу так: ничего у нас не осталось...»

На обращение отреагировали незамедлительно. Активисты Народного фронта совместно с региональной общественной организацией «Вера сильнее огня» собрали и передали гуманитарную помощь, которая в ближайшее время будет доставлена бойцам на передовую.

В состав груза вошли продукты питания (включая консервы), маскировочные сети, ремонтные инструменты, теплая одежда, укрытый тент для обустройства временных позиций.

— Наши ребята ежедневно рискуют жизнью ради безопасности страны. Когда к нам поступают такие обращения, мы не имеем права оставаться в стороне. Это не просто помощь, это сигнал бойцам, что о них помнят, что они не одни, — подчеркнул руководитель Народного фронта в КБР Евгений БАКАЕВ.

— Мы поддерживаем связь с нашими военнослужащими на передовой, знаем их реальные потребности и стараемся оперативно реагировать. Совместно с общественниками и волонтерами формируем адресную помощь. Будем делать это столько, сколько потребуется, — добавила волонтер региональной общественной организации «Вера сильнее огня» Елизавета ШАК.

Работа по сбору и передаче гуманитарной помощи участникам СВО в Народном фронте продолжается на постоянной основе. Каждый может внести свой вклад, поддержите наших бойцов. Вместе мы сильнее.

Очередной гуманитарный груз в зону проведения специальной военной операции отправлен из Терского района. Активисты приурочили его к празднованию Дня Победы.

В формировании груза на сумму более 500 тысяч рублей приняли участие жители района. Груз сопроводили к месту назначения главы сельских поселений муниципалитета Андрей АТОВ, Станислав КИШЕВ, Анзор СОХОВ, Беслан КАМΠΑРОВ и отец одного из мобилизованных участников СВО. В составе груза в основном продукты питания, в том числе домашнего приготовления.

В МКОУ «СОШ №24» г. Нальчика прошла встреча учеников с ветеранами специальной военной операции Романом КОВАЛЕНКО и Эльдаром ЧЕЧЕНОВЫМ, организованная филиалом государственного фонда поддержки участников специальной военной операции «Защитники Отечества» по Кабардино-Балкарской Республике.

Ветераны рассказали о своем жизненном пути и почему выбрали стезю военного. Дали наставления, основанные на собственном опыте и мудрости, накопленной за годы службы. Подчеркнули важность верности своим принципам, помощи всем, сохранения человеческого достоинства. Во время встречи ученики могли задавать интересующие их вопросы. Также на занятии обсудили важность памяти о подвигах наших защитников в разные годы.

В рамках патриотического проекта «Служу Отечеству» в школе №28 города Нальчика состоялась встреча школьни-

ков и преподавателей с ветеранами боевых действий, участниками специальной военной операции.

Перед ребятами выступили три лектора российского общества «Знание» — Ахмед ПШИХАЧЕВ, Роман Коваленко и Эльдар Чеченов. Их военные истории, рассказанные с искренностью и глубоким пониманием, захватили внимание аудитории.

Рассказывая о своем боевом пути и выборе профессии, ветераны подчеркивали необходимость всестороннего развития личности — важность не только физической подготовки, но и глубоких знаний, способности быстро и эффективно анализировать ситуацию и принимать ответственное решение даже под давлением. Встреча превратилась в живой диалог. Учащиеся задавали много вопросов, касающихся разных аспектов военной службы, быта военнослужащих, о важности патриотизма и гражданской позиции. Ветераны старались дать исчерпывающие и понятные ответы на каждый вопрос, рассказывая не только о героизме, но и о сложности и вызовах, с которыми сталкиваются военнослужащие.

Встреча стала ярким примером патриотического воспитания. Ребята увидели настоящих героев не на экранах телевизоров, а рядом с собой, услышали истории из первых уст. Такие мероприятия не только дают испытать чувство гордости за Родину, но и способствуют формированию гражданской позиции, помогают молодежи сделать правильный выбор своего жизненного пути.

В школе №6 г. Нальчика открыта мемориальная доска в честь выпускника Руслана ТОТОВЕВА, героически погибшего в зоне СВО. Почтить его память пришли почетные гости — представители департамента образования, ветераны СВО, военных структур, сотрудники филиала фонда «Защитники Отечества» по КБР, друзья, родные и близкие.

На митинге зачитали трогательные воспоминания его сослуживцев, волонтеров-медиков, которые познакомилась с героем в госпитале, где он находился с тяжелым ранением. Вспоминали его оптимизм, как он, преодолевая тяжелые испытания, строил планы на будущее и вдохновлял этим своих товарищей. К памятной доске возложили цветы и почтили память героя минутой молчания, а в небо выпустили белые шары как символ вечной памяти. Присутствовавшие отметили, что мемориальная доска станет не просто памятным знаком, но и напоминанием о цене мира, о мужестве и героизме, о том, что жизнь каждого человека бесценна.

В Прохладненском районе на базе МКОУ «СОШ им. П.П. Грицаца» ст. Солдатской состоялся очный этап смотр-конкурса юнармейских отрядов. Участниками смотра стали юнармейские отряды из восьми общеобразовательных учреждений.

В торжественном открытии мероприятия приняли участие почетные гости — ветеран боевых действий В. ШХАШЕМИШЕВ, супруга участника специальной военной операции, погибшего при исполнении воинского долга, В. ЧЕРКАЛИНА, председатель Прохладненского горрайсовета ветеранов (пенсионеров) войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов М. МАРЧЕНКО, социальный координатор филиала государственного фонда поддержки участников специальной военной операции «Защитники Отечества» по КБР Н. ГЕНДУГОВА.

Мероприятие стало важным напоминанием о том, что защитник Отечества — это патриот, верный военной присяге и воинскому долгу, человек, который и душой, и делом служит своему народу.

Подготовила Лана АСЛАНОВА



Во время Кавказской войны (1763-1864) многие наши соотечественники оказались вдали от родины. Их потомки сохранили и пронесли через столетия любовь к исторической родине. Меня поражает их стойкость духа, несмотря на ассимиляцию в новых местах проживания, черкесы сберегли свою идентичность, язык и культуру. Тех, кто уже вернулся или только возвращается с чужбины в родные края, считаю самыми смелыми людьми. Решиться уехать из обжитого места, где все знакомо, даже если это не родина, но там ты родился и вырос, - это страшно. А возвращение к соотечественникам вдвойне ответственно - как тебя встретят? Ждут ли там спустя столько лет? Как не обмануть ожидания или не разочароваться самому?

Сегодня мы хотим познакомить вас с одним из таких смелых людей и его большой и дружной семьей. Родина приняла как родного сына - он и есть ее родной. Они соскучились, ведь прошло более века.

Далхат БАШКУР вернулся в родные края из Сирии в 90-е годы XX века. Ему тогда было 45 лет. На тот момент он уже был зрелым человеком со своими жизненными принципами, убеждениями и устоявшимся бытом. Но все его мысли были сосредоточены на землях предков, ведь адыг хабзз всегда оставался частью его души. К тому же, что было очень важно, во всем его поддерживала супруга Азиза ЛАНЧАПАШ (ЛЪЭНЧЭПАШ).

Сейчас они живут в мире и согласии в своей родной Кабардино-Балкарии. Воспитали пятерых детей - Мисоста, Казбека, Альброста, Нарину и Дыгу. Принимают активное участие в патриотическом воспитании семи внуков, окружают их теплотой и заботой.

ЛЮБОВЬ К КОРНЯМ И ЯЗЫКУ ПЕРЕДАЛАСЬ ЕМУ ОТ МАМЫ

До переезда в Кабардино-Балкарию Далхат Омарович периодически приезжал сюда в течение двух лет. Знакомился с людьми, местными традициями, бытом, купил два дома. Узнал, что его предки родом из с. Дыгулыбгей и носят фамилию ПШИГУРОВ.

У черкесов младшие всегда равнялись на старших. Далхату было с кого брать пример: его старший брат уже около восьми лет жил в Кабардино-Балкарии. После переезда с семьей в родные края Далхат Башкур привез с собой и родителей. Однако отец, привязанный к местам своего детства, вскоре вернулся в Сирию. Через два месяца скончался и был похоронен там. Мать Д. Башкур - Нох (Нэху) МАМБЕТОВА, прожила всего один год в родных краях, похоронена в Чегеме. У Далхата брат и три сестры. Две сестры остались в Сирии, остальные здесь. Некоторые племянники Далхата Омаровича тоже решили вернуться сюда. Он помог переехать в республику и другим семьям. По его словам, часть из них не смогли прижиться на новом месте и вернулись в Сирию, другие предпочли уехать в Европу, но многие остались в республике.

В Сирии у нашего героя был свой бизнес - фотостудия. Но ничто не могло его удержать. Даже в Дамаске он сделал вывеску на кабардинском языке - «Черкес, который не смог прочитать эту вывеску, в моих глазах - осел». Далхат Башкур с юмором замечает, что после открытия фотостудии в Нальчике не смог найти подходящие слова для

местных. Когда учился в седьмом классе, родственник подарил ему азбуку на кабардинском языке. Он самостоятельно научился читать на родном диалекте. Во время нашей беседы отметил, что сейчас подрастающее поколение не знает языка предков. По его мнению, виноваты не дети, а их родители. Любовь к своим корням и языку ему привила мама. Далхат Омарович знает в совершенстве родной, арабский язык и разговорный английский.

ПРОДОЛЖАТЕЛИ РОДА

Далхат и Азиза были знакомы с детства, жили в одном селе Ханасир с населением около двух тысяч человек. Из них кто-то вернулся на родину или уехал в Европу, некоторые проживают в Израиле.

В семье Башкур выросли пятеро детей. Когда они вернулись на родину, у них было четверо детей, из которых трое свободно говорили на родном языке. Самая младшая в силу своего возраста еще не говорила, но во время четырехдневного переезда на автомобиле из Сирии произнесла свои первые слова на кабардинском языке.

Мисост, старший сын, пока не женат. У Альброста - сын и две дочери. В семье Казбека растет дочь. У Нарина - сын и две дочери. Дыга не замужем.

Нарина работает в Кабардино-Балкарском госуниверситете, остальные занимаются семейным бизнесом.

МОЙ НАРОД

ПЕРЕЖИЛ МНОГО ТРУДНОСТЕЙ

- Я рад, что вернулся с семьей на родину. Несмотря на все трудности, ни разу не пожалел об этом, - делится Далхат Башкур. - За это время случилось разное, но я все так же трепетно люблю свою родину, переживаю за народ и мечтаю о его процветании.

Духовенство, которое имело большое влияние на простых людей, обмануло наших предков. Обещая рай на земле, обманном путем переселило черкесов на чужбину. Им представляли непригодные для жизни земли. Адыги пережили много трудностей.

ПЛАНЫ НА БУДУЩЕЕ, КАК И ВСЕГДА, СВЯЗАНЫ С БЛАГОЛУЧИЕМ И ПРОЦВЕТАНИЕМ НАШЕГО НАРОДА

- Наши внуки говорят на родном языке, по-другому и не может быть в нашей семье. Все знают: с потерей языка исчезнет народ, который был его носителем. Поэтому мы должны сделать все, чтобы сохранить его. Важно научить детей критически мыслить, размышлять о жизни, получать разносторонние знания и читать. Я сам люблю читать книги и привил эту любовь своим детям. Чтение - важная часть жизни каждого человека. Наш язык, по моим наблюдениям, - один из древнейших. Это заметно в разных языках, где встречаются слова с одинаковыми корнями.

До пандемии молодежь республики собиралась на джэгу на площади Абхазии в Нальчике.

ПУТЬ ДОМОЙ ДЛИННОЮ БОЛЬШЕ ВЕКА



На этих встречах она обучалась манерам, стилю одежды и танцам. Через танцы молодежь приобщается к традициям, воспитывается в духе патриотизма и любви к Отечеству. Очень надеюсь, что танцы возобновятся и подведомственные учреждения республики примут соответствующее решение. Я со своей стороны буду всячески поддерживать их и помогать. Также хотелось бы реализовать задуманное еще год назад - на свои средства поставить памятник в честь Канжальской битвы (1708). Место для будущего памятника предводителю кабардинского войска - князю Кургоко ХАТОКШОКОВУ уже выбрано в столице республики. Там поставлен закладной камень с надписью: «Здесь будет сооружен памятник в честь 300-летия победы в Канжальской битве». С момента установки камня прошло много времени, но мы не должны забывать историю и подвиги наших предков. Как гласит пословица: фиф! фымыгъэпуд, фи лей фымыгъэпцк! (не обесценивайте свое хорошее и не скрывайте свои недостатки). Я считаю, что битва, о которой идет речь, сыграла важную роль в истории кабардинского народа, всего Северо-Кавказского региона и Юга России. Мы можем гордиться нашими предками, их подвигом и самоотверженностью. Их память заслуживает увековечения. Кабардинские пословицы учат мудрости, просто подумайтесь в это выражение: хамэр гъэшэраши, унагъуэр гъэшэрэуэ (чужий ценю, а свою семью облагородю). Мы не должны забывать прошлое и обязаны говорить об этом нашей молодежи и всему человечеству.

Значение Канжальской битвы подтвердил Центр военной истории России Института российской истории РАН, заключение экспертов было опубликовано в газете «Голос Кабарды» в марте 2014 года, №№ 11-12. В нем говорится: «Институт российской истории РАН считает вполне обоснованным решение увековечить память военного и политического предводителя князя Кургоко Хатокшковица и саму героическую битву на Северном Кавказе достойным мемориалом. Такое решение может сыграть только позитивную роль в деле воспитания исторического самосознания и патриотизма наших народов».

Сейчас мы с детьми обсуждаем мою новую идею. Она связана с сохранением культуры нашего народа. В нашей семейной фотостудии всегда звучит мелодия черкесов. Хочу, чтобы эту традицию поддерживали все, кто может. А я бы записал адыгские мелодии на флешки или диски и раздал их всем желающим.

Каждый год, начиная с 1991-го, после возвращения на родину и до сих пор 21 мая прихожу к месту, где воздвигнут памятник «Древо жизни». Это дань уважения нашим предкам. Пока мы помним их, они живы.

Анжела КУДАЕВА

21 мая черкесы всего мира отмечают День памяти адыгов - жертв Кавказской войны, унесшей жизнь сотен тысяч соотечественников.

В этот день проводятся траурные мероприятия, участники которых знакомятся с трагическими страницами истории адыгского народа, узнают о причинах и последствиях Кавказской войны, о депортации и судьбах тех, кто оказался в изгнании. Ради нынешнего поколения необходимы формирование уважения к истории своего народа, развитие гражданской позиции и чувства сопричастности к трагическим событиям прошлого.

Ради нынешнего поколения

О том, какие чувства у них вызывает День памяти адыгов, нам рассказали Расита БАТЫР и Бэлла БАХОВА. Интервью героини нашей первой полосы в разные годы были опубликованы в «Горянке».

Предприниматель Расита Батыр («Горянка», № 32, 2017 г.):

- 21 мая - день, когда моя Родина исцелила с карты. Но если мы говорим о сегодняшнем дне, то это день, когда адыги (черкесы) чтут память об общей боли,

когда мы вспоминаем те трагические события. Где бы мы ни находились, чем бы ни занимались, на каком бы языке ни говорили, каждый в этот день находит время почтить память своих предков. Каждый год, пряха свои слезы, мы присоединяемся к траурным мероприятиям в честь Дня памяти адыгов, чтобы почтить память тех, кому суждено было пережить те события. Но время неумолимо движется вперед и, помня о прошлом, мы долж-

ны думать о будущем. Каким оно будет, зависит только от нас.

Поэт, преподаватель русского языка в языковой школе Бэлла БАХОВА («Горянка», № 43, 2022 г.):

- 21 мая для меня - доказательство того, что адыги были и остаются свободлюбивым и мирным народом. Уверена, мы обязаны чтить и помнить этот день не только раз в году, а ежедневно. Извлекать уроки из прошлых ошибок и сохранять верность традициям наших предков во имя благополучия нашего народа и всей многонациональной страны.

Лилиана ШОРДАНОВА

МОЯ ЛЮБОВЬ К МЕДИЦИНЕ БЕЗГРАНИЧНА



- Марина Алексеевна, расскажите о своем профессиональном пути.

- В 1986 году окончила КБГУ по специальности «лечебное дело», с 1986 по 1987 год проходила интернатуру на базе республиканской больницы Чечено-Ингушской АССР по специальности «терапия». Затем вернулась в родной Терек, начинала трудовую деятельность участковым врачом в самом неблагополучном районе города. Было нелегко, но интересно. Через десять лет была назначена на должность заведующей терапевтическим отделением, а затем заведующей поликлиники. Был период, когда по семейным обстоятельствам вынуждена была сделать перерыв, ухаживала за больными родителями. К сожалению, их не стало, и я вернулась в ЦРБ. Но на момент моего возвращения других вакансий здесь, кроме нарколога, не было. В 2007 году была назначена на должность заместителя главного врача по клинко-экспертной работе

в ЦРБ Терского района, которую совмещала с обязанностями врача-нарколога. Недавно по состоянию здоровья осталась только в должности врача-нарколога.

- Выбор профессии каждый делает исходя из своих предпочтений и убеждений. Как это было у вас?

- В моем роду были медицинские работники. Они всегда были для меня примером. С детства понимала, что хочу стать врачом. Правда, сначала думала выбрать ветеринарию, потому что очень люблю животных. Даже пыталась лечить собак и кошек. Но в какой-то момент любовь к медицине в общем сконцентрировалась на людях. Ни разу не пожалела, что пришла в эту сферу. Все эти годы каждое утро просыпалась с ощущением, что на работе меня ждет что-то непременно хорошее, поэтому торопилась туда. В половине восьмого утра уже находилась на рабочем месте и уходила, когда коллеги говорили: «Все, ты отработала, иди домой!» Казалось, еще что-то должна сделать, хотелось еще немного задержаться.

