

№ 45 (1262)

8 ноября 2023 г.

Издается с 1993 г.

Горянка



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамары Ардавовой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ



Малика ЭТЕЗОВА,

специалист по организации работы российского движения детей и молодежи (РДДМ) «Движение первых» в Эльбрусском районе, председатель Молодежного совета района

С. 5

С. 3

ЗАЖЕЧЬ ИСКРУ ТВОРЧЕСТВА



С. 6

ДОРОГАМИ ПОБЕДЫ ПРОШЛИ УЧАСТНИКИ ВОСХОЖДЕНИЯ НА ВЕРШИНУ АЛМАЛЫ-КАЯ



С. 15

ДИПЛОМАТИЯ И НЕ ТОЛЬКО



Вниманию жителей Кабардино-Балкарии!

Во всех отделениях почтовой связи можно оформить подписку на газету «Горянка» на первое полугодие 2024 года.

Стоимость подписки на 6 месяцев – 548,88 руб.

ПОЧТОВЫЙ ИНДЕКС – П5409.

ОТКРЫТА ЭКСПОЗИЦИЯ КБР НА ВЫСТАВКЕ «РОССИЯ»

Экспозиция Кабардино-Балкарии начала работу на площадке ВДНХ в Москве в рамках международной выставки-форума «Россия». Ее посетил Глава КБР Казбек КОКОВ. Здесь демонстрируются все главные направления развития республики – агропромышленный комплекс, туристско-рекреационный и санаторно-курортный потенциал, культура и искусство, образование и молодежная политика. «Уже сейчас мы видим большой интерес посетителей к курорту Эльбрус, санаториям, к экологически чистой продукции сельского хозяйства республики и другим направлениям. Главную выставку своих достижений регион развернет в День Ка-



бардино-Балкарии, который пройдет на международной выставке-форуме «Россия» 9 декабря», - отмечают организаторы экспозиции.

Создание выставки инициировал Президент России Владимир ПУТИН в марте этого года. Выставка проводится в целях демонстрации важнейших достижений РФ в различных отраслях экономики, включая промышленность, энергетику, агропромышленный комплекс, транспорт, строительство, науку и культуру, положительного опыта развития субъектов Российской Федерации, содействия дальнейшему международному сотрудничеству Российской Федерации.

УШЕЛ ИЗ ЖИЗНИ ЮРИЙ ТЕМИРКАНОВ

• ПАМЯТЬ



Известный дирижер Юрий ТЕМИРКАНОВ скончался на 85-м году жизни. С 1988 года Юрий Хатуевич являлся главным дирижером академического симфонического оркестра Санкт-Петербургской филармонии, в последние годы работал художественным руководителем прославленного коллектива. С именем Юрия Хатуевича Темирканова связаны развитие и мировое признание оркестра. Свой последний концерт на сцене Большого зала Петербургской филармонии легендарный российский дирижер дал 12 января 2020 года.

Юрий Хатуевич Темирканов - кавалер ордена Лени-

на (1983) и полный кавалер ордена «За заслуги перед Отечеством». Педагог и общественный деятель, лауреат нескольких престижных премий, включая Государственную премию РСФСР им. М.И. Глинки (1971) и две Государственные премии СССР (1976, 1985), а также две Государственные премии РФ (1999, 2017).

Соболезнование родным дирижера выразил Владимир ПУТИН.

Он назвал Ю. Темирканова личностью неординарного масштаба и отметил, что его уход из жизни стал невосполнимой утратой для россиян.

«Он был выдающимся сыном России, подвижником

отечественной и мировой культуры, великим музыкантом и творцом», - заявил российский лидер в послании родным и близким дирижера. Юрий Темирканов всю жизнь служил искусству и продвигал в массы высокие духовные идеалы. Дарил людям свой талант и вдохновение. Музыканта запомнят как доброго человека, открытого для благородных дел и начинаний.

