

№ 43 (1364)

22 октября 2025 г.

Издается с 1993 г.

Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамары Арбаевой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Подписку на газету «Горянка» на первое полугодие 2026 года можно оформить во всех отделениях почтовой связи или онлайн на сайте Почты России по коду



Стоимость на 6 месяцев – 1074,30 руб.

ПОЧТОВЫЙ ИНДЕКС – П5409

Милана ЭТУЕВА,

председатель комиссии Молодежного совета при ОП КБР, член правления ОО «Точка опоры»

С. 5

С. 4

В НАЛЬЧИКЕ ЗАВЕРШИЛСЯ ТЕАТРАЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ



С. 13

ПАМЯТЬ, ЗАПЕЧАТЛЕННАЯ В ХОРЕОГРАФИИ



С. 15

К ЧЕМУ ПРИВОДЯТ СПОНТАННЫЕ ПОКУПКИ



С. 16

МОЛОДЕЖНОМУ ТЕАТРУ «СЫРИНЭ» ПЯТЬ ЛЕТ

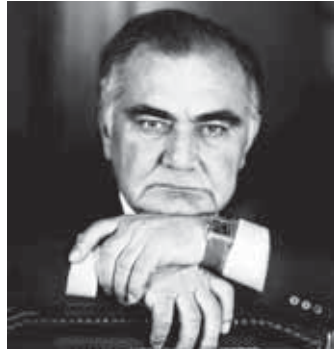


В КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ ПРОШЛИ МЕРОПРИЯТИЯ, ПОСВЯЩЕННЫЕ ПАМЯТИ ПЕРВОГО ПРЕЗИДЕНТА РЕСПУБЛИКИ В.М. КОКОВА

Выдающийся политический деятель, первый Президент КБР и достойный гражданин России Валерий Мухамедович КОКОВ – человек, внесший большой вклад в укрепление федерализма и государственности РФ. Мудрый политик, сумевший сохранить в республике мир и стабильность в самое трудное для нее время, в начале 90-х годов. Он руководил республикой 13 лет, о чем жители КБР вспоминают с особой теплотой. Его усилиями был заложен прочный фундамент мира и согласия, на котором Кабардино-Балкария сегодня уверенно строит свое социально-экономическое развитие.

В Общественной палате КБР состоялся «круглый стол», посвященный 84-й годовщине со дня рождения Валерия Мухамедовича Кокова. На мероприятии присутствовали представители органов государственной и муниципальной власти, общественных объединений республики, члены ОП, видные общественные деятели, сотрудники министерств и ведомств.

Память выдающегося государственно-го деятеля почтили минутой молчания. Председатель Общественной палаты КБР Хазратали БЕРДОВ открыл «круглый стол», обратившись к собравшимся с речью. Он подчеркнул большую роль Валерия Кокова в истории Кабардино-Балкарии, отметив его мудрость и дальновидность в сложные для республики времена. «Он был убежденным сторонником укрепления Российского государства, одним из инициаторов и активных участников процесса подготовки и подписания Федеративного договора, сыгравшего важнейшую роль в сохранении суверенитета Российской Федерации и единства ее многонационального народа. Проблемы всей страны, в том числе урегулирование осетино-ингушского конфликта и налаживание мирной жизни в Чеченской Республике – к его мнению прислушались не только коллеги, но и руководители федеральных органов власти. К нему с до-



верием и уважением относились первые лица Российского государства.

Какой бы высокий пост он ни занимал, всегда оставался простым и скромным человеком, тонко чувствовал нужды людей, старался помочь каждому обратившемуся к нему за помощью. Уверен, абсолютное большинство жителей Кабардино-Балкарии

согласятся с тем, что всем нам неизменно повезло в том, что в сложнейшие периоды девяностых и начала двухтысячных годов республикой руководил именно Валерий Мухамедович», – отметил Хазратали Бердов. Своими воспоминаниями о Валерии Мухамедовиче также поделились члены Общественной палаты.

В преддверии дня памяти в Кабардино-Балкарском государственном аграрном университете имени В.М. Кокова прошла международная научно-практическая конференция «Агрономия-2025: технологии производства, переработки и хранения продукции растениеводства», ставшая площадкой для обмена передовым опытом и обсуждения актуальных вопросов развития агропромышленного комплекса, внедрения инновационных технологий в растениеводство, переработку и хранение сельскохозяйственной продукции.

В числе основных тем конференции были затронуты вопросы современных технологий возделывания сельскохозяйственных культур, инновационные методы защиты растений от болезней и вредителей, эффективные системы удобрения и питания растений, перспективные направления в селекции и семеноводстве, современные технологии переработки и хранения продукции растениеводства, цифровизация и автоматизация в сельском хозяйстве, устойчивое развитие сельского хозяйства и экологическая безопасность.

Память первого Президента Кабардино-Балкарии почтили в городском округе Баксан. Перед ДК в его родном селе Дугубльгий, возле памятника Валерию Мухамедовичу Кокovu, собрались родные, представители общественных организаций, администрации округа, работники образовательных и культурных учреждений. К монументу выдающегося государственного и политического деятеля были возложены цветы.

В ДК им. В.М. Кокова прошел вечер старинной адвигской песни. Музыкальные и танцевальные номера подготовили известные артисты и творческие коллективы Кабардино-Балкарской Республики – Дина ХАРАДУРОВА, Ислам БЕШКУБОВ, Ислам ШИКАБАХОВ, Ислам КОДЖОКОВ, Залим КОДЗЕВ, Руслан ТЕУВАЖУКОВ, ансамбли «Ридада», «Махоган» и многие другие.

В фойе здания Дворца культуры был развернут фотостенд под названием «Кавказский сын России».

Ляна БАТЫРОВА

Папа – опора семьи и защитник Отечества

День отца в России, учрежденный Указом Президента Владимира ПУТИНА, отмечается в третье воскресенье октября. В 2025 году он выпал на 19 октября, россияне отметили его в пятый раз. Этот сравнительно новый праздник, появившийся в 2021 году, призван подчеркнуть важную роль отца в воспитании детей и жизни семьи. В День отца принято поздравлять пап, говорить им теплые слова и делать небольшие подарки.

До появления Дня отца единственным мужским праздником в нашей стране был День защитника Отечества, который отмечается 23 февраля. Этот праздник символизирует мужество, силу и готовность мужчин защищать Родину, однако он не акцентирует внимание на их роли в воспитании детей. Учреждение Дня отца направлено на укрепление института семьи и повышение значимости отцовства в воспитании подрастающего поколения.

Общественная организация «Совет женщин г.о. Нальчик» уже третий год подряд проводит творческий конкурс, приуроченный к этой дате. В мероприятии участвуют дети вместе с отцами. В год 80-летия Победы, объявленный Президентом России Годом защитника Отечества, конкурс был частью проекта «Сохранение в семьях историческую память о Великой Отечественной войне» под названием «Мы с папой – защитники Отечества».

Дети и их отцы представили 58 оригинальных поделок, выполненных из различных материалов.

Конкурс поделок требовал кропотливой труда с использованием природных материалов, картона, металла, пластика и красок. Лучшей признана работа «Поезд Победы» из дерева, созданная Асланом ЗОЛПОВЫМ и его девятилетним сыном Астаном (школа № 21). Им был вручен главный приз – электротруповерт с аксессуарами.

В центре детского творчества «Эрудит», расположенного в нальчикском микрорайоне Искож, также были подведены итоги конкурса поделок. Председатель жюри Леонид БОНДАРЕВ отметил эмоциональную связь детей с родителями. Юные участники гордятся своими отцами, с которыми много общались во время подготовки.

В преддверии Дня отца в филиале государственного фонда «Защитники Отечества» по КБР состоялось торжественное открытие новой фотовыставки под названием «Отец солдата». Выставка была посвящена важной роли отца в жизни защитника Родины и направлена на сохранение памяти о сыновьях, которые встали на защиту страны. На фотографиях, представленных на экспозиции, запечатлены два ключевых образа:

счастливые и гордые отцы рядом с сыновьями – ветеранами специальной военной операции и отцы, бережно хранящие портреты своих павших героев. Эти снимки символизируют не только семейные ценности, но и силу духа, стойкость и неразрывную связь между поколениями.

Также фондом «Защитники Отечества» была организована в первой гимназии г. Нальчика встреча с ветераном СВО Ахмедом ПШИХАЧЕВЫМ. Он рассказал о службе и важности отцовского влияния на воспитание. Упомянул своего отца – Анаса-хаджи Мусаевича ПШИХАЧЕВА, религиозного деятеля и героя, награжденного орденом Мужества посмертно. Встреча была теплой и познавательной, дети подготовили письма и рисунки для ветеранов.

В рамках акции «Мой отец – это я!» в филиале фонда «Защитники Отечества» прошло праздничное мероприятие для семей защитников Отечества. Мероприятие состоялось при поддержке Уполномоченного по правам ребенка в КБР Амины БАДРАКОВОЙ и Кабардино-Балкарского регионального отделения всероссийской общественной организации «Молодая гвардия» и «Волонтерская рота».

Также в Нальчике прошли мероприятия в рамках всероссийского героико-патриотического проекта «Мой отец – моя гордость!», организованного женским союзом «Надежда России» и приуроченного к Дню отца.

«Движение Первых» провело акцию «Вместе с папой» к Дню отца с 15 по 19 октября. Участники занимались хобби с папами или дедушками (рыбалкой, готовкой, спортом) и делились впечатлениями в соцсетях. Тысячи публикаций показали, что российские отцы воплощают принцип быть, а не казаться. В акции участвовали школьники, студенты и представители общественных объединений.

В Республиканской детской библиотеке имени Б. Пачева состоялась встреча активисток нальчикского отделения женского движения. В честь Дня отца здесь была подготовлена обширная выставка книг, включающая художественную и документальную литературу о роли отца в воспитании патриотизма. На экспозиции были представлены произведения мировой классики, современная литература и книги для детей.

Галина БАТЫРОВА, представитель женского движения, ветеран педагогического труда, высоко оценила профессионализм библиотекарей. Как бывший учитель русского языка и литературы она отметила свою любовь к книгам, регулярно читательскую деятельность и искреннюю радость от увеличения числа посетителей библиотек.

Директор библиотеки Светлана ХАТУЕВА провела презентацию книжной выставки, посвященной Дню отца. Активистки организации «Надежды России» рассказали о своих отцах.

Представители Кабардино-Балкарского отделения «Надежды России» поздравили всех отцов с праздником, пожелали мира и благополучия семьям, а защитникам Родины – скорейшего возвращения домой.

В колледже «Строитель» провели кинопоказ, посвященный этому дню, а в школе №1 с.п. Лечинкай конкурсно-игровую программу.

В селе Ново-Полтавском Прохладненского района к Дню отца для учеников младших классов СОШ им. И. Радченко и воспитанников старших групп детского сада было организовано творческое занятие под названием «Мой папа самый...»

Мероприятие началось с беседы о празднике, его значении и истории. Затем дети создали поздравительные открытки для пап. Работа была вдохновляющей и эмоциональной, каждая открытка отражала любовь. Такие мероприятия развивают творческие способности и укрепляют семейные ценности.

Ежегодно администрация Майского района ставит важную цель – найти лучших отцов. За пять лет проведения праздника сформировался внушительный список героев нашего времени, многие из которых воспитывают троих и более детей.

Благодарственные письма «За добросовестное выполнение отцовских обязанностей, ежедневный труд, терпение, ответственность и надежный старт для будущих успехов детей, а также в связи с Днем отца» были вручены отцу пятерых детей – Алексею ТЕПАЙКИНУ, а также отцам, у которых по трое детей, – Виктору ГОРДИЕНКО, Дмитрию ИВАНОВУ, Александру СЕЛИЩЕВУ, Антону ЛАМЕРДОНОВУ, Виктору ПОНЕДЕЛЬНИКОВУ, Станиславу СОНУ, Артуру БЖИНАЕВУ и Владимиру ТКАЧЕНКО.

Особенно приятно отметить, что среди награжденных оказался Дмитрий СКЛЯРОВ, исполняющий обязанности главы станции Котларевской, отец троих детей.

Церемония награждения не была единственным событием того дня. Яркая программа с выступлениями артистов и творческих коллективов района создала теплую и радостную атмосферу. Особенно трогательными были поздравления от юных участников, которые наполнили зал теплотой и радостью.

Ангела КУДАЕВА

БРИЛЛИАНТ ПРОЖИТЫХ ЛЕТ

Семья

В этом месяце в Отделе ЗАГС г.о. Нальчик свою бриллиантовую свадьбу отметили супруги из Кенже Хасанби и Мария ХАЧЕТЛОВЫ. Юбиляры в счастливом браке уже 60 лет. В День семьи, любви и верности супруги были награждены грамотой «за долгую историю семейного союза, крепость отношений, основанных на любви, верности и достойном воспитании детей» и получили медаль «За любовь и верность».

На торжественную церемонию бракосочетания пришла большая дружная семья Хачетловых. Супруги воспитали пятерых детей - Анзора, Руслана, Жанну, Фатиму и Тимура, у них 16 внуков и 18 правнуков. Под аплодисменты гостей церемонии Хасанби Кушбиевич и Мария Наибова получили из рук руководителя Отдела ЗАГС городского округа Нальчик Валентины ШЕРИЕВОЙ диплом за «отличие в семейной жизни» и медаль «за сохранение и укрепление семьи». По традиции виновники торжества расписались в Книге почетных юбиляров г. Нальчика.

Летопись семьи Хачетловых берет свое начало в далеком 1965 году, когда их еще совсем молодых - Марии было 16 лет, а Хасанби 22 года, судьба свела на Шалушкинском кирпичном заводе. Мария на школьных каникулах помогала матери, а Хасанби приехал туда купить кирпичи. Им хватило двух встреч, чтобы понять, что они созданы друг для друга. Свадьбу сыграли по всем канонам того времени - скромную и веселую на все село.

Хасанби был единственным ребенком в семье. Родился 23 мая 1942 года. Дети войны познали все тяготы того времени. Он рано потерял отца - погиб на войне и рано повзрослел. В 17 лет пошел работать в колхоз. К 22 годам уже стал зрелым мужчиной, готовым взять на себя ответственность за создание семьи.

Всю жизнь трудился на земле: был трактористом, механиком в селе Кенже, получал многочисленные награды - «За трудовую доблесть», «За достигнутые успехи в развитии народного хозяйства СССР», был награжден автомобилем «Москвич» новой в то время 412-й модели. Выйдя на пенсию, полу-

чил почетное звание «Ветеран труда».