В заводских настройках человека должна быть вшитая безоговорочная любовь к медицине, иначе нечего делать в профессии, да и невозможно работать. Пациенты у меня разные, особенно сейчас, когда я врач-нарколог. Не всегда чистые, порой агрессивные, уставшие от жизни, то есть всякие. Но я ни на минуту не забываю, что это больной человек и ему нужна моя поддержка.

Отличник здравоохранения РФ, психиатр-нарколог • ПРОФЕССИОНАЛЫ
ГБУЗ «ЦРБ» Терского муниципального района Марина ХАКУАШЕВА в медицине без малого 40 лет. За эти годы ее имя в сфере здравоохранения района стало нарицательным, потому что нет направления, в котором бы Марина Алексеевна не работала. Ее хорошо знают и как общественного деятеля. Является членом президиума женсовета Терского района. Признается, что всегда была и остается борцом за справедливость, не может равнодушно наблюдать за страданиями людей.

Если вдруг появляется желание резко ответить на его агрессию, сразу представляю, что это мои отец или мама, которые пришли к какому-то врачу и им пытаются наругать. Мне это было бы неприятно. Как-то столкнулась с этим и до сих пор не могу вспомнить о том инциденте спокойно.

Работаю наркологом уже много лет. Думаю, я единственный человек в поликлинике, который жалеет таких больных. Понимаю, что человек в какой-то момент сделал выбор в пользу алкоголизма или наркомании. Но на сегодняшний день это просто больной человек. Не важно, как он сделал этот выбор. Избавиться от этой болезни он не может, хочет того или нет.

- Все ли, о чем думали и мечтали сделать в медицине, удалось воплотить? Нет ощущения недоделанности?

- Нет. Потому что в самом начале моего профессионального пути, будучи участковым врачом, я «закрывала» все должности поликлиники – год замещала невролога, потому что не было специалиста в неврологическом отделении, работала в инфекционной больнице, потому что врач попала в аварию и некому было принимать пациентов. Была эндокринологом, аллергологом, ревматологом, заместителем главного врача. Прошла все этапы и сделала все, что было в моих силах, для медицины района. А вот главным врачом никогда не хотела стать, потому что в его обязанности не входит прием пациентов.

- Терпене знают вас и как общественника. Это тоже по влечению души?

- Я не могу по-другому. Мне обязательно

надо помочь, поддержать, вмешаться, но только не быть равнодушным наблюдателем. Сейчас занимаюсь вопросом одного постельного больного человека, который к тому же еще и алкоголик. У него серьезные бытовые проблемы, крыша его дома буквально осыпается. Сигнализировала во все необходимые инстанции города, чтобы совместными усилиями оказать ему помощь. Да, он пьет, но его вины нет в том, что его побила болезнь под названием алкоголизм.

- Что или кто является для вас гордостью?

- Моя гордость и самая большая радость в жизни – мой сын, Казбек КЕРЕФОВ. С золотой медалью окончил школу, учился в институте прокуратуры Московского государственного юридического университета имени О.Е. Кутафина. Сейчас работает старшим помощником прокурора Лескенского района. В своем рабочем столе храню две его книги, абсолютно не имеющие отношения к его профессии. Это психологический триллер. Первую он написал в 16 лет, была издана через два года. О том, что хочет издать книгу, узнала, только когда он ее уже написал. Вторую написал, уже будучи студентом, в 20 лет.

Если говорить о ценностях, для меня важны не регалии и дипломы, а благодарность пациентов и уважение людей, среди которых живу, осознание того, что в своей жизни помогаю и продолжаю помогать тем, кто нуждается в этом.

Алена КАРАТЛЯШЕВА.

Фото

Тамары Ардавовай

УСПЕШНЫЙ ПРОЕКТ



В преддверии 35-летия образования антимонопольного органа России в гимназии №14 г.о. Нальчик состоялся торжественный выпуск первого в истории страны профильного антимонопольного класса.

Поздравить учеников и пожелать счастливого пути во взрослую жизнь на церемонии вручения аттестатов пришло немало почетных гостей. В их числе заместитель руководителя Федеральной антимонопольной службы России Геннадий МАГАЗИНОВ, заместитель полномочного представителя Президента РФ в СКФО Владимир НАДЫТКО, главный федеральный инспектор по КБР аппарата полномочного представителя Президента РФ в СКФО Дмитрий ВАСИЛЬЧЕНКО, руководитель Кабардино-Балкарского УФАС России Анна КУМАХОВА, первый заместитель Председателя Правительства КБР Мурад КУНИЖЕВ, руководители министерств и ведомств, общественные деятели КБР.

Напомним, в год 20-летия образования ФАС России в рамках всероссийской акции «Ученые - в школы», приуроченной к Дню российской науки и 300-летию Российской академии наук, а также в соответствии с Соглашением о сотрудничестве и совместной деятельности между Кабардино-Балкар-

ским УФАС России и администрацией г.о. Нальчик 9 февраля 2024 года на базе гимназии № 14 был создан пилотный профильный антимонопольный класс. Тогда честь стать первопроходцами выпала ученикам 10 «В» класса.

- Эти дети у меня с пятого класса, - отметила классный руководитель теперь уже 11-го «В» класса Фатима ЧЕЧЕНОВА. - Я никогда не ругала их. Каждый урок говорила им, что они самые лучшие, красивые, умные, воспитанные и интеллигентные. Очень важно хвалить детей. Поэтому они тянулись все выше и выше. А когда возник вопрос о том, какой класс сделать пилотным в проекте, школа без сомнений выбрала моих учеников. С первых дней было понятно, что проект будет удачным и даст свои положительные плоды. В рамках его реализации ребята получили много дополнительных знаний. Каждый четверг у них была профориентационная работа, и всякий раз идейный вдохновитель и куратор проекта Анна Кумахова приходила к нам с интересными успешными в своей профессии людьми, а по выход-

ным водила учеников на экскурсии. Можно сказать, она вложила в них душу. Учеников в классе 35. Трое из них уже по результатам своих проектных работ получили целевое направление в профильные вузы Москвы. По нашим предварительным подсчетам, 62 процента планируют выбрать в будущем профильные вузы. Очень волнительно отпускать их. Для меня расставание с ребятами дается тяжело. Желаю каждому из них дальнейших успехов в жизни.

А. Кумахова отметила, что курс «антимонопольное регулирование в Российской Федерации» разработан по инициативе ведомства. Программа способствовала развитию правового образования школьников и помогла им в выборе будущей профессии: «Мы считаем важным, чтобы наша молодежь была подкована в вопросе правового воспитания. Работа с ней - важный момент для государственного органа власти. В итоге мы получаем студентов, которые уже имеют представление о будущей профессии. Но даже если они захотят реализовать себя в других областях, будут знать основы законодательства и как защитить свои права. Считаю, что проект завершился успешно. Предложения продолжить его уже есть».

В рамках торжественной церемонии были представлены проекты выпускников, звучали поздравления и добрые пожелания. В завершение ребята выпустили в небо шары, символизирующие успех и процветание.

Лана АСЛАНОВА.
Фото Тамары Ардавовай

Значимые социальные инициативы

В 2025 году Министерство по делам национальностей и общественным проектам Кабардино-Балкарской Республики провело анализ 32 социальных инициатив, поддержанных в 2024 году.

Эксперты отметили высокую эффективность использования средств и соответствие проектов заявленным целям. Однако была подчеркнута необходимость дальнейшего повышения информационной прозрачности проектов для широкой общественности. В оценке участвовали представители Миннаца КБР, Министерства по делам молодежи КБР, Общественной палаты КБР и независимые эксперты.

Основные результаты мониторинга: количество успешных реализованных проектов составило 29 единиц, что составляет 90,6% от общего числа. Привлечен 8 740 361 рубль, благополучателями стали более 110 505 человек. Также составлен рейтинг пяти лучших проектов 2024 года, основанный на оценке эффективности их реализации.

В число лидеров вошли «Кабардинский язык для яндекс переводчика» - проект, направленный на сохранение и развитие родного языка, реализованный КБРО по содействию развитию адыгской молодежи «Черкесский ренессанс». «Живые семейные портреты. РОДОМ из КБР» - проект АНО поддержки и развития семьи, способствующий укреплению семейных ценностей и сохранению истории поколений. «Всемирный конгресс Международной черкесской ассоциации» - проект Союза общественных объединений «Международная черкесская ассоциация по единению черкесского народа, развитию связей черкесской диаспоры с исторической родиной», направленный на укрепление связей с черкесской диаспорой и сохранение культурного наследия. «Своих не бросаем» - проект КБРО военных инвалидов «ВОИИ», оказывающий поддержку ветеранам боевых действий и инвалидам. «Профилактика девиантного поведения детей и подростков через повышение психологической грамотности» - проект Кабардино-Балкарской общественной организации «Галактика», направленный на поддержку молодежи и профилактику негативных явлений.

Оценка 2025 года помогла выявить и улучшить качество выполнения проектов. Это позволит избежать ошибок и успешно реализовать социальные инициативы в будущем. Миннаца КБР продолжит поддерживать и развивать социальные проекты, направленные на процветание региона и повышение качества жизни его жителей.

Ангела ГУМОВА

КРУПНЕЙШИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ФОРУМ ХИРУРГОВ ПРОШЕЛ В НАЛЬЧИКЕ

Конгресс проведен на базе Республиканского дома молодежи, его программа была сфокусирована на военно-полевой хирургии. Она включала одиннадцать тематических секций, более 370 выступлений и лекций ведущих хирургов медицинских центров Москвы, Санкт-Петербурга, Ростова-на-Дону, Краснодара, Волгограда и многих других городов.

Открыл мероприятие министр здравоохранения КБР Рустам КАЛИБАТОВ, отметил значимость данного проекта для медицинского сообщества республики. На форуме выступил директор практик здравоохранения АНО «Агентство стратегических инициатив по продвижению новых проектов» Сергей СТРИЖНЕВ. Он подчеркнул важность обучения гражданских хирургов основам военно-полевой хирургии, сказав, что навыки, приобретаемые в ходе такого обучения, могут сыграть решающую роль в экстренных ситуациях, когда необходимо быстро и эффективно оказывать медицинскую помощь. Обучение гражданских специали-

В Нальчике впервые прошел крупнейший медицинский форум - VIII конгресс хирургов Юга России, организованный Российским обществом хирургов совместно с Агентством стратегических инициатив, Главным военно-клиническим госпиталем имени Н.Н. Бурденко, Военно-медицинской академией имени С.М. Кирова, сообщает Минздрав КБР.

стов основам военно-полевой хирургии позволит повысить уровень подготовки хирургов и их способность работать в условиях ограниченного времени и ресурсов. Подобные инициативы способствуют не только повышению квалификации медицинского персонала, но и улучшению общей системы здравоохранения в стране.

В рамках конгресса был организован образовательный курс «Хирургический практикум. Военно-полевая хирургия для гражданских хирургов», организованный Агентством стратегических инициатив и Российским обществом хирургов совместно с ГВКГ им. Н.Н. Бурденко.

Проект направлен на подготовку специалистов в области хирургии, учитывая особенности и вызовы, с которыми может

столкнуться хирург в условиях ограниченных ресурсов и стресса, и включает различные тренинги и практические занятия, где гражданские хирурги смогут освоить навыки, применяемые в военно-полевых условиях. Курс разработан с учетом актуальных потребностей медицинских специалистов и нужд населения. В рамках проекта проводятся симуляции различных ситуаций, что позволяет хирургам получить бесценный опыт и повысить свою профессиональную квалификацию. Это важно не только для повышения уровня медицины в регионе, но и для укрепления системы здоровья в целом.

Глава КБР Казбек КОКОВ встретился с участниками конгресса - Алексеем ШАБУНИНЫМ, академиком РАН, президентом Российского общества хирургов,

главным хирургом Москвы, директором Московского многопрофильного научно-клинического центра имени С.П. Боткина; Владимиром ПОРХАНОВЫМ, академиком РАН, Героем Труда РФ, главным врачом НИИ - краевой клинической больницы №1 имени С.В. Очаповского; Владимиром ПАРШИНЫМ, членом-корреспондентом РАН, профессором, руководителем отделения торакальной хирургии в клинике факультетской хирургии №1 имени Н.Н. Бурденко.

Трудно переоценить роль врачей-хирургов, травматологов, анестезиологов-реаниматологов, работающих сегодня в зоне СВО. Это уникальный и бесценный опыт, который необходимо делиться, подчеркнул Глава республики.

По итогам состоявшегося в Нальчике VII конгресса хирургов Юга России эндоскопическую службу Кабардино-Балкарии высоко оценил председатель Правления Российского эндоскопического общества, профессор РНИМУ им. Н.И. Пирогова МЗ РФ Евгений ФЕДОРОВ.

Ольга КАЛАШНИКОВА



Ученый и писатель Буба КАРДАНОВ прошел всю Великую Отечественную войну. В июле 1941 года его из Нальчика призвали в Красную Армию. После окончания краткосрочных курсов в Орджоникидзевском военно-пехотном училище был направлен на фронт. Командовал стрелковым батальоном, дослужился до майора. Завершилась его военная служба 23 декабря 1945 года. За боевые заслуги был награжден орденами Красной Звезды, Красного Знамени, Отечественной войны I степени, Отечественной войны II степени, медалями «За оборону Кавказа», «За освобождение Варшавы» и «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.». Имя Б.М. Карданова носит СОШ №10 г.о. Баксан.



УЧЕНЫЙ. ПИСАТЕЛЬ. ВОИН

Буба Мацикович родился 16 октября 1917 года в селе Дыгульбей (Кызбурун III) Баксанского района. Был старшим из пятерых детей в небогатой крестьянской семье.

Любовь к знаниям и способности к учебе проявились у него с раннего возраста. Родители поддержали его тягу к знаниям и предоставили возможность выбрать свой путь.

В возрасте 14 лет он поступил в училище в Пятигорске и за два года учебы в совершенстве освоил русский язык. У него были необыкновенные способности к языкам, особое языковое чутье, позже ярко проявившееся в его переводческой деятельности. В 1937 году Б. Карданов поступил на факультет русского языка и литературы Кабардино-Балкарского педагогического института и досрочно окончил его в 1941-м. Жениться, будучи студентом, и успел стать отцом, прежде чем началась война.

В начале Великой Отечественной войны был призван в армию и зачислен курсантом в военно-пехотное училище. По его окончании в декабре 1941 года отправился на фронт. Участвовал в боях за освобождение Украины, Крыма и в Ясско-Кишиневской операции. С 1942 по 1944 год командовал штрафными подразделениями. Закончил

боевой путь в Берлине в 1945 году, демобилизовался в звании майора.

После возвращения на родину приступил к педагогической деятельности. В декабре 1945 года начал работать старшим преподавателем кафедры русского и кабардинского языков Кабардино-Балкарского педагогического института. Последующие годы ему было доверено возглавлять это высшее учебное заведение. Преподавательскую работу сочетал с научной. В 1949 году становится членом Союза писателей Кабардино-Балкарии, а с 1954 по 1956 год возглавлял его. В 1956 году вновь возвращается к преподавательской деятельности. В 1957 году защитил кандидатскую диссертацию, в 1975-м – докторскую. С 1959 года Буба Мацикович являлся доцентом кафедры русского языка, а с 1978 года и до последних дней жизни – профессором кафедры русского языка КБГУ.

Главной темой литературного творчества писателя была война. Он автор 47 научных работ, словарей, учебников, учебных пособий и 19 художественных произведений. Писал не только о боях и подвигах, но прежде всего о выборе своего места в жизни. Его герои рядовой Видов и Георгий Ликос – люди чистой совести. Смысл их

жизни – исполнение долга. Прозу Б. Карданова отличают пристальное внимание к деталям военного быта и психологическая обоснованность неизбежности победы советского народа. Его произведения – «Путь солдата», «Записки офицера» (перевод с кабардинского автора), «Память сердца», «Испытание», «Разъезд», «Орленок», «Воздушный десант», «Комбат» (вышла после смерти автора) и т.д.

Автобиографическое начало в повестях и рассказах Б. Карданова ранее отмечали исследователи его творчества М. СОКУРОВ и А. МУСУКАЕВА. Буба Мацикович занимался еще и переводами и достиг в этом высокого профессионализма. Перевел на кабардинский язык выдающиеся произведения русской и советской классики. В частности, М. ЛЕРМОНТОВА «Герой нашего времени», А. ПУШКИНА «Капитанская дочка», М. ШОЛОХОВА «Поднятая целина» и т.д. Одновременно участвовал в подготовке сводного издания эпоса «Нарты».

Ушел из жизни в 1988 году. В родном селе Дыгульбей в средней общеобразовательной школе №10, носящей его имя, открыт памятник-бюст с высеченной на постаменте надписью: «Ученый. Писатель. Воин».

Ангела ГУМОВА

Нелегкий труд Любви ТЛУПОВОЙ

• ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Дорогая редакция «Горянки». Через вашу газету хочу рассказать об одной из моих подопечных – жительнице с. Герменчик Урванского района, ветеране труда, труженице тыла Любви ТЛУПОВОЙ (в девичестве БЕЛГОРОВА). Она относится к категории детей войны. Отечественная война не щадила никого. Но больше всех не щадила детей – самую беззащитную и уязвимую часть населения. Дети войны – особая категория людей, которым пришлось испытать весь ужас военного времени и тяжелейшие послевоенные годы.