Слова соболезнования родным и близким Юрия Темирканова выразил Глава КБР Казбек КОКОВ. «Кабардино-Балкария понесла невосполнимую утрату: ушел из жизни наш выдающийся земляк, один из величайших дирижеров современности, народный артист СССР, народный артист Кабардино-Балкарской АССР Юрий Хатуевич Темирканов. Глубококорпорядочный, невероятно добрый, гениальный и при этом скромный и трудолюбивый, Юрий Хатуевич пользовался всенародной любовью и уважением. Масштаб его личности для российской культуры трудно переоценить. Юрий Хатуевич Темирканов - один из выдающихся

сынов Кабардино-Балкарии. Память о нем будет вечно жить в наших сердцах. Выражаю искреннее соболезнование родным и близким Юрия Хатуевича».

В Музыкальном театре в Нальчике состоялось траурное мероприятие. Жители Кабардино-Балкарии несли цветы к портрету Юрия Темирканова. «Юрий Хатуевич Темирканов ушел из жизни, застав врасплох каждого из нас. Это была целая эпоха – Темиркановская, тяжелую утрату понесла не только российская культура, но и мировая, потому что такие дирижеры рождаются раз в сто лет. Юрий Хатуевич был велик во всем, во всех своих человеческих качествах - такого искромометного юмора, такой самоиронии не было ни у кого. Я счастлив, что по-встречал его в своей жизни», - сказал, обращаясь к собравшимся, министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ.

Память великого сына Кабардино-Балкарской Республики почтили депутаты законодательного органа республики, сотрудники Аппарата Парламента КБР и члены Правительства.

Консультации для представителей детей - собственников недвижимости

В преддверии Всероссийского дня правовой помощи детям, а также в рамках празднования 15-летия Росреестра филиал ППК «Роскадастр» по Кабардино-Балкарской Республике совместно с Управлением «Росреестра» по Кабардино-Балкарской Республике проведут консультации для представителей детей – собственников недвижимости, а также для родителей, опекунов детей, находящихся в непростой жизненной ситуации.

Команда большого Росреестра ответит на вопросы, связанные с оформлением недвижимости, получением сведений о ней, исправлением реестровых ошибок, а также разъяснит порядок совершения сделок с недвижимостью, принадлежащей несовершеннолетним.

Консультации пройдут с 20 по 24 ноября. Получить очную консультацию граждане смогут в Нальчике по адресу: ул. Тургенева, 21-а. Письменные обращения следует направлять по адресу филиала ППК «Роскадастр» по Кабардино-Балкарской Республике: 360004, г. Нальчик, ул. Тургенева, 21-а, или на электронную почту: filial@07.kadastr.ru.

Представители юных собственников смогут задать вопросы экспертам по телефонам в Нальчике: 40-38-26 (доп. 238) и 93-00-17.

Правовая помощь оказывается бесплатно в интересах несовершеннолетних.

• В РАЙОНАХ РЕСПУБЛИКИ

из нескольких сообщающихся между собой корпусов. Помимо специализированных учебных классов, предусмотрены большой актовый зал, столовая и пищеблок, два спортивных зала для разных возрастных групп, футбольное поле, волейбольная и баскетбольная площадки, беговые дорожки с травмобезопасным покрытием, обустроенные зоны отдыха.

Сдать объект в эксплуатацию планируется к концу следующего года.

Продолжается строительство новых школ

В рамках федерального проекта «Новая школа» национального проекта «Образование» в новом микрорайоне г. Баксана продолжается строительство образовательного учреждения на 1224 места. На сегодняшний день рабочие заняты возведением основного здания, отделкой внутренних помещений и строительством спортивных учреждений на территории округа.

Проектом предусмотрено строительство трехэтажного здания площадью

более 26 тыс. кв. метров. В здании будут расположены актовый зал на 560 мест, зал хореографии с помещениями для хранения музыкальных инструментов и костюмов, раздевалки с санузлами и душевыми. Также предполагается создание спортивной зоны с двумя спортзалами. Будут созданы столовая, слесарная и швейная мастерские, кабинет домоводства, открытые рекреации, обеденный зал на 408 учеников. На территории учреждения

будут развернуты зоны отдыха, воркаут-площадка, детские игровые зоны, а также выделен участок для проведения различных мероприятий.

Ввод объекта в эксплуатацию запланирован на декабрь этого года.

