

№ 39 (1204)

28 сентября 2022 г.

Издается с 1993 г.

Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-
версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Астемира Шебзухова

Солистка Государственного академического Московского областного хора им. А. Д. Кожевникова Танзиля АТМУРЗАЕВА родилась в живописном селе Кенделен Эльбрусского района. Творческий путь певицы начался еще в седьмом классе школы, где Танзиля пела в составе хора и выступала сольно.

Танзиля АТМУРЗАЕВА: ВЫРАЗИТЬ КРАСОТУ МУЗЫКИ

- В школе мои способности заметил педагог по музыке - солист группы «Таулан» Азрет-Алий ГЕРГОКОВ. Я часто выступала на различных концертах и в конкурсах. На одном из концертных прослушиваний познакомилась со своим будущим педагогом по вокалу - заслуженной артисткой РФ Галиной ТАУКЕНОВОЙ. Она сказала, что у меня хорошие природные данные, и посоветовала профессионально их развивать. Так я решила попытаться счастья и по окончании школы подала документы в колледж культуры и искусств г. Нальчика. Тогда сомневалась в успехе, поскольку не училась в музыкальной школе и не занималась вокалом с профессиональным педагогом. Однако все сложилось удачно, и меня зачислили.

(Продолжение на 5-й с.)



НЕИДЕАЛЬНО ИДЕАЛЬНЫЙ ВОЙЛОК, СПАСЕННАЯ ОТ СОЖЖЕНИЯ КОЛЫБЕЛЬ И ДУША, ИЩУЩАЯ СВОЕ ПРОСТРАНСТВО

Как семья и творчество связаны между собой или между ними нет связи? Как рождался в Ахмате художник? И есть ли тревога за него, ведь жизнь в искусстве – не только лавры. Об этом мы поговорили с матерью Ахмата и с самим художником, вдруг ставшим знаменитостью. С. 3

РОДНОЙ ЯЗЫК - ПРОВОДНИК К СВОИМ ИСТОКАМ

Хороший педагог любит то, что преподает, и тех, кому преподает. Марьяна ХАМУКОВА уже несколько лет работает учителем кабардинского языка и литературы в МОУ «СОШ №1» с.п. Куба-Таба. Окончила кабардинское отделение института филологии Кабардино-Балкарского государственного университета. Будучи талантливым педагогом, может увлеченно говорить о своей работе, и делает это так, что ее красивой речью невозможно не заслушаться. С. 4

СЕРДЦЕ ДЛЯ ЖИЗНИ

Всемирный день сердца отмечается 29 сентября. Его цель - повысить осознание в обществе опасности, вызванной эпидемией сердечно-сосудистых заболеваний в мире, а также инициировать всеобъемлющие профилактические меры в отношении ишемической болезни и мозгового инсульта во всех группах населения. Он проводится под девизом «Сердце для жизни». С. 6

АТЛАНТЫ НАШИХ ДНЕЙ

Читатель сегодняшнего номера Сусанна ДЖУТОВА прошла путь от продавца до владельца собственного бизнеса по выращиванию и поставке овощей. Собственное дело далось ей нелегко. Сусанна вспоминает, как училась на своих и чужих ошибках, как выходила из, казалось бы, безвыходных ситуаций. Возможно, благодаря силе духа удалось не только выстоять, но и наладить успешный семейный бизнес, в котором теперь участвуют все члены семьи. Двое детей Сусанны набираются опыта с малых лет, руководствуясь ее советами. С. 14

КАЗБЕК КОКОВ ПРОВЕЛ ОПЕРАТИВНОЕ СОВЕЩАНИЕ ПО ВОПРОСАМ КАПИТАЛЬНОГО СТРОИТЕЛЬСТВА И ИНВЕСТИЦИОННЫМ ПРОЕКТАМ

Глава КБР Казбек КОКОВ провел первое заседание штаба по вопросам капитального строительства и инвестиционным проектам.

В заседании приняли участие Председатель Правительства КБР Алий МУСУКОВ, его первый заместитель Муаед КУНИЖЕВ, министр транспорта и дорожного хозяйства КБР Аслан ДЫШЕКОВ, министр просвещения и науки КБР Анзор ЕЗАОВ, министр здравоохранения КБР Рустам КАЛИБАТОВ, министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ, министр спорта Ислам ХАСАНОВ, заместитель министра строительства и ЖКХ Астемир УНАЖОКОВ, в режиме ВКС – руководители муниципальных администраций.

Открывая заседание, Казбек Кокков сказал: «Мы должны усилить работу по всем направлениям, в первую очередь в части реализации национальных проектов и экономических вопросов. Принял решение сформировать еще один оперативный штаб по крупным объектам строительства и инвестиционным проектам». «Необходимо делать больше, чем мы делали до 1 сентября. Это была такая «реперная точка», после которой мы должны еще больше работать», - подчеркнул Глава республики.

На этот год было запланировано порядка ста объектов строительства, реконструкции, ремонта и благоустройства. Ряд объектов завершен досрочно и в начале сентября введен в эксплуатацию. Руководитель республики отметил, что за ходом работ ведется наблюдение в режиме онлайн через ситуационный центр, на мониторы которого выведены практически все объекты. Казбек Кокков поручил ответственным лицам усилить контроль за сроками и качеством работ, следить за количеством работающих людей и техники с тем, чтобы в случае необходимости усиливать бригады.

Были озвучены предварительные итоги реализации национальных проектов. В течение 2019-2021 годов в республике построено 45 дошкольных учреждений, четыре школы, семь домов культуры, восемь спортивных комплексов, 49 плоскостных спортивных сооружений, капитально отремонтированы 13 домов культуры, театр, 274 многоквартирных дома, благоустроено 356 дворовых территорий, 96 общественных пространств, в нормативное состояние приведено порядка 600 км дорог.

В текущем году в республике развернуто строительство одновременно десяти

школ общей мощностью 6324 места. До конца 2022 года планируется завершить строительство трех школ: в Прохладном, Нарткале и Кубе. Построено пять ясельных блоков общей мощностью 380 мест в Баксане, Ташлы-Тале, Новой Балкарии, Вольном Ауле. Закончено строительство трех спортивных объектов, до конца года планируется сдать в эксплуатацию спорткомплекс для занятий современным пятиборьем в Нальчике. До конца следующего года будет построено футбольное поле в Нижнем Чегеме, а в 2024 году – крытый ледовый каток в Нальчике, работы уже начаты.

В рамках нацпроекта «Здравоохранение» строятся онкологический



диспансер и поликлиника в Нальчике. Закончено строительство амбулатории в Аушигере, до конца года будет завершена реконструкция поликлиники в Дыгулыбгее. До конца следующего года будут построены амбулатория в Кубе и участковая больница в поселке Эльбрус.

Продолжается инфраструктурное строительство. До конца года планируется завершить первый этап работ по водопроводным и канализационным сетям в районе индивидуальной жилой застройки в Нальчике. По региональной программе «Чистая вода» в районах идут строительство и реконструкция 13 объектов водоснабжения. Завершено строительство водозаборных скважин в Солдатской и Пролетарском. Стартовали работы по реконструкции канализационного коллектора от поляны



домов в Нальчике, в следующем году программа охватит и районы.

Возобновлено строительство дворца творческой молодежи, который был начат в 2002 году, являлся объектом незавершенного строительства и не финансировался. Это будет центр творчества молодежи, а его обновленный облик более гармонично впишется в архитектуру этой части столицы республики.

В 2023 году в рамках федерального проекта «Современная школа» планируется начать строительство еще девяти общеобразовательных школ - в Нальчике, станции Александровской, Прималкинском, Терке, Нарткале, Чегеме Втором, Терсколе, всего на 5150 ученических мест. На эти цели республике выделено более трех миллиардов рублей. Завершить строительство новых школ планируется в декабре 2024 года.

По федеральному проекту «Модернизация первичного звена здравоохранения» в 2023-2024 годах планируется начать строительство семи амбулаторий и фельдшерского пункта в Октябрьском, Кенже, Светловодском, Красносельском, Нижнем Черке, Белой Речке, Звездном, Кубе-Табе.

В 2022 году на дорожные работы предусмотрено 4,2 миллиарда рублей. Планируется, что по итогам текущего года будут приведены в нормативное состояние более 170 км региональных и местных автодорог, 134 погонных метра мостовых сооружений, порядка 70 км наружного освещения. Работы завершены на 90 процентов, проинформировал Аслан Дышеков.

В 2023 году объем финансирования дорожных работ составит 4,4 миллиарда рублей. В рамках нацпроекта «Безопасные качественные дороги» планируется привести в нормативное состояние более 70 км автодорог, отремонтировать 261 погонный метр автодорожных мостов и путепроводов, устроить не менее 30 км наружного освещения вдоль региональных автодорог. По федеральному проекту «Содействие развитию автомобильных дорог регионального и местного значения» планируется привести в нормативное состояние 23,8 км автодорог, по госпрограмме «Комплексное развитие сельских территорий» - 18,6 км в шести населенных пунктах. Также будет продолжен ремонт улиц в малых городах.

Пресс-служба Главы и Правительства КБР

Юные литераторы Прохладного встретились с писателями Кабардино-Балкарии

В Прохладном в детском научно-образовательном центре «Алые паруса» состоялась встреча творческого объединения «Золотое перо» и его детской секции «Золотое перышко» с писателями и поэтами Кабардино-Балкарии.

Мероприятие посвятили 100-летию КБР. На встрече присутствовали почетные гости - председатель Союза писателей, заслуженный деятель науки КБР Юрий ТХАГАЗИТОВ; писатель, издатель, заслуженный работник культуры РФ Мария КОТЛЯРОВА; журналист и литератор Хыйса ОСМАНОВ, заслуженный журналист РФ, краевед Валерий КРУШЕЛЬНИЦКИЙ, а также представители Союза пенсионеров, Совета женщин, ветераны пионерского движения, школьники города Прохладного и Прохладненского района.

В рамках мероприятия вспоминали историю республики и пели патриотические песни в сопровождении гитар и баяна, читали стихи о Прохладном и родном крае. Юные поэты и прозаики читали свои произведения, впечатлившие

слушающих. Хыйса Османов отметил, что поспособствует публикации работ детей в республиканских изданиях. Собравшихся объединяли также теплые воспоминания о пионерии. Почти все в этот день надели красные галстуки, а гостей символически посвятили в пионеры.

В этом году Юрий Тхагазитов передал экземпляры книг писателей и поэтов Кабардино-Балкарии в научно-образовательный центр «Алые паруса» с напутствием подарить их детям, чтобы школьники прохладненской земли не только читали эти произведения, но и находили в них темы для собственных творений.

В детском центре «Алые паруса» обучение строится на

принципах, которые бывшие некогда пионерами люди несут с собой сквозь годы, - умение дружить и помогать друг другу, трудиться и выполнять свой долг перед коллективом, любить Родину, отметила директор детского научно-образовательного центра «Алые паруса» Сусанна ЧОЛАНОВА, член Союза писателей России и КБР. Более 30 лет активно занимается педагогической деятельностью и считает своей задачей помочь одаренным детям России развить свои таланты. Для этого учредила благотворительный фонд «Махонька и ее друзья», который работает уже шесть лет.

В завершение мероприятия участники «Золотого перышка» получили книги с автографом гостей.

Ольга КАЛАШНИКОВА

НЕИДЕАЛЬНО ИДЕАЛЬНЫЙ ВОЙЛОК, СПАСЕННАЯ ОТ СОЖЖЕНИЯ КОЛЫБЕЛЬ И ДУША, ИЩУЩАЯ СВОЕ ПРОСТРАНСТВО

Дочь Фатима получила высшее образование по направлению «финансы и кредит», сейчас в декретном отпуске.

Сын Ахмат - в Москве, один из популярных художников, его работы раскупаются по очень высоким ценам. Его имя уже известно в мире российской культуры, хотя молодому человеку всего двадцать пять лет. Первая персональная выставка «Позвони мне завтра» прошла в прошлом году в галерее «Сцена», вторую персональную «И дуб, и кипарис растут в тени друг друга» организовали галерея «Сцена» и арт-консьерж LOBBY. Одновременно с Москвой с творчеством Ахмата Биканова знакомятся сейчас в Стамбуле, где его работы - часть групповой выставки в галерее «Sanatorium».

Как семья и творчество связаны между собой или между ними нет связи? Как рождался в Ахмате художник? И есть ли тревога за него, ведь жизнь в искусстве - не только лавры. Об этом мы поговорили с матерью Ахмата и с самим художником, вдруг ставшим знаменитостью.

МОНОЛОГ МАМЫ

- В детстве Ахмат не играл с ровесниками, всегда рисовал: карандашами, какие были в наличии, в альбомах. Я не хотела, чтобы он увлекся рисованием, поэтому не отдавала в художественную школу. Но однажды, во время очередных гастролей ансамбля «Балкария» в Испанию, где я была гармонисткой, коллега повела Ахмата вместе со своей дочерью в художественную школу. И там ей задали вопрос: «Почему не привели Ахмата раньше?». Он там проучился два года, а потом мы уехали в Москву. После девятого класса Ахмат захотел поступать в московский колледж архитектуры и строительства №7. Наш папа был против, а я поддержала. Вдвоем уговорили папу, он уволился с должности директора «Каравана», и мы поехали в Москву.