Мария большую часть своей жизни занималась воспитанием детей, а когда они выросли, 12 лет проработала в швейном цехе. Имеет награду «Ударник социалистического труда». В селе с большим хозяйством всегда много дел. Но за ежедневными заботами как хранительница домашнего очага не забывала о самом главном - воспитании детей в лучших адыгских традициях. А еще все пятеро получили хорошее образование. Сейчас у всех свои семьи, дети и добрые воспоминания о счастливом детстве.

Сейчас у супругов счастливая старость. Они полны оптимизма и энергии, с радостью делятся с внуками и правнуками своими знаниями и жизненными уроками, которые приходят только с годами. Жизнь полна трудностей, но в браке, где есть взаимопонимание и поддержка, нет ничего сложного. Главное - суметь пронести свои чувства через все радости и невзгоды.

Внуки радуют чету Хачетловых. Но сегодня им есть за кого переживать. Двое из них являются участниками специаль-



ной военной операции: внук Ибрагим, награжденный медалью «Участник специальной военной операции», уже демобилизован, состоит в Ассоциации ветеранов СВО. В феврале на фотовыставке «Отец героя», проходившей в Национальном музее КБР, Тимуру ХАЧЕТЛОВУ, младшему сыну Хасанби Кушбиевича, было вручено благодарственное письмо от Парламента КБР за воспитание достойного сына - героя Ибрагима ХАЧЕТЛОВА.

Второй внук - Беслан находится в зоне СВО, награжден медалью «За отвагу». После окончания школы прошел срочную службу в армии в Ростовской области, после чего устроился на военную службу по контракту. Традиционные семейные ценности и безопасность Родины у него всегда в приоритете. Поэтому с началом СВО Беслан не остался в стороне и отправился защищать все, что ему дорого. Неоднократно

спасал жизнь своих боевых товарищей.

Мама Ибрагима - Залина ХАЧЕТЛОВА с большой благодарностью говорит о семье супруга, которая стала для нее родной: «Мы любим собираться все вместе в доме старших. Свекор ответственно следит за тем, чтобы мужчины оставались мужчинами. Каждый год любит выезжать со своими друзьями в однодневный поход в горы, куда берет с собой сыновей и внуков. Такие экстремальные походные условия воспитывают в них мужество, выносливость и умение быть в команде».

Дети и внуки Хасанби и Марии работают в различных областях - автослесари, портные, работники социальной сферы, представители УФСИН, строители, инженеры, воспитатели, водители, кондитеры, юристы, агроинженеры, медики, садоводы, военнослужащие... Каждый член семьи приносит пользу не только своим близким, но и ре-

спублике и стране.

Супруги Хачетловы давно на заслуженном отдыхе. Но отдыхать не привыкли. Любят радовать внуков и правнуков разными вкусностями с собственного приусадебного участка. Занимаются огородом, разводят кроликов и кур, открыли небольшой продуктовый магазинчик, которым заведует Мария. Ей нравится, что сюда заходят односельчане, с которыми можно пообщаться и быть в курсе последних новостей.

В день 60-летия совместной жизни супругам задали традиционный вопрос: в чем секрет долгой счастливой семейной жизни? Они ответили, что универсальных советов нет. Да и секретов тоже. Жизнь их не баловала. Приходилось много трудиться, в чем-то отказывать себе и преодолевать трудности. Главное - взаимопонимание и взаимоподдержка в любых жизненных ситуациях.

Алена КАРАТЛЯШЕВА

Сложный и значимый труд неравнодушных людей

• ПРОЕКТ

В октябре в республике ежегодно проводится месячник «Милосердие, приуроченный к Дню пожилого человека. О том, какие мероприятия проводятся в рамках этого проекта, мы побеседовали с Лидией ШКУГЕНОВОЙ, заместителем директора ГОУ «Республиканский комплексный центр социального обслуживания населения» Министерства труда и социальной защиты КБР, которая курирует филиалы по городскому округу Нальчик и в Чегемском районе.

В рамках месячника «Милосердие» в Нальчике и в Чегемском районе, которые весной были объединены, проходит акция «Передай добро по кругу», - говорит она. - Волонтерские движения образовательных учреждений г. Нальчика активно участвуют в этой инициативе, оказывая помощь нашим получателям социальных услуг. Помогают им в уборке помещений и приусадебных участков. Выражаем искреннюю признательность руководству, педагогам и студентам медицинского колледжа «Призвание», Кабардино-Балкарского автомобильно-дорожного колледжа и Кабардино-Балкарского колледжа «Строитель». Они всегда отзываются на нашу просьбу и принимают активное участие в наших акциях.

В рамках акции соцработники организовали благотворительную поездку на природу для более чем двадцати человек. Мероприятие прошло в теплой дру-



жеской атмосфере, подарив участникам много радости и ярких впечатлений. Подопечные не хотели расставаться, что подчеркивает важность не только материальной, но и эмоциональной поддержки для людей, получающих социальные услуги. Пикник на природе стал отличным отдыхом для пожилых людей, улучшив их эмоциональное состояние. Подопечные общались, пели и наслаждались красотой природы.

Затем во Дворце культуры села Ухусьт-Сырт Чегемского района прошло мероприятие с участием получателей социальных услуг. В нем приняли участие около 30 человек. Специалисты районной администрации активно участвовали в его организации, а школьники села

подготовили концертную программу. Были танцы и угощения, люди получили заряд положительных эмоций от общения друг с другом. Также им были вручены продуктовые наборы.

В рамках мероприятия, направленного на укрепление связей между поколениями, ученики школы «Ладья» приняли участие в спортивном состязании с нашими подопечными. Завершился турнир дружеским чаепитием и вручением памятных подарков.

ВСЕ ТРУДНОСТИ ЗАБЫВАЮТСЯ

Акция «Передай добро по кругу» продолжится до конца месяца. В ее рамках планируется провести еще ряд благотворительных мероприятий, о которых мы расскажем позже, когда они уже состоятся. В их числе и традиционная раздача продуктовых наборов. Каждый год стараемся охватить всех наших подопечных. Но в первую очередь гуманитарной помощью обеспечиваем инвалидов-колясочников и инвалидов первой группы. В прошлом году были семьи, которым оказывали поддержку повторно. В этом году тоже планируется охватить эту категорию граждан в обязательном порядке.

Важно подчеркнуть, что такая работа проводится не только в октябре, наша деятельность не ограничивается месячником. Социальная работа - непрерывный, сложный и крайне значимый труд людей, неравнодушных к чужим проблемам. У нас не задерживаются случайные

люди. Наши сотрудники - люди с добрым сердцем, готовые помочь тем, кто оказался в трудной жизненной ситуации. Наш коллектив состоит из профессионалов, искренне благодарна каждому за самоотверженный труд.

Получатели услуг тепло отзывались о социальных работниках. Их слова были искренними и полными благодарности. В такие моменты все трудности забываются и хочется продолжать приносить пользу обществу.

СЛУЧАЙНОСТИ НЕСЛУЧАЙНЫ

Отдельно благодарим наших спонсоров, которые помогают оказывать гуманитарную помощь нуждающимся. Важно понимать, что наше учреждение может оказывать такую помощь исключительно благодаря спонсорам.

Благотворители, которые впервые приняли участие в наших акциях, не только не отказывались от дальнейшего сотрудничества, но и часто становились постоянными партнерами. Мы способствуем установлению связей между теми, кто готов помочь, и теми, кто нуждается в поддержке. Есть много историй, когда благотворитель случайно встречает человека, которому может помочь. Но мы понимаем, что такие встречи не случайны - их организует сама судьба. Наша роль заключается в том, чтобы быть посредниками в этих важных процессах.

Алена ТАОВА.

Фото Тамары Ардаевой

В НАЛЬЧИКЕ ЗАВЕРШИЛСЯ ТЕАТРАЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ

Международный театральный фестиваль «Южная сцена» («Горянка», №42, 2025 г.) подарил зрителям Кабардино-Балкарии бесценную возможность увидеть выдающиеся постановки, окунуться в мир классических и современных произведений.

Второй день фестиваля запомнился зрителям благодаря спектаклю Чеченского государственного драматического театра им. Х. Нурадилова «Кровавая свадьба» по одноименному произведению Ф.Г. ЛОРКИ. Потрясающая постановка Романа МАРХОЛИА, насыщенная метафорами и смыслами, побуждала зрителей искать подсказки в спектакле. В произведении Лорки простая фабула любви и мести пронизана поэзией, музыкой и общей атмосферой мифа: это и Луна (Шамиль АЛХАНОВ), что поднимается над лесом и льет свой зловещий свет на кровавую дуэль соперников, и нищенка (Джамия ШАХБАЗОВА), которая пророчит скорую смерть, и рок, незримо нависающий вместе со словами матери, посылающей проклятие номам. Благодаря работе сценографа Владимира КОВАЛЬЧУКА и художника по костюмам Фагили СЕЛЬСКОЙ на сцене воплотился образ андалузской деревни и семей, связанных общей болью. Бесспорно яркими получились образы главных героинь – матери (Хава АХМАДОВА) и невесты (Фатима МИЗИЕВА).

В третий день фестиваля Южно-Осетинский государственный драматический театр имени Коста Хетагурова с успехом представил спектакль «Вечно живые» по пьесе Виктора РОЗОВА в постановке режиссера Казбека ДЖЕЛИЕВА. Постановка была приурочена к 80-летию Великой Победы. В пьесе показана фронтовая жизнь и жизнь в тылу через историю одной любви, в которую безжалостно вторглась война.

Четвертый день работы «Южной сцены» начался с «круглого стола» «Развитие национальных драматических театров в современных условиях». В результате выступлений участников «круглого стола» и обмена мнений были определены основные направления:

1. Разработать и внедрить систему поддержки национальных драматических театров, учитывающую их региональную специфику, творческий потенциал и вклад в сохранение и популяризацию национальной культуры. Предусмотреть возможность целевых постановок, ориентированных на национальную драматургию и фольклор, а также гастрольную деятельность.

2. Содействовать повышению квалификации и переподготовке кадров для национальных драматических театров. Организовать стажировки в ведущих театральных центрах России, мастер-классы и тренинги с привлечением признанных экспертов.

3. Инициировать создание единого информационного пространства национальных драматических театров, которое позволит обмениваться опытом, информацией о репертуаре, кадровом потенциале и инновационных подходах к творческой деятельности.

4. Активизировать работу по популяризации национального театрального искусства среди молодежи, используя современные коммуникационные технологии и форматы. Проводить театральные фестивали, конкурсы и образовательные программы для школьников и студентов. Создавать



молодежные театральные студии и лаборатории при национальных драматических театрах.

С учетом состоявшегося обсуждения и высказанных предложений участники «круглого стола» рекомендуют:

1. Министерству культуры Российской Федерации разработать и утвердить комплексную программу поддержки национальных драматических театров, предусматривающую увеличение финансирования, выделение грантов на постановку новых спектаклей, поддержку гастрольной деятельности и повышение квалификации творческих и административных кадров.

2. Региональным органам управления культурой разработать собственные программы поддержки национальных театров, учитывающие специфику и потребности каждого региона. Предусмотреть выделение средств на поддержку молодых талантливых режиссеров, актеров и драматургов. Содействовать расширению аудитории национальных театров, в том числе путем организации выездных спектаклей, проведения мастер-классов и творческих встреч.

3. Национальным драматическим театрам активно работать над созданием репертуара, отражающего современные проблемы и тенденции развития общества, сохраняя и развивая национальные традиции и культурное наследие. Стремиться к расширению гастрольной деятельности для популяризации национальной культуры и обмена опытом с другими театрами. Активно использовать современные информационные технологии для продвижения своей дея-

тельности и привлечения новой аудитории.

4. Союзу театральных деятелей Российской Федерации организовать системную работу по повышению квалификации режиссеров, актеров, драматургов и других специалистов национальных театров.

Зрители в этот день посетили два спектакля. «Мизантроп» по пьесе Ж.-Б. МОЛЬЕРА Осетинского государственного академического театра им. В. Тхапсаева в постановке Александра БИТАРОВА затрагивает темы притворства и фальши, сплошь и рядом окружающих человека в обществе. «Мещане» М. ГОРЬКОГО - постановка Балкарского государственного драматического театра им. К. Кулиева режиссера Радина ОВЧИННИКОВА поднимает темы кризиса традиционных семейных ценностей, конфликта между отцами и детьми.

Пятый день фестиваля начался с мастер-класса по актерскому мастерству и продолжился тремя спектаклями.

Национальный театр им. И.С. Цейя Театрального объединения Республики Адыгея представил спектакль «Горсть земли» по мотивам романа Баграта ШИНКУБИ «Последний из ушедших». Режиссер-постановщик и автор инсценировки - Константин МИШИН. Перед зрителями развернулась трагедия убытского народа, вынужденно покинувшего родные земли. Голод, эпидемия и насильственная ассимиляция сделали свое дело. Мужественный народ исчез с лица земли.

Частица истории, которая больше не повторится: сюда, в пространство времени и памяти, переносятся зрители вместе с артистами на сцене.

Представитель исчезнувшего народа Кавказа возникает перед зрителями в двух образах - молодого человека (Рустам АЧМИЗ) и старца (Теучеж ТАКАХО). Такой прием позволяет показать два хронологических отрезка одновременно.

Сценография минималистична. Особо стоит отметить работу хореографа-постановщика Алия КУЛОВА. Благодаря его сценическим находкам усилился необходимый в той или иной части спектакля эффект. Художники по костюмам Анна ФЕДОРОВА и Саида КУЕК передали дух эпохи и событий, подчеркнув пропасть между прошлой жизнью народа и его трагедией в период скитаний. Полный драматизма

спектакль никого не оставил равнодушным, овации по завершении не стихали длительное время.

Карачаево-Черкесский Русский театр драмы и комедии показал постановку «Женщина-змея» по пьесе К. ГОЦЦИ в постановке Дмитрия РАГИМОВА. Яркая драматургия, изысканные костюмы и декорация погрузили зрителей в сказочную атмосферу магии.

Лакский государственный музыкально-драматический спектакль им. Э. Капиева Республики Дагестан выступил на «Южной сцене» с постановкой «Материнское поле» Ч. АЙМАТОВА режиссера Гиви ВАЛИЕВА. Героиня Толгонай ведет диалог с полем, где трудилась всю жизнь, вспоминает свою семью и прошлое, размышляя о потерях и счастье. Спектакль - гимн человеку, которому удается выстоять перед ударами судьбы, не теряя душевного тепла.

Абхазский государственный драматический театр им. С.Я Чанба представил спектакль «Асду» («Большой снег») по роману Алексея ГОГА. В спектакле поднимается как тема отчуждения народа от собственной земли, так и сложная судьба тех, кто остался на родине.