Строительство школы на 800 мест продолжается и в Чегеме в рамках государственной программы «Развитие образования». На сегодня ведется возведение цокольного этажа. Здание будет состоять

От идеи до бизнеса

По инициативе администрации Баксанского района в сельском поселении Баксаненок состоялся молодежный форум «От идеи до бизнеса». На одной площадке собралась молодежь практически со всех муниципалитетов республики, для которой были организованы выступления опытных экспертов из Министерства по делам молодежи, Кабардино-Балкарского регионального филиала АО «Россельхозбанк», центра «Мой бизнес», а также известных блогеров и наставников - Мурата ТЕУНОВА, Аслана МАЗУКАБЗОВА, Айшат МАГОМЕДОВОЙ и Астерины НЫРОВА.

Основными темами выступлений стали социальные проектирование, продвижение бизнес-идей в социальных сетях, финансовая и грантовая поддержка молодежных бизнес-проектов. Под руководством модератора форума Тимура БЛЕНАОВА проведены творческий конкурс на лучшее освещение мероприятия в социальных сетях, кофе-брейки и зажигательные национальные танцы.

Заложен сквер Героев

В Лескенском районе состоялся торжественный митинг, посвященный закладке сквера Героев - участником СВО. Мероприятие открыли под гимны РФ, КБР и Лескенского района. После этого глава администрации района Сафарби ИНЖИЖОКОВ обратился с приветственной речью к гостям: «Мы получили от предшественников великую страну, и нашим достойным вкладом в будущее станет установление прочного мира в современном обществе. Именно эту цель преследует специальная военная операция, в которой доблестно участвуют добровольцы, контрактники, мобилизованные из нашего района, республики и всей страны. Мы искренне гордимся ребятами, которые, не сдаваясь и не падая духом, отдают все свои силы ради победы над нацизмом и ради мира во всем мире. Каждый из них герой, отстаивающий интересы

Родины. Мы с нетерпением ждем их дома живыми и невредимыми. К сожалению, не обходится без потерь. В ходе боевых действий героически погибли и военнослужащие из нашего района». Память героев почтили минутой молчания.

Почетное право открыть камень в сквере Героев - участников специальной военной операции было предоставлено главе местной администрации Лескенского муниципального района Сафарби Инжижикову и советнику Главы КБР, руководителю филиала государственного фонда «Защитники Отечества» по Кабардино-Балкарской Республике Муаеду ДАДОВУ.

Почетным караулом был произведен оружейный салют. Завершилось мероприятие высадкой саженцев в сквере Героев.

• Материалы Ольги КАЛАШНИКОВОЙ

Аслан и Замира МАЛАЕВЫ из сельского поселения Сармаково в этом году представляли Зольский район на региональном уровне всероссийского конкурса «Семья года-2023» в номинации «Молодая семья». Они поженились 11 лет назад, воспитывают двоих детей – Алию и Амалию.

СИЛЬНЫЕ И СЧАСТЛИВЫЕ

- Конкурсы такого формата помогают укреплению семейных уз. Осознать свои сильные стороны и развивать недостающие навыки, а также вдохновлять другие семьи на достижение подобных результатов, - говорит Замира. - Важно помнить, что семья – основа общества, которая формирует ценности и принципы каждого человека. Семьи, которые приняли участие в конкурсе, доказали, что вера в любовь, поддержка родственников и семейные узы – то, что делает нас сильными и счастливыми.

ОНИ ОНА

- У нас традиционная кавказская семья. Свекор (Исмаил Хусенович – **ред.**) отработал в органах внутренних дел 35 лет. Теперь все свободное время уделяет внукам. Свекровь (Хачимат Хасеновна – **ред.**) – медицинский работник в школе. Они во всем поддерживают нас, помогают воспитывать детей.

Супруг работает инженером в Каббалкэнерго. Окончил Кабардино-Балкарскую государственную сельскохозяйственную академию по специальности «инженер». В 2010 году продолжил обучение и получил степень магистра.

Я окончила Кабардино-Балкарский госуниверситет по специальности «социальная работа» по двум квалификациям: бакалавриат и магистр. После учебы устроилась на работу в МКОУ «СОШ № 3» с.п. Сармаково социальным педагогом. Начиная с этого учебного года являюсь советником директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями. Курирую работу молодежных общественных организаций «Юнармия», «Волонтерское движение», «Общероссийское общественно-государственное движение детей и молодежи «Движение первых». Награждена грамотами, дипломами и благодарственными письмами.

