

№ 3 (1168)

26 января 2022 г.

Издается с 1993 г.



# Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-версия:  
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Заведующая поликлиническим отделением Онкологического диспансера Министерства здравоохранения КБР Адина Муссаевна АХМАТОВА – из новой замечательной плеяды врачей, продолживших после КБГУ образование в Москве и получивших бесценный опыт работы в столичных клиниках.

## Адина АХМАТОВА: КАЖДЫЙ ПАЦИЕНТ – ОТДЕЛЬНАЯ ИСТОРИЯ

Дерматоонколог, дерматохирург, дерматовенеролог, дерматокосметолог. Владеет навыками врачебной эстетической косметологии, активно практикует и в этом направлении. «Я получаю огромное удовольствие, делая женщин красивыми и молодыми. Это дарит массу положительных эмоций и мне, и им», - говорит она. Ежегодно проводит свыше тысячи хирургических и нехирургических манипуляций по удалению злокачественных и доброкачественных образований кожи.

Адина Муссаевна – из возвращенцев, которым не все равно, что происходит на малой родине. Она из тех, кто реально, шаг за шагом, меняет работу онкодиспансера в лучшую сторону. Онкология с человеческим лицом возможна, когда в ней работают профессионалы. Адина Ахматова – член Российского общества клинической онкологии, член Национального союза ассоциации онкологов России, член Российского общества онкодерматологов и других всероссийских обществ. Активный участник международных, всероссийских и республиканских медицинских форумов, конгрессов и конференций.

*(Продолжение на 6-й с.)*



### ГЛАВНОЕ УСЛОВИЕ - ВЗАИМОУВАЖЕНИЕ

Залим и Альбина МАРГУШЕВЫ из с. Залукодес Зольского района в прошлом году стали финалистами регионального онлайн-конкурса «Семья года» в номинации «Молодая семья». Молодые, увлеченные, позитивные – они стали ярким примером современной семьи, для которых лучшие традиции своего народа стали основополагающими при создании семейного очага. Супруги воспитывают сына Камбулата, которому скоро исполнится два года. С. 3

### В ЕГО ГЛАЗАХ БЫЛ МИР НАСТОЯЩЕГО ЧЕЛОВЕКА

26 января – день рождения Олега ГУСЕЙНОВА. Заслуженный артист Кабардино-Балкарии, известный журналист ушел из жизни в августе прошлого года. С. 4

### ЧЕЛОВЕК, НУЖДАЮЩИЙСЯ В ПОМОЩИ, ДОЛЖЕН ЕЕ ПОЛУЧИТЬ

Комплексный центр социального обслуживания населения Министерства труда и социальной защиты КБР в Эльбрусском районе под руководством Мажида ЭТЕЗОВА выполняет очень важную работу: помогает нуждающимся пенсионерам и инвалидам. С. 5

### ЧИТАЕТЕ ЛИ ВЫ ЖЕНСКИЕ ЖУРНАЛЫ?

Наверное, каждая девушка хотя бы раз пролистала журнал, изданный специально для нее. То есть не для нее лично, а для целевой аудитории, которую она представляет. Речь о женских журналах – как о глянце, так и о его интернет-вариантах. Кто-то до сих пор не представляет комфортного существования без чтения этих изданий, а их оппонентки утверждают, что ни за что не станут тратить на это время. С. 11



## ГЛАВА КБР ПОЗДРАВИЛ МОЛОДЕЖЬ КАБАРДИНО-БАЛКАРИИ С ДНЕМ РОССИЙСКОГО СТУДЕНЧЕСТВА

Глава КБР Казбек КОКОВ поздравил молодежь республики с Днем российского студенчества.

«Студенческая пора – один из самых незабываемых этапов в жизни человека. Это время взросления, становления личности, поиска и надежд, напряжен-

ной учебы, амбициозных планов и смелых идей.

Кабардино-Балкария гордится своей студенческой молодежью, ее успехами в учебе, достижениями в науке, творчестве и спорте. Ваша гражданская, социальная и общественная активность находит применение

в самых разных сферах. Хочу поблагодарить вас за все это и заверить, что в своих замыслах и начинаниях вы всегда найдете поддержку со стороны общества и государства.

На вас возлагается особая ответственность за будущее страны, воплощение в жизнь

планов по строительству сильной и процветающей России. Убежден, студенчество Кабардино-Балкарии, глубоко осознавая свою сопричастность к судьбе страны и своей малой родины, сумеет полноценно реализовать свой потенциал, найти достойное применение своим знаниям,

талантам и энергии на благо родной республики и всей России.

От всей души желаю вам крепкого здоровья, успехов в учебе и творческого роста, осуществления ваших планов и надежд», - говорится в обращении, размещенном на официальной странице Казбека Кокова в социальной сети.

## СОСТОЯЛАСЬ РАБОЧАЯ ВСТРЕЧА ЗАМЕСТИТЕЛЯ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ ПРАВИТЕЛЬСТВА РФ АЛЕКСАНДРА НОВАКА И КАЗБЕКА КОКОВА

В Москве состоялась рабочая встреча заместителя Председателя Правительства РФ Александра НОВАКА, курирующего Северо-Кавказский федеральный округ, с Главой КБР Казбеком КОКОВЫМ.

В рамках встречи стороны обсудили текущее социально-экономическое развитие Кабардино-Балкарии, а также ряд перспективных проектов, направленных на улучшение качества жизни проживающих в регионе людей. В ходе встречи Александр Новак подчеркнул высокий уровень выполнения республикой национальных целей развития в 2021 году. Речь также шла о развитии туристического потенциала региона, повышении его инвестиционной привлекательности, вопросах строительства новых спортивных объектов.

Казбек Коков проинформировал Александра Новака о предварительных итогах 2021 года. В республике сохраняется положительная динамика экономического развития. Наибольший рост отмечается в сельском хозяйстве, жилищном и дорожном строительстве, розничной торговле и сфере платных услуг. В сфере туризма республика перешагнула показатель в один миллион туристических посещений.

Увеличилось количество субъектов малого и среднего предпринимательства. Налоговые поступления выросли на 134,8 процента в сравнении с 2020 годом. Объем доходов консолидированного бюджета достиг 56,9 миллиарда рублей, что в 1,6



раза превышает уровень 2018 года. «Рост собственных доходов позволил выделить из республиканского бюджета 504 миллиона рублей на повышение оплаты труда бюджетным работникам, 774 миллиона рублей на противодействие распространению коронавирусной инфекции COVID-19, увеличить объемы ассигнований на льготное обеспечение лекарствами отдельных категорий граждан, более эффективно решать другие социально важные задачи», - отметил Казбек Коков. При этом не допущено образования просроченной кредиторской задолжен-

ности и сокращен государственный долг республики.

На реализацию национальных проектов в 2021 году регион получил более восьми миллиардов рублей, что почти на два миллиарда больше, чем в предыдущем году. Уровень освоения выделенных на реализацию проектов средств составил 96 процентов, что выше средних значений по РФ и СКФО. В этом году на реализацию нацпроектов в республике предусмотрено около 12 миллиардов рублей. Работы в рамках мероприятий национальных проектов и государственных программ

будут вестись более чем на ста объектах капитального строительства, включая реконструкцию или ремонт.

Среди наиболее крупных проектов предстоящего года - строительство онкодиспансера, Дворца творческой молодежи, десяти школ, нальчикской поликлиники, Баксанского группового водопровода, капремонт 32 сельских школ, реконструкция канализационного коллектора от поляны Азау до поселка Эльбрус, строительство инфраструктуры в микрорайонах Нальчика, а также ледового катка в столице республики. «Прорывными» для экономики региона станут проекты по возобновлению добычи на Тырныаузском месторождении, развитию курорта Эльбрус и строительство крупного тепличного комплекса в Чегеме. «Объемы и масштабы беспрецедентные для республики», - акцентировал Глава КБР.

Также в ходе встречи обсуждены вопросы обеспечения качественным водоснабжением ряда населенных пунктов, перспективы развития курорта Нальчик, создания IT-парка и строительства физкультурно-оздоровительного комплекса для занятий зимними видами спорта в столице республики. Были затронуты вопросы по эпидемиологической ситуации. Александр Новак подчеркнул необходимость принятия дополнительных мер в республике для снижения заболеваемости коронавирусной инфекцией.

Пресс-служба Главы и Правительства КБР

## Новое о выплате пособий

Пресс-служба Отделения Пенсионного фонда РФ по КБР сообщила, как будут выплачивать пособия, переданные в ПФР от органов социальной защиты населения.

С начала января 2022 года Пенсионный фонд назначает и выплачивает меры поддержки (ранее назначали и выплачивали органы социальной защиты населения), которые получают пять категорий граждан: неработающие граждане, имеющие детей; лица, подвергшиеся воздействию радиации; реабилитированные лица; инвалиды (дети-инвалиды), имеющие транспортные средства по медицинским показаниям; военнослужащие и члены их семей, пенсионное обеспечение которых осуществляет ПФР.

До конца января, говорится в сообщении, Отделение Пенсионного фонда Российской Федерации по КБР произведет в полном объеме выплату мер социальной поддержки, принятых с начала 2022 года от органов социальной защиты населения, на общую сумму 76 978 500 руб. для 9948 получателей.

Осуществляется выплата через Почту России и кредитные организации.

Получающие пособия в кредитных организациях (банках) граждане за январь 2022 года пособия уже получили.

Продолжает доставлять пособия за январь 2022 года по утвержденному графику Почта России. Жители республики могут уточнить дату доставки пособий в своем отделении почтовой связи.

Отмечается, что выплата пособий за январь 2022 года досрочная. Порядок выплат предусматривает перечисление средств с 1-го по 25-е число месяца, следующего за месяцем, за который выплачивается пособие, то есть ПФР должен был начать перечислять за январь 2022 года в феврале, за февраль 2022 года - в марте, за март 2022 года - в апреле.

В феврале за январь 2022 года деньги поступят только по новым назначениям тем гражданам, которые оформят выплаты в январе и феврале.

За февраль граждане получают выплату в первых числах марта. Начиная с марта перечисление средств вернется к стандартному графику, согласно которому пособия за предыдущий месяц выплачиваются в новом месяце.

Получить информацию по вопросам назначения выплат, переданных Пенсионному фонду из органов социальной защиты населения, можно на сайте ПФР, по телефону регионального контакт-центра Отделения ПФР по Кабардино-Балкарской Республике **8-800-600-01-84**, а также в официальных аккаунтах Отделения ПФР по Кабардино-Балкарской Республике в фейсбуке, твиттере, Вконтакте, инстаграме.

Подготовила  
Фатима ДЕРОВА

Полицейские и медики рассказывают о «детском режиме» вождения, правилах выбора сертифицированных детских удерживающих устройств, предупреждают о последствиях для непристегнутых.

## Автоинспекторы Кабардино-Балкарии вместе с врачами-акушерами проводят профилактические занятия с будущими мамами

В Кабардино-Балкарии на базе Перинатального центра республиканского Министерства здравоохранения продолжается Федеральная образовательная программа для родителей «Детство без опасности», обучающая правилам перевозки детей в автомобиле.

С момента старта проекта его участниками стали уже несколько сотен молодых мам. Для более детального разъяснения причин и последствий дорожно-транспортных происшествий в проводимых тренингах принимают участие сотрудники Госавтоинспекции.

После основной программы занятий старший инспектор группы по пропаганде безопасности дорожного движения Управления МВД России по г.о. Нальчик капитан полиции Анна БОРИСОВА привела примеры, когда правильно подобранное, размещенное и надежно пристегнутое детское удерживающее устройство помогало не допустить травм ребенка-пассажира.

Чтобы мамы-автоледи и будущие папы более ответственно относились к управлению транспортом, в котором будет перевозиться ребенок, сотрудник ГИБДД призвала придерживаться «детского режима», рассказала, как важно оснащать детскую коляску световозвращающими приспособлениями, а также с первых лет жизни учить малыша соблюдать ПДД.

Отдел организационно-аналитической работы,  
подготовки оперативной информации и пропаганды безопасности  
дорожного движения УГИБДД МВД по КБР



# Главное условие – взаимоуважение

**Залим и Альбина МАРГУШЕВЫ из с. Залукодес Зольского района в прошлом году стали финалистами регионального онлайн-конкурса «Семья года» в номинации «Молодая семья». Молодые, увлеченные, позитивные – они стали ярким примером современной семьи, для которых лучшие традиции своего народа стали основополагающими при создании семейного очага. Супруги воспитывают сына Камбулата, которому скоро исполнится два года.**

2020 году стал лучшим специалистом в сфере молодежной политики КБР. Является многократным призером грантовых конкурсов среди социальных проектов, проводимых под эгидой Росмолодежи (ФАДМ).