Родилась Любовь Галимовна в 1930 году в с. Дейском Терского района. Только пошла в первый класс, когда началась война. Хорошо помнит, как два немецких офицера заняли их дом и выгнали всю семью в землянку, которую наскоро соорудил дедушка. В январе 1943 года ее родное село было освобождено. После изгнания немецких захватчиков начали восстанавливать колхоз. Любовь Галимовна вспоминает, что дети трудились наравне со взрослыми, выполняя посильную работу. Работа была очень тяжелой, но это было нужно, чтобы помочь Родине и фронту. За этот нелегкий труд Любовь Галимовна была награждена медалью «За доблестный труд в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.».

После семилетки поступила в Нальчикское педагогическое училище. В 1953 году после успешного окончания училища работала учителем в с. Верхний Акбаш. Затем решила получить высшее образование и поступила в Кабардинский педагогический институт. В 1958 году принимала участие в уборке целинного урожая в Казахстане, за что была удостоена медали Президиума Верховного Совета СССР «За освоение целинных и залежных земель».

В 1961 году вышла замуж и переехала в с. Герменчик. После замужества устроилась в сельскую школу и работала в ней до выхода на пенсию учителем русского языка и литературы. Награждена многочисленными почетными грамотами, является ветераном труда.

Воспитала двух дочерей – Эмму и Зарему. Эмма решила пойти по стопам матери. Окончила филологический факультет КБГУ и работает учителем в Самаре, где проживает со своей семьей.

Любовь Галимовна с супругом живут в полном взаимопонимании. Жители села относятся к ним с большим уважением.

Арина Мезова,
социальный работник ГКУ «РКЦСОН»
МТ и СЗ – филиал в Урванском районе

ФЛАГМАН ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

19 мая состоялось большое праздничное мероприятие, посвященное 40-летию Дворца творчества детей и молодежи.

Почетными гостями мероприятия стали Председатель Парламента КБР Татьяна ЕГОРОВА, Уполномоченный по правам человека в КБР Борис ЗУМАКУЛОВ, министр просвещения и науки КБР Анзор ЕЗАОВ, министр по делам молодежи КБР Азамат ЛЮБЕВ, заместитель Председателя Парламента КБР Салим ЖАНАТАЕВ, председатель комитета Парламента КБР по образованию, науке, физкультуре, спорту и делам молодежи Нина ЕМУЗОВА, президент МЧА, член Совета при Президенте РФ по международным отношениям Хаути СОХРОКОВ, председатель Кабардино-Балкарской региональной организации профсоюза работников народного образования и науки Сергей КАРНЫШ, замминистра культуры КБР Аминат КАРЧАЕВА. Также присутствовали представители Совета ветеранов комсомола КБР, руководители профильных ведомств, образовательных учреждений, педагоги, родители и обучающиеся.

Татьяна Егорова поздравила присутствовавших со знаменательной датой: «В 1985 году в День пионерии дети республики получили замечательный подарок – прекрасную современную базу для гармоничного развития личности. Я очень хорошо помню тот день, потому что мне посчастливилось стать участницей этих событий. Республиканский Дворец пионеров стал настоящим центром творчества детей и молодежи, который не просто помогал детям выбрать занятия по своим интересам, организовать досуг, но и профессию, готовил к жизни в обществе. Это трудная миссия и большая ответственность, особенно если учесть, что работу приходилось выстраивать в условиях непростых, часто меняющихся реалий, новых стандартов и подходов к образовательно-воспитательному процессу. Коллективу дворца раз за разом удавалось с успехом решать все проблемы. Спустя годы в истории дворца много ярких страниц, интересных традиций, за это время школы кружковой, творческой и научно-исследовательской работы прошли тысячи детей и подростков. Конечно, новое время требует новых подходов. У нашего подрастающего поколения большие возможности для самореализации, но Дворец творчества детей и молодежи остается одним из флагманов дополнительного образования в республике, неотъемлемой частью всего образовательного процесса. Наверное, поэтому его воспитанники продолжают добиваться высоких результатов. В день юбилея слова особой признательности хочу адресовать коллективу дворца, неизменно на протяжении многих лет руководителю Кларе КАЛМЫКОВОЙ и нынешнему руководителю Аксане КАРАШЕВОЙ, которая ведет коллектив к новым высотам. Много поколений педагогов-наставников, организаторов детского досуга, вкладывали в развитие дворца все силы, отдавали детям не только знания, но и частичку своей души, помогали многим ребятам найти дорогу в жизни. За это вам огромное спасибо. Хочу также



поздравить всех, кто на протяжении этих 40 лет имел отношение к работе дворца, и пожелать оставаться в авангарде динамично развивающихся образовательных процессов. Также поздравляю с замечательным праздником – Днем пионерии всех пионеров – прошлых, настоящих и будущих, это не зависит ни от политики, ни от времени. Мне кажется, быть пионером – состояние души, а может, и стиль жизни. Всем желаю крепкого здоровья, неиссякаемой энергии, новых профессиональных и творческих успехов».

Председатель Парламента вручила грамоты и благодарственные письма педагогам Дворца творчества детей и молодежи за существенный вклад в систему образования.

– Вся республика сегодня отмечает день рождения нашего любимого Дворца пионеров, как мы привыкли его называть, – отметил Анзор Езаов. – Искренне желаю всем собравшимся в еще большем составе поздравить его с полувековым юбилеем. Оглядываясь назад, с благодарностью вспоминаю, как, будучи школьником, имел возможность обучаться и творить в нашем любимом дворце. Дворец – это люди: педагоги, воспитанники, которые сегодня пришли на смену ветеранам образования. С большим уважением и любовью хочу еще раз поздравить наших педагогов за вклад в становление и развитие не только Дворца пионеров, но и подрастающего поколения.

Заслуженный работник образования, заслуженный учитель РФ Клара Калмыкова за достигнутые успехи и многолетний труд была награждена Почетной грамотой Правительства Кабардино-Балкарской Республики.

Борис Зумакулов с волнением вспоминал, что имел отношение к подготовке проекта строительства Дворца пионеров в Нальчике и включении его в план строительства: «Я счастлив, что находился в том самом месте, где закладывался первый камень в фундамент Дворца пионеров. Это было большое событие в жизни Кабардино-Балкарской Республики. В день открытия я не мог присутствовать, потому что находился в Афганистане. Вернувшись, первое учреждение, которое посетил, был Дворец пионеров. Коллектив в тяжелые времена смог создать соответствующий образ Дворца творчества детей и молодежи. Сердечное вам за это спасибо».

ЭКСКУРС В ПРОШЛОЕ

В 1971 году постановлением Совета Министров РСФСР было предусмотрено начало строительства в Нальчике Дворца пионеров. В музее дворца хранится документ, адресованный Председателю Совета Министров РСФСР М.С. СОЛОМЕНЦЕВУ за подписью Секретаря Кабардино-Балкарского обкома КПСС Т.К. МАЛЬБАХОВА, в котором говорится о завершении «...составления технической документации Дворца пионеров в г. Нальчике на 800 посещений». Строительство дворца началось в конце 70-х годов. Архитекторы Виктор и Татьяна ЧУРИЛОВЫ спроектировали здание, которое по своим очертаниям напоминало большой корабль. Более 300 рабочих из 20 организаций республики трудились на стройке. Возводить здание помогали многие республики и области нашей страны. Строительные материалы – металл, мрамор, сталь, облицовочный камень привозили со всех концов Союза. 19 мая 1985 г., в год 40-летия Победы нашего народа в Великой Отечественной войне, был открыт Республиканский дворец пионеров, ныне Дворец творчества детей и молодежи Министерства просвещения КБР. Белый корабль детства отправился по безбрежным просторам знаний. На праздник съехались делегаты и юные ленинцы из всех районов республики. Начальник строительства М. МОКАЕВ и секретарь обкома комсомола К. Калмыкова вручили детям символический ключ от дворца. Он и сегодня хранится как память об истории учреждения. Первым директором дворца стала Татьяна ШИШКИНА. В 1986 г. директором была назначена Клара Калмыкова, руководившая учреждением на протяжении 37 лет.

ГЛАВНЫЕ ВЕХИ

В 1986 г. было создано республиканское научное общество учащихся «Сигма». В начале 1990-х годов дворец стал региональным отделением всероссийского аэрокосмического общества «Союз», которое возглавил доктор физико-математических наук Марго-

мед АБШАЕВ. В 1994 году состоялось открытие Республиканской очно-заочной школы для обучающихся из сельских районов республики. В 2002 году дворец стал призером окружного этапа Всероссийского конкурса учреждений дополнительного образования. С 2006 г. является Кабардино-Балкарским отделением общероссийской детской организации «Малая академия наук «Интеллект будущего». С 2007 года более 30 обучающихся дворца вошли в энциклопедию «Одаренные дети – будущее России». С 2008 г. по результатам участия в национальной программе «Интеллектуально-творческий потенциал России» дворец признается лучшим учреждением России – организатором исследовательской деятельности учащихся.

В рамках нацпроекта «Образование» раздела «Господдержка талантливой молодежи» 25 обучающихся дворца удостоены премии Президента Российской Федерации.

ДВОРЕЦ СЕГОДНЯ

Кандидат экономических наук Аксана Карашева руководит образовательной организацией с 2023 года. Также является председателем регионального отделения Русского географического общества

(РГО) в Кабардино-Балкарской Республике. Дворец творчества детей и молодежи сегодня – это семь тысяч обучающихся, 80 педагогов, 380 творческих объединений, в которых реализуется более 80 программ. Пять творческих коллективов дворца – «Арабеск», «Зори Кавказа», «Мелодия», «Глория» и «Данс мастер» носят звание образовательного детского коллектива. Дворец является региональным ресурсным Центром дополнительного образования по нескольким направлениям – туристско-краеведческое, физкультурно-спортивное, художественное, безопасность дорожного движения. Руководит центром Татьяна КАСЬЯНОВА. Во дворце организуется проведение республиканского этапа всероссийской телевизионной олимпиады «Умники и умницы», всероссийского краеведческого турнира-конференции «Гостеприимный Кавказ» и региональных этапов 17 всероссийских конкурсов и фестивалей, вошедших в перечень мероприятий, утвержденных приказом Минпросвещения и науки РФ. Не один десяток лет посвятили работе во дворце ветераны дополнительного образования Клара Калмыкова, Марлен БЖИНАВА, Наталья КЕЛЕМЕТОВА, Татьяна НАУЯНИС, Мария ГЕРАНДОКОВА, Борис ГУМАЕВ, Елена ДЕГТЯРЕВА, Елена КАШИРОВА, Татьяна ЦРАЕВА, Владимир УСТИНОВ и другие. В настоящее время Дворец творчества – целостное, постоянно развивающееся многопрофильное социально-педагогическое и образовательное учреждение. Дворец признан одним из лучших учреждений в России как организатор исследовательской деятельности, лидер инновационного обучения, входит в сто лучших российских учреждений дополнительного образования.

Лиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовай



Рады сообщить, что наша землячка Алеся АБАЗОВА стала финалисткой всероссийского конкурса «Родная игрушка», на котором представила настольную игру «Сосруко и

НУЖНА НАША ПОДДЕРЖКА

семена проса». Мы уже рассказывали нашим читателям об участии Алеся в конкурсе («Горянка», №15, 2025 г.). На данном этапе ей важна наша поддержка, чтобы завоевать победу в конкурсе. Проголосовать за ее игру можно на сайте всероссийского конкурса «Родная игрушка». Чем больше голосов, тем больше шансов, что нартский эпос станет ближе и интереснее жителям всей страны.

Напомним, конкурс «Родная игрушка» – это уникальная платформа для создателей и производителей ответственных игр и игрушек, а также для независимых авторов от 14 лет. Конкурс предоставляет возможность воплотить свои идеи в реальность, произвести первый тираж игры или игрушки, сотрудничать с ведущими отечественными производителями, получить бесплатное создание модели и прототипа, а также информационную поддержку для продвижения своих проектов.

Всего на конкурс было подано более 28 тысяч заявок из всех регионов России. Игра «Сосруко и семена проса» в числе немногих прошла в финал. Она давно полюбилась молодежи не только в нашей республике, но и представителям черкесской диаспоры, в том числе и за рубежом. А теперь о «Сосруко» может узнать вся страна. «Сосруко и семена проса» представляет Кабардино-Балкарию в номинации «Настольная игра».

Проголосовать можно до 30 мая. Завершится конкурс в сентябре масштабным фестивалем детских игр. В фестивале примут участие и самые главные эксперты: дети, которые протестируют игры и игрушки, участвовавшие в конкурсе. По итогам будет выбрано до пяти победителей в каждой из номинаций – их проекты будут запущены в массовое производство и реализованы через торговые сети.

Алена КАРАТЛЯШЕВА

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» (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.45 Т/с «ОДИН ДЕНЬ, ОДНА НОЧЬ» (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» (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.45 Т/с «ОДИН ДЕНЬ, ОДНА НОЧЬ» (16+)

15.05, 02.45 Х/ф «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ОДЕРЖИМОСТЬ» (16+)
16.55 Д/ф «Сбежавшие звезды» (16+)

ТВЦ

04.50 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СУДЬБЫ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)

ЗВЕЗДА

05.30 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

РЕН

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

ПОНЕДЕЛЬНИК, 26 мая

12.00 Информационная программа 112 (16+)
12.30 «Новости» (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Непобедимый» (12+)
06.30 «Все о главном» (12+)

ЗВЕЗДА

05.30 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

ОТР

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

06.30 «Горизонт». Методы социальной инженерии (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационный выпуск (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

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

СКАНАЛ

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

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20 Черные дыры. Белые пятна
08.00 Д/с «Первые в мире»

16.30 Д/с «Передвижники»
17.15 Шедевры русской музыки
18.10 «Рассказы из русской истории»

МИР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Жаншэрхъ» («Спортивная программа») (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20 Черные дыры. Белые пятна
08.00 Д/с «Первые в мире»

ВТОРНИК, 27 мая

12.00 Информационная программа 112 (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Непобедимый» (12+)
06.30 География спорта (12+)

ЗВЕЗДА

05.20 Т/с «БЕРЕГА» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

РЕН

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

06.10 «Золотые звезды Кабардино-Балкарии». Герой Советского Союза Н. Кануков (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

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

СКАНАЛ

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

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20 Легенды мирового кино
07.45 Д/ф «Орбитальный бастион»

15.30 Д/с «Забитое ремесло»
15.45 «Сати. Нескучная классика...»
16.30 Д/ф «Роман в камне»

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)

СКАНАЛ

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

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20 Легенды мирового кино
07.45 Д/ф «Орбитальный бастион»

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» (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «ОТ ПЕРВОГО ДО ПОСЛЕДНЕГО СЛОВА» (16+)

22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Хроники московского быта (16+)
00.30 Д/ф «Русские тайны. Вечная молодость» (16+)

НТВ

04.50, 08.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»

ЗВЕЗДА

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

ТВН

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

СРЕДА, 28 мая

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

МАТЧ ТВ

06.00 «Непобедимый» (12+)
06.30 «Голевая неделя. РФ» (6+)
07.00 Новости
07.05, 15.30, 21.15 Все на Матч! Прямая трансляция

ОТР

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

06.40 «Дистанционное мошенничество» (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационный выпуск (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационный выпуск (16+)
17.10 «Искусство в кадре» (12+)

СКАНАЛ

05.00 «Известия» (16+)
05.25 Т/с «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ-2» (16+)
08.20 «Новая!» (12+)

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20 Легенды мирового кино
07.45 Д/ф «Лунные скитальцы»

13.45 Д/с «Свидетели времени»
14.25 Х/ф «БЕЛЫЙ ШАМАН» (16+)
15.40 «Белая студия»

МНП 24

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Улыбка» («Поэзия») (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Лэгуыппуку» («Радуга»). Передача для детей (каб.яз.) (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» (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.45 Х/ф «ОТ ПЕРВОГО ДО ПОСЛЕДНЕГО СЛОВА» (16+)

18.10, 02.35 «Петровка, 38» (16+)
18.20 Х/ф «СЛЕПОЙ МЕТОД-4» (16+)
22.35 «10 самых...» (16+)

НТВ

04.50, 08.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»

ЗВЕЗДА

05.10 Т/с «ДЖУЛЬБАРС» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

ТВН

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

ЧЕТВЕРГ, 29 мая

08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+)
09.00 «Документальный спецпроект» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Непобедимый» (12+)
06.30 «Вид сверху» (12+)
07.00, 15.25 Новости
07.05, 15.30, 21.30, 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция

ОТР

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

06.10 «Актуальная тема» (16+)
06.20 «О моем рассказчике отце...» Герой Советского Союза Алим Байсултанов (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационный выпуск (16+)
17.10 «Экран собирает друзей» (12+)

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25 Т/с «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ-2» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Лето Господне
07.00 Д/с «Забывтое ремесло»
07.20 Легенды мирового кино
07.45 Д/ф «Почему Луна не из чугуна»

15.45 «2 Верник 2»
16.30 Д/с «Пряничный домик»
17.15 Шедевры русской музыки

МНП 24

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Голуболазая». Презентация книги Искана Машбаза (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Гуауаз» («Ориентир») (каб.яз.) (12+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
 09.00, 12.00, 15.00 Новости
 09.20 «Модный приговор» (0+)
 10.10 «Жить здорово!» (16+)
 10.55 «АнтиФейк» (16+)
 11.25, 12.15, 17.00 Информационный канал (16+)
 15.15 «Давай поженемся!» (16+)
 16.05 «Мужское/Женское» (16+)
 18.00 Вечерние новости
 18.40 «Человек и закон» (16+)
 19.45 «Полч чудес» (16+)
 20.10 «Время»
 22.00 Что? Где? Когда? (16+)
 23.10 «Наша новая музыка» (12+)
 00.30 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)

