

№ 27 (1348)

2 июля 2025 г.

Издается с 1993 г.

Горянка



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-
версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

БУДЕМ ЗНАКОМЫ



Людмила КАЛАБЕКОВА,
основатель бюро
дизайна интерьера
«КАЛАБЕКОВА»
и школы интерьера
«ВСЕГДАДИЗАЙН»

С. 12

С. 11

**КАБАРДИНО-
БАЛКАРИЯ
ОТМЕТИЛА
ДЕНЬ МОЛОДЕЖИ**



С. 14

**ОТРАЖАЯ
ОПАСНОСТЬ**



С. 15

**ВРЕМЯ
ПОВЕРИТЬ
В ЛУЧШЕЕ**



С. 16

**ПОЛЕЗНЫЕ ДЕСЕРТЫ:
СЛАДОСТЬ
БЕЗ ВРЕДА
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ**



СТАВИМ ПЕРЕД СОБОЙ АМБИЦИОЗНЫЕ ПЛАНЫ

ГОРДИМСЯ ИМ

Нас объединяло и объединяет глубокое понимание высочайшей значимости того исторического этапа, через который проходит Россия, тех масштабных целей, которые стоят перед нашей страной, общей ответственности за судьбу Отечества. Эти чувства служат надежной опорой участникам специальной военной операции. Среди тех, кто сегодня самоотверженно сражается за безопасность и суверенитет России, - верные сыны Кабардино-Балкарии. С честью выполняя свой воинский долг, уверенно решая поставленные боевые задачи, они проявляют мужество, стойкость и героизм. Мы гордимся ими, восхищаемся их мужеством и отвагой. К великому сожалению, не обходится без потерь. Память о наших доблестных воинах, отдавших свою жизнь за Родину, навсегда сохранится в наших сердцах. На новые вызовы жители республики отвечают сплоченностью, гражданской ответственностью и солидарностью.

ПОЛОЖИТЕЛЬНАЯ ДИНАМИКА СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

По предварительным данным, объем валового регионального продукта достиг 325,5 млрд рублей с темпом роста к уровню 2023 года 105 процентов. Индекс промышленного производства составил 121,4 процента, темпы роста производства сельскохозяйственной продукции - 106,6 процента, инвестиций в основной капитал - 110,4 процента, объем работ в строительстве - 107,2 процента. Оборот розничной торговли сложился в объеме 325,6 млрд рублей, или 107,2 процента к уровню 2023 года. Платные услуги, оказанные населению, сегодня составляют 65,8 млрд рублей, или рост порядка 110 процентов.

Реальные денежные доходы населения в 2024 году составили 108,7% к уровню предыдущего года. Размер среднедушевого денежного дохода населения достиг 45 443 рубля, это за последние пять лет ровно в два раза выше. Почему заостряем внимание на этом? Мы не просто по темпам роста достигли хороших результатов. Это один из лучших показателей в Северо-Кавказском федеральном округе именно в денежном выражении, чего у нас не получалось в предыдущие пять лет.

В предстоящий период мы должны сделать все для того, чтобы сохранить эти темпы, сохранить реальный рост доходов населения. Конечно, мощным драйвером для социально-экономического развития стали национальные проекты, в рамках которых было многое сделано для социальной сферы и повышения качества жизни людей. В текущем году Кабардино-Балкария участвует в 12 национальных проектах, на что будет направлено порядка 10,6 млрд рублей.

ПОДДЕРЖКА СЕМЕЙ С ДЕТЬМИ

На поддержку семей с детьми в истекшем году выделялись средства по семи видам единовременных, квартальных и ежемесячных пособий. Поддержка семей

Глава КБР Казбек КОКОВ обратился к Парламенту республики с ежегодным Посланием, в котором подвел итоги в различных сферах социальной и экономической жизни Кабардино-Балкарии и обозначил цели и приоритеты в ближайшую перспективу.



осуществлялась и через выплаты единого пособия, общий объем которого в прошлом году составил порядка 36 млрд рублей. Через отделение Социального фонда выплаты получили 110 тысяч семей, или 174 тысячи детей.

Особое внимание уделяем поддержке многодетных семей. Шаги, предпринятые в прошлом году на федеральном уровне, мы дополнили региональными мерами. В частности, удвоили выплаты на улучшение жилищных условий для многодетных семей с 250 до 500 тысяч рублей, а с 1 сентября 2024 года им в полном объеме компенсируются затраты на содержание детей в государственных и муниципальных детских садах.

Продолжаем создавать условия для качественного отдыха и оздоровления детей в местных лагерях, создаем и строим новые детские лагеря. В период летней оздоровительной кампании прошлого года на базе 34 учреждений отдохнули более 7,5 тысячи детей, в том числе оставшихся без попечения родителей, детей участников СВО, детей, попавших в трудную жизненную ситуацию. Наша задача - и в этом году не снижать эти темпы, чтобы на этом же уровне, а если получится, и больше детей прошли у нас через детский оздоровительный отдых.

На благополучие семей, создание условий для того, чтобы в семьях рождалось больше детей, существенное влияние оказывает качество социальной сферы. А это не только выплаты на ребенка, но и дополнительные возможности в системе здравоохранения, образования, в спорте, культуре, досуге и отдыхе.

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

С начала действия нацпроекта «Здравоохранение» в Кабардино-Балкарии капитально отремонтировано 31 поликлиническое учреждение, реконструировано и построено семь объектов. Закуплено 306 единиц современного оборудования, приобретены 94 единицы санитарного автотранспорта. В прошлом году велось строительство девяти объектов первичного звена здравоохране-

ния, осуществлен капитальный ремонт десяти объектов. В медицинские организации поставлено 66 единиц современного медицинского оборудования. Продолжилось строительство нового здания Онкологического диспансера. Буквально недавно введена в эксплуатацию крупнейшая в регионе современная поликлиника с мощной амбулаторной и диагностической базой, что придаст импульс развитию всей терапевтической службы первичного звена системы здравоохранения республики.

В 2025 году завершится строительство зданий амбулаторий в сельских поселениях Белая Речка, Кенже, Нижний Черек, Старый Черек, Светловодское, Дейское, Красносельское и Куба-Табла. Закончится капитальный ремонт педиатрического отделения республиканского детского клинического многопрофильного центра в Нальчике, детской поликлиники в Нартакале, стационара районной больницы в Баксане, амбулатории в селе Кенделен и поликлиники в городе Тырныаузе. Намечен капитальный ремонт участковой больницы в Верхней Балкарии, амбулаторий в Жемтале и Верхнем Куркужине. Завершается ремонт Кардиоцентра, будет и новое приемное отделение.

ОБРАЗОВАНИЕ

В 194 школах открыты центры образования «Точка роста», функционируют шесть кванториумов, в том числе четыре школьных, один мобильный и один технопарк «Кванториум» в детской академии творчества «Солнечный город». Создано свыше 46 тысяч новых мест дополнительного образования детей, 265 школ оснащены материально-технической базой для внедрения цифровой образовательной среды. В текущем году в десяти новых школах начнется учебный процесс - это свыше 5600 мест. В предстоящие три года намечен капитальный ремонт в 70 школах.

В Нальчике стартует проект (важная тема!) госпитальных школ России «Учим. Знаем». В отличие от других регионов здесь образовательные возможности будут доступны не только детям, находя-

щимся на лечении более 21 дня, но и пациентам с более короткими сроками терапии. По предварительным данным, это позволит обеспечить обучение не менее четырех тысяч детей.

За последние пять лет было построено 55 детских садов. Но потребность в дошкольных местах ежегодно растет. В ближайшие три года намечено построить восемь детских садов, из них четыре - в новых микрорайонах Восточный и Мей в Нальчике. Новые детсады появятся в Баксане, Баксаненке, Кенделене и Старом Черке. Будет капитально отремонтировано 17 детсадов.

ПРОРЫВНЫЕ ПРОЕКТЫ

Важнейшая задача на предстоящий период - обеспечить дальнейшее повышение темпов роста экономики. Важная роль в достижении этой цели отводится реализации крупных проектов. Это прорывные проекты, утвержденные Правительством Российской Федерации: развитие горного курорта Эльбрус, производство овощей закрытого грунта в Чегеме, Тырныаузский обогатительный горнорудный комбинат, ИТ-парк, новые микрорайоны Мей, Восточный, строительство гидроэлектростанций, новые крупные инвестиционные проекты - создание агротехнопарка и современного комплекса по производству птицы, а также развитие курорта Нальчик.

В легкой промышленности мы добились серьезных результатов. И не подумайте, что швейное производство - это швейная машинка. Нет. Сегодня создаются высокотехнологичные места. Следующие будут еще более высокотехнологичными. Также мы в активной фазе создания предприятий по производству текстиля. Хотим здесь свою нишу занять.

Как и прежде, особое внимание будет уделяться у нас сельскому хозяйству как одной из ключевых отраслей экономики. За последние пять лет физический объем продукции вырос на 50 процентов.

Мы ставим перед собой амбициозные планы. Все для этого у нас есть. В первую очередь это трудолюбивый, целеустремленный, талантливый народ Кабардино-Балкарской Республики. Что необходимо? Необходимо объединить наши усилия, всех ветвей власти - Парламента, Правительства, муниципального уровня, особо выделяя муниципальный уровень - много задач решается на земле. Объединить усилия общества и власти, приложить к этому нашу волю и решительность - мы всего добьемся. Но самое главное - наши предки завещали нам лозунг - «Мир, единство, согласие!». Самой большой ценностью для нас является наше единство. И пока мы едины, добьемся всех целей. Мы обеспечим благополучие будущим поколениям. Еще раз благодарю депутатов за совместную работу, которую вы проводите, причём не только Парламента, но и всех уровней, глав районов и сельских поселений, Правительство республики за проделанную работу. Нам предстоит сделать еще больше, мы знаем, где у нас недоработки, вместе сумеем все.

Ольга КАЛАШНИКОВА.
Фото пресс-службы Главы
и Правительства КБР

ОДОЛЖИ МНЕ, ПТИЦА, КРЫЛЬЯ

ОН, ОНА И СЕСТРА-ДВОЙНЯШКА
- Я и моя сестра-двойняшка Марина родились в городе Прохладном. Детство до первого класса прошло без отца, потом мама вышла замуж и в семье появились отчим - Иван Денисович, - вспоминает Екатерина Быч. - После школы училась в Саратовском железнодорожном техникуме и работала на станции Прохладная агентом АФТО (Агентство фирменного транспортного обслуживания). Оно обеспечивает полный цикл взаимодействия с клиентами при формировании и исполнении заказов на перевозку грузов, а также осуществляет договорную работу с экспедиторскими организациями, собственниками железнодорожного подвижного состава и другими участниками транспортного рынка. Когда вышла на пенсию, нашла другое занятие по душе - любовь к детям привела в янтарненскую среднюю школу, где работаю дежурным по режиму.



Екатерина Васильевна и Николай Алексеевич Быч вместе уже 46 лет. Вся их жизнь связана с селом Янтарным Прохладненского района (почему оно получило такое название, хотя янтарь там не добывают, - отдельный разговор). Трое детей уже выросли, а один из них, в прошлом морпех, уже третий год на СВО. Было все: ранение, контузия и госпиталь. При этом Екатерина Васильевна говорит, что у нее никогда не бывает депрессии: помогают сложные самой стихи и молитва.

В Янтарное мы переехали, когда училась с сестрой в восьмом классе. С будущим мужем Николаем были одноклассниками. После школы он ушел в армию, служил в Германии танкистом, но ждать его я не обещала. Мыслей даже не было, что свяжу свою судьбу с ним, в то время у меня были другие планы на жизнь. Николай немного ухаживал за моей сестрой, а когда вернулся из армии, пригласил меня с подружкой на встречу, потом пошел проводить и «провожает» до сих пор. Вместе мы уже 46 лет. Николай местный, родом из Янтарного. В молодости мечтал выучиться и работать учителем физкультуры, однако при поступлении не добрал несколько баллов и пошел работать водителем, но спорт не оставлял. В свое время даже побывал в Москве на Олимпиаде сельских спортсменов и вернулся оттуда с призами. наших детей к спорту тоже приучал.

На работе тоже занимал призовые места, в том числе на уборке урожая. Ходил туда всегда в белой рубашке и светлых брюках. Представьте, ему на уборочную сначала свекровь, потом я наглаживали эту одежду. Как-то, помню, приехала в село комиссия, так приняла его за директора и долго пожимала руку.

Потом Николай возил школьников на автобусе. Там всегда были чистота и порядок. Дети его очень любили.

ЭТОТ ДЕНЬ НИКОГДА НЕ ЗАБУДУ
- У нас трое детей - Елена, Алексей и Андрей. Они взрослые, давно обзавелись своими семьями и разъехались по стране. Алексей уже три года находится в зоне СВО. Служил в элитных войсках морской пехоты в Севастополе и вернулся из армии старшим сержантом. С семьей жил в Серпухове Московской области, работал водителем в одной из торговых сетей, в 42 года его призвали по мобилизации.

Имеет медаль «За боевые отличия», которой награждаются военнослужащие за проявленные мужество, отвагу и самоотверженность в боевых условиях, а также за успешное выполнение задач в условиях, сопряженных с риском для жизни. Получил осколочное ранение в руку и контузию, мы ездили к нему в Ростовский госпиталь, чтобы навестить. Этот день я никогда не забуду, как мы шли навстречу друг другу и потом крепко обнялись.

После госпиталя Алеша приехал к нам, все собрались за столом, чтобы отме-

тить это событие. Он тогда сказал: «Меня спасла ваша молитва, когда жестокая шла битва». Он был в окопе, и снаряд упал буквально в метре от того места. Его присыпало землей, но рации смог вызвать помощь. Алеша у нас очень душевный, добрый и светлый человек. Всегда все замечает и подбирает подходящие слова. По утрам всегда присылает мне сообщения: «Здравствуй, моя любимая мамочка, разве можно тебя с кем-то сравнить, ты у нас самая лучшая!» Мы все как можем поддерживаем своего бойца и всех, кто сейчас там. Каждый вечер дома в одно и то же время читаем молитву за наших воинов. Много делает для участников СВО жена Алексея - Ольга, регулярно собирает и передает гуманитарную помощь и необходимое оборудование.

Старшая - Елена живет с семьей в Саратове, работает менеджером в компании. У младшего сына - Андрея семья в Ессентуках. Андрей развивает свою фирму, занимается извозом. У нас четверо внуков. Старший, Арсений, - лучший бомбардир Московской области по футболу, отслужил в армии, Захар, Никита и Данил еще учатся.

Моя мама - Валентина Васильевна ЗАХАРЧЕНКО хорошо пела, знала много стихов, частушек, прибауток и читала нам, память у нее была прекрасная. Прожила достойную жизнь, работала в совхозе комбайнером, ее работу часто отмечали, присваивая первые места. Ушла из жизни в возрасте 91 года, оставив после себя добрую память. Мама и бабушка были терскими казачками. В роду у них много героев, знаменитый Арсений ГОЛОВКО - двояродный дядя мамы.

СПАСАЕТ ЛЮБОВЬ К ДЕТЯМ И СТИХАМ

- Наша дочь Елена говорит: «Мама, ты у нас стойкий оловянный солдатик, все выдержишь». Меня, наверное, спасает любовь к детям и стихам. Плохо мне или хорошо, беру бумагу и пишу стихи. Это меня возвращает к жизни. Наверное, поэтому у меня не бывает депрессии, сразу расправляю крылья.

В юности любила писать прозу и рисо-

вать, но к стихам не было склонности. А лет пятнадцать назад начала сочинять рифмованные поздравления к различным праздникам и событиям. С каждым годом все больше погружалась в поэзию, стихи стали лучше получаться. Когда перечитываю их на следующий день, не верю, что смогла такое написать. Даже во сне приходят какие-то строчки, как будто кто-то мне их подсказывает. Сразу делаю набросок, а утром рождается стихотворение. Иногда смотрю телевизор, там какое-то слово или фраза особенно запоминается, после чего возникает мое новое творение.

Стихотворений много, но есть одно любимое:

*Одолжи мне, птица, крылья,
Чтоб к сыночку полететь.
Мне поможет Божья сила
В небо синее взлететь.*

*Одолжи хоть на денечек,
Я к закату ворочусь.
Посмотрю, как мой сыночек,
И к груди его прижмусь.
Одолжи, и мне не страшен
Шквальный ветер на пути.*

*Мой сынок стоит на страже,
Чтобы мир от нечисти спасти.*

У меня много стихов, посвященных теме православия. Пишу о войне, о любви и о природе. Есть у нас в Янтарном музыкант Олег ШАТОВ, он часто ведет различные мероприятия - свадьбы, праздники. На одно из моих стихотворений под названием «Идем к Победе!» он написал музыку, и получилась хорошая песня. Это очень вдохновляет.

Несколько лет подряд на всех праздниках выступаю от имени жителей села, читаю свои стихи. В клубе веду концерты. Выступаю с танцевальной группой. Недавно была в Пролетарке на конкурсе, заняли одно из призовых мест. Сейчас готовим новую программу. Очень люблю рисовать и фотографировать, особенно природу. Посещаю группу здоровья. В общем, в свои 68 лет чувствую себя примерно на 45.

Сестра-двойняшка всегда была для меня примером: спортсменка, заводила, училась лучше меня, была моей звездоч-

кой и гордостью. Когда после десятого класса мы с ней поехали учиться в Саратов, я поступила в техникум, так как у меня было несколько троек в аттестате, а она - в политехнический институт. Всегда брала с нее пример, а сама была тихой и скромной. Потом уже расправила крылья, и для меня стало понятно, что главное в жизни. В первую очередь нужно нести в своей душе свет солнца и всем делать добро. Люблю всех, поэтому врагов у меня нет. Надо нести свой крест и идти по дороге судьбы, не стигая спины. Всегда приходил другим на помощь. Верить в Бога, верить, что в жизни Он все освещает.

Хожу в храм. Недавно в Прохладном состоялся крестный ход с Моздокской иконой Божией Матери. Она почитается православными христианами всего Северного Кавказа. В Свято-Никольском храме, где пребывает список чудотворного образа, ранним утром собралось сотни верующих. Для совершения Божественной литургии в город прибыл архиепископ Пятигорский и Черкесский Феофилакт. Я тоже побывала на службе. Затем единой процессией молящиеся прошли по улицам города. Для меня очень важно верить в светлое, доброе, это самое главное в жизни.

У нас были очень хорошие учителя. До сих пор со своей учительницей Валентиной Дмитриевной СУББОТА советуюсь относительно орфографии своих произведений. Она улыбается: «Катюша, ты уже скоро сама сможешь работать учителем!». Странно, и переписываюсь с одноклассниками и однокурсниками, не забываю тех, кто был когда-то рядом.