Через социальные проекты развивает в республике новый вид туризма – экотуризм. «Везу детей из своего поселения по туристическим местам. Мы не просто отправляемся в поход, но и берем с собой мешки для мусора и очищаем тропы, - говорит Залим. - В 2020 году экотуризмом занимались по КБР, а уже в 2021 году - по всему Северному Кавказу. Дети,

которые участвуют в проектах, из неблагополучных и малообеспеченных семей.

## ОНА

Альбина Маргушева (ДАЛЕЛОВА) – хореограф. Кафедру хореографии СКГИИ окончила в 2014 году. Уже со второго курса, когда начала работать с детьми в садике, поняла, что преподавание - ее призвание. Уже восьмой год работает в ГДК г.о. Баксан и МКОУ «СОШ №3» г. Баксана. За это время принимала активное участие в различных конкурсах и фестивалях, по результатам которых неоднократно была награждена почетными грамотами и призовыми местами. «Работа приносит мне колоссальное удовольствие, нахожу

общий язык с детьми сразу. Они учат меня многому, - говорит она. - У меня были замечательные педагоги, которым безмерно благодарна. Моя работа одновременно и тяжелая, и интересная. Это не потанцевали и разошлись, как кажется многим. За этим стоит колоссальный труд детей, родителей и педагога. Танцы – это дисциплина, красивая осанка, здоровье, умение общаться с людьми, знакомство с разными культурами и обычаями, а также огромный труд.

Помимо основной работы, Альбина увлекается дыщэ идэ - золотным шитьем. Активно интересуется историей своего народа, всегда мечтала овладеть этим традиционным видом декоративно-прикладного искусства черкесов с многовековой историей. Сама вышивала в этом стиле свое свадебное национальное платье. Являлась активистом молодежной общественной организации «Нарт хэку», принимала участие в организации масштабных мероприятий.

## ОН

Залим Маргушев - политик, общественный деятель, является депутатом совета местного самоуправления с.п. Залукодес, член молодежной палаты при Парламенте КБР. В течение последних пяти лет работал специалистом по делам молодежи местной администрации с.п. Залукодес. В



## ВАЖНАЯ ДАТА ДЛЯ ВАС?

- 25 сентября 2019 года. Это день создания нашей семьи. Познакомились очень банально, на свадьбе, где я оказалась абсолютно случайно. Немного пообщавшись, поняли, что у нас одинаковые жизненные принципы. Поэтому для нас не был сложным процесс построения отношений и в дальнейшем. Семейные ценности занимают особое место в нашей жизни. Самое важное для нас - сохранение гармонии и уважения в семье, а также достойно воспитать подрастающее поколение.

## ВАШ РЕЦЕПТ СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ?

Взаимоуважение – главное условие. нас воспитали по адыгским традициям, поддержание этих ценностей в нашей семье - на первом месте. Рецепт семейного счастья придумали задолго до нас – наши предки, а наша задача - сохранить его и передать будущему поколению. Родители являются для нас примером для подражания, нам с ними очень повезло. Сложно прожить много лет в мире и согласии. А им это удалось.

## СОВЕТ

### БУДУЩИМ МОЛОДОЖЕНАМ

Проблема нынешней молодежи, как нам кажется, в том, что до конца не осознает всю серьезность шага создания семьи. На первый взгляд кажется, что все будет красиво, как на свадьбе. Но в жизни бывают сложные моменты, которые можно пройти, только поддерживая друг друга. Многие семьи разрушаются именно в такие периоды. Мы четко осознавали это, были готовы к таким ситуациям, поэтому у нас получается справляться со сложностями, возникающими в нашей жизни.

Всем молодым читателям «Горянки», которые планируют создать семью, хотим посоветовать серьезно подойти к этому вопросу, в первую очередь обращать внимание на человеческие качества избранника.

В этом году исполняется 100 лет со дня образования Кабардино-Балкарской Республики. Хотим пожелать мира и процветания родной республике.

• Алена ТАОВА. Фото из семейного архива

# Флагманы образования

## • КОНКУРС

В субботу в Министерстве просвещения, науки и по делам молодежи КБР состоялось мероприятие, направленное на подготовку региональной команды - педагогических работников общеобразовательных учреждений республики, которые примут участие в полуфинале всероссийского профессионального конкурса «Флагманы образования. Школа». Он пройдет с 4 по 6 февраля во Владикавказе. Конкурс реализуется при поддержке Минпросвещения России в рамках федерального проекта «Социальные лифты для каждого» национального проекта «Образование». Организатор конкурса – автономная некоммерческая организация «Россия – страна возможностей».

Напомним, всероссийский профессиональный конкурс «Флагманы образования. Школа» – это площадка для обмена опытом и распространения лучших практик, на которой участники могут заявить о себе и найти единомышленников. В конкурсе принимают участие команды в составе четырех сотрудников одной общеобразовательной организации: руководителей первого и второго уровня, классных руководителей, учителей-предметников. Всего заявки на участие в конкурсе подали 36 758 человек из всех регионов России.

Открывая мероприятие, министр просвещения, науки и по делам молодежи КБР Анзор ЕЗАОВ выразил надежду, что этот тренинг станет ключевым в подготовке к важному событию в сфере образования.

В полуфинал конкурса вышли 1608 участников из 71 региона России, из них 36 – наши земляки. Это девять команд по четыре человека в каждой из восьми общеобразовательных организаций Кабардино-Балкарии. Школа №24 г. Нальчика представлена двумя командами. В полуфинал вышли также коллективы детской академии творчества «Солнечный город», нальчикской гимназии №4, школы №5, школы №2 с. Заюково, №3 с. Исламей и №1 с. Атажукино, а также общеобразовательного учреждения

с. Пролетарского. Все они успешно прошли этап дистанционного тестирования, который проводился с 15 по 23 декабря.

- В середине декабря участники прошли онлайн-тестирование, включавшее три части: общекультурный тест, тест по функциональной грамотности, управленческий тест, - отметила врио заместителя директора ДАТ «Солнечный город» – руководитель Центра дополнительного образования, куратор региональной команды конкурса Тамара АЙБАЗОВА. - В случае успешного выступления на этом этапе команды попадут в финал, который запланирован на апрель.

Тренинг для участников провела директор Всекавказского тренингового центра, председатель Молодежной палаты при Парламенте КБР Екатерина БОРИСЕВИЧ. Она отметила, что их задача – создать наиболее приближенные к конкурсу условия. Полуфиналистов ждали различные упражнения – игровые, командообразующие, педагогические кейсы и дебаты. В качестве экспертов к работе с конкурсантами подключились финалисты и победители других проектов платформы «Россия – страна возможностей» – конкурсов «Лидеры России» и «Новая высота».

Алена КАРАТЛЯШЕВА

## • ПОЭТИЧЕСКИЙ ЧАС



# Первое мероприятие к 90-летию со дня рождения Фазу Алиевой

18 января в Махачкале в конференц-зале исторического парка «Россия – моя история» прошел поэтический час «Я родилась горянкой...», посвященный 90-летию со дня рождения народного поэта Дагестана Фазу АЛИЕВОЙ.

В мероприятии приняли участие врио министра по национальной политике и делам религий Республики Дагестан Энрик МУСЛИМОВ, председатель Союза женщин Дагестана Интизар МАМУТАЕВА, руководитель ансамбля танца «Лезгинка» Джамбулат МАГОМЕДОВ, зампреда Союза писателей РД Марина АХМЕДОВА, главный редактор журнала «Женщины Дагестана» Наида КЕРИМОВА, ценители и почитатели творчества Ф. Алиевой, студенты и волонтеры.

С приветственным словом выступил Энрик Муслимов. Он поблагодарил всех, кто пришел и поделился своим восприятием творчества легендарной поэтессы.

В ходе поэтического часа звучали стихи Фазу Алиевой и песни на ее слова, на большом экране демонстрировались отрывки из выступлений легендарной поэтессы.

Юбилейные мероприятия, приуроченные к 90-летию со дня рождения Фазу Гамзатовны Алиевой, будут проходить в течение всего 2022 года.

Саид НИНАЛОВ



## В АРТЕЛИ «ГОРЯНКА» РАБОТАЛО 150 «НАЦИОНАЛОК»

В начале 20-х годов прошлого века в национальных автономиях Советской России были организованы первые женские ячейки, проходили съезды активисток женского движения.

Деятельность женщин принимала более разносторонний и массовый характер, они постепенно вовлекались в общественную жизнь, в работу промышленности и т. д.

В 1924 г. только в пяти производственных объединениях трудились 159 горянок.

# Женское движение. Как все начиналось

Швейная, трикотажная артели, школа шелководства целиком обслуживались женщинами. В архивных документах мы читаем: «В артели «Горянка» г. Нальчика в 1925 г. работало 150 «националок». Во многих селениях области были созданы кустарные предприятия».

В 1925 г. в кампании по выборам в Советы Кабардино-Балкарии приняли участие 489 женщин, были избраны 105 женщин (в 1924 г. среди депутатов Советов были лишь 24 женщины). Свидетельством политической активности горянок становится рост женской составляющей в партийных, комсомольских и профсоюзных организациях Кабардино-

Балкарии. В газете «Карахалк» писали, что уже в 1926 г. в областной парторганизации состояли 24 женщины - члены партии и 87 кандидаток.

## ДЕВУШКИ-КОМСОМОЛКИ

Результатом мероприятий, проведенных при активном участии комсомольских организаций, стал рост числа девушек-комсомолок. Если в 1926 г. в областной комсомольской организации насчитывалось 27 девушек, то через год их стало уже 610, а в 1932 г. – 3206. Об этом мы узнаем из газеты «Ленинский путь» (1932 г., 11 ноября).

Заметно увеличилось количество женщин, вступивших в профсоюзы. Если на 1 июня

1924 г. в области было всего 342 женщины - члена профсоюза, то в 1925 г. их стало 547, или 24 процента от общего числа его членов, женщин - членов правления - 58 («Карахалк», 1925 г., 8 марта). Для борьбы с неграмотностью женщин призывали вступать в общество «Долой неграмотность». В 1921-1922 гг. появились первые пункты по ликвидации неграмотности, а в 1925 г. в области работало 15 ликпунктов для женщин, где учились около 400 горянок.

## ЛЕНИНСКИЙ УЧЕБНЫЙ ГОРОДОК

По решению III съезда Советов Кабардино-Балкарии в 1921 г. открывается Ленинский

учебный городок, сыгравший важную роль в просвещении женщин. В 1924 г. в учебном городке занимались 80 девушек, а в 1926 г. во всех учебных заведениях области насчитывалось 178 женщин. Кабардинки и балкарки обучались уже и за пределами области, в вузах Москвы, Ленинграда, Ростова и других городов страны. Так, на Северо-Кавказских краевых курсах горянок им. Микояна занимались восемь девушек из Кабардино-Балкарии. Правительство наметило меры и по улучшению быта женщин. В данном направлении работала специальная комиссия, созданная в 1926 г. при Кабардино-Балкарском областном исполнительном комитете.

**P.S.** В материале использованы данные из Сборника статей по истории Кабарды (Нальчик, 1951 г.), ЦГА КБР.

Подготовила  
Ангела КУДАЕВА.  
(Продолжение следует)

26 января – день рождения Олега ГУСЕЙНОВА.

Заслуженный артист Кабардино-Балкарии, известный журналист ушел из жизни в августе прошлого года.

Олег вызывает не только самые светлые чувства, думая о нем, испытываю глубокое уважение к его человеческой личности. Любовь и звание можно получить, уважение - только заслужить, действуя направленно, а не за деятельность.

Мастер на сцене, журналист, писавший о сложных проблемах общества. Трудно представить, как два этих мира уживались в его тонко настроенном сознании.

Встречаясь в городе, мы вскользь здоровались, и в его глазах улавливался главный мир - настоящего человека.

Олег принадлежал к типу уходящей натуры. Рыцарь, человек благо-



Во время спектаклей и мероприятий в нашем арт-центре часто приходится наблюдать за подготовкой актеров. Олег был единственным в своем роде, который уединялся в самом укромном уголке и репетировал, в то время как другие делились своим волнением или полным его отсутствием. Олег всегда готовился к выходу, свое состояние переносил туда же – в укромное место.