По окончании колледжа Ахмата взяли на второй курс Московского архитектурного института (МАРХИ). После первых курсов параллельно с учебой начал работать. Финансово он рано стал самостоятельным. Институт уже был за спиной, но мы продолжаем волноваться и опекать его, мы - родители...

ПАУЗА С УЗНАВАНИЕМ

Во время монолога Лариса неожиданно спросила: «А Хаулат БАЙСИЕВА не ваша сестра?» «Моя», - подтвердила я. «Так она же дружит с Ахматом». По-



Магомед БИКАНОВ и Лариса БИКАНОВА-КАЗАКОВА воспитали сына и дочь - Фатиму и Ахмата. Магомед окончил медицинское училище, работал на санэпидемстанции, с 2010 по 2014 год был директором магазина «Караван», в 2014 году переехал на время учебы сына в Москву, недавно вернулся домой, в Вольный Аул. Лариса окончила музыкальное училище и Северо-Кавказский институт искусств. Работала в фольклорно-этнографическом ансамбле «Балкария» со дня его основания 27 лет музыкальным руководителем. Заслуженная артистка КБР и Ингушетии.

обещав перезвонить, прервала разговор и переключилась на сестру. «Ахмат Беканов? Да, он мой друг. Перешивала ему пиджак деда, отца и разные старые вещи. Мы дружим давно. Ты знаешь, у него в комнате сундук бабушки и его собственная колыбель. Ахмат - очень внимательный человек. Он не бежит. Он думает. У него паузы. Во время пауз он все и решает».

...Господи, Нальчик, любимый, какой же ты маленький! Здесь все друг про друга все знают!

ПРО ЛЮЛЬКУ, СУНДУК И КАК РОЖДАЮТСЯ КАРТИНЫ

- Колыбель была обнаружена во время уборки, ее хотели сжечь, - говорит Ахмат. - Я увидел ее впервые и удивился, какая это гармоничная и красивая вещь. Воспротивился сожжению. И тут выяснилось, что в первые месяцы своей жизни я спал именно в ней. Так моя родная колыбель стала хранилищем моих красок. Она - свидетель рождения всех моих картин. А в сундуке моей бабушки - все незавершенные работы.

Старые вещи рождают во мне вихрь чувств. В Москве, бывая у своей знакомой, ложусь на войлок, и меня сразу охватывает блаженство. Войлок старый, балкарский, его тоже хотели сжечь. Да, он с изъ-

нами, но они придают ему особую красоту. Неидеальный идеальный войлок.

Вы спрашивали, как рождаются идеи картин. По-разному. Иногда определенный образ возникает в голове, пытаюсь его развить и делаю наброски, но такое происходит редко. Часто не жду какого-то особенного момента, мне просто нужны чистый лист акварельной бумаги и карандаш. Начинаю с глаз, далее словно плыву и использую образы, которые приходят в процессе работы. Иногда понимаю, чувствую, что процесс для меня важнее результата. Словно в транс вхожу, это особое, удивительное состояние. В какой-то степени отключаюсь, я здесь и не здесь.

Ваш следующий вопрос: чем я пишу? Акварелью или тушью. Редко пробую другие материалы. Меня привлекает масло, но этот процесс может быть слишком растянутым: масло позволяет перекрывать слои, благодаря чему можно бесконечно менять картину. С акварелью иначе: с ней, если совершишь ошибку, она непоправима.

Что мне сейчас интересно? Хороший вопрос. Войлок. Рисовать по шерсти: какие там возможности, какие ограничения - это интересно попробовать. Думаю, в ближайшее время в моей жизни будут акварель и войлок.

А как же архитектура? Подождет. Я уволился с работы, мне сейчас интереснее быть художником. Думаю, когда-нибудь в моих работах будет много архитектуры. Я сейчас совершенно не способен выполнять рутинную работу архитектора, но с удовольствием бы поработал над интересными заказами. Например, если человек хочет жить на лоне природы и ему важно органично вписать свое жилище в природный ландшафт, и он точно знает, какой двор ему нужен, какие виды, - вот это интересно было бы претворять в жизнь.

С ЧЕГО ЭТО ВДРУГ ДВЕ ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ВЫСТАВКИ В МОСКВЕ?

- Это все интернет, социальные сети.

В 2020 году, летом, основатель галереи «Сцена» Анастасия ШАВЛОХОВА и куратор Дарья ЯРЦЕВА написали, что им понравились мои работы, спросили, есть ли что еще, и тут же предложили выставку. Я согласился, абсолютно не веря в возможность персональной выставки. И дома никто не по-



верил. Но дело вдруг пошло. У меня бывают моменты: время от времени очень внимательно слушаю себя. Остаюсь один, часто на берегу реки и думаю, что мне надо делать, куда двигаться, что менять. И вот это был такой поворотный момент. Я решил уволиться. Архитектурное бюро - это хорошо, но меня интересовало творчество. Я хотел рисовать. Дома пытались уговорить не совершать опрометчивый шаг. Но я все равно уволился.

Анастасия Шавлохова, Дарья Ярцева и соосновательница LOBBY Moscow Софья КАРПОВСКАЯ помогли мне, и выставки состоялись. Я им очень благодарен. Надеюсь, моя жизнь в искусстве только начинается!

Елена АППАЕВА.

Фото из семейного архива Бикановых

Голосуем за Аслана КАШЕЖЕВА

В России проходит голосование за самого креативного учителя страны. Отдать свой голос смогут и жители Кабардино-Балкарии за своего земляка - учителя физики и астрономии нальчикского лицея №2 Аслана КАШЕЖЕВА.

«Классная тема» А. Кашежев вошел в число 34 полуфиналистов, выбранных из шести тысяч участников.

Учитель с 12-летним педагогическим стажем считает, что главное - увлечь ученика, найти с ним контакт и излишней строгостью не отбить желание учиться. Аслан Кашежев - кандидат физико-математических наук, финалист всероссийского этапа конкурса педагогического мастерства «Учитель года России-2015 и 2022 гг.».

«В своей работе стараюсь использовать неформальный подход, например, советовать ученикам писать шпаргалки. Я не учу физике, учу тому, как можно лучше познать мир. Какая сила удерживает самолет в воздухе, почему нельзя стоять у обочины скоростной трассы, как правильно открыть кран на кухне и при чем здесь Роберто Карлос», - говорит Аслан Кашежев.

Семь педагогов, которые пройдут отбор среди полуфи-

налистов и станут лидерами открытого голосования, выступят в финальном гранд-шоу на телеканале «Россия». Их учениками станут известные ученые, космонавты, музыканты, популярные артисты театра и кино. Каждый из нас может отдать свой голос в поддержку талантливого педагога из КБР. Голосование будет проходить в официальном сообществе конкурса «Вконтакте» и длиться всю неделю, с 23 сентября по 1 октября. Мин-

просвещения открыл специальный чат-бот, который поможет определить победителя всенародного голосования конкурса «Учитель года России-2022». Отдать свой голос можно только за одного претендента, выбрав визитную карточку учителя, регион и преподаваемый предмет по ссылке <https://vk.com/write-30558759>.

Итоги будут подведены 1 октября в Тюмени на торжественной церемонии закрытия второго тура заключительного этапа всероссийского конкурса «Учитель года России-2022». Мы желаем удачи и отдаем свой голос за Аслана Кашежева.

Алена ТАОВА



Напомним, по результатам первого этапа всероссийского конкурса «Учитель года России-2022»

РОДНОЙ ЯЗЫК — ПРОВОДНИК К СВОИМ ИСТОКАМ

• ПРОФЕССИОНАЛЫ



Хороший педагог любит то, что преподает, и тех, кому преподает. Марьяна ХАМУКОВА уже несколько лет работает учителем кабардинского языка и литературы в МОУ «СОШ №1» с.п. Куба-Таба. Окончила кабардинское отделение института филологии Кабардино-Балкарского государственного университета. Будучи талантливым педагогом, может увлеченно говорить о своей работе, и делает это так, что ее красивой речью невозможно не заслушаться.

- Учась в школе, я восхищалась нашими учителями родного языка. Они говорили о важности сохранения своего языка, о том, что это неотъемлемая часть культуры народа. Окончив школу, решила посвятить себя преподавательской деятельности. Представляла, что стану такой же, как мои любимые учителя, и буду нести детям знания о нашем прекрасном языке. Сейчас, работая в школе, убеждаюсь в правильности своего выбора. Видя успехи детей, то, как они радостно откликаются на предложенные идеи, сама наполняюсь решимостью и желанием работать еще активнее. Все больше ребят с удовольствием участвуют в разных мероприятиях и конкурсах, не только школьных, но и районных и республиканских. Когда проводятся смотры и конкурсы талантов, стараемся обязательно подготовить выступления на кабардинском языке. У каждого учителя свои приемы и наработки. В начале урока зачитываю ребятам четверостишие, пословицу или поговорку, затем задаю вопрос: в чем смысл данного высказывания, чему оно нас учит? Это позволяет настроиться на работу, задуматься о красоте родного языка, его образности и богатстве. К тому же позволяет детям при следующем упоминании определенных слов или фраз свободнее ориентироваться, так как их смысл им уже знаком. К сожалению, в настоящее время даже в сельских школах дети все чаще испытывают затруднения в понимании родного языка. Обучение ведется на русском языке начиная с детского сада. Мы все чаще слышим от детей, что они не могут выразить ту или иную мысль на родном языке. Когда речь идет об участии в конкурсах и мероприятиях, дети испытывают затруднение, из-за этого бояться выступать на публике, не чувствуя уверенности. Даже на уроке стесняются свободно

высказаться. В таких ситуациях позиция учителя становится решающей. Мы делаем все, чтобы вселить в ребенка уверенность, поощрить его. Видя наш настрой, дети нам доверяют, чувствуют себя более свободно, и результат всегда радует. Если ребенку с трудом дается родной язык, он не будет испытывать радость от обучения. В таких случаях начинаю с заданий попроще, хвалю за проделанную работу, постепенно усложняя материал. Мне важно понимать, что дети любят родной язык, изучают его свободно и радостно. Сейчас часто говорят о том, что часы на изучение родного языка в школах сократили, на полноценное изучение программы родного языка и родной литературы не хватает уроков. Конечно, будь у нас больше выделенных часов, успевали бы охватить гораздо больший объем материала, и дети бы больше читали на родном языке, обсуждали волнующие их темы и делились мыслями.

Большую поддержку нам оказывает директор школы Ирина Замировна ТОХТАМЫШЕВА, подсказывает, как лучше организовать ту или иную работу, вдохновляет на новые начинания. Сама она не раз подчеркивала важность сохранения родного языка, как и своих традиций и обычаев. Она как никто умеет мотивировать учащихся, рассеивая их сомнения, придавая им уверенности в себе. Видя это, невольно сам преисполняешься решимости, говоря себе: я смогу, у меня все получится. Так вышло, что именно Ирина Замировна рассказала нам о конкурсе чтецов «Круговорот поэзии», который проводился литературным клубом «Жан» при поддержке ПАО «Ростелеком». В школе мы часто проводим поэтические конкурсы, у нас есть дети, которые пишут на родном. На предложение поучаствовать с удовольствием откликнулись несколько детей, по условиям конкурса записали видеоролик и выложили в соцсети. Я счастлива, что одним из победителей стала наша ученица Зурианна БОГАТЫРЕВА. С малых лет она увлечена родным языком, всегда с готовностью участвует во всех мероприятиях. Зурианна пишет стихи, но до этого не решалась выносить их на широкий круг слушателей. Когда перешла в пятый класс, мы смогли убедить ее прочитать свои стихи на конкурсе, с тех пор у нее появилось больше уверенности в своих силах. Победа в этом конкурсе, надеюсь, позволит ей еще раз посмотреть на себя со стороны и увидеть, что она действительно талантлива.

Считаю, что творчество – мощный импульс в развитии ребенка. В каждом человеке есть индивидуальное своеобразие, у каждого свои способности. Моя задача как учителя – разбудить, развить творческие силы в ребенке. Мои воспитанники не раз становились победителями и призерами районных и республиканских олимпиад, конкурсов и конференций. Но не менее важно обеспечить духовно-нравственное развитие учащихся, воспитать гармонично развитую личность. Нельзя допустить, чтобы духовные силы нации иссякли, нужно сделать все возможное, чтобы сохранить родной язык как проводник к своим истокам, своей культуре.

Лилиана ШОРДАНОВА.

Фото из личного архива М. Хамуковой

В жизни каждого из нас был воспитатель детского сада - человек, ставший проводником в большой, неизвестный, а потому пугающий мир. Насколько успешным был или будет этот путь, зависит от воспитателя. Не зря психологи уверены: дошкольный возраст - особенно важный и ответственный период в жизни ребенка. Потому что в этом возрасте формируется личность. Благополучное детство и дальнейшая судьба каждого ребенка зависят от мудрости воспитателя, его терпения, внимания к внутреннему миру ребенка.