ЯНТАРКА, ПОДАРИВШАЯ ИМЯ

- В Янтарном очень красивая природа, родниковые речушки, впадающие в Малку. Давно известны наши термальные источники, куда приезжают отдыхающие. Раньше гремел на весь Союз госплемсвинозавод «Прималкинский».

В нашей библиотеке имеется небольшой архив, по крупицам собирающий заведующей Ириной ВЯЗОВКИНОЙ, в котором, кроме фотодокументов и отчетов о деятельности предприятия, есть краткая справка об истории образования Янтарного, записанная со слов уроженки села Тамары ЗАХАРЧЕНКО. Эти сведения давно переключались в интернет, переходят от страницы к странице с разными интерпретациями. Изучив эти материалы, можно сделать вывод, что населенный пункт, расположенный на месте нынешнего Янтарного, неоднократно менял название.

Нынешнее название села происходит от имени речки Янтарки, а не от янтара, которого здесь никогда, конечно, не было. Зато были и есть термальные источники, богатые разными минералами. Это сейчас здесь все оборудовано для цивилизованного отдыха, а раньше это были ручейки, которые окрашивали камни на дне в золотисто-охристый цвет, и они становились действительно похожими на янтари.

В Янтарном очень трудолюбивый и дружный народ, жизнь не останавливается, кипит, но сейчас молодежь, к сожалению, манят большие города.

Ольга КАЛАШНИКОВА.

Фото из семейного архива 1998 года

В КБГУ выбрали «Лучшего читателя года-2025»

В Кабардино-Балкарском государственном университете им. Х. М. Бербекова подведены итоги ежегодного конкурса «Читатель года», который завершился торжественной церемонией награждения. В течение года сотрудники библиотеки тщательно отслеживали посещаемость читателей, изучали их формулы и запросы, чтобы на основе этих данных определить победителей в семи номинациях.

Директор библиотеки КБГУ Аймана ГЕРИЕВА подчеркнула, что современная молодежь не просто потребляет информацию, но и глубоко анализирует ее, проявляет

креативность и понимает, насколько важны книги и чтение для всестороннего развития.

«Лучший читатель года не только тот, кто много читает, но и активно использует электронные ресурсы библиотеки, участвует в ее мероприятиях и является разносторонней личностью», - отметила А. Гериева.

В итоге были награждены самые преданные читатели, удостоенные звания «Лучший читатель года».

Лидером в номинации «Лучший читатель года» стал Михаил ОСТАПЕНКО (медицинский колледж).

«Читатель-интеллектуал» - Елизавета ШАМЕЕВА (СГИ).

«Читатель-исследователь» - Ранета НАДЗИРОВА, заведующая лабораторией «Гербарная» им. Л.Х. Слонова ИМ и ЕН, кандидат биологических наук, и Хаким ГЕГРАЕВ, заместитель директора по научной деятельности, кандидат исторических наук, доцент кафедры этнологии, истории народов КБР и журналистики СГИ КБГУ.

«Продвинутый пользователь библиотеки» - Алан КОЧЕСОКОВ (КИТиЭ).

«Самый активный читатель» - Амина МАРЖОХОВА (ИЭР и ИИ) и Алланур ЭСЕНОВ (СГИ).

«Многогранный читатель» - Алина БАШИЕВА (ИПП и ФСО).

«Самый креативный читатель» - Идар ПШИБИЕВ (СГИ).
Наш корр.

АЛЛЕРГОЛОГИЯ – ДЕЛО ВСЕЙ ЕЕ ЖИЗНИ

В Нальчике прошла презентация книги «Аллергология – дело всей моей жизни». В нее вошли мемуары Светланы ХУТУЕВОЙ – выдающегося советского, российского ученого, доктора медицинских наук, профессора, академика РАЕН, заслуженного врача РФ и КБР, основоположника аллергологической службы КБР, президента АНО «ААИСК».

Автор делится с читателями воспоминаниями о своих учителях, коллегах и учениках. С. Хутуевой удалось стать не только востребованным практикующим врачом, но и ученым, совершившим научные открытия в масштабе отечественной науки, и общественным деятелем, но, что всего сложнее, талантливым руководителем, с нуля построившим



С. Хутуева с молодыми врачами

«империю аллергологии» в родной республике. Книгу она посвятила своему отцу – Ханафи Исхаковичу ХУТУЕВУ, тоже легендарной для Кабардино-Балкарии личности.

«Пока мы работали над книгой, Светлана Ханафиевна всякий раз пыталась сместить акценты. «Поменьше обо мне, побольше о науке и о профессии, – настаивала она. – Я действительно отдала все аллергологии. Аллергология – дело всей моей жизни». Эту фразу профессор Хутуева повторяла чаще остальных. И к финалу мы действительно убедились, что аллергология – не просто узкое направление в медицине, которое выбрала для себя когда-то молодой врач из Кабардино-Балкарии. Аллергология в самом деле стала для нее всем – вдохновением, профессией, тем, чему она посвящала бессонные ночи, ради чего рисковала, бросала вызов, принимала вызов, жертвовала покоем, отдыхом – одним словом, делом всей ее жизни», – отмечают составители книги в предисловии.

Защитив в Москве первую в Советском Союзе кандидатскую диссертацию, посвященную детской аллергологии, Светлана Хутуева возвращается в Нальчик. В системе здравоохранения Кабардино-Балкарии начинает работать с 1970 года. В том же году создает первый аллергологический кабинет в республике. Длительное время является единственным врачом-аллергологом в республике. На ее плечи ложится не только лечение пациентов, но и обучение врачей в области аллергологии.

Усилиями Светланы Ханафиевны в

1973 году аллергологический кабинет преобразовывается в Республиканский аллергологический центр. В отдаленных районах республики появляются аллергологические кабинеты, пишется и издаются методические рекомендации.

Результаты работы С. Хутуевой лично и аллергологического центра были известны на весь Советский Союз. Ее разработки, открытия и рекомендации пользуются врачами всей страны. За заслуги в области здравоохранения в 1984 году ей присваивается звание «Заслуженный врач КБР». В 1987 году Светлана Хутуева защищает докторскую диссертацию по проблеме бронхиальной астмы и внедряет 12 новых методик для комплексного лечения больных с аллергическими заболеваниями. Но она не желает почитать на лаврах. В 1990 году создает Ассоциацию аллергологов и иммунологов Северного Кавказа. В 1991 году ей присваивается звание профессора.

В 1993 году Республиканскому аллергологическому центру был присвоен статус самостоятельного учреждения Минздрава КБР. Помимо научной и врачебной деятельности, профессор Хутуева занималась созданием Центра, который совсем скоро прозвучит на всю страну. В настоящее время Республиканский аллергологический центр является уникальным и единственным по своей структуре на Северном Кавказе.

С 2003 года С. Хутуевой были разработаны медико-экологические карты аллергических заболеваний у детей и взрослых; диагностические и лечебные программы: алгоритм терапии бронхи-



альной астмы для Северо-Кавказского региона. В целях профилактики аллергических заболеваний созданы и функционируют обучающие программы астма- и аллергошколы. По ее инициативе «Аллергология» преподается в виде отдельного курса на кафедре терапии медицинского факультета КБГУ.

В условиях высокогорного климата Приэльбрусья, где у пациентов преобладают приступы, С. Хутуева создала уникальный пансионат «Эльбрус АСТ», внедрил высокоэффективную методику галотерапии – лечение в условиях микроклимата соляной пещеры.

Светлана Хутуева – легенда отечественной медицины. Несколько поколений врачей изучают ее авторское наследие, используя в ежедневной практике: 86 научных трудов, среди которых семь монографий. Неоднократно выступает на многих международных, всероссийских съездах, конференциях, симпозиумах, в том числе в странах бывшего СССР и за рубежом. А еще она принципиальный и ответственный общественный деятель, справедливый и мудрый руководитель, любящая дочь, жена и мать.

На презентации был зачитан приветственный адрес министра здравоохранения КБР, в котором отмечен выдающийся вклад С. Хутуевой в развитие медицины. Модератором встречи выступила старшая дочь Светланы Ханафиевны – Мадина ШОГЕНОВА, в настоящее время являющаяся главным врачом Центра аллергологии и иммунологии Минздрава КБР. Она отметила, что представленная книга приписана историей страны, историей маленького балкарского народа и историей медицины, написана с душой, с желанием рассказать, как формировалась наука, с глубоким пониманием того, как все в ней сейчас изменилось.

В обсуждении приняли участие Елена ГАЕВА, главный врач Перинатального центра Минздрава КБР, Валентина

• ПРЕЗЕНТАЦИЯ

ШЕРИЕВА, начальник Отдела ЗАГС г. Нальчика, Зарина КАНУКОВА, главный редактор газеты «Горянка», Джемля УЛАКОВА, предприниматель, Алена МЯКИНИНА, поэтесса, журналист, сотрудники аллергоцентра и коллеги – как ветераны, так и начинающие, Лейла ОСМАНОВА, заместитель директора Центра диагностики аллергии. Как младшая дочь она поделилась детскими воспоминаниями и поблагодарила за все, что Светлана Ханафиевна сделала для дочерей как мать.

Книга С. Хутуевой начинается с пронзительного рассказа о том, как ее, когда ей был всего месяц от роду, сплел весь вагон, в котором депортированных везли в Киргизию. «Видимо, на роду у этой малышки было написано лечить и спасать людей. Поэтому и сама она выжила в нечеловеческих условиях, но согретая человеческим теплом и жертвенностью. Холодной ранней весной в товарняках ехали люди. Ханафи Хутуев вспоминал, как весь вагон боролся за жизнь маленьких детей. Из мешка и четырех веревок, завязанных по углам, смастерили люльку, подвесили к потолку вагона, чтобы была возможность качать ребенка. На редких остановках все обитатели вагона занимались поиском пищи для малышей. Каждый старался добыть хоть немного молока. А прямо в центре вагона устроили костер, который позволял сушить пеленки и одежду...»

Справедливый закон круговорота добрых дел предстает в этой истории во всей силе и красоте. Ибо сколько детских и взрослых жизней без преувеличения будет спасено благодаря этой девочке, которую так дружно и благородно спалили эти несчастные и обездоленные люди?»

В своих мемуарах С. Хутуева вспоминает об отце и матери, о выборе профессии как жизненного пути, учителях, коллегах и единомышленниках, легендах отечественной медицины, которые сыграли в ее научной судьбе особую роль, предвидении, которое опередило время и привело к открытиям. В книгу также вошли интервью, которые С. Хутуева давала различным изданиям.

В одном из них говорится:

– По какому критерию вы оцениваете током или иного человека?

– Самый главный критерий – порядочность. И еще: важно честно и добросовестно выполнять свое дело. Собственную работу оценивать трудно, но хотелось бы повторить вслед за отцом: «Моя совесть чиста... Думаю, что жизнь моя не растрачена впустую».

– Если бы начать жизнь заново?

– Я бы вновь непременно стала врачом. Это мое призвание.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Нет неонацизму

На базе Республиканской многопрофильной гимназии Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики состоялся семинар, посвященный профилактике распространения идеологии неонацизма среди детей и молодежи.

мат ЛЮЕВ, министр спорта Ислам ХАСАНОВ, руководитель аппарата антитеррористической комиссии по Кабардино-Балкарской Республике Анзор УНАЧЕВ.

К участию были приглашены представители республиканского Парламента, Кабардино-Балкарского филиала ПАО «Ростелеком» и общества «Знание» – крупнейшей в стране современной просветительской организации, которая ежегодно проводит сотни мероприятий для молоде-

жи по всей России: организовывает выступления выдающихся людей из сфер культуры, искусства, науки, истории, проводит научные соревнования, конкурсы, викторины и снимает фильмы.

С докладами выступили лекторы просветительской организации «Знание» – вице-президент Ассоциации волонтеров СВО, депутат совета местного самоуправления городского округа Нальчик Екатерина СУРКОВА и

директор Центра развития карьеры Кабардино-Балкарского государственного университета им. Х.М. Бербекова Кристина ЛОПАТИНА. В ходе дискуссии обсуждались сущность и характерные черты идеологии неонацизма, группы риска, подверженные его пропаганде, угрозы неонацизма для российской молодежи, законодательные меры противодействия, методы профилактики распространения деструктивных идеологий.

О деятельности неонацистских течений и организаций в сети интернет и профилактической работе, роле лидеров мнений в профилактике неонацизма говорил руководитель проектов Кабардино-Балкарского филиала ПАО «Ростелеком» Алан САРАХОВ.

Завершилось мероприятие кинолекцией «Использование документальных фильмов в воспитательной работе школьного сообщества» с показом кинокартины «Война за соседним столиком».

Ляна БАТЫРОВА

Мероприятие было подготовлено Ассоциацией волонтеров специальной военной операции совместно с Министерством просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики. В работе семинара приняли участие заместитель Председателя Правительства КБР Залим КАШИРКОВ, министр просвещения и науки республики Анзор ЕЗАОВ, министр по делам национальностей и общественным проектам Анзор КУРАШИНОВ, министр цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Аскер БОЗИЕВ, министр по делам молодежи Аза-

• СЕМИНАР

Почетный работник высшего профессионального образования РФ, заслуженный работник образования Л. Хараева - автор более ста научных и учебно-методических работ по проблемам развития языкового образования.

На встрече собрались профессорско-преподавательский состав кафедры, представители общественности, родные, студенты и выпускники. Заместитель директора социально-гуманитарного института КБГУ Хаким ГЕГРАЕВ поздравил Леорену Ахмедовну от себя лично и зачитал благодарность ректора КБГУ Юрия АЛБТУДОВА за многолетний добросовестный труд и в связи с юбилеем.

Ведущая мероприятия - специалист по НТИ Магина БУРАНОВА начала со слов благодарности преподавателю, мудрому наставнику, коллеге и имениннику ученому.

- Отрадно отметить, что более половины своего трудового пути Леорена Ахмедовна посвятила профессиональной деятельности при кафедре КБГУ. Ее смело можно назвать подвижником народного образования. Искреннее служение молодому поколению - доминанта ее жизни. Ее миссия - нести свет знаний. Леорена Ахмедовна выросла в семье, где царил атмосфера тепла и порядочности, где слово старших было мудрым, а поступки определяли высоконравственный уклад благородной семьи. Среда, в которой воспитывалась Леорена Ахмедовна, имела положительное влияние на формирование ее характера и определение дальнейшей судьбы. Главными ориентирами в семье были родители и старшие братья - Альфред, Эдуард и Феликс. Отца не стало, когда ей было всего пять лет, но она помнит, что его настольной книгой был русско-английский словарь. Отец был увлечен зарубежной литературой, которую читал на языке оригинала, очевидно, эта тяга к иностранному языку передалась и его детям, особенно дочери.

- Окончив школу в 1963 г., Л. Хараева поступила на отделение английского языка историко-филологического факультета КБГУ. После окончания университета в 1968 г. была принята на работу в среднюю школу № 3 г. Нальчика с углубленным изучением английского языка. С 1971 года работает на кафедре английского языка Кабардино-Балкарского государственного университета, преподает практический курс английского языка студентам направлений «филология» и «лингвистика», читает теоретические курсы лекций по теории речевой деятельности, теории обучения и воспитания, методике обучения английскому языку. В 2000 г. защитила диссертацию на тему «Этнокультурная детерминация педагогического общения

НЕСТИ СВЕТ ЗНАНИЙ



В Кабардино-Балкарском государственном университете состоялось мероприятие «Служение молодому поколению - дело ее жизни», посвященное 80-летию юбилею кандидата психологических, доктора педагогических наук, профессора кафедры английского языка социально-гуманитарного института КБГУ Леорены ХАРАЕВОЙ.

в условиях двуязычия: теоретические основы» на соискание ученой степени доктора педагогических наук. В 2003 г. ей было присвоено звание профессора на кафедре английского языка. Считает, что успех руководителя определяют его неизменное движение вперед, ответственность за собственный выбор, вера в себя и в свою команду. Очевиден ее опыт масштабной работы в КБГУ, где она сначала заведовала кафедрой английского языка, затем работала в должности директора института филологии. 2012 год стал новым этапом в становлении кафедры английского языка. Л. Хараева инициировала переход на новое, соответствующее современным требованиям направление подготовки студентов - лингвистика, профиль - теория и практика межкультурных коммуникаций, руководила образовательной программой по данному направлению до 2019 года. Много лет была членом учебно-методической комиссии КБГУ. Большая удача - иметь такого наставника. Мы безмерно счастливы и наполнены гордостью быть ее достойными учениками.

Заведующая кафедрой английского языка, кандидат филологических наук, доцент Лариса ДЗАСЕЖЕВА озвучила поздравление от дружной «семьи» преподавателей кафедры:

- Мы - все ее ученики, в которых она вложила много сил, внимания, все наши успехи и промахи воспринимает на свой счет. Это эталон того, какими мы должны быть. Она не просто преподаватель, заходя в аудиторию, не только обучает языку, но и несет миссию воспитателя. Мы видим примеры потрясающей трансформации

личности студентов благодаря ее усилиям. Нам всегда есть к чему стремиться. Леорена Ахмедовна внимательна к мелочам, благодаря ее усилиям наша кафедра дружная и сплоченная. Она - эталон женственности. Наше утро начинается с того, что мы делаем друг другу комплименты, это настраивает на определенный эмоциональный лад. Мы ценим это и надеемся, что Леорена Ахмедовна еще долго будет с нами.

Доктор филологических наук, профессор, завкафедрой немецкой и романской филологии Рашид АЛИКАЕВ:

- Работаю лет в тесном сотрудничестве более 40 лет. Леорена Ахмедовна из семьи, которая оставила значимый след в истории нашей республики. Наша дружба всегда была жизненной, мы сорились и мирились, но всегда находили общий язык. Она первый доктор наук с психологической направленностью на кафедре английского языка, поэтому оказала большое влияние на ее формирование. Важно, что она представляет школу Ирины ЗИМНЕЙ - крупного ученого в отечественной науке. Гордость у нас всех вызывает ее внук Ахсад ШОГЕНЦУКОВ - талантливый пианист, который, надеемся, станет значимой личностью в музыкальной жизни нашей страны.

Доктор филологических наук, профессор кафедры русской, зарубежной литературы и журналистики Зухра КУЧУКОВА:

- Когда вышла книга «Педагогическое

ЮБИЛЕЙ

общение в условиях двуязычия (на материале кабардино-русского двуязычия)», я отметила, насколько лаконично и емко она написана. Некоторые вещи оказались для меня очень важными. «Никто не решит проблему сохранения родных языков олимпиадами, форумами и конференциями. У языка должен быть дом бытия, и этим домом является семья». Полностью с этим согласна. Когда моя дочь окончила специалитет, озвучила свое желание поступать в аспирантуру. Мы на кафедре зарубежной литературы были уверены, что она поступит к нам. Но она сказала: «Я пойду только к Леорене Ахмедовне». У них сложилась теплая, почти дружеская история. Строгий и справедливый руководитель, который умеет заставить аспирантов работать.