РОССИЯ 1

05.00 Утро России
 07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО» (12+)
 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести
 09.30-09.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (каб. и балк. яз.) (12+)
 09.45-09.55 «Азбука жизни». Добровольное движения в КБР (12+)
 09.55 О самом главном (12+)
 11.30-12.00, 21.10-21.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)
 12.00 «60 минут» (12+)
 14.30 Т/с «ДАМА С СОБАЧКОЙ» (16+)
 17.00 «Цветные часы. Художник-скульптор Светлана Мамонава (12+)
 17.30 «Безопасный перекресток». ГИБДД МВД по КБР (12+)
 17.45-18.00 «В гостях у сказки». София Чочаева (12+)
 18.00 «60 минут» (12+)
 21.30 «Поймай меня, если сможешь» (12+)
 23.30 «Истории Большой Страны» (12+)
 00.30 Х/ф «ОНА СБИЛА ЛЕТЧИКА» (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
 08.20 Х/ф «СРОК ДАВНОСТИ» (16+)
 11.30, 14.30, 17.50 События
 11.50 Х/ф «ТИХАЯ ГАВАНЬ» (16+)
 12.35 Х/ф «ТИХАЯ ГАВАНЬ» (16+)
 14.50 Город новостей
 15.05 Х/ф «ТИХАЯ ГАВАНЬ» (16+)
 16.55 Д/ф «Легенды эстрады. Иллюзия обмана» (16+)
 18.15 Х/ф «ДУЭЛЬ КОРОЛЕВ» (16+)
 20.05 Х/ф «ДАМА ТРЕФ» (16+)
 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
 23.05 «Приют командантов» (12+)
 00.30 Х/ф «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (16+)

01.45 «Петровка, 38» (16+)
 02.00 «Закон и порядок» (16+)
 02.25 Х/ф «МЕСТЬ НА ДЕСЕРТ» (16+)
 05.25 «Москва резинавая» (16+)
 05.55 Прощание (16+)

НТВ

04.50 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» (16+)
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.50 «ДНК» (16+)
 17.55 «Жди меня» (12+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 Т/с «ВТОРАЯ СЕМЬЯ» (16+)
 20.00 «Своя правда» с Романом Бабаином (16+)
 02.15 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+)
 02.45 «Квартирный вопрос» (0+)
 03.40 Т/с «АГЕНСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» (16+)

ЗВЕЗДА

06.35 Т/с «ДЖУЛЬБАРС» (16+)
 09.00 Новости дня (16+)
 09.20 «Ищу своих» (12+)
 10.05 Х/ф «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА» (16+)
 12.05 Х/ф «ЗНИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ» (16+)
 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня (16+)
 13.25 Х/ф «ЗНИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ» (16+)
 14.00, 15.05 Т/с «УЧАСТОК ЛЕЙТЕНАНТА КАЧУРЫ» (16+)
 15.00 Военные новости (16+)
 17.15 Т/с «УЧАСТОК ЛЕЙТЕНАНТА КАЧУРЫ» (16+)
 19.40 «Загадки века с Сергеем Медведевым». «Почему голос больше не звучит» (12+)
 20.30 «Война миров». «Битва за правду. Как США распустили терроризм?» (16+)
 21.20 «Специальный репортаж. Что русское смешно...» (16+)
 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
 23.30 «Музыка» (12+)
 00.55 Х/ф «МОЙ ЛЮБИМЫЙ КЛОУН» (16+)
 02.15 Х/ф «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ» (16+)
 04.30 «Инженер Победы. Маршал Аганов» (12+)
 05.15 Д/ф «Ограниченный суверенитет. Грузия» (16+)

ПЯТНИЦА, 30 мая

РЕН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30 «Новости» (16+)
 09.00 «Документальный спецпроект» (16+)
 10.00 «Засекреченные списки» (16+)
 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Бабаиновым» (16+)
 12.00 Информационная программа 112 (16+)
 12.30 «Новости» (16+)
 13.00 «Тайны Чапман» (16+)
 14.00 «Главные тайны мира» (16+)
 15.00 «Тайны Чапман» (16+)
 16.00 Информационная программа 112 (16+)
 16.30 «Новости» (16+)
 17.00 «Главные тайны мира» (16+)
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 19.00 Информационная программа 112 (16+)
 19.30 «Новости» (16+)
 20.00 Х/ф «МОСТЕР-ТРАКИ» (16+)
 22.00 Х/ф «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ» (16+)
 00.40 Х/ф «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВДАЛИ ОТ ДОМА» (16+)
 02.50 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Непобедимый» (12+)
 06.30 «Большой хоккей» (12+)
 07.00, 10.00 Новости
 07.05, 22.05 Все на Матч! Прямая трансляция
 10.05 Небесная гонимы (6+)
 10.25 «Вопреки всему» (12+)
 10.35 Смешанные единоборства. К. Сандхаген - Р. Фонт. UFC. Трансляция из США (16+)
 12.35 Лица страны (12+)
 12.55 Новости
 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
 14.25 Д/с «Непридуманная история» (12+)
 14.55 «Формула-1. Гаснут огни» (12+)
 15.25 Новости
 15.30 Смешанные единоборства. Оне FC. Прямая трансляция из Таиланда
 19.30 Х/ф «ДЖУЛЮР. МАС-РЕСТИНГ» (12+)
 23.30 Автоспорт. Дрифт. RDS GP. Трансляция из Ленинградской области (6+)
 00.35 Профессиональный бокс. Лига ставок. Ночь чемпионов IBA. Трансляция из Сириуса (16+)
 01.35 «Формула-1. Гаснут огни» (12+)

02.05 Легкая атлетика. ПСБ. Командный чемпионат России. Трансляция из Сочи (6+)
 03.55 Новости (0+)
 04.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Финал (6+)

ОТР

ПРОГРАММА 1 КБР
 06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационный выпуск (16+)
 06.10 «Служба «02» сообщает» (16+)
 06.20 «Профессионалы». Педагогическая династия Налеовых (12+)
 07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационный выпуск (16+)
 07.10 «Общественный интерес». Новые правила приема в вузы (12+)
 07.45 Ретроспектива. «Мой Али Шогенчуков» (12+)
 08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационный выпуск (16+)
 08.10 «Экран собирает друзей» (12+)
 08.50 «Улица Кабардинская» (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационный выпуск (16+)
 17.10 «Кожин дом». Детский спектакль (6+)
 17.25 Телевизионный фильм «Мастер». Академик РАХ, заслуженный художник РФ, народный художник КБР Халид Савкуев (12+)
 18.15 «Дети и родители». Советы психолога (12+)
 18.45 «Новости 1КБР». Информационный выпуск (16+)

СКАНАЛ

05.00 «Известия» (16+)
 05.25 Т/с «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ-2» (16+)
 08.30 «Ваше здоровье!» (12+)
 09.00 «Известия» (16+)
 09.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПАТЕРКА-5» (16+)
 13.00 «Известия» (16+)
 13.30 Т/с «СЛЕД» (16+)
 17.00 «Известия» (16+)
 17.30 Т/с «СЛЕД» (16+)
 23.10 «Светская хроника» (16+)
 00.10 «Они потрясли мир. Фаина Раневская. Будь проклят мой талант» (12+)
 01.00 «Они потрясли мир. Гвинет Пэлтроу. Она не та, кем кажется» (12+)
 01.50 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Диалог о животных
 07.20 Легенды мирового кино
 07.45 Д/ф «Гроневогосмост»
 08.30 Т/с «МЕРЭР» (16+)

10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.25 Новости культуры
 10.20 Шедеры старого кино
 12.00 Д/ф «Роман в камне»
 12.45 Д/с «Забывтое ремесло»
 13.00 Власть факта
 13.45 Д/с «Свидетели времени»
 14.25 Х/ф «БЕЛЫЙ ШАМАН» (16+)
 15.45 «Энигма»
 16.30 Письма из провинции
 17.15, 01.20 Шедеры русской музыки
 18.30 Д/с «Забывтое ремесло»
 18.45 Эпизоды
 19.45 Х/ф «ДЕТИ СОЛНЦА» (16+)
 22.35 «2 Верник 2»
 23.40 Х/ф «ХОРЛО» (16+)
 00.35 Д/с «Искатели»
 02.35 М/ф «Легенды перуанских индейцев»

МИР 24

ПРОГРАММА 1 КБР
 06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 06.10 «Владыкин Михаил». (Из наблюдений русского интеллигента) (каб.яз.) (12+)
 06.50 «Служба «02» сообщает» (16+)
 07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 07.10 «Сабингуэр заум зыльжихахэр» («Дети войны») (каб.яз.) (12+)
 07.30 «Фамху ла усталыг» («Талант и мастерство»). Писатель и драматург Жагафар Токумаев (балк.яз.) (12+)
 08.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 08.10 «Музыкальный калейдоскоп. Часть вторая (12+)
 08.40 «Двоймовочка». Детский спектакль (6+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
 17.10 «Анзэльхубэз» («Сила родного языка») (каб.яз.) (12+)
 17.35 «Упццэ щэщхуксым». («Актуальный вопрос») (каб.яз.) (12+)
 18.20 «Саулуыг» (балк.яз.) (12+)
 19.00 «Эхо Победы. 80 лет спустя» (12+)
 19.30 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
 19.45 «Уузыншэм» («Будьте здоровы»). Врач-отоларинголог Мадина Барокова (каб.яз.) (12+)
 20.25 «Бизни заманы жигитлери» («Герои нашего времени») (балк.яз.) (12+)
 20.55 «Жить и помнить». Передача четвертая (12+)
 21.10 «Война и судьбы» (12+)
 21.40 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)

1 КАНАЛ

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
 09.00 «Умницы и умники» (12+)
 09.45 «Слово пастыря» (0+)
 10.00 Новости
 10.15 «Вспомнить все» (12+)
 11.05 «Играем свадьбу!» (12+)
 12.00 Новости
 12.15 Т/с «УБОЙНАЯ СИЛА». К 25-летию сериала (16+)
 16.00 К 70-летию музыканта. Концерт Владимира Кузьмина (12+)
 18.00 Вечерние новости
 18.30 Кубок Первого канала по волейболу-2025. Сборная России - сборная Сербии. Женщины. Трансляция из Сербии
 21.00 «Время»
 21.35 КВН (16+)
 23.50 Х/ф «КОРСАЖ» (18+)
 01.40 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)

РОССИЯ 1

05.00 Утро России. Суббота
 08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)
 08.20-08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СУББОТА (12+)
 08.35 «По секрету всему свету»
 09.00 «Формула еда» (12+)
 09.25 «Патеро на одного»
 10.10 Сто к одному
 11.00 Вести
 11.30 «Наши. Военкоры» (12+)
 12.00 «Доктор Мясников» (12+)
 13.00 Большие перемены
 14.00 Вести
 14.30-14.50 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)
 14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
 17.00 Вести
 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
 20.00 Вести
 20.50-21.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)
 21.00 Х/ф «ОТДАМ МАМУ ЗАМУЖ» (16+)
 00.45 Х/ф «МОИ ДОРОГИЕ» (16+)

ТВЦ

06.40 «Православная энциклопедия» (6+)
 07.05 Х/ф «МУЖ В ХОРОШИЕ РУКИ» (16+)
 09.00 «Здоровый смысл» (16+)
 09.35 «Смех, добро и видео» (16+)
 10.05 Мифы о еде (16+)
 10.55 «Просто & вкусно» (6+)
 11.30 События
 11.50 «Смешите меня серою» (16+)
 12.40 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» (16+)
 13.15 Х/ф «СУДЬБА ПО КНИГЕ ПЕРЕМЕН» (16+)

14.30 События
 14.50 Х/ф «СУДЬБА ПО КНИГЕ ПЕРЕМЕН» (16+)
 21.00 Х/ф «РОКОВОЙ ПОДАРОК» (16+)
 21.20 «По скрипту»
 22.15 «Право знать!» (16+)
 23.35 События
 23.45 Д/ф «Тайная комната. Дети Третьего рейха» (16+)
 00.30 Д/ф «Настоящий детектив. Дорога смерти» (16+)
 01.10 Специальный репортаж (16+)
 01.40 «Хватит слухов!» (16+)
 02.05 Д/ф «Сбежавшие звезды» (16+)
 02.45 Д/ф «Звездные войны. братья и сестры» (16+)
 03.25 Д/ф «Бегство от славы» (16+)
 04.05 Д/ф «Венец безбрачия» (16+)
 04.45 Д/ф «Легенды эстрады. Иллюзия обмана» (16+)
 05.25 «10 самых...» (16+)

НТВ

04.40 Х/ф «ОТСТАВНИК. ПОЗЫВНОЙ «БРОДЯГА» (16+)
 06.20 «Жди меня» (12+)
 07.20 «Смотр» (16+)
 08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
 09.20 «Едим дома»
 10.20 «Главная дорога» (16+)
 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым (12+)
 12.00 «Квартирный вопрос» (0+)
 13.00 «Гладиаторы» (12+)
 15.00 «Своя игра» (16+)
 16.20 ЧП. Расследование (16+)
 17.00 «Следствие вели...» (16+)
 19.00 «Центральное телевидение» с Владимиром Тахменевым
 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
 21.25 «Секрет на миллион» (16+)
 23.30 «Ч.Д.» с Маргаритой Симоньян
 00.05 Квартирник НТВ у Маргулиса (16+)
 01.30 ЧП. Расследование (16+)
 02.00 Д/ф «Детские товары» (16+)
 02.30 «Данный ответ» (0+)
 03.25 Х/ф «МОЙ ДОМ - МОЯ КРЕПОСТЬ» (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Х/ф «МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА» (16+)
 07.35 Х/ф «ПОГРАНИЧНЫЙ ПЕС АЛТЫЙ» (16+)
 09.00 Новости дня (16+)
 09.15 «Второе мнение» (12+)
 09.45 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным». «Хвалит только портить. Странности советского воспитания» (12+)
 10.35 «Не факт!» (12+)

СУББОТА, 31 мая

11.05 «Мужики». «Москва», командир отделения ударных БПЛА 42 гвардейской дивизии (16+)
 11.35 «Легенды кино». Игорь Ясулович (12+)
 12.30 «Любовь на линии огня». «Я всегда буду рядом с тобой» (16+)
 13.00 «Вызов». ЮАрмия-2024 (6+)
 14.30 Х/ф «ВЫСОТА 89» (16+)
 16.55 Х/ф «БЕЗ ПРАВА НА ОБИДКУ» (16+)
 19.00 Новости дня (16+)
 19.25 Х/ф «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД» (16+)
 21.15 Международный вокальный конкурс «Звезда-2025». Специальный выпуск (6+)
 22.45 Т/с «УЧАСТОК ЛЕЙТЕНАНТА КАЧУРЫ» (16+)
 02.25 Х/ф «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (16+)
 03.35 Х/ф «МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА» (16+)
 04.50 Д/с «Москва фронт» (16+)

РЕН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30 «Новости» (16+)
 09.00 «Минтранс» (16+)
 10.00 Самая полезная программа (16+)
 11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
 12.30 «Новости» (16+)
 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
 15.00 «СОВБЕЗ» (16+)
 16.00 Информационная программа 112 (16+)
 16.30, 19.30 «Новости» (16+)
 17.00 «Документальный спецпроект» (16+)
 18.00 «Засекреченные списки» (16+)
 19.00 «Доброфизире» (16+)
 20.00 Х/ф «ИП МАН» (16+)
 22.05 Х/ф «ИП МАН-2» (16+)
 00.20 Х/ф «ИП МАН-3» (18+)
 02.15 Х/ф «ИП МАН-4» (18+)
 03.50 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Ш. Магомедов - М. Пэйдж. UFC. Трансляция из Саудовской Аравии (16+)
 07.00 Новости
 07.05, 13.00, 17.00 Все на Матч! Прямая трансляция
 10.55 Футзал. «Поюмень» - «Ухта». Бетсити. Суперлига. 1/2 финала. Прямая трансляция

12.55 Новости
 13.40 Автоспорт. Дрифт. RDS GP. Трансляция из Ленинградской области (6+)
 14.45 Футбол. Переходные матчи. Прямая трансляция
 17.45 Футбол. Переходные матчи. Прямая трансляция
 20.00 Смешанные единоборства. Лига NFL. Прямая трансляция из Назрани
 23.00 Все на Матч! Прямая трансляция
 00.20 Д/ф «Лионель Месси» (12+)
 01.35 Матч! Парад (6+)
 02.05 Бокс. Кубок Победы. Трансляция из Саранска (16+)
 03.55 Новости (0+)
 04.00 Смешанные единоборства. Э. Бланфилд - М. Барбер. UFC. Прямая трансляция из США

ОТР

ПРОГРАММА 1 КБР
 06.00 Ретроспектива. «Кенже – земля садов» (12+)
 06.20 «Лица спорта». Чемпион РФ по аэродо Залим Гаданов (12+)
 07.10 «Дети и родители». Советы психолога (12+)
 07.40 «Чтение без границ». О мобильных библиотеках г. Нальчика (12+)
 08.10 «Край мой – гордость моя». Концерт заслуженного артиста Республики Адыгея Азамата Биштова. Часть первая (12+)

СКАНАЛ

05.00 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5» (16+)
 09.00 «Страна советов» (16+)
 09.30 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5» (16+)
 19.40 Т/с «КРЕМЕНЬ. ОСВОБОЖДЕНИЕ» (16+)
 00.00 «Известия. Главное» (16+)
 01.05 «Светская хроника» (16+)
 02.10 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-2» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Библейский сюжет»
 07.05 М/ф «Ну, погоди!». «Тараканище». «Винни-Пух». «Винни-Пух и день забот». «Винни-Пух идет в гости»
 08.15 Х/ф «ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА...» (16+)
 09.25 Д/с «Передвижники»
 09.55 Больше чем любовь
 10.35 Х/ф «ДАЧНИКИ» (16+)