Кем для вас стал воспитатель? На этот вопрос ответили наши респонденты.

Они формируют личность

Зарина КАШИРОКОВА, с. Псыгансу:

- Моя дочь Амилина КУШХОВА посещала детский сад в с. Псыгансу. Нам повезло попасть к замечательному воспитателю Марите ШОГЕНОВОЙ. Она педагог от Бога, знает, как найти подход к каждому ребенку, чуткая, внимательная и добрая. Ее любят все дети. А еще Марита артистичная. На каждые утренники с легкостью перевоплощалась то в Бабу Ягу, то в Деда Мороза. Дети особенно любили персонаж Бабы Яги, которая вовсе не была страшной, а наоборот, всех смешила. Очень благодарна ей за неоценимый вклад в развитие личности моей дочери.

Джулианна ГОТЫЖЕВА, специалист по рекламе и связям с общественностью:

- Будучи ребенком, я очень не любила ходить в садик. Но, повзрослев, поняла, что это был самый лучший период в моей жизни. Все, что тогда казалось мне печальным и неприятным - дневной сон, детсадовская еда, игры с другими детьми, сейчас вызывает ностальгию. Моя прогимназия №63 в Нальчике, где после детского сада проучилась до пятого класса. У нас были замечательные воспитательницы - Соня и Люда. Здесь всегда было красиво и вкусно кормили. Часто слышу, что в садиках плохо кормят. У нас же было такое разнообразное меню, что довольными оставались и дети, и родители. В садике было принято отмечать все праздники, особенно запомнилась Масленица с вкуснейшими блинами. Здоровью детей уделялось особое внимание. Помню, нас зимой в период ОРЗ по утрам встречали с ложкой меда. Это были удивительно доброжелательные и отзывчивые люди. Я до сих пор дружу со многими девочками из нашей группы, во время встреч часто вспоминаем наш детский сад.

Альбина САЛЕМИЕВА, медицинский работник:

- Марита и Жанна - так звали моих воспитательниц. У детей не принято обращаться к воспитательнице по отчеству, поэтому не помню ни их фамилии, ни отчества. Но воспоминания о них и самом садике остались самые теплые. Ходила я в один из детских садов в Вольном Ауле, рядом с 27-й школой. Я была из тех детей, которые ни

под каким предлогом не едят кашу и никогда не спят во время тихого часа. Но это не стало поводом для нелюбви ко мне воспитателей. Они любили нас и прощали нам все шалости. Максимум могли пожуричь и сказать, что так нехорошо делать. Даже поступив в школу, забегала в садик, чтобы поздороваться со своими бывшими воспитателями и поделиться последними новостями из своей жизни. Какое-то время даже думала, что выберу профессию воспитателя. Но не сложилось. Я стала мамой и теперь занимаюсь своими детьми, мои потребности в воспитании воплощаются в полной мере. Сейчас, когда мои дети ходят в детский сад, не устаю говорить, насколько эта профессия сложная и ответственная. К сожалению, не все работники дошкольного образования с полной самоотдачей относятся к своим обязанностям. Чтобы выбрать эту стезю, надо прежде всего безгранично любить детей. Бесконечно благодарна воспитателям, которые сделали свой выбор по велению сердца.

Екатерина БАШИЕВА, частный предприниматель:

- Слово воспитатель для меня звучит как песня. Потому что в моем детстве была неимоверно добрая, широкой души воспитательница. Дина была русской. Скорее всего, приехала в Кабардино-Балкарию по распределению, потому что в то время в нашем селе она была единственной представительницей этой национальности. Таких людей я больше не встречала на своем жизненном пути. Думаю, для взрослых Дина была обычным человеком. А мы, дети, любили ее безгранично. Больше походила на добрую бабушку, чем воспитательницу. Могла много раз совершенно спокойно объяснить, что нельзя баловаться или отказываться надевать шапку во время прогулки. Не помню, чтобы она хоть раз повысила на кого-то голос или дала понять, что любит кого-то из детей больше. Дина была способна любить всех без исключения. Скорее всего, ее уже нет в живых. Но память о моей любимой воспитательнице сохранилась до сих пор. Желаю всем детям мира, чтобы у них в жизни был такой человек.

Подготовила
Алена КАРАТЛЯШЕВА

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ И ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННЫЕ

В июне прошлого года в Нарткале был открыт Центр для детей с ограниченными возможностями здоровья. На сегодняшний день в нем занимаются около 50 детей и подростков с такими патологиями, как аутизм, синдром Дауна, задержка психологического развития и детский церебральный паралич. В дальнейшем планируется привлечь как можно больше детей и подростков с ОВЗ для оказания помощи в квалифицированной коррекции в физическом и психическом развитии. Двери центра открыты для всех, кто в этом нуждается.



Занятия ведутся по двум направлениям, - рассказал нам временно исполняющий обязанности руководителя МКУ ДО «ЦД с ОВЗ» УМР КБР г. Нарткалы Мурат БАЛКИЗОВ. - Первое направление - занятия по адаптивной физической культуре, куда входят растяжка, кардионагрузка, эстафеты, подвижные игры, восстановление координации движений. Следующий вид занятий - психокоррекционная работа, где дети получают эмоциональную поддержку со стороны психолога, развивают заторможенную речь, проходят диагностику, выявление и проработку психотравм.

В центре регулярно проводятся спортивно-массовые, культурно-развлекательные, познавательные мероприятия и выездные экскурсии с целью расширения кругозора, обеспечивающие социальное, эмоциональное, интеллектуальное и физическое

развитие детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья. Все занятия и мероприятия, проводимые центром, способствуют социализации, адаптации и интеграции в общество детей с ОВЗ. Для более плодотворной, активной и качественной работы взаимодействуем со средствами массовой информации, молодежными и волонтерскими организациями.

За период нашего функционирования воспитанники наладили коммуникативные навыки между собой, чему очень рад коллектив центра. Наши сотрудники, профессионалы своего дела, приложили немало усилий, чтобы раскрепостить детей. С ними работали психолог Алеся СОБИНА, тренеры Аслан МЕЗОВ и Мария ШИДАКОВА, которые прошли специальную подготовку по адаптивной физической культуре. Наш психолог работает не только с детьми, но и с родите-

лями, которые тоже нуждаются в психологической поддержке. Его кабинет оснащен методическими материалами, гипоаллергенным ковром, в интерьере подобрана специальная цветовая гамма.

Методист Анжела АДЫГЕУНОВА по образованию бухгалтер, прошла переподготовку в Санкт-Петербургском национальном государственном университете физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. В республике таких специалистов пока мало. В 2019 году стала победителем Всероссийского конкурса как лучший методист по АФК, получила благодарность Парламента и была награждена Почетной грамотой Министерства спорта республики за активное участие в развитии адаптивной физкультуры в КБР. Благодаря нашим специалистам дети стали активно принимать участие в спортивных, культурных и развлекательных мероприятиях.



Например, к Дню защиты детей 35 наших воспитанников достойно представили Урванский муниципальный район в республиканском массовом легкоатлетическом пробеге для людей с ОВЗ, который состоялся в Атажукинском саду. Детям вручили сертификаты, медали, они испытали массу положительных эмоций и захотели в дальнейшем принимать участие в забеге.

Мы приложим все усилия, чтобы интегрировать их в обычную жизнь.

Для зачисления в наш центр необходимо иметь справку ВТЭК об инвалидности и справку от врача об отсутствии противопоказаний к занятиям АФК, - говорит Анжела Альбертовна. - С этими документами двери центра открыты для всех детей с ограниченными возможностями здоровья. Педагогический коллектив центра старается находить индивидуальный подход к каждому ребенку. Они распределены на группы, по нозологии и возрасту. Наши воспитанники с удовольствием приходят на занятия, хотя первое время было трудно всем. Ребята были замкнуты, не шли на контакт, а теперь все улыбаются, дружат

друг с другом. Мне кажется, что и родители в это время отдыхают, общаются между собой, делятся опытом.

Наблюдая за динамикой детей, постепенно увеличиваем нагрузку на занятиях. Мы приобрели игру «Бочча». Это паралимпийский вид спорта для людей с ДЦП и неврологическими поражениями. Суть игры в том, чтобы бросать или катить тяжелые шары как можно ближе к цели. Тренажерный зал оснащен с учетом требований стандартов, например, есть велотренажеры, ходули, гимнастическая лестница. Мы стараемся развивать наших воспитанников всесторонне, поэтому раз в квартал проводим культурно-развлекательные мероприятия. На новогодней елке дети пели, читали стихи, даже пара колясочников станцевала национальный танец, это было трогательно.

Наш Центр посещают перспективные и целеустремленные дети, у которых свои мечты. Кто-то хочет стать блогером, кто-то врачом. А мы в свою очередь окажем им помощь в социализации и адаптации в общество.

Анжела ГУМОВА.
Фото автора



Танзиля АТМУРЗАЕВА: ВЫРАЗИТЬ КРАСОТУ МУЗЫКИ

(Окончание. Начало на 1-й с.)

СУДЬБОНОСНАЯ ВСТРЕЧА

За годы обучения в колледже участвовала в конкурсах, пробовала себя не только как оперная, но и как эстрадная певица. Тогда же начала сотрудничать с Марьям ХАБОВОЙ, автором нескольких песен, которые я записала. Каждая из этих песен пропитана патриотизмом. Главный посыл - донести до слушателей мысль о любви

к родине, верности традициям и обычаям, о братстве, ценностях, завещанных нам предками, об истории нашего народа, о неопишуемой красоте природы и красочных обрядах. Когда обучение в колледже подходило к концу, уже понимала, что хочу продолжить образование. Начала интересоваться вузами за пределами республики, выбор пал на Академию хорового искусства им. В.С. Попова города Москвы. Этот вуз дает хорошее профильное образование, к тому же ведет насыщенную творческую деятельность, сотрудничает с

известными артистами и именитыми дирижерами. Академия дает возможность студентам быть задействованными в различных концертах и спектаклях на лучших сценах Москвы, организует гастроли по России и за рубежом. Моим вторым и главным в жизни педагогом стала Ирина ГЛАГОЛЕВА. Она помогла мне полностью раскрыться: поставила голос, научила вокальным приемам, расширила диапазон, а главное, заставила поверить в себя.

ДОМ ТАМ, ГДЕ ДУША

Мне бесконечно дорога моя семья. У меня замечательные родители, которых уважаю и ценю. Они моя крепкая опора, мои наставники, поддерживают во всех начинаниях, а еще самые настоящие друзья. У меня большая и дружная семья, в которой забота, взаимопонимание, доброта и, конечно, любовь. Я самая младшая, у меня старший брат и три сестры. Считаю, что семья - самое важное в жизни каждого человека. Это место, где тебя всегда ждут, где мы учимся любви, ответственности, заботе и уважению, ощущению своей нужности близким. Я всегда чувствую родительскую защиту даже на расстоянии. Это дает силы и уверенности в себе. Где бы ни была, моя душа всегда тянется домой.

МАЛЕНЬКИЕ РАДОСТИ

То, что некогда считала своим хобби, переросло в профессию, поэтому сложно

уделять время чему-то еще, помимо вокальной деятельности. Когда выдается свободное время, люблю бывать на природе, устраивать пешие походы с друзьями и семьей, обожаю кататься на лошадях. Нравится фотографировать красивые места, где случается побывать. Этой зимой с коллективом ездила на гастроли в Венгрию, Швейцарию и Германию. А еще люблю готовить, это занятие меня успокаивает.

ЦЕЛЫЙ МИР

Я бы хотела реализоваться в своей профессии, конечно же, мечтаю петь в лучших оперных театрах мира. Моей основной деятельностью является академический вокал, он полнее раскрывает природу голоса с технической стороны. Мое стремление максимально овладеть потенциалом голоса не связано с желанием поражать силой звука и брать невероятно высокие либо низкие ноты. Оно для того, чтобы выразить эмоции и глубину произведения. Для этого необходимо чувствовать себя свободным как технически, так и эмоционально. Моя цель - донести до публики смысл и глубину песни со всей искренностью, которую вкладываю. Хочется, чтобы слушатель растворялся в красоте и гармонии музыкального произведения. Я получаю удовольствие от того, что мое творчество находит отклик не только в моем сердце, но и в сердцах слушателей.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Астемира Шебзухова

СЕРДЦЕ ДЛЯ ЖИЗНИ

Всемирный день сердца отмечается 29 сентября. Его цель - повысить осознание в обществе опасности, вызванной эпидемией сердечно-сосудистых заболеваний в мире, а также инициировать всеобъемлющие профилактические меры в отношении ишемической болезни и мозгового инсульта во всех группах населения. Он проводится под девизом «Сердце для жизни».