Доктор филологических наук, профессор кафедры английского языка Рашид КИМОВ:

- Леорена Ахмедовна - человек высококого интеллекта и дисциплины, ей удается сохранять себя в прекрасной физической и интеллектуальной форме. Сама она говорит, что никогда не придерживалась никаких диет, но знает меру во всем. Леорена Ахмедовна является почетным членом диссертационных советов, председателем ГАК вузов Северного Кавказа. Один из главных ее принципов - духовность, под которой мы понимаем служение Богу, служение людям и хабз. Она - пример для подражания и восхищения. Пусть ваше здоровье и интеллект будут всегда на высоте.

Леорена Хараева адресовала слова признательности представителям ректората и присутствовавшим:

- Я безмерно благодарна каждому. Благодарна Всевышнему за то, что встретила этот рубеж в добром здравии и в деятельном духе, который зачастую не дает мне покоя. Надеюсь, у меня еще будет возможность помогать там, где смогу. Говорят, жизнь человека складывается под влиянием двух факторов - у кого родился и у кого учился. В этом смысле мне крупно повезло. Мои родители были замечательными людьми. Они в генах и прижизненно передали мне качества, которые помогали бороться с трудностями и делать выбор. Что касается учителей, моим руководителем в аспирантские годы была выдающийся ученый Ирина Зимняя, которая была также и выдающимся человеком. Вспоминаю ее с благодарностью и любовью. Я сделала все, что могла. Работала честно, с душой и доверью своей судьбой - профессиональной и личной.

Ляна БАТЫРОВА.

Фото Тамары Ардавовай

КУОРТ ЭЛЬБРУС ЖДЕТ ГЛОБАЛЬНАЯ МОДЕРНИЗАЦИЯ

Модернизация легендарного курорта была главной темой обсуждения на заседании рабочей группы по развитию туристического кластера в Приэльбрусье при правительственной комиссии по вопросам социально-экономического развития СКФО, сообщает Кавказ.РФ. В ходе заседания отмечено, что на Эльбрусе сегодня готовятся к соревнованиям, помимо российских горнолыжников, спортсмены из пяти стран.

Заместитель министра экономического развития РФ Сергей НАЗАРОВ, Глава КБР Казбек КУКОВ и генеральный директор Кавказ.РФ Андрей ЮМШАНОВ на встрече в Нальчике Гарабаши меры по ликвидации хаотичной застройки в Приэльбрусье и

дальнейшие шаги по выведению курорта на мировой уровень в сфере спорта высших достижений. На встрече также присутствовали топ-менеджеры института развития Хасан ТИМИЖЕВ и Хиса БЕККАЕВ, а также главы профильных ведомств республики.

В сообщении отмечается, что сегодня на Эльбрусе собрана команда специалистов самой высокой квалификации по эксплуатации горнолыжного курорта. Параллельно с отдыхом туристов Эльбрус служит всепогодной базой для спорта высших достижений. Полторы тысячи спортсменов-горнолыжников из 30 регионов страны оттачивают мастерство на леднике Гарабаши на высоте свыше 3500 метров. Также в сборах принимают участие

спортсмены из пяти зарубежных команд - Казахстана, Узбекистана, Киргизии, Грузии и Белоруссии. Департаменту эксплуатации Кавказ.РФ удалось создать многопрофильную трассу на леднике протяженностью более двух километров. Спортсмены тренируются по восемь часов в день. Кроме того, на леднике ведутся курсы для тренерского состава, оттачивается техника юниоров, проходят мастер-классы с чемпионами.

Еще одним мероприятием работы в Нальчике стала традиционная встреча с представителями бизнеса Кабардино-Балкарской Республики, в том числе с инициаторами «прорывных» проектов. Такие встречи проходят в СКФО с 2023 года, в прошлом году более тысячи пред-

принимателей приняли в них участие, при этом большая часть вопросов была решена при непосредственной поддержке Минэкономразвития России.

В минувшие выходные команда курорта Эльбрус провела насыщенную программу. Вместе с гидами и фотографами гости смогли отправиться в трекинг по экологическим тропам Приэльбрусья.

На выбор - пять маршрутов двух уровней сложности: легкий и средний. К первому относятся двух- и трехчасовые прогулки от Поляны Азау до Поляны нарзанов и от Поляны нарзанов до села Тергенкли. Тропы проходят по сосновому лесу, вблизи реки Баксан. Не-

сложным окажется и часовой маршрут по ущелью Гарабаши. Он проходит вдоль горной реки и открывает вершины Малый и Большой Когутай.

Маршруты средней сложности - тропа от села Терскол к водопаду Девичьи косы, которая ведет на высоту три тысячи метров, и тропа от Поляны Чегет до озера Донгузорун-Кель с видами на ледник Семерка. Время в пути на обоих маршрутах - пять часов.

В теплое время года - с мая по октябрь для гостей курорта Эльбрус доступно почти 70 км эко-троп, оборудованных и комфортных для прохождения. В их числе - два новых маршрута, которые Кавказ.РФ открыл к 80-летию Победы: «105 пикет» и «Тропа Победы».

Ольга КАЛАШНИКОВА

ПО ЗОВУ СЕРДЦА И ДОЛГА

Сегодня расскажем вам о деятельности многодетной матери - Аллы АЛИМОВОЙ, заместителя руководителя Кабардино-Балкарской региональной общественной организации «Комитет семей воинов Отечества». Ее работа вдохновляет и показывает несостоятельность общепринятого стереотипа о «слабом» поле.

С первой волны мобилизации в 2022 году я начала помогать нашим бойцам, - рассказывает Алла Сафарбиевна. - Я родом из Второго Лескена. В нашем женсовете, где я являюсь членом общественной организации, начали активно обсуждать специальную военную операцию. Все мы первое время были растеряны, переживали, хотели помочь. Я предложила действовать, и меня поддержали. Всем селом начали собирать деньги и покупать рюкзаки с аптечками, газовыми баллончиками, портативными плитками, влажными салфетками, чаем, кофе, сигаретами, розжигом, носками и средствами гигиены. Рюкзаки привозили в военкомат Нартаклы и передавали бойцам, отправляющимся на специальную военную операцию. Мы не делили их на своих и чужих, не смотрели, из какого они района или села. Все они были нашими защитниками - теми, кто уходил защищать нас и наших детей. С того времени мы не останавливались ни на день. Закупали вещи и хранили их у меня в частном доме, организовав склад. Наша деятельность охватила значительную часть территории республики, что позволило эффективно координировать процессы сбора и распределения гуманитарной помощи. Затем я получила предложение о сотрудничестве от юриста Кабардино-Балкарской региональной общественной организации «Комитет семей воинов Отечества» Эдуарда МКРТЧАНА. Приняв во внимание важность и значимость предложенного партнерства, я с готовностью согласилась на взаимодействие, осознавая необходимость оказания всесторонней помощи нашим военнослужащим, участвующим в боевых действиях.

В круглосуточном режиме осуществлялась деятельность по приему и распределению гуманитарной помощи. Добровольцы активно участвовали в процессе упаковки и погрузки грузов, которые затем направлялись на передовую. Однако со временем военнослужащие начали сообщать о проблемах с получением гуманитарной помощи, которая не доходила до них. Когда речь идет о продуктах, это одно, но когда пропадали технические средства - дроны, тепловизоры, генераторы, прицелы, ночные устройства и радики, которые могли существенно повлиять на эффективность выполнения боевых задач, это совсем другое. В ответ на эти проблемы было принято решение о непосредственной передаче гуманитарной помощи военнослужащим лично в руки. Такой подход позволил не только минимизировать риск утраты грузов, но и обе-



спечить более оперативное и целенаправленное распределение ресурсов среди нуждающихся. К нам обратился боец, мы оперативно обработали его заявку и доставили лично ему. В среднем частота выездов в месяц составляет два-три раза, однако в преддверии новогодних праздников этот показатель может достигать пяти-шести. Работаем по всем направлениям, чтобы порадовать наших бойцов. Я всегда говорю: если ты забудет, где фронт, фронт появится там, где ты. Поэтому даже если страшно и опасно, поддерживать наших бойцов необходимо. В нашей организационной структуре относительно небольшое количество сотрудников, каждый из которых выполняет четко определенные функции и задачи в рамках своей компетенции. Такой подход позволяет обеспечить высокий уровень координации и эффективности выполнения поставленных целей.

Пользуясь случаем, хочу через вашу газету выразить благодарность всем, кто помогает и поддерживает наших бойцов. Особо хочу отметить руководителя Кабардино-Балкарской региональной общественной организации «Комитет семей воинов Отечества» Карину ОРЕХОВУ. Она вдова подполковника Дмитрия ОРЕХОВА, погибшего на СВО. Также хочу поблагодарить ответственного за логистику и сохранность гуманитарного груза Алима ЖЕМУКОВА, ветерана боевых действий. Он всегда сопровождает груз в зону СВО. Супругу героя России Тимура ТАМАЗОВА - Эллу, которая является ревизором общественной организации. Зав. отделом гуманитарной помощи Заиру ПАЧЕВУ и ревизора Мариту КУРМАНОВУ, которые вносят большой вклад в нашу работу. Представители КСВО КБР из разных районов активно участвуют в нашей деятельности: по Черекскому району -

С началом специальной военной операции в обществе сформировалась ярко выраженная тенденция активизации гражданской позиции и проявления патриотических чувств. Значительное число граждан, включая представителей различных возрастных и социальных групп, выразили желание внести свой вклад в поддержку Вооруженных Сил. Активное участие в волонтерской деятельности принимают студенты, пенсионеры, многодетные матери и другие группы населения. Их деятельность играет важную роль в успехе военнослужащих, способствует повышению их боевого духа, укреплению уверенности в собственных силах и в поддержке государства.



Замира МАХИЕВА, Урванскому - Залим МИСОСТИШХОВ, Лескенскому - Асхад ТАБУХОВ, Майскому - Аксана ДЗУГАНОВА. Наши юристы - Арсен КАШИРГОВ и Эдуард Мкртчян. Среди моих соратников хочу отметить Марину БАРАОВУ, мою помощницу, супруг которой находится на передовой. Астемир ХАТУЕВ отвечает за связь с общественностью, а Аскер ЗАГАШ-ТОКОВ - координатор волонтеров. Активно помогают нам сестры Зарина и Аксана ДЗУГАНОВЫ, их брат Аслан погиб на СВО. Также хочу поблагодарить Замира ТАТАРОВА и Мурата МАМБЕТОВА. Спасибо всем, кто поддерживает наших бойцов и делает их жизнь немного легче.

ДЕТИ - МОЯ ОПОРА

Я окончила Второлескенскую среднюю школу и поступила в Дагестанский медицинский стоматологический институт в 2001 году. Но из-за болезни матери пришлось прервать учебу в Махачкале. У меня четверо детей и двое внуков. Они моя опора. Мои дети с большим энтузиазмом помогают мне в общественной работе:

упаковывают и грузят посылки для наших военнослужащих.

Старшая дочь - Рамина замужем за Мухамедом БИТУЕВЫМ. У них двое детей - Мансур и Садир. Свекровь приняла ее как родную дочь, поэтому моя душа спокойна. В этом году она оканчивает педагогический колледж КБГУ по специальности «воспитатель». С детства любила детей, потому что как старшая в семье всегда присматривала за младшими братьями и сестрой.

Вторая дочь - Рианна в следующем учебном году пойдет в 11-й класс. Уже выбрала будущую профессию, хочет стать специалистом Фемиды. Определилась и с вузом, куда хочет поступать, - Московский государственный юридический университет имени О. Е. Кутафина.

Старший сын - Сослан перешел в шестой класс, учится хорошо. Уже семь лет занимается кикбоксингом, тренировки не пропускает. В прошлом месяце прошел прослушивание в Нальчикском колледже культуры и искусств. Мы с нетерпением ждем результатов, надеемся, что он поступит.

Младший сын - Алихан перешел в третий класс. Тоже учится хорошо, увлекается музыкой. Активно участвует в школьных мероприятиях, где поет, с пятого класса готовится поступать в тот же колледж, что и Сослан.

С детства я учу детей быть милосердными к людям и животным. Важно быть добрым и никогда не проходить мимо тех, кто нуждается в помощи. Хочу, чтобы они всегда поддерживали друг друга. Я единственный ребенок в семье, поэтому для меня особенно важно, чтобы дети были дружными. Мой отец - Сафарби БАЛКАРОВ умер, когда я была маленькой. Меня воспитывал отчим Асланбек ГЕГИЕВ, который был прекрасным человеком. Я благодарна ему за все. Он научил меня многому в жизни. Называла его папой, у меня даже язык не поворачивается назвать его отчимом. Папа всегда говорил мне: «Ты должна твердо стоять на ногах, ни на кого не надейся, только ты сама сможешь помочь себе». Моя мама - Натуся была мягкой и спокойным человеком. Никогда ни с кем не конфликтовала. К сожалению, пять лет назад она тоже покинула нас.

Наша семья очень любит Новый год. Всегда говорю детям: это семейный праздник. Новый год мы обязательно встречаем дома, где бы вы ни находились и с кем бы ни были, возвращайтесь в родовое гнездо. Этот праздник приносит новые мечты и надежды на лучшее.

Пусть все наши воины вернуться домой живыми и с победой. А мы будем рядом, чтобы поддерживать их.

Анжела КУДАЕВА

ДОМ ДЛЯ ЯРКИХ ИДЕЙ И СМЕЛЫХ МЕЧТАНИЙ

В самом сердце Лескенского района распахнул свои двери удивительный центр - дом, в котором бьется пульс молодежной жизни, где закипают звезды идей и воплощаются в жизнь самые смелые мечты. О работе Молодежного центра Лескенского муниципально-го района нам рассказал директор Азамат БИЖОЕВ.

ДВЕРИ ЦЕНТРА ВСЕГДА ОТКРЫТЫ ДЛЯ НОВЫХ ПРЕДЛОЖЕНИЙ

Наш Центр работает с января этого года, - рассказывает А. Бижоев. - Главная цель - помочь молодежи Лескенского района развиваться всесторонне, найти себя в обществе и активно участвовать в его жизни. Мы стремимся выявлять и поддерживать талантливых и инициативных ребят. В республике делается все, чтобы молодые люди могли реализовать себя в разных сферах: на производстве, в науке и искусстве. В Центре мы организовываем интересный досуг, развиваем волонтерское движение и поддерживаем молодежные инициативы, помогаем ребятам получать актуальную информацию по вопросам образования, карьеры, здоровья, права и т.д.

28 июня по все стране состоялось празднование Дня молодежи. Это значимое событие, символизирующее объединение молодежи как социально активной группы, обладающей высоким потенциалом креативности и патриотизма.

Центр является точкой притяжения для значительной части молодежи Лескенского района. Мы следим за федеральными и региональными молодежными трендами и адаптируем успешные практики под местные реалии. Организовываем тренинги, мастер-классы, форумы, помогаем развивать лидерские качества и навыки командной работы. Наши активисты участвуют в выездных мероприятиях. Также предоставляем возможность самостоятельно организовывать и проводить мероприятия под кураторством специалистов Центра. Приглашаем успешных молодых лидеров района и республики, чтобы обмениваться опытом и вдохновлять друг друга.

В течение дня наш Центр посещают около 30 человек. Они активно участвуют в его жизни. Мы отслеживаем, какие мероприятия собирают больше всего участников и какие проекты вызывают наибольший интерес. Опросы среди молодежи проводятся в школах, на улицах и на различных мероприятиях. Внимательно слушаем все пред-

ложения и учитываем их - двери Центра всегда открыты для новых идей.

ЕДИНОМЫШЛЕННИКИ И ЯРКАЯ СВАДЬБА

Наш коллектив - сплоченная команда единомышленников. Мы увлечены работой и искренне любим молодежь, подрастающее поколение. В нашей команде работают энергичные, творческие и ответственные специалисты. Большинство из них сами недавно были активной молодежью, поэтому понимают ее запросы изнутри.

У нас есть как опытные наставники, так и креативные молодые специалисты. Мы поддерживаем теплую дружескую атмосферу не только на работе, но и вне ее. Это важно для сплоченности команды. Устраиваем совместные чаепития, обсуждаем не только рабочие моменты, но и просто жизнь. Вместе отмечаем дни рождения, профессиональные праздники и Новый год. Ходим на концерты и в театр. Примером нашей сплоченности стало празднование Дня молодежи.