12.15 Черные дыры. Белые пятна
 13.00 Д/с «Первые в мире»
 13.15 Д/ф «4 сезона в королевстве большой панды»
 14.10 «Рассказы из русской истории»
 15.15 Парад победителей XXV Международного телевизионного конкурса юных музыкантов «Щелкунчик». Государственный академическая капелла Санкт-Петербурга
 17.05 Д/ф «Май Митурчи. Музей для маленьких»
 17.50 Художественный фильм «УЧЕНИК ЛЕКАРЯ» (16+)
 19.00 Д/с «Энциклопедия загадок»
 19.30 Новости культуры
 19.50 Художественный фильм «КРАЖА» (16+)
 22.00 «Агора»
 23.05 Художественный фильм «СЕНСАЦИЯ» (16+)
 00.35 Д/ф «4 сезона в королевстве большой панды»
 01.30 Д/с «Искатели»
 02.15 М/ф «История одного преступления». «Лев и 9 гien». «Великолепный Гоша»

МИР 24

ПРОГРАММА 1 КБР
 06.00 «Уузыншэм» («Будьте здоровы»). Врач-отоларинголог Мадина Барокова (каб.яз.) (12+)
 06.40 «Упццэ щэщхуксым». («Актуальный вопрос») (каб.яз.) (12+)
 07.25 «Бизни заманы жигитлери» («Герои нашего времени») (балк.яз.) (12+)
 07.55 М. Рошин. «Эшелон». Спектакль Русского госдрамтеатра им. М. Горького. Первая часть (12+)

СКАНАЛ

05.00 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5» (16+)
 09.00 «Страна советов» (16+)
 09.30 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5» (16+)
 19.40 Т/с «КРЕМЕНЬ. ОСВОБОЖДЕНИЕ» (16+)
 00.00 «Известия. Главное» (16+)
 01.05 «Светская хроника» (16+)
 02.10 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-2» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Библейский сюжет»
 07.05 М/ф «Ну, погоди!». «Тараканище». «Винни-Пух». «Винни-Пух и день забот». «Винни-Пух идет в гости»
 08.15 Х/ф «ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА...» (16+)
 09.25 Д/с «Передвижники»
 09.55 Больше чем любовь
 10.35 Х/ф «ДАЧНИКИ» (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «О земном и о небесном» (12+)
 17.20 «Вещный призыв» (каб.яз.) (12+)
 17.40 «Упццэ жэуэл» («Диалог») (каб.яз.) (12+)
 18.20 «Гугэм гашцэ и кыхыгшцэ» («Ожидание длиною в жизнь»). Участники Великой Отечественной войны братья Гусовы (каб.яз.) (12+)
 18.50 «Республиканск щыжьбархэр». Информационная программа (16+)
 19.05 «Сахна» («Сцена») (балк.яз.) (12+)
 20.00 «Вийыг». Информационная программа (16+)
 20.15 «Это надо знать». Медицинский вестник (12+)
 20.45 «Кунацкая», с. Псынабо (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 1 июня

1 КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10 Игры, гармонь любимая! (12+)
06.55 «Часовой» (12+)
07.20 «Здоровье» (16+)
08.35 «Золотая коллекция «Союзмультифильм» (0+)

РОССИЯ 1

05.10 Х/ф «ПРОДАЕТСЯ КОШКА» (16+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА (12+)
08.20-08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ (12+)

ТВЦ

05.55 Х/ф «ДУЭЛЬ КОРОЛЕВ» (16+)
11.05, 17.35 «Халк жырла»
11.30 «Миллет казбаздан» (12+)

07.25 Х/ф «СЛЕПОЙ МЕТОД-4» (16+)
10.55 Полезная программа (6+)
11.30, 00.00 События
11.50 «Наша смешная жизнь» (16+)
12.40 Х/ф «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (16+)

НТВ

04.55 Х/ф «МОЖНО, Я БУДУ ЗВАТЬ ТЕБЯ МАМОЙ?» (16+)
06.35 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)

ЗВЕЗДА

05.10 Х/ф «ЮНГА СЕВЕРНОГО ФЛОТА» (16+)
06.45 Х/ф «ВЫСОТА 89» (16+)
09.00 Новости недели (16+)

13.10 «Код доступа» (12+)
14.00 «Улика из прошлого» (16+)
14.50 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндайкиным (16+)
15.40 Д/с «Секретные материалы» (16+)
16.30 «Загадки вечера с Сергеем Медведевым».

РЕН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.30 «Новости» (16+)
09.00 «Самая народная программа» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Э. Бланчфилд - М. Барбер. UFC. Прямая трансляция из США
07.00, 10.00 Новости
07.05, 16.30, 22.15 Все на Матч! Прямая трансляция

14.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Финал. Прямая трансляция
17.00 Футбол. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. FONBET Кубок России. Суперфинал. Прямая трансляция из Москвы
20.45 Смешанные единоборства. Э. Бланчфилд - М. Барбер. UFC. Трансляция из США (16+)

ОТР

06.00 «Голоса Победы». Концерт (12+)
07.00 «Керчь. История боевого коня». Спектакль Башкирского драмтеатра им. И. Юмгалова (12+)
08.15 «Край мой - гордость моя». Концерт заслуженного артиста Республики Адыгея Азамата Биштова.

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Нам жить и помнить». Часть третья (12+)
17.10 «Культура и мы». Заслуженный работник образования КБР Людмила Шауцукова (12+)
17.45 «Ракурс». Научно-практическая конференция в СКГИ (12+)

СКАНАЛ

05.00 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-2» (16+)
05.00 «Фирменный рецепт с Емельяненко» (12+)
09.30 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-2» (16+)
12.40 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-3» (16+)
19.55 Т/с «ЗАКОН ТАЙГИ» (16+)
02.50 Т/с «СВИДЕТЕЛИ» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Библийский сюжет»
07.00 М/ф «Лоскутик и Облако»
08.05 Х/ф «УЧЕНИК ЛЕКАРЯ» (16+)
09.15 Д/ф «Роман в камне»
09.45 Спектакль «Как важно быть серьезным». Юбилей Евгении Симоновой
11.10 Эпизоды

11.50 Д/ф «Как Иван Пигарев сон изучал»
13.05 Гала-концерт конкурса детской казачьей песни к 80-летию Победы в Великой Отечественной войне
14.40 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
15.20 Х/ф «ДЕТСКИМИ РАССКАЗЫ» (16+)

МТР 24

06.00 «Республика цыбгыбархэр». Информационная программа (16+)
06.20 «Упцэ-жэуп» («Диалог») (каб.яз.) (12+)
07.00 «Кюборчэк». Информационная программа (16+)
07.15 «Сахна» («Сцена») (балк.яз.) (12+)
08.10 М. Роцин. «Шселон». Спектакль Русского государственного театра им. М. Горького. Вторая часть (12+)

РАДИО КБР

Понедельник, 26 мая
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 папцэ»
02.00, 22.00 «Ди Зэуцэпэлэм»
03.00 «Жэцыбг нэужым»
03.00, 20.05 «Орайда»
04.00, 23.00 «Чамхана»
06.35, 21.35 «Полезно знать» (12+)

Вторник, 27 мая
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жэцыбг нэужым»
02.00, 20.25 «Орайда»
02.30, 22.30 «Гушыэпэлэ» (16+)

Среда, 28 мая

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жэцыбг нэужым»
02.00, 20.25, 23.30 «Орайда»
02.35 «Фэр папцэ»
03.20, 21.25 «Хорошее настроение» (12+)

Четверг, 29 мая

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 гэтэлыгыгэхэр»
02.00, 20.05 «Орайда»
03.25, 09.30, 15.35, 21.25 «Голоса Кавказа»

Пятница, 30 мая

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жэцыбг нэужым»
02.00, 20.05, 23.25 «Орайда»
04.00 «Дингыгазэ» (16+)
04.10 «Еджапэлэ» (16+)
04.30, 22.00 «Шалэгэуэ»
05.00, 20.25 «Алтын хазна»
05.30, 23.00 «Ауаз» (16+)

Суббота, 31 мая

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жэцыбг нэужым»
02.00, 05.30, 20.00, 23.30 «Орайда»
02.30, 20.35 «Тай макъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гусэуэ зыгвэлэсху»
05.00 «Ууаз» (16+)

Воскресенье, 1 июня

00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.38 «Лэпкъым и фыгуэхэр»
02.00 «Жэцыбг нэужым»
03.00, 20.00 «Орайда»
03.25, 20.25 «Алтын сыбызгы»
04.00, 23.00 «Бора» (16+)

Воскресенье, 1 июня

00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.38 «Лэпкъым и фыгуэхэр»
02.00 «Жэцыбг нэужым»
03.00, 20.00 «Орайда»
03.25, 20.25 «Алтын сыбызгы»
04.00, 23.00 «Бора» (16+)

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 various days from 26.05 to 01.06.

ТУРОПЕРАТОР «ПЕЛИКАН-СК» - В ЧИСЛЕ ЛУЧШИХ • УСПЕХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА РОССИИ

Финалистов четвертого сезона конкурса со всей России собрали в центре столицы на берегу Москва-реки, чтобы вручить дипломы и награды, а также подарки от организаторов и призы от партнеров премии. На протяжении нескольких лет медиагруппа «Комсомольская правда» проводила конкурс среди тех, кто организует путешествия по России, предлагает всевозможные варианты отдыха и развивает различные виды туризма в нашей стране. Премия проходит с 2021 года, дополняется новыми номинациями и масштабируется, привлекая все больше участников. Туроператоры, блогеры, отельеры и другие участники получают площадку, на которой презентуют свои проекты многомиллионной аудитории. В этом сезоне в премии «Маршрут построен» было представлено 980 проектов из 78 регионов России - это максимум и по числу участников, и по количеству субъектов за все годы проведения конкурса.

«Маршрут построен» - народно-экспертная премия. Большую роль в выборе лучших маршрутов, экскурсий, платформ и мест отдыха играло мнение туристов. Именно они во время народного голосования определяли финалистов. По его итогам был сформирован шорт-лист, с которым уже работал экспертный совет.

Жюри в составе ведущих специалистов туриндустрии, представителей власти, организаторов профильных выставок и партнеров премии тщательно изучало проекты финалистов. На заседании эксперты познакомились с презентациями участников, отсматривали специально подготовленные видеоролики и оценивали творческий подход к их созданию. Члены жюри обсуждали работу конкурсантов, дискутировали, отмечали развитие проектов, с которыми уже были знакомы, и готовили рекомендации для перспективных участников.

Наш собеседник – генеральный директор компании «Пеликан-СК» Анна АЛОЕВА.

Туроператор «Пеликан-СК» предоставляет услуги по организации отдыха в Кабардино-Балкарской Республике и Северо-Кавказском федеральном округе. С 2017 года мы работали как туристическая фирма, а с 2023-го зарегистрировались в качестве туроператора по внутреннему туризму, - рассказывает она. - Часто спрашивают: в чем отличие? Если коротко, туроператор - это компания, которая формирует для туристов путешествия: соединяет в один блок услуги перелета, перевозки, проживание, страховки, трансфер и формирует из этих частей разные пакеты: с перелетом или доставкой наземным транспортом и без, на разных транспортных компаниях, с разным составом услуг и т. д. Турфирма же предоставляет готовые путевки, билеты и дает информацию о туре, полученную от туроператора. Нередко турфирмы выступают в роли как туроператора, так и турагентства.

За семь лет работы в сфере туризма наша компания рекомендовала себя как надежный поставщик туристических и транспортных услуг. За это время мы организовали тысячи экскурсий, туров, обеспечили увлекательный до-



Компания «Пеликан-СК» из Кабардино-Балкарии стала призером в номинации «Туроператор года» национальной туристической премии «Маршрут построен-2024-2025». Всего в конкурсе было объявлено двадцать номинаций, в каждой выделили одного победителя и двух призеров, сообщает Минкурортов КБР.

суг сотням тысяч туристов и проложили немало новых туристических маршрутов.

Туроператор «Пеликан-СК» обладает собственным автопарком, включающим мини-вэны, комфортабельные автобусы вместимостью от 20 до 52 человек и внедорожники. С 2018 года мы являемся партнерами Сочинского международного кинофестиваля и кинопремии «Ирида». Участвуем в организации и являемся партнерами молодежных форумов и фестивалей, проводимых как на территории республики, так и за ее пределами. Например, обеспечивали участие молодежи Кабардино-Балкарии в форуме молодых деятелей культуры и искусства «Таврида 5.0» и в фестивале творческих сообществ «Таврида-АРТ» в 2019 году.

С 2022 года сотрудничаем с организацией «Движение Первых» - всероссийским сообществом детей и молодежи, которых объединяют стремление к саморазвитию и любовь к Родине. Активно сотрудничаем и являемся партнером «Кавказ.РФ» в популяризации курорта Эльбрус с 2023 года. «Пеликан-СК» является участником 30-й Международной выставки туризма и индустрии гостеприимства MITT-2024.

Ежегодно представляем Кабардино-Балкарию на международных выставках. Сейчас готовимся участвовать в международном туристическом форуме «Путешествуй!», который пройдет с 10 по 15 июня в Москве на ВДНХ. Туристический форум «Путешествуй!» - яркое мероприятие

в сфере туризма и гостеприимства. Формат мероприятия объединяет форум как платформу делового общения государства и бизнеса на высшем уровне и первый в России туристический фестиваль для аудитории путешественников. Уникальный формат позволяет представить гражданам туристический потенциал России и дружественных зарубежных направлений, а также продемонстрировать разнообразие видов туризма.

Как подчеркнул Президент РФ Владимир ПУТИН, этот форум по праву считается ключевым отраслевым мероприятием и ярким, ожидаемым событием для многочисленных любителей активного досуга. Обширная экспозиция, деловая и фестивальная программы позволяют участникам и гостям познакомиться с разнообразными видами отдыха и открыть для себя новые туристические маршруты на карте нашей огромной страны.

Возвращаясь к рассказу о нашей компании, отмечу, что мы не сразу стали туроператором. Более тридцати лет занимаемся перевозкой пассажиров, то есть изначально были транспортной компанией, это наш семейный бизнес. Начинать его развивать мой отец, теперь мы с братом продолжаем работать как транспортники. Это отдельная фирма, которая предоставляет услуги перевозчика. В 2017 году открыли турфирму «Пеликан» и начали заниматься, помимо транспортного обслуживания, экскурсиями, продажей путевок за границу, а также по Краснодарскому краю. С 2023 года, как я уже говорила, получили статус туроператора.

Занимаемся организацией детских экскурсий, работаем со многими ансамблями и школами, имеем много положительных отзывов именно по школьному направлению, потому что у нас аттестованные гиды, автобусы со всеми необходимыми документами, все, что требуется по технике безопасности, мы также предоставляем.

Я окончила экономический факультет КБГУ по специальности «менеджмент» и сейчас навыки и знания, которые получила во время учебы, применяю в работе со своими сотрудниками и туристами. Работать с людьми всегда не просто, нужно находить особый подход к каждому.

Являюсь также работником вуза, в котором когда-то училась сама. Я доцент института менеджмента, туризма и индустрии гостеприимства Кабардино-Балкарского государственного университета им. Х.М. Бербекова. Также уже 17 лет работаю в колледже информационных технологий и экономики КБГУ, делюсь со студентами в первую очередь своим практическим опытом. У нас в «Пеликане» проходят учебную, преддипломную и производственную практику многие студенты моего института и КИТиЭ, в этом году их уже более двадцати.

Многому и сама еще учусь. Постоянно нужно проходить курсы повышения квалификации, обучающие мастер-классы, следить за изменениями в законодательстве, которые происходят постоянно. В общем, все время нужно учиться, учиться и учиться.

О влиянии Эльбруса на науку, архитектуру и моду • ФОРУМ

«Мы погрузимся в историю того, как гора вошла в глобальный визуальный язык XX века и стала ориентиром для нескольких поколений советских людей, - приводятся слова Д. Суховской в сообщении компании. - Все экономические прорывы того времени базировались на огромной вере в науку, созидании, желании сказать новое слово. Исследуя это, мы заново переосмысливаем текущее развитие территории и учимся бережнее относиться к наследию».

После лекции гости смогут посетить выставочную экспозицию форума, центром которой по традиции станет стенд Кавказ.РФ. Это будет воссозданный легендарный альпинистский «Приют 11» - самая высокогорная гостиница страны, построенная в 1938 году и утраченная в конце 90-х. Сегодня институт развития приступает к строительству нового «Приюта 11» - проект прошел главгосэкспертизу, проведены изыскания, определен генплан участка. В контексте темы КИФ-2025 «Прошлое. Настоящее. Будущее» одна половина стенда выполнена в ретро-стиле: здесь будет воссоздана атмосфера горного приюта середины прошлого века, собраны артефакты, мебель, книги и пластинки.

На современной части расположились респешен «Приюта 11», гостиная, библио-



25 мая в начале первого дня работы Кавказского инвестиционного форума, который откроется в Минеральных Водах, состоится лекция молодого ученого, кандидата философских наук, исследователя культуры и наследия региона Дарьи СУХОВСКОЙ «Эльбрус как символ и образ: гора, которая повлияла на мировую архитектуру и моду 1970-х», сообщает Кавказ.РФ. Это результат совместного с Кавказ.РФ исследования, посвященного культурному коду самой высокой горы Европы.