Волнение испытывают актеры по-разному, одни как тревогу или нервное напряжение, начинают передавать это зрителю и сеют в зал свои личные переживания роли и события... Волнение Олега еле улавливалось в напряженных связках шеи, в сдержанном движении рук, он как-то

## В ЕГО ГЛАЗАХ БЫЛ МИР НАСТОЯЩЕГО ЧЕЛОВЕКА

родной породы. Честный в своей естественной простоте, несуетливый, немногословный, с глубоким видением устройства мира и людей. Он знал гораздо больше, чем говорил вслух - это умение «высокопробно молчать» было в нем емко. Умные, с развитым интеллектом мужчины часто становятся язвительными, ироничными в своих оценках людей и событий, такие походка задевают других, не умеют скрывать свои разочарования, нередко превращаясь в циников, и сами очень уязвимы. В Олеге, наделенном умом и талантами, такого не было, с ним ничего подобного не произошло. Спокойный и уравновешенный, благородный во всех своих проявлениях, он умел перевоплощаться на сцене, а в жизни никогда «не превращался из одного в другого», не менял маски в зависимости от обстоятельств... У адыгов о таких говорят: цыху элпэзэрыт - человек надежный. Верный себе всегда - в поведении, манерах, во внутреннем покое.

Эпитеты «порядочный», «честный»,

«добрый», «мужественный» звучат в адрес некоторых как пустой звон. Но они все - характерные свойства Олега. Он прожил много ролей не только на сцене. В жизни был военным журналистом, сыном, мужем, другом, настоящим человеком, играющим каждую из ролей без фальши. Для этого нужен особый талант - не сценический...

В памяти первые и последние встречи с Олегом. Он со своей сдержанной улыбкой. В руках желтые тюльпаны. Появился за день до Восьмого Марта, тихо добавил: «Это от нас с Аллой... Завтра будет много шума...» Еще летняя встреча перед отъездом в Абхазию и слова: «Берегите себя, вокруг вас много людей...» и сдержанная, как подарок, улыбка на прощание... И теплые человеческие объятия вопреки пандемии... Кто мог знать, что это последняя встреча! И кто из нас знает, когда спектакль-жизнь заканчивается и что там, за ее кулисами? Если бы знали, говорили бы друг другу главное... Остальное - «карты памяти».

особенно трогательно сбивался, оставался во внутреннем диалоге с текстом и продолжал.

Его голос. Тихий и одновременно сильный. Голос Олега и есть его истинный портрет! Он мужественный, спокойный, узнаваемый с первого звука, на выходе мощный! Его шепот или крик со сцены не разрезал воздух, акустически не заполнял зал, его волнение и голос работали по законам физики. Когда «волнение» - движения волн над залом, накрывает его и действует.

И еще в памяти - моноспектакль из цикла «Монолог актера», тоже в Арт-центре, он выбрал любимое стихотворение Назыма ХИКМЕТА «Сказка сказок»:

*Стоим над водой -  
чинара и я.*

*Отражаемся в тихой воде -  
чинара и я...*

Стих был прочитан до конца. В зале воцарилась полная тишина и... кто-то тихо заплакал...

Мадина САРАЛЬП

## • ПАМЯТЬ

## • ПРОЕКТ

### Кулинария для детей с ОВЗ

«Формирование социально-бытовых навыков с помощью кулинарного творчества у детей с ОВЗ», - так называется проект, ставший одним из победителей грантового конкурса молодежных проектов Северо-Кавказского федерального округа в Кабардино-Балкарии в 2021 году. Конкурс проводился Федеральным агентством по делам молодежи.

Научить детей с ограниченными возможностями здоровья готовить и оформлять различные блюда, познакомить их с технологией обработки продуктов – основная задумка руководителя проекта Ирины ХАГАЖЕЕВОЙ. И теперь бесплатные кулинарные мастер-классы для детей с ограничениями по здоровью проводят в мастерской, где их на практике учат готовить пищу для правильного питания. Это первые и вторые блюда, салаты, десерты и торты. Также участников проекта учат творчески оформлять блюда к праздничному столу.

По мнению И. Хагажеевой, эти занятия способствуют развитию у детей творческого потенциала, а также улучшают логические навыки, память, ориентирование во времени.

Реализовать проект планируется до августа 2022 года. С участниками работает профессиональная команда, в которую включены нутрициолог, психолог – специалист в сфере работы с детьми с ОВЗ, представители Ресурсного центра развития волонтерства (добровольчества) КБР. В их числе автор социального благотворительного проекта «Я помогу» Зара КОЧЕСОКОВА, нутрициолог Айсурат ГИЛИЕВА, составившая программу блюд правильного питания для мастер-классов.

Информацию о предстоящих и уже прошедших мастер-классах можно найти на кулинарной страничке И. Хагажеевой в Instagram @prostoneparsya. Проходят они на безвозмездной основе, а двери мастерской открыты для всех желающих

Алена КАРАТЛЯШЕВА



# ЧЕЛОВЕК, НУЖДАЮЩИЙСЯ В ПОМОЩИ, ДОЛЖЕН ЕЕ ПОЛУЧИТЬ

• СОЦИАЛЬНАЯ СЛУЖБА

Пандемия кардинально изменила сферу туризма. Ограничения, связанные с выездом за границу, привели к росту внутреннего туризма. Россия – огромная страна, история и красота природных ландшафтов которой восхищают самых взыскательных туристов. Одной из территорий, к которой наблюдается притягательный растущий интерес, – Кабардино-Балкария.

## Приэльбрусье в приоритете

Богатейшее искусство коренных народов, уклад жизни в наших селах и уникальная природа привлекают всех. Несмотря на сложную ситуацию с коронавирусом, по информации, предоставленной Кабардино-Балкарским государственным заповедником, за прошедший год он принял 6 435 туристов – это в два раза больше показателя 2020 года.

Самыми востребованными среди российских и иностранных туристов остаются маршруты к «пятитысячникам» Кавказа – «Мижирги» и «К леднику Безенги», откуда открывается вид на знаменитую Безенгийскую стену. Также пользуются популярностью экскурсии к турьему озеру, где можно фотографировать восточнокавказских туров на естественных солонцах.

Успешно развиваются и маршруты на Башиль-Чегемском участке заповедника, где все больше любителей активного отдыха стремятся увидеть гору Тихтенген (4617м), водопад Абай-су (78м), а также прогуляться по сосновому лесу к лечебным минеральным источникам.

Основная масса туристов прибывают в заповедник и посещают эколого-туристические маршруты с середины июня до конца сентября.

Однако май, начало июня и октябрь – также очень живописные в заповеднике сезоны, в это время стоит приехать в Уштулу и к нарзанам источников.

На Верхне-Балкарский участок посетители заповедника также приезжают в мае – июне, чтобы успеть сделать фотосъемку цветения кавказских и желтых рододендронов и увидеть уштулинское болото, которое представляет собой древнюю ледниковую форму рельефа, здесь найдены единственные места нахождения в Кабардино-Балкарской Республике таких растений, как вахта трехлистная, сабельник болотный, в том числе пузырчатка малая, насекомоядное растение.

Во время визита в заповедник туристы знакомятся с его уникальными высокогорными ландшафтами с минимальным воздействием на природу.

Сохранение уникальных территорий нашей республики в первозданном виде вызывает у них восторг. Многие туристы самостоятельно отправляются в села, чтобы познакомиться с жизнью горцев, живущих в гармонии с природой.

• Материалы Елены АППАЕВОЙ



Комплексный центр социального обслуживания населения Министерства труда и социальной защиты КБР в Эльбрусском районе под руководством Мажида ЭТЕЗОВА выполняет очень важную работу: помогает нуждающимся пенсионерам и инвалидам.

«В Центре практически нет текучести кадров. Мы работаем слаженно. Если соцработник, обслуживающий подопечного на дому, заметил ухудшение его состояния, тут же можно определить его в отделение дневного пребывания, где пожилого человека обследуют и подлечат. Тридцать койко-мест всегда заполнены. В Центре работают врач-невропатолог, врач-терапевт и три медсестры. Массаж, физиопроцедуры, уколы заметно улучшают физическое состояние, да и настроение людей меняется, – говорит Мажд Этезов. – К сожалению, в пиковые моменты пандемии нам приходилось останавливать работу Центра. Но по мере сил все равно поддерживаем всех подопечных».

Пандемия диктует свои правила. Многие мероприятия проводятся в режиме онлайн. Так, к Дню матери дети на видео читали стихи для мам. Также провели конкурс детского рисунка.

К сожалению, есть дети, живущие в неблагоприятных условиях. «Опять же, каждый случай индивидуален, – говорит Мажд Ахматов. – Есть мать, одна воспитывающая семерых детей, конечно, ей трудно. Сейчас государство стало выплачивать ощутимые деньги на детей, и положение многих семей выправилось. Но есть и просто безответственные родители. Всего по Эльбрусскому району на учете состоят 129 семей с детьми. Мы отслеживаем их жизнь».

Увы, некоторые горе-родители воспринимают своих детей как собственность, но каждый ребенок – личность со своими правами. На защите прав несовершеннолетних стоят представители государства – социальные работники, органы опеки и попечительства, другие структуры. «Центр работает в тесной связке с другими учреждениями», – говорит его директор.

Мы живем в непростое время, оно еще более усложнилось из-за пандемии. Некоторые семьи потеряли источник дохода. Им помогают работники отделения срочной помощи. Там всегда можно выбрать одежду, ношеную, но в хорошем состоянии. Предприниматели Эльбрусского района помогают продуктами питания. «Эльбрусский район всегда славился традициями взаимопомощи, и сейчас забота друг о друге помогает выживать людям, попавшим в сложную ситуацию. Место, где люди получают помощь, не лобное, а укромное, в стороне, потому что помощью можно легко оскорбить, задеть, унижить человека. Не зря у нас милостыня традиционно была тайной. Наши благотворители тоже зачастую просят не упоминать их имена», – говорит Мажд Этезов. Он подчеркнул, что для малоимущих, чей доход составляет менее полутора прожиточного минимума, все услуги бесплатные. А для тех, у кого доходы преваляют за эту черту, есть и платные услуги. Государство через центры социального обслуживания населения защищает и поддерживает прежде всего малоимущих. Примечательно, что блок, где располагается отделение дневного пребывания, полностью отремонтирован, а вот в административном корпусе есть площади, ожидающие ремонта. Обычно бывает наоборот. И этот необычный штрих – в стиле Эльбрусского района, где интересы слабых приоритетны.

Фото  
Марзият Байсеевой

## ИДЕТ РЕВАКЦИНАЦИЯ

В районах республики активизировались вакцинация и ревакцинация.

• В РАЙОНАХ РЕСПУБЛИКИ

В трудовых коллективах Баксанского района проводится ревакцинация против COVID-19. Сотрудники учреждений и организаций проявляют высокую ответственность, внося посильный вклад в нераспространение вируса.

Одними из первых повторно прошли вакцинацию глава администрации Баксанского района, его заместители и начальники структурных подразделений.

«В связи с активным распространением омикрон-штамма коронавируса у граждан остается все меньше времени сделать вакцинацию и защититься от тяжелых последствий заболевания. Пункты вакцинации и мобильные бригады медиков работают ежедневно. Не теряйте драгоценное время!» – призвал глава муниципалитета Артур БАЛКИЗОВ.

На сегодняшний день более 17 тысяч жителей уже вакцинировались. При ревакцинации большинство выбирают вакцину «Спутник лайт».

## ПРИНИМАЮТСЯ ПРЕВЕНТИВНЫЕ МЕРЫ РЕАГИРОВАНИЯ

Под председательством главы местной администрации Чегемского муниципального района Ю. БОРСОВА состоялось заседание Оперативного штаба по реализации мер профилактики и контроля за распространением коронавирусной инфекции в Чегемском районе.

Текущая эпидемиологическая ситуация, по мнению специалистов, характеризуется как стабильная. Однако в связи со стремительным распространением нового штамма омикрон принимаются превентивные меры реагирования. В состоянии повышенной готовности приведены все медицинские учреждения района, они укомплектованы квалифицированными кадрами, имеется необходимый запас лекарственных препаратов, экспресс-тестов.

На территории муниципалитета уже зарегистрировано три случая заболевания омикрон-штаммом. Пациентам оказывается необходимая помощь.

В настоящее время в районе прививку получили порядка 18 тысяч жителей, что составляет 50 процентов от необходимых показателей для достижения коллективного иммунитета. Нарастающими темпами идет ревакцинация.

Прививочные пункты продолжают работать во всех поселениях без выходных, организована работа мобильных пунктов и бригад Центральной районной больницы.

Поставлены задачи продолжить широкую разъяснительную работу среди населения по профилактике этого особо опасного заболевания.

## Адина АХМАТОВА: КАЖДЫЙ ПАЦИЕНТ – ОТДЕЛЬНАЯ ИСТОРИЯ

(Окончание. Начало на 1-й с.)