Режиссер постановки - Мадина АРГУН, художник-постановщик - Нодар ЦВИЖБА. В повествование вплетены внутренние монологи, воспоминания и обрывки дневников. Независимо от величины роли женские образы, сыгранные Циалой ИНАИШБА, Хиблой МУКБА и Кристиной ЦИМЦБА, были яркими и запоминающимися. На сцене, к изумлению зрителей, и правда было много снега. Большой снег - словно символ борьбы за выживание и стремление к свободе. Персонажи романа, такие разные и противоречивые, проходят через это испытание, воплощая лучшие качества национального характера.

Жанр первоисточника, обозначенный как роман-распосида, подчеркивает его музыкальность. Спектакль был насыщен ритмами и мотивами, характерными для песенной и словесной культуры абхазов. Музыкальный фон, составленный композитором Тимуром АГРБА, состоял из авторских композиций и аранжировок уже известных мелодий, послуживших аккомпанементом к разворачивающемуся действию.

Завершающей постановкой фестиваля стал «Небесный тиходод» Кабардино-Балкарского государственного музыкального театра им. Горького. Режиссер-постановщик - Роман ДАБАГОВ. История трех друзей-летчиков полна романтики, юмора и песен военных лет.

В Государственном музыкальном театре КБР состоялась торжественная церемония закрытия театрального фестиваля «Южная сцена», в которой приняли участие министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ и председатель международного театрального фестиваля «Южная сцена» Андрей ЯСТРЕБОВ. Жюри подвело итоги фестиваля и огласило победителей в разных театральных номинациях.

Победителями фестиваля стали Национальный театр Адыгеи им. И.С. Цейя Театрального объединения РА с постановкой «Горсть земли» и Чеченский государственный академический драматический театр им. Х. Нурадилова с постановкой «Кровавая свадьба».

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото автора

ГЛАВНОЕ - НЕ СТАРЕТЬ ДУШОЙ

В Доме культуры села Тамбовское Терского района прошел праздничный вечер отдыха «Нэжыщхьэр гуклэ жы мыхъунырщ», организованный в рамках месячника пожилых людей.

Мероприятие подготовили сотрудники Дома культуры и Нижне-Акбашский филиал «Терской ЦБС» при поддержке администрации села, Совета ветеранов и женсовета с.п. Тамбовское.

На вечер присутствовали почетные гости - председатель общественной организации «Дети войны» в Терском районе Хажби ДУКОВ, заслуженный работник культуры, почетный гражданин города Терек и сельского поселения Нижний Курп, член Общественной палаты Терского муниципального района Вале-

рий ГИДОВ, члены общественной организации «Дети войны» Тамара ГЯЗОВА и Нина КУДАЕВА.

Х. Дуков вручил матерям участников специальной военной операции памятные и юбилейные медали «80 лет Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.»

В рамках мероприятия, организованного работниками сельского дома культуры, были подготовлены концертные выступления и развлекательные номера. Учащиеся пятых классов прочитали стихи и выразили свои пожелания. Среди выступающих был член поэтического клуба «Вдохновение» Николай ПАКОВ с произведением «Тэрч-Тамбовк» Людмилы ЗАГАШТОВОЙ. Учитель кабардино-черкесского языка Дуся ШОМАХО-

ВА прочитала свои стихи, посвященные дедушке и бабушке.

На вечер присутствовал ветеран педагогического труда, почетный гражданин села Тамбовское Оли ХАЦИМОВ, которому уже за 90 лет. Он продемонстрировал свои танцевальные способности, исполнив национальный танец вместе с Тамарой Гязовой.

В этот вечер было сказано много теплых слов в адрес организаторов мероприятия. Выступавшие желали скорейшего завершения специальной военной операции и благополучного возвращения наших защитников домой с победой живыми и здоровыми.

Завершилось мероприятие чаепитием.

Ангела КУДАЕВА

ПЕРЕМЕНЫ НЕ ПРЕГРАДА, А ВОЗМОЖНОСТЬ

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Милана ЭТУЕВА родилась в 1992 году в Нальчике. После окончания гимназии № 13 поступила в Кабардино-Балкарскую государственную сельскохозяйственную академию на направление «товароведение и экспертиза товаров». Уже во время учебы проявила интерес к сфере здоровья и реабилитации, что привело ее к прохождению курсов массажа во Владикавказе.

Со временем расширила свои профессиональные компетенции, окончив курсы по реабилитации и лечебной физкультуре, детскому и лечебному массажу, кинезиотерапии и физиотерапии. В 2022 году открыла собственную школу массажа, став партнером школы профессионального обучения «Развитие». Здесь совмещала работу, обучение и преподавание, формируя системный подход к развитию специалистов в этой области.

В 2023 году стала призером регионального проекта «Шаги к здоровью», заняв почетное второе место.

В дальнейшем получила дополнительное образование на факультете физической культуры и спорта. Позже продолжила обучение в магистратуре по специальности «педагогическая психология». В рамках научно-исследовательской работы занимается изучением телесно-ориентированной терапии при неврозах.

В 2025 году была избрана председателем комиссии Молодежного совета при Общественной палате КБР и вошла в состав правления общественной организации «Точка опоры».

Коллеги отмечают, что Милана Этуева успешно сочетает профессиональную, образовательную и общественную деятельность, развивая направления, связанные с физическим и психологическим здоровьем, обучением и поддержкой молодежи.



- Расскажи о научно-исследовательской работе и о практической стороне своих исследований.

- Моя научно-исследовательская работа посвящена теме телесно-ориентированной терапии при неврозах. Цель исследования - изучить, как работа с телом, дыханием и движением может помочь людям снижать уровень тревожности, стресса и эмоционального напряжения. В работе анализировала существующие методики телесно-ориентированной терапии, проводила наблюдения и практические занятия, чтобы оценить их эффективность при различных формах неврозов. Особое внимание уделялось формированию навыков саморегуляции, расслабления и восстановления эмоционального равновесия через телесные практики. Результаты показали, что интеграция телесных техник в психологическую работу позволяет не только облегчить симптоматику неврозов, но и повышает качество жизни, укрепляет психоэмоциональное состояние, формирует устойчивые стратегии самопомощи. Для меня это исследование - возможность объединить психологию и практику работы с телом, чтобы помочь людям комплексно, учитывая и психику, и физиологию. В практической части моих исследований использую телесно-ориентированные техники для снижения тревожности и стресса у людей с неврозами. Через дыхательные упражнения, мягкую гимнастику и телесные практики участники учатся расслабляться, восстанавливать эмоциональное равновесие и формировать навыки саморегуляции.

- Как строится работа комиссии Молодежного совета при Общественной палате Кабардино-Балкарской Республики?

- Наша комиссия поддерживает инициативы молодых людей и помогает им реализовывать социально значимые проекты. Мы создаем возможности для диалога с органами власти, вовлекаем молодежь в общественную жизнь, развиваем проекты в сфере образования, культуры, спорта и добровольчества. Цель - помочь молодым людям проявлять активную гражданскую позицию, развиваться профессионально и лично.

Дина ЖАН.

Фото Тамары Ардавовай

- Милана, ты родилась в сложный год. Что знаешь о 1992-м?

- 1992 год был непростой. Это было время перемен, когда все вокруг менялось и приходилось учиться жить по-новому. Но, говорят, именно в таких условиях рождаются сильные люди и новые идеи. Я родилась в эпоху, когда все как будто началось заново, наверное, поэтому у меня есть внутренний драйв действовать, создавать и идти вперед. Перемены для меня не преграда, а возможность. Главное - не бояться и верить в себя.

- Расскажи о своей семье.

- Я родилась в дружной семье, где всегда царил любовь и уважение. Отец Артур - глава семьи, человек, на которого я с детства равнялась. Он предприниматель, сильный, решительный, наблюдая за ним, научилась не бояться трудностей и принимать решения. Мама Светлана - наша опора и вдохновение. Более 30 лет проработала в родильном отделении, от нее я унаследовала мудрость, уважение к людям и умение создавать гармонию вокруг себя. Нас в семье пять сестер. Старшая, Карина, - математик, Диана получила юридическое и экономическое образование, а младшие двойняшки -

Илона и Элина («Горянка», №16, 2024 г.) выбрали творческий путь, они художницы и реставраторы. Каждый из нас идет своей дорогой, но объединяет всех одно - любовь к дому и благодарность родителям. Огромную роль в моем воспитании сыграла бабушка - мамин мама Жанаф. Ее доброта и тепло навсегда остались со мной. Думаю, именно благодаря своей семье я стала уверенной, решительной и при этом глубоко семейной. Для меня семейные ценности не просто слова, а основа характера и источник силы.

- Здоровье, спорт... Что тебя привлекло к этим направлениям?

- Спорт и забота о здоровье всегда были частью моей жизни. С детства наблюдала, как правильная физическая активность и внимание к телу меняют настроение и самочувствие, и поняла, что хочу помогать людям испытывать это ощущение силы и уверенности. Меня вдохновляло видеть, как тренировки, правильная реабилитация и простые оздоровительные программы помогают людям восстанавливаться, находить энергию и радость в движении. Это привело меня к тому, чтобы открыть физкультурно-оздоровительный центр, здесь могу сочетать свою

страсть к спорту с возможностью реально менять жизнь людей к лучшему. Для меня важно, чтобы каждый, кто приходит сюда, чувствовал заботу, внимание и выходил с ощущением, что стал сильнее не только физически, но и внутренне.

- А что был за проект «Шаги к здоровью», в котором ты заняла второе место?

- Я участвовала в конкурсе «Мой добрый бизнес» и получила диплом победителя регионального этапа в номинации «Лучший проект в сфере здорового образа жизни и физической культуры». Мой проект «Шаги к здоровью» занял 2-е место и был отмечен за практическую значимость и вклад в укрепление здоровья людей. Цель проекта - улучшение физического состояния, осанки и двигательной активности через регулярные занятия лечебной физкультурой и составной гимнастикой. Мы также формируем у участников привычку к здоровому образу жизни и проводим профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата. Для меня важно, чтобы проект не только давал результаты, но и вдохновлял людей каждый день заботиться о своем теле и благополучии.

ЕЩЕ ОДИН ВИТОК

В модельной библиотеке на ул. Пушкина прошла встреча с участниками проекта КБРОО «Жан» «Круговорот поэзии» в формате пресс-конференции. В рамках мероприятия состоялся обмен мнениями о прошедших мероприятиях проекта, высказаны пожелания на будущее.

Напомним, что 21 марта, в Международный день поэзии, состоялась традиционные «Чтения на Четете» («Горянка», №13, 2025 г.). В августе в Черекском районе «Чтения» прошли с участием членов женсовета.

Проект «Круговорот поэзии» реализуется при поддержке Кабардино-Балкарского филиала ПАО «Ростелеком». При отличной интернет-связи трансляция велась на официальных страницах Министерства просвещения и науки КБР, Министерства по делам молодежи КБР в сети Вконтакте. Ежегодно акцию поддерживают ККД «Четет», Министерство курортов и туризма КБР, Министерство просвещения КБР.

Инициатор проекта - поэт, прозаик, драматург, главный редактор газеты «Горянка» Зарина КАНУКОВА напомнила, что в основе проекта была идея популяризации авторов Кабардино-Балкарии и Кавказа. Участники читают любимых поэтов на родных языках - кабардинском и балкарском, а также переводы на русский язык. В рамках



проекта организаторы принимали гостей - поэта Артура КЕНЧЕШАОВА из Карачаево-Черкесии и Дмитрия ГАБЕЛИО из Абхазии.

Журналисты газеты «Адыг псалъэ» Замира НАШАПИГОВА и Зарема КУГOTOVA отметили, что мероприятия проекта позволяют участникам открывать для себя новые имена в современной литературе.

Настоящим открытием в этом году стал новый участник проекта - студент СКГИИ Анзор АПШЕВ. Он пишет стихи на родном кабардинском языке и виртуозно играет на гармони.

Постоянные участники, журналисты, ведущие радио- и телепрограмм Сакинат ГЕДУЕВА, Инна ЖУГОВА и Лаура МОКОВА ре-

гулярно освещают мероприятия проекта «Круговорот поэзии». Несмотря на то, что сами они стихи не пишут, всегда с готовностью читают их наизусть, особенно стихи местных авторов.

Вторая часть вечера была посвящена творчеству поэта, прозаика, драматурга, переводчика и публициста Бориса УТИЖЕВА. 15 октября исполнилось 85 лет со дня его рождения. В арт-холле библиотеки состоялась выставка книг автора под названием «Вселенная Бориса Утижева». В библиотеке был оформлен стенд, посвященный творчеству автора, где были представлены его печатные работы. Многие собравшиеся знали Б. Утижева лично, с теплом вспоминали его как яркого представителя научной и художественной интеллигенции. Его художественное мастерство и национальная самобытность, воплощенные в произведениях на родном языке, оказали большое влияние на развитие литературного процесса в республике. Борис Утижев по праву считается новатором и первопроходцем в жанрах нового кабардинского эпоса, драмы и лирики. Невозможно оставаться равнодушным к его красивому образному языку. Вечер был наполнен стихами Бориса Утижева и личными впечатлениями о его творчестве.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовай

КОГДА ТЫ СЧАСТЛИВ САМ, СЧАСТЬЕМ ПОДЕЛИСЬ С ДРУГИМ...

В этом году исполняется 165 лет как представители корейской национальности переселились в Россию. Этот народ во времена Сталина и Берии подвергся депортации. Только в 1993 году он был полностью реабилитирован. О тяготах и лишениях той поры рассказывают потомки, которые бережно хранят традиции и воспоминания своих предков.

Сегодня мы предлагаем вам окунуться в историю семьи Риммы Борисовны КИМ, заслуженного экономиста Кабардино-Балкарской Республики, члена Общественной палаты Майского района.

ПО ГОРОДАМ И СЕЛАМ БОЛЬШОЙ СТРАНЫ

История моей семьи начинается с дедушки по маминой линии. Алексей Фомич НИЙ родился 29 февраля 1905 года в селе Заречье Дальневосточного края в бедной крестьянской семье. Когда ему исполнилось семь лет, семья решила переехать в Переяславский район, там было больше земли. После окончания школы он не смог продолжить обучение, пришлось заниматься крестьянством, так как его старший брат учился на рабфаке Московского института инженеров транспорта, а родители в силу своего возраста и слабого здоровья не могли уже работать даже по дому.

Однако тяга к учебе победила, и когда появилась возможность, окончил школу крестьянской молодежи. Но из-за нехватки денег ему не удалось продолжить учебу дальше.