(Продолжение на 12-й с.)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
 09.20 «Модный приговор» (0+)
 10.10 «Жить здорово!» (16+)
 11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал (16+)
 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
 16.05 «Мужское/Женское» (16+)
 18.00 Вечерние новости
 18.40 Т/с «ИЩЕЖКА» (16+)
 19.40 «Большая игра» с Дмитрием Саймоном (16+)
 21.00 «Время»
 22.00 Т/с «ЧУЖОЙ» (16+)
 23.00 Т/с «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК» (16+)
 00.00 Д/ф «Поднимающий знамя». К 100-летию со дня рождения Гели Коржева (12+)
 01.00 «Время героев» (16+)
 01.55 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
 03.05 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, 03.00 Вести
 09.30-09.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (каб. и балк. яз.) (12+)
 09.45-09.55 «Наше наследие». Семья Дугубугубовых (12+)
 11.30-12.00, 21.10-21.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)
 12.00 «60 минут» (12+)
 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)
 17.00 День семьи, любви и верности. «Семейный альбом». Семья Бороновых (12+)
 17.30-18.00 «Портрет в интерьере». Музыкант Анзор Увайжев (12+)
 18.00 «60 минут» (12+)
 21.30 Т/с «СЕСТРЫ» (16+)
 23.30 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)
 02.05 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)
 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
 08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+)
 08.50 Т/с «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРЯ» (16+)
 10.45, 18.10, 00.30 «Петровка, 38» (16+)
 10.55 «Городское собрание» (12+)
 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События (16+)
 11.50 Х/ф «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ» (16+)
 13.45, 04.55 «Мой герой» (12+)
 14.50 Город новостей

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
 09.20 «Модный приговор» (0+)
 10.10 «Жить здорово!» (16+)
 11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал (16+)
 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
 16.05 «Мужское/Женское» (16+)
 18.00 Вечерние новости
 18.40 Т/с «ИЩЕЖКА» (16+)
 19.40 «Большая игра» с Дмитрием Саймоном (16+)
 21.00 «Время»
 22.00 Т/с «ЧУЖОЙ» (16+)
 23.00 Т/с «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК» (16+)
 00.00 «Большая игра» (16+)
 01.15 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
 03.05 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, 03.00 Вести
 09.30-09.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (каб. и балк. яз.) (12+)
 09.45-09.55 «В мире культуры». О спектакле «Белые слова - белые надежды». Стихи Л. Ахматовой (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 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)
 17.00-18.00 День семьи, любви и верности. Семья Коззюковых. Семья Аликаевых (12+)
 18.00 «60 минут» (12+)
 21.30 Т/с «СЕСТРЫ» (16+)
 23.30 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)
 02.05 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)
 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
 08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+)
 08.45 Т/с «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРЯ» (16+)
 10.40 Д/ф «Назад в СССР» (16+)
 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События (16+)
 11.50, 02.50 Х/ф «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ» (16+)
 13.45, 05.00 «Мой герой» (12+)
 14.50 Город новостей
 15.05 Х/ф «СЛЕД ЛИСИЦЫ НА КАМНЯХ» (16+)

15.00 Х/ф «СЛЕД ЛИСИЦЫ НА КАМНЯХ» (16+)
 17.00 Д/ф «Анатолий Папанов. Клятва на крови» (16+)
 18.20 Х/ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА» (16+)
 22.35 Специальный репортаж (16+)
 23.05 «Знак качества» (16+)
 00.40 Д/ф «СМЕРШ. Дети-диверсанты» (16+)
 01.25 Д/ф «Трагедия сказочных принцев» (16+)
 02.05 Хроники московского быта (12+)
 02.40 Х/ф «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ» (16+)
 04.10 Д/ф «Екатерина Васильева. На что способна любовь» (16+)
 05.30 «Смех, дрожь и видео» (16+)

ТВЦ

04.50, 08.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 Т/с «ЗИМОРДОК» (16+)
 16.45 «ДНК» (16+)
 20.00 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» (16+)
 23.55 «Маска» (12+)
 03.10 Т/с «ПОСЛЕДНЯЯ СТАТЬЯ ЖУРНАЛИСТА» (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Не факт!» (12+)
 06.30 «СССР. Знак качества» (12+)
 09.00, 13.00, 17.00, 19.30 «Новости дня» (16+)
 09.15, 13.20 Т/с «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ» (16+)
 14.00, 15.05, 17.15 Т/с «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ» (16+)
 15.00 Военные новости (16+)
 19.00 Новости дня (16+)
 19.30 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндайкиным (16+)
 20.15 Д/с «Война миров» (16+)
 21.55 Х/ф «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ» (16+)
 23.40 Х/ф «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА» (16+)
 01.20 Х/ф «ТРАНЗИТ» (16+)
 01.30 Х/ф «ЗАСТАВА В ГОРАХ» (16+)
 05.05 Д/с «Подпольщики» (16+)
 05.45 Д/с «Дело в СССР» (12+)

РЕП

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+)
 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)

17.00 Д/ф «Николай Караченцов. Укрощение плейбо» (16+)
 18.05, 00.30 «Петровка, 38» (16+)
 18.20 Х/ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. ПОКЕРЕЙС» (16+)
 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
 23.10 Хроники московского быта (12+)
 00.40 Д/ф «90-е. Бандитский Екатеринбург» (16+)
 01.25 Пруцание (16+)
 02.05 Хроники московского быта (12+)
 04.20 Д/с «Назад в СССР» (16+)
 05.30 «Смех, дрожь и видео» (16+)

ТВЦ

04.50 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
 08.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (16+)
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 Т/с «ЗИМОРДОК» (16+)
 16.45 «ДНК» (16+)
 20.00 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» (16+)
 23.55 «Маска» (12+)
 03.15 Т/с «ПОСЛЕДНЯЯ СТАТЬЯ ЖУРНАЛИСТА» (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Не факт!» (12+)
 06.30 «СССР. Знак качества» (12+)
 09.00, 13.00, 17.00, 19.30 «Новости дня» (16+)
 09.15 Х/ф «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ» (16+)
 11.10, 13.20 Т/с «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ» (16+)
 15.05, 17.15 Т/с «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ» (16+)
 19.00 Новости дня (16+)
 19.30 «Улика из прошлого» (16+)
 21.55 Х/ф «ОСОБО ВАЖНОЕ ЗАДАНИЕ» (16+)
 00.50 Х/ф «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ» (16+)
 02.20 Х/ф «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА» (16+)
 03.45 Х/ф «ТРАНЗИТ» (16+)

РЕП

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+)
 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
 10.00 «СОВБЕЗ» (16+)
 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+)

ПОНЕДЕЛЬНИК, 7 июля

11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+)
 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+)
 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)
 14.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
 15.00 «Засекреченные списки» (16+)
 17.00, 02.20 «Тайны Чапман» (16+)
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 20.00 Х/ф «БАНДИТ» (16+)
 22.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
 23.30 Х/ф «ДОРОГА ИТАЛИИ» (18+)
 01.35 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 04.30 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
 06.30 Д/с «Век нашего спорта» (12+)
 07.00, 09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 20.00, 23.00 «Все на Матч!» Прямая трансляция
 09.05 Д/с «Сила воды» (12+)
 09.25 «Культовые» (12+)
 10.30 Смешанные единоборства. Д. Льюис - С. Стивак. UFC. Трансляция из США (16+)
 12.35 Специальный репортаж (12+)
 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
 14.20 География спорта (12+)
 14.50 «Лучшие из лучших» (12+)
 15.25 Хоккей. «Динамо» (Минск) - «Салават Юлаев» (Уфа). КХЛ. Чемпионат ЭХЛ. Суперфинал. Прямая трансляция
 16.10 Громко. Прямая трансляция
 16.20 Хоккей. «Металлург» (Магнитогорск) - «Авангард» (Омск). КХЛ. Чемпионат ЭХЛ. Суперфинал. Прямая трансляция
 17.05 Громко. Прямая трансляция
 17.15 Хоккей. «Ак Барс» (Казань) - «Трактор» (Челябинск). КХЛ. Чемпионат ЭХЛ. Суперфинал. Прямая трансляция
 18.00 Громко. Прямая трансляция
 19.15 Д/с «Двенадцатый игрок» (16+)
 21.30 Бильярд. Betboom. Кубок чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
 23.05 Бокс. Джаред Уоррен - Майка Ричман. Bare Knuckle FC. Трансляция из США (16+)

00.55 «Культовые» (12+)
 01.55 Д/ф «Четыре мушкетера» (12+)
 02.55 Смешанные единоборства. Д. Льюис - С. Стивак. UFC. Трансляция из США (16+)
 03.55 Новости (0+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
 07.00 Х/ф «ПАРТИЙНЫЙ БИЛЕТ» (16+)
 08.50 Д/с «Археология. История с лопатой»
 09.15 Диалоги о животных
 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
 10.15 Линия жизни

04.00 Легкая атлетика. Бриллиантовая лига. Трансляция из США (6+)

ОТР

ПРОГРАММА 1 КБР
 06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
 06.10 «Время и личность». Почетный работник сферы образования РФ Галина Дудка (12+)
 06.50 «Путевые заметки» (12+)
 07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
 07.10 «На страже здоровья». Диагностическая служба КБР (12+)
 07.45 «Литературные чтения». Заслуженная артистка РСФСР Куна Жамухова (12+)
 08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
 08.10 «Добрый доктор» (12+)
 08.45 «Нам жить и помнить». Передача четвертая (12+)

МАТЧ ТВ

17.00 «Новости 1КБР». Информационная выпуск (16+)
 17.10 «Сказочная шкатулка». Маша и медведь (6+)
 17.20 «Праздник детства». Репортаж с праздничными Международного дня защиты детей (12+)
 17.50 «Больше книг...» (12+)
 18.05 «От неонафленко до фолка». Композитор и гитарист-виртуоз Валерий Дидюля (12+)
 18.45 «Новости 1КБР». Информационная выпуск (16+)

СТРАНА К

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
 05.25, 09.30, 04.35 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» (16+)
 08.05 «Фирменный рецепт с Емельяненко» (12+)
 08.40 «Знание - сила» (12+)
 13.30, 17.30, 03.20 Т/с «СЛЕД» (16+)
 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-Э» (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+)
 00.30 Т/с «СВОИ-5» (16+)
 01.15, 02.40 Т/с «СВОИ-4» (16+)
 02.00 Т/с «СВОИ-7» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
 07.00 Х/ф «ПАРТИЙНЫЙ БИЛЕТ» (16+)
 08.50 Д/с «Археология. История с лопатой»
 09.15 Диалоги о животных
 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
 10.15 Линия жизни

11.10 Х/ф «ПЕТЬКА В КОСМОСЕ» (16+)
 12.45 Отпель. В добрый час
 13.05 Д/ф «Роман в камне»
 13.35 Х/ф «ШОФЕР НА ОДИН РЕЙС» (16+)
 15.55 Открытая книга
 16.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
 17.15, 01.10 Музыки эпохи барокко
 18.00 Д/ф «Гели Коржева. Возвращение»
 18.45 Academia
 19.45 Письма из провинции
 20.15 «Один на один со зрителем»
 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
 21.00 Х/ф «12 СТУЛЬЕВ. ГЛАВЫ ИЗ РОМАНА» (16+)
 23.05 «Мост над бездной»
 23.35 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+)
 00.40 Д/с «Запечатленное время»
 01.55 Д/с «Искатели»
 02.40 Д/с «Первые в мире»

УТР 24

ПРОГРАММА 1 КБР
 06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 08.10 «Упизур шэцхуйкыэм» («Актуальный вопрос») (каб.яз.) (12+)
 07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 07.10 «Сцензм» («Сцензм») (балк.яз.) (12+)
 07.50 «Назмалу арбазым» («Позитивское подворье») (балк.яз.) (12+)
 08.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 08.10 Уильям и Питер Марк. «Во всем виноват Дворецкий». Премьера спектакля Русского государственного театра им. М. Горького. Часть вторая (12+)
 08.55 «Сказочная шкатулка». Сказка для детей (6+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
 17.10 «Больше книг...» (12+)
 17.25 «Окрыленные мечтой». Барокко Хавачев (12+)
 17.50 «Ди лэнькыгъуэр» («Наши соотечественники») (каб.яз.) (12+)
 18.25 «Устаз» («Учитель») (балк.яз.) (12+)
 19.00 «Адрес будущего» (12+)
 19.30 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
 19.45 «Фар пащцэ» («Для вас») (каб.яз.) (12+)
 20.25 «Жашауну бетлери» («Грани») (балк.яз.) (12+)
 21.00 «Сцензм кыкхуйгъэца» («Рожденный для сцены»). Заслуженный артист КБР А. Цавкилов (каб.яз.) (12+)
 21.40 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)

ВТОРНИК, 8 июля

12.00 Информационная программа 112 (16+)
 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)
 14.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
 15.00 «Документальный спецрепорт» (16+)
 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+)
 17.00, 02.05 «Тайны Чапман» (16+)
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 20.00 Х/ф «КОД 355» (16+)
 22.25 «Смотреть всем!» (16+)
 23.30 Х/ф «АРТУР И МЕРЛИН. РЫЦАРИ КАМЕЛОТА» (18+)
 01.15 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 04.25 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
 06.30 Д/с «Век нашего спорта» (12+)
 07.00, 09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 20.00, 23.00 «Все на Матч!» Прямая трансляция
 09.05, 12.35 Специальный репортаж (12+)
 09.25 «Культовые» (12+)
 10.30 Профессиональный бокс. К. Цзю - Б. Тани. Бой за титул абсолютного чемпиона мира. Трансляция из США (16+)
 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
 14.20 Магия большого спорта (12+)
 14.50 «Лучшие из лучших» (12+)
 15.25 Смешанные единоборства. Ж. Алмейда - Д. Льюис. UFC. Трансляция из Бразилии (16+)
 17.55 Хоккей. Фестиваль КХЛ ЭХЛ 1/2 финала. Прямая трансляция
 18.50 Хоккей. Фестиваль КХЛ ЭХЛ 1/2 финала. Прямая трансляция
 19.45 Хоккей. Фестиваль КХЛ ЭХЛ. Матч за 3-е место. Прямая трансляция
 20.40 Хоккей. Фестиваль КХЛ ЭХЛ. Финал. Прямая трансляция
 21.30 Бильярд. Betboom. Кубок чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
 23.05 Смешанные единоборства. А. Ибрагимов - Л. Сида. АСА. Трансляция из Москвы (16+)

00.55 «Культовые» (12+)
 01.55 Д/ф «Матч длиной 75 лет» (12+)
 02.55 Профессиональный бокс. К. Цзю - Б. Тани. Бой за титул абсолютного чемпиона мира. Трансляция из США (16+)
 03.55 Новости (0+)

04.00 Д/ф «Двенадцатый игрок» (16+)

ОТР

ПРОГРАММА 1 КБР
 06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
 06.10 «Больше книг...» (12+)
 06.25 «Не преврется истории нить...» 10 лет-музею истории МВД по КБР (12+)
 07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
 07.10 «Приэльбрусье» (12+)
 07.20 «От неонафленко до фолка». Композитор и гитарист-виртуоз Валерий Дидюля (12+)
 08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
 08.10 «Поклонимся великим тем годам». Концерт народного артиста КБР Аюеса Зеушева. Часть первая (12+)
 08.40 «День семьи, любви и верности», г. Майский. Передача первая (12+)
 08.55 «Сказочная шкатулка». Маша и медведь (6+)

МАТЧ ТВ

17.00 «Новости 1КБР». Информационная выпуск (16+)
 17.10 «Добрый доктор» (12+)
 17.50 «Золотые звезды Кабардино-Балкарии». Герой Советского Союза Г. Атаманчук (12+)
 18.05 «День семьи, любви и верности», г. Майский. Передача вторая (12+)
 18.45 «Новости 1КБР». Информационная выпуск (16+)

СТРАНА К

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
 05.25, 09.30, 04.35 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» (16+)
 08.05 «Страна советов» (16+)
 08.40 «Знание - сила» (12+)
 13.30, 17.30, 03.20 Т/с «СЛЕД» (16+)
 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-Э» (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+)
 00.30 Т/с «СВОИ-5» (16+)
 01.20, 02.40 Т/с «СВОИ-4» (16+)
 02.00 Т/с «СВОИ-7» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
 07.00 Легенды мирового кино
 07.30 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+)
 08.50 Д/с «Археология. История с лопатой»
 09.15 Диалоги о животных
 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
 10.15 Д/с «Искатели»

11.00 Х/ф «ПРИКЛИЧЕННЫЕ ПЕТРОВА И ВАСЕЧИНА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРоятные» (16+)
 12.10 Д/с «Первые в мире»
 12.45 Отпель. В добрый час
 13.05 «Мост над бездной»
 13.35, 21.00 Телеспектакль «Ночь ошибок». 75 лет Константину Райкуну
 15.30 «Белая студия»
 16.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
 17.15 Музыка эпохи барокко
 18.00 «2 Верник. 2»
 18.45 Academia
 19.45 Письма из провинции
 20.15 «Один на один со зрителем»
 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
 23.05 «Мост над бездной»
 23.35 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+)
 00.55 Д/с «Запечатленное время»
 01.20 Музыка эпохи барокко
 02.05 Д/с «Искатели»

УТР 24

ПРОГРАММА 1 КБР
 06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 06.10 «Усыгъ» («Поззия») (каб.яз.) (12+)
 06.20 «Сцензм кыкхуйгъэца» («Рожденный для сцены»). Заслуженный артист КБР А. Цавкилов (каб.яз.) (12+)
 07.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 07.10 «Устаз» («Учитель») (балк.яз.) (12+)
 07.45 «Больше книг...» (12+)
 08.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
 08.10 «Добрый доктор» (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
 17.10 «Андаэльхубэз» («Сила родного языка») (каб.яз.) (12+)
 17.35 «Ус гуащур узгум долларедитор журнала «Нур» Б. Аброкова (каб.яз.) (12+)
 18.20 «Аль таулары макъамлары» («Мелодии горных вершин») (балк.яз.) (12+)
 19.00 «Зенг и люди». Экономическая эффективность садоводства (12+)
 19.30 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
 19.45 «Хъыщцэ» («Гостинная») (каб.яз.) (12+)
 20.30 «Албар» (балк.яз.) (12+)
 21.10 «Время и личность». Ольга Папашкина (12+)
 21.40 «Новости 1КБР». Информационная программа (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»
08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.40 Т/с «СУФЛЕР» (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.40 Т/с «СУФЛЕР» (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+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.40 Т/с «СУФЛЕР» (16+)

22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Прощание (16+)
00.40 Д/ф «Дорогие товарищи. Охота на композитора» (16+)

НТВ

04.55 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 Д/с «Век нашего спорта» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.20 Новости

ЗВЕЗДА

06.00 «Не факт!» (12+)
06.30 «СССР. Знак качества» (12+)
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

ТВЦ

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

09.05, 12.35, 05.45 Специальный репортаж (12+)
09.25 «Культурные» (12+)
10.30 Смешанные единоборства. Д. Поурев - Дж. Гейджи. UFC. Трансляция из США (16+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
06.10 «Золотые звезды Кабардино-Балкарии».

СРЕДА, 9 июля

14.55 Д/с «Легенды и мифы» (16+)
17.00 «Тайны Чапман» (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 Д/с «Век нашего спорта» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.20 Новости

09.05, 12.35, 05.45 Специальный репортаж (12+)
09.25 «Культурные» (12+)
10.30 Смешанные единоборства. Д. Поурев - Дж. Гейджи. UFC. Трансляция из США (16+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
06.10 «Золотые звезды Кабардино-Балкарии».