### ПЕРЕЗАГРУЗКА: НОВАЯ ПРОГРАММА, НОВЫЕ ПОДХОДЫ

- Будучи заведующей, часто выступаю в роли медрегистратора. Если у регистратуры собирается очередь, беседую с больными, выясняю цель визита, на месте могу разрешить проблемы, чтобы не стояли зря и очередь быстро сократилась. Проверяю по спискам на лекарственное лечение, кто должен прийти на прием, и если нет на них талонов, значит, не дозволенились, в этом случае готовлю с регистраторами их карточки, чтобы максимально сократить время обслуживания в день их явки. Мы работаем в новой программе, поэтому объясняем, как записаться на прием в новых условиях, чтобы максимально облегчить это пациенту и сократить его контакт с колл-центром. Теперь пациент может легко в день выписки записаться на следующую госпитализацию и точно знать, в каком кабинете его будут ждать в день явки. Людям нужно время, чтобы привыкнуть к новым правилам. Программа значительно облегчает наше взаимодействие с пациентами, очереди у регистратуры - теперь редкое явление. Во внедрении в практику новых правил и порядков мне активно помогают все работники онкодиспансера. Каждый на своем уровне доносит новую информацию до пациентов. Спасибо им за

содействие и помощь. Без них не справилась бы.

Когда устроилась на работу, к рабочему кабинету буквально пробивалась сквозь очередь от начала до конца коридора, говорила: «Я доктор, пропустите, пожалуйста, в кабинет». Сейчас у нас очередь бывает только в первый рабочий день после праздников, иногда в понедельник. Также при крайнем дефиците площадей в онкодиспансере мы изыскили возможность перенести в более удобное место кабинет, где пациенты могут сдать кровь. Прежде они стояли на улице, сейчас сидят, там кулер с водой и кондиционер, каждый получает номерок и спокойно ждет своей очереди. Мы расширили поликлинику, открыли новые кабинеты. Прием ведется в две смены. В колл-центре на звонки теперь отвечают два человека. За сутки они принимают до 400 звонков. У нас стоит программа, которая фиксирует количество входящих и принятых звонков. Неответченных за сутки по статистике от 6 до 18. Есть также номер горячей линии.

Люди видят, что мы делаем, и благодарят. Нам эта обратная связь чрезвычайно важна! Врачи - люди с глубокой врожденной эмпатией к человеку. Мы соперничаем и вместе с пациентами боремся за жизнь. И знаем, что главное оружие в этой борьбе - знания. Я из восьми лет в Москве шесть училась, параллельно работая. И сейчас продолжаю выезжать на конференции. И как спикер, и как слушатель.

Обязательно задаю вопросы по своим пациентам, рассказываю истории их болезней. Пациенты довольны, что их случаи разбирают ученые. Мне не все равно, и они это безошибочно чувствуют. Нет массы онкобольных для врача, каждый пациент - отдельная история.

Когда меня назначили заведующей, в первое время шесть дней в неделю уходила домой в десять - одиннадцать часов ночи, хотя по графику работа завершается в три. Наладить процесс в начале стоило и усилий, и времени. Пришлось оставить работу в частной клинике «Инвитро». Со временем удалось вернуться к ней, но сократить прием в два раза. С недавнего времени периодически могу уходить на обед. Прежде три раза в неделю занималась в зале. Сейчас еле вырываюсь на одну-единственную прогулку в парке. Времени катастрофически не хватает!

### О ВЫГОРАНИИ

- Профессиональное выгорание для врачей - реальная опасность. Главный врач онкодиспансера Малхаз Юрьевич ЦИКРИДЗЕ ищет онкопсихолога. У нас работали несколько человек, но быстро уволились. Потому что атмосфера здесь очень напряженная. Некоторые пациенты натянуты как струна, нервные, думают: «Почему именно я заболел? Поможет ли лечение? И что мне делать вообще?». Некоторые не верят в благоприятный исход и отказываются от лечения. Приходится долго беседовать с ними. Кто-то не верит в нашу медицину и выезжает за пределы республики. Хочу отметить, что у нас работают высококлассные специалисты, каждый из которых не останавливается в своем развитии, повышает квалификацию регулярно в ведущих онкоинститутах страны. Очень сложно с однозначно обреченными. Это

живые люди, у которых мечты, отношения с близкими, работа... Как им сказать, что им невозможно ничем помочь? Я вижу в их глазах мольбу, они хотят услышать что-то об исцелении. У меня были два пациента, мужчина и женщина, с которыми подолгу беседовала, мы сблизились. Врачи - не роботы, общаясь с пациентами, мы многое о них узнаем, они становятся нам родными. Когда они умерли, я плакала, и даже сейчас, когда думаю о них, переживаю. Часто стараюсь шутить со своими пациентами, иногда могу и поругать, если вовремя не явились на контрольный прием.

Главный врач Малхаз Цикридзе принимает активное участие во врачебной комиссии, общается с каждым первичным пациентом с установленным диагнозом. Обсуждает варианты лечения с заведующими отделениями.

Помогать людям можно, лишь вооружившись знаниями. Мой отец - известный человек, профессор Мусса АХМАТОВ, один из основоположников аграрного университета. Он всегда отслеживал мою учебу и мой профессиональный рост. Каждая спасенная жизнь или максимально продленная - не только профессиональное достижение, но и нечто большее, личное для меня. Его онкодиагноз я обнаружила, когда проходила обучение в онкологическом институте, привезла родителей к себе на обследование. Я часто проецирую пациентов и провожу через призму своей семейной истории. Это помогает мне с большим пониманием относиться к пациентам. Потому что выгорание и профдеформация для врача не редкое явление.

### УЧИЛАСЬ ДОЛГО, УЧУСЬ И СЕЙЧАС

- Училась я долго, и это стоило того. Работа в Москве мне

### • БУДЕМ ЗНАКОМЫ

много дала. Онкологические болезни кожи можно изучать по атласам, но это не идет ни в какое сравнение с практикой: видишь один раз и запоминаешь навсегда. В моей памяти тысячи случаев из московской практики.

После КБГУ я очно училась в ординатуре по дерматовенерологии в ПМГМУ им. И.М. Сеченова, которую освоила на базе МОНКИ им. М.Ф. Владимирского в отделении дерматовенерологии и дерматоонкологии. Постепенно стал зарождаться интерес к онкодерматологии. Окончила очную аспирантуру в ПМГМУ им. И.М. Сеченова, занималась научной деятельностью, посвященной проблемам ранней диагностики и диффдиагностики меланомы кожи и ее пигментных образований. В этот период опубликовала шесть статей в журналах ВАК. Во время интернатуры по онкологии освоила хирургические методы лечения опухолей кожи и мягких тканей.

После окончания интернатуры была приглашена в Московский научно-практический центр дерматовенерологии и косметологии Департамента здравоохранения Москвы. Проработала недолго - мысли о родителях, желание быть рядом с ними не отпускали меня. Я вернулась в республику. Это был осознанный выбор. Работаю в онкодиспансере с 2013 года сначала как онкодерматолог и хирург, а с мая 2021 года - заведующая поликлиническим отделением. Онкология - это не приговор. В онкодиспансере работают профессиональные люди, надо проходить диспансеризацию и своевременно обследоваться. Мы поможем!

**P.S.** Вторая часть материала будет опубликована в феврале, к Всемирному дню борьбы с раком.

Елена АППАЕВА

## Терские гимнастки представят КБР на трех всероссийских соревнованиях

### • УСПЕХ

Спортсменки Кабардино-Балкарии выступили на первенстве результативно. Как сообщила вице-президент Федерации художественной гимнастики КБР Наталья КОРОТКОВА, по итогам индивидуальных выступлений сборная Кабардино-Балкарии заняла третье место в общекомандном зачете, в групповых упражнениях по программе кандидатов в мастера спорта у команды «Грация» из Терка также третье место. В итоге «Грация», которую давно и успешно тренирует Зинаида ШОМАХОВА, завоевала путевку на первенство России.

- Девочки сейчас готовятся представлять нашу республику на первенстве России. Оно пройдет в начале марта в Москве в новом дворце гимнастики Ирины Винер-Усмановой «Лента», а также на втором этапе спартакиады учащихся России с 31 марта по 5 апреля в Астрахани, - рассказала Н. Короткова. - Мы давно делаем основные ставки на терчанок, потому что это с детства хорошо сложенная команда. При этом каждый год они делают новые постановки у именитых тренеров из Ростова-на-Дону, для чего специально выезжают туда. На данный момент в республике они бесспорные лидеры.

**Во Владикавказе во дворце спорта «Манеж» прошло первенство ЮФО и СКФО по художественной гимнастике среди девочек 11-12 лет и юниорок 13-15 лет. За награды в индивидуальных и групповых упражнениях по программам I спортивного разряда и кандидатов в мастера спорта боролись около 300 гимнасток со всего Юга России.**



Сейчас с групповыми командами в республике немного туго. Вообще ситуация везде сложная, так как пандемия внесла свои коррективы. Когда были длительные вынужденные каникулы, многие дети в спорт не вернулись. Мы много работали

онлайн, кто-то из детей после этого вернулся даже более окрепшим и более мотивированным. А другие, наоборот, расслабились, их родители тоже, и тренировки

свели на нет. Так что вирус стал своего рода лакмусовой бумажкой отношения к спорту и гимнастике в частности. Когда из команды, слаженно работающей, даже один человек выпадает, тренеру приходится быстро искать замену. Конечно, всегда есть запасные гимнастки, они встают в строй, но быстро восстанавливаются и добиваются, чтобы команда работала в одном ритме, очень трудно.

Надеемся, что в этом году команда из Терка, которая будет представлять нашу республику на трех российских первенствах - в ноябре ей еще предстоят всероссийские соревнования «Надежды России», выступит успешно, а девочки выполнят норматив на получение звания мастера спорта. Верим, что все у них обязательно получится. Ранее они уже участвовали в подобных турнирах, так что хороший опыт есть.

Ольга КАЛАШНИКОВА



# ЧИТАЕТЕ ЛИ ВЫ ЖЕНСКИЕ ЖУРНАЛЫ?



• ЕСТЬ ВОПРОС

Наверное, каждая девушка хотя бы раз пролистала журнал, изданный специально для нее. То есть не для нее лично, а для целевой аудитории, которую она представляет. Речь о женских журналах – как о глянце, так и о его интернет-вариантах. Кто-то до сих пор не представляет комфортного существования без чтения этих изданий, но оппонентки утверждают, что ни за что не станут тратить на это время.

Но сначала немного истории. Исследователи отмечают, что интерес к созданию специальной прессы для женщин возник еще в XVIII в., но тогда это были либо единичные издания, либо «прибавления» к другой периодике. Активную же форму процесс развития журналистики для женщин приобретает во второй половине XIX века, когда начинает выходить целая группа подобных изданий. Так, во Франции начал издаваться еженедельный журнал, где мода была главной темой выпусков. В издании описывались тенденции кроя, цвета, ткани. Издатель также разработал несколько рубрик, которые пришлись по вкусу женщинам того времени: кулинарные рецепты, советы по воспитанию детей, уроки кройки и шитья, образцы любовных писем, музыкальные партитуры, игры, ребусы. В 1887 г. в журнале появились приложения «роман-сериал», из которых можно было составить настоящую книгу. К 1900 году тираж издания достиг 300 тысяч экземпляров, его дополнили уникальные рубрики «Хроники гигиены», «Кухонные хроники», «Что хочет знать женщина».

Первым в истории изданием, дополненным текстом не иллюстрациями, а фотографиями, стал французский жур-

нал «L'Officiel de la couture» («Настоящая мода»), который начал выходить в 1920 году. В годы войн и общественных волнений журналам мод пришлось отойти на задний план, однако через пару десятилетий, уже после Второй мировой войны, они вернулись на пик популярности, но уже в новом виде. Одним из первых таких журналов стал «Elle», известный и сейчас в качестве одного из самых авторитетных и популярных женских изданий, а в 1960-х годах появился еще один известный женский журнал – «Cosmopolitan».

В отличие от своих предшественников из XVIII века модные журналы новой формации были посвящены не только моде и красоте, но и различным социальным вопросам, карьере и образованию, заботе о доме и детях и другим женским темам, объединив в себе несколько типов женских печатных изданий, которые уже существовали до них.

Начиная с середины XX в. женские журналы обрели по-настоящему универсальный характер, теперь в них можно было найти самые разные статьи – от советов по выбору помады до рекомендаций по успешному прохождению собеседования с новым работодателем.