Работы он не боялся, трудолюбие в семье прививается у нас с раннего детства. Из автобиографии, которая хранится в нашей семье, узнала, что его трудовой путь – это география большой страны. Работал в «Дальрыбсоюзе» по разведению кеты и одновременно был избран секретарем комсомольской ячейки. В надежде, что поступит в институт, уехал в Ленинград, но набор уже закончился, поэтому пошел работать в мастерские технологического института помощником электрика. Затем была служба в рядах Красной Армии. Служил при аэродромной роте в городе Новгороде. Авиация стала его судьбой. Не стал летчиком, но без его работы самолеты не смогли бы подняться в небо.

Осенью 1928 года командование бригады направило его учиться в школу младших авиаспециалистов в город Красногвардейск Ленинградской области, а затем откомандировало в военно-техническую школу. После ее окончания получил звание младшего авиатехника и по направлению уехал работать в г. Пермь.

В 1933 году ему присвоили звание старшего авиатехника и перебрелись в Гатчину – в Севастополь в первую военную школу летчиков. К тому времени он уже был женат, имел дочь и сына.

Казалось бы, юг, море, но климат сыграл злую шутку – Алексей Ний похоронил жену и сына и сам заболел. В 1935 году получил новое назначение в г. Энгельс Саратовской области, а через два года из-за плохого здоровья решением медкомиссии его демобилизовали. Уехал во Владивосток. Крайком партии направил его работать в краевой аэроklub начальником технической части, но началась депортация корейцев.

Для справки: 21 августа 1937 года было принято окончательное решение о выселении корейцев из Приморья. Под предлогом борьбы со шпионажем началась депортация корейцев в Казахскую и Узбекскую ССР. Завершилось перемещение в октябре 1937 года. В итоге в Среднюю Азию выселили 172 тысячи человек.

Корейцев грузили в вагоны для скота по пять-шесть семей. В первую зиму на новом месте большинство из них провели в землянках. В это время у сильных умерло много стариков и детей.

Алексей Фомич Ний был «приписан» к сотрудникам корейской национальности пединститута. Эшелон прибыл в г. Кызыл-орды Казахской ССР. Желания остаться в этом городе не было. Ему удалось переехать сначала в Оренбург, а потом в город Уральск. Мы вы-



яслилось позже, вскоре корейцам запретили выезжать с территории Казахстана.

Войну встретил в городе Уральске в должности начальника лесозащитки, где проработал до 1946 года. После войны трудился старшим бухгалтером отдела госособий малообеспеченным матерям. В Майский приехал в 1949 году. Десять лет, до выхода на пенсию, работал бригадиром колхоза «Урожайный», был награжден медалью Верховного Совета СССР «За доблестный труд в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов», отраслевыми почетными грамотами и благодарностями.



Майчане хорошо знают моего родного дядю – Бориса Алексеевича НИЯ, который более 30 лет проработал в Майском районе, прошел трудовой путь от рядового специалиста до главного инженера завода электротехнического машиностроения, а впоследствии был назначен на должность заместителя главы администрации города Майского. Это сын Алексея Фомича, а Ирина Алексеевна, моя мама, – его дочь. Она приехала в Майский в пятидесятых годах и прожила здесь всю жизнь. Вышла замуж за Бориса ХАНА – моего отца. Прожили они в браке 62 года.

Мой дедушка по папиной линии переселился из Китая. По рассказам близких, он придерживался прогрессивных взглядов. Папа родился на Дальнем Востоке. Ему было девять лет, когда их принудительно переселили в Казахстан. Ребенком работал на хлопковых полях в трудовом лагере вместе с пленными немцами. Работая в тылу, корейцы внесли большой вклад в победу нашей страны над фашистской Германией. Семья отца приехала в Майский тоже в 50-х годах.

Большие лишения мои родители претерпели из-за репрессий. Папа всегда вспоминал свое детство со слезами на глазах. Хорошо помнил момент депортации корейцев с Дальнего Востока, как их загружали в товарные вагоны, без еды, без одежды везли в Казахстан, как в пути от холода и голода умер его четырехлетний брат. Но, несмотря на то, что люди, ехавшие в таких невыносимых условиях, делились друг с другом последним, старались помочь и поддержать. Видимо, поэтому

первое, что мои родители делали, когда человек переступал порог нашего дома, – приглашали к столу. Эту традицию сохранили и мы, их дети.

ФИНАНСИСТЫ, МУЗЫКАНТЫ, ОВОЩЕВОДЫ И ПРОСТО ХОРОШИЕ ЛЮДИ

Нас в семье четверо – двое братьев и две сестры. У моих родителей пять внуков и пять правнуков. Все мы живем и работаем в родной республике. Моя сестра – Жанна Борисовна ЧЕН, преподаватель фортепианного отделения детской школы искусств города Прохладного, имеет сорок пять лет стажа по специальности. Работает с огромным творческим зарядом, с большой любовью и уважением к детям. Еще ребенком, услышав однажды игру подруги, она сказала, что непременно станет учителем по классу фортепиано. Училась в детской музыкальной школе города Майского. Окончив ее с отличием, поступила в Нальчикское музыкальное училище.

Уже будучи опытным преподавателем, успешно окончила заочное отделение Северо-Кавказского государственного института искусств города Нальчика.

Ученики моей сестры получают высшие награды в международных, всероссийских и республиканских конкурсах.

За большой творческий вклад в культуру и высокие показатели в профессиональной



СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ СВЯТЫ

В корейских семьях воспитание и уважение к старшим, особенно к родителям, к отцу – на первом месте. Мы воспитывались так, что ни у кого из нас на протяжении всей жизни не возникла мысль обратиться к отцу на ты. Слово отца всегда было законом. Никогда ему не грубили, не перечили, никогда не повышали голос на родителей.

Хочу рассказать об одной традиции у корейцев, которая до сих пор соблюдается многими семьями. Согласно этой традиции за всю прожитую жизнь человек должен «принять три стола».

Первый стол – когда ребенку исполняется один год. Накрывается маленький столик, на котором раскладываются книжка, рис, нитки, деньги и другие предметы. Считается, к чему потянется ручка ребенка, то и определит его дальнейшую судьбу. Нитки – долголетие, книга – ум и карьера; деньги – материальный досток и т.д. Первый день рождения ребенка широко отмечается в корейских семьях.

Второй стол человек примет в день свадьбы, его накрывают ему родители. Третий стол в своей жизни человек должен принять в 60 лет (по восточному календарю ему будет 61 год), так как у восточных людей отсчет жизни начинается еще в утробе матери. Этот праздник по-корейски называется – хангаби. Его накроют ему и его супруге (или супругу) их взрослые дети.

Это очень трогательный и красивый праздник. Родители принимают низкие поклоны до земли и слова благодарности от детей, их жен и мужей, внуков и правнуков. Это дань глубокого уважения и любви за все, что родители для них сделали. Считалось, что достойными принять третий стол будут родители, которые не потеряли своих детей, не пережили их, у которых все дети живут в одном браке, не развелись. Мы накрыли этот третий стол своим родителям, с гордостью хочу сказать, что не огорчили их и постарались сделать очень счастливыми людьми. Все мы живем в одном браке. Мама с папой всегда при случае повторяли: «Мы очень счастливы, спасибо вам за все, дети». Мама с папой прожили долгую и счастливую жизнь. Сейчас их души вместе, только на небесах. Папа недавно ушел из жизни. Ему было 96 лет. Мама – пять лет назад в возрасте 88 лет.

Помню, мама всегда гордилась тем, что в трудные послевоенные годы, в холод и голод, не потеряла ни одного ребенка, мы все четверо выжили. Много детей в корейских семьях в то время умирало в младенческом возрасте. Любовь и заботу родителей все мы чувствовали всегда, на протяжении всей нашей жизни. Они нас воспитали так, чтобы мы всегда были вместе и поддерживали друг друга во всем. Это дорогого стоит. Родители – самые любимые и близкие нам люди. Мы и сейчас чувствуем их заботу, как будто они рядом с нами. Помним их советы и заветы, как нужно жить. Мама всегда хотела, чтобы мы никуда не уезжали, и мы исполнили ее желание. Мы здесь, и мы вместе.

Кабардино-Балкария – моя малая родина. Я очень счастлива, что у меня такая семья, что живу именно здесь, а когда счастлив сам, счастьем хочется делиться с.

Светлана ГЕРАСИМОВА

ОПОРА ПРАВОВОЙ СИСТЕМЫ СТРАНЫ

В этом году Федеральная служба судебных приставов отмечает свое 160-летие. За эти годы ведомство прошло через множество преобразований, менялись его название, функции и структура. Однако неизменным оставалось одно - обеспечение исполнения судебных решений, защита прав граждан и государства.

Сегодня Федеральная служба судебных приставов (ФССП) является важным элементом правоохранительной системы. Продолжает выполнять свои основные функции - исполнять судебные решения, защищать права и интересы граждан и организаций, а также обеспечивать экономическую безопасность страны. Управление ФССП по Кабардино-Балкарской Республике прошло долгий и достойный путь становления и развития. Об этом наш разговор с его руководителем - главным судебным приставом КБР Ахматом БАУАЕВЫМ.



В рамках празднования юбилея нашими сотрудниками проводились просветительские мероприятия, информационные акции, различные конкурсы, в том числе самый масштабный - региональный этап детского всероссийского фестиваля-конкурса «Хрустальные звездочки», спортивные состязания, показательные выступления силового блока Управления, интеллектуальные игры, сбор гуманитарной помощи, посещение детских социальных учреждений и домов-интернатов для престарелых и инвалидов, ветеранов войны, - сказал во время беседы А. Бауаев. - Этот год объявлен Президентом РФ Годом защитника Отечества. Бесспорно, самым важным событием является 80-летие Победы в Великой Отечественной войне. Сотрудники службы приняли участие в социальных и благотворительных акциях. Среди них Общероссийское поисковое движение, акции по сдаче донорской крови, плетение маскировочных сетей, возложение цветов к мемориалу Вечный огонь Славы во всех районах КБР и многое другое. Одним из самых значимых мероприятий в преддверии Дня Победы можно отметить проведение конного перехода по местам боевой славы, который берет свое начало от памятника погибшим войнам в с. Лечинкай к «Высоте 910» в Баксанском районе, воздвигнутой в честь героев-освободителей и отважных воинов, погибших в борьбе с фашистами в годы Великой Отечественной войны.

Тем не менее в юбилейный год, как и в любой другой, для нас на первом плане - качественное выполнение своих должностных обязанностей.

ПОКАЗАТЕЛИ В ЦИФРАХ

За девять месяцев 2025 года судебными приставами Кабардино-Балкарии полностью или частично исполнены требования свыше 462 тысячи исполнительных документов, что больше на 16,4%, чем за аналогичный период прошлого года, взыскано около 3 млрд рублей, что также превышает показатель прошлого года на 25%, из которых в консолидированный бюджет перечислено более 730 млн рублей. Продолжается профилактическая работа по недопущению нарушений административного законодательства, в результате пресечено более семи тысяч административных правонарушений.

Круглосуточно осуществляется охрана зданий Арбитражного, Верховного, Нальчикского гарнизонного военного судов КБР, обеспечивается безопасность судебных заседаний, десяти зданий районных судов, 50 судебных участков мировых судей. При выполнении задач по охране и осуществлению пропускного режима судебными приставами по ОУПДС пресечены попытки проноса в здания судов 5 678 запрещенных предметов, чрезвычайных происшествий в зданиях судов не допущено.

Задачи по принудительному выдворению за пределы Российской Федерации иностранных граждан и лиц без гражданства, которые незаконно находятся на территории республики, возложены также на судебных приставов.

В 2025 году нами выдворено за пределы страны 122 иностранных гражданина и лица без гражданства, незаконно находившихся на территории КБР.

Одним из основных направлений нашей деятельности является отстаивание интересов несовершеннолетних. По итогам работы за девять месяцев доля исполнительных производств, в рамках которых реализованы права на получение алиментов, составила 93%. Взыскано алиментов на сумму свыше 410 млн рублей, что на 60 млн рублей больше, чем за аналогичный период 2024 года. При этом хочу отметить, что за последние пять лет взысканная сумма увеличилась в десять раз.

ПОДДЕРЖКА УЧАСТНИКОВ СВО

С 1 декабря 2024 года начали действовать изменения в федеральном законодательстве, регулирующие порядок исполнения исполнительных производств в отношении военнослужащих - участников СВО. Так гражданам, которые заключили с 1 декабря 2024 года контракт о прохождении военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации для выполнения задач специальной военной операции, исполнительные производств по неисполненным кредитным обязательствам, в том числе ипотечным, прекращаются.

Важно отметить, что контракт должен быть заключен на срок свыше одного года, а сумма кредитных обязательств - до 10 млн рублей. Законодательством также предусмотрено прекращение исполнительных производств по кредитным обязательствам и в отношении супруга/супруги военнослужащего. Данная мера расширила гарантии лиц, принимающих участие в специальной военной операции.

В рамках изменений, внесенных в действующее законодательство, судебные приставы Кабардино-Балкарской Республики с 1 декабря 2024 года прекратили 1313 исполнительных производств по кредитным обязательствам на сумму свыше 86 млн рублей в отношении участников СВО и членов их семей.

Напомним, что все участники СВО имеют право на приостановление исполнительного производства.

Однако временная приостановка исполнительных производств не распространяется на требования по алиментным обязательствам, а также по обязательствам о возмещении вреда в связи со смертью кормильца. Так по итогам рассмотрения обращений военнослужащих и их родственников приостановлено 8,8 тыс. исполнительных производств на сумму свыше 346 млн рублей.

Кроме того, Управлением на постоянной основе оказываются меры поддержки участникам СВО, а также членам их семей. С начала специальной военной операции за счет добровольно собранных средств сотрудников в регионы в зону конфликта в 2022 году направлено 1,5 тонны продовольственных продуктов, в 2023-м переданы телевизионные прицелы на общую сумму 1,4 млн руб., 2024-м перечислено 4,4 млн руб. В этом году осуществляется ежемесячное перечисление денежных средств в размере 270 тыс. руб., на которые централизованно ФССП России закупается различное оборудование, транспортные средства и другие предметы первой необходимости. Помимо этого, Молодежным советом Управления регулярно организовываются акции по сдаче донорской крови.

Министерству обороны Российской Федерации переданы 42 единицы конфискованного на основании судебных решений транспортных средств. В целях поддержки наших бойцов и членов их семей продолжим взаимодействовать с фондом «Защитники Отечества» и «Народным фронтом «За Россию».