тека и кофе-бар. Весь интерьер идентичен реальному, включая предметы искусства - специально для стенда художница Екатерина ПУГАЧЕВА создала полотно, вдохновленное Эльбрусом, а керамист Андрей МАЛКОВ - мозаичное панно. В зоне гостиницы Кавказ.РФ представит главный проект 2025 года - горнолыжный курорт Мами-

сон в Северной Осетии. Он был построен в рекордные сроки с использованием отечественных комплектующих и разработок. С помощью интерактивной проекции будут визуализированы все этапы развития Мамисона. Другие прорывные проекты института развития разместятся на тащ-панели и мультимедиаэкране.

Участники и гости молодежного дня смогут пообщаться с руководством Кавказ.РФ. Главный строитель, заместитель гендиректора Владимир ЛАПУХИН проведет экскурсию и расскажет о тонкостях строительства реального «Приюта 11».

В первый день на площадке КИФ пройдут лекции, воркшопы и хакатон молодежных проектов. Специалисты компаний и студенты вузов представят свои работы в самых разных отраслях: ИТ, предпринимательство, туризм, наука, высокие технологии. Главная задача - создать проекты в парадигме устойчивого развития регионов, разработать решения для умных городов и экологически чистые технологии.

В фокусе молодежного дня - патристическое воспитание молодежи СКФО. О сохранении культурной идентичности народов Кавказа и интеграции современных технологий в разные сферы жизни эксперты будут говорить на панельной дискуссии «Традиции и современность: патристическое воспитание в Северо-Кавказском федеральном округе».

Фото Тамары Ардавовай

• Материалы Ольги КАЛАШНИКОВОЙ

Единственное фото семьи Зулкарней ЛУКОЖЕВА было сделано, когда он приехал в увольнение к родным в 1943 г., после освобождения Кабардино-Балкарии от гитлеровских захватчиков. Спустя несколько дней непродолжительного отпуска глава семьи вернулся на фронт.

На черно-белом снимке Зулкарней Лукожев, его супруга Гарифат ФАНЗИЕВА и двое их детей – Анатолий и Луизета.

Супруги – выходцы из Терской области, познакомились во время учебы в Ленинском учебном городке, который окончили в 1929 году. Зулкарней был из рабочей большевистской семьи. Его отец – Герандуко ЛУКОЖЕВ был знаменитым активистом, героем красного партизанского движения. Встречался со многими советскими лидерами. В тяжелые годы после Гражданской войны, когда Малая Кабарда пострадала от боевых действий войск ДЕНИКИНА и ДАУТКОВА-СЕРЕБРЯКОВА, вдобавок положение усугубилось засухой и неурожаем. В составе делегации Герандуко поехал на встречу с руководством Первой конной армии, чтобы просить поддержки. Герандуко приняли, выделили вагон с царскими белогвардейскими деньгами, который он привез на станцию Муртазово. Этих денег хватило на решение ряда проблем в области, главным образом на восстановление разрушенных домов. Однако случилась беда, которую никто не ожидал, – деньги оказались заражены тифом. Мор выкосил сотни жителей. Так в Малой Кабарде появилось выражение «Лыкыужь ахъшэ» («Деньги Лукожева») для обозначения ситуации, когда сделанное во благо оборачивается бедствием.

До войны Зулкарней работал в Кабардино-Балкарском обкоме ВКП(б), руководил комитетом по печати. В 1941 году был призван на фронт. Служил замполитом 125-го противотанкового артиллерийского дивизиона, приписанного к бригаде морской пехоты. Известие об оккупации родной республики вселило в него тревогу, командир-красноармеец знал, что будет с семьей, если немцы узнают, кто ее глава. Супруга Гарифат Фанзиева эвакуировалась с сыном из Нальчика в Терек. Им повезло, никто их не выдал. Десятилетняя дочь Зета проходила лечение в костно-туберкулезном санатории. Позже она вспоминала, как немцы подошли к санаторию, сломали калитку и тогда учительница – выпускница Петроградского пансиона, которая владела французским и немецким языками, вышла навстречу и разъяснила, что это санаторий и здесь находятся больные дети. Немцев напугало слово «туберкулез». Снаружи здания сразу же разместили табличку на немецком языке. Больше их не беспокоили. Когда прекра-

«ДОРОГИЕ ГАЛЯ, ТОЛИК И ЗЕТОЧКА...»



тилось снабжение, детей спасали от голода только силами местных жителей.

Зулкарней уже знал, что происходит в родной республике. Писал в Нальчикский обком ВКП(б), разыскивая семью. Когда ответ пришел, их снова связала почта – десятки писем с фронта и с родины. Он писал в диспансер дочери и семье в Дейское. В трогательных письмах к жене часто обращался на вы и называл ее Галя: «Вы пишете, что меня ждали к новому году. Безусловно, это было бы очень хорошо, но такой возможности не было, и когда будет, неизвестно». «Гая! Ты все время пишешь: не переводи денег, расходи сам и т.д. Видимо, не знаешь, что мне совершенно некуда расходовать деньги». Писал дочери и сыну или обоим детям сразу, извиняясь, что не пишет каждому по отдельности. Толик и Зета рассказывали отцу о прочитанных книгах, о том, как ходили на рыбалку, а он отвечал, что скоро они будут снова вместе, когда разобьют «проклятого Гитлера».

Последнее письмо с фронта пришло от командира взвода Федора ЩЕРБИНЫ. В нем он подробно рассказал

Гарифат Хамидовне о гибели ее мужа: «Все произошло 25.10.44 г. рано утром в 10 часов».

При наступлении на Вильнюс во время обстрела осколком мины оборвал жизнь офицера. «Вы поверьте, не нахожу, что написать, прощаясь со слезами с ним, я спрашивал у него, что мне теперь написать твоей семье. Но ответа уже не было», – говорилось в письме командира.

За боевые заслуги Зулкарней Лукожев был награжден орденами Красной Звезды и Боевого Красного Знамени. В январе 1945 г. вышел приказ о награждении Зулкарней Лукожева орденом Отчужденной войны посмертно. Его личные вещи отправили семье с приложенным списком. Зета до последнего дня хранила одну засохшую галету, найденную в кармане отцовской шинели.

После выпуска из учебного городка Гарифат осталась преподавать кабардинский язык. Позже работала зав. приемной Председателя Президиума Верховного Совета, затем заведовала детским садом. На склоне лет начала писать дневники, однако по слабости зрения не смогла их вести.

Сын Анатолий пошел по стопам отца, стал военным, служил на ядерном полигоне в Семипалатинске, где получил дозу облучения, из-за чего прожил недолгую жизнь. Луизета, или, как ее называли родные – Зета, окончила КБГУ и посвятила себя педагогике, была заслуженным учителем Кабардино-Балкарии. По завещанию Зеты Зулкарневы после ее смерти обширную семейную библиотеку отправили в Терек.

Фото и письма, о которых мы рассказали, бережно хранятся в альбоме в частной коллекции Заура ЧЕЧЕНОВА – председателя Общественного совета при Комитете по охране культурного наследия КБР, председателя Общественной организации филателистов КБР.

– Меня с детства увлекала история, – говорит Заур Аскербиевич. – Собирал марки, но это только кусочек истории. Формально все, что вы видите в альбоме, – почтовые отправления, та же филателия. Мне интересно изучать и находить недостающие фрагменты, чтобы сложилась целостная картина. В этом альбоме – часть большого семейного архива, который в семье Лукожевых передается из поколения в поколение. Внук Зулкарней – Владимир Анатолевич чит историю своей семьи и хранит ее традиции. В семье подрастает правнук Тима, который мечтает пойти по стопам прадеда – стать военным и защищать Родину.

БОЛЬШИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ МАЛЕНЬКОГО СЕЛА

• В РАЙОНАХ РЕСПУБЛИКИ



Наша газета продолжает знакомить читателей с жизнью сельских поселений Кабардино-Балкарии. Помимо природной красоты и ресурсов, главная ценность в них – кадры.

Говорят, где родился, там и пригодился. Героини нашей статьи любят свою малую родину, знают каждую улицу и всех жителей.

Специалисты местной администрации села Верхняя Жемтала Елизавета ЧОЧАЕВА и Лейля БОЛАТОВА хорошо знают свою работу – занимаются документооборотом, земельными вопросами, статистическими данными, заявлениями и справками. Елизавета Чочаева на должности уже 40 лет. Ведет делопроизводство, отдел кадров, о ней отзываются как об опытной работнице с феноменальной памятью. Знает, когда происходили ключевые события в селе. Помнит, когда выдавались земельные участки, за кем числится дом, знает односельчан по фамилии, имени и отчеству. С присущими ей врожденной интеллигентностью и тактичностью решает любые сложные вопросы, с которыми обращаются посетители.

Лейля Болатова окончила институт филологии КБГУ, с 2014 года курирует программу «Молодая семья» и социальные проекты. Присматривается к старшей коллеге, учится у нее.

– Работу свою люблю, – говорит она, – как и родное село. Верхняя Жемтала – самое равнинное из всех балкарских сел. Многие занимаются сельским хозяйством, сеют кукурузу, держат скот. Здесь благоприятная почва для выращивания хвойных деревьев. Многие местные жители выращивают ели и туи

на продажу. Молодежь, как и везде, ездит на заработки в столицу республики или вахтовым методом за ее пределы. Тем не менее село пользуется спросом благодаря своему расположению. Здесь пролегает дорога, ведущая к Суканскому и Хазнидонскому ущельям. Много молодых семей покупают дома. В прошлом году был небывалый поток грибников, которые приезжали со всех уголков России из-за богатого урожая опят, лисичек, подосиновиков и подберезовиков. Дорогу, которая соединяет наше село с Ташлы-Талой, заполнили автомобили. Местные жители заготавливают грибы для себя и на продажу. Кому-то доставляет удовольствие сам процесс, иначе как объяснить, что грибники приезжали не только из КМВ, но и Краснодарского края и даже Подмосковья.

НЕ ОБЯЗАННОСТЬ, А ПРИЗВАНИЕ

Сотрудники Центра социального обслуживания населения Минтруда и соцзащиты по сл Верхняя Жемтала оказывают помощь гражданам пожилого возраста и инвалидам, нуждающимся в социальной поддержке. Бала ЦРАЕВА, Аслижан ГАДИЕВА и Ариука МАНИЯЕВА справляются с этой работой с легкостью. У каждой по семь подопечных граждан или семей, в которых их всегда ждут, ласково называют по имени, а чаще всего доченька.

В основном это одинокие пожилые люди или семейные пары, где есть инвалид. У кого-то нет детей, а у кого-то они проживают далеко. Сотрудницы реагируют на любую просьбу: сходить за лекарствами и продуктами, помочь по дому и в огороде. Признаются, что найти общий язык с пожилыми людьми им всегда легко. «Мы работаем в тесном сотрудничестве с администрацией села и района, – говорит Бала Цраева. – Опекаемым оказываем должное внимание и уход. Они регулярно проходят диагностику, лечение и реабилитацию в райцентре. В основном помощь требуется им больше психологическая. Хотят, чтобы их выслушали, посочувствовали, им остро не хватает общения». Ариука Манияева на этой должности недавно, но тоже ценит общение со старшим поколением: «Подопечные очень радуются нашим визитам. Встречают с улыбкой, провожают добрым словом. Доверяют свои радости и печали. Разве можно такое не ценить? Есть подопечная, которая любит ходить в магазин сама, хотя я могу ей все принести. Ей важно прийти, тщательно все рассмотреть и выбрать, посидеть по дороге на скамейке, тогда она довольна».

Сотрудницы социальной службы регулярно проходят аттестацию и профильные курсы. За отличную работу имеют грамоты администрации Черекского района.

Фото Тамары Ардавовой

• ВЫСТАВКА



ГЕРОИ ПРОШЛОГО

В Национальном музее КБР работает выставка картин из коллекции заслуженного деятеля искусств Заура ЖИРИКОВА. Экспозиция посвящена героям черкесской истории, выдающимся военачальникам и государственным деятелям из кабардинских князей.

На выставке представлено 20 портретов, среди которых князь Черкасские и Идаровы, выполненные художниками Заудином ТОКОВЫМ, Татьяной НЕНАШЕВОЙ, Асланом КАРМОКОВЫМ и Даной ЖИРИКОВОЙ.

Их благородные лица взирают на потомков с полотен. Выдающийся дипломат и полководец, верховный князь Кабарды Кургоко Хатакшокович разгромил армию во главе с ханом Каплан-Гиреем. Великий князь Кабарды Хатшоко Казиевич – полководец, выдающийся дипломат, родоначальник династии князей Атажукиных. Турецкий военачальник черкесского происхождения генералиссимус Измаил-Паша был главнокомандующим турецкой армии. Касбулат Муцалович из кабардинских князей Идаровых, неоднократно возглавлял походы против турок и крымцев.

Посетители также увидят портреты выдающихся деятелей науки и искусства современности: выдающегося музыканта и дирижера Юрия Темирканова, специалиста в области разработки боевых ракетных комплексов Юрия Жирикова, одного из организаторов создания ракетно-космического комплекса «Энергия-Буран» Виталия Догужиева и других.

Экспозиция позволяет осмыслить исторический путь, пройденный народом, обеспечивая преемственность поколений; боевые традиции, а также уважение к своему Отечеству и его культуре.

Выставка будет работать в Национальном музее КБР до 15 июня.

Фото Тамары Ардавовой

• Материалы Лилианы ШОРДАНОВОЙ

БЛАГОПОЛУЧИЕ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ ИМЕЕТ ОГРОМНОЕ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА

• ЗДОРОВЬЕ

Гормоны, вырабатываемые органами эндокринной системы, влияют практически на каждый аспект нашего существования: от роста и развития до настроения и способности бороться с заболеваниями. Но что делать, если этот важный механизм дает сбой? Давайте разберемся вместе.

Сначала поймем, что же представляет собой эндокринная система. Она состоит из различных желез, расположенных по всему телу, включая гипофиз, щитовидную и паращитовидную железы, надпочечники, поджелудочную железу, яичники и семенники. Эти железы производят химические вещества - гормоны, которые контролируют многочисленные физиологические процессы в организме.

Когда работа эндокринной системы нарушается, появляются разнообразные изменения в организме, влияющие на общее состояние здоровья. Рассмотрим некоторые из них подробнее.

Сахарный диабет - одно из самых известных и широко распространенных эндокринных заболеваний. Существует два основных типа диабета. **Тип I.** Это

деструкция клеток поджелудочной железы, продуцирующих гормон инсулин. Без достаточного количества инсулина глюкоза остается в кровотоке, вызывая повышение ее уровня. Люди с диабетом первого типа ежедневно нуждаются в инъекциях инсулина. Симптомы диабета первого типа включают сильную жажду, учащенное мочеиспускание, выраженную слабость и резкое снижение веса.

Тип II. Этот тип диабета чаще встречается среди взрослого населения и развивается постепенно. Организм становится невосприимчивым к инсулину, а поджелудочная железа перестает производить достаточное количество гормона. Причины возникновения диабета второго типа преимущественно связаны с образом жизни: неправильным питанием, отсутствием регулярной физической активности и лишним весом. Основные симптомы диабета второго типа - повышенная утомляемость, постоянное чувство голода, ухудшение зрения, медленное заживление ран, зуд по всему телу.

Следующая группа заболеваний связана с работой щитовидной железы. Она производит гормоны, управляющие скоростью обмена веществ и энергией, необходимой клеткам для функционирования. При гипотиреозе щитовидная железа недостаточно вырабатывает гормонов. Симптомы включают хроническую усталость, увеличение веса, отечность, чувствительность к холоду, сухость кожи и выпадение волос. Причины могут стать генетические факторы, воспаление щитовидной железы или недостаток питательных веществ, таких как йод. Лечение гипотиреоза заключается в приеме синтетического аналога тироксина (гормон щитовидной железы), чтобы компенсировать нехватку естественного гормона. Противоположность гипотиреозу - гипертиреоз, при котором щитовидная железа выделяет слишком много гормонов.

Минздрав РФ объявил с 19 по 25 мая неделю профилактики заболеваний эндокринной системы, приуроченную к Всемирному дню щитовидной железы. Консультант рубрики - врач-эндокринолог филиала поликлиники №3 г. Нальчика Диана ТЕМИРКАНОВА.



Признаки гипертиреоза включают раздражительность, уменьшение веса, потливость, учащенное сердцебиение и нарушение сна. Лечение гипертиреоза зависит от причины. Таким больным обычно назначают препараты, блокирующие производство гормонов, иногда используют радиоактивный йод или оперативное лечение по удалению щитовидной железы.

Еще одна патология - метаболический синдром, объединяет группу факторов риска, увеличивающих вероятность развития сердечных заболеваний, инсультов и диабета второго типа. К ним относятся повышенное артериальное давление, высокий уровень холестерина, резистентность к инсулину и абдоминальное ожирение (излишний жир вокруг талии). Чтобы снизить риски, врачи рекомендуют придерживаться здорового образа жизни: регулярно заниматься физическими упражнениями, ограничить употребление продуктов с высоким содержанием жиров и сахаров, поддерживать нормальный вес и отказаться от курения.

Как же предупредить эндокринные заболевания? Хотя наследственность и другие биологические факторы играют важную роль в развитии эндокринных патологий, профилактические меры существенно снижают риск их появления. Следуя простым рекомендациям, можно значительно повысить качество своей жизни и уменьшить шансы столкнуться с серьезными нарушениями эндокринной системы.

Питание оказывает значительное влияние на нашу эндокринную систему. Употребление здоровой пищи помогает избежать многих заболеваний, связанных с эндокринной патологией. Ешьте больше овощей и фруктов. Они богаты витаминами, минералами и антиоксидантами, необходимыми для поддержания баланса гормонов.