ГЛАВНОЕ – МЫ ВМЕСТЕ



Моя девичья фамилия - КУШХОВА, я родом из с.п. Зольское. Очень благодарна родителям за все, что они в меня вложили, - образование, воспитание и жизненные советы. Они всегда говорили, что надо с добротой относиться

ко всем людям. Главная фраза, которую часто повторяли, в дальнейшем стала моим девизом по жизни: «Жить и работать по совести».

Семья должна быть основана на уважении и любви, а начинается она с любви родителей друг другу, которая «выливается» на детей.

ДЕТИ

- Старшая дочь - Алиа учится в четвертом классе МКОУ «СОШ № 2» нашего села, младшая - Амалия во втором. Учатся девочки на одни пятерки. Обе увлекаются пением, рисованием, активно участвуют во всех школьных мероприятиях, неоднократно были награждены грамотами и дипломами.

Главным смыслом и целью семейной жизни мы считаем воспитание детей, основанное на уважении старших, ответственности, доброте и отзывчивости, чему учим и наших детей.

ОТДЫХ

- Семейные праздники – неотъемлемая часть нашей жизни, они помогают переключаться с бытовых и рабочих вопросов на не менее важные в жизни вещи: радость, веселье, заботу о родных и близких. На особом счету у нас - День Победы. Наши прадедушки участвовали в Великой Отечественной войне. Мы помним, чтим и гордимся своими предками и рассказываем о них подрастающему поколению.

Всей семьей ведем активный образ жизни. Участвовали в спортивной игре «Папа, мама, я – спортивная семья!». В выходные дни часто отправляемся на прогулку в парк, если погода дождливая, смотрим фильмы дома. Главное, что мы все вместе. Люблю фотографировать семью, сохраняю снимки на память. Они нужны нам как связь времен – прошлого, настоящего и будущего. Семейные фотографии - история рода, которую обязательно нужно сохранить, это прекрасная традиция, способствующая укреплению семьи. Семья – это школа, в которой мы рождаемся и воспитываемся.

Анжела ГУМОВА

Зажечь искру творчества

Преподаватель Детской художественной школы города Нальчика Анастасия ИСКАНДЕРОВА обучает воспитанников живописи. Когда-то она сама окончила эту школу и поступила в колледж культуры и искусств Северо-Кавказского государственного института искусств.



Признается, что работа с детьми приносит удовольствие, хотя и не думала, что придет преподавать в школу, где когда-то обучалась. По окончании колледжа ее порекомендовали в школу в качестве преподавателя. В работу быстро втянулась, помимо живописи, начала преподавать и композицию. Независимо от настроения и желания детей заниматься каждого пытается заинтересовать тем, что знает и любит делать сама.

«ПОДОБРАТЬ КЛЮЧИК»

- Это и самое сложное, и самое интересное. Каждый день сам себе делает вызов. Мы отличаемся от общеобразовательной школы, но от преподавателя во многом зависит, полюбит ребенок предмет, будет ли с радостью и настроением его посещать. То, чему меня саму научили в школе, – основа моей преподавательской деятельности – сделать все, чтобы донести до детей основы изобразительного искусства, почувствовать цвет, контраст и форму. Я не

ограничиваю фантазию ребенка, когда он оттачивает технику, может проявить свою индивидуальность. Наша задача - развить навыки и закрепить результат. Очень много талантливых детей, произведения которых поражают даже нас, преподавателей. Два раза в год в школе устраивается смотр работ учеников, которые наглядно показывают, как много у нас воспитанников, способных на оригинальный взгляд и, не побоюсь этого слова, гениальные авторские решения.

БУДНИ

- Наш директор Валерий ЗАХОХОВ создал комфортные условия для работы. Когда я училась в художественной школе, он обучал нас графике, после того как стала преподавателем, помогал и разъяснял, как выставить композицию, натюрморт, благодаря ему я многому научилась в профессии. Вообще у нас каждый день не похож на другой. Рабочий процесс начинается с разбора темы, теоретических вступлений, наглядных демонстраций, чтобы дети понимали, в чем их задача на данный момент. Даю подсказки по технике, гамме, после чего дети приступают к эскизам. Конечно, некоторые нюансы приходится скорректировать, где-то помочь подправить линии, смешать краски, показать, как ложится та или иная краска. Для старших классов делается постановка, например, составляется натюрморт. В зависимости от сложности работа может занять весь учебный день. Не знаю, какое чувство у преподавателей в общеобразовательных школах, но мне кажется, дети, которые занимаются художественным творчеством, другие, более одухотворенные что ли. У нас нет проблем с дисциплиной, не приходится делать замечания по поведению. Мы часто посещаем и сами даем мастер-классы, перенимаем интересные техники.