Важно отметить, что контракт должен быть заключен на срок свыше одного года, а сумма кредитных обязательств - до 10 млн рублей. Законодательством также предусмотрено прекращение исполнительных производств по кредитным обязательствам и в отношении супруга/супруги военнослужащего. Данная мера расширила гарантии лиц, принимающих участие в специальной военной операции.

Обмен практическими знаниями

На днях состоялась региональная научно-практическая конференция на тему «Современные подходы в реабилитации детей с ОВЗ». Мероприятие прошло на базе ГКУ БРДСРЦ «Радуга» при содействии МТИСЗ КБР.

Инициатором конференции являлась кафедра детских болезней КБГУ им. Х.М. Бербекова и кафедрой психиатрии, наркологии и неврологии с курсом медицинской психологии Пятигорского медико-фармацевтического института - филиала Волг ГМУ.

В работе конференции приняли участие заведующая кафедрой психиатрии, наркологии и неврологии с курсом медицинской психологии ГИМФИ, доктор медицинских наук, профессор Л. ТЕММОНОВА; Уполномоченный по правам ребенка в

Обмен практическими знаниями

КБР А. БАДРАКОВА; главный врач РКЦПН, кандидат медицинских наук О. УДАЛОВА, практикующие логопеды и дефектологи, психологи и психиатры, студенты медицинского факультета КБГУ, а также родители детей с ОВЗ.

На встрече обсуждались важные аспекты - как выявить заболевания на ранних стадиях, как организовать лечение и реабилитацию и как обеспечить максимально комфортную жизнь для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Рената СОХОВА, мама особенного ребенка Амира ИВАЗОВА, художника, творчество которого стало известно за преде-

лами республики, сказала: «Мне хочется рассказать о нем, чтобы вдохновить родителей, чтобы они увидели, что особенный ребенок - это не приговор».

Лейла Теммонева поделилась своим опытом работы с детьми, страдающими аутизмом. Клинический психолог Бэла БОЗИЕВА поделилась методами поддержки родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья. Она отметила, что особенно мама является для такого ребенка поддержкой, ресурсом и даже целым миром, а специалисты обязаны помочь мамам оказать психологическую поддержку и обучить навыкам самопомощи в том числе.

ВСЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ КАЧЕСТВЕННОЙ РАБОТЫ

Сегодня материально-техническое обеспечение управления находится на хорошем уровне, все подразделения обеспечены новым серверным оборудованием, сотрудники - современными автоматизированными рабочими местами. Регулярно обновляется автомобильный парк.

Укомплектованность кадрами составляет более 98%. Сотрудникам предоставляются ежегодный основной и дополнительный оплачиваемые отпуска, форменное обмундирование, санаторно-курортное лечение, возможность получения очередного образования по договору о целевом обучении с вузами страны, дополнительные социальные гарантии. Через десять лет службы дается право на получение единовременной социальной выплаты для приобретения или строительства жилья, а спустя 20 - уйти на пенсию по выслуге лет.

МЫ ОТКРЫТЫ ДЛЯ ДИАЛОГА

ФССП России - динамично развивающаяся служба, активно интегрирующая в свою деятельность информационные технологии. В частности, суперсервис «Цифровое исполнительное производство» на портале госуслуг позволяет подавать заявления, ходатайства и жалобы, узнавать об имеющихся задолженностях и ограничениях, а также погасить долг по исполнительному производству. Также все указанные процедуры можно произвести на официальном интернет-сайте УФССП России по Кабардино-Балкарской Республике. Кроме того, функционирует так называемая «горячая линия» (группа телефонного обслуживания). Ежедневно двое дежурных сотрудников помогают сторонам исполнительного производства получить справочную информацию по номерам **8(8662) 42-71-60** и **42-25-69**. Также на базе Нальчикского городского отдела судебных приставов создана единая зона приема граждан и представителей организаций, где могут получить интересующую информацию не только жители г.о. Нальчик, но и всей республики.

Реагируем на каждое поступающее обращение. Таким образом принимаем комплекс мер, направленных на взаимодействие граждан с судебными приставами в полностью открытом диалоге.

Также у Управления есть официальные страницы в социальных сетях ВКонтакте и Одноклассники, мессенджер Телеграм.

Этот год для нашей службы юбилейный. Судебные приставы стали опорой правовой системы страны, обеспечивая исполнение судебных решений, защиту интересов граждан и государства. Сегодня мы гордимся славными традициями и значимыми успехами нашего ведомства. Особую благодарность мы выражаем каждому сотруднику за ответственное отношение к служебным обязанностям, стойкость духа и верность идеалам справедливости. Ваш труд - залог мира и порядка в обществе.

Подготовила Алена КАРАТЛЯШЕВА

Режиссер ГТРК «Кабардино-Балкария» Анжела ЛЮЕВА представила проект телединоклассики «Добрая среда», который на протяжении пяти лет помогает детям не только общаться, но и раскрывать свои таланты.

Владимир ТЕМБОВ, директор центра «Радуга», отметил: «Надеюсь, все, о чем сегодня говорят, пойдет на пользу всем и выведет реабилитацию и абилитацию детей с ОВЗ на более высокий уровень. «Радуга», у которой большой опыт в работе с такими детьми, готова стать центром решения всех проблем, связанных с этим направлением.

В завершение участники предложили буклеты с информацией, как развивать особенного ребенка.

Лана АСЛАНОВА



ПОЧЕМУ МЫ ИНОГДА ТЕРЯЕМ СЕБЯ В ПОГОНЕ ЗА ВНИМАНИЕМ?

У меня есть несколько подруг, которые, кажется, готовы на все ради того, чтобы привлечь внимание парней. Худеют, наращивают волосы, перекрашиваются в блондинку или брюнетку, меняют стиль одежды - все это в соответствии с тем, что, по их мнению, нравятся парням. Но самое странное - они не встречаются с теми, под кого подстраиваются, даже не общаются в одной компании.

Не понимаю, зачем они это делают. Неужели думают, что парни не заметят искусственности их поведения? Почему-то мне кажется, что это все равно будет очевидно.

Однажды одна из моих подруг рассказывала, как меняет свои привычки и стиль ради парней, которых даже не

знает. Мечтает, что таким образом сможет привлечь их внимание и они увидят в ней то, что она хочет им показать. Но ведь то, чем человек увлекается и что ценит в жизни, - это его индивидуальность. И это совсем не то же самое, что внешность или стиль поведения, навязанные извне.

Мне кажется, мы все хотим, чтобы нас любили такими, какие мы есть. Но иногда нам кажется, что нужно стать кем-то другим, чтобы добиться внимания. И вот мы меняем себя, теряя свою уникальность и индивидуальность.

Помню, как одна моя подруга говорила: «Я хочу, чтобы он увидел меня настоящей». Но в ее действиях я видела обратное. Не осуждаю ее, просто пытаюсь понять. Может быть, она просто не знает, как иначе привлечь внимание? Или это какой-то внутренний страх, который заставляет ее меняться?

Не считаю, что парни должны становиться похожими на участников какой-нибудь группы, чтобы понравиться девушкам. Это глупо и неестественно. Так почему же мы, девушки, иногда поступаем так?

Мне кажется, важно помнить, что мы все уникальны и неповторимы. Это то, что делает нас привлекательными для других людей. Может быть, вместо того чтобы подстраиваться под чьи-то ожидания, стоит просто быть собой и искать человека, который полюбит нас такими, какие мы есть?

Иногда думаю, что мы слишком много внимания уделяем мнению окружающих. Мы забываем, что наша жизнь - это не только то, как нас видят другие, но и то, что мы чувствуем, что думаем и любим. Возможно, именно в этом наша настоящая сила и привлекательность.

Ангела

Страхи людей за 40

Утром проснулась с ощущением тяжести на душе. Мысли о том, что мне уже скоро 43, а у меня нет никаких серьезных свершений, большого заработка и даже просто приличного положения в жизни, не покидали меня. Постоянно думаю об этом, и это не дает мне покоя.

Недавно проснулась с мыслью о том, что если сегодня меня не будет, может, никто и не заметит, и испугалась. Почему-то мысль об уходе в небытие, когда состарюсь, не оставив за собой ничего, даже памяти, напугала меня очень сильно. Вдруг осознала, что жизнь проходит, а я не сделала ничего значимого.

Не знаю, что делать. В душе большое смутнение. Может, это и есть кризис среднего возраста? Чувствую, что мне нужно что-то менять в своей жизни, но не понимаю, с чего начать.

Раньше думала, что время у меня еще есть, что можно все успеть. Но сейчас понимаю, что это не так. Жизнь быстротечна, боюсь не успеть реализовать свой потенциал, не оставить после себя никакого следа.

Понимаю, что нужно действовать, но не знаю, в каком направлении. Может, попробовать найти новое хобби, которое будет приносить радость и удовлетворение? Или начать свой бизнес, о котором давно мечтала? Но хватит ли у меня сил и энергии для этого?

Эти мысли крутятся в голове, не могу от них избавиться. Чувствую, что нужно что-то менять, но не знаю, как. Может, стоит обратиться к психологу или коучу, чтобы получить помощь и поддержку? Но боюсь открыться кому-то, поделиться своими переживаниями.

Хочу изменить свою жизнь, но не знаю, с чего начать. Хочу оставить после себя что-то значимое, но не понимаю, что именно. Хочу быть счастливой, но не знаю, как достичь этого.

Жизнь кажется сложной и запутанной, но знаю, что нужно что-то делать. Я должна найти свой путь, свою цель и начать двигаться к ней. Только так смогу почувствовать себя счастливой и удовлетворенной.

Жанна

А ВЫ ИСПОЛЬЗУЕТЕ ИИ?

Я всегда считала, что технологии должны помогать нам в повседневной жизни, но не заменять человеческое общение и мышление. Поэтому принципиально не признаю искусственный интеллект и не использую его. Мой супруг, напротив, постоянно прибегает к помощи ИИ: делает презентации, ищет информацию, которую и сам бы мог найти в интернете за пару минут, или просто общается с ним.

Раньше меня это раздражало, но особо не обращала внимания. До тех пор, пока не прочитала статью о том, что к искусственному интеллекту часто обращаются люди со склонностью к психопатии и шизофрении. Эта информация меня шокировала и испугала. Теперь боюсь ИИ.

Мой супруг не может понять, что случилось. Пытается разубедить меня, говорит, что это всего лишь статья, не стоит восприни-

мать ее всерьез. Но моя тревога все растет. Не знаю, что с этим делать. Может, я все придумываю и страх пройдет сам собой. Но пока не могу избавиться от этих мыслей.

Боюсь, что постоянное взаимодействие с ИИ может повлиять на психику, пусть даже косвенно. Не хочу, чтобы супруг становился зависимым от технологий и утрачивал связь с реальностью. Мне кажется, что живое общение и самостоятельное мышление гораздо важнее и ценнее.

Стараюсь не заикливаться на своих страхах, но они все равно не дают мне покоя. Может быть, стоит обратиться к специалисту, чтобы разобраться в своих чувствах и найти решение этой проблемы. Но пока стараюсь справляться сама, чтобы не беспокоить мужа лишней раз.

Арина

УДОБНАЯ ИЛИ ОДИНОКАЯ

Часто задумываюсь о том, почему некоторые девушки не могут выйти замуж (потому что я сама девушка, которая еще не замужем), хотя, казалось бы, у них все для этого есть. Они красивые, умные, интересные, но все равно остаются одиночками. Слышу истории: «Много лет встречались, а он на мне не женился, а как расстались, сразу женился на какой-то серой мышке». Невольно начинаю задаваться вопросом: что же не так?

Может быть, дело в том, что мы, девушки, слишком требовательны к потенциальным женихам? Хотим, чтобы все было идеально: и характер, и внешность, и материальное положение. Но ведь идеальных людей не бывает. Или, может быть, проблема в том, что мы не учитываем некоторые важные аспекты, которые могут влиять на выбор мужчины?

Знаю немало девушек, которые говорят: «Хочу выйти замуж за любимого человека, а не за того, кто просто готов жениться». И это, конечно, правильно. Но что делать, если тебя рассматривают не как спутницу жизни, а как временный вариант? Как понять, что ты неудобна для мужчины?

Мне кажется, что в какой-то степени общество и наши собственные ожидания формируют этот образ «удобной» девушки. Мы слышим истории о том, что мужчины женятся на «серых мышках», потому что они кажутся более надежными и предсказуемыми. Невольно начинаешь думать, что для того, чтобы выйти замуж, нужно стать такой же.

Но я не хочу быть «удобной» в ущерб своей индивидуальности и своим принципам. Хочу быть собой, найти человека, который будет ценить меня такой, какая я есть. Да, возможно, это будет сложнее, но я уверена, что это стоит того.

Я не осуждаю тех, кто выбирает более легкий путь и пытается стать «удобной». Но также не хочу, чтобы меня судили за то, что стремлюсь к настоящей любви и гармонии в отношениях, а не к иллюзии удобства и стабильности. В конце концов, каждая из нас имеет право на свой выбор и свою историю.

Карина

В ПОИСКАХ ТОГО САМОГО

Я, можно сказать, девушка на выданье и в поисках того самого - надежного и достойного человека, с которым можно разделить жизнь. Казалось бы, что может быть проще, чем найти пару в наше время? Но я столкнулась с тем, что человека всегда выдает степень его грамотности.

Много раз давала шанс, пыталась разглядеть что-то большее за неуклюжими попытками общения и не всегда уместными шутками. Но каждый раз, когда получала сообщение, все становилось ясно. Ошибки в словах, неверные ударения, неловкие фразы - все это сразу же разрушало впечатление.

Я понимаю, что хорошие качества человека могут не зависеть от его грамотности или умения вести себя за столом. Но хочу возвращаться в определенных кругах, где эти вещи имеют значение. Чувствую, что из-за этого мои шансы найти подходящего человека все уменьшаются.

Недавно познакомилась с парнем через общих друзей. Он казался таким интересным и перспективным. Но первое же сообщение от него было переполнено ошибками. Попыталась не обращать внимания, но потом он начал рассказывать шутки, которые казались мне не смешными и порой даже обидными. И вот снова стою перед выбором - закрыть глаза на некоторые недостатки или двигаться дальше.

Каждый раз, когда думаю о том, что могло бы быть, если бы все было иначе, чувствую себя разочарованной. Хочу верить, что где-то есть человек, который будет соответствовать моим ожиданиям. Но пока не встретила его.

Иногда думаю, что, возможно, я слишком требовательна. Но не могу изменить свои ценности и приоритеты. Хочу найти человека, с которым смогу чувствовать себя комфортно и уверенно, и понимаю, что для этого нужно продолжать искать.