Как подчеркивают специалисты, в настоящее время сердечно-сосудистые заболевания являются главной причиной смерти и инвалидности в мире, ежегодно унося более 18 миллионов жизней. Под сердечно-сосудистыми заболеваниями понимают группу болезней сердца и кровеносных сосудов, в которую входят ишемическая болезнь сердца; болезнь сосудов головного мозга; болезнь периферических артерий; ревмокардит; врожденный порок сердца; тромбоз глубоких вен и эмболия легких. Факторы риска возникновения ССЗ и инсульта включают повышенное кровяное давление, уровень холестерина и глюкозы в крови, курение, недостаточное употребление овощей и фруктов, повышенный вес, ожирение и физическую инертность. Нездоровый



образ жизни, который приводит к развитию сердечно-сосудистых заболеваний, чаще всего формируется в детском и подростковом возрасте, а с возрастом риск сердечно-сосудистых заболеваний только повышается. Поэтому профилактику следует начинать с детства.

В программу Всемирного дня сердца входят массовые проверки здоровья, публичные лекции, спектакли, научные форумы, выставки, концерты, фестивали, организованные прогулки и спортивные состязания. Каждый год мероприятия, проходящие в рамках Дня сердца, посвящены определенной теме, связанной со здоровьем сердца. В России этот день и следующая за ним неделя называются Российской национальной неделей здорового сердца.

Наш собеседник – врач-кардиолог нальчикской поликлиники №1 Залина ХУСЕЙНОВА.

- Как при помощи простых действий можно снизить развитие сердечно-сосудистых заболеваний?

Для снижения развития сердечно-сосудистых заболеваний в повседневной жизни необходимо отказаться от курения, придерживаться принципов здорового питания, сократив в рационе быстрые углеводы, соль, мучное, сладкое и жареное. Употреблять большое количество овощей, фруктов и рыбы. Необходимо поддерживать на должном уровне физическую активность, для этого 150-300 минут в неделю следует посвящать, например, ходьбе средней интенсивности (в умеренном и быстром темпе). Важны здоровый сон до шестнадцати часов и самоконтроль за цифрами артериального давления (не выше 140/90 мм рт. ст.), следует избегать стрессовых ситуаций.

Значительную роль играет и семейный анамнез. Если один из ваших ближайших кровных родственников страдал от сердечно-сосудистых заболеваний, вы автоматически попадаете в зону риска и шанс развития в будущем такого заболевания возрастает.

Особенно если ведете малоподвижный образ жизни и не расстаетесь с вредными привычками.

- Как распознать сердечно-сосудистые заболевания на ранней стадии, какую первую помощь могут оказать близкие в экстремальных ситуациях?

Особая опасность ССЗ в том, что их симптомы на начальной стадии слабо выражены, и сами больные не придают им серьезного значения. На ранней стадии могут появиться дискомфорт в грудной клетке, сжимающая боль за грудиной, сопровождающаяся холодным потом, одышка при ходьбе, необъяснимая слабость, головные боли, головокружение, тошнота, рвота. При появлении этих симптомов необходимо немедленно обратиться к врачу. При повышенных цифрах артериального давления близкие могут снизить его гипотензивными препаратами для оказания экстренной помощи.

- Существует ли комплекс упражнений для профилактики ССЗ?

Одним из эффективных способов профилактики ССЗ являются физические занятия, польза

которых несомненна: во-первых, при активных занятиях, особенно на свежем воздухе, клетки и ткани организма насыщаются кислородом, во-вторых, во время физической активности происходят усиление кровообращения и укрепление сердечной мышцы.

Физические нагрузки, необходимые для профилактики, выбираются в зависимости от возраста, функционального состояния человека, а также от того, имеются ли у него какие-либо заболевания сердечно-сосудистой системы. При первичной профилактике сердечно-сосудистых заболеваний (когда человек здоров) выбирать вид и интенсивность занятий можно самостоятельно. При вторичной профилактике (когда человек болен и стремится не допустить прогрессии заболевания) режим активности должен планироваться после обследования и в соответствии с рекомендациями врача.

Предпочтительными являются аэробные занятия, при которых увеличивается частота сердечных сокращений: бег, ходьба, в том числе скандинавская, прогулки на лыжах, езда на вело-

сипеде, плавание. В ходе медицинских исследований было обнаружено, что минимальная динамическая нагрузка составляет три раза в неделю по 30 минут в комфортном темпе.

Помимо аэробных нагрузок, полезной для организма является гимнастика, которая способствует укреплению сердечных мышц и стенок сосудов, нормализует давление. Например, можно выполнять следующую систему упражнений.

Вращать сжатыми в кулак кистями, а также ступнями, выставленными на носок (20 раз в одну и в другую стороны). Подняться на носочки и ходить с очень высоким поднятием коленей; ноги находятся на уровне ширины плеч, руки поднимаются вверх, сцепив при этом руки в замок, при наклоне корпуса вправо правая нога отводится вправо. Наклон выполнять как можно глубже. Повторить те же движения в левую сторону (восемь-девять раз). Не поднимаясь со стула, прямые руки вытянуть в стороны, одновременно поднять согнутую в колене ногу к груди. Руки при этом свести перед собой, помогая придерживать поднятую ногу.

• АКТУАЛЬНО

Выполнять поочередно правой и левой ногой (шесть-восемь раз). Выпады вперед поочередно каждой ногой (10-20 раз). Лежа на спине, поднять согнутые в коленях ноги под прямым углом и имитировать движения езды на велосипеде. Можно выполнять этот комплекс в любое удобное время или включить его в программу утренней гимнастики. Во время занятий важно, чтобы помещение было хорошо проветренным, а на человеке находилась удобная одежда, не сковывающая движений.

Также стоит отметить некоторые важные правила для построения физических занятий с целью профилактики ССЗ: перед началом тренировки обязательно выполняется разминка; необходимо заниматься не менее трех раз в неделю; пульс не должен превышать значения в 120-140 ударов в минуту; при возникновении головокружения, боли в области сердца или тошноты необходимо срочно прекратить занятия.

- Какие виды высокотехнологичной кардиологической помощи доступны сейчас жителям КБР?

Коронарная реваскуляризация миокарда с применением ангиопластики в сочетании со стентированием при ишемической болезни сердца, имплантация ЭКС при нарушениях проводимости сердца. Проведение коронарной реваскуляризации миокарда с применением аортокоронарного шунтирования при ИБС, протезирование клапанов, радиочастотная абляция при нарушениях ритма сердца возможны только в федеральных центрах ССХ.

- Приходилось ли вам оказывать экстренную кардиологическую помощь вне медучреждения - на улице, в транспорте, на отдыхе?

Таких случаев много, поэтому всегда беру с собой препараты для снятия приступа стенокардии и снижения высокого давления. Вообще каждый человек должен знать о мерах самопомощи и помощи другим. Главное - не переусердствовать и не навредить.

ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ СОЗДАЕТСЯ В КБР

Правительство КБР издало распоряжение о перепрофилировании медицинского информационно-аналитического центра Минздрава КБР в центр общественного здоровья, медицинской профилактики, медицинской аналитики и информационных технологий с сохранением статуса государственного казенного учреждения.

мой продолжительности жизни за счет формирования в обществе устойчивой приверженности к здоровому образу жизни. В обновленную структуру учреждения войдут центры общественного здоровья и медицинской профилактики, находившиеся до настоящего времени в составе диагностического центра Минздрава КБР.

Центр общественного здоровья, медицинской профилактики, медицинской аналитики и информационных техно-

логий также будет обеспечивать сбор, обработку, хранение и предоставление аналитической информации, обеспечивающей динамическую оценку состояния здоровья населения, и информационную поддержку деятельности министерства. Проект реализован по рекомендациям Минздрава России для повышения эффективности планирования деятельности и использования ресурсов системы здравоохранения на основании более полных аналитических данных.

• Материалы Ольги КАЛАШНИКОВОЙ



Центр будет координировать и оказывать методическое сопровождение профилактических мероприятий, в том числе при проведении медицинскими организациями диспансеризации и профосмотров. Деятельность центра направлена на сни-

жение заболеваемости и смертности от неинфекционных заболеваний - инсультов, инфарктов, онкологии, эндокринных и других патологий. Результатом работы центра должно стать увеличение показателя ожидае-

КОГДА В ГОЛОВЕ У НАС РАЗРУХА, РУШИТСЯ И ПРИРОДА, В ДУШЕ ПУСТОТА, ПУСТЕЕТ И ЗЕМЛЯ



ЧТО МЫ ЗНАЕМ?

Что мы знаем о природе и что знает природа о нас? Она – вечный свидетель всех наших дней и ночей, хранит ли память о нас и где она, эта память? Великий проповедник Александр МЕНЬ говорил, что человек никогда не жил без Бога, у него было интуитивное знание, что если он смертен, значит, кто-то бессмертен, если он слаб, значит, есть и всесильный. Оглянувшись вокруг и видя вечную землю, он везде видел богов. Идя на охоту, просил бога охоты у одних народов или бога леса у других дать ему пропитание. Бог неба, бог земли, бог охоты, бог реки... Языческих божеств было много, в те времена человек трепетал перед природой. Эволюция и развитие привели к гордыне, и, будучи частью природы, всего лишь частью, человек стал пренебрежительно относиться к ней. И отдаляться от нее. «Экосистемы в природе рушатся. Когда в голове у нас разруха, рушится и природа, когда в душе пустота, пустеет и земля», - говорит психолог Фаризат МУРТАЗОВА. – Люди выводят свою канализацию напрямую к реке, а прежде нам не разрешали бросать в арык даже фантик от конфеты. Помните краны на улицах? В дни, когда проводилась профилактика, люди спокойно набирали воду из арыка и готовили. Отношение к природе говорит обо всем. Посмотрите, в каком ужасном состоянии река в Нальчике: и русло, и берега, и опять же к ней тоже выводят канализацию. Мы не проживем без воды даже несколько дней, а сколько пренебрежения к рекам. Реки – это место силы. Плохо человеку, пойдет, посидит у реки, и становится лучше. Воздух речной прописывают детям и взрослым: он лечит много болезней. Река – это чудо. Не мы создали реки, зачем же губим их? Понаблюдайте в парке за людьми. Щелкают семечки и плюют на землю. Как можно плевать

на землю? Непонятно, почему многие ведут себя так, будто за ними кто-то обязан убирать».

Директор средней школы в селе Зарагиз Арина АФА-УНОВА говорит, что учителя вместе с учениками регулярно убирают берега реки, пришкольный участок, чтобы дети видели: никто за них их землю убирать не будет.

Руководитель отдела туризма администрации Черекского района Харун БАЙСИЕВ рассказал, что в бытность главой администрации села Верхняя Балкария каждую попытку устроить в селе свалку рассматривал лично и, буквально изучив содержимое мусора, выяснял, кто нару-

шил. «Почему нашим дедушкам и бабушкам не надо было объяснять, что нельзя засорять землю, на которой живешь?! Почему сегодня требуется просветительская работа – тоже интересный вопрос», - говорит он.

ИНОСТРАНЦАМ – О НАБОЛЕВШЕМ

В прошлом году в пик туристического сезона я присоединилась к группе иностранных туристов, приехавших к Андрею КРАВЦЕВУ, увлеченному этнотуризмом. Мы общались с сельчанами в Верхней Балкарии, обедали не в кафе «Караван», а в домах, вели неспешные беседы. И вдруг среди вежливых речей прозвучал монолог сельчанина, совершенно неожиданный, вызвавший с нашей стороны некоторую оторопь: «Мы живем в горах. Посмотрите на горы, сколько некошенных площадей. Наши дети покупают сено на равнине, которое уступает горному. Как результат и молоко не то, и сыр невкусный, и мясо другое. Мы даже на самых крутых склонах ни клочка земли не оставляли некошенным. Порой, чтобы спустить оттуда копну сена, приходилось привязывать себя к дереву и, балансируя в воздухе, тянуть ее вниз. А что сейчас? Это никому не нужно».

Среда обитания и человек, земля и мы: эта смычка определяет все. Контакт – есть или его нет? Чувствовать живым окружающий мир. Не только себя. Всегда завидовала тем, кто любит собак, кошек, умеет выращивать овощи, фрукты, не боится остаться ночью в горах, кто слит с природой. Таких все меньше. Все больше инопланетян, не чувствующих нашу планету.

Запомнилась поездка в село Тамакла. Один из его старейшин - Мухаммат ГЛАШЕВ, у которого был прекрасный огромный сад, неожиданно с оптимистических ноток перешел на

пессимистические: «Я не могу ходить в горы, стар уже, а молодые не хотят. Не косится трава. А за горами надо ухаживать, убирать камни, вырывать кустарники, чтобы сохранить сенокосные поля. Горы дичают, вы понимаете, без общения с человеком они дичают и зарастают разными неприхотливыми кустарниками и деревьями. Как потом отвоюешь эти склоны?»