Я классный руководитель в третьем классе, конечно, и с родителями воспитанников приходится общаться, смею предположить, что моей работой они довольны. Во всяком случае, у нас довольно дружественное общение.

НЕЗАВИСИМО ОТ СПОСОБНОСТЕЙ ЛЮБОГО РЕБЕНКА МОЖНО ОБУЧИТЬ ХУДОЖЕСТВЕННОМУ МАСТЕРСТВУ

- Я – прямое тому доказательство. Мама решила, что дочери нужно чем-то заниматься дополнительно, и отдала меня в художественную школу. Тогда я не умела даже правильно держать карандаш. Свою первую работу помню до сих пор – гигантский голубь и крохотные деревья. Тогда мне и в голову не пришло бы, что буду учить других. Научить рисовать можно с помощью теории. Есть определенные азы – понятие формы, контраста, свет, полутень, законы цвета. Этого достаточно, чтобы ребенок понимал, как создать законченный рисунок. Другой вопрос, когда в работах видна та самая искра, которая притягивает и заставляет восхищаться. Помню одну из моих выпускниц, которая при поступлении хуже всех сдала экзамен, но родители очень просили принять ее, да и желание учиться у ребенка было огромное. Азы ей давались тяжело, каждый последующий шаг в обучении давался с трудом. В процессе она так отточила технику, ее выпускные работы были настолько восхитительными, что поражали воображение. Так что условно есть категория детей, которые просто ходят, чтобы научиться рисовать, а есть те, у которых большой творческий потенциал, им нужно только помочь его развить. Они невероятно трудоспособны, постоянно рисуют, в каждое задание привносят свою изюминку. Конечно, их работы сильно отличаются. Многие выпускники продолжают образование, есть те, кто профессионально работает в статусе художника. Художественное образование может пригодиться в самых неожиданных профессиях. Наши выпускники занимаются художественной росписью интерьеров, графическим дизайном, оформлением декораций. Одна из наших

• ПРОФЕССИОНАЛЫ

воспитанниц мечтала пойти в медицину. В итоге стала пластическим хирургом, где нужно художественное мастерство, чтобы знать правила пропорции, симметрии, уметь видеть перспективу и визуализировать результат. Большая польза и для визажистов, мастеров разных профилей индустрии красоты. Сейчас много доступных источников для обучения различным техникам. Это может стать подспорьем в определенные моменты. Некоторые дети при поступлении вообще не имеют никакой базы, несмотря на то, что набор ведется на конкурсной основе. Многие осваивают технику по пошаговым обучающим роликам в интернете. Я как преподаватель совершенно не против этого, более того, сама часто нахожу интересные решения, которые затем использую в работе. На мой взгляд, следить за новыми веяниями и нетривиальными решениями в нашей профессии всегда актуально. Я противник того, чтобы полностью заимствовать готовый сюжет, но брать информацию даже рекомендую.

МОЖНО ЛИ ЗАРАБОТАТЬ ИСКУССТВОМ

- Мы живем в такое время, когда понятие искусства и роль художника трактуются широко. Есть разные направления и интерпретации и, конечно, есть те, кто придерживается более классических жанров. Когда училась в художественной школе, мне заказали разрисовать стену магазина. Это был мой первый опыт такого рода и первый заработок. Оформляла стенгазеты, до сих пор разные ведомства дают такие заказы. Бывают запросы на индивидуальные занятия от взрослых людей, например, однажды обратилась девушка-ювелир, которой нужно было научиться делать эскизы. Иногда готовлю к поступлению в художественный вуз. Сейчас у меня маленький ребенок, для индивидуального творчества остается не так много времени. Иногда удается участвовать в выставках от школы. Большая часть работ либо уходит на подарки, либо на продажу. Очень люблю писать маслом пейзажи и натюрморты.

Лиана ШОРДАНОВА

ФОРУМ НАСТАВНИКОВ – ПЛОЩАДКА ДЛЯ ОБМЕНА ОПЫТОМ

Платформа для форума была выбрана не случайно. В декабре 2019 года в ходе реализации федеральных проектов «Современная школа», «Успех каждого ребенка» и «Молодые профессионалы» здесь был дан старт внедрению Целевой модели наставничества. А с сентября 2022 года на базе школы внедрена Целевая модель наставничества по схеме «учитель - учитель» и «учитель - ученик», которая сформировала открытую среду наставничества для повышения профессионального мастерства педагогов и их компетенции для решения нестандартных задач.

Отметим, что география проекта включает восемь федеральных округов России. Форум станет одним из завершающих событий Года педагога и наставника, он направлен на создание открытой общероссийской площадки для обмена опытом и практиками в сфере наставничества, обсуждения вопросов развития наставничества в различных областях, включая образование, корпоративный сектор и государственные структуры. Окружные сессии форума продолжат серию программ, посвященных обсуждению единого профессионального стандарта «Наставник», который станет инструментом регулирования трудовых отношений и позволит работодателям эффективно решать широкий спектр кадровых задач.

Форум включает пленарные заседания, «круглые столы», секции, мастер-классы, презентации лучших практик и другие мероприятия. В рамках двухдневной программы проходит конкурс «Лучшие практики наставничества». ТОП-50 из них войдет в Банк лучших практик наставничества России. В каждом федеральном округе будут определены шесть победителей конкурса – по два в каждой номинации: «Лучшая практика наставничества в образовании», «Лучшая практика наставничества на рабочем месте», «Лучшая практика наставничества в воспитании и социализации» и двое победителей в спецноминации «Лучшая практика реверсивного наставничества».

Первая выездная сессия форума и конкурса лучших практик наставничества уже прошла в конце октября в Саранске. После Нальчика, который представляет весь Северо-Кавказский федеральный округ, сессии пройдут еще в шести: Уральском, Сибирском, Дальневосточном, Южном, Северо-Западном и Центральном. Подведение итогов форума и награждение победителей конкурса состоятся 20-21 декабря в Москве на ВДНХ.

ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ

В Нальчике форум открылся пресс-брифингом, посвященным наставничеству, достижениям и перспективам института наставничества в Кабардино-Балкарии. Спикерами выступили руководители и заместители министерств Кабардино-Балкарской Республики, которые рассказали о лучших практиках. Заместитель руководителя Министерства по делам национальностей и общественным проектам КБР Джамбулат ГЕРГОКОВ познакомил присутствовавших с проектом «Куначество», реализуемым в республике уже девять лет. О работе с трудными подростками рассказал министр по делам молодежи Азамат ЛЮЕВ. Он отметил: «Акцент мы сделали на наших детях, молодых людях, которые стоят на учете на различных уровнях, по различным причинам. Их в республике примерно 130 человек, очень важно с этой категорией работать адресно. Вовлечение их в различные направления деятельности и молодежную политику - путь, который приведет к исправлению этих ребят, к тому, чтобы они действительно стали частью общества. За этот год нам удалось из 61 ребенка, за которыми были закреплены наши наставники, вывести девятерых из этого списка по причине исправления. Они сняты с различных видов учета. Хочу отметить, что формат наставничества мы реализуем по всем направлениям, в том числе в сфере молодежного предпринимательства. У нас завершается региональная программа стартап-



В школе №33 г. Нальчика 2 и 3 ноября прошла вторая выездная сессия в рамках Всероссийского форума наставников-2023. Проводится он в рамках объявленного в этом году Года педагога и наставника.

школа «Бизнес 07». Седьмого ноября мы провели инвестиционную сессию, в рамках которой участники обучающих программ и предпринимательства получили наставников из числа действующих предпринимателей».

Проекты наставничества активно поддерживаются Министерством труда и социальной защиты КБР, о чем сказал руководитель ведомства Алим АСАНОВ. Он отметил, что около 150 студентов факультета социальной работы КБГУ в Республиканском центре труда, занятости и социального обслуживания населения рядом с наставниками от двух до четырех недель проходят практическое обучение, стажировку и осваивают на практике уже полученные знания. «Мы всех новых, принятых на работу специалистов закрепляем за наставниками. Это оформляется документально, они несут ответственность за компетенции, которые прививаются на первоначальном этапе. Этот институт очень востребован и нужен непосредственно как новому сотруднику, так и наставникам, поскольку они таким образом оттачивают свои навыки и мастерство, чтобы быть полезными обществу», - сказал А. Асанов.

ЕГО ГЛАВНОЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ - ПОДДЕРЖКА

После пресс-конференции начался «круглый стол», за которым обсудили перспективы развития института наставничества в России и вопрос необходимости его правового регулирования. Участники поделились мнениями по данному вопросу, а также инициативами и практиками в сфере наставничества в подведомственных организациях субъектов Северо-Кавказского федерального округа.

Спикеры провели экспресс-опрос, где участники создавали портрет наставника, опираясь на собственные представления и ассоциации. На вопрос, что для вас наставничество, ответы были разные, но больше всего написали слово «поддержка». Организаторы уверены, что войти в единое понятийное поле позволит государственное регулирование наставнической деятельности, в том числе принятие профессионального стандарта «Наставник».

В приветственном слове министр просвещения КБР Анзор ЕЗАОВ зачитал Обращение Председателя Правительства КБР Али МУСУКОВА. В нем отмечено, что «на современном этапе развития наставничество обретает особое значение. Это взаимодействие, которое предполагает передачу опыта, навыков и знаний через неформальное взаимообогащающее сотрудничество, основанное на доверии и партнерстве. Выражаю благодарность Государственному университету просвещения, который взял на себя и успешно реализует такой значимый проект по объединению лучших практик наставничества».

Председатель комитета Парламента Кабардино-Балкарской Республики по образованию, науке и делам молодежи Нина ЕМУЗОВА отметила, что наставничество - важный момент в вопросах решения кадрового дефицита, который образо-

вался в стране в последние годы.

Заместитель министра образования Ставропольского края Денис ЖИРНОВ также обратил внимание на кадровый дефицит в образовании. «В школы приходит все меньше учителей. А те, кто все же пришел, сталкиваясь с серьезными проблемами, через несколько лет уходят. Это и родители, и непослушные дети, и отсутствие желания у более опытных учителей помогать молодым коллегам, - сказал он. - А форма «учитель - учитель» или «педагог - педагог» помогла бы найти золотую середину, которая сделала бы из молодого специалиста настоящего учителя, а более опытного дала бы не перегореть и продолжать работать. Уже в ближайшее время более 60 процентов учителей уйдут на пенсию».

Отвечая на вопрос, нужна ли нормативная база, регламентирующая работу наставников, Анзор Езаов сказал: «В школе без наставника, без системы формального и неформального кураторства невозможно говорить об эффективной воспитательной работе. Как бы ни был важен процесс обучения, в приоритете - воспитание. Но в школе это не должно быть формализовано. Все участники образовательного процесса являются наставниками по распределенной модели».

Особую роль наставничества в системе среднего профессионального образования отметил заместитель министра образования РСО-Алания Вадим ГАБЕЕВ: «Наставничество студентов на производственной практике дает компетенции, которые невозможно получить в образовательном учреждении».

СКАЖИ СПАСИБО

В рамках Форума наставников-2023 в Нальчике стартовала акция «Мой наставник: Скажи спасибо тому, кто вдохновляет». Его суть в том, чтобы каждый мог поделиться историей о своем наставнике и рассказать, как именно этот человек повлиял на его жизнь. Для участия необходимо создать и опубликовать видеоролик или пост с текстом, где рассказывается о человеке, который внес существенный вклад в ваше развитие, помог стать тем, кем вы являетесь сегодня. В конце не забудьте добавить хэштег #мойнаставник. Самые увлекательные и вдохновляющие истории, а также креативные визуальные материалы будут опубликованы в «Сообществе наставников» ВКонтакте.

ОТ ТЕОРИИ К ПРАКТИКЕ

Во второй день форума участники перешли от теории к практике. Прошло интерактивное пленарное заседание по вопросам развития наставничества в различных областях: в образовании, социализации и воспитании, на рабочем месте. Состоялся конкурс «Лучшие практики наставничества», питч-сессии практик «Наставничество в образовании». Работали зоны нетворкинга и дискуссионная площадка «Наставничество в молодежной политике и работе с молодежью» с участием региональных спикеров и практиков. Было организовано два мастер-класса на выбор - «Личность наставника: какими качествами и компетенциями должен обладать наставник? Построение личной траектории развития» и «Галерея эффективных приемов наставничества».

А ключевыми событиями дня стали конкурс «Лучшие практики наставничества-2023» и выбор победителей путем голосования участников форума и онлайн-зрителей. В финальном этапе приняли участие организации из семи регионов. МКОУ «СОШ №4» им. М.А. Сижажева г. Баксана была признана лучшей в номинации «Лучшая практика наставничества в образовании», а абсолютным победителем во всех номинациях стала Чеченская Республика.

Эстафету Форума наставников-2023 и конкурса лучших практик наставничества принимает Челябинск, Уральский федеральный округ, где выездная сессия пройдет 9 и 10 ноября.

Алена ТАОВА.
Фото автора

Серебряную медаль получат выпускники школ, набравшие 60 баллов за два ЕГЭ

Серебряную медаль будут вручать выпускникам, получившим не более двух итоговых четверок, а также набравшим не менее 60 баллов за ЕГЭ по русскому языку и еще одному предмету. Соответствующий приказ Минпросвещения РФ опубликован на официальном портале правовой информации.

«Медаль «За особые успехи в учении» II степени вручается выпускникам, имеющим по всем учебным предметам, изучавшимся в соответствии с учебным планом, итоговые оценки успеваемости «отлично» и не более двух оценок «хорошо» и успешно прошедшим ГИА (без учета результатов, полученных при прохождении повторно ГИА) и набравшим не менее 60 баллов на ЕГЭ по учебному предмету «Русский язык»; не менее 60 баллов на ЕГЭ по одному из сдаваемых учебных предметов», - говорится в документе.

Для золотой медали порядок сохранен: итоговые пятерки по всем предметам и не менее 70 баллов за ЕГЭ по русскому языку и еще одному предмету. Кроме того, медали должны вручаться в торжественной обстановке одновременно с выдачей аттестатов с отличием о среднем общем образовании. При утере медалей дубликаты не выдаются.

Число бюджетных мест в вузах вырастет

Число бюджетных мест в российских вузах в 2024 году будет увеличено, их общий объем составит около 592 тыс., что на 1811 мест больше, чем сейчас, заявил вице-премьер РФ Дмитрий Чернышенко.

«Согласно поручениям Президента России Владимира ПУТИНА по обеспечению доступности высшего образования в 2024 году количество бюджетных мест в российских вузах будет увеличено. Общий объем бюджетных мест на следующий учебный год в вузах составит 591 967. Это на 1811 больше, чем в нынешнем учебном году», - сказал Д. Чернышенко.

Ольга
КАЛАШНИКОВА

ПОМОГАЕМ РЕАЛИЗОВАТЬСЯ

- Мои воспоминания о детстве самые теплые и радостные. Я не была активным ребенком, но достаточно общительным. Были подруги и одноклассницы, с которыми вместе гуляли и общались. Но моим мечтам о большом спорте не суждено было сбыться по независящим от меня обстоятельствам. В детстве грезил профессионально заниматься плаванием, даже какое-то время посещала бассейн. Но его закрыли. Хотя бы успела научиться плавать. В Тырныаузе до сих пор не восстановили бассейн. Поэтому, когда позволяет время, приезжаю в Нальчик поплавать. Когда поняла, что не могу стать пловцом, решила заниматься гимнастикой, но по возрасту уже было поздно. Мне осталось только смотреть по телевизору, как добиваются успеха другие спортсмены. Это все издержки небольших удаленных от центра городов.

Однако другую свою мечту я все-таки воплотила. В детстве представляла, что мой деревянный шкаф – это доска. Брала мел и для воображаемых учеников писала на нем число, классная работа, упражнение – все как полагают во время урока. Когда немного повзрослела, своим младшим двоюродным братьям и сестрам помогала делать уроки. Стать педагогом решила благодаря замечательным учителям школы №2 г. Тырныауза, где училась. Профессионалы всецело преданные своему делу, именно они заронили в мою душу преподавательское зерно.

После школы поступила в КБГУ по направлению «воспитательная работа