Дана

Финансовые интересы

В какой-то момент я оказалась в состоянии когнитивного диссонанса - растерянности и беспомощности. Ситуация ухудшалась, и это вызывало у меня недоумение, особенно учитывая обещания близких поддержать меня. Парadoxально, но те, кто должен был быть союзником, стали оппонентами, обвиняя меня в том, чего я не делала.

Мои попытки прояснить ситуацию оказались бесполезными. Они не хотели диалога. Это показало, что мои представления о семейной динамике, возможно, были искажены. Поняла, что мне нужно действовать, но не знала, как.

Сначала думала, что упустила важные детали или неправильно поняла намерения других. Но вскоре стало ясно, что проблема глуже. Они не только не возвращали деньги, но и отрицали свою вину, представляя меня обманщицей.

Это испытание привело меня к когнитивному диссонансу и снижению самооценки. Начала сомневаться в своей правоте, хотя она была очевидна.

Обращение за поддержкой к отцу усугубило чувство изоляции. Его критика моего финансового поведения не решила проблему, а усилила одиночество. Мама предложила

радикальное решение - разорвать отношения, но ее понимание моего состояния создавало иллюзию поддержки.

Я поняла, что нужно защищать свои финансовые интересы и личные границы. Но стремление сохранить гармонию в семье было серьезным препятствием. Решила, что ситуация требует комплексного подхода: установить финансовые границы и пересмотреть коммуникативные стратегии.

Для этого разработала план подготовки к конструктивному диалогу с семьей. Цель - не только выразить свои чувства и опасения, но и договориться

о будущем финансовом взаимодействии.

Этот опыт помог мне осознать, что управление семейными финансами требует не только умения зарабатывать, но и навыков распределения и контроля ресурсов. Я поняла, как важно уметь вести конструктивный диалог о деньгах и защищать свои интересы в семье.

Хотя это было сложно и эмоционально тяжело, начала увереннее отстаивать свои границы и выражать мысли. Верю, что, используя эти знания, смогу найти компромисс, который сохранит гармонию с близкими и защитит мои финансовые интересы.

Санета

Свои письма вы можете присылать по адресу:

г. Нальчик, пр. Ленина, 5, Дом печати, или на наш электронный адрес: gazeta-goryanka@list.ru.

ПАМЯТЬ, ЗАПЕЧАТЛЕННАЯ В ХОРЕОГРАФИИ

На прошлой неделе в зале арт-резиденции Дома молодежи города Нальчика прошел торжественный концерт «Мой мир «Каллисто». Мероприятие было посвящено памяти заслуженного работника культуры Кабардино-Балкарской Республики Ирины РОМАНИХИНОЙ. Ее преждевременный уход оставил глубокую скорбь в сердцах всех, кто знал Ирину Львовну. На концерте собрались близкие, друзья, коллеги и ученики, чтобы отдать дань уважения этому талантливому человеку, выдающемуся хореографу и педагогу.

Ирина Романихина сотрудничала со многими знаменитыми артистами - как местными, так и российскими. Многие из них собрались в этот вечер, чтобы выразить свою благодарность и уважение, а также поделиться теплыми воспоминаниями.

Концерт, наполненный музыкой, танцами и теплыми словами, собрал полный зал. Присутствовали те, чья жизнь так или иначе была связана с Ириной Романихиной - основателем и вдохновителем театра танца КБГУ «Каллисто».

Вечер стал воплощением сокровенной мечты Ирины Львовны. Министр по делам молодежи КБР Азамат ЛЮЕВ рассказал, что всего несколько месяцев назад она делилась планами собрать всех своих друзей, родителей и коллег для масштабного праздника. «Мы чуть-чуть не успели, но я уверен, что она сейчас смотрит на нас с небес, все видит, и ее душа радуется. Поэтому не стали называть это вечером памяти. Это торжественный



концерт, в том числе посвященный ее дню рождения», - отметил министр.

Концертная программа стала живым отражением творчества И. Романихиной.

На сцене выступили звезды эстрады республики - Басир ШИБЗУХОВ, Черим НАХУШЕВ, Амур ТЕКУЕВ, Ольга СОКУРОВА, Татьяна ТРЕТЬЯК, Азамат ЦАВКИЛОВ, Аус ЗЕУШЕВ, Ирина РАКИТИНА, Валерий ШАРИБОВ, Эльдар ДЫМОВ и Амир КУЛОВ. Они исполнили проникновенные лирические композиции, которые тронули сердца зрителей.

Хореографическое искусство, которому Ирина Романихина посвятила свою жизнь, было представлено ансамблями «Шагди», «Арабеск» и «За 30». Также выступили ветераны и действующие участ-

ники легендарного театра «Каллисто».

Официальные лица, выступившие перед публикой, акцентировали внимание не на регалиях, а на личности И. Романихиной, которая оставила значительный след в культурной жизни республики.

«Настоящее отношение к человеку - это когда его помнят. Поэтому Ирина всегда с нами», - подчеркнула председатель комитета Парламента КБР Нина ЕМУЗОВА. Она вспоминала Ирину Львовну еще с юных лет, когда та была известна как Ира МОНАКОВА, ученица девятой школы. Уже тогда был очевиден ее творческий потенциал. «Это человек, создавший целую эпоху в культуре нашей республики и страны», - подчеркнула Н. Емузова.

Представитель Кабардино-Балкарско-

го государственного университета, помощник ректора Сергей ШАГИН передал теплые слова приветствия от ректора Юрия АЛЬТУДОВА и отметил, что стены КБГУ были родными для Ирины Львовны. «Проработав много лет в университете, она видела в студентах прежде всего личность и воспитывала в них любовь к прекрасному», - отметил С. Шагин.

Директор Северо-Кавказского филиала ФНИСЦ РАН Аус КУМЫКОВ поделился своими теплыми воспоминаниями о совместной работе с Ириной Романихиной. Охарактеризовал ее как человека с «очень хорошим духом», исключительно обязательного и заботливого. «Пока дети не поедят, пока не заселятся в гостиницу, пока все у них не будет хорошо, она не успокаивалась», - подчеркнул он и отметил большой успех «Каллисто» во время выступлений в МГУ, куда его приглашали ежегодно.

Финал вечера стал самым трогательным моментом. На сцену вышел Роман РОМАНИХИН, сын Ирины Львовны, и обратился к зрителям: «Друзья, этот вечер был насыщенным и эмоциональным. Благодарю всех, кто был с нами и поддерживал. Пусть пример Ирины Романихиной служит ориентиром для будущих поколений. Ее труд, мудрость и доброта живут в сердцах тех, кто ее знал и любил».

Под бурные аплодисменты, которые, по словам ведущей, были самым ценным подарком для артиста, вечер завершился. Он был не грустным, а светлым и торжественным. Наследие Ирины Романихиной, ее мир «Каллисто», продолжает жить в учениках, в танце и в памяти зрителей.

Анжела ГУМОВА

ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ЖЕНСКИЙ ОРГАНИЗМ И ОБЩЕЕ СОСТОЯНИЕ

Спорт - неотъемлемая часть жизни, которая приносит пользу как физическому, так и эмоциональному благополучию. Для женщин регулярные физические нагрузки имеют особое значение, поскольку помогают поддерживать здоровье, улучшать настроение и самочувствие. Мы подробно рассмотрим, как спорт влияет на женский организм, какие его виды предпочтительны для женщин и как часто нужно заниматься, чтобы получить максимальную пользу.

Физические упражнения оказывают многогранное воздействие на женский организм, улучшая общее состояние здоровья и самочувствие. Рассмотрим основные аспекты:

▲ Укрепление мышц и костной ткани. Регулярные тренировки помогают поддерживать мышцы в тонусе, что особенно важно с возрастом для предотвращения остеопороза. Силовые упражнения, такие как поднятие тяжестей или занятия с собственным весом, способствуют укреплению костей.

▲ Улучшение кровообращения и обменных процессов. Во время физической активности сердце начинает работать интенсивнее, что способствует улучшению кровообращения. Это в свою очередь помогает доставлять кислород и питательные вещества к клеткам, улучшая обменные процессы и ускоряя выведение токсинов.

▲ Поддержка сердечно-сосудистой системы. Регулярные кардионагрузки, такие как бег, плавание или езда на велосипеде, укрепляют сердечно-сосудистую систему, снижая риск развития гипертонии, ишемической болезни сердца и других заболеваний.

▲ Контроль веса. Спорт помогает поддерживать оптимальный вес и сжигать лишние калории. Это особенно важно

для женщин, которые часто сталкиваются с проблемой ожирения.

▲ Улучшение работы внутренних органов. Физическая активность стимулирует работу пищеварительной, дыхательной и эндокринной систем, способствуя их более эффективной работе.

▲ Повышение иммунитета. Регулярные тренировки укрепляют иммунную систему, делая организм более устойчивым к инфекциям и заболеваниям.

Спорт оказывает положительное влияние не только на физическое, но и на эмоциональное состояние. Рассмотрим основные аспекты:

▲ Выработка эндорфинов. Во время физической активности в организме вырабатываются эндорфины - гормоны счастья, которые улучшают настроение и снижают уровень стресса.

▲ Снижение уровня тревожности. Регулярные тренировки помогают снизить уровень тревожности и улучшить психоэмоциональное состояние. Это связано с тем, что физическая активность способствует выработке серотонина и дофамина - нейромедиаторов, которые улучшают настроение и снимают напряжение.

▲ Повышение самооценки и уверенности в себе. Достижение спортивных целей и улучшение физической формы способствуют повышению самооценки и уверенности в себе.

▲ Улучшение качества сна. Регулярные тренировки помогают улучшить качество сна, делая его более глубоким и продолжительным. Это связано с тем, что физическая активность способствует расслаблению и снятию напряжения.

▲ Снижение усталости. Физическая активность помогает повысить уровень энергии и снизить усталость, делая женщин более работоспособными и активными.

▲ Отвлечение от проблем. Занятия

спортом могут стать отличным способом отвлечься от повседневных проблем и стрессов, помогая сосредоточиться на своем теле и процессе тренировки.

ЧТО ПРЕДПОЧТИТЕЛЬНЕЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Выбор вида спорта зависит от личных предпочтений, физического состояния и целей. Рассмотрим несколько видов спорта, которые могут быть особенно полезны для женщин:

▲ Аэробика и фитнес. Эти виды спорта помогают поддерживать общую физическую форму, улучшают работу сердечно-сосудистой системы и способствуют сжиганию калорий. Занятия могут включать танцы, степ-аэробику, ритмическую гимнастику и другие виды упражнений.

▲ Йога и пилатес. Эти практики способствуют укреплению мышц, улучшению гибкости и расслаблению. Они также помогают снять стресс и улучшить эмоциональное состояние.

▲ Плавание. Плавание - это низкоинтенсивный вид спорта, который оказывает комплексное воздействие на организм. Оно улучшает работу сердечно-сосудистой системы, способствует расслаблению мышц и помогает поддерживать физическую форму.

▲ Танцы. Не только физическая нагрузка, но и способ выразить себя, улучшить координацию и настроение. Они могут быть разнообразными и интересными, что делает их привлекательными для многих женщин.

▲ Другие виды спорта. Ходьба, бег, велосипедные прогулки, скандинавская ходьба, теннис, волейбол также могут быть полезны для здоровья и поддержания физической формы.

КАК ЧАСТО НУЖНО ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ ДЛЯ МАКСИМАЛЬНОГО ЭФФЕКТА
Частота тренировок зависит от инди-

видуальных целей и физического состояния. Важно слушать свой организм и не перегружать его. Рассмотрим основные рекомендации:

▲ Начните с малого. Если вы новичок, начните с небольших нагрузок, постепенно увеличивая их по мере улучшения физической формы. Это поможет избежать травм и переутомления.

▲ Консультируйтесь с врачом. Перед началом занятий спортом обязательно проконсультируйтесь с врачом, особенно если у вас есть хронические заболевания или ограничения по здоровью.

▲ Оптимальная частота. Для поддержания общего тонуса и здоровья рекомендуется заниматься спортом не менее трех-четырех раз в неделю. Однако можно выбрать и более интенсивный режим, если это позволяет ваше физическое состояние.

▲ Интервальные тренировки. Интервальные тренировки, которые включают чередование интенсивных нагрузок с более спокойными периодами, могут быть особенно эффективными для улучшения физической формы и сжигания калорий.

▲ Учитывайте время на восстановление. Важно давать организму время на восстановление между тренировками. Это поможет избежать переутомления и травм.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Спорт - мощный инструмент для улучшения здоровья, самочувствия и эмоционального состояния. Регулярные тренировки помогают женщинам чувствовать себя более счастливыми, уверенными и энергичными. Независимо от выбранного вида спорта важно слушать свой организм, постепенно увеличивать нагрузки и получать удовольствие от самого процесса.

Подготовка Мадина БЕКОВА

ПАПА

(РАССКАЗ)

Изучение языка – длительный и сложный процесс. Особенно, когда речь идет о самом первом в твоей жизни.

Мы осваиваем язык неосознанно: ошибаемся снова и снова, учимся выговаривать звуки, подражаем тем, кто рядом. В моем случае первых языков оказалось два – балкарский и русский. Как билингв поначалу не разделяла их: свободно использовала слова, разговаривая со всеми подряд. Лишь позже поняла, что не каждый способен расшифровать мой детский «микс», поэтому научилась разграничивать языки.

– Папа, а что значит инопланетянин? – спрашивала я, глядя на экран телевизора, где показывали какое-то странное шоу про жителей других миров.

– Это существа, которые живут на других планетах, – терпеливо отвечал папа.

– А что такое планеты? – цеплялась я за новое слово, продолжая долбос.

Папа вздыхал, но все равно находил силы отвечать на мой тысячный за день вопрос. Возраст «почемучки» – важнейший этап взросления, когда ребенок открывает для себя язык и мир. Возможно, именно поэтому мои бесконечные вопросы на темы, кажущиеся взрослым глупыми, редко оставались без ответа.

И все же не всегда дети задают вопросы. Порой они уверены, что уже знают ответы. Так у меня появилось главное мое заблуждение детства – имя моего отца. Долгое время была убеждена, что Папа – это собственное имя отца.

Признаюсь, у меня, маленькой девочкой, на то были веские основания. Мама говорила: «Пойди, позови папу!», знакомые интересовались: «А как дела у твоего папы?», воспитательницы спрашивали: «Это твой папа?». При таком количестве подтверждений разве можно было подумать, что у Папы есть еще и другое имя?

Развешенные иллюзии случились летом. Мы с двоюродными сестрами – Жан и Дариной собирали красивые камешки во дворе бабушки и дедушки. Промыли их и устроили выставку для муравьев. Зрелище оказалось завораживающим – советую попробовать.