Председатель фонда «Мир» Назир АХМАТОВ говорит, что, будучи в селе в гостях у родственников, сказал их сыну, что в саду пора скосить траву, на что тот ответил, что никогда не косил и не умеет. «То есть сельчане в привычном понимании исчезают. Нынешние ничего не знают о природе. Просто живут в селе. Наша республика маленькая, у всех есть машины, можно ездить в город. А зарабатывают в дальних городах, большинство работают вахтовым методом», - сказал Н. Ахматов.

ЗАЧЕМ НУЖНЫ ЯКИ?

Историк и краевед Амур БАКИЕВ говорит, что свою деятельность и свой образ жизни человек должен соотносить с природой. В последнее время многие завели яков. А между тем яки разрушают тонкий плодородный слой в нашей горной местности. То же самое случилось с лошадьми в селе Бабугент. В одно время их количество резко возросло и просто не стала расти трава там, где они ее вытаптывали, начали уменьшаться площади и так небольших пастбищ для коров и овец. Посоветовавшись, сократили поголовье лошадей. Также бабугентцы очистили земли от Бабугента до Голубых озер от всех сорняков, организовав субботник. «Невозможно спасти землю акциями и субботниками. Это разовые мероприятия. Выход из ситуации есть: всем миром изменить отношение к природе. Каждый должен измениться», - говорит Харун Байсиев. - Каждому человеку надо уважать и любить землю, которая нас носит и кормит. Хранить ее и передавать другим поколениям, как передали нам. Наши родители на склоны гор ведрами таскали землю, защищали свои огороды каменными заборами, облагораживали каждый уголок. Если бы не было их трепета и любви к земле, не было бы и нас».

Харун сам, в одиночестве, очищает горные тропы от камней в Верхней Балкарии – ежедневный маршрут коров и овец. Это не входит в его обязанности, просто он заботится о земле.

Маленький Принц А. ЭКЗЮПЕРИ, очищавший свою планету каждый день, – это практическое руководство к действию. К сожалению, и у нас, и в других регионах многие чудеса по незнанию и непониманию, неосознанию губятся. Недавно в Новороссийске была потрясена канализационными зловониями от моря, порт, корабли, чудесное море, превращенное в воночье болото. Еще один печальный факт: в этом году далеко не все жители нашей республики рискнули зайти в сочинское море.

...Если рухнет природа, значит, что-то обрушено внутри нас. Потому что земля и человек – зеркала друг друга.

Марзият БАЙСИЕВА

НЕ ТОЛЬКО ТЕОРИЯ, НО И ПРАКТИКА

В Майском филиале Агропромышленного колледжа им. Хамдохова в рамках национального проекта «Образование» состоялось торжественное вступление в работу трех учебных мастерских: по эксплуатации кабельных линий электропередачи, электромонтажу, обслуживанию и ремонту оборудования релейной защиты и автоматики.

Благодаря участию колледжа в федеральном проекте «Молодые профессионалы» национального проекта «Образование» значительно улучшена материально-техническая база образовательного учреждения в соответствии

со всеми установленными нормативами и стандартами.

В мероприятии принял участие министр просвещения, образования и науки КБР Анзор ЕЗАОВ, выразивший высокую заинтересованность федераль-



ных и республиканских властей в развитии популярности производственных профессий. У студентов теперь появилась возможность изучать предметы не только в теории, но и в условиях, максимально приближенных к

производственным, что повысит конкурентоспособность выпускников.

Глава местной администрации района Татьяна САЕНКО отметила, что открытие новых мастерских для этого образовательного

учреждения - поистине историческое событие. Материально-техническая база колледжа давно не обновлялась. Наличие современной учебной инфраструктуры, безусловно, позволит поднять на новую ступень развития филиал агропромышленного колледжа и повысит качество обучения студентов.

В мероприятии также приняли участие министр труда и социальной защиты КБР Алим АСАНОВ, начальник управления образования местной администрации Майского муниципального района Элеонора СКОТАРЕНКО, начальник отдела взаимодействия с муниципальными органами по делам молодежи, с детскими и молодежными организациями республики Минпросвещения КБР Мурат ГИЛИЕВ.

Затем гости посетили новые учебные кабинеты.

Ольга КАЛАШНИКОВА



КАК ПОСТУПИТЬ

Простить или проститься? Как следует поступить, когда происходит ситуация, несовместимая с твоей жизнью, но тот, кто виноват в этом, и есть вся твоя жизнь?

Когда уходила от мужа, он сказал, что женщины и не такое терпят, а я не хочу сохранить семью, поэтому и сбегаю. Я молча сняла кольцо и оставила его на столике в прихожей. Странно, но расставаться с золотым кружочком оказалось тяжелее, чем с человеком, подарившим его. Безымянный палец странно пуст без привычной тяжести. Хочется по привычке покрутить его, но пальцы ловят пустоту.

Вступая в брак, почти каждый рассчитывает, что его жизнь сложится хорошо. Большинство мечтают о вечной любви и полном взаимопонимании. Редко кто понимает всю тяжесть и ответственность брачного союза. Ту же ошибку совершают и те, кто считает, что дети делают родителей счастливыми. Ребенок приносит с собой огромную любовь, но не счастье. Он не может сделать счастливыми маму и папу, надеется, что они способны любить его.

Вступая в брак и рожая детей, вы автоматически берете ответственность за жизнь другого человека на свои плечи. Обещаете, что будете равнодушны к его горю и радости, будете проявлять заботу и жертвовать интересами ради достижения

Осень действует на меня особым образом. Немножко умираю вместе с природой. Хочется неспешно гулять, долго читать, смотреть в окно на дождь.

Бабье лето считаю самым приятным промежутком всего года. Есть же поговорка: пусть летнее солнце обожжет мою невестку, а осеннее - дочь. Может быть, женщина, которой эта фраза принадлежит, тоже любила солнечные осенние деньки.

Еще с наступлением сентября неуверенно хочется перемен. Даже если

компромисса. Плохо, когда на компромисс идет только одна сторона. Рано или поздно такие браки заканчиваются разводом. Как у меня.

Уборка, стирка, дети, работа - мои обязанности, плохо выполнять их было нельзя. Постоянные придирки к пище вселили в меня страх, и я уже боялась готовить. Даже когда все было идеально, муж говорил: «чего-то не хватает» или «мама делает не так». А я не имела права возразить. Одежда была сложена не так, дом убран недостаточно хорошо, детей воспитываю неправильно, не знаю, что такое мужчина в семье... Через восемь лет я превратилась в нервную, скелетообразную и закомплексованную женщину. Все восемь лет пыталась наладить с ним контакт, поговорить, донести свою позицию. Он не хотел ничего знать и разговаривать отказывался.

Накануне судебного решения о разводе я получила смс: «не хочешь поговорить, чтобы сохранить семью?». Мелькнула мысль, а если остаться... И перед глазами встали долгие дни, когда он наказывал меня своим молчанием без всяких объяснений, когда я ночами лежала без сна, ожидая возвращения мужа. Вспомнила потерю друзей из-за его неоправданной ревности. Свои слезы и переживания. Усмехнулась. «Нет, спасибо».

Рауса, 29 лет

ДОГОНИ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ

Чем старше становишься, тем быстрее бежит время. В детстве оно ползло медленно, после тридцати лет набрало большую скорость. Такое чувство, будто стоишь на обочине, а дни проносятся мимо, как скоростные автомобили. Хочется остановить один из них и сесть, но не получается. Они оказываются далеко, прежде чем успеваешь приблизиться.

Честно говоря, меня немного пугает скоротечность жизни. Когда наконец понимаешь, в чем прелесть ежедневных рутинных дел и

процесса существования в общем, осознаешь, сколько времени упущено впустую. Сколько дней прожито в лени, пустых мечтах или бессмысленных занятиях...

Начинаешь сожалеть, хочешь вернуть свои восемнадцать и начать все заново. И от невозможности повернуть время вспять становится еще больнее. Лучшие годы прошли, организм начинает халтурить. Уже нет очарования молодости и жизнерадостности. Смотришь на мир, а он - на тебя. Кто кого пересмотрит...

Лида, 42 года

Я ОСЕНЬЮ

они ограничиваются перестановкой мебели, все равно появляется чувство обновления. Старая одежда выносятся из дома, окна моются последний раз до самой весны. Муж переставляет шкаф в другой угол комнаты и тихо ворчит - достаточно тихо, чтобы не разобрать слов, и достаточно громко, чтобы выразить недовольство. Да, знаю, семья не в восторге от моих приступов гнездования, но пусть немного потерпит. Я терплю всех целый год, можно ответить тем же пару дней.

Еще осень навеивает воспоминания. Они кружат и опадают, как пожелтевшие листья. Оттенки не те, что в начале, я просто наблюдаю за их уходом, не пытаюсь сдерживаться. После стану похожей на голые деревья, но потом снова обрасту листьями и новыми воспоминаниями. Если приятных будет больше, стану похожей на хвойные деревья и закреплю свою историю, как веч-

нозеленые иголки. Хочется записывать их, но не хватает терпения, а страх пережить все заново мешает прилежно вести дневник. В книжном шкафу есть моя полка с блокнотами. Их много, и они все пустые. Я покупаю их в надежде, что красота обложки и приятный кремовый оттенок страниц пробудят желание создать свою рукопись, но количество блокнотов все растет, как и численность коротких историй из моей жизни. Жаль только, что мысли так и остаются тосковать по листу бумаги.

Каждую осень снова настаивает мечта написать книгу. Рассказать все. Но боль, подстерегающая на кончике пера, страшит меня. Она пока спит, и будить ее не время. Однажды моя жизнь попадет на полки книжных магазинов, и даже если никто не прочитает, смогу закрыть неподатливую дверь первых сорока лет. Однажды.

Лера С.

ЛЕТАЛА НА ВЫСТУПЛЕНИЕ ВАЛИЕВОЙ

В прошлом сезоне всем нам известная фигуристка Камила Валиева была подвергнута прессингу со стороны мировых СМИ и организаторов соревнований из-за положительной пробы на триметазидин. Я никогда не верила в это и не верю. Маловероятно, чтобы тренер, у которого победа в кармане, рисковал таким образом.

Тем не менее Камила продолжила выступать, и мне очень хотелось увидеть ее выступление вживую. Не знаю, как убедил мужа отпустить меня одну в Москву, но через час декламации дифирамбов талантам Камилы он согласился, лишь бы я замолчала. Радостно и молча собирала небольшую сумку для ручной клади. Не брать же багаж ради двух дней в Москве.

Было волнительно знать, что просто лечу в столицу ради десяти минут выступления любимой спортсменки. Конечно, выступало много фигуристов, но я не запомнила ни одну программу. Перед выходом Камилы было неинтересно, после - невозможно из-за впечатлений от ее программы.

Фанатов Камилы заранее предупредили, где будут раздавать плакаты, и я, отстояв огромную очередь, добыла себе мини-баннер с Камиллой. Как я поняла, болельщики фигуристок разделили лучшие сектора между собой, отдел с поклонниками Камилы сплошь был в огромных баннерах и ручных плакатах. Когда она вышла на лед, зал взорвался и не утихал до первых нот музыки. В первый день была короткая программа, во второй - произвольная. После первого дня я вернулась в отель и просто лежала, глядя в стену. Не понимаю, почему, но

Камила каким-то образом умеет доносить до зрителя нужные чувства, и они долго держат, не отпускают. Она катала программу с верой в себя, чего ей не хватило для победы на Олимпиаде. Было волнительно, меня потряхивало, видеть ее на льду вживую было настолько красиво, не сравнить с просмотром по телевизору. В конце ведущие устроили флешмоб с помощью азбуки Морзе, и весь зал сказал Камиле слово «люблю».

Настал второй день, и я знала, что произвольная программа будет про олимпийскую трагедию, как некоторые называют дело Камилы. И снова одинокая фигура на льду в черном платье, вытирает слезы перед стартовой позой. С первых секунд плакали многие, под конец программы - почти все. Мы увидели всю боль девочки-подростка, на которую давил весь мир. В конце Камила закрылась капюшоном, как в тот день, когда проходила одна через микст-зону, потом сняла его и заплакала. Дальше мы увидели плачущих тренеров, зрительный зал, неуместные вопросы неуместно веселой ведущей. Я тоже плакала вместе со всеми, а потом - в самолете по дороге домой. И в такис до дома. И дома продолжаю всхлипывать. Муж, кажется, уже пожалел, что отпустил меня одну. Уехала веселая жена, а приехала плачущая женщина.

Но что поделать, такая несправедливость к человеку - совершеннотлетнему или нет - произошла на глазах у всего мира и никто ничего не смог сделать. Если на свете есть справедливость, Камилу оправдают в суде. Если нет, я больше не хочу смотреть фигурное катание.

Залина, 34 года

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



РЕБЕНОК, ОКАЗАВШИЙСЯ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА, НЕ ДОЛЖЕН РЕШАТЬ ВОПРОС В ОДИНОЧКУ

• РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

Консультант рубрики - доктор медицинских наук, профессор кафедры психиатрии, неврологии и наркологии и кафедры детских болезней, акушерства и гинекологии медицинского факультета КБГУ Лейла ТЕММОЕВА.