06.25 «Женский портрет». Руководитель ЦПТИ КБГУ Марьяна Маржохова (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная выпуск (16+)
17.10 «Сказочная шкатулка». Сказка для детей. В. Гаршин. «Лгушка-путешественница» (6+)

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» (16+)
13.30, 17.30, 03.20 Т/с «СЛЕД» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
07.00 Легенды мирового кино
07.30 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+)

16.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
17.15, 01.55 Музыка эпохи барокко
18.10 Д/ф «Роман в камне»
18.45 Academia

МТР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 Ретроспектива. «Аргундский мляк» (12+)
06.20 «Кызыл» («Гостиная») (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Льгушкы» («Радауга»). Программа для детей (каб.яз.) (6+)
17.30 «Уузыншэм» («Будете здоровы»). Кандидат медицинских наук Мадина Цагова (каб.яз.) (12+)

ЧЕТВЕРГ, 10 июля

13.00 «Купи-продай» (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
15.00 «Неизвестная история» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 Д/с «Век нашего спорта» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.20 Новости

09.05, 12.35, 05.45 Специальный репортаж (12+)
09.25 «Культурные» (12+)
10.30 Бокс. Л. Паломино - Х. Дэвис. Bare Knuckle FC (16+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)
06.10 «Актуальная тема» (16+)
06.20 «Органы безопасности на Северном Кавказе». Северокавказская конференция, приуроченная к 80-летию Великой Победы (12+)

07.10 «Картины из прошлого» Телефизм (12+)
07.30 «Горизонт». Социально-экономическая программа (12+)
08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная выпуск (16+)

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30, 04.35 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Энциклопедия загадок»
07.00 Легенды мирового кино
07.30 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+)

17.30 Фильм-спектакль «Полтава». День победы русской армии под командованием Петра Первого над шведами в Полтавском сражении
18.40 Academia

МТР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)
06.10 «Актуальная тема» (16+)
06.20 «Уузыншэм» («Будете здоровы»). Кандидат медицинских наук Мадина Цагова (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Шэбэз уузыншэм» («Здоровое поколение») (каб.яз.) (12+)
17.40 К 80-летию Великой Победы. «Сабитгуэр зуаум зышхикахэр» («Дети войны») (каб.яз.) (12+)

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

РОССИЯ 1
05.00 Утро России
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО» (12+)

ТВЦ
06.00 «Настраение»
08.20 Х/ф «ВЕРНИСЬ В СОРРЕНТО» (16+)
11.30, 14.30, 17.50 События

22.00 «В центре событий» с Анной Проруховой
23.05 «Хорошие песни» (12+)

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

ЗВЕЗДА
06.00 «СССР. Знак качества» (12+)
08.55, 09.10 Х/ф «МЕРСЕДЕС УХОДИТ ОТ ПОГОНИ» (16+)

ПЯТНИЦА, 11 июля

11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженковым» (16+)
12.00 Информационная программа 112 (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 Д/с «Век нашего спорта» (12+)

02.55 Смешанные единоборства. Д. Льюис - Р. Насименто. UFC. Трансляция из США (16+)

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

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

СКАНАЛ
05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» (16+)

12.10 Д/с «Первые в мире»
12.45 Оттепель. В добрый час
13.05 «Мост над бездной»

МИР 24
ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Новости. Утро. 1КБР» (16+)

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

1 КАНАЛ
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.05 «Слово пастыря» (0+)

РОССИЯ 1
05.00 Утро России. Суббота
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)

ТВЦ
06.55 «Православная энциклопедия» (6+)
07.20 Х/ф «КОГДА ПОЗОВЕТ СМЕРТЬ» (16+)

13.05 Х/ф «ЗЕРКАЛА ЛЮБВИ» (16+)
14.45 Х/ф «ЗЕРКАЛА ЛЮБВИ» (16+)
17.20 Х/ф «СЛАДКАЯ МЕСТЬ» (16+)

РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

СУББОТА, 12 июля

11.35 «Легенды кино». Александр Панкратов-Черный (12+)

РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

финал. 1/2 финала. Прямая трансляция
14.05 Все на Матч! Прямая трансляция
14.15 Хоккей. КХЛ. Чемпионат ЭхЗ. Суперфинал. Матч за 3-е место.

ОТР
ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Древняя культура адыгов» (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (12+)

09.45 Тайны старого чердака
10.15 Д/ф «Исторические курорты России. 65 лет Всероссийскому детскому центру «Орленок»

МИР 24
ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Зэрыбгассы» («Программа для детей») (каб.яз.) (6+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «О земном и небесном» (12+)

09.00 Х/ф «НЕ ОБМАНИ» (16+)
10.55 «Просто & вкусно» (6+)
11.30, 14.30 События

ЗВЕЗДА
05.00 Т/с «ГОСТЬ ИЗ БУДУЩЕГО» (16+)
07.20 Х/ф «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ» (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 Смешанные единоборства. Оне FC. Прямая трансляция из Таиланда

СКАНАЛ
05.00 М/с «Маша и Медведь» (0+)

РОССИЯ К
06.30 М/ф «Не люблю - не слушаю». «Архангельские новеллы». «Волшебное кольцо»

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «О земном и небесном» (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Славянская магия» («Концерт классической музыки») (каб.яз.) (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 13 июля

1 КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
06.40 Игры, гармонь любимая! (12+)
07.25 «Здоровье» (16+)
08.30 «Золотая коллекция «Союзмультифильма» (0+)

РОССИЯ 1

06.05 Х/ф «ЛЮБОВЬ ДЛЯ БЕДНЫХ» (16+)
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА (12+)
08.20-08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ (12+)
08.35 «Когда все дома»
09.25 «Утренняя почта»

ТВЦ

06.00 Х/ф «ЭКСПЕРТ» (16+)
07.40 Х/ф «ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ» (16+)
09.35 Х/ф «СТРАШНАЯ КРАСАВИЦА» (16+)
11.30, 00.30 События
11.45 «Наша смешная жизнь» (16+)

15.50 Д/ф «Настоящий детектив. Фреска на крови» (16+)
16.40 Д/ф «90-е. Жены миллионеров» (16+)
17.35 Х/ф «СОСЕДИ» (16+)
21.50 Х/ф «ШАГ В БЕЗДНУ» (16+)
00.45 Х/ф «ШАГ В БЕЗДНУ» (16+)

НТВ

04.45 Т/с «ДЕЛЬТА» (16+)
07.20 «Игры разума» (0+)
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.20 «Первая передача» (16+)

20.30 Д/с «Легенды советского сыска. Годы войны» (16+)
22.10 Т/с «ЕРМАК» (16+)
03.05 Д/с «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ» (16+)
05.05 Д/с «Подпольщики» (16+)
05.45 Д/с «Сделано в СССР» (12+)

РЫБ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.30, 16.30 «Новости» (16+)
09.00 «Самая народная программа» (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Д. Льюис ЧП. Расследование (16+)
07.05, 09.10, 16.50 Новости
07.05, 09.10, 16.50, 21.30 Все на Матч! Прямая трансляция
09.15 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» (6+)

02.55 Велоспорт. Альфа-Банк Первенство России. Трансляция из Пензы (6+)
03.55 Новости (0+)
04.00 Триатлон. Мировая серия. Мужчины. Трансляция из Германии (6+)

ОТР

06.00 «НАТО». Хроника жестокости (12+)
06.15 «Дети и родители». Советы психологов (12+)
06.45 «ТВ-галерея». Заслуженный деятель искусств КБР, скульптор Михаил Тхакумашев (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Ракурс». Выставка работ Александра Янина в г. Владикавказ (12+)
17.20 «Будущее в настоящем». Художник Алим Пашт-Хан (12+)

СТРАНАЛ

05.00 Т/с «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ» (16+)
07.45 Х/ф «ГЕНИЙ» (16+)
10.55 Т/с «ОПАСНЫЙ!» (16+)
18.05 Х/ф «КРУТО!» (16+)

РОССИЯ К

06.30 М/ф
08.00 Х/ф «ЖИЛ-БЫЛ НАСТРОЙЩИК...» (16+)
09.10 Тайны старого чердака
09.40 Д/ф «Петр Великий. История с французским акцентом»

17.25 Х/ф «ПЕЧНИКИ» (16+)
18.45 Д/ф «Область сердца»
19.30 Новости культуры
19.45 Х/ф «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ» (16+)

МТР 24

06.00 «Республиканская программа»
06.20 «Классика мажорам» («Концерт классической музыки») (каб.яз.) (12+)
07.00 «Дз кытхуанар...» («Что осталось с нами»). Заслуженный работник культуры РФ, писатель, журналист Борис Мазихов (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Сила любви». Спектакль Кабардино-гоосратратра им. Ади Шогенцуква (каб.яз.) (12+)
18.15 «Жомакъга чакъырабз» («Приглашение в сказку») (балк.яз.) (6+)
18.35 «Ана тилим-жаным-тигим, ёз дуниям» («Родной язык – душа моя, мой мир»). МОУ СОШ с. Зведзского (балк.яз.) (12+)
19.20 «Си гъуэзкъыкхэр» («Мои воспоминания») (каб.яз.) (12+)

РАДИО КБР

Понедельник, 7 июля
00.00, 05.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъам 99,5-FM
01.35, 10.25, 16.25 «Фэр папцъэ»
02.00, 22.00 «Жэщыбг нэужьым»

10.05, 16.05 «Адыгхэр: тхьдэр, хабзэр»
10.50, 13.50 «Лъапкъэ йуцъыгъ» (6+)
11.05, 17.35 «Халкъ жырла»
11.30 «Миллет хазнабыздан» (12+)

Среда, 9 июля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъам 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»
02.00, 20.05, 23.30 «Орайда»

Пятница, 11 июля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъам 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»
02.00, 20.05, 23.25 «Орайда»

07.45, 13.45 «Эзэман пэджэж» (16+)
08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.20, 17.05 «Алтын хазна»
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)

09.20, 15.05 «Планета детства» (6+)
10.05, 16.25 «Дингузэу» (16+)
10.15, 16.15 «Еджалпэ» (16+)
10.20, 16.20 Адыг уэрэдыжхэр (6+)

Пятница, 12 июля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъам 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»
02.00, 20.05, 23.25 «Орайда»

08.20 «Кюборчек» (6+)
08.35 «Тай макъамла»
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа»
10.05 «Гъашэм и дамыгъэ» (16+)

09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа»
10.05 «Гъашэм и дамыгъэ» (16+)
10.25, 16.05 «Прозам и напкъыуэцхэр»
10.45, 16.45 «Лэгъуыгъы» (6+)

Суббота, 13 июля

00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъам 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»
02.00, 05.30, 20.00, 23.30 «Орайда»

11.21, 16.21 «Топалайчык» (6+)
11.30, 16.30 «Акъ таулары жырлары»
12.00, 18.00 «Хорошее настроение» (12+)
12.44, 18.44 «Спорт-лайн» (12+)

Воскресенье, 13 июля

00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъам 99,5-FM
01.38 «Лъапкъэ и фыгууэцхэр»
02.00 «Жэщыбг нэужьым»

Итого недели

07.00, 13.00 «Си Къабардей-Балкъэр» (16+)
07.40, 14.40 «Фэр папцъэ»
08.10, 15.10 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)

Редакция не несет ответственности за содержание текстов программ ТВ-каналов

График совершения намазов по КБР

Table with 7 columns: Day, Day of Week, Sunrise, Noon, Afternoon, Evening, Night. Rows show prayer times for days 07.07 to 13.07.

В РЕСПУБЛИКЕ НАЧАЛАСЬ СОЦИАЛЬНАЯ КАМПАНИЯ «ПРОДВИЖЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ»

• БРИФИНГ

Кабардино-Балкария стала одним из первых регионов, поддержавших эту масштабную инициативу. Кампания направлена на объединение усилий федеральных структур, экспертного сообщества и всех участников движения по созданию безопасной транспортной среды и повышению дорожной дисциплины. «Продвижение безопасности» - ключевой элемент федерального проекта «Безопасность дорожного движения», входит в национальный проект «Инфраструктура для жизни».

Социальная кампания продлится до конца ноября. Ее задача - охватить 40 регионов страны для снижения количества наездов на пешеходов. По статистике, такие ДТП остаются второй по частоте причиной аварий на российских дорогах. В прошлом году в России зарегистрировано 34367 наездов на пешеходов, в КБР - 144. Также в прошлом году в регионе выявлено 3576 нарушений ДТП пешеходами. На пресс-конференции подчеркнуто, что в стране ведется системная масштабная работа по повышению безопасности дорожного движения.

Спикеры пресс-конференции - министр просвещения и науки КБР Анзор ЕЗАОВ, министр здравоохранения КБР Рустам КАЛИБАТОВ, министр по делам молодежи КБР Азамат ЛЮЕВ, заместитель министра транспорта и дорожного хозяйства КБР Али АХОХОВ, врио заместителя начальника управления Госавтоинспекции МВД по КБР, подполковник полиции Рамазан ЛИГИДОВ, Уполномоченный по правам ребенка в КБР Амина БАДРАКОВА и эксперт проекта «Социальная кампания «Продвижение безопасности» Александр КОРЕЦКИЙ рассказали о том, какие инструменты помогут улучшить статистику и сформировать культуру безопасного поведения на дорогах.

Рамазан Лигидов отметил, что значение проекта «Продвижение безопасности» гораздо выше, чем кажется на первый взгляд: «Зачастую ошибки, которые совершают пешеходы, связаны с незнанием и непониманием уровня угрозы. Те, кто знает и соблюдает все правила и нормы поведения на дорогах, не только обеспечивают безопасность, но и задают определенный уровень воспитания и обучения нового поколения участников дорожного движения. Эта кампания научит детей основам поведения при передвижении по проезжей части, а

На прошлой неделе в пресс-центре Дома молодежи состоялась пресс-конференция Госавтоинспекции МВД России. Мероприятие было посвящено официальному запуску социальной кампании «Продвижение безопасности».

взрослым поможет вспомнить о грамотном поведении на дорогах. Уверен, проект послужит серьезным дополнением к инструментарию, используемому всеми субъектами профилактики, и нам удастся сохранить больше жизней и здоровья наших граждан. Госавтоинспекция республики окажет всяческое содействие в реализации всех запланированных мероприятий».

Азамат Люев подчеркнул, что безопасность на дорогах начинается с воспитания детей. «Наше ведомство создало сеть молодежных центров, где регулярно проводятся мероприятия по обучению правилам дорожного движения. В летний период мы активно взаимодействуем с детскими оздоровительными лагерями. В этом сезоне охватим около 8,5 тысячи детей. Вожатые проводят программы по ПДД в каждую смену. Священнослужители со своими прихожанами также участвуют в этой работе. Важное направление - подготовка тематического контента в доступной для юных зрителей форме. Например, наш совместный с Госавтоинспекцией видеоролик набрал более 20 тысяч просмотров в социальных сетях. Муниципально-молодежные центры помогают организовывать обучающие мероприятия в парках и других массовых местах», - сказал А. Люев.

Амина Бадрасова продолжила тему подрастающего поколения: «С раннего возраста важно прививать детям чувство безопасности и осознание опасности, чтобы уменьшить число ДТП. Дети, как губки, впитывают все, что видят и слышат. Сегодня наша главная задача как взрослых - объяснить им правила дорожного движения и безопасного поведения на дорогах. Это касается родителей, учителей, тренеров и всех, кто окружает наших детей».

Анзор Езаов также коснулся темы воспитания. Он отметил, что дети и институт семьи изменились. Процесс формирования личности теперь во многом зависит от личного примера. Нынешнее поколение более развито в некоторых вопросах, чем родители. Не принимает на веру безусловные истины, ему нужны доказательства. Поэтому подход к обучению и воспитанию должен меняться. Однако он считает, что ситуация

не критическая. Современные дети зачастую более законопослушны, чем старшее поколение, и лучше соблюдают правила, в том числе на дорогах. Важно закладывать эти знания еще на уровне дошкольных образовательных организаций, а затем интегрировать в школьную программу и дополнительное образование. В школах уже существуют объединения «Юный инспектор движения». А. Езаов предложил внедрить эти знания в каждый предмет, чтобы добиться максимального эффекта.

Говорить о безопасности на дорогах невозможно, не обсудив их состояние. Али Ахатов рассказал о том, что уже сделано и какие планы на ближайшее будущее: «Мы применяем комплексный подход: обновляем трассы, устанавливаем современное освещение, барьерные ограждения, тротуары, дорожные знаки, разметку и искусственные неровности. Новый нацстандарт дал возможность привести в порядок более 1400 пешеходных переходов, 394 из которых находятся на расстоянии 100-150 метров, тогда как обычная - за 50. За шесть лет действия нацпроекта «Безопасные и качественные дороги» (рассчитан до 2030 года) выделено свыше 28 миллиардов рублей. Из них на мероприятия по повышению безопасности дорожного движения - 2,3 миллиарда рублей. В этом году на эти цели выделено 600 миллионов рублей. Благодаря системной работе аварийность на пешеходных переходах за последние пять месяцев снизилась, смертность сократилась на 70 процентов по сравнению с аналогичным периодом прошлого года. Мы продолжаем проводить мероприятия по профилактике ДТП, чтобы снизить аварийность и полностью исключить гибель людей на дорогах».

Рустам Калибатов рассказал о причинах гибели людей в ДТП и важности своевременной первой помощи. Он также отметил изменения в нормативно-правовой базе, касающиеся оказания первой помощи, и дал рекомендации педагогам и инструкторам. Учебный центр на базе «Медицины катастроф» проводит теоретические и

практические занятия для медработников. С 2021 года в Перинатальном центре реализуется программа по обучению мам правилам безопасности в семейных поездках. Организаторами тренингов стали сотрудники госавтоинспекции Нальчика, медики и представители противопожарно-спасательной службы.

Родители осознают важность этого обучения. Аналогичная работа ведется и в вузах республики. Статистика показывает, что смертность при ДТП высока: более 50 процентов пострадавших погибают на месте. Своевременная первая помощь может спасти жизнь. В чрезвычайных ситуациях могут растеряться даже опытные медработники, поэтому важно тщательно прорабатывать методику оказания первой помощи. С прошлого года мы участвуем в межведомственной рабочей группе, которая анализирует и совершенствует эту помощь, - отметил Р. Калибатов.

Александр Корецкий подвел итоги: «По составу спикеров видно, что проблема дорожной безопасности действительно комплексная и требует совместных усилий. За десять лет работы в таком формате статистика аварий и смертности стабильно снижается. В этом году соцкампания достигнет небывалых масштабов. Объединит более 300 тысяч человек - это только те, кто получит светоотражающую продукцию и пообщается с нашими консультантами. Публикации в СМИ и эффект «сараянского радио» обеспечат широкий охват. Пешеходы - самая многочисленная и свободная категория участников дорожного движения. Воздействовать на них сложно, поэтому социальная кампания - самый эффективный способ донести правильные установки».

После пресс-конференции журналисты посетили автошколу и автозаправочную станцию. Там они увидели, как проходит работа с пешеходами, с будущими и действующими водителями.

Социальная кампания «Продвижение безопасности» проводится в рамках федерального проекта «Безопасность дорожного движения». Этот проект входит в национальный проект «Инфраструктура для жизни». Кампания органично продолжает работу нацпроекта «Безопасные качественные дороги».

Ангела КУДАЕВА

КАБАРДИНО-БАЛКАРИЯ ОТМЕТИЛА ДЕНЬ МОЛОДЕЖИ

В столице республики бурлила энергия молодости и энтузиазма. На площадках организованных Министерством по делам молодежи КБР, были развернуты интерактивные зоны, спортивные состязания, образовательные лекции и творческие мастерские, объединившие сотни молодых людей со всей республики.