Уменьшите употребление обработанных пищевых продуктов и полуфабрикатов. Контролируйте количество углеводов. Чрезмерное употребление быстрых углеводов способствует развитию диабета второго типа. Увеличьте долю белка в рационе. Белковые продукты поддерживают мышечную массу и способствуют стабилизации уровня глюкозы в крови. Употребляйте полезные жиры, содержащие омега-3 жирные кислоты. Рыба, орехи и семена полезны для предотвращения воспаления и нормализации гормонального фона.

Регулярные тренировки имеют большое значение для поддержания нормального веса и снижения риска развития эндокринных заболеваний. Для тех, кто ведет сидячий образ жизни, начинать можно с небольших изменений, таких как ходьба пешком или легкая гимнастика утром. Преимущества регулярного движения очевидны: улучшаются кровообращение и обеспечение тканей кислородом, повышается чувствительность клеток к инсулину, помогая предотвратить диабет, нормализуется выработка гормонов счастья (эндорфины), способствующих улучшению настроения и сна. Специалисты советуют уделять физическим нагрузкам минимум полчаса в день пять раз в неделю.

Важен контроль веса. Увеличенный индекс массы тела (ИМТ) увеличивает нагрузку на сердце и сосуды, провоцирует развитие диабета и гипертонии. Поддерживая здоровый вес, мы защищаем себя от большинства хронических заболеваний.

Курение, злоупотребление алкоголем и кофеином оказывают негативное воздействие на эндокринную систему. Никотин повреждает ткани сосудов, затрудняя доставку кислорода к органам, алкоголь нарушает баланс гормонов, влияя на секрецию инсулина и кортизола, а кофеин способен вызывать колебания артериального давления и стимулировать выделение адреналина.

Регулярные медицинские обследования важны для раннего выявления любых отклонений в работе эндокринной системы. Например, ежегодная проверка уровня тиреотропного гормона (ТТГ) позволяет вовремя обнаружить дисфункцию щитовидной железы, а тест на гликированный гемоглобин покажет наличие преддиабета или самого диабета.

Эндокринные заболевания являются серьезной проблемой современного общества, однако современная медицина способна эффективно справляться с ними благодаря комплексному подходу, включающему диагностику, коррекцию образа жизни и прием необходимых медикаментов. Предупреждение заболевания проще и дешевле, чем последующее лечение. Следование советам врачей и ведение активного образа жизни обязательно принесут пользу вашему здоровью.

Ольга КАЛАШНИКОВА.

Фотоколлаж Тамары Ардавовой

ФЕСТИВАЛЬ ТВОРЧЕСТВА

В Нальчике состоялся XI Межрегиональный фестиваль художественного творчества инвалидов ЮФО и СКФО. Кабардино-Балкария в этом году радушно приняла более 70 делегатов из десяти регионов. Мероприятие проходило при финансовой поддержке центрального управления Всероссийского общества инвалидов.

Владимир ВАРИПЛОВ. Он пожелал всем мирного неба над головой, скорейшего завершения конфликта на Украине, возвращения наших ребят живыми и здоровыми, а также отдал высокий уровень подготовки участников фестиваля и важность подобных встреч.

Председатель Волгоградской областной организации, председатель Межрегионального совета ЮФО и СКФО Всероссийского общества инвалидов Ольга ДРОНОВА отметила, что Кабардино-Балкарская организация Всероссийского общества инвалидов всегда на высоком уровне проводит мероприятия, организованные по линии ВОИ, в том числе шахматные турниры и экскурсионно-туристическое мероприятие «Дружелюбный Кавказ». «Эти встречи сдружили нас, мы стали как одна большая семья», отметила она. – В нашем Обществе по ЮФО и СКФО порядка 300 тыс. членов».

В рамках фестиваля состоялась экскурсия по достопримечательностям республики. В этом году участникам посчастливилось увидеть красоту Голубых озер. Также состоялся межрегиональный совет на базе санатория «Чайка», в котором приняли участие руководитель центрального управления ВОИ Александр БУЛАТОВ и начальник общего отдела управления Юрий КОСАРЕНКО. На нем были обсуждены наиболее важные вопросы и намечены планы на ближайшее будущее. «В связи с проведением СВО работы у нас стало гораздо больше», - отметила О. Дронова. - Много ребят приходит к нам с поражением опорно-двигательного аппарата. Стараемся, чтобы никто не оставался без внимания. Все же основные задачи нашей организации – социальная реабилитация и абилитация инвалидов. Для этого у нас ежегодно разрабатывается и реализуется большой план мероприятий».

Алена ТАОВА.
Фото
Тамары Ардавовой

С сентября планируется обновленная система образования

Школы Кабардино-Балкарии планируют перейти на обновленную систему преподавания.

С сентября по всей стране образовательные программы будут синхронизированы с заданиями единых госэкзаменов. Количество контрольных и проверочных работ сократится. Они не будут занимать более десяти процентов учебного времени. Учителя смогут проще вести документацию - им останется заполнить до пяти видов отчетности.

Вводятся и ограничения времени на выполнение домашнего задания. Для младшеклассников установлены лимиты: первоклассники будут тратить на них не более часа, ученики вторых-третьих классов - до полутора часов, а четвероклассники - до двух часов в день.

Ангела ГУМОВА



В нашей республике фестиваль прошел во второй раз, а потому постоянные участники с радостью вновь посетили гостеприимный Нальчик.

В первый фестивальный день они собрались в Республиканской юношеской библиотеке им. К. Мечиева, чтобы порадовать друг друга своими находками и достижениями в творчестве. Поскольку фестиваль проходил в юбилейный 80-й год Великой Победы, выступления участников были посвящены героизму наших дедов, прадедов, а также участников специальной военной операции.

Гостей мероприятия поприветствовал председатель Кабардино-Балкарской организации Всероссийского общества инвалидов

Мадина БЕКОВА

Терпение

Рассказ

(из цикла «Уроки жизни для маленького Али»)



Али рос среди лошадей. Многие поколения его семьи занимались коневодством, передавая деятельность от отца к сыну. Однажды маленькому Али предстояло встать во главе семейного дела, но пока он лишь наблюдал за тем, как отец и дедушка справлялись с обязанностями, потихоньку черпая знания и вдохновение.

В один из ясных летних дней, когда мальчику только исполнилось восемь лет, он, как обычно, оседлал свой велосипед и отправился на ферму. В рюкзаке лежали лакомые, которые бабушка вручила ему в последний момент. Солнце жгло нещадно. «Ох, нана, разве в такую жару едят горячие лакомые?» - сетовал про себя Али, затормозив, чтобы перевесить рюкзак на руль. Надо бы дать понять даде, что этот железный конь ему уже мал. Нужен новый, побольше и с багажником, чтобы возить бабушкины гостинцы. Солнце пекло, мальчик крутил педали по проселочной дороге, которая тянулась до пастбища. От села и до места выгона дорогу продавали они - семья Шумаховых. За годы существования лошадиной фермы тропинка от колес телега и шин автомобилей превратилась в широкую утрамбованную дорогу. Али обычно нравилось ускоряться, выезжая за село, но сегодня он устал на солнцепеке, мешал тяжелый рюкзак, не было привычного ощущения подъема при приближении к конюшням. Только слабая радость мелькала, когда он думал о своем жеребенке. Али назвал его Боран, потому что дада утверждал: этот жеребенок будет быстрым, как ураган. Он еще питался молоком, но уже подавал большие надежды своими длинными ногами и бойким нравом. Али было обещано, что он сам будет его объезжать, поэтому мальчик с нетерпением ждал момента, когда станет полноправным хозяином скакового коня. А пока ему разрешили только чистить стойла и лошадей, иногда выгуливать наиболее спокойных из них. Бывало, Али устраивался рядом с дадой и включал все свое обаяние, выпрашивая резвого коня. Ведь он начал ездить верхом даже раньше, чем научился ходить. Мама рассказывала, как отец сажал его, полугодовалого, перед собой в седло и вручал вожжи. «Ты пытался жевать повод, - смеялась мама, - у тебя как раз росли первые зубки». Али, конечно, всего этого не помнил, но очень гордился своей маленькой историей. Считал, что растет как настоящий мужчина, и часто хвастал перед друзьями, как с колыбели учился ездить верхом. Мальчишки, разумеется, ему завидовали и старались подкололоть его как может. Прознав, что Али доверяют только старым и медленным лошадям, они подтрунивали над ним и говорили: «Может, ты и учился с пеленок, но ездом не стал». Али весь кипел, но ответить было нечего. Делал надменное лицо и заявлял, что отец и дедушка просто еще не нашли ему подходящего скакуна. А когда неожиданно дада позвал его в амбар и, указав на новорожденного жеребенка, сказал, что он принадлежит Али, счастьем мальчика не было

предела. Он хранил свою радость в секрете, терпеливо ожидая того дня, когда прискачет на своем Боране в село и будет гарцевать перед завистливыми друзьями. Мысль о будущем не давала ему добросовестно исполнять свои ежедневные обязанности. То и дело уносился мечтами в будущее и забрасывал чистку стойл и лошадей, заставляя деда хмурить седые брови. Али не знал, что отец хотел в наказание забрать его жеребенка, но дедушка не позволил. Считал, что наказание не будет иметь смысла, только нанесет обиду внуку. «Он должен научиться преодолевать лень, а забирать подарок обратно негоже», - сказал он сыну. Отец Али не стал возражать. Да и никакие возражений быть не могло: слово старшего - закон. Вопреки примеру многих, кто растерял уважение к старости и мудрости, семья Шумаховых скрупулезно следовала наследию предков. У них была четкая иерархия, где наверху пирамиды был дада, а почти внизу - Али. Ниже него была только его младшая сестренка. Мальчика раздражала перспектива быть послушным и исполнительным для всех и каждого, кто был в доме, поэтому иногда пытался командовать сестрой. Но без толку. Что взять с полуторагодовалой малышки? Али не сдавался и требовал то пульт ему подать, то поднять упавшую вещь. Сестренка чаще всего игнорировала его требования, все больше усугубляя печаль мальчика от своего «низкого» положения.

Как известно, физические неудобства усугубляют моральные, поэтому сегодня Али подыхал к воротам загонов в исключительно плохом настроении, прокручивая в голове все свои «беда». Недалеко от ворот дедушка разговаривал с одним из работников. Когда увидел внука, его лицо посветлело, но разговор не прервал. Али подошел, таща на плече тяжелый рюкзак, остановился немного в стороне, ожидая, пока на него обратят внимание, чтобы поздороваться. Ожидание затягивалось, мальчик начинал злиться. «Может же дада уделить мне пару секунд, я бы поздоровался и пошел дальше, в тень, выпить холодной воды и отдохнуть

перед чистой стойл, а он заставлял меня ждать на жаре», - размышлял Али, вытирая под козырьком кепки пот со лба. Жара казалась нестерпимой, а разговор мужчин бесконечным. Али повернулся спиной к дедушке и решительно отправился к стойлам. Он и сам не знал, как так получилось, и уже сожалел о содеянном, но поворачивать назад было поздно. Дедушка, конечно, заметил, что внук проявил к нему неуважение. Наказания не избежать.

Добравшись до воды и прохлады, Али не испытывал удовлетворения, да и отдыхать уже не хотелось. Глотнув воды из черпака в баке с водой и положив на стол лакомые, взял виллы и понуро пошел чистить загоны. По пути поздоровался с отцом, сгорая от стыда. Весь день ждал, что в проеме покажется осанистая фигура дады, пришедшего с наказанием, но его никто не трогал. К обеду Али не пошел за общий стол, к ужину тоже. Было стыдно показываться на глаза старшим, наверняка дедушка уже всем рассказал, какой у него непутевый внук. Не увидев сына за столом, отец отправился искать его. Али кормил Борана, сидя на корточках, и что-то ему рассказывал, а жеребенок увлеченно пил молоко.

- Там лакомые наны почти разобрала, пойдем, поешь.

Мальчик понял: отец не знает, что случилось.

- Я по дороге наелся, не хочется, - тихо ответил он. - Лучше закончу работу.

- Ну хорошо, смотри сам.

Отец ушел, а Али помрачнел еще больше. Что задумал дада?

- Пошли, негодник, - слышался его голос, заставив мальчика вздрогнуть. - Садись на коня.

Али вышел из стойла и увидел деда верхом на скакуне. В лучах заходящего солнца пожилой мужчина смотрелся как герой нартского эпоса. «Не хватает только черкески и кинжала», - подумал мальчик, невольно залобовавшись. Без возражений забравшись на коня, отправился следом за дадой. Лошади шли мирно, вечерняя прохлада приятно ложилась на плечи. Дедушка безмолвно покачивался на шаг впереди,

заставляя Али гадать, куда его ведут и зачем.

Наконец они остановились у раскидистого дерева посреди поля. Али слетел с коня, чтобы взять под уздцы скакуна дедушки и помочь ему спешиться.

- Погляди-ка, что в седельной сумке, - сказал дедушка. - Доставай все.

Али извлек бутылку с водой, большой кусок сыра и давно остывшие лакомые. Расстелив кусок ткани, разложил еду и стоя ждал, пока дада, который все это время стоял спиной к нему и наблюдал за уходящим солнцем, сядет за импровизированный стол.

В этот раз дедушка не заставил себя ждать. Присев, указал внуку рядом с собой и сказал:

- Садись и поешь со мной.

Али предпочел бы исчезнуть или провалиться под землю, но тихо сел и отломил кусочек лакума, который ему вручил дедушка.

- Дада, извини за проявленное неуважение, - тихо пробормотал он. - Я и сам не знаю, почему так сделал, мне очень стыдно.

Некоторое время мужчина молча жевал, затем похлопал мальчика по плечу.

- А я знаю, зачем ты так сделал, - сказал он. - Тебе было трудно ждать, не хватило терпения, и ты поддался импульсу. Но я увидел, что сожалешь, еще до того как ты сделал десять шагов. Уж очень виноватой была твоя спина. И когда ты не пришел поесть, я понял, что тебе стыдно. Ты мучился весь день и сам достаточно наказал себя, я считаю. Но если подобное повторится, тогда моя старая плетка познакомится с твоей спиной.

Угроза была шутиливой, но Али увидел жесткость в глазах деда и засомневался: действительно ли он шутил.

Сглатывая ком в горле, мальчик кивнул, опустив голову.

- Ты, конечно, молод, - продолжал дедушка, - и считаешь себя недооцененным. Думаешь, что достоин большего, чем чистка стойл. Но я тебе скажу так: ничто не вознаграждает так, как терпение. Если бы ты утром подождал еще пару минут, пока я закончу разговор, не страдал бы от мук совести и голода весь день. Так и в любом деле минута нетерпения превращается в часы неудобств, в неправильные решения и ошибки.

Не думай, что достигнешь возраста, когда не потребуются терпения. Сегодня я бы мог остановить тебя и отчитать, ответить оплеуху, но сдержался. Стерпел твою выходку и ждал до заката. И знаешь, я получил гораздо больше, чем от твоего наказания, - твое сожаление о содеянном. Это самое важное для меня.

Еще долго две фигуры под деревом исчезали вместе со светом уходящего дня. Дада говорил, Али внимал каждому его слову, мечтая однажды стать таким же мудрым и справедливым, как этот седовласый мужчина, который увел его в поле, накормил вопреки выходке внука, понял его даже лучше, чем он сам себя, и любил, наверное, тоже больше.

**Фотоколлаж
Тамары Ардаковой**



ЗНАЕМ ЛИ МЫ СВОИХ БЛИЗКИХ?

Жанна ГРИГОРЯН признается, что любовь к детективному жанру впитала с детства благодаря отцу. В семейной библиотеке были все истории о Шерлоке Холмсе и Эркюле Пуаро. Отец с дочерью устраивают друг другу детективные квесты на день рождения, а уж если выходит в свет достойная литературная новинка в любимом жанре, обязательно читают и делятся впечатлениями.

— Не задумываясь, взяла бы на необитаемый остров роман Хавьера МАРИАСА «Берта Исла». Одно из произведений, которое, уверена, попадет в список лучших книг первой четверти XXI века.

«Какое-то время она не была уверена, что ее муж — это ее муж». Так интригующе начинается невероятно увлекательный роман «Берта Исла». Неповторимый стиль автора захватывает внимание с первых страниц, и, поверьте, оно будет вознаграждено. «Шпионская» часть романа невелика. Автор виртуозно раскрывает правду повседневной жизни агента спецслужб.

Конец 1960-х годов. У власти в Испании находится диктатор Франсиско Франко. Главная героиня произведения Берта Исла — смуглая красавица, сдержанная, аристократичная и спокойная. Еще в мадридской школе она влюбляется в Томаса Невинсона — сына испанки и англичанина. Естественно, надо сказать. После школы Берта поступает на филологический факультет и остается в Мадриде, а Томас благодаря выдающим лингвистическим способностям и протекции отца принимает в Оксфорд. «Во времена поступления в Оксфорд Томас уже безупречно владел большинством наречий, диалектов и говоров двух своих родных языков и мог скопировать характерные акценты, интонации и произношение, почти безупречно говорил по-французски и довольно бойко по-итальянски». Во время учебы в университете Томаса вербует британская разведка, которая считает, что его способно-

• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

сти сделают из него отличного агента. Вернувшись в Испанию, он женится на Берте, но его работа заставляет вести двойную жизнь. Все приходится держать в тайне, в первую очередь от жены. Секреты порождают секреты, и вскоре их брак превращается в игру взаимного обмана. Основная часть повествования ведется от лица Берты. Она расскажет и о знакомстве с Томасом, и о свадьбе, и о своей жизни, прошедшей в основном без Томаса и в тревоге за него. Ее глазами мы видим Фолклендскую войну и беспорядки в Белфасте, кровавые теракты и расправы толпы над беззащитными, многолетний цикл ненависти и мести.