- Тема буллинга часто поднимается в вопросах ко мне обеспокоенных родителей. «Как нам реагировать?» - спрашивают мамы. Понятие буллинга сейчас часто мелькает в интернете, в том числе в социальных сетях и в фильмах. Казалось бы, общество идет к более цивилизованному развитию, в то же время в школах травля масштабируется. Не спорю, и в мое время такой вид детской агрессии присутствовал. Кто помнит фильм «Чучело» с Кристиной ОРБАКАЙТЕ в главной роли? Но таких масштабов, как сейчас, мне кажется, буллинг в те годы не достигал.

Буллинг (издевательство, запугивание, травля) выражается следующим образом: физическое нападение, словесная травля (непристойные шутки, оскорбления, сюда же отнесу распространение слухов и сплетен), бойкот - одна из самых опасных форм насилия, акты агрессии повторяются систематически в течение определенного длительного времени.

Роли в буллинге разделяются следующим образом: агрессор - последователи - наблюдатели (пассивно одобряющие либо пассивно осуждающие) - защитники -

жертва. Хочу отметить, что жертвами в той или иной мере являются все дети в данной цепочке. Объясню: буллер (он же агрессор) и его последователи - часто дети с негативной психологической и эмоциональной обстановкой в семье. Как правило, они приобретают криминальные наклонности. Часто имеют ментальные проблемы, психопатии и личную несостоятельность (возможно, их также высмеивают старшие ребята и даже хуже, собственные родители). Причина буллинга всегда кроется в нападающей стороне, а не в пострадавшем.

Что касается наблюдателей, в психологии есть даже понятие «травма наблюдателя». Наблюдатели испытывают одновременно чувство вины и страх. Вся эта ситуация также негативно сказывается на эмоциональном состоянии. И, конечно же, сама жертва. Ученики, подвергающиеся буллингу, пребывают в депрессии, склонны к развитию психических расстройств, нередко предпринимают попытки самоубийства.

Стать жертвой может абсолютно любой ребенок, здесь нет разницы в социальном или материальном статусе семьи, в интеллектуальных способностях и физических особенностях школьника. Как же распознать жертву буллинга, если сам ребенок молчит?

Родителей должны насторожить беспричинные боли в животе и груди; нежелание идти в школу, плохая успеваемость, нервный тик, энурез; печальный вид, беспокойство, тревожность; нарушенный сон, кошмары; длительное подавленное состояние; участвовавшие простуды и другие заболевания; склонность к уединению, нежелание общаться; проблемы с аппетитом; излишняя уступчивость и осторожность.

Самое важное. Не должен ребенок, оказавшийся в позиции жертвы, решать вопрос в одиночку. Поэтому настоятельно рекомендую родителям сразу же обратиться с ребенком за помощью к специалистам. Исключите нападки на ребенка со своей стороны: «Ты что, тряпка?», «Почему ты не дал сдачи?», «Сам виноват!». Важно понять: ребенок не виноват! Поддержите его словами: «Я люблю тебя и сделаю все, чтобы тебе не угрожала опасность». Эта фраза поможет ребенку почувствовать себя в безопасности и придаст уверенности. Объясните ребенку и вселите ему уверенность, что проблема не в нем. А вот фраза «Не обращай внимания на дураков!» совершенно не поможет в ситуации буллинга.

Научите ребенка отражать ситуацию, защищать себя и отстаивать личные границы. Убедите его в необходимости обращаться за помощью к взрослым. Пусть он поймет, что это не «стукачество», а самозащита. Поговорите с родителями агрессора, привлечите директора, учителя, школьного психолога. Если школа вас не поддерживает, вижу смысл сменить ее. Не проводите совместные беседы обидчика и обиженного. Разговор должен проходить с каждым отдельно.

Хочу подчеркнуть, что в буллинге нет понятия «моя хата с краю», психологическую травму получают все. Решать проблему буллинга надо всем конфликтующим сторонам. Если ваш ребенок рассказал, что его одноклассники обижают другие дети, вы обязаны вмешаться и вывести эту проблему на обозрение всех родителей, учителя и школы. Чужих детей не бывает.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Во имя мира

• НОВОСТИ

В МКОУ «СОШ №7» г. Нальчика прошло патриотическое мероприятие с воспитанниками двух кадетских классов полиции. В нем приняли участие председатель региональной общественной организации ветеранов ОВД республики полковник милиции в отставке Муаед ПИХОВ и председатель Общественного совета при МВД по КБР Сафудин ШИБЗУХОВ.

Мероприятию предшествовала линейка, на которой были подняты флаги Российской Федерации и Кабардино-Балкарии. Встреча продолжилась в актовом зале образовательного учреждения, где Муаед Пихов и Сафудин Шибзухов рассказали кадетам о мужестве и героизме сотрудников органов внутренних дел, которые отдали свою жизнь во имя мира и светлого будущего. Гости проинформировали школьников и о символах нашей страны - государственном флаге, гербе и гимне. Не оставили

без внимания и тему экстремизма, негативного влияния социальных сетей.

- Вы должны соблюдать элементарные меры безопасности, знать, с кем общаетесь в соцсетях, чтобы избежать посягательств злоумышленников. Будьте добрыми, активными и послушными, станьте ближе к своим родителям и педагогам, - подчеркнули они.

Ребята приняли активное участие в беседе, задавали гостям вопросы и получали исчерпывающие ответы.

Безопасность важнее

В рамках Всероссийской недели безопасности дорожного движения сотрудники Госавтоинспекции вместе с инспекторами подразделения по делам несовершеннолетних межмуниципального отдела МВД России «Прохладненский» провели обучающие видеоролики для учащихся средних школ с. Псыншоко и с. Лесное Прохладненского района.

Автоинспекторы рассказали школьникам о правилах безопасного поведения на дороге, способах распознавания скрытых опасностей и слепых зон на пути следования по безопасному маршруту «дом - школа - дом». Особое внимание уделили правилам пересечения проезжей части по пешеходному переходу. Сотрудники Госавтоинспекции также разъяснили юным любителям средств индивидуальной мобильности, что выезжать на велосипеде на проезжую часть можно только по достижении 14 лет, соблюдая правила, предупредили велосипедистов, что переходить дорогу можно только по пешеходному переходу, спешившись и ведя велосипед рядом с собой.

В завершение мероприятия школьники получили памятки по безопасному участию в дорожном движении и пообещали соблюдать ПДД.



Подготовила Анжела ГУМОВА

В завершение сезона огородники наводят порядок на участке и закладывают основу под урожай следующего года - сеют под зиму зелень и овощи. Особенно популярен лук.

САД-ГОРОД

- Это позволяет получить ранней весной насыщенную витаминами и другими полезными веществами зелень на месяц раньше, чем при весеннем посеве, - говорит Марита ХУТОВА. - К тому же я выращиваю зелень не только для семьи, но и на продажу. Поэтому для меня важно получить хороший урожай, пока он не вырос у всех.

ТАКОЙ ПРОСТОЙ И ВАЖНЫЙ

Кажется, что лук вырастить легко. Но он достаточно капризен и требует определенного ухода. К примеру, в засушливую погоду может выбрасывать стрелки, а в сырую начинает загнивать. Преимущество осенней посадки лука-севка в том, что в этом случае растению не страшна засушливая весна. Саженьцы смогут подпитываться тающим снегом, и до наступления летней жары не придется тратить время на полив.

Также лук-севок, посаженный под зиму, отличается повышенной устойчивостью и крепким, хорошо развитым корневищем. Осенний лук редко дает стрелкообразование, поражается грибками или гнилью. Однако не для каждого сорта подходит осенняя посадка. Самыми подходящими считаются сорта Бессоновский, Арктик, Эллан, Штутгартер, Уральский, Даниловский, Радар, Стригуновский и Сибиряк. Теплолюбивые южные сорта для посадки под снег не подойдут. Как только наступят первые холода, саженьцы в замерзшей земле погибнут.

Идеальным временем для подзимней посадки считается конец октября - начало ноября. Важно сделать это, не дожидаясь начала заморозков, чтобы дать луку возможность как следует пустить корни и закрепиться в почве. Посаженные

луковицы необходимо на несколько сантиметров засыпать перегноем и торфяной смесью. Специалисты советуют: если ожидается морозная зима, лук-севок надо дополнительно утеплить - накрыть грядки слоем опавшей листвы, а сверху присыпать рыхлым снегом.

Дальнейший уход достаточно простой. Весной необходимо убрать с грядки защитное покрытие из листьев, место прорыхлить и удобрить землю мочевиной. Когда взойдут все саженьцы, грядку нужно проредить. Расстояние между луковичками должно составлять около 5-7 см.

В период образования клубней лук подкармливают удобрениями с натрием и фосфором. Советую применять в этих целях жидкую подкормку, она лучше и быстрее усваивается. Этому растению также нужна защита от вредителей. Вычитала у огородника со стажем, что для защиты нужно выкладывать на участке слои из таких трав, как пижма, полынь или тысячелистник. Это лучше, чем применять химикаты.

Высаживать лук лучше на участке, где росли тыква, кабачки, патиссоны, огурцы и сидеральные культуры. Никогда не сейте лук после лука, чеснока и корнеплодных растений. Иначе не получите хороший результат.

Лана АСЛАНОВА

• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН



АТЛАНТЫ НАШИХ ДНЕЙ

Читатель сегодняшнего номера Сусанна ДЖУТОВА прошла путь от продавца до владельца собственного бизнеса по выращиванию и поставке овощей. Собственное дело далось ей нелегко. Сусанна вспоминает, как училась на своих и чужих ошибках, как выходила из, казалось бы, безвыходных ситуаций. Возможно, благодаря силе духа удалось не только выстоять, но и наладить успешный семейный бизнес, в котором теперь участвуют все члены семьи. Двое детей Сусанны набираются опыта с малых лет, руководствуясь ее советами.

части, которые имеют свою смысловую нагрузку, поэтому читается легко и быстро. В этой книге сокрыта мощнейшая идея. До гениальности. Гоните от себя тех, кто хочет выжить и обогатиться за ваш счет, за счет вашего разума и умений. Произведение имеет закрученный сюжет и незаштампованных героев, которые узнают друг друга на страницах произведения. Иногда эмоции зашкаливают от абсурдности происходящего. Когда у человека хотят отобрать и присвоить то, что он создавал несколько десятилетий, ставя ему в укор желание обогатиться на продукте его разума. Что остается делать тому, кто ощущает полное бессилие? Когда разум охватывает единственное желание разрушить то, что дорого ему больше жизни. Как здесь представлены эти самые люди разума, предприниматели и промышленники с большой буквы! Люди, знающие суть всего, создающие вещи, которые будут служить человеку столетиями. Во

время чтения этой книги много думала: а есть ли среди моих окружающих такие атланты, удивительно умные люди, которые знают суть вещей? В моем окружении такой человек нашелся, и я с удовольствием преподнесла ему в подарок эту книгу в знак уважения к его труду. Это даже не просто книга, а философско-экономико-психологический трактат, немного с «прикусом» ОРУЭЛА и ДРАЙЗЕРА. На Западе этот роман называют «Библией предпринимательства». В основе истории - финансовая система целой страны, со всеми крупнейшими предприятиями, талантливыми и смелыми предпринимателями, трусливыми и глупыми дельцами, политиками и рабочим классом. На этом фоне автор поднимает непростые социальные, философские и психологические вопросы: ответственность, здоровый эгоизм, выбор, честь, истинную силу, смелость, любовь. Здесь критике подвергаются альтруизм, жертвенность и идея Робина Гуда

о разделе имущества богатых бедным - правительство в попытках всех уравнивать начинает гонения на бизнес, тем самым разрушает экономику всей страны, не понимая, что именно в руках гениальных изобретателей и бизнесменов - благополучие нации. Параллельно происходит и история любви под девизом «Клянусь своей жизнью и любовью к ней, что никогда не попрошу и не заставлю другого человека жить ради меня». Все отношения, будь то рабочие, социальные или любовные, рассыпаются, если в их основе лежат обязательства и страх, а не личный интерес и стремление к счастью и обретению собственных ценностей.

Хотя роман и был опубликован в далеком 1957 году, на мой взгляд, он актуален сейчас и будет актуален еще долго. Впечатлила финальная речь главного героя Джона Голта, занимающая почти 70 страниц. Одно из ярчайших высказываний Голта: «Достижение своего счастья - единственная моральная цель вашей жизни». Я узнала интересные факты о книге, например, что автор писала финальную речь героя два года, а роман в целом около 11 лет. «Атлант расправил плечи» является второй по популярности книгой после Библии в США. Мне кажется, эту книгу просто необходимо прочитать предпринимателям, изобретателям, бизнесменам и политикам.