Перед главным корпусом Кабардино-Балкарского государственного университета им. Х.М. Бербекова прошла масштабная ярмарка с участием студентов и гостей университета. Также с песнями и танцами выступили студенты КБГУ. Особое внимание привлекли выступления ансамбля «Каллисто» и театра песни КБГУ «АмикС», которые поразили зрителей яркие впечатления. Были организованы тематические площадки с угощениями, фотозона и благотворительная ярмарка, где все желающие могли приобрести изделия ручной работы. Кроме того, для участников проводились спортивные соревнования с призами.

Особое внимание привлекли площадки, посвященные патристическому воспитанию. В Ореховой роще развер-



28 июня масштабным праздником в Нальчике и муниципальных районах республики отметили День молодежи - праздник молодости, энергии и стремления к переменам. Он превратился в яркий фестиваль, охвативший несколько площадок, где гостям были предложены разные активности.



нулась военно-спортивная игра «Сила России», где каждый желающий мог попробовать собрать и разобрать автомат, написать письмо в поддержку участников СВО, принять участие в плетении маскировочных сетей. Здесь же можно было собрать маленькую модель робота или запустить дрон на симуляторе. В Доме молодежи прошли военно-спортивные игры, выставки и соревнования по мини-футболу.

Лучшим муниципалитетом в сфере молодежной поли-

тики стал Терский район, которому вручили диплом и сертификат на 1 млн рублей за занятое первое место в рейтинге эффективности реализации молодежной политики среди муниципальных районов и городских округов республики.

Завершилось празднование торжественным мероприятием в республиканском Доме молодежи. Заместитель Председателя Правительства КБР Залим КАШИРКОВ зачитал обращение Главы республики: «Молодежь Кабардино-Балкарии - движущая сила будущего. Ваша энергия и осознанная сопричастность к судьбе Отечества помогут построить новую сильную Россию. Уверен, вы станете проводниками значимых идей и созидательных свершений на благо республики». Особое внимание было уделено тем, кто приложил усилия для развития молодежной политики в регионе: были отмечены лучшие работники, среди которых сотрудники Минмолодежи и Минцифры КБР.

Ляна БАТЫРОВА.
Фото Тамары Ардавовай

Людмила КАЛАБЕКОВА: ТВОРЧЕСТВО И ОБУЧЕНИЕ — БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Это интервью мы записывали в офисе компании, который называют «Домом дизайнера». Просторный офис в современном стиле – это не про громкие цвета и акценты, здесь все тихо и элегантно, но при этом по-настоящему уютно. В таком пространстве отдыхает глаз и можно легко представить, с каким удовольствием сюда приходят на работу сотрудники. По признанию Людмилы, этот офис – ее любимый проект: сложный, при этом самый грандиозный и быстрый по реализации, в который она вложила все свои знания.

Пройдя непростой путь, Людмила Калабекова нашла свое предназначение и успешно его реализует.

Окончила школу № 29 г. Нальчика с золотой медалью и мечтой стать архитектором. Но родители настояли на экономическом образовании. Окончив КБГСХА с красным дипломом, обивала пороги организаций и не могла устроиться на работу. Амбиции привели ее в Москву, где, проработав два года делопроизводителем в Федеральном агентстве по здравоохранению, поняла, что офисная работа не для нее. Вернувшись в Нальчик с накоплениями, открыла магазин женской одежды и семь лет занималась его развитием – изучала рынок, выезжала за новыми коллекциями, занималась производством упаковочной ленты.

Но мечта звала, и ее время пришло. Переломный момент произошел в 2013 году. Людмила отправилась в Москву на обучение в Академической школе дизайна. Полгода жила на два города и уже, будучи студенткой, реализовала первый проект.

Мне очень повезло, подруга доверила мне дизайн двух квартир на одной площадке в престижном районе Москвы. Это был великолепный старт и большая удача для новичка без опыта. Проект назывался «Уединение». Все прошло отлично. Но уже тогда я поняла, что школа не дает самого важного – знаний о технической части: бюджетировании, коммуникациях и переговорах с подрядчиками. Я всему училась на своих ошибках, буквально на стройке. Постепенно возникла идея собственной школы дизайна.

ДЕЛЮСЬ ГОТОВЫМ НАБОРОМ ЗНАНИЙ

Школа «ВСЕГДАДИЗАЙН» – молодое детище, которому всего три года. Все, что нарабатывала за 12 лет, я буквально упаковала в курс «молодого бойца». В его основе не только творческая составляющая, но и знания о нюансах на всех этапах. Какие подводные камни встречаются в создании сметы, последовательность этапов, подписание актов и договоров, на чем можно и нельзя сэкономить.

МОЯ МИССИЯ

Основатель бюро дизайна «КАЛАБЕКОВА» Людмила КАЛАБЕКОВА много лет шла к своей детской мечте. Сейчас она руководитель крупной компании, в структуру которой также входит школа «ВСЕГДАДИЗАЙН» и магазин отделочных материалов «ДИЗАЙН-МАМА». От идеи до воплощения онлайн-обучение – весь спектр услуг дизайна можно получить в одном месте.

Весь набор навыков, включая психологию общения с клиентом. На курс принимаются не более 10-12 человек, поскольку это большой объем работы и чертежей, которые зачастую приходится проверять ночами. Мы даем конкретный алгоритм, следуя которому, можно начать работать, не боясь ошибиться. Все преподаватели – практикующие специалисты. Наши студенты изучают историю стилей, графическую визуализацию, колористику, я сама преподаю эргономику, материаловедение, бюджетирование и психологию общения с клиентом. Приходят к нам на обучение не только молодые люди, но и в возрасте 50 плюс – бухгалтеры, врачи, юристы. Все они осознали, что хотят чего-то большего, но было сложно перебороть страх. Для них это тоже определенный переломный момент. Первые заказчики студенты получают уже на учебной скамье. Я гарантирую сопровождение. Однажды была у нас студентка 72 лет. Когда-то ей, 16-летней выпускнице школы, не хватило полбала для поступления в строительный вуз. Так вот, она была идеальной студенткой – пунктуальной, внимательной и исполнительницей. Было невероятно приятно, что я могу передать опыт человеку с серьезным жизненным багажом. Делюсь готовым набором знаний. Муж как-то сказал, что я сама создаю себе конкурентов. Но я считаю, что людей, которые смотрят в одном направлении и делают информацией, должно быть больше. К тому же мы вращаем необходимые для нас кадры. 60 процентов наших выпускников продолжают практику. При школе «ВСЕГДАДИЗАЙН» сложился клуб, где для участников есть свои бонусы.

ЗАЧЕМ НУЖЕН ДИЗАЙН?

У нас до сих пор популярен ремонт, «как у соседа». Неоклассика, которая была в моде последние пять-семь лет, превратилась в сплошной шаблон. Материалы под мрамор со светлыми прожилками, стены серые с рамочками, одинаковые серые или бежевые шкафы до потолка, даже люстры однотипные. Стиль стал претить. Мне не хочется копировать шаблоны. Это неинте-



ресно. Все в этом мире уже придумано, но можно интерпретировать, переосмыслить, перенести экстерьерные элементы в интерьер. Это работа объемом, композиции, цветов и смыслов. Иногда человек находит понравившуюся картинку в интернете и думает, что справится с ремонтом сам, но приходится совмещать ремонт с работой, семьей и развлекать рабочих, которые не всегда понимают, как это реализовать. Когда в итоге человек заселяется и недочеты становятся очевидны, это очень расстраивает. Сегодня заказчики понимают, что без дизайнера не обойтись. Дизайн – не просто красота. Нужно быть менеджером, логистом и психологом. В первые годы приходилось завоевывать уважение мастеров. Им казалось, что я выскочка, которая пытается что-то диктовать. Сейчас у меня высококвалифицированная команда. В «Доме дизайнера» работают 15 человек, в офисе шесть постоянных сотрудников и двое на аутсорсе. Помимо этого, бригада мастеров – маляры, плиточники, сантехники и электрики. Наш прораб Алим ГЛАШЕВ на постоянной основе осуществляет технадзор. Мы понимаем друг друга с полуслова. Я уверена, что при его участии все будет сделано идеально. Я командный игрок, всегда знала, что у меня будет команда надежных специалистов.

НЕ СТОЯТЬ НА МЕСТЕ

Подход к ремонту стремительно меняется. Так же, как и материалы. Но нельзя сломать голову покупать все новое. Надо позволить рынку все это переварить. Посмотреть, как ведут себя те или иные продукты, насколько они экологичны. Магазин отделочных материалов, который находится в этом же здании за стеной, появился из необходимости компактного расходования личного времени. Нужно все время держать руку на пульсе. Помогают специализированные журналы, поездки на выставки, путешествия, изучение материалов, вдохновляясь работой зарубежных ди-

зайнеров. Сейчас, заходя в пространство, сразу вижу, что где встанет, но, как и любой уважающий себя архитектор, возвращаясь на план сверху и работаю с формами и объемами. У нас очень сильная база по эргономике, а это красота и практичность. В первую очередь мы прислушиваемся к пожеланию клиента, но если заказчик ограничивает мою фантазию, это скорее конструктор идей, чем творчество. Мне нравятся эклектика – сочетание разных стилей и элементов, американская классика и стиль contemporary.

ИЗ ЧЕГО

СКЛАДЫВАЕТСЯ ПРОЕКТ

К нам обращаются и физические, и юридические лица. Мы работаем официально, оформляем все необходимые документы. Начиная с дизайнера рекомендуемую оформить деятельность, это расширит возможности и клиентскую базу. Я рада, что у нас есть свои постоянные клиенты, для которых реализуем проекты жилых или коммерческих помещений. Это длительная интеллектуальная работа. Нужно внимательно присмотреться к семье, учесть интересы детей и пожилых людей. Например, рост мужа и жены и кто в семье готовит. Однажды делали дизайн для семьи, где для мужа ростом под два метра сконструировали на кухне отдельно стоящий остров, поскольку он любит готовить, а для жены рабочую зону стандартной высоты. Для пожилых людей нужны кресла повыше и ванна определенной высоты. В семье может быть подросток, который захочет принять участие в обсуждении.

На реализацию проекта, как правило, уходит год. Контроль осуществляется на каждом этапе. Титанический интеллектуальный труд не может стоить дешево.

Поэтому быстро, качественно и дешево не бывает. Пока длится реализация проекта, клиенты не ходят за мной по пятам. Им не нужно контролировать процесс, разве что из любопытства двое из десяти могут зайти на стройку и убедиться, что процесс идет отлаженно. Когда наступает день икс и я вручаю им ключи, мой любимый момент – любоваться реакцией. Когда человек заходит в свое новое пространство, восхищенно осматривает и пробует на ощупь – неповторимо и каждый раз трогательно. Заказчики могут даже спустя полгода написать сообщение, что влюбляются в новое пространство все сильнее. Про себя отметила, что больше запоминается тот проект, где в финале приглашают выпить чай с заказчиком.

Людмила КАЛАБЕКОВА.

Фото из личного архива Л. Калабековой



(Окончание. Начало на 6-й с.)

Отпраздновали свадьбу Иналы КАРАЦУКОВА и Миланы ЗОЛОВОЙ. Они познакомились три года назад на окружном форуме добровольцев в Адыгее. Она осетинка из соседнего Ирафского района. Это говорит о том, что одно из направлений деятельности Молодежного центра – межнациональные отношения реализуется. Во дворе Дома молодежи состоялся традиционный обряд «унзиш» – знакомство с новой семьей.

В этот день почетными гостями нашего Центра были советник руководителя Росмолодежи Лейла ЗОТОВА, министр по делам молодежи КБР Азамат ЛЮЕВ и глава администрации Лескенского района Сафарби ИНЖИЖИКОВ.

Также в этот день завершилась традиционная ежегодная акция в поддержку героев специальной военной операции и их семей. Она стартовала 12 июня, в День России. Любой желающий мог присоединиться к ней и внести свой вклад.

ДОМ ДЛЯ ЯРКИХ ИДЕЙ И СМЕЛЫХ МЕЧТАНИЙ

БЕЗ ТРУДНОСТЕЙ НЕ БЫВАЕТ

Хотелось бы обратить внимание на то, что в нашем регионе наблюдается наличие высокого потенциала среди молодого поколения, характеризующегося инициативностью и патриотизмом. Однако в процессе работы возникает ряд специфических проблем, например, обусловленных географической удаленностью некоторых сельских населенных пунктов. Кроме того, есть категория молодежи, не проявляющая явного интереса к предложенным форматам и направлениям деятельности. Для преодоления подобных трудностей разрабатываются и внедряются разные стратегии и подходы, направленные на вовлечение молодежи в социально значимые проекты и активизацию их гражданской позиции.

Еще одной значимой проблемой в нашей деятельности является наличие бюрократических барьеров, которые могут существенно замедлять процесс реализации инициатив. Излишняя отчетность и необходимость многочисленных согласований могут негативно сказываться на оперативности и эффективности реализации проектов, направленных на развитие молодежной среды и повышение уровня вовлеченности молодых в общественную жизнь.

Вопросы от «Горнянки»

Какие ответы вы бы могли дать молодым людям, стремящимся внести свой вклад в развитие общества?

Мы все ответственны за то, чтобы делать мир лучше. Начните с малого: помогите соседу, уберите двор, организуйте акцию в классе или селе. Это уже вклад. Ищите

единомышленников, объединяйтесь с теми, кто разделяет ваши идеи. Делитесь ответственностью, действуйте, а не ждите идеальных условий. Не откладывайте на потом из-за страха или трудностей. Начните с того, что можете сделать здесь и сейчас. Не ждите, что кто-то все решит за вас. Если видите проблему, предложите решение. Для этих целей и создаются по всей стране молодежные центры. Государство поддерживает молодежь, так как она влияет на развитие страны, помогает достичь устойчивого социально-экономического роста, глобальной конкурентоспособности и национальной безопасности.

Для достижения профессионального роста развивайте навыки: коммуникация, проектирование, управление временем. Изучайте опыт других, будьте открыты новым знаниям. Не бойтесь ошибок – они неизбежны и помогают расти. Анализируйте их, делайте выводы и двигайтесь дальше. Не все получается с первого раза, и это нормально. Трудности неизбежны, но важно не сдаваться. Верьте в себя и свою идею. Ваша энергия и убежденность – главный двигатель для достижения поставленных целей.

Почему вы выбрали работу с молодежью?

Молодежь – неиссякаемый источник энергии, новаторских идей и смелых взглядов. Быть рядом, когда этот потенциал раскрывается, бесценно. Работая с молодыми людьми, я вношу свой вклад в формирование будущего нашего района, республики и страны. Моя миссия – помогать формировать активных, ответственных и неравнодушных граждан.

Ангела ГУМОВА



ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ БОЛЬШОЙ СЕМЬИ

Я обожаю готовить. Для меня это не просто еда, а способ сделать что-то особенное для своих родных. Недавно решила слепить пельмени. Звучит просто, но на самом деле это куча работы и креатива.

Встала рано утром. Сначала замесила тесто, чтобы было мягкое и не рвалось. Потом сделала фарш, начинку из свежих продуктов. Целый день лепила пельмени, вложив в это всю душу. Руки уже отваливались, но я не сдавалась, пока не сделала их идеальными.

Когда все было готово, накрыла стол и позвала домашних на ужин. Все были в восторге. Хвалили меня и радовались. Это было супер приятно, когда твои старания замечают.

Когда пельмени закончились, я немного загрузила. Сама не успела попробовать их. Семья большая, наверное, надо готовить больше раза в два. Хорошо, когда твои труды ценят, но хочется, чтобы это длилось подольше.

На следующий день снова взялась за готовку, как и каждый свой свободный день. Мне нравится радовать членов семьи вкусной едой и видеть их счастливыми. Для меня это способ показать свои чувства через еду и разгрузить голову после работы, например.

Дана

А ТЫ ЧТО ИЩЕШЬ?

Заходя в паблики, я, как и многие другие люди, ищу возможность отвлечься от повседневных забот и рутины. Но мои ожидания от онлайн-общения несколько иные, чем у некоторых. Хотелось бы находить интересные диалоги, читать что-то веселое и позитивное, что могло бы поднять настроение и добавить положительных эмоций в мою жизнь. Я понимаю, что у каждого человека свои интересы и взгляды на жизнь. Однако порой удивляет содержание некоторых обсуждений: вместо конструктивного общения и обмена позитивными впечатлениями можно наткнуться на негатив и грубость. Хочется верить, что люди, которые так себя ведут, просто пытаются подобным образом сбросить напряжение или выразить свои эмоции. Но все же это не делает онлайн-пространство более приятным для общения. Возможно, дело в том, что каждый из нас наполнен тем, что отражает его внутренний мир. Если в жизни человека преобладает негатив, он может невольно транслировать его в своих комментариях и сообщениях. Я не осуждаю никого, но хотелось бы видеть больше доброты и понимания в онлайн-дискуссиях. Мне кажется, что в интернете можно найти много интересных и позитивных сообществ, где люди общаются на волнующие их темы, поддерживают друг друга и делятся хорошим настроением. Но иногда приходится потратить немало времени, чтобы найти такие группы. В любом случае я не перестаю верить в возможность встретить в интернете интересных людей и поучаствовать в увлекательных диалогах. Надеюсь, со временем онлайн-пространство станет более дружелюбным и позитивным для всех его участников.

Вика

НЕ ПРОСТАВИЛАСЬ

Привет, дорогие читатели «Горянки»! Хочу поделиться с вами своими впечатлениями от новой работы. Первые три дня прошли, и я чувствую, что в коллективе что-то не так. Коллеги ведут себя немного настороженно, и меня это немного беспокоит.

Во время обеденного перерыва одна из девочек шепнула мне, что в этом коллективе принято покупать торт и конфеты для коллег. Я была в недоумении: зачем это нужно? Я пришла сюда работать, а не заводить друзей. У меня нет цели влиться в какую-то особую корпоративную культуру, если она противоречит моим представлениям о работе.

Это не первая моя работа, но нигде такого не было. Я всегда старалась сосредоточиться на своих обязанностях и выполнять их качественно. Но здесь, похоже, все по-другому.

Может быть, это просто особенность этого коллектива? Или попытка установить какие-то неформальные правила? Я не уверена, что хочу принимать участие в таких традициях. Но пока не понимаю, как реагировать и стоит ли вообще что-то менять в своем поведении.

Вспомнила, что когда приходила на предыдущие места работы, никто не требовал от меня покупки сладостей или чего-то еще. Может быть, это просто местный обычай, который я не понимаю?