В современном мире женские изда-

ния представлены широко: от модных журналов и журналов для домохозяек до изданий для деловых женщин и молодых мам. Таким образом, женские журналы отражают не только положение женщины в обществе, но и общественные настроения, политическую ситуацию. Кроме того, нельзя не отметить тенденцию: для удовлетворения потребностей женской аудитории явно недостаточно наличия на рынке журналов, посвященных исключительно моде и красоте. Необходимы журналы хозяйственной, профессиональной, спортивной и других тематик. Возможно, именно поэтому все большую популярность набирают универсальные журналы.

Из различных опросов их потенциальных потребителей можно сделать несколько выводов.

Немало женщин листают такие издания от скуки, например, ожидая приема у парикмахера или в больнице. И как только появляется более интересное занятие, необходимость в журнале отпадает.

Чем старше становится читательница, тем отчетливее она понимает, что практически все женские журналы пишут об одном и том же. Бывает, что тесты просто кочуют из одного издания в другое с небольшим изменением заголовков и несколькими фразами, добавленными (или убавленными) редактором.

Есть категория женщин, которые считают чтение этих специализированных журналов обязательным атрибутом

красивой, обеспеченной и беззаботной жизни. Иначе о чем говорить с подругами ее круга. Но то, что такие девушки читают хотя бы журналы, уже хорошо, так как до чтения книг могут и не дойти.

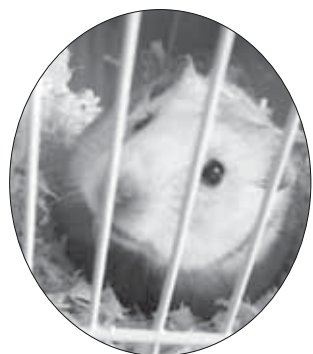
Как правило, большинство статей в глянце заточены на рекламу. Иногда откровенно: «Хочешь быть привлекательной? Придай ресницам объем XXL». Иногда более завуалированно со ссылкой на экспертов в самых разных областях, причем мужчины выступают в роли наиболее авторитетных специалистов, например, в области финансов, психологии или гинекологии. Мнение мужчин до сих пор является для большинства женщин весомым. Отдельно следует сказать о многочисленных советах психологов. Они тоже зачастую бывают абсурдными. При этом советы мудрой подруги гораздо эффективнее (если же подруга пишет для журнала советы от имени психолога, вам повезло вдвойне, но это очень редкое совпадение).

Но все же оставим иронию в стороне. Если спрос на такие издания есть, значит, они свою социальную роль выполняют. Причем уже не одно столетие. Мужчины иногда тоже ищут ответы на свои вопросы об отношениях с противоположным полом в женских журналах. Потому что до сих пор недалеко продвинулись в этом вопросе. Мужчины, без обид!

Ольга КАЛАШНИКОВА

## УЛЫБОК СТАЛО БОЛЬШЕ • НАШИ ПИТОМЦЫ

- В нашей семье животные играют важную роль и являются полноправными членами, - рассказывает жительница села Аушигер Заира ГУТОВА, мама двоих детей - Мурата и Айсаны. - Мы с супругом учим своих детей гуманно относиться к братьям нашим меньшим. В нашем маленьком «зоопарке» - черепаха Хьютон, собака по кличке Черный, кот, самостоятельно поселившийся в нашей семье 12 апреля и получивший кличку Юрий Алексеевич, в честь Ю. ГАГАРИНА, и три попугая. Теперь у нас новое пополнение, улыбок стало больше. Сын Мурат давно мечтал о хомячке, написал даже письмо Деду Морозу. Теперь в нашем доме с 1 января живет пушистый красавец-хомячок по кличке Иська. По характеру он спокойный, ленивый, не прочь понежиться на руках. Любит поспать, ест мало. Хомяк привит и не агрессивен, не царапается и не кусается. Словосочетание «уплетает за



обе щеки» пошло, наверное, от хомяков. Благодаря огромным щекам грызун может делать запасы, которых ему хватает на сутки. Хотя его еда в открытом доступе, на генетическом уровне иногда инстинктивно набивает щеки пищей. Чтобы этого не допустить, стараемся контролировать ее прием. Включаем в его меню крупные злаки и орехи, сладости, а также бобовые. Заказываю для него специальную еду и опилки в интернет-магазине на OZON. Опилки для хомяков более мягкие и мелкие, Иська любит в них свернуться калачиком

и спать. Еще заказала ему на OZON ванночку со специальным песком для купания. Каждые два-три месяца хомячки должны принимать такие процедуры. В зоомагазине нас предупредили, что хомячка купали месяц назад. В ванночке с песком хомячки чистят свой мех. Детям объяснила, что подкармливать его нельзя – это может привести к ожирению. За несколько дней дали ему один раз сыр, и он с удовольствием уплетал его. Особенно любим всей семьей наблюдать за его утренними процедурами: когда мочит водой лапки и моет мордочку и уши. После пробуждения забавно зевает.

У Иьски серый окрас, небольшая голова с немного заостренной мордочкой, лапки короткие, с острыми коготками. Ушки небольшие, аккуратные, глазки темные и добрые. После школы дети выпускают Иську из клетки и играют с ним в «догонялки».

Анжела КУДАЕВА

## ЗНАМЕНИТЫЕ ИМЕНА В ЖИВОТНОМ МИРЕ

На фоне участившихся сообщений о редких видах растений и животных, а также исчезновении видов информация об обнаружении новых видов дает надежду, а особо радеющих за сохранение живой природы приводит в восторг. Обнаруженную в 2018 г. в Панаме редкую лягушку назвали в честь экоактивистки Греты ТУНБЕРГ. Официальное название *Pristimantis gretathunbergae*.

В честь сэра Дэвида АТТЕНБОРО названо сразу несколько живых существ, одно из которых - редкая бабочка *Eurtychia attenboroughi*.

Чем руководствовался ученый, доктор Вазрик НАЗАРИ, назвав обнаруженного им мотылька в честь бывшего президента США Дональда ТРАМПА? Ученый заявил, что яркие светлые чешуйки и уникальная «прическа» мотылька напомнили ему Трампа. Судите сами, *Neopalpa donaldtrumpi*.

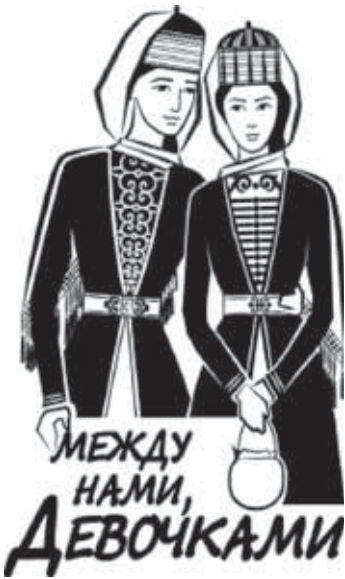
Предшественник Трампа на посту президента Соединенных Штатов был отмечен за вклад в сохранение природы в Тихом океане. Рыбка, названная *Tosanoides Obama*, была обнаружена в атолле Куре недалеко от Гавайев.

Наследник королевы Елизаветы II - принц Чарльз широко

известен своей деятельностью по сохранению тропических лесов по всему миру. В честь него была названа редкая древесная лягушка, обнаруженная в 2008 г., *Hyloscirtus princecharlesi*.

Также собственным наследием в животном мире обзавелись американские поп-дивы Бейонсе и Леди Гага, актер Идрис ЭЛЬБА. Но, пожалуй, самый большой подарок получил американский оscarоносный актер Леонардо ДИКАПРИО. Ученые Королевского ботанического сада в Лондоне хотели отметить его помощь в сохранении тропических лесов. Теперь его имя носит редкое прекрасное дерево *Uvariopsis dicaprio*, произрастающее в лесах Камеруна.

Подготовила Лилиана ШОРДАНОВА



Красота субъективна. Кто-то восхищается длинными волнистыми волосами, кто-то без ума от голубых глаз, напоминающих море, кто-то обращает внимание на красивые руки или пальцы, а кто-то не обращает внимание на то, что дала человеку природа, вместо этого подмечая маленькие, еле заметные шрамики на теле, по которым можно смело предположить, что

## ТОРОПИТЬСЯ НЕ СТОИТ

Есть мнение, что замуж выходить или жениться надо рано, иначе потом «от большого ума» не скоро соберешься. Против вступления в брак больше аргументов, чем за. Но на деле сколько их, этих ранних браков, на самом деле удачных? Дело даже не в возрасте, а в зрелости. Многие думают, что вот у них-то

чувство настоящее, потом оказывается, что не готовы мириться с недостатками, принимать новую родню, да и просто слушать друг друга. Все это приходит с возрастом. Если ищешь человека на всю жизнь, торопиться не стоит.

Л.К.

## ВАЖНЕЕ СНАЧАЛА СТАТЬ САМОДОСТАТОЧНОЙ

Давно ушло в прошлое убеждение, что для счастья девушке надо быстрее выйти замуж, завести семью и детей. К сожалению, в большинстве случаев брак не оправдывает возлагаемые надежды влюбленных девушек. Свадебное волшебство резко переходит в быт, и уже обнаруживаешь себя в коротких перебежках между плитой и раковиной для мытья посуды.

Конечно, не всегда так происходит. Бывают редкие случаи, когда невестке разрешается отдать себя карьере или просто любимому делу, отодвинув домашние дела на второй план. Но здесь нужна или суперсвекровь, которая также в принципе не должна быть бесплатной служанкой, или возможность нанять помощницу.

Смотря на подрастающее поколение, радуюсь, что девушки и девочки уже гораздо больше разбираются в жизненных ситуациях и понимают: мужчина не должен быть надсмотрщиком.

Мое поколение понимало этот факт слишком поздно, что привело к множеству разводов или существованию под одной крышей с уже чужим человеком ради детей.

Сколько таких жен и

мужей, терпящих друг друга? Я думаю, каждый может называть пару.

У девушек не должно быть точных установок, когда выходить замуж. Важнее сначала стать самодостаточной, чтобы в любых ситуациях было с чем и куда идти. Также следует обнулить мнение, что надо выходить именно за богатого. Деньги важны, но не настолько, чтобы положить жизнь на того, кого элементарно не любишь. Любовь также не служит критерием выбора. Идеализация партнера неизменно приведет к разочарованию, что станет сильным ударом: узнать, что твой принц - обычный конюх.

Замуж надо выходить тогда, когда понимаешь: есть родной человек, способный тебя выслушать. Который дает возможность идти за мечтой и уважает твои границы. Когда есть общие интересы и жизненные цели. Когда вы оба готовы идти на компромисс и понимаете: брак и дети - неимоверный труд. На этом пути нужен надежный, верный человек.

Если у вас есть такой, можно смело подавать заявление в загс.

Ирина, 33 года

## СЕСТРА БЕЛОСНЕЖКИ

детство у человека было довольно захватывающим.

Я в детстве восхищалась белой кожей своих старших двоюродных сестер. Для меня они были словно сказочные принцессы, сестрами Белоснежки. Хотя нет, старшая сестра по имени Жансурат, которую мы ласково называли Жан, была похожа на сестру Рапунцель, а на сестру Белоснежки была похожа младшая: темноволосая девочка по имени Дарина, которую мы называли Дар. Во всяком случае, главным является тот факт, что я с восхищением смотрела на их белоснежную кожу.

Однажды мое восхищение достигло своего пика. Побегала к маме, чтобы с особым пристрастием расспросить ее о том, почему я не могу похвастать такой же белой кожей.

Мама, выслушав мою тираду, спокойно выдала: - Доченька, это все потому, что Жан и Дар хорошенько моют свои руки и ноги. А ты всегда стараешься умыться как можно быстрее и убежать играть с ребятами.

Мой малолетний мозг тогда даже не подозревал о существовании таких понятий, как «сарказм» и «шутка», поэтому с полной уверенностью в правдивости маминых слов убежала обдумывать план по превращению в Белоснежку.

Великий план по превращению в Белоснежку оказался до безобразия простым. Шаг первый: набрать в большой таз теплой воды. Шаг второй: взять большой кусок мыла. Шаг третий: заранее подготовить полотенце. Шаг четвертый: начать «белоснежные» процедуры.

Дополнительным стимулирующим фактором оказалось то, что на тот момент в доме не было абсолютно никого, кроме мамы и бабушки. Мама собиралась куда-то уехать до вечера, а бабушка была не из тех людей, которые бы стали расспрашивать насчет подозрительных водных процедур или сомневаться в плане своей умницы внучки. Все было идеально.

Дождавшись полной тишины, я приступила к совершению перечисленных действий. Полная уверенности в успехе, вытащила даже новый кусок мыла, казавшийся мне волшебной палочкой

феи, которая сделает мою кожу такой же белоснежной, как и у моих сестер.