Лилиана ШОРДАНОВА

- Пожалуй, на необитаемый остров взяла бы с собой трехтомник «Атлант расправил плечи», написанный американской писательницей русского происхождения Айн РЭНД в стиле антиутопии. Читала много восторженных отзывов о нем, но долго откладывала чтение романа, возможно, из-за большого объема или жанра произведения. Но все мои опасения были напрасны. Произведение разбито на три

Даже если вы регулярно посещаете профессионального косметолога, делаете чистки и тщательно ухаживаете за лицом, без применения домашних масок все равно не обойтись. Маски из натуральных ингредиентов способны не только сделать более качественным уход за кожей, но и постепенно заменить дорогостоящие салонные процедуры.



развести водой, чтобы получилась смесь, напоминающая густую сметану. В готовую смесь добавить немного свежевыжатого лимонного сока. Такой состав хорошо очищает поры и дает подсушивающий эффект. Еще один рецепт: натереть хозяйственное мыло и с помощью добавления небольшого количества воды взбить его в пену. Затем добавить мелкой соли, перемешать и протереть кожу. После желательнее устроить коже контрастное

ОСЕННИЕ РЕЦЕПТЫ КРАСОТЫ

ДОМАШНИЕ УХАЖИВАЮЩИЕ МАСКИ

Кусочек тыквы необходимо очистить от кожицы и отваривать в течение пятнадцати минут. Количество воды при этом должно быть минимальным. Затем в горячий отвар добавить по ложке крахмала и подсолнечного масла. Смесь максимально тщательно растереть и наносить на область лица. Маска поможет быстро восстановить упругость.

Или еще один рецепт: берем пару ложек манки и растираем ее с желтком. Маску держать на лице десять минут, а затем аккуратно смыть водой. В этой смеси манка будет выступать как натуральное скрабирующее средство, а желток давать лифтинг-эффект.

ПРОТИВ ПРЫЩЕЙ

Перед тем как использовать ту или иную маску, предназначенную для борьбы с прыщами, специалисты рекомендуют сделать теплый компресс и очистить лицо лосьоном.

Для первой маски понадобится ложка сухих дрожжей, которые нужно

умыть. Соль в сочетании с хозяйственным мылом будет служить как легкий очищающий скраб.

ОТБЕЛИВАЮЩИЕ

Если у вас на лице имеются участки покраснения или пигментации, поможет крем, приготовленный самостоятельно. Рецепт следующий: баночка крема, предназначенного для вечернего использования, и тертый свежий огурец. Смесь хорошо перемешать и использовать перед сном. В среднем такую маску нужно продерживать на лице не более двадцати минут. Затем остатки аккуратно снять салфеткой.

Отбелить кожу поможет еще один старинный рецепт. Наши бабушки брали муку и лимонный сок (в одинаковых пропорциях), полученную кашицу наносили на лицо, держали десять минут, а потом умывались прохладной водой.

Все перечисленные маски для лица дадут эффект лишь в том случае, если проводить процедуры курсами. Можно выбрать пару масок и делать их в течение месяца каждые три дня. Тогда результат приятно удивит вас.

Подготовила Мадина БЕКОВА

РЕКС И ХАЛК • ДОМАШНИЕ ПИТОМЦЫ

- Домашние животные очень нужны детям для их правильного развития и воспитания, они помогают им стать ответственными, - рассказывает жительница Нальчика Айшат МИЗОВА, мама двоих детей - Астемира и Айши. - Мы живем в частном доме, поэтому решили завести во дворе собаку, а дома волнистого попугая.

Вернувшись домой после трудного рабочего дня, иногда нет ничего лучше, чем просто обнять своего любимого пса под щебетание попугая. Я с детства люблю животных, наверное, и детям это передалось генетически. Они много времени проводят с питомцами, ухаживают, меняют воду в клетке попугая, играют с собакой по кличке Рекс. Она породы двортерьер. Это такая порода собак, которая не принадлежит ни к одному официально признанному виду. Рекса принес супруг, купил на рынке в Майском. Мужу стало жалко грязного голодного щенка. Мы его покормили, дали противопаразитарные лекарства, это обязательно, когда в доме дети. Потом искупали специальным шампунем и надели на шею противоблошинный ошейник. Рекс долго не мог привыкнуть к новому аксессуару и несколько раз избавлялся от него. Рекс уже три года дарит нам свое внимание и любовь, а мы относимся к нему как к полноправному члену семьи. Астемир делится с ним своей порцией мороженого - это любимое лакомство питомца.



Теперь покупаем ему целое мороженое.

У Рекса странная привычка пристально смотреть на меня. Может сесть напротив и долго не отрывать взгляда. Сначала думала, что выпрашивает у меня дополнительную порцию еды, но даже когда сытый, ведет себя так же. Супруг говорит, что таким образом демонстрирует свои чувства ко мне и, смеясь, добавляет, что ревнует, а к нему утверждающе обращается: «Красивая же у нас мама?».

Завести попугайчика попросила дочка, которая очень любит пение птиц. Недавно попросила купить канарку, когда зашла в зоомагазин за кормом Халку, так она назвала нашего пернатого из-за его зеленого окраса. На мой протест, что маленькой птичке не подходит такое грозное имя, дочка ответила, что Халк добрый, просто его злые люди обидели.

Айша выяснила, что канарка поет гораздо лучше канарейки и разнообразнее. Я бы согласилась, но минус Халка



в том, что он не отличается чистоплотностью. Но это не значит, что мы Халка любим меньше. Он у нас как будильник, помогает мне вовремя поднимать детей в школу, а они любят просыпаться под его пение. Но вокруг и в самой клетке беспорядок, ее необходимо чистить каждый день, перья и брызги фруктов, шелуха от семян и орехов отлетают удивительно далеко. Держать попугая в клетке 24 часа в сутки жалко, он у нас любит полетать, размять крылышки. Однажды, в очередной раз выпустив попугая из клетки, мы оставили его без присмотра, у меня в гостях была мама, у которой телефон кнопочный. Аппарат оставили на столе, и Халк умудрился вынуть кнопочку из клавиатуры телефона. Теперь выпускаем его только под наблюдением и не оставляем одного. Пернатый любит садиться на голову сына, который сам его этому научил. Теперь Астемир пытается научить его говорить. Я подшучиваю над сыном: попугай - долгожитель, обязательно научишь!

Анжела ГУМОВА

Звезды в сентябре

• ГОРОСКОП

ОВЕН (21 марта - 20 апреля)

В этот период у вас появится возможность проявить свои аналитические и организационные способности, что позволит легко решать возникающие вопросы и проблемы. Возможны неожиданные известия, которые помогут воплотить в жизнь давнюю задумку. Получите поддержку окружающих в новом проекте – они будут готовы сотрудничать и помогать вам.

ТЕЛЕЦ (21 апреля - 21 мая)

Удачные сделки, перспективные планы, новая работа для творческих личностей создадут возможность стремительного профессионального роста, укрепления бизнеса, общественных связей, семейных и любовных отношений. Главное – определиться с приоритетными целями и задачами на старте месяца, тогда шансы на успех возрастут.

БЛИЗНЕЦЫ (22 мая - 21 июня)

Весь месяц будете в хорошем настроении и сможете легко проявлять себя. Используйте этот период для завершения наиболее важных задач и организации отложенных встреч и разговоров. Если собираетесь в командировку, будьте готовы испытать некоторое отрезвление и принять реальность такой, какая она есть.

РАК (22 июня - 22 июля)

Какие бы события ни происходили в этом месяце, вы сможете конструктивно принимать изменения, даже если не сами инициируете их. Главное – не пытайтесь изо всех сил удержать то, что надо отпустить. Такими действиями только создадите себе больше трудностей. Все происходит к лучшему, и вы об этом знаете.

ЛЕВ (23 июля - 21 августа)

В этом месяце придется потратить немало больше денег. Можете спокойно это сделать, так как речь идет о вашем удобстве и благоустройстве дома. Подходите к вопросам практично, ищите рациональное решение, не погружаясь в эмоции. Стабильным останется финансовое положение, а в будущем даже возможен дополнительный доход.

ДЕВА (22 августа - 23 сентября)

Вас ожидает динамичный период, вряд ли успеете заскучать – встречи с людьми, общение, решение деловых вопросов. Работе будет уделено основное внимание. Будете сосредоточены на своих обязательствах и отношениях. Некоторых события этого месяца могут привести к переменам на рабочем месте, возможна смена приоритетов.

ВЕСЫ (24 сентября - 23 октября)

В этом месяце необходимо установить баланс между тем, что вы хотите, с одной стороны, и пожеланиями партнеров по

работе – с другой. Добьетесь ли своих целей, зависит не только от вас, но и от готовности сделать шаг навстречу вовлеченных в ситуацию. Компромисс возможен, однако там, где позиции кардинально расходятся, может произойти раскол.

СКОРПИОН

(24 октября - 22 ноября)

В деловой сфере вас ожидают отличные новости. Вероятно, откроете для себя новые возможности. Между тем, если есть какая-либо неопределенность, не стоит предпринимать рискованных действий. Поможете себе в сложной ситуации, если проявите большую гибкость и будете следить за ходом событий.

СТРЕЛЕЦ (23 ноября - 21 декабря)

У вас появится желание улучшить свою квалификацию, получить повышение или найти более высокооплачиваемую работу. Для этого необходимо приложить больше усилий. Некоторые препятствия и задержки возможны при решении деловых и финансовых вопросов. Также октябрь характеризуется повышенной активностью в социальной сфере.

КОЗЕРОГ (22 декабря - 20 января)

Благоприятный месяц для осуществления грандиозных замыслов, укрепления авторитета, влияния и самоутверждения в целом. Вас ожидает активное общение с разными людьми, недостатка в социальных контактах не будет. Состоится важный деловой разговор с начальством, коллегой или партнером по бизнесу, который принесет вам серьезные дивиденды.

ВОДОЛЕЙ

(21 января - 19 февраля)

У вас могут возникнуть проблемы личного характера. Скорее всего, они имеют психологические причины. Отнеситесь к ситуации серьезно, поговорите со второй половинкой открыто. Не исключено, что в ваших отношениях есть нечто, что вы скрывали или игнорировали, на что теперь нужно обратить особое внимание. Обсуждение вопроса позволит решить проблемы.

РЫБЫ (20 февраля - 20 марта)

В этом месяце возможны приятные события, связанные с финансовыми вопросами. Получение неожиданных денег окажется хорошим подспорьем в решении бытовых проблем. Некоторые из вас смогут материально помочь близкому человеку. Однако если захотите что-то приобрести, не поддавайтесь первому порыву – обдумывайте покупки. Если не уверены, лучше отложите и подумайте еще раз.

Подготовила Фатима ДЕРОВА

ВИТАМИННАЯ ФЕЕРИЯ

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Осень дарит нам вкус, которого ждем весь год. Сочные яблоки, сливы, виноград, хрустящие груши, пышные тыквы и шарлотка с сахарной корочкой наверху, – говорит Индира КУРАШИНОВА из Нальчика. – Овощи в изобилии и на любой вкус. Не надо ломать голову над тем, что приготовить. Покупаешь всего понемногу из даров природы и варишь, жарешь, запекаешь или тушишь витаминное блюдо. Все довольны. А ты спокойна – семья накормлена с пользой. Значит, день удался.



КАПУСТНАЯ ЗАПЕКАНКА

Ингредиенты: 4 яйца, 3 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки майонеза, 4 ст. ложки муки, 0,5 ч. ложки разрыхлителя, 0,5 ч. ложки кукурузного крахмала, 450 г капусты, соль по вкусу, несколько веточек укропа, несколько перьев зеленого лука, кусочек сливочного масла, 120 г моцареллы или твердого сыра, который хорошо плавится.

Способ приготовления. Взбить яйца, сметану и майонез. В отдельной емкости соединить муку, разрыхлитель и крахмал. Добавить мучную смесь в яичную и хорошо перемешать. Нашинковать капусту, приправить солью и немного помять руками. Добавить мелко нарезанную зелень и перемешать. Смазать маслом форму для выпечки. Лучше всего подойдет диаметром 22 см. Выложить в нее капусту, залить тестом и посыпать тертым сыром. Запекать 35 минут при температуре 190 градусов.

ОВОЩНОЕ ЖАРКОЕ

Ингредиенты: 1 кочан цветной капусты, 1 небольшой кочан брокколи, 1 красный болгарский перец, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 небольшая луковица, 150 г зеленого горошка, 150 г кукурузы, 2 зубчика чеснока, 2 яйца, соль и молотый черный перец по вкусу, 2 ст. ложки семян кунжута.

Способ приготовления. Разрезать цветную капусту на части и измельчить блендером так, чтобы она напоминала рис. Мелко порубить брокколи. Перец нарезать кубиками. Разогреть масло в сковороде на среднем огне. Выложить туда нарезанный кубиками лук и обжаривать пару минут до мягкости. Добавить капусту, брокколи, перец, горошек, кукурузу и готовить 5-6 минут. Добавить измельченный чеснок и хорошо перемешать. Сдвинуть овощи к краю сковороды, на свободное пространство вбить яйца, перемешать и жарить. Затем тщательно перемешать овощи и яйца. Приправить солью и перцем, посыпать кунжутом и еще раз перемешать.