Роман не похож на банальные шпионские триллеры, философские размышления о природе человека и морали сочетаются в нем с глубоким знанием истории и мировой политики.

Много литературных отсылок — к ШЕКСПИРУ, БАЛЬЗАКУ, Натаниэлю ГОТОРНУ, упоминается даже Одиссей — он тоже добирался домой десять долгих лет. Они вводятся автором для того, чтобы подарить читателю увлекательные беседы и интеллектуальную игру. Конечно, главное внимание уделено Берте — женщине, оставшейся на многие годы без мужа, ее бесконечным тревогам за себя и за детей, когда она, не зная, жив ли Томас, терзается сомнением, которое разрушает отношения и разъедает чувства. Автор проявляет большой интерес к природе человека, задает вопросы о том, как мы взаимодействуем друг с другом и воспринимаем себя.

Это удивительный, тонкий, глубокий, интеллектуальный, психологически точный и выверенный роман о любви, преданности, одиночестве, надежде и постоянном ожидании. О судьбе близких, которые посвящают свою жизнь работе в спецслужбе, о том, что может выдержать красивая, умная и любящая женщина и как одно решение может поменять жизнь на 180 градусов.

Роман превращается не только в мощный способ исследования человека, но и захватывающее размышление о психологических издержках скрытых от постороннего взгляда сил государства. Сотни страниц пролетают незаметно, и хочется продолжать. Эта книга — часть трилогии, следующая часть называется «Томас Невинсон». Обязательно продолжай знакомство с творчеством автора.

Лилиана ШОРДАНОВА.

Фото

Тамары Ардавова

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



КЛУБНИЧНЫЙ СЕЗОН

Конец мая — самое время для рецептов из клубники. Чаще всего из ягоды делают варенье или ее замораживают. Но не стоит отказывать себе в удовольствии попробовать десерты из клубники. Классические пироги, торты, нежнейший мармелад, печенье с клубникой, курд, маффины, клубничное суфле. Всем этим и многим другим можно порадовать своих родных из ароматной ягоды. А поможет нам в этом Вероника КЖАНТОВА из Нальчика.

БЛИННЫЕ РУЛЕТКИ С НАЧИНКОЙ

Творог в сочетании с клубникой творит чудеса. Он получается нежным, ароматным и очень вкусным. Такой крем можно использовать в качестве начинки для разнообразной выпечки.

Ингредиенты: 180 г муки, 300 мл молока, 300 мл кипятка, 3 ч. ложки сахара, 1 щепотка соли, 2 ст. ложки растительного масла + 3 ст. ложки для обжаривания, 500 г творога, 300 г 20-процентной сметаны, 300 г клубники, 5 ст. ложек сахарной пудры, 2 яйца.

Способ приготовления. Творог лучше брать девятипроцентной жирности и выше, тогда начинка будет нежной и без выраженной кислинки. Сметана должна быть густой, обязательно свежей, как и творог. Ягоды клубники нужно выбирать спелые, но твердые. Переспевшая или раздавленная клубника может испортить десерт. Клубнику сразу хорошо промыть и обсушить. Количество сахарной пудры для крема зависит от ваших предпочтений и от спелости ягод клубники.

Вбить яйца в глубокую миску, добавить сахар, соль и перемешать венчиком до однородности. Влить молоко и еще раз хорошо перемешать. Просеять всю муку в жидкую массу, постепенно помешивая. Тесто должно быть без комочков. Аккуратно влить стакан кипятка. Затем в однородную массу добавить растительное масло и еще раз перемешать. Румяность самих блинчиков зависит от количества сахара в тесте и растительного масла. Пожарить блинчики, периодически смазывая блинницу маслом. С этой порции теста получается 20 блинчиков диаметром 24 см.

Взбить творог вместе со сметаной до образования крема. Можно сделать это в чаше измельчителя или погружным блендером. Самое главное — взбивать творог как можно дольше, чтобы не осталось крупинки. Творожный крем должен быть воздушным и нежным. Затем добавить сахарную пудру по вкусу. Два блинчика положить друг на друга. Сверху смазать творожным кремом и присыпать 슬라이сами клубники. Завернуть края и аккуратно завернуть блинчик в рулетик. Должно получиться десять рулетиков. Присыпать рулетики сахарной пудрой и украсить ягодами клубники. Можно сразу подавать к столу или поставить на час в холодильник, тогда крем внутри блинчика застынет.

ПИРОГ «БЛОНДИ»

Ингредиенты: 150 г белого шоколада, 120 г сливочного масла, 80 г сахара (50 г — в тесто, 30 г — в клубнику), 50 г тростникового сахара, 3 яйца, 230 г муки, 150 г клубники, 1 ч. ложка кукурузного крахмала, 2 ст. ложки воды, 1 ст. ложка бальзамического уксуса.

Способ приготовления. Разогреть духовку до 180 градусов. Подготовить прямоугольную форму для выпечки: застелить ее пергаментом и смазать маслом. Растопить сливочное масло с белым шоколадом (110 г) в микроволновой печи короткими импульсами по 20 секунд и слегка остудить. Остальной шоколад (40 г) порубить ножом на небольшие кусочки. В большой миске соединить шоколадно-масляную смесь, сахар (50 г), яйца и перемешать до однородности. Просеять муку в ту же миску и перемешать до однородности. Добавить рубленый шоколад и перемешать еще раз. Выложить тесто на подготовленный противень.

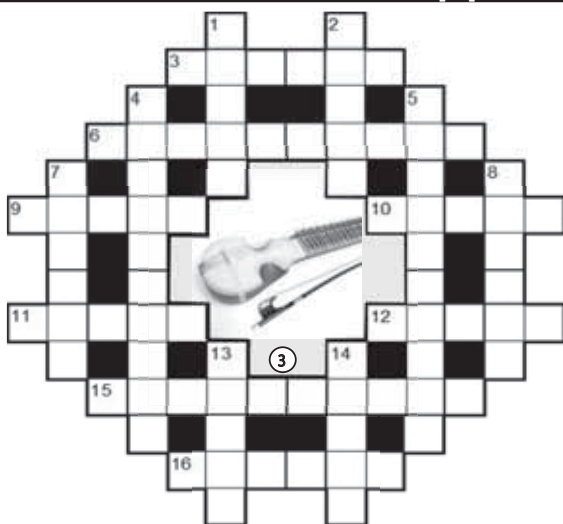
Приготовление начинки. 150 г клубники (я взяла замороженную) отправить в сотейник вместе с сахаром (30 г). Довести до кипения и варить, пока ягоды не станут мягкими. Если у вас ягоды свежие, к ним необходимо добавить одну столовую ложку воды, чтобы клубника не пригорела. В одной столовой ложке холодной воды развести крахмал, хорошо размешать, чтобы не было комочков, вылить тонкой струйкой в ягоды и проварить еще три минуты до загустения. Получится очень похожая на варенье масса. Добавить одну столовую ложку бальзамического соуса и проварить минуту, выключить и немного остудить.

Столовой ложкой взять клубничное варенье и положить его поверх теста. При помощи зубочистки сделать «вихрь», то есть разводы. Выпекать в течение 30 минут, время приблизительное. Проверять готовность зубочисткой, она должна выходить из теста сухой.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.

Фото Тамары Ардавова

КРОССВОРД



Отвечайте на кроссворд
По горизонтали: 3. Эсрадж. 6. Изнамбаза. 9. Ампер. 10. Динос. 11. Берсо. 12. Стела. 15. Дарданеллы. 16. Яблоны.
По вертикали: 1. Устав. 2. Ароба. 4. Узбекистан. 5. Избиратель. 7. Амагер. 8. Гоголь. 13. Слоба. 14. Банну.

По горизонтали: 3. Индийский струнный смычковый инструмент с двадцатью струнами. 6. Линия величины тектонических движений на карте. 9. Единица измерения силы электрического тока. 10. В классической археологии крупный сосуд с полукруглым туловом, керамический или металлический. 11. Небольшой павильон, легкая беседка. 12. Вертикальная мемориальная плита. 15. Пролив, соединяющий Мраморное и Эгейское моря. 16. Род листопадных деревьев и кустарников семейства розовых с шаровидными сладкими или кисло-сладкими плодами.

По вертикали: 1. Свод правил. 2. Сырцовый кирпич из глины с добавлением резаной соломы, костры, мякны. 4. Государство в Азии. 5. Единица электротока. 7. Разновидность белокожаной капусты. 8. Этот писатель с удовольствием сам на досуге кроил себе батиновые платки и чинил шинели, а друзей любил угощать самодельными гаушками. 13. Калорийная выпечка. 14. В египетской мифологии птица — аналог феникса.

Составила

Фатима КАРАЦУКОВА



БЕЛОСНЕЖНЫЙ ШПИЦ С СЕРДЦЕМ ЛЬВА

• НАШИ ПИТОМЦЫ

гда даже ночью. Поскольку он белоснежный, как маленькое облачко, приходится купать часто.

Для меня единственный минус этой породы - линька. В это время убираю квартиру несколько раз в день. Даже при регулярном вычесывании шерсти на полу много. Коготки подстригаю раз в два месяца. Зубы чищу ему каждый вечер, использую специальную зубную щетку и гель. От клещей обрабатываю каждый месяц с апреля по октябрь. Стенли очень общительный и легко обучаемый. Знает много команд, сейчас учим его петь. Он любит национальные песни и классическую музыку.

Гулять может два часа без усталости. Однажды мы гуляли дольше обычного, и Стенли лег на землю, не реагируя на команды и уговоры. Пришлось взять его на руки и всю обратную дорогу нести домой. Хорошо, что весит всего около трех килограммов.

В еде иногда привередлив, но мне это даже нравится. Хочется удивлять его чем-нибудь вкусным. Ест овощи, фрукты, любое мясо, печень трески и сыр по настроению. Особенно любит сладкое, но мы стараемся максимально ограничивать его в этом. Если кто-то из домашних ест шоколад, он сразу делает жалобные глаза и начинает скуливать. Не всегда могу устоять перед его обаянием, поэтому не приношу сладкое домой. Даем ему консервы для собак и сухой корм только от одного производителя. От других кормов он отказывается,

даже если оставить их в миске на несколько дней. Однажды я провела эксперимент: насыпала в его тарелку сухой корм от разных производителей и смешала. Он доставал кусочки по одному, некоторые съедал сразу, а другие убирал в сторону и больше не притрагивался к ним. Еще он любит прятать сухой корм за щеками, как бургундук, хотя никто у него его не отбирает. Днем спит под кроватью или в шкафу, дверцу которого сам не может открыть, начинаю просить нас об этом, подбегая то ко мне, то к члену семьи, то к шкафу. Теперь мы никогда не закрываем ее полностью. Но ночью любит отдышать строго в своей лежанке.

Стенли тонко чувствует мое настроение. Когда мне грустно, становится ласковым, как кот. Часто просит поиграть вместе с ним, принося свои игрушки и кладя их у моих ног. Не любит одиночества, если долго не уделять ему внимания, начинает грызть что-то запрещенное, таким образом привлекая к себе внимание. Несмотря на свои размеры, ведет себя как крупная порода. Это маленький пес с львиным сердцем. Во время прогулок мы часто встречаем молса по кличке Эльза, которая стала его другом. Однажды ее обидела немецкая овчарка, и Стенли, не дожидаясь нашей реакции и хозяев собаки, бросился защищать подружку, напал на обидчицу сзади и укусил за хвост.

Стенли приносит радость в нашу семью. Теперь уже не представляю своей жизни без этого пушистого хулигана.

Арнелла КУДАЕВА



САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ЦИРК-ШАПИТО «ТОРНАДО» С ПРОГРАММОЙ «МЕДВЕДИ И БУЙВОЛЫ» - В НАЛЬЧИКЕ

В рамках благотворительной акции администрации цирка предоставила 160 бесплатных билетов для детей из многодетных малообеспеченных семей, состоящих на учете в ГКУ «Республиканский комплексный центр социального обслуживания населения» - филиал по г.о. Нальчик.

Дети и сопровождающие их взрослые с удовольствием посмотрели цирковое представление, - рассказывает специалист по социальной работе Центра соцобслуживания Антонина НАУМОВА. - Для многих это стало возможностью весело и с пользой провести время. Что еще нужно детям для хорошего настроения?! Мы благодарны адми-

нистратору цирка Сергею КУРИСЬКО и артистам за столь щедрый подарок нашим детям».

Программа «Медведи и буйволы» с участием заслуженных артистов России - это синтез номеров с дрессированными животными и классических цирковых жанров в современной интерпретации под куполом шапито с использованием новейшего мультимедийного оборудования.

Артисты постарались доставить зрителям массу положительных эмоций. Даже взрослые на некоторое время погрузились в мир детства, радуясь происходящему. Цирк - это всегда радость, веселье и восхищение.

Лана АСЛАНОВА

ПОВЕДЕНИЕ КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА ОТРАЖАЕТ УРОВЕНЬ ЕГО ВОСПИТАННОСТИ

• ЗА РУЛЕМ



Я заметила такую закономерность. Каждую неделю или через две стоимость бензина повышается на 10-30 копеек. Сначала это кажется незначительным, но со временем становится заметным. Раньше не придавала значения стоимости топлива на АЗС, главное было - заправить машину. Пока не заметила, что приходится чаще заправляться. Прежде мне хватало топлива, чтобы проехать определенное расстояние, теперь же этого количества не хватает. Друзья посоветовали не придавать значения показаниям на заправочных станциях и следовать их рекомендациям в этом вопросе. С другой стороны, есть и хорошая новость: китайские автомобили с пробегом, которые пользуются большим спросом в нашей стране, подешевели на 3,5 процента.

Недавно увидела машину, из окон которой пассажир высунул ногу. Считаю это проявлением бескультурья. Попыталась найти оправдание этому человеку, но не смогла: только если у него не болят ноги. Но, согласитесь, при боли в конечностях человек не станет класть одну ногу на другую. Могу понять это только в случае, если человек путешествует, его ноги затекли, а остановиться нет возможности. Или каждый ведет себя по мере своей воспитанности. Хотя и в этом случае это нарушение правил дорожного движения, за которое предусмотрен штраф в размере тысячи рублей. Его должен будет заплатить водитель, то есть собственник машины. А если за таким поведением замечены дети или другие несовершеннолетние, штраф составит три тысячи рублей.

ИЗМЕНЕНИЯ В ПРАВИЛАХ

Минздрав РФ с 1 сентября предупреждает, что ужесточит проверку водителей на опьянение. Кроме алкотестера, вводится анализ мочи на наркотики и психотропные вещества, а также обязательный осмотр врачом. Мне стало интересно: сколько нужно подождать после употребления спиртных напитков прежде чем сесть за руль?

Ни для кого не секрет, что алкоголь влияет на время реакции водителя. Он реагирует на внешние факторы в четыре-шесть раз медленнее трезвого водителя и рискует совершить ДТП. Так, бокал пива крепостью четыре процента будет выветриваться 2,5 часа. Дольше выводятся из организма цветные напитки - коньяк, виски, крепкие коктейли. При прочих равных условиях разница составляет около получаса. Бокал шампанского крепостью одиннадцать процентов выветривается примерно через два часа, 0,5 литра - только через пять-восемь часов. Чтобы стопка водки не отразилась на алкотестере, должно пройти минимум 3,5 часа. После приема 100 миллилитров коньяка за руль нельзя садиться пять-шесть часов, а после 0,5 литра - не раньше чем через 22 часа.

ПЕРЕД ПОЕЗДКОЙ ЗА ГРАНИЦУ НУЖНО ОБНОВИТЬ ПРОСРОЧЕННОЕ ВОДИТЕЛЬСКОЕ УДОСТОВЕРЕНИЕ

Хочу напомнить, что автоматически продленные на три года российские права действуют только внутри России. За границей управлять автомобилем с такими правами нельзя - они считаются недействительными. Нарушителей будут штрафовать по законам той страны, где произошло нарушение. О возможности использовать продленные национальные права лучше уточнить в консульстве страны, в которую планируется поездка.

ОСТОРОЖНО: АВТОМОБИЛЬ В ВОЗДУХЕ

Я бы согласилась полетать на автомобиле даже с недействующими водительскими правами - была бы просто пассажиром и не высывала бы ноги из окна. Словацкая компания Klein Vision создала летающий автомобиль AirCar 2. На видео видно, как машина летит, а после посадки складывается «крылья» и свободно едет по дороге. Компания планирует начать продажи в следующем году. Цена начинается от 67,1 миллиона рублей. Максимальная скорость в воздухе - 250 километров в час, на земле - 200 километров, запас хода в полете - до 1000 километров.

В БУДУЩЕМ ТАКСИ БУДЕТ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ОТЕЧЕСТВЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА

Госдума приняла закон: с 1 марта 2026 года такси смогут использовать только отечественные автомобили. Закон коснется только новых автомобилей, закупленных в таксопарки. Это приведет к росту цен на такси примерно на 30 процентов. Иномарки, работающие сейчас или купленные и занесенные в реестр до 1 марта 2026 года, смогут работать в такси до списания, при этом должны проходить ежегодное техобслуживание.

Как говорится в фильме Леонида ГАЙДАЯ «Бриллиантовая рука», наши люди в булочную на такси не ездят. Теперь эта фраза будет звучать иначе - наши люди ездят на такси только на отечественных автомобилях.

Удачи на дорогах!

Ангела ГУМОВА.

Фотоколлаж Тамары Ардавовай

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

И.о. главного редактора
А.Х. КАРАТЛЯШЕВА

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 1353. Заказ 1068.
Время подписания в печать
по графику - 18.00
Фактически 20 мая в 17.00
Индекс - 31222

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

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