Спустя минут 20-30 решила, что мои руки и ноги уже достаточно чистые, поэтому освободилась от пенного плена, образовавшегося в процессе взаимодействия воды, мыла и моего непреодолимого желания стать еще одной сестрой Белоснежки. Однако мои ноги и руки освободились от этих оков совсем ненадолго - результат оказался гораздо хуже моих ожиданий. Вместо белых запястий и ног увидела те же смуглые руки и ноги.

Любой здравомыслящий человек наверняка понял бы, что что-то не так, но только не маленький наивный ребенок, не умеющий сдаваться на полпути. Поэтому я опять сидела перед тазиком с новой теплой водой, а в руке держала уже менее толстый кусок мыла.

Тазик за тазиком, литры за литрами - я пыталась проложить путь к белой коже. С каждой новой попыткой возникало какое-то неприятное чувство, название которого на тот момент не знала. Думаю, тогда даже не задумывалась, что еще кто-то, помимо меня, сталкивался с подобными проблемами. Считала, что именно мои трудности были самыми глобальными, именно мои желания казались самыми несбыточными и именно меня никогда не смогли бы понять ни сестры с белой кожей, ни брат, которого вполне устраивал немного смуглый оттенок его кожи, ни тем более взрослые, которые постоянно были заняты какими-то незначительными проблемами, не замечая ничего и никого вокруг. Оставалось надеяться лишь на себя и приготовиться пройти тернистый путь в полном одиночестве. Правда, на тот момент я не знала и значения слова «тернистый»... Но звучало оно эффектно.

Очередной тазик с чистой теплой водой и кусок мыла, ничем не отличающийся от того небольшого кусочка, что остался в ванной. Сейчас, спустя много лет, удивляюсь своему упорству и искренней вере в свои силы. Насколько глупым было желание стать сестрой Белоснежки и на-

столько же трудолюбивым был человек, который задал его. Меня, держащую в руках «волшебную палочку» в форме мыла, не останавивало ни то, что передо мной уже далеко не первый тазик с водой, ни то, что пальцы на ногах и руках сморщились сильнее, чем у моих бабушек, ни то, что, увидев эту «волшебную палочку», никто бы не поверил, что еще несколько часов назад это был целый, нетронутый кусок мыла.

Сейчас довольно весело вспоминать тот день, но та маленькая девочка с куском мыла была близка к тому, чтобы разрыдаться от отчаяния. Но времени на слезы не было. Уже в те дни она убеждала себя в том, что если что-то не получается, значит, просто недостаточно старается. Точнее, уже не верила в Деда Мороза или в то, что можно найти лампу с джином, но была твердо уверена, что если другие могут, то и она сможет. В этот раз ей сказали, что она сможет сама добиться белой кожи, как у Белоснежки, поэтому ей стоит лишь еще больше постараться.

Ближе к вечеру, когда солнечного света перестало хватать для освещения тазика с водой, а кусочек мыла стал совсем крошечным, девочка услышала шаги за окном. Дверь открылась, и на пороге появилась мама со своей любимой большой сумкой, в которую магическим образом помещалось все, что попадало под руку во время сборов.

- Что это ты делаешь? - спросила она.

- Mam, у меня не получается - ответила я.

- Что? Что не получается? - ничего не понимая, спросила мама.

Вытащив руки и ноги из воды и вытерев их как следует полотенцем, я начала рассказывать маме, чем занималась все время, пока ее не было дома. Рассказала, как вытащила кусочек мыла для волшебства, как пришлось менять воду, но оттенок кожи ни капли не изменился, сколько бы усилий ни прилагала.

Выслушав мою длинную историю, мама с удивлением спросила:

- Подожди, то есть ты все это время мыла ноги и руки?..

Айза Кучмезова

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





Работа Алины Кибисевой



**Международный день ювелира - мастеров, которые делают нашу жизнь прекраснее, во всем мире отмечается 31 января. Профессия ювелира - одна из самых древних. Первые украшения изготавливали из разнообразных подсобных материалов, поддающихся обработке примитивными инструментами того времени. Это могли быть бусы из ракушек, ожерелья из клыков, камушки с дыркой на кожаной полоске. А самые богатые и роскошные украшения носил вождь племени. Родиной же профессионального ювелирного искусства считается Древняя Греция. Здесь впервые была произведена резьба по камню, появились украшения, выполненные из драгоценных металлов с самоцветами. Произведения древних мастеров и сейчас поражают красотой и изяществом.**

**В канун праздника наш короткий рассказ о трех ярких представительницах этого ремесла, часто граничащего с искусством. Мы попросили их ответить на несколько вопросов о личном пути в профессию, стиле, в котором они работают, тенденциях современной ювелирной моды и надо ли на них обращать внимание.**

• МАСТЕРСКАЯ

# ПРОФЕССИЯ ЮВЕЛИРА - одна из самых старинных

## Алина КИБИШЕВА: «ХОЧЕТСЯ БОЛЬШЕ ТВОРЧЕСТВА И ЭКСПЕРИМЕНТА»

- После колледжа дизайнера я поступила в КБГУ на факультет декоративно-прикладного искусства. Думала, будем изучать академический рисунок, живопись, композицию. Но сразу после зачисления нам дали на выбор два направления - текстиль и металл. Я выбрала текстиль, хотя на самом деле не очень любила шить и вышивать. Но судьба все исправила. В первый день я опоздала на занятия, спросила у вахтера, куда мне идти. Она сказала, что половина группы поднялась на пятый этаж, а половина

спустилась в подвал. Я интуитивно отправилась в подвал и с тех пор не разлучаюсь с обработкой металла, то есть профессией ювелира. Сейчас разрабатываю собственное направление, планирую выпускать коллекции по своему дизайну. До сих пор делала исключительно все на заказ - от миниатюрного колечка до пояса для национального платья (фаша). С этого года решила работать иначе.

За ювелирной модой особенно никогда не следила. Последние полгода много времени посвятила изучению рынка изнутри и поняла то, что и так знала. Ювелирное направление затрагивает много тем, но

каждый творческий ювелир отражает в металле свой характер и себя в целом. Я тоже не исключение, в поисках своего стиля нахожусь уже восемь лет. Хотя многие и сейчас говорят, что мои работы сразу узнают, на самом деле до сих пор не искала своего пути, плыла по течению, изучала любое интересное направление, которое попадалось. Долгое время работала в технике филигрань (скань), выпилки и лишь с этого года решила обратиться к поиску.

Ольга КАЛАШНИКОВА.  
(Продолжение на 16-й с.)

## Истории, рассказанные цветом

• ВЫСТАВКА

ВЫСТАВКА ЖИВОПИСИ И ГРАФИКИ

Художник-архитектор

ЛИАНА КУСОВА И УЧЕНИКИ

19 января в Музее изобразительных искусств имени А.Л. Ткаченко открылась выставка «Истории, рассказанные цветом», в которой представлено около 200 работ художника-архитектора Лианы КУСОВОЙ и ее воспитанников из детской школы искусств № 1 г. Нальчика.

Лиана Курмановна сама когда-то окончила нальчикскую ДШИ №1, а затем училась в Санкт-Петербургской академии художеств им. И. Репина. Тогда, по ее словам, и подумать не могла, что будет преподавать, но увлеклась. Среди ее учеников много одаренных детей, вызывающих восхищение. Многие из них продолжили художественное образование, поступив в ведущие вузы страны.

Тематика представленных работ многообразна: городские пейзажи, натюрморты, фантазийные сюжеты, сказочные истории, работы на национальную тематику, а также иллюстрации к литературным произведениям. Картины выполнены пастелью, акварелью, акрилом, графитными карандашами и тушью, некоторые с применением уникальной художественной техники.

Открытие прошло в теплой, душевной атмосфере. Поддержать Л. Кусову пришли ее друзья, ведущие художники из родной республики, а также из Северной Осетии, воспитанники и их родители. Провела торжественное мероприятие зам. директора нальчикской ДШИ №1 Ася КОТОВСКАЯ. Дети подготовили большой праздничный концерт. С пожеланиями успехов в творчестве



обратились гости - руководитель методического центра по художественному образованию Беслан БЕРБЕКОВ, и. о. начальника управления культуры администрации г. Нальчика Лариса КУЗНЕЦОВА, вручившая талантливым учащимся ДШИ №1 грамоты и награды за успехи и победы в конкурсах. В завершение вечера Л. Кусова обратилась со словами благодарности ко всем гостям, сотрудникам музея, своей маме Ирине МИЗОВОЙ, вдохновлявшей ее все эти годы.

Лиана Курмановна занимает должность заместителя директора ДШИ №1 г. Нальчика и является одним из ведущих преподавателей изобразительного искусства. Работы Лианы Кусовой хранятся в частных коллекциях по всему миру - в России, США, Европе. Две работы в стиле старинной гравюры с изображением Санкт-Петербурга находятся в Музее искусств Амстердама (Нидерланды).

Выставка «Истории, рассказанные цветом» продлится до 6 февраля. В рамках выставки запланированы лекции и мастер-классы, о которых художник поделилась на своей странице в инстаграме. 4 февраля Л. Кусова проведет мастер-класс по рисунку «Мягкие материалы» в Музее изобразительных искусств по адресу: г. Нальчик, пр. Ленина, 35.

Лилиана ШОРДАНОВА

## А ВЫ ГОТОВЫ? К ВЕСНЕ?

• 30Ж

Вы замечали за мужчинами, чтобы они готовились к пляжному сезону? Я нет. Кажется, только женщины имеют привычку испытывать стресс ближе к весне из-за лишнего веса и плохого внешнего вида. Оно и понятно - придется переодеться, пуховики и пальто уже не скроют от посторонних глаз набранные за зиму килограммы. Но ведь они были видны вашим близким, друзьям и коллегам. В первую очередь вы сами ощущаете, что переждали и как результат нарастали ненужные объемы. Мужчины не задумываются о подобных вещах не потому, что прилагают особые усилия к сохранению идеального веса и хороших внешних данных, а в силу того, что большинство из них не оценивают себя так критично, как женщины.

Это хорошо, когда «внутренний цензор» подгоняет вас и вы вовремя прекращаете употреблять лишние калории, начинаете ходить пешком, даже приобретаете абонемент в тренажерный зал. Но часто бывает, что подобный порыв тут же сменяется апатией, ленью, недовольством собой, а значит, и окружающей жизнью.

Каждая из нас может найти с десяток причин не заниматься своим физическим здоровьем, внешним видом, оправдать свое унылое настроение или даже агрессивное поведение. Точно так же и разумная часть женщин даже при наличии большой семьи, несамостоятельных детей, мужа, который не видит большого смысла в аббревиатуре ЗОЖ, умудряется всегда держать себя в хорошей форме в любое время года.

Но приближающаяся весна

все-таки остается отличным стимулирующим фактором, чтобы посмотреть на ситуацию и на себя со стороны. Я бы посоветовала начать не с месячного абонемента в дорогой спортзал и не с кардинальных изменений внешности с помощью пластической хирургии или у косметологов. Маленькие шаги дадут более основательную платформу для устойчивых постоянных привычек. Именно постоянные привычки, а не разовые «акции» делают нас и внешне, и внутренне привлекательными.

Нужно признаться себе, если за какой-то период стали небрежно относиться к своей внешности в плане ухода за волосами, кожей и зубами. Обязательно установите себе рациональный распорядок дня, организуйте правильно свой быт, укрепляйте иммунитет. Чистая выглаженная одежда, стрижка, уложенные волосы - это ваш имидж и отношение к себе, которое видят все. Начните питаться правильно. Исключите вредные и лишние продукты. Например, соленья и варенья в больших объемах (многие

все это употребляют по причине того, что они есть в запасе и могут пропасть, если не съесть вовремя).

Правильный рацион обеспечит ваш организм всем необходимым. А разные «голодные» диеты с целью похудения чаще всего вызывают еще большее желание поесть. Многие срываются и начинают употреблять еще больше продуктов.

Защитите себя от стрессов и дома, и на работе. Даже если вас провоцируют на агрессивное поведение, отвечайте спокойно. Легко сказать? Нет, мне самой это далось с трудом, но когда научилась не отвечать грубостью на грубость, почувствовала разницу между слабыми людьми и сильными.

И очень важный момент - форма отдыха. Нет, не лежать на диване, даже если муж рядом, призывает не вставать и сам предлагает заказывать готовую еду на дом. Почувствуйте приятные ощущения от активного отдыха, приучите себя быть готовыми сменить обстановку, не ленитесь принимать гостей, сами ходите в гости.

Такие нехитрые установки приведут вас к хорошим результатам. И помните: никаких препятствий нет, если сможете победить собственные лень, комплексы и страхи.