БАКЛАЖАННЫЙ ПАШТЕТ

Ингредиенты: 2 баклажана, 1 зубчик чеснока, 0,5 пучка петрушки, 0,5 зеленого перца чили, 4 ст. ложки оливкового масла, 0,5 лимона, 0,5 чайной ложки паприки, соль и молотый черный перец по вкусу, 2 ст. ложки майонеза по желанию.

Способ приготовления. Сделать на баклажанах несколько проколов вилкой или ножом. Положить овощ на противень и запекать при температуре 180 градусов в течение 40 минут. Остудить. Измельчить чеснок и петрушку. Удалить из чили семена и измельчить. Разрезать баклажаны пополам и ложкой выскоблить мякоть. Измельчить блендером мякоть баклажана, чеснок, петрушку, чили, масло, сок лимона, паприку, соль и перец до однородной консистенции. При желании добавить майонез и тщательно перемешать. Подавать баклажанный паштет с лепешками или солеными крекерами.

САЛАТ С МЕДОВОЙ ЗАПРАВКОЙ

Ингредиенты: 1 крупный огурец, 2-3 крупные моркови, 1 пучок петрушки, 1 ст. ложка жидкого меда, 3 ст. ложки яблочного уксуса, 1 ст. ложка кунжутного масла, 1 зубчик чеснока, соль и молотый черный перец по вкусу, 50 г обжаренного кешью, 1 ст. ложка семян кунжута.

Способ приготовления. Нарезать огурец и морковь спиралью с помощью специального ножа. Мелко порубить петрушку. Выложить овощи и зелень в миску. В отдельной миске соединить мед, уксус, масло, измельченный чеснок, соль и перец. Полить этой смесью салат и хорошо перемешать. Украсить кешью и кунжутом.

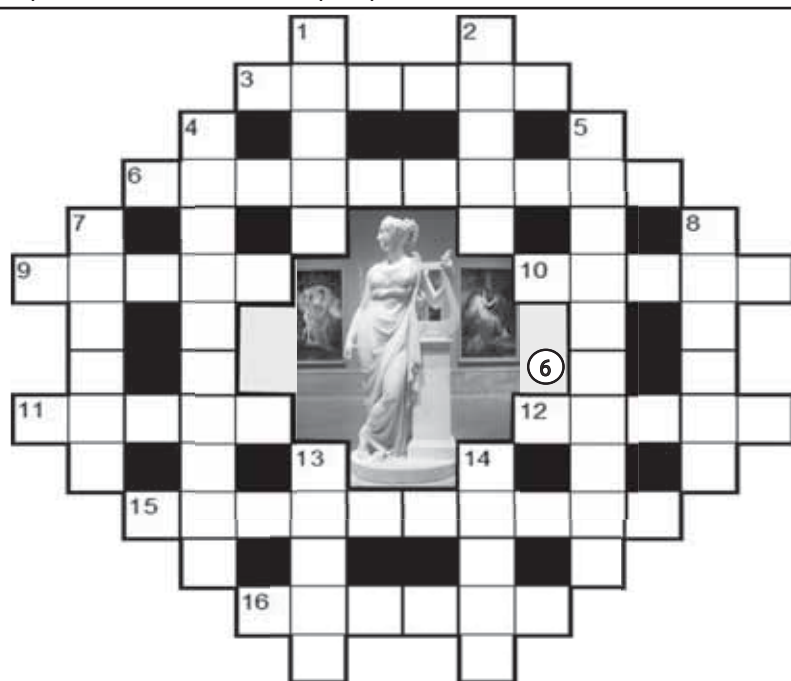
НЕОБЫЧНАЯ ПОДАЧА

Ингредиенты: 900 г брюссельской капусты, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 зубчика чеснока, несколько веточек тимьяна, соль по вкусу, 100 г моцареллы, 30 г пармезана, несколько веточек петрушки.

Способ приготовления. Капусту опустить в кипящую подсоленную воду и варить десять минут. Откинуть на дуршлаг, чтобы стекла лишняя жидкость. Переложить капусту на противень. Полить маслом, посолить, посыпать измельченным чесноком и тимьяном. Хорошо перемешать. Дно стакана придавить каждый кочан капусты так, чтобы стал плоским. Посыпать тертым сыром и поставить противень в разогретую до 220 градусов духовку на 25 минут. Перед подачей на стол украсить капусту рубленой петрушкой.

Лана АСЛАНОВА.

Фото автора



КРОССВОРД

По горизонтали: 3. Возвышенная часть христианского храма. 6. Муза, покровительница танцев. 9. Китайский барбарис. 10. Струнный щипковый музыкальный инструмент. 11. Закрытый кавалерийский шлем XV-XVI вв. 12. Застекленный выступ в стене здания. 15. Звучание в две колонки. 16. Кодек чести самурая.

По вертикали: 1. Европейская горная система. 2. Немецкий драматург, автор пьесы «Трехгрошовая опера». 4. Старинная французская танцевальная песенка пасторального характера. 5. Индийское хлебное дерево. 7. Малый барабан солирует на протяжении почти всего исполнения этого произведения Равеля. 8. Карманные часы с боем. 13. Бахчевое растение. 14. Японская борьба вольного стиля.

Составила

Фатима КАРАЦУКОВА

По горизонтали: 3. Алтарь. 6. Готика. 9. Готика. 10. Домра. 11. Армет. 12. Эрект. 15. Стенозвук. 16. Бусидо.
По вертикали: 1. Альпы. 2. Брехт. 4. Бержестета. 5. Артокарпус. 7. Бонеро. 8. Брегет. 13. Арбуз. 14. Дзюдо.

МАСТЕРИЦА КРАСОТЫ

На днях в Санкт-Петербурге прошел Международный фестиваль «Estel.fest», призванный объединить руководителей салонного бизнеса, практикующих мастеров, представителей бизнес-структур, глянцевого и деловой прессы в области индустрии красоты из разных городов России и зарубежья. Beauty индустрию Кабардино-Балкарии на фестивале представляла мастер-универсал и по результатам участия в фестивале единственный представитель компании «Estel» в Нальчике Елена АТТАЕВА.

ПРИЗНАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА

- Чтобы стать представителем компании «Estel», надо много и упорно работать, участвовать в различных конкурсах, семинарах, повышать свою квалификацию, - говорит Елена. - Для меня членство в премьер-клубе компании - признание своего профессионализма.

Стать участницей фестиваля и познакомиться с генеральным директором компании Львом ОХОТИНЫМ была моя мечта. Основатель такой крупной компании оказался открытым, простым и искренним человеком.

Программа фестиваля была насыщенной. Собрала огромное количество представителей beauty индустрии, чтобы поделиться новостями, вдохновить и дать возможность коллегам из разных городов России и ближнего зарубежья пообщаться и поделиться опытом. Участникам дали возможность прикоснуться к разным видам искусства. А кульминацией «Estel.fest» стала церемония награждения победителей конкурсов «Звезда Estel», «Estel video awards», «Top Salon Estel».

НЕ МОЯ МЕЧТА

- Никогда не мечтала стать парикмахером. Я была ребенком, который ненавидел расчесываться. До 18 лет ходила с тугим хвостом, потому что ничего другого не могла сделать с волосами. У меня математический склад ума, всегда дружила с цифрами и хотела стать, как и моя старшая сестра, бухгалтером-экономистом. А то, что я должна выбрать профессию парикмахера, решила моя мама. В один прекрасный день пришла и сказала: «Дочка, я подумала и решила, что ты должна стать парикмахером. Уже записала тебя на курсы». Я настолько была далека от мира красоты, но сделала так, как хотела мама. Через год работы поняла - мама была права.

Уже 15 лет работаю в индустрии красоты и получаю неизмеримое удовлетворение от того, что помогаю своим клиентам преобразиться: из грустных и недовольных своей внешностью людей они превращаются в счастливых и уверенных. Для этого надо всего лишь перекраситься, подстричься, уложить прическу, выговориться и при необходимости получить совет. Из салона

клиент выходит совершенно другим человеком. Работая в сфере обслуживания, надо быть еще и психологом. За время приема мы не только стрижем, но и лечим психологические и душевные травмы. У каждого человека свои проблемы. Иногда гораздо легче поделиться своими переживаниями с чужим человеком, чем с родными. Многие мои клиенты стали для меня как родные - приходят ко мне годами и со временем приводят еще и своих детей. Иногда удивляюсь, как быстро летит время. Моя клиентка - вчерашняя школьница уже окончила аспирантуру и стала мамой.

У меня самой девятилетняя дочь и мама. Из-за загруженности на работе вижу их намного реже, чем хотелось бы. Но они все понимают. Дочь Бэлла говорит, что тоже хочет стать парикмахером. Это тяжелая профессия, но дарит массу положительных эмоций. Поэтому я не против выбора дочери.

ХОЧЕТСЯ ТВОРИТЬ

- Недавно завела Книгу отзывов. За один день в ней появилось столько добрых слов, что в конце рабочего дня, про-



• ФЕСТИВАЛЬ

читав их, усталость как рукой сняло: «Жизнь становится значительно приятнее, когда есть хороший парикмахер. Искренне признательна тебе за вклад в мое отличное настроение и прекрасное самочувствие. Моим волосам очень нравится бывать в твоих умелых и чутких руках...» Посвящают и оды: «О, нет, не парикмахер ты. Хотя так профессия зовется. Ты - мастерица красоты. И как тебе так удается?! Приходит женщина в салон. Вид средненький весьма, пардон. Уходит - просто королева!..» После таких слов хочется не просто работать, а творить.

Если хочешь быть востребованным в профессии, нельзя останавливаться и довольствоваться достигнутым. Каждый

день в индустрии красоты что-то меняется, надо быть в курсе всего, совершенствовать свои знания, развиваться. Из моих ближайших устремлений - получить кубок победителя на фестивале «Estel.fest». В следующем году планирую принять участие в нем как конкурсант. Организаторы мероприятия сказали, что в этом году я хорошо заявила о себе, надо двигаться дальше. В конкурсной программе много интересных направлений, думаю, найду близкую мне тему.

В долгосрочной перспективе надо подумать о своем деле, а не арендованном месте в салоне. Но это будет потом. А пока есть силы, возможности и желание, хочу развиваться профессионально.

Алена КАРАТЛЯШЕВА



• А У НАС

СТАРЫЙ ХРАНИТЕЛЬ ПАМЯТИ

Порой удивительно, как некоторые предметы и объекты получают название. Вот и камень, о котором пойдет речь, получил свое название по имени человека, который долгое время жил и пользовался уважением людей, занимаясь важным делом. Того человека уже давно нет в живых, но камень все еще носит его имя.

В современном мире у человека много возможностей оказаться в нужном месте, все необходимые координаты занесены в карты, даже у ребенка найдется гаджет, с помощью которого можно добраться до назначенной точки. Но ведь так было не всегда. Современным детям сложно представить, что раньше люди ориентировались по небесным светилам, течению реки и даже по растениям.

Зная же ориентир в виде географического объекта, найти дорогу становилось проще. Порой таким ориентиром мог стать даже камень. Нам повезло найти человека, который вызвался показать местонахождение необычного объекта. Уроженец села Сармаково (Бабыгуей) Зольского района Малил ЛИГИДОВ вспоминает о событиях 50-летней давности. Тогда, на выпасе колхозных овец, он и услышал

от стариков слова «Борэ и мывэжь» (Большой камень Бору). У подошвы горы в окрестностях села некогда жил прославленный кузнец Бора. Для народов, чьим основным средством передвижения были лошади и телеги, кузнец был важным человеком, без помощи которого приходилось тяжело. Бора изготавливал подковы и детали упряжи, спицы и ободы для колес, инструменты и прочее. Здесь с давних пор нахо-

дятся зольские пастбища. На этом месте нет никаких следов расположения жилищ или строений. Малил объясняет это тем, что столетия назад кузницу часто располагали в плетеном навесе, обмазанном глиной снаружи и изнутри. Кузнец обычно жил там же, в небольшом огороженном помещении. Однако поселение на этом месте, возможно, когда-то было. Малил рассказал, что руководство колхоза решило устроить там площадку для стрижки и купания овец. Однако, когда ковш трактора поднял ком земли, на поверхности оказались человеческие останки и рабочие вернули все на свои места. Насколько большим было это захоронение и какого оно периода, неизвестно.

Камень на самом деле выделяется на фоне окружающих холмов, его видно с разных сторон. Поросший желтоватым мхом, как ржавчиной, он будто старый страж этих мест. С определенного ракурса очертания напоминают сидящее животное. Прямо под ним склон тоже каменистый, хотя выше уже образовался плотный земляной слой, поросший травой. Этот камень - единственное напоминание о человеке, о котором не осталось никаких документальных свидетельств, только из уст в уста передаваемое имя.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото автора

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

И.о. главного редактора
А.Х. КАРАТЛЯШЕВА

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 1315. Заказ 1944.
Время подписания в печать
по графику - 18.00
Фактически 27 сентября 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