В любом случае постараюсь разобраться в ситуации и понять, как себя вести дальше. Надеюсь, что смогу адаптироваться и найти общий язык с коллегами. Но пока я не готова жертвовать своими принципами ради того, чтобы вписаться в какую-то неформальную традицию.

Марина

ЗА ЕГО СПИНОЙ

В современном мире, где все чаще говорят о равноправии и партнерстве, я хочу стоять за своим мужчиной. Хочу, чтобы он сам решал, как нам жить и что делать, чтобы я могла быть его опорой и поддержкой.

Когда смотрю на своего мужчину, вижу сильного и уверенного в себе человека, который способен принимать решения и нести за них ответственность. Хочу вернуть в него и поддерживать во всех начинаниях. Хочу слушать его, понимать его мысли и чувства, быть рядом в радости и в горе.

Для меня важно, чтобы мой мужчина был главнее не в плане подавления личности или ограничения свободы, а в плане традиционного понимания семейных ценностей. Хочу, чтобы он чувствовал мою поддержку и уверенность в нем. Верю, что это поможет ему достигать новых высот и преодолевать трудности.

Конечно, в современном мире сложно представить отношения, где один человек полностью доминирует. Но для меня важно найти баланс между поддержкой и равноправием. Хочу быть не просто партнером, но и верным другом, который всегда будет рядом. Хочу, чтобы мы вместе строили нашу жизнь, обсуждали планы и делились мечтами. Хочу быть той, кто поддержит его в любой ситуации, поможет преодолеть трудности и достичь целей. Хочу быть за его спиной, как за каменной стеной, и знать, что он всегда будет заботиться обо мне.

Быть опорой для любимого человека - это не только помощь в трудные моменты, но и поддержка в радостные дни. Хочу разделить с ним все радости и печали, быть с ним в любых обстоятельствах. Верю, что вместе мы сможем преодолеть любые преграды и построить крепкую и счастливую семью.

Санета

Как прежде, уже не будет

Иногда мне сложно найти баланс между дружбой с подругами и отношениями с мужем. Подруги хотят приходить ко мне в любое время, но муж может чувствовать себя некомфортно, когда они у нас дома. С одной стороны, я хочу сохранить дружбу, ведь подруги - важная часть моей жизни. С другой - должна учитывать чувства мужа и создавать уют для всех.

Подруги обижаются, если я не могу открыть им двери в любое время, как раньше. Им нужно понять, что моя жизнь изменилась: теперь я должна думать не только о себе, но и о муже. Кажется, после замужества они чувствуют себя лишними. Хочу, чтобы подруги знали, что я их ценю, но и муж должен чувствовать себя комфортно.

Думаю, нам всем нужно открыто поговорить об этом - и с подругами, и с мужем. Хочу найти способ сохранить дружбу и создать уют для всех. Может, нам просто нужно больше понимания и терпения, чтобы привыкнуть к новым условиям.

Е.

Личное пространство

В наше время отношения между людьми становятся все сложнее. Важные вопросы, такие как доверие, личное пространство и понимание, выходят на первый план. Особенно это заметно в эпоху технологий и социальных сетей. У меня возникла проблема, с которой сталкиваются многие пары: муж часто проверяет мои соцсети, читает переписку и интересуется моей онлайн-жизнью. Это вызывает у меня дискомфорт и напряжение.

Чувствую, что он нарушает мое личное пространство, и это мешает мне общаться с друзьями и выражать свои мысли в переписке. Мне надоело постоянно ссориться, и я хочу найти решение. С одной стороны, доверие важно в отношениях, хочется знать, что происходит с партнером. С другой - каждый имеет право на личное пространство и свободу.

Мы с мужем могли бы обсудить наши чувства и опасения открыто. Воз-

можно, он беспокоится о чем-то конкретном или просто привык все контролировать. В любом случае нужно найти компромисс, который устроит нас обоих. Я могла бы сказать ему, что мне важно свободно общаться и выражать себя в соцсетях. Муж в свою очередь мог бы объяснить свои мотивы и понять меня.

Мы могли бы договориться о некоторых правилах. Например, что каждый из нас имеет право проводить время в интернете без вопросов и объяснений. Но это уже совсем другая история, не из кавказской семьи.

А я бы хотела, чтобы мы помнили, что отношения - это работа двух людей. Поиск компромисса между доверием и личным пространством может укрепить наши отношения. Надеюсь, в итоге мы сможем понять друг друга, сохраняя при этом мое право на личное пространство и свободу.

Жанета

Парадокс

Давно замечаю, что в современном мире есть тенденция: некоторые люди, которые, возможно, не так много времени уделяют чтению или изучению специализированной литературы, оказываются довольно успешными в общении и взаимодействии с окружающими. Они легко находят общий язык с людьми, уверенно высказывают свои мысли и добиваются успеха в различных сферах жизни.

Почему так происходит? Возможно, дело в том, что умение общаться и взаимодействовать с людьми зависит не только от знаний, полученных из книг, но и от многих других факторов. Например, от социальных навыков, умения слушать и слышать, гибкости мышления и способности адаптироваться к различным ситуациям.

Люди, которые не склонны к углубленному чтению, могут компенсировать недостаток теоретических знаний практическим опытом, наблюдательностью и умением быстро ориентироваться в новых условиях. Они часто общительны, открыты к новому, умеют находить нестандартные решения в разных ситуациях.

С другой стороны, я встречала людей, которые много времени уделяют учебе и чтению, но при этом испытывают трудности в общении. Возможно, они слишком погружены в свой внутренний мир, не всегда могут выразить свои мысли ясно и убедительно или не умеют слушать собеседника.

Не хочу сказать, что книги и образование не важны. Наоборот, образование и любовь к чтению считаются фундаментом современной личности и профессионального роста. Однако успех в жизни зависит не только от теоретических знаний, но и от практических навыков, умения работать в команде, общаться и находить общий язык с разными людьми.

Наверное, идеальный человек, предприниматель должен сочетать в себе начитанность и высокий уровень социальных навыков.

Кроме того, не стоит забывать о том, что каждый человек уникален, и то, что работает для одного, может не подойти другому. Важно находить баланс между теоретическими знаниями и практическими навыками, между чтением книг и общением с людьми. Только так можно достичь гармонии и успеха в жизни, я считаю.

Алина

Фотография говорит о многом

Чувствую себя растерянной и расстроенной из-за слов мамы о моем парне. Увидев его фотографию, она решила, что он мне не подходит, потому что похож на плохого человека и бездельника. Но я знаю его совсем другим. Он из хорошей семьи, имеет работу, машину, квартиру, у него прекрасный характер. Я уверена в своем выборе и понимаю, как важно жить с человеком, с которым можно прожить жизнь в гармонии. С одной стороны, понимаю, что родители всегда хотят нам лучшего и в большинстве случаев правы. С другой - не могу игнорировать свои чувства и уверенность. В XXI веке трудно найти человека, с которым будет душевно хорошо, и я не хочу упустить шанс на счастье. Мне тяжело, что мама не видит, как я счастлива. Вероятно, она действует из лучших побуждений, но ее мнение на основе внешности меня огорчает. Пыталась показать ей, какой он на самом деле, но этого недостаточно. Хочу, чтобы мама понимала: я взрослая и способна сама принимать решения. Ценю ее мнение и заботу, но также хочу, чтобы уважала мой выбор. Не хочу жертвовать счастьем ради ее одобрения и создавая конфликт в семье. Кажется, нам нужно больше разговаривать, чтобы понимать друг друга. Надеюсь, мы найдем общий язык и я смогу убедить ее, что мой парень - человек, с которым хочу быть.

Зарета

ОТРАЖАЯ ОПАСНОСТЬ

Недавно в республике стартовала социальная кампания «Продвижение безопасности» в рамках федерального проекта «Безопасность дорожного движения».

Организаторы мероприятия провели встречи с пешеходами и водителями, раздавая световозвращающие ленты. С наступлением летних каникул дети больше времени проводят на улице. Между тем наезд на пешеходов, в том числе детей, остается самым распространенным видом ДТП в России. Зачастую аварии в темное время суток происходят потому, что водители не успевают вовремя среагировать на внезапно появившихся юных пешеходов. Одним из лучших способов избежать таких аварий – использование одежды и аксессуаров со световозвращающими элементами. В Научном центре безопасности дорожного движения МВД РФ доказали, что использование таких элементов снижает риск наезда на пешехода более чем в шесть раз. Еще согласно международным исследованиям, чтобы водитель смог отреагировать на внезапно появившегося пешехода, в среднем потребуются две секунды. За это время, двигаясь со скоростью 60 километров в час, машина проезжает 32 метра. В таком случае водителю удастся только объехать пешехода, а на торможение потребуется еще пара десятков метров.

При ближнем свете фар человек виден не далее чем за 30 метров. Наличие световозвращающего элемента на одежде увеличивает расстояние видимости при

ближнем свете фар до 130 метров, а при дальнем – до 300 метров. Это дает водителю лишние секунды для принятия решения.

Световозвращающую ленту или нашивки рекомендуется наносить в виде горизонтальных и вертикальных полос на нижнюю наружную часть брюк, на рукава, на головные уборы, перчатки и обувь. Большинство производителей детской одежды уже стали оснащать свои модели встроенными световозвращающими элементами. Однако если они отсутствуют, стоит купить и пришить их самостоятельно. Не следует переживать за внешний вид изделия – на оборот, световозвращающий элемент станет ярким аксессуаром.

ОБО ВСЕМ ПОНЕМНОГУ

В ближайшее время в силу вступит новый штраф. За отказ остановиться по требованию полиции штраф повысили до 7-10 тысяч рублей, сейчас он – 500 рублей. Закон принят в третьем, окончательном, чтении.

Хотела бы напомнить водителям о штрафе до 5000 рублей за перевозку в машине алкоголя без маркировки. Наверняка многие не знают, что перевозка спиртного или похожих жидкостей без правильной маркировки запрещена законом. Можно везти домашние настойки или самогон



только до десяти литров. Еще больше – нарушение с штрафом от 3000 до 5000 рублей и конфискацией алкоголя.

В Госдуме предложили ввести специальные номерные знаки зеленого цвета для электромобилей. Авторы инициативы считают, что такие номера будут символизировать поддержку государством водителей, выбирающих экологически чистый транспорт.

Скоро появятся официальные правила дорожного движения для пользователей СИМ. В обновленных ПДД также введут штрафы за езду в нетрезвом состоянии и превышение скорости на СИМ. Это может сделать передвижение на таких устройствах более безопасным для всех

• ЗА РУЛЕМ

участников дорожного движения.

К 2030 году на российских дорогах начнут курсировать беспилотные такси. Такой прогноз озвучили в Министерстве транспорта РФ. В течение ближайших пяти лет планируется создать всю необходимую инфраструктуру, обеспечивающую безопасность движения автономных такси как для пассажиров, так и для остальных участников дорожного движения. В частности, уже ведется разработка нового дорожного знака, который будет предупреждать водителей и пешеходов о зонах, где могут появляться беспилотные автомобили.

Страховщики подтвердили полную готовность к запуску штрафов за отсутствие полиса ОСАГО, фиксируемых камерами. Эту систему штрафов запустят до 1 ноября. Это значит, что именно с этой даты, несмотря на техническую готовность начать хоть сейчас, и начнут приходить «письма счастья». При этом власти предложили ввести новую функцию на госуслугах, с помощью которой водители смогут легко и быстро оформить страховку.

При переезде собственника транспортного средства и смене места регистрации следует уведомить об этом ГИБДД в течение десяти дней. Если не предоставить сведения в течение этого времени, можно получить штраф от 1500 до 2000 рублей.

Удачи на дорогах!

Арнелла КУДАЕВА.

Фото Тамары Ардавовай



БАРСИК В ТАПОЧКАХ

- Два года назад мы с мужем подобрали на улице кота, - рассказывает Амалина из Нальчика. - Не смогли пройти мимо и оставить его в тяжелом состоянии. Это было бы для него мучительной смертью. Кот был грязный, в клещах и болячках, голодный, испуганный и обессиленный. Но самое ужасное, что его задние лапы волочились по земле. Сразу отвезли его в ветеринарную клинику и начали лечение. Через три дня, проведенных в клинике, он все еще передвигался ползком, но уже не кидался на еду. Мы его навещали каждый день. Рентген показал, что перелома нет, и это немного утешало. Через неделю коту стало лучше. Он встал на лапы и даже смог пройти небольшое расстояние. Мы забрали его домой. Реабилитация заняла еще полгода. Периодически ставили ему капельницы и делали уколы.

Назвали нашего нового друга Барсиком. Ветеринар сказал, что ему около шести-семи лет. Нам повезло: кот по характеру оказался спокойным, хотя мы его и с вредными привычками не бросили бы на произвол судьбы. Важно помнить, что, беря питомца домой, принимаете в семью нового жильца со своими особенностями, привычками и характером. Конечно, наш уклад жизни с появлением пушистого друга изменился. Нужно заботиться о Барсике, покупать или готовить ему еду, убирать за ним и чаще поддерживать чистоту в квартире. Но все это не в тягость и забывается, когда видишь, сколько тепла и радости приносит общение

• КОТОВОД

с ним. А однажды он спас нас от пожара. Можно сказать, что это была его благодарность нам. Мы с мужем не было дома, а наш одиннадцатилетний сын играл в наушниках на компьютере. По его словам, внезапно к нему подбежал Барсик и начал громко мяукать. Сын спросил: «Что тебе? Хочешь есть?» Пошел кормить кота, тут впереди него побежал на кухню, а на плите горела крышка от пластикового контейнера. Таким образом, Барсик спас наш дом от пожара. В этом мире все взаимосвязано и не случайно. Муж называет его котом в сапогах. Они часто вместе отдыхают на диване. Барсик любит спать на его тапочках. Когда пыталась подкладывать свои, кот или уходил, или запрыгивал ко мне на колени. Я понимала это как одолжение: если хочешь внимания, разрешаю меня погладить. Тогда решила провести эксперимент. Купила две пары больших тапочек для мужа и себя. Подумала, может, Барсик предпочитает спать на большей площади и поэтому выбирает его тапочки. Из новых двух пар он снова выбрал обувь супруга.

Барсик неприхотлив в еде, ест все, что мы предлагаем. Наша семья живет на третьем этаже, поэтому он часто пытается поймав птичку, сидя на подоконнике. Возможно, когда жил на улице, охотился на них. Кот достаточно ласковый, но чужим людям не разрешает себя трогать. По характеру спокойный, но иногда задумчивый. В такие моменты говорю, обнимая его: мы тебя не предадим, ты дома.

Барсик обожает играть с пустыми коробками и прятаться в них. Может часами сидеть внутри. Однажды очень испугался, когда коробка зашевелилась, так как не знала, что внутри прячется Барсик. Мне кажется, эта привычка осталась у него еще с уличной жизни, когда он был вынужден скрываться. Говорят, у кошек хорошая память, они способны сохранять информацию на долгое время и вспоминать ее спустя годы. Видимо, Барсик многое пережил, раз до сих пор не может забыть свое бродячее прошлое. Надеюсь, со временем он забудет обо всех своих невзгодах и настоящему будет счастлив с нами.

Ангела ГУМОВА

Не искала признания и не ждала высоких наград

• ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

В администрации сельского поселения Верхний Акбаш Терского района торжественно проводили на заслуженный отдых сотрудницу, пользующуюся уважением в коллективе, профессионала своего дела. Русета ТХАИТЛОВА проработала в администрации села 45 лет, последние 15 из которых - специалистом первой категории.

Русета Назировна активно занималась общественной работой, более восьми лет была членом Совета женщин села, возглавляла Союз пенсионеров сельского поселения Верхний Акбаш. Участвовала во всех общественно-политических, культурных и школьных мероприятиях родного села. Пять раз избиралась депутатом сельского Совета, показала себя как ответственный и инициативный человек.

За многолетний добросовестный труд удостоена Грамоты Президиума Верховного Совета СССР, юбилейной медали и Знака к 90-летию профсоюза работников государственных учреждений России, также получала грамоты от руководства местной администрации села.

Односельчане и коллеги отзываются о ней с теплотой, как о родном человеке, с которым легко и приятно работать. Она ни минуты не сидит без дела. Всю сознательную жизнь старается помогать людям и советом, и делом.

Русета Тхайтлова после школы поступила на годичные бухгалтерские курсы в Нальчике. Успешно окончив учебу, вернулась в родное село. Ее трудовая биография началась в колхозе имени Орджоникидзе. Позже стала секретарем в сельском Совете, а затем возглавила военно-учетный стол. Любила работать с молодежью, с энтузиазмом организовывала молодежные мероприятия в селе. Работа проводилась в тесном сотрудничестве со школой и домом культуры. Эта деятельность приносила ей удовольствие. Русете Назировне нравились четкость и порядок, которые царили в этой системе. Военная дисциплина, собранность и организованность - все это было ее стихией. Неудивительно, что в те годы возглавляемый ею военный учебный центр считался одним из лучших в районе. Она вела переписку с командирами частей, где служили верхнеакбашские ребята, и с интересом следила за их судьбой. Переживала за каждого как за родного человека. Чувствовала ответственность за всех.

Когда освободилось место бухгалтера в администрации села, Русета Тхайтлова решила применить на практике знания, полученные во время учебы. Затем с 2010 года и до выхода на пенсию работала специалистом первой категории.

Русета Назировна - скромный человек, который не стремится к признанию и не ждет высоких наград. Свою жизнь посвятила развитию родного села и счастью, что многие годы работала на любимой работе.

Выражаем ей глубокую признательность за многолетнюю и безупречную профессиональную деятельность. Желаем крепкого здоровья, благополучия, оптимизма, а также искренней заботы и любви со стороны близких ей людей.

С уважением администрация сельского поселения
Верхний Акбаш и Совет женщин при администрации села





ВРЕМЯ ПОВЕРИТЬ В ЛУЧШЕЕ

В стремительном темпе жизни благодаря хорошему чтению, поводит Марина ОСИЛОВА, можно замедлить время и побыть наедине со своими мыслями. Считает, что та или иная книга зачастую дает ответ на важные жизненные вопросы, которые не сможет дать специалист в области педагогики или психологии. - На необитаемый остров взяла

• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

ной главы в другую. Каждая новая начинается с одной-двух эпитафий, задающих настроение главе. Интрига раскрывается ближе к финалу повествования.

Каждая глава - новый инсайт, а весь роман - изысканное произведение искусства. Здесь несколько временных линий, и каждый раз, начиная одну из них, не хочется, чтобы она заканчивалась, однако переходить на другую, и уже она прочно поселяется в твоём читательском сердце. Такая вот магия повествования. Отдельные эмо-

бы то, что обязательно захочется перечитать. Это роман «Поменяй воду цветам» Валери ПЕРРЕН. Мысли, эмоции и рассказ о жизни от первого лица завораживают и гарантируют стопроцентное погружение в книгу. Роман удивительно пронзительной грустью, трогательностью и светлой печалью. В особо тяжелый момент жизни именно «Поменяй воду цветам» будет как нельзя кстати, чтобы развеяться, отвлечься и снова поверить в лучшее.