Мадина БЕКОВА





# Любимый прием – неожиданный поворот сюжета

СМОТРИ  
МАРИ

Сегодня познакомлю вас с американским кинорежиссером и сценаристом индийского происхождения М. Найт ШЬЯМАЛАНОМ. Он известен своими необычными фильмами в жанре мистических триллеров.

В 1995 г. Брюс УИЛЛИС поспособствовал карьере М. Найта, порекомендовал его к написанию сценария «Стюарт Литтл» от студии «Уолт Дисней». В 1999 году в триллере «Шестое чувство», который выпустил Шьямалан, снялся сам Брюс Уиллис. Фильм стал успешным и проложил молодому режиссеру дорогу в большое кино.

М. Найт снял много успешных картин с известными актерами.

Но что же такого особенного в его фильмах? Режиссер любит и умеет делать неспешные сцены, снятые одним дублем. Камера следует за героем или почти не двигается. Этот трюк хорошо резонирует с тихими, задумчивыми персонажами, созданными Шьямаланом. Он умеет и любит работать с цветами как с частью повествования, предавая определенному фильму конкретный окрас с заданным смыслом. Но

самый известный и любимый прием – неожиданный поворот сюжета, который случается в конце и выворачивает весь фильм наизнанку.

Если вы не смотрели фильмы этого режиссера, самое время познакомиться с ним. Я подготовила для вас список его самых популярных фильмов, которые входят в мой личный список с пометкой «любимые».

## 1. «Шестое чувство» (1999 г.) (12+)

Самый известный фильм режиссера и очень тяжелый по восприятию. Вызывает массу эмоций во время просмотра. Брюс Уиллис, сыгравший в нем главную роль, согласился на меньший, чем обычно, гонорар, чтобы поддержать молодого режиссера. Фильм держит в напряжении и поражает неожиданной концовкой.

## 2. «Неуязвимый» (2000 г.) (12+)

«Неуязвимый» – предисловие фильмов «Сплит» и «Стекло» о человеке, который обнаруживает в себе сверхспособности. Сам фильм «Неуязвимый» заставляет задуматься, сопереживать главному герою и смотреть на мир шире, не переоценивая, но и не недооценивая свои возможности.

## 3. «Знаки» (2002 г.) (12+)

Смотрела его несколько раз, он пугает мрачной атмосферой, неизвестностью и закадровой музыкой. Наверняка вы читали о странных символах на полях фермеров, оставленных предположительно неизвестными летающими объектами. Данный фильм о странных событиях, происходящих в жизни фермера и его семьи, заставляет поверить в нечто, лежащее за пределами понимания.

## 4. «Таинственный лес» (2004 г.) (12+)

Загадочный, таинственный фильм, как и само название, увлекает нас в жизнь маленькой деревни посреди леса, которую нельзя покидать, так как за ее пределами обитают монстры.

## 5. «Явление» (2008 г.) (16+)

Запоминается то, что шокирует. Довольно неприятный фильм, в котором все завязано на наступающем апокалипсисе, персонажах и их тяге к выживанию.

## 6. «Дьявол» (2010 г.) (16+)

В этой картине Шьямалан выступает в роли продюсера, а не режиссера, но я не могу не упомянуть эту работу. Мистический триллер рассказывает о незнакомцах, застрявших в лифте. Убийство, произошедшее в замкнутом пространстве, активизирует панику, агрессию и все человеческие пороки. Не разгадаете финал, даже не пытайтесь. Очень интересно и жутко.

## 7. «Визит» (2015 г.) (16+)

Как давно вы видели своих родственников? Героиня отправляет детей к своим родителям, но дети напуганы странным поведением родственников. В ожидании страшных и резких моментов весь фильм проведете в напряжении. Картина хороша атмосферой, созданной без спецэффектов.

## 8. «Время» (2021 г.) (16+)

Я осталась в восторге от этого фильма. Считаю, что он самый необычный из тех, которые вышли за последнее время. Мистика, ужасы, загадки и потрясающая игра актеров. Неподдельный страх людей, столкнувшихся с чем-то непонятным. Не просто очередная страшилка для взрослых, а фильм с глубоко заложенным смыслом.

Мари ГРАНТ

## ОЧИЩАЮТ И АРОМАТИЗИРУЮТ

В прошлом номере мы с Людмилой КАРДАНОВОЙ поговорили о том, на что стоит обратить внимание при выборе хвойных растений. Поскольку тема интересна многим, решили продолжить и попросили рассказать, какие именно комнатные хвойники пользуются спросом и подходят для домашнего разведения.

– Хвойные растения в нашем представлении произрастают исключительно на улице или в естественных природных условиях, – говорит Людмила. – Мало кто даже подумает о том, чтобы вырастить вечнозеленое деревце в квартире. Потому что не знают, что есть растения, имеющие карликовые формы, пригодные для выращивания в комнате. Вот лишь несколько из них, пользующихся большой популярностью.

Араукария – маленькое деревце, максимально достигающее высоты в 150 сантиметров. Ценится за возможность приспособления и прорастания в жарких помещениях. При температуре 20-25 градусов тепла растение неплохо развивается и наращивает пирамидальную крону с темно-зеленой игольчатой листвой, чем очень напоминает лесную красавицу. Лишь в период покоя, зимой, для араукарии нужна температура в 15 градусов. Растение создает в помещении легкий хвойный аромат и очищает воздух.

Карликовые пихты отличаются особой формой кроны, медленным ростом и наличием маленьких шишек среди красивой игольчатой хвои. Сорты корейской пихты Бриллиант, Тундра, Оберон, Блю стандарт и Дарк Хилл всегда можно найти на полках цветочных магази-



нов. Особенно впечатляет своим видом Цис. Его аромат не оставит равнодушным никого. Растение не будет слишком высоким, так как ежегодный прирост составляет в среднем всего пять сантиметров. А весной крону можно обрезать и придать любую форму.

## • САД-ОГОРОД

Гималайский кедр считается абсолютно неприхотливым растением, поскольку может расти в горной местности без проблем. Я никогда не пробовала их выращивать, поэтому не могу ничего сказать. Но растение привлекает уникальным окрасом. Кроме привычных оттенков зеленого, оно может иметь голубой, сизоватый и даже серебристый.

Можжевельник – светолюбивое вечнозеленое хвойное кустарниковое растение, отличающееся от своих сородичей тем, что вполне нормально переносит ежегодное пересаживание. Много сортов и видов комнатного можжевельника – казацкий, сибирский, виргинский, китайский предлагают цветоводы магазинов для домашнего выращивания. Это растение – настоящий санитар, так как борется с вирусами и бактериями в воздухе. Для комфортного роста можжевельнику нужны прохладный воздух, слегка подсушенная почва, а также отсутствие близости горячей батареи.

Кипарис тоже может стать изюминкой зимнего сада или комнаты. Хотя он может достигать внушительных размеров – до двух метров. Золотистая хвоя кипариса Голдкрест очень популярна среди флористов и цветоводов. Растение любит прохладу, поэтому не создавайте жаркие условия, особенно в зимнее время, постарайтесь найти такое место, где температурный режим будет колебаться от 5 до 15 градусов, не более. Например, закрытые балкон или лоджия.

Можно еще рассмотреть криптомерию, тую западную или складчатую, туевик, тис и кипарисовик. Не стоит задумываться над тем, стоит ли выращивать хвойники у себя дома. Главное – выбрать то растение, которое вам понравится, а принцип ухода за всеми хвойниками практически одинаковый.

Лана АСЛАНОВА.  
Фото автора



## Гастрономическая Норвегия

Настоящее знакомство с новой страной происходит через ее традиционную кухню. Каким будет послевкусие от соприкосновения с той или иной культурой, во многом зависит от ее кулинарных особенностей. А потому отправимся в гастрономическое путешествие и узнаем, где и чем нас могут особенно удивить. Начнем с Норвегии. Потому что с чего-то надо было начинать.

Норвегия - одна из стран, о которой еще недавно писали, что в ее кухне нет ни одного национального блюда, которое бы вошло в международную кухню. Традиционной и даже праздничной здесь считается овсяная каша со сметаной. Ее и сейчас подают к праздничному столу как деликатес. Отношение к еде в стране суровых холодных ветров простое - как способу получить энергию.

Но, несмотря на тяжелые климатические условия, сформировавшие кулинарные предпочтения норвежцев, в последние годы она совершила гастрономическую революцию. И теперь местные жители по праву гордятся своей самобытной и уникальной кухней.

Достаточно сказать, что на конкурсе кулинаров в Леоне «Золотой Бокюз» Норвегия пять раз выигрывала золото, три раза - серебро и четыре раза бронзу. Благодаря чему наряду с Францией стала страной, обладающей наибольшим количеством наград одного из самых престижных конкурсов в гастрономическом мире.

Расскажем о самых необычных блюдах этой страны, которые можно продегустировать только в Норвегии. Основной рацион норвежцев - рыба и блюда из морепродуктов. Однако будьте готовы к тому, что вкус даже обычной сельди в Норвегии будет непривычным. Но в числе самых интересных блюд остается знаменитое норвежское стокфикс. Это пресно-сушеная рыба, которую норвежцы получают методом холодной сушки. Ее также сушат и с помощью процесса ферментации, который используется для выдержки сыра. Специальные бактерии, способные выжить в минусовой температуре, постепенно выстаивают рыбу, придавая ей более глубокий вкус. Именно такая рыба становится ингредиентом для другого знаменитого норвежского блюда - лютефиска: сушеная треска, вымоченная в щелочи. После

сушки ее три дня вымачивают в крепком растворе каустической соды. После этого рыба полностью меняет свою консистенцию. Это блюдо называют еще «мыльной рыбой», потому что становится желеобразным. Даже косточки превращаются в мягкое желе. Запах такого блюда своеобразный. Бывалые туристы не советуют есть такую рыбу серебряными столовыми приборами. Серебро вступает в мощную химическую реакцию с содой, результат такого сочетания никого не обрадует. В Норвегии поджаренный на гриле лютефиск считается рождественским блюдом и непременно украшает праздничный стол.

Есть и менее праздничное, но не уступающее по экзотичности блюдо - раффиск: ферментированная форель со своеобразным запахом рыбы, хранящейся в бочках от трех до шести месяцев. По сути, раффиск - норвежское блюдо из тухлой рыбы, но если сказать, что рыба ферментированная, попробовать ее будет проще.

Если не рискнете дегустировать столь необычные для нашего вкуса яства, в Норвегии, помимо блюд из мяса оленя, лося и куропаток, можно найти вполне привычные нам, но ввергающие в гастрономический шок большинство европейских туристов блюда. Это феналорь - вяленая баранья нога, пиннещёт - бараньи или ягнячьи ребрышки, вяленые в рассоле или морской соли, смалахове - вяленая и сваренная овечья голова.

Довольно необычный вкус и у самого знаменитого норвежского сыра «брюнуст» - коричневого сыра. Этот карамелизированный сыр из молочной сыворотки чем-то напоминает ирис или вареную сгущенку. Норвежцы часто едят его с чем-нибудь сладким, например, с традиционными вафлями.

Алена КАРАТЛЯШЕВА

## ЗАПАХ УЮТА

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Пироги любят все. От их запаха в доме становится уютно и вся семья собирается за одним столом.

- А вот возиться с тестом не всегда хочется, - говорит Татьяна СВИРИДОВА из Нальчика. - У нас большая семья, поэтому приходится сразу несколько пирогов готовить. Всегда выручает готовое слоеное тесто-полуфабрикат. Это универсальный продукт для выпечки в домашних условиях. Легкое, невесомое, с нейтральным вкусом - оно подходит для любой начинки, приготовления миниатюрной закуски в виде тартелеток и канале, пустых и сдобренных специями палочек, рогаликов, пирожков, штруделя и, конечно же, пирогов. Надо только найти производителя качественной продукции.



### БЫСТРЫЙ ПИРОГ С ВАРЕНЬЕМ

**Ингредиенты:** 1 пачка слоеного бездрожжевого теста, 150 г любого варенья (по желанию можно заменить шоколадной или ореховой пастой), 1 яичный желток и по желанию сахарная пудра.

**Способ приготовления.** Дать тесту немного разморозиться. Разделить пластину и слегка раскатать по отдельности. Первую выложить на противень, смазанную маслом. Сверху выложить варенье. Накрыть второй пластиной. Разрезать по кругу так, чтобы получились лучи солнца, а внутри остался круг. Каждый треугольник перевернуть. Смазать верх пирога яичным желтком или сахарным сиропом. Выпекать в духовке при температуре 210 градусов до румяной корочки. Достать пирог, отделить лучи друг от друга и по желанию посыпать сахарной пудрой.