– Мы скоро уедем, – сказала Жан.
– Да, за нами папа приедет, – поддержала ее Дарина.

В голове у меня тут же вспыхнула мысль: скоро приедет Папа. Но вместо него во двор вошел мой дядя Руслан.

– А Папа когда приедет? – удивилась я.

– Вот, он приехал, – указала Дарина.

– Где? – спросила я, глядя в сторону дяди.

– Там, – повторила сестра.

– Кто? – не сдавалась я.

– Наш папа! – пояснила Жан.

– А дядю Руслана тоже зовут Папа? – искренне поразились я.

Не помню, кто именно расставил тогда все точки над «i», но с того дня я навсегда усвоила: папа – это не имя, а целая роль. И что мой папа – не только Папа, но и человек с другим, настоящим именем.

ПЕРЕБОРОТЬ ЧУЖОЙ СТРАХ

(РАССКАЗ)

В детстве я очень боялась стоматологов. Честно, вряд ли в нашем небольшом городке остался хотя бы один детский врач, который бы не знал меня в лицо, настолько сильно родители старались найти хоть кого-то, кто сможет обуздать меня и мои владения кунг-фу и другими видами боевых искусств, полученные от просмотра «Черепашек Ниндзя» и «Кунг-фу Панды».

Помню, стоило зайти в детскую стоматологию как в нос ударял неприятный запах лекарств вперемешку с «ароматом», который исходил от просверленных зубов.

– Это как комарик укусит! – начинал уже знакомую мне шарманку очередной бедняга врач.

– Нееет! – кричала я в ответ.

Сейчас знаю, что детей могут лечить под наркозом, но тогда о таких методах и речи не было. Родители использовали все мыслимые и немыслимые способы, чтобы уговорить меня спастись сначала молочные, а потом и постоянные зубы.

– Так, Айза! – однажды максимально строго начал папа, войдя в кабинет, где я, как обычно, устроила сцену, а молодой врач, кажется, уже прикидывал, сколько успокоительного ему придется принять после этой встречи. – Если ты сейчас же не откроешь рот, мне придется тебя ударить.

Впервые увидев папу таким строгим, я согласилась на минутку открыть рот, но стоило врачу взять ту визжащую страшную штуку как я вновь начала свой концерт. Папа не был человеком, который бросал слова на ветер, а потому, размахнувшись, дал мне самый мягкий подзатыльник, который только можно было себе представить.

В кабинете ненадолго повисла тишина, которая была разрушена моим смехом от «удара» папы. Уверена, врач тоже не смог сдержать улыбку от всей этой ситуации. Домой мы тогда вернулись быстро, так и не вылечив ни одного зуба.

– Ну, Айза, я куплю тебе мороженое! Нет, два! – спустя несколько дней внутри кабинета уже сидела мама, пытающаяся использовать «метод пряника». К сожалению, он тоже не увенчался успехом, и мои зубы продолжали разрушаться из-за страха перед этими злодеями в белых халатах, исполняющими страшные штуки.

Время шло, и только к четырнадцати годам я решила перебороть свой страх. К тому времени половина моих зубов нуждалась в лечении, поэтому большую часть летних каникул я провела в кабинетах тех самых «злодеев». Первые пару визитов со мной ходили родители – им трудно было поверить, что ребенок, устроивший за 14 лет десятки истерик, может вдруг измениться.

Что меня так сильно поменяло? Один зуб заболел настолько, что терпеть стало невозможно. И когда я все-таки дошла до врача, оказалось, что спастись уже было нельзя. Тогда я села и подумала о своем поведении. И пришла к мысли, которой придерживаюсь до сих пор: ну, это будет не смертельно больно. А если и смертельно – умру лишь раз.

Так начались мои спокойные походы к стоматологам. Оказалось, все действительно не так страшно. Сравнить укол в десны с укусом комара я не стану – скорее, это укусы осы. Но главное слово, которым теперь описываю лечение зубов, – «терпимо!»

Однажды, спустя полторы недели моего лечения, увидела около кабинета свою маленькую копию – девочку, которую никак не могли уговорить перестать бояться. На моих глазах ее завели в кабинет и через пару минут вынесли рыдающую к отцу.

– Успокойте ее, а мы пока примем следующего пациента, – строго сказала врач.

Девочка села на соседнюю скамейку, а отец безуспешно пытался подобрать слова. Я присела рядом с ней.



– Привет! – сказала я. Мы немного поболтали о пустяках, и я почувствовала, как девочка постепенно перестала дрожать и начинала доверять мне. Тогда я перешла к главному:

– Знаешь, я тоже в детстве ужасно боялась врачей. Плакала, кричала... Однажды даже ударила врача со всей силой, и меня выгнали со словами: «Уберите отсюда эту бешеную!»

Девочка прыснула от смеха, и я поняла: первый лед тронулся.

– Мне тоже говорили, что «будет, как комарик укусит». Но это неправда. Иногда больно – очень больно. Знаешь, почему?

– Нет... – шмыгнув носиком, покачала девочка головой.

– В зубках иногда заводятся маленькие червячки. Сначала они крошечные, но со временем растут и становятся большими. Если их не выщипать вовремя, зубкам становится все хуже и хуже, и однажды эти червячки могут их съесть. В детстве я в это не верила. Но один мой зуб они съели полностью.

И теперь мне приходится лечить остальные – потому что там уже не малыши-червячки, а огромные.

– А тебе очень больно? – вскинула девочку на меня серьезный взгляд.

– Да, больно, – ответила я честно. – Но если бы я лечила зубы, когда была такой же маленькой, как ты, все было бы гораздо легче.

– Значит, мне совсем не будет больно? – с надеждой протянула она.

– Будет, – мягко, но твердо сказала я. – Но это та боль, которую нужно потерпеть, чтобы выгнать червячков. Хочешь, расскажу, как я справляюсь? Закрываю глаза и начинаю считать в голове, сгибаю пальчики или представляю свои любимые сказки. Только рот закрывать нельзя – иначе червячка не достанут до конца и он может разозлиться. Договорились?

Я протянула ей руку. Девочка серьезно кивнула и вложила свою маленькую ладошку в мою.

...Спустя час я стояла в очереди на рентген с контрольной пломбой во рту. Больше всего ненавидела именно эти пломбы – с торчащими «зубочистками», мешающими нормально говорить. И вдруг на другом конце коридора увидела знакомую девочку с отцом. Они заметили меня и подошли.

– Спасибо вам огромное! – сказал ее отец.

– Она впервые зашла к стоматологу спокойно и дала полечить зубки.

– Штасибал! – немного шепелявила после врача девочка.

– А... о... а... – попыталась я ответить, но смогла только выдать пару нечленораздельных звуков.

Когда они ушли, я долго смотрела им вслед. Думала о двух вещах: что ее зубки теперь спасены от «червячков» и что вместе с этой дурацкой контрольной пломбой куда-то исчезает все мое красноречие.

В НАЛЬЧИКЕ ПРОХОДИТ ПРОЕКТ «КАВКАЗ: ПРИТЯЖЕНИЕ БУДУЩЕГО»

Российская академия художеств, Научно-исследовательский институт теории и истории изобразительных искусств РАХ и Союз художников России представляют ежегодный научно-образовательный и выставочный академический проект «Кавказ: притяжение будущего». Мероприятия пройдут в столице Кабардино-Балкарской Республики с 21 по 25 октября.

В программе – конкурсная выставка для молодых профессиональных художников Юга России имени З.К. Церетели, посвященная 80-летию победы в Великой Отечественной войне, IV научно-практическая конференция «Тема защиты

Отечества в изобразительном искусстве художников Большого Кавказа и Юга России», мастер-классы и лекции академиков Российской академии художеств.

22 октября в Кабардино-Балкарском государственном университете им. Х.М. Бербекова состоятся мастер-класс и лекция. Начало в 11 часов

Открытие выставки произведений участников и победителей конкурса для молодых профессиональных художников Юга России пройдет в Музее изобразительных искусств имени А.Л. Ткаченко 23 октября в 15 часов.

Открытие выставки работ членов Южного отделения Российской академии художеств,

посвященной 15-летию Южного отделения РАХ, и торжественная церемония вручения наград победителям конкурса состоятся в Национальном музее КБР 23 октября в 17 часов.

24 октября во Дворце творчества детей и молодежи Министерства просвещения и науки КБР пройдет IV научно-практическая конференция «Тема защиты Отечества в изобразительном искусстве художников Большого Кавказа и Юга России». Начало заседаний в 11 часов.

25 октября в Национальном музее КБР. Начало заседаний в 11 часов. В программу заседания включены два пленарных доклада на актуальные темы.

Ляна БАТЫРОВА

Определены финалисты регионального этапа конкурса «Народный участковый»

На официальном сайте МВД по Кабардино-Балкарской Республике был проведен интернет-опрос, в ходе которого граждане выбрали участкового уполномоченного полиции для представления региона на третьем заключительном этапе всероссийского конкурса «Народный участковый».

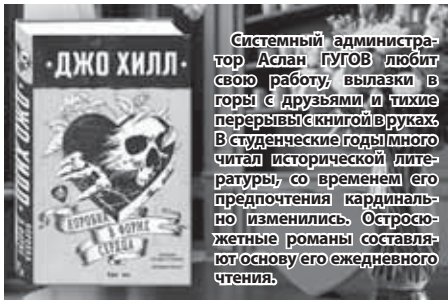
По итогам голосования победителем республиканского этапа и обладателем звания «Народный участковый Кабардино-Балкарской Республики» стал Ренат АРГАШОКОВ, капитан полиции, участковый уполномоченный полиции ОМВД России по Урванскому району.

На втором месте оказался капитан полиции Тимур САБАНЧИЕВ из МО МВД России «Баксанский». Третье место занял участковый уполномоченный полиции ОП №2 УМВД России «Нальчик», старший лейтенант Залим ГЕДУЕВ.

Напомним, что второй этап конкурса проходил с 7 по 16 октября. В борьбе за право представлять Кабардино-Балкарскую Республику на финальном этапе участвовали тринадцать участковых уполномоченных полиции.

Третий (финальный) этап голосования запланирован на период с 1 по 10 ноября, где будет определен лучший участковый страны.

Ангела ГУМОВА



Системный администратор Аслан ПУГОВ любит свою работу, вылазки в горы с друзьями и тихие перерывы с книгой в руках. В студенческие годы много читал исторической литературы, со временем его предпочтения кардинально изменились. Остроужетные романы составляют основу его ежедневного чтения.

• **КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН**

скорее, внутри него - маленький недолюбленный ребенок. Его характер многослойный: это живой человек, полный страхов, боли и ошибок. По мере развития сюжета он проходит через трансформацию, что является одной из сильных сторон романа: Джуд не стоит на месте, а пытается найти путь к искуплению. Особого внимания заслуживает подруга главного героя - Джорджия. Сначала она может показаться легкомысленной и недалекой, но на са-

К ЧЕМУ ПРИВОДЯТ СПОНТАННЫЕ ПОКУПКИ

- Что взять на необитаемый остров фанату хорошего хоррора? Конечно, роман «Коробка в форме сердца» Джо ХИЛЛА. Творчеством этого автора я заинтересовался не так давно, оказалось, что Джо Хилл - родной сын Стивена КИНГА, пишущий в тех же жанрах, что и отец. Признаться, встречая среди рекомендаций этот роман, пропуская его как потенциально неинтересный мне. Видимо, ввел в заблуждение название, да и обложка. Сейчас же считаю, что это одно из лучших произведений в своем жанре.

По сюжету Джуд Койн, знаменитый и скучающий рок-музыкант, живущий за городом со своими собаками и молодой девушкой Джорджией, покупает на аукционе призрак, думая, что это шутка. Но вскоре понимает, что это вовсе не игра. Привидение прибывает в дом музыканта в виде мужского костюма, упакованного в коробку в форме сердца. Оно оказывается не просто с характером. Действует в лучших традициях хорроров - путает мысли, пугает, обладает телекинезом, издает страшные звуки, подстраивает аварии. Причем становится понятно, что это было прицельное проклятие, предназначенное Джуду. Мы постепенно узнаем, что нужно этому злобному духу и что будет делать главный герой, чтобы отделаться от него, кто пострадает в этой истории и главное - сможет ли Джуд Койн избавиться от своей покупки.

Кто-то скажет, что главный герой получил по заслугам. Ведь за всю свою жизнь он не сделал ничего хорошего. Джуда нельзя назвать положительным героем, но он точно не злодей,

мом деле ее образ оказывается гораздо более глубоким и сильным. Она не просто спутница Джуда, но и полноценный участник событий с собственными травмами и переживаниями. Понравилась задумка с животными-фамильями - овчарками Ангусом и Бон.

Роман кинематографичный, пусть это было не кино, но картинки в голове возникают самые реалистичные. Но даже при этом, несмотря на внушительный объем книги, хочется прочитать его поскорее.

Понравилось в «Коробке в форме сердца» буквально все: незатейливость декораций, атмосферность, живые персонажи и сама история - не просто призрак, а призрак с историей, раскрутить клубок которой предостой рок-звезде.

Стиль автора пришелся мне по душе: его слог понятен и легко читается. Был приятно удивлен темпом повествования: сюжет динамичный, постоянно происходит что-то увлекательное. При этом нет затянутых эпизодов на несколько страниц, отвлеченных рассуждений и глубоких копаний в головах героев. Все, что происходит в книге, легко представить, будто смотрите кино. Финал тоже не разочаровал.

Этот роман - не просто история ужасов. Это размышление о цене, которую приходится платить за ошибки, и о том, что настоящие призраки живут в нас самих. Автор показывает, что хоррор может быть не только страшным, но и глубоким, вызывающим сильные эмоции.

Лиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовой

• **ПРИЯТНОГО АППЕТИТА**



ОСЕННИЕ КРАСКИ

Игра цвета, текстур и ярких специй - все это осенние блюда. Потому что это время вкусных овощей и фруктов. Именно эти продукты задают главные темы повседневным осенним блюдам. Рагу, запеканки, разнообразные каши с овощами и фруктами, а еще сытные мясные блюда с густым ароматным соусом. Поделиться своими рецептами мы попросили Алину СУРИНКОВУ из Нарткала. «Для меня, как человека любящего экспериментировать на кухне, осень - любимое время года, - говорит она. - Есть масса рецептов разнообразных осенних блюд. Но я советую каждый раз что-то менять в них и пробовать новые сочетания вкусов.»

НЕОБЫЧНЫЙ ПИРОГ

Ингредиенты: 2 средние картофелины, 2 средние моркови, 4 филе куриной грудки, 1 большая луковица, 2-3 зубчика чеснока, 4 ст. ложки сливочного масла, немного растительного масла, 3 ст. ложки муки, 500 мл 10-процентных сливок, 200 г замороженной кукурузы, 200 г замороженного горошка, 350-400 г слоеного теста одним куском, желток для смазывания, свежемолотый черный перец, соль.