«Мои соседи ничего не боятся. Они не платят налоги, не лгут, не шумят, не дают обещаний, не ждут, не надеются. Ведь они - мертвецы». Такое начало может отпугнуть читателя, к счастью, в моем случае роман был рекомендацией подруги, и я решила не останавливаться на полпути.

Сюжет разворачивается вокруг главной героини Виолетты Туссен, которая на протяжении многих лет служит смотрительницей обычного французского кладбища. Автор с вниманием к деталям подробно описывает его атмосферу, домик смотрительницы, природу и все, что там происходит. Надо сказать, что с первых строк возникает приятное, теплое чувство, несмотря на обстановку, в которой разворачивается действие. Домик смотрительницы видится уютным домашним очагом, где с удовольствием могут выпить чай посетители кладбища. Кроме того, главная героиня записывает в свои тетради тексты прощальных речей, и многие родственники заходят их почитать. Вообще, все, что касается Виолетты, окутано ощущением нежности и любви.

Самый важный вопрос - как и почему она стала смотрительницей кладбища. «Минус один человек - и мир обезлюдел». Кто этот человек для самой Виолетты Туссен - загадка большей части книги, которая открывается читателю медленно и постепенно из од-

нции вызвал дневник одной героини с повествованием о прожитых и непрожитых моментах. Невольно размышляешь о том, насколько люди порой сами усложняют себе и близким жизнь, причиняя боль. Большую симпатию вызывает мудрый Саша, без его помощи и поддержки Виолетта бы не справилась. Истории всех героев заставляют пересмотреть свою жизнь, пока еще есть время, пока не поздно. Заставляют видеть лучшее вокруг. Мне кажется, спасение Виолетты произошло именно благодаря ее необычной профессии смотрительницы кладбища, а история ее жизни так прочно сплелась со множеством историй прошлых жизней, покоившихся здесь людей, что они стали чем-то единым.

Как бы странно ни прозвучало, это исцеляющая книга, она о любви и преданности, предательстве и мщении, радости и пустоте, а еще о людях с их бесконечными поисками себя в этой жизни. Эмоции истории настолько яркие, что иногда просто приходилось откладывать книгу и пытаться осознать происходящее. Невозможно не проживать с героями их жизнь. От постоянной остроты впечатлений на некоторых моментах буквально перехватывает дыхание. Финал истории прекрасен, наверное, он был лучшим при сложившихся обстоятельствах. Восхитительная книга, несмотря ни на что, полная жизни и света, а еще любви к себе и своим близким. Теплая, тягучая, мягкая, очищающая душу и сердце. Хочется порекомендовать всем и каждому.

Уверена, что второй раз буду читать ее более вдумчиво и с еще большим удовольствием. Для современных произведений это большая редкость.

Лиана ШОРДАНОВА.

Фото Тамары Ардавовой

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



ЛЕТНЕЕ ЛАКОМСТВО

Вполне понятно, почему самым летним лакомством считается мороженое. Его разновидностей так много, что каждый найдет на свой вкус и предпочтения. Да и рецептов можно найти немало. Многие из них легко приготовить любая хозяйка в домашних условиях.

- Наградой за труды станут восхищение и благодарность домочадцев, которые с удовольствием будут наслаждаться лакомством, - говорит Карина СИБЕКОВА из Нальчика. - У меня дети школьного возраста, часто просят купить или приготовить им мороженое. По возможности исполняю их просьбу.

СЛИВОЧНОЕ

Ингредиенты: 300 мл молока, 250 мл жирных сливок, 35 г сухого молока, ½ стакана обычного сахара, 1 ч. ложка ванильного сахара, 10 г кукурузного крахмала.

Для глазури: 1 плитка темного шоколада, 0,5 пачки сливочного масла.

Способ приготовления. Смешать сахар с сухим молоком. Добавить обычное молоко (оставив 50 мл) и перемешать до растворения всех комочков. Растворить крахмал в остатках молока. Добавить смесь молока с сахаром до кипения. Выключить и добавить растворенный крахмал. Размешать и дать смеси загустеть. Снять с огня, процедить и накрыть полиэтиленовой пленкой. Дать остыть. Холодные сливки взбить до мягких пиков. Ввести в них остывшую молочную смесь. Залить смесь в формы для эскимо, дать схватиться в морозилке и вставить палочки, а можно и без них обойтись.

Приготовление глазури: шоколад растопить на водяной бане, добавить сливочное масло и перемешать. Достать мороженое из формы, окунуть в глазурь и дать глазури немного схватиться. Положить мороженое на бумагу и поместить в холодильник.

БАНАНОВОЕ

Ингредиенты: 1 спелый банан, 1 ст. ложка меда, 125 г (стаканчик) натурального йогурта.

Для глазури: плитка молочного шоколада, 100 г жирных сливок.

Способ приготовления. Нарезать банан кусочками. Выложить банан, йогурт и мед в блендер. Взбить все до однородной массы. Разложить по формочкам. Поставить в морозилку на два-три часа. **Приготовление глазури.** Растопить на водяной бане шоколад, добавить к нему сливки и размешать до полного соединения. После остывания окунуть в глазурь и дать немного схватиться. Положить мороженое на бумагу и поместить в холодильник.

ШОКОЛАДНОЕ

Ингредиенты: 100 г горького шоколада, 300 мл молока, 85 г сахара, 3 яичных желтка, 300 г сливок для взбивания.

Способ приготовления. Разломать шоколад на кусочки, выложить в кастрюлю и залить молоком. Поставить на умеренный огонь и помешивать, пока шоколад не растворится. Остудить молоко. Венчиком взбить сахар с желтками. Помешивая, влить молоко и поставить на слабый огонь. Довести до легкого загустения, постоянно размешивая. Не кипятить смесь. Поставить кастрюлю в емкость с ледяной водой и, помешивая, охладить. Взбить миксером холодные сливки до кремообразной консистенции и смешать с молочной смесью. Выложить массу в широкую форму, накрыть крышкой или пленкой и поместить в морозилку на три-четыре часа.

КОКОСОВОЕ

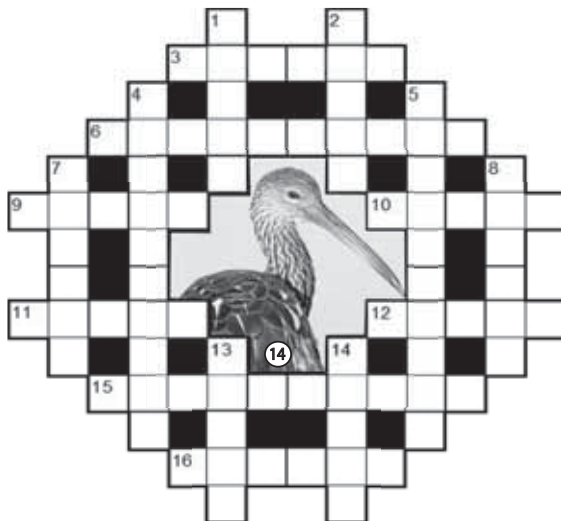
Ингредиенты: 35 г белого шоколада, 70 г сгущенного молока, 50 г сливок любой жирности, 200 г сливок для взбивания, 100 г кокосовой стружки.

Способ приготовления. Растопить шоколад в микроволновке или на паровой бане и смешать со сгущенкой. Влить 50 г сливок любой жирности и еще раз перемешать. Убрать в холодильник. Миксером взбить холодные сливки до кремообразной консистенции. Не останавливаясь, тонкой струйкой влить охлажденную шоколадную массу. Взбивать еще раз в течение минуты. Выложить массу в широкую форму, накрыть крышкой или пленкой и убрать в морозилку на один час. Затем смешать с кокосовой стружкой и замораживать еще три часа.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.

Фото Тамары Ардавовой

КРОССВОРД



Ответы на кроссворд
По горизонтали: 3. Мулбай, 6. Ястребинка, 9. Довод, 10. Индир, 11. Волан, 12. Юстас, 15. Виндсерфер, 16. Обойма.
По вертикали: 1. Гуара, 2. Базис, 4. Ассоциация, 5. Акантастер, 7. Бойкот, 8. Дренаж, 13. Сдоба, 14. Арама.

По горизонтали: 3. Город на западе Индии на побережье Аравийского моря. 6. Лекарственное растение. 9. Мысль, факт, приводимые в доказательство чего-либо. 10. Примат из Красной книги. 11. Спортивный инвентарь с шестнадцатью перьями. 12. Псевдоним Штрицла в шифровках. 15. Парусная доска. 16. Коробка, магазин для патронов.

По вертикали: 1. Гривистый волк. 2. Совокупность отношений, лежащих в основе надстройки. 4. Мысленная связь между несколькими восприятиями. 5. Морская звезда, терновый венец. 7. Способ протеста. 8. Способ осушения земель. 13. Калорийная выпечка. 14. Пастушковый журавль.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА



«СПАРТАК-НАЛЬЧИК» ЗАВЕРШИЛ ПЕРВЫЙ КРУГ ЮФЛ ЮГ С ДВУМЯ ПОБЕДАМИ

В пятницу на стадионе «Спартак» в Нальчике завершился первый круг Юношеской футбольной лиги Юг. В 13-м туре «красно-белые» принимали команду «Кубань» из Краснодара.

Спартаковцы надеялись завершить первую половину сезона на приятной ноте. Неделю назад они обыграли лидера турнира - Академию футбола Краснодарского края со счетом 2:1. В матче против «Кубани» хозяева сразу же завладели инициативой и уверенно контролировали игру, не давая возможности сопернику создавать опасные моменты.

В середине первого тайма спартак-овцы провели стремительную атаку на ворота соперника. Ислам КАЖАРОВ сделал точный пас на Рената АПШАЦЕВА. Капитан убежал от защитника и мощным ударом поразил цель - 1:0.

Второй тайм также остался за красно-белыми. Р. Апшацев, А. КАНЦАЛИЕВ, И. КИПОВ и И. Кажаров несколько раз били по воротам, но не смогли забить. Однако настойчивость игроков привела к ошибке защитника гостей, которой воспользовался капитан «Спартак», - 2:0.

Зрители больше в этом матче не увидели голов. «Спартак» победил и поднялся в турнирной таблице на 11-е место. Первый круг завершился, но уже 5 июля стартует второй. Команда отправится в Астрахань на матч с «Волгарем».

Анжела КУДАЕВА

МОЖНО ЛИ КУПАТЬСЯ В ФОНТАНАХ?

Во время летней жары все больше людей искушаются освежиться в городских фонтанах. Дети, а порой и взрослые окупаются в них, не задумываясь о последствиях. О потенциальных рисках купания в фонтанах рассказал доцент кафедры хирургии, ортопедии и травматологии медико-биологического факультета, заместитель декана по практической медицине медико-биологического факультета Северо-Кавказского федерального университета, кандидат медицинских наук Сергей КУБАНОВ.

Фонтаны - объекты, предназначенные для благоустройства городской среды, а не для купания. Это относится как к фонтанам с пешеходными струями, бьющими прямо из-под ног, так и с резервуарами. Купание в них представляет серьезную угрозу для здоровья, об этом же предупреждает и Роспотребнадзор, - комментирует он.

Эксперт отмечает, что вода в фонтанах не подвергается очистке и не обеззараживается по требованиям, предъявляемым к местам для купания. Перед вами или вашим ребенком в фонтане могли побывать птицы или бродячие собаки. В этой среде создаются благоприятные условия для размножения различных микроорганизмов, бактерий, вирусов и паразитов (возбудителей кишечных инфекций, стрептококков, стафилококков, гельминтов, энтеровирусов и вируса гепатита А). Заражение возможно при попадании даже небольшого количества такой воды на слизистые оболочки, открытые ранки и ссадины на теле.

Сами конструкции фонтанов часто не отличаются безопасностью: скользкое покрытие и неизолированные инженерные коммуникации могут стать причиной травм, особенно у детей. Опасность представляет и внезапный напор воды (сильная струя может ударить в глаза или другие части тела), также есть риск электротравмы в фонтанах с подсветкой.

По мнению эксперта, в жаркие дни особую опасность для здоровья представляет и резкий перепад температуры. Когда разгоряченное тело внезапно оказывается в холодной воде, это может вызвать серьезные физиологические реакции: резкий скачок артериального давления, спазм сосудов и как следствие судороги. Особенно уязвимы к таким перепадам дети и люди с ослабленным здоровьем.

Для безопасного охлаждения в жаркую погоду эксперт рекомендует использовать специально оборудованные места для купания и напоминает, что купание в городском фонтане является нарушением общественного порядка и предусматривает административную ответственность по статье 20.1 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях («Мелкое хулиганство»).

Наш корр.

ПОЛЕЗНЫЕ ДЕСЕРТЫ: СЛАДОСТЬ БЕЗ ВРЕДА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

В эпоху осознанного питания многие отказываются от десертов, опасаясь набрать лишний вес или навредить организму. Однако полностью исключать сладкое из рациона необязательно. Существует много рецептов полезных десертов, которые не только вкусные, но и полезные для здоровья. Они могут стать отличным дополнением к сбалансированному питанию, помогая удовлетворить потребность в сладком без ущерба для здоровья.

Почему стоит готовить полезные десерты?

Традиционные десерты часто содержат много сахара, насыщенных жиров и искусственных добавок. Эти ингредиенты могут привести к набору лишнего веса, ухудшению состояния кожи, зубов и общему самочувствию.

Полезные десерты состоят из натуральных ингредиентов с низким содержанием сахара. Они богаты витаминами, минералами, клетчаткой и полезными жирами. Такие десерты не только не вредят здоровью, но и способствуют улучшению пищеварения, поддержанию иммунитета и общему благополучию.

Примеры полезных десертов:

1. Фруктовые.

Фрукты - один из самых полезных и доступных ингредиентов для десертов. Они содержат витамины (особенно витамин С), антиоксиданты, минералы (калий, магний) и клетчатку. Фруктовые десерты легко приготовить, и они отлично утоляют тягу к сладкому.

* Фруктовые салаты: нарежьте любые фрукты (яблоки, груши, бананы, апельсины, киви, ягоды) и смешайте их в миске. Добавьте немного натурального меда, сиропа агавы или кленового сиропа для сладости. Можно посыпать сверху орехами (миндалем, грецкими орехами, кедровыми орешками) или семенами чиа для дополнительной текстуры и пользы.

* Свежевыжатые соки и смузи - отличный способ получить заряд витаминов и минералов. Смешайте любимые фрукты и ягоды в блендере, добавив немного воды или йогурта для консистенции.

* Фруктовое мороженое: заморозьте нарезанные фрукты (например, бананы, манго или клубнику) в морозилке, а затем измельчите их в блендере до состояния мороженого.

2. На основе йогурта.

Йогурт - источник белков, кальция, витаминов группы В и пробиотиков, которые поддерживают здоровье кишечника. Он также содержит меньше сахара по сравнению с обычными десертами.

* Йогуртовые муссы: взбейте натуральный йогурт с медом, ванилью или сиропом агавы до получения воздушной консистенции. Можно добавить кусочки фруктов или ягоды.



* Йогуртовые парфе: слоями выложите в стакан или баночку натуральный йогурт, нарезанные фрукты, немного гранолы или орехов.

* Замороженный йогурт: переложите натуральный йогурт в контейнер, добавьте любимые фрукты и перемешайте. Поставьте на несколько часов в морозилку.

3. Творожные.

Творог - источник белка и кальция, который способствует укреплению костей и мышц. Он также содержит полезные жиры и витамины группы В.

* Творожные сырки: смешайте творог с яйцами, мукой и сахарозаменителем. Обжарьте на сковороде до золотистой корочки. Можно подавать на стол с ягодами или медом.

* Творожные пудинги: взбейте творог с медом, ванилью и яйцами. Выложите в форму и запекайте в духовке или приготовьте на водяной бане.

* Творожные десерты с сухофруктами: смешайте творог с нарезанными сухофруктами (изюмом, курагой, черносливом) и подавайте на стол с орехами.

4. С медом и орехами.

Мед - натуральный подсластитель, богатый антиоксидантами, витаминами и минералами. Орехи содержат полезные жиры, белки, витамины и микроэлементы.

* Медовые орехи: обжарьте орехи (миндаль, фундук, грецкие орехи) и подавайте на стол с медом.

* Ореховые смеси: смешайте разные виды орехов с медом и сухофруктами (изюмом, сушеной клюквой, финиками).

* Мед с имбирем: смешайте мед с тертым имбирем и корицей. Это отличное средство для укрепления иммунитета и улучшения пищеварения.

5. Овсяные.

Овсянка - источник клетчатки, витаминов группы В, магния и антиоксидантов. Она помогает улучшить пищеварение, поддерживать уровень

энергии и снизить уровень холестерина.

* Овсяные печеня: смешайте овсяные хлопья с медом, орехами и сухофруктами. Выпекайте до золотистой корочки.

* Овсяный пудинг: залейте овсяные хлопья горячим молоком или йогуртом, добавьте мед и фрукты. Оставьте на несколько часов, чтобы овсянка набухла.

* Каша из овсянки: сварите овсянку на воде или молоке с добавлением меда, фруктов и орехов.

Советы по приготовлению полезных десертов

* Используйте натуральные подсластители: вместо обычного сахара используйте мед, стевию, кокосовый сахар, сироп агавы или кленовый сироп.

* Добавляйте больше фруктов и ягод: они не только придают десертам сладость, но и обогащают их витаминами и антиоксидантами.

* Выбирайте обезжиренные молочные продукты - йогурт, творог и молоко с низким содержанием жира помогут снизить калорийность десертов.

* Включайте орехи и семена: они содержат полезные жиры, белки и витамины.

* Экспериментируйте с разными ингредиентами: не бойтесь пробовать новые сочетания и находить свои любимые рецепты.

* Готовьте десерты дома: так вы будете уверены в качестве и составе ингредиентов.

Заключение

Полезные десерты - это не только вкусно, но и полезно. Они могут стать отличным дополнением к вашему рациону, помогая поддерживать здоровье и хорошее самочувствие. Замените традиционные десерты на натуральные и свежие ингредиенты и увидите, как ваше тело и настроение отблагодарят вас.

Майна БЕКОВА.

Фото Тамары Ардаевой

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

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

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

Выходит по средам.
Тираж **1030**. Заказ **1395**.
Время подписания в печать
по графику - **18.00**
Фактически **1 июля в 17.00**
Индекс - **31222**

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

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