### С МОЦАРЕЛЛОЙ И ПОМИДОРАМИ

**Ингредиенты:** 300 г моцареллы (можно заменить мягким несоленым кабардинским сыром), 3 помидора, пачка слоеного теста, сушеный базилик, черный молотый перец.

**Способ приготовления.** Разморозить тесто. Выложить раскатанное тесто в форму, образуя бортики. Сыр нарезать пластинками. Помидоры нарезать кружочками. Если помидоры очень сочные, сок надо слить. Выложить на тесто, чередуя моцареллу и помидоры. Посолить, поперчить, посыпать сушеным базиликом. Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке 25-30 минут.

### С КУРИЦЕЙ

**Ингредиенты:** пачка слоеного теста (500 г), 300 г вареной куриной грудки, 1 большая луковица, 1 большая морковь, 2 ст. ложки соевого соуса (по вкусу), черный молотый перец по вкусу, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 яйцо для смазывания пирога.

**Способ приготовления.** Разогреть в сковороде масло. Лук нарезать кубиками, морковь натереть на крупной терке.

Курицу нарезать на кусочки. Лук выложить в сковороду и обжарить до прозрачности, затем добавить морковь и довести до полуготовности. Следом добавить курицу, соевый соус и перец. Немного обжарить.

Тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см. Разрезать на два прямоугольника. Яйцо взбить вилкой, смазать края одного пласта. Затем в середину выложить начинку. На втором прямоугольнике сделать надрезы. Накрыть начинку вторым прямоугольником, защипнуть края. Верх смазать взбитым яйцом. Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке примерно 20 минут.

### ОТКРЫТЫЙ С ЯБЛОКАМИ

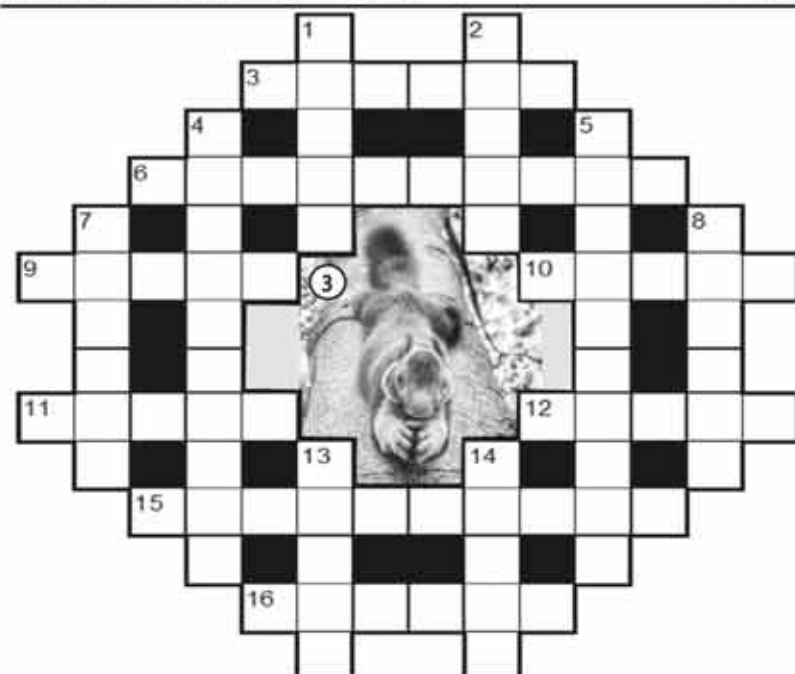
**Ингредиенты:** пачка слоеного теста, 3 больших яблока, 40 г сливочного масла, 50 г сахара, любые красные ягоды и сахарная пудра для украшения, молотая корица (по желанию).

**Способ приготовления.** Размороженное тесто развернуть и перенести в смазанную мягким сливочным маслом форму или сковороду диаметром 20-25 см. Пласт выровнять. По окружности срезать лишнее тесто (его можно использовать для приготовления рогаликов или пирожных). По всей площади сделать проколы вилкой и выпекать тесто для пирога около 20 минут при температуре 180 градусов. В результате мы получим воздушную многослойную хрустящую основу.

Параллельно на сковороде растопить масло и добавить сахарный песок. Дать смеси слегка карамелизоваться. Туда же выложить нарезанные толстыми дольками яблоки. Жесткую кожуру срезать, а нежную можно оставить. Яблоки размешать, слегка встряхивая, чтобы они покрылись карамелью. Дать им немного потомиться, чтобы размягчились. Готовые яблоки выложить на готовую основу. По желанию можно добавить корицу. Снова поставить пирог в духовку примерно на пять минут. При подаче на стол посыпать пирог сахарной пудрой и ягодами.

Лана АСЛАНОВА.

Фото автора



## КРОССВОРД

**По горизонтали:** 3. Индийская гигантская белка. 6. Официально принятый распорядок торжественных приемов. 9. Стеклярус для рукоделия. 10. Австрийский художник, основоположник модерна в австрийской живописи. 11. Самый высокий водопад Гавайских островов. 12. Исторически сложившаяся общность людей. 15. Название картинных галерей или крупных собраний живописи. 16. Духовой музыкальный инструмент, напоминающий по своей форме тромбон.

**По вертикали:** 1. Искусство сценического танца. 2. В греческой мифологии богиня войны и победы, а также мудрости, знаний, искусств и ремесел. 4. Французский сладкий ликер. 5. Наука о движении снаряда. 7. Выдающийся русский писатель и автор популярных детских произведений. 8. Вид попугая. 13. «Дракон» с острова Комодо. 14. Единица измерения вязкости.

Составила

Фатима КАРАЦУКОВА

Варан. 14. Стокс.  
По вертикали: 1. Вальс. 2. Афина. 4. Бенедиктин. 5. Баллистика. 7. Бианки. 8. Амазон. 13. Пинакотека. 16. Базука.  
По горизонтали: 3. Ратуша. 6. Церемониал. 9. Бисер. 10. Климт. 11. Акака. 12. Этнос. 15.

Ответы на кроссворд



Работа Алины Кибишевой

(Окончание. Начало на 13-й с.)

Конечно, современный рынок обогащается, появляется бесконечная палитра красок, направлений и стилей. При этом сейчас модно то, что нравится лично тебе, подчеркивает индивидуальность или просто подходит визуально. Зачастую люди настолько многогранны в выборе своего образа, что стараются каждый день быть разными, чуть ли не каждый день меняя свой стиль. Сегодня спортивный, завтра классический, послезавтра праздничный или романтический. Соответственно и украшения подбираются под определенный образ. Поэтому стремятся к большому разнообразию изделий. С каждым годом становятся все популярнее амулеты, талисманы, обереги, печатки с символами, украшения, которые трансформируются, каффы. Но часто,

отдав дань модным тенденциям, люди возвращаются к классике, но переделанной на современный лад. Многие начинают обращаться к минимализму, предпочитают качество (исполнения и материала). Можно целую книгу об этом написать.

Я пошла по трудной дорожке, где должна буду долго и упорно искать свое направление. Хотя могла бы просто взять существующие дизайны и повторять их. Допустим, возрождать старые музейные изделия, не просто повторять, а делать их качественно, спрос однозначно будет всегда. Но все же хочется больше творчества.

Пока мастерская находится у меня дома, в селе Лечинка. Здесь я обосновалась хорошо, но планирую переехать в Нальчик. Хочу параллельно заниматься обучением, а приезжать в село для многих сложно.

# Профессия ювелира - одна из самых старинных



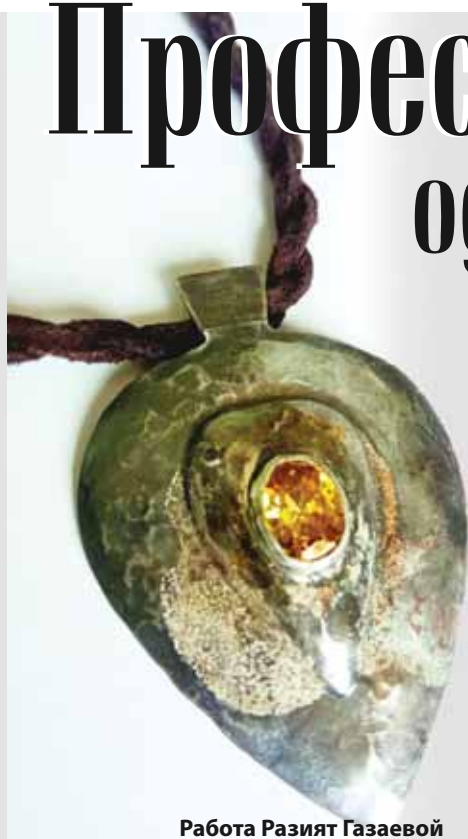
Работа Разият Газзиевой

**Разият ГАЗЗИЕВА: «В ДЕВЯТЬ ЛЕТ ПАПА ДОВЕРИЛ МНЕ СДЕЛАТЬ НЕСКОЛЬКО ЛЕПЕСТКОВ НА ЕГО ЗАКАЗЕ»**

- Ювелирное ремесло всегда присутствовало в нашей семье, так как мой папа - ювелир. Поэтому нельзя сказать, что это увлечение для меня началось внезапно. Но первую работу помню хорошо. Мне было лет девять, когда папе заказали филигранный рог и он доверил мне сделать несколько лепестков. Из-за того, что получилось, мне очень понравилось это дело.

Направление, в котором работаю сейчас, не имеет определенного названия, но выглядит эффектно. Я делаю украшения с использованием кольчужного плетения и техники холоднойковки с последующим состариванием, что придает материалу интересную фактуру. Кроме того, в последнее время пытаюсь найти способ объединить ювелирку с керамикой, думаю, это перспективное направление. Мы живем в очень удобное время - одной четкой линии в ювелирной моде, как и в любой другой, нет. Поэтому каждый может найти себе что-то по душе.

Работаем с папой в мастерской Республиканского центра народных художественных промыслов и ремесел.



Работа Разият Газзиевой



Работа Эмины Шахаевой

**Эмина ШАХАЕВА: «ЛЮБАЯ ЖЕНЩИНА МОЖЕТ ПРИМЕРИТЬ ОБРАЗ ГОРЯНКИ»**

- Ко мне ремесло перешло по наследству, первым ювелирным делом занимался мой прадед, потом дед (член Союза художников КБР), затем мои родители. Училась, когда помогала родителям. Профессионально заниматься филигранью не планировала (была в поисках себя). Но все же вернулась к своим навыкам, к своим истокам.

В основном изготавливаю пояса и нагрудники в национальном стиле. Это и традиционные кавказские, и стилизованные. Традиционные пояса и нагрудники сочетаются с народным нарядом (фацц), а стилизованные подходят под любое платье, то есть девушка (женщина) может носить такое украшение и

в повседневной жизни. Важно, что и женщины других национальностей могут примерить образ горянки.

В основном работаю на заказ, но есть пояса, которые делаю для души. Материалы использую самые разные и, что самое важное, полезные для человека. Все мы знаем о свойствах меди, серебра и латуни. За основу в своих работах беру старинные пояса: форму, технику, материалы, стиль, но привношу в них свое видение.

Поделюсь лишь одной ссылкой [#ручнаяработа-назаказ #пояс#нагрудники https://www.instagram.com/p/CYtBniFtQYj/?utm\\_medium=share\\_sheet](https://www.instagram.com/p/CYtBniFtQYj/?utm_medium=share_sheet). Этот наряд создавался тщательно, обсуждалась каждая деталь, вымерялась каждая линия. Думаю, результат превзошел все ожидания.

**Ольга КАЛАШНИКОВА**



Работа Эмины Шахаевой

**УЧРЕДИТЕЛЬ:  
ПРАВИТЕЛЬСТВО  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ  
РЕСПУБЛИКИ**

Главный редактор  
**З.С. КАНУКОВА**

Телефоны  
**42-26-75** – отв. секр.;  
**42-75-34** –  
корреспондентская;  
**42-26-75** - факс;  
**42-69-96** -  
реклама

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

Выходит по средам.  
Тираж **1661**. Заказ **122**.  
Время подписания в печать  
по графику – **18.00**  
Фактически **25 января в 17.00**  
Индекс - **31222**

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

**АДРЕС РЕДАКЦИИ  
И ИЗДАТЕЛЯ:**

**360000**,  
г. Нальчик, пр. Ленина, 5  
E-mail: [gazeta-goryanka@list.ru](mailto:gazeta-goryanka@list.ru).  
Instagram: [goryanka\\_gazeta](https://www.instagram.com/goryanka_gazeta).  
You Tube: Газета Горянка