Способ приготовления. Очистить картофель и морковь, нарезать средними кусочками, удобными для еды, так же нарезать курицу. Довести до кипения 600 мл воды, посолить, положить курицу, картофель и морковь, варить 10 минут. Шумовкой все достать, а отвар сохранить. Очистить лук и чеснок, мелко нарезать. В сотейнике с толстым дном разогреть масло, положить лук и чеснок, обжарить, помешивая, 5 минут. Всыпать муку и обжаривать пару минут. Влить отвар и сливки, варить, помешивая, до загустения 3 минуты. Посолить и поперчить. Положить в соус курицу, морковь, картофель, горошек и кукурузу. Перемешать, довести до кипения и снять с огня. Переложить содержимое сотейника в форму для запекания или продолжить готовить в нем, если у него жаропрочная ручка. Раскатать тесто в круг чуть большего диаметра, чем форма. Сделать надсечки на тесте крест-накрест, не прорезая до конца, и четыре отверстия для выхода пара. Накрыть форму тестом и прикрепить края. Смазать тесто желтком. Запекать при 180 °C примерно 30-40 минут. Подавать на стол горячим.

КАРРИ ИЗ ТЫКВЫ И НУТА

Ингредиенты: 400 г тыквы, 2 луковицы, 5 зубчиков чеснока, 15 г имбиря, 800 г консервированного нута, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка куркумы, 2 ст. ложки карри, 150 мл воды, 400 мл кокосового молока, черный молотый перец и соль по вкусу.

Способ приготовления. Тыкву очистить от кожуры и внутренних волокон. Мякоть нарезать кусочками средней величины, примерно 2 см. Очистить репчатый лук, чеснок и имбирь и все мелко порубить. В сковороде разогреть растительное масло, добавить измельченный репчатый лук, чеснок и имбирь, помешивая, обжаривать на сильном огне не дольше минуты. Добавить кусочки тыквы, обжаривать, помешивая, примерно 5 минут, пока тыква не приобретет золотистый оттенок. Слить жидкость из банок с нутом. Добавить нут в сковороду к тыкве. Приправить куркумой и пастой карри, хорошо перемешать и готовить еще примерно минуту. Влить в сковороду горячую кипяченую воду, довести смесь до кипения, посолить, накрыть крышкой и тушить на медленном огне примерно 10 минут. Затем добавить кокосовое молоко, тщательно перемешать, довести смесь до кипения, уменьшить огонь до минимума и томить блюдо под крышкой 10 минут. При подаче на стол посыпать рубленой кинзой.

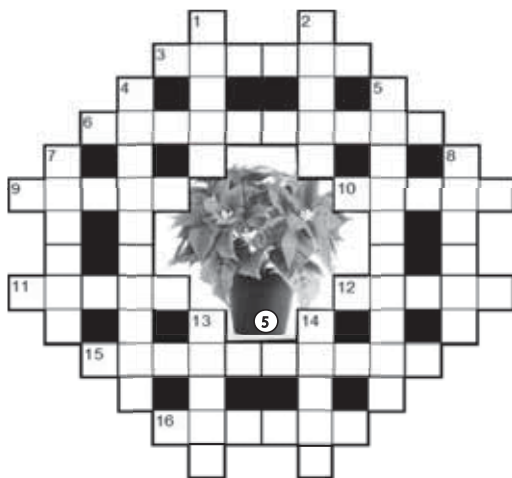
ЗАПЕКАНКА

Ингредиенты: 100-150 граммов тыквы, 4 яйца, 500 г творога, 0,5 стакана сахара, 2 стакана молока, ¼ стакана манки, 0,5 ч. л. соли, 50 г сливочного масла

Способ приготовления. Сначала нужно приготовить манную кашу для добавления в запеканку. Поставить на огонь молоко и пока оно не закипело, засыпать тонкой струйкой манную крупу. Довести до кипения, постоянно помешивая, чтобы не было комочков. Выключить и плотно прикрыть крышкой - пусть дойдет до нужного состояния. Тыкву нарезать на небольшие кусочки. На сковороде с разогретым сливочным маслом обжарить кусочки тыквы до золотистого цвета. Соединить в одной посуде манку, творог и тыкву, перемешать, добавить три взбитых яйца, сахар и соль. Перемешать до получения однородной массы. Форму для выпекания запеканки смазать маслом. Выложить массу и разровнять. Взбить оставшееся яйцо и смазать им верх запеканки. Поставить запеканку в разогретую духовку и выпекать до образования румяной корочки.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.
Фото Тамары Ардавовой

КРОССВОРД



Ответы на кроссворд
По горизонтали: 3. Шелюга. 6. Топинамбуры. 9. Авлос. 10. Индюк. 11. Грамм. 12. Штрек. 15. Экспедиция. 16. Брайль.
По вертикали: 1. Девиз. 2. Агамы. 4. Топонимика. 5. Пуансеттия. 7. Аврора. 8. Воджет. 13. Апарт. 14. Билль.

По горизонтали: 3. Кустарниковое растение, разновидность ивы, хорошо растущее на песчаных почвах. 6. Земляная груша. 9. Древнегреческий духовой музыкальный инструмент, свирель. 10. Домашняя птица. 11. Единица измерения массы. 12. Горная выработка. 15. Поездка группы лиц со специальным заданием. 16. Автор азбуки для слепых.

По вертикали: 1. Надпись или эмблема на

гербе, щите. 2. Птица отряда журавлей. 4. Наука, изучающая географические названия, объекты. 5. Молочай красивейший. 7. Крейсер, сделавший самый громкий выстрел XX века. 8. Государственная смета. 13. Реплика, бросаемая актером в сторону. 14. Порода охотничьих собак на зайца и лису.

Составила
Фатима КАРАЦУКОВА

Молодежному театру «Сыринэ» пять лет



В Государственном концертном зале КБР прошло праздничное мероприятие в честь пятилетия первого молодежного адыгского театра-студии «Сыринэ».

Среди почетных гостей вечера были министр по делам молодежи Азамат ЛЮЕВ, заместитель министра культуры КБР Рита ТАОВА, заместитель министра цифрового развития, связи и массовых коммуникаций КБР Мурат ГИЛИЕВ, директор Центра адыгской культуры им. А. Ципинова КБГУ Мадина ЕЗАОВА, директор Центра эстетического воспитания и художественного творчества КБГУ Амир КУЛОВ, начальник управления по молодежной политике и воспитательной работе КБГАУ Эльдар ШОНТУКОВ.

Режиссер театральной студии - артист Ислам КАНКУЛОВ подчеркнул, что уникальность «Сыринэ» в том, что это первая молодежная студия, которая выступает только на родном языке. В прошлом году на всероссийском фестивале «Театральная заливка» ребята завоевали главный приз. Они были единственными, ради кого жюри сделало исключение и кто выступал не на русском языке.

Директор театральной студии Ахмед КОГОТЫЖЕВ выразил благодарность за поддержку Министерству культуры и Министерству цифрового развития, связи и массовых коммуникаций КБР, а также подчеркнул, что Министерство по делам молодежи предоставляет грант и «Сыринэ» имеет возможность работать.

Созданный в 2020 году общественным

наук, доктор философских наук, профессор Феликс ХАРАЕВ.

Каждая сыгранная пьеса - открытый, искренний разговор на самые актуальные и волнующие общество темы. В работе над спектаклями в качестве режиссера по звуку участвует Джихат ЧИЧ, художника по костюмам - художник-модельер Мадина САРАЛЬП, декорации создавала дизайнер Лалина САРАЛЬП.

Учредители, режиссер и, конечно, зрители с радостью наблюдали, какой произошел прогресс у ребят в отношении родного языка. Несколько актеров, придя в студию, не могли свободно говорить на родном языке, но со временем не только научились справляться с ролями, но и отвечать на вопросы из зала. Ребята проходят курс театральной подготовки в течение двух лет, после чего получают сертификаты о прохождении курсов актерского мастерства.



фондом поддержки родного языка, культуры и традиций «Черкесский мир», «Сыринэ» стал театром для всех поколений зрителей, интеллектуальных и художественных поисков. Театр был создан на общественных началах. Благодаря членам правления фонда «Черкесский мир» - кандидату педагогических наук Рае ХАЦУКОВОЙ, общественным деятелям Гупсе КИП, Атиле АСКЕРУ и Баяру ЧИЛАРУ решаются различные организационные вопросы. Большую роль в создании и поддержке студии сыграл почетный руководитель фонда, кандидат технических

Основная часть ребят занимается с самого начала и входят в постоянный состав театральной студии.

Первый молодежный театр - уникальное событие в культурной жизни Кабардино-Балкарской Республики. В репертуаре театра-студии три пьесы, все они написаны поэтом, писателем и драматургом Зариной КАНКУОВОЙ. Пьесы разные по жанру, первая, «Мабфугу» («Поезд»), - детективная история, основанная на компьютерной игре. «Унашъ» («Крыша») вскрывает социальные проблемы взаимоотношений в семье и в подростковом коллек-

тиве. Спектакль «Къежэк» («Бег») по жанру относится к абсурду, гротеску. Последняя пьеса подходит и для взрослых актеров, но подростки справляются с ней безукоризненно.

Текст изначально пишется для молодых исполнителей, его не нужно адаптировать, в этом смысле большая заслуга драматурга в том, что она знает, как преподнести уже не детские проблемы и переживания еще не взрослым языком. Драматург не раз подчеркивала важность для молодежи задаваться острыми вопросами и учиться мыслить вне шаблонов.

Азамат Люев подчеркнул, что относит себя к почитателям молодежного театра «Сыринэ» и активно наблюдает за его деятельностью: «Считаю, что это эталонный театр, яркий пример того, как сегодня необходимо работать с нашей молодежью, в том числе в вопросе сохранения и укрепления национальных языков». А. Люев особо отметил роль мецената театра-студии Феликса Хараева, который продолжает вести работу с подрастающим поколением.

Ф. Хараев поздравил студийцев и отметил, что в стремительно меняющемся мире мы должны постоянно учиться, чтобы отвечать требованиям жизни. Также он добавил, что опыт «Сыринэ» показывает, что в каждом учебном заведении нужно развивать театры.

Рита Таова сказала, что следит за творчеством студийцев с самого начала и присутствовала на всех спектаклях: «Для истории пять лет как один миг, а для театра - целая эпоха поиска себя, своего голоса и волнательных премьер. Театр «Сыринэ» стал местом, где современные спектакли обретают глубокий смысл. Мир сейчас быстро развивается. У нашей молодежи есть возможность прийти в театр и посмотреть со стороны на то, что происходит в мире». Р. Таова вручила Почетную грамоту Министерства культуры КБР режиссеру театра-студии «Сыринэ» Исламу Канкулову.

Мурат Гелиев поздравил молодежный театр с пятилетием и вручил Благодарность Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций автору пьес Зарине Канкуовой.

Украсили вечер музыкальные композиции в исполнении популярных артистов республики Светланы ТХАГАЛЕГОВОЙ, Артура ДЫШЕКОВА, Насрена ЧИЛАРА и других.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Элины Караевой

ОБИДЧИВЫЙ АСТИ

- Современный мир полон суеты, дедлайнов и быстрого темпа жизни, - говорит Арина из Нарткалы. - Поэтому дома хочется спокойствия и отдыха. Когда моя семья выбирала питомца, решила, кого взять - кошку или собаку. В итоге остановились на собаке. Выбор пал на английского бульдога. В описании этой породы говорилось, что из-за особенностей дыхательной системы эти собаки плохо переносят жару и интенсивные физические нагрузки, предпочитая короткие прогулки и долгие часы отдыха дома. Большую часть времени они проводят во сне или просто лежат, наблюдая за окружающим миром полуприкрытыми глазами. Это было моей мечтой - иметь питомца, с которым можно гулять, когда хочется, и оставаться дома, если нет желания выходить на улицу. Например, в плохую погоду или после тяжелого рабочего дня. Единственное, что не советую читателям «Горянки», которые рассматривают возможность завести английского бульдога, перекармливать его, так как собаки этой породы склонны к ожирению. Также не следует

смешивать натуральную еду с сухим кормом, чтобы избежать проблем с пищеварением.

Нашего питомца мы назвали Асти. Он отличается добродушным характером и легко находит общий язык с окружающими. Во время прогулок даже не гонится за кошками. Однако у него есть одна особенность - очень обидчивый. Однажды, когда к нам пришли гости, у одного из них была аллергия на шерсть, поэтому собаку пришлось закрыть в другой комнате. Эмоции питомца были настолько сильными, что гости не смогли их выдержать, поэтому пришлось отправиться в кафе. Не знаю, существует ли в нашем городе или Нальчике специализированное заведение, где можно с комфортом провести время с питомцем, включая возможность накормить его и создать для него зону отдыха. Такое место было бы просто идеальным. Мы бы с удовольствием посещали его регулярно.

Асти не любит одиночество, ему спокойно, когда мы у него на виду. В первое время, когда оставался один, разрушал все в квартире,

поэтому мы были вынуждены запереть его в небольшом помещении. Со временем он понял, что лучше провести время на диване, ожидая нашего возвращения, чем находиться в полной изоляции.

В остальном же Асти обладает стабильной психикой и уравновешенным темпераментом. Излучает спокойствие, которое передается и мне, за что ценю его еще больше. Единственный недостаток его характера - упрямство. Если не хочет что-то делать, никакие уговоры и лакомства не помогут. В такие моменты виновато смотрит на меня, будто говоря: «Я виноват, согласен, но не могу переступить через себя».

Также не любит купаться, но обожает грязевые ванны. Поэтому в плохую погоду выводим его на прогулку на поводке, потому что не пропускает ни одной лужи. За это называю его маленьким бегемотиком. Откликается на эту кличку, но только когда это звучит из моих уст. Когда другие так его зовут, притворяется, что не слышит, хотя хозяином считает моего супруга.



• НАШИ ПИТОМЦЫ

Мы с домочадцами долго привыкли к храпу Асти, но теперь уже не можем без него заснуть. Раньше даже шутила, что собака поет нам колыбельную, а теперь, когда он бордствует, а я хочу спать, прошу его включить свою колыбельную.

Понимает команды с первого раза. Асти невероятен - лучше его могут быть только два таких же бульдога.

Ангела КУДАЕВА

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

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

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

Выходит по средам.
Тираж **1013**. Заказ **2275**
Время подписания в печать
по графику - **18.00**
Фактически **21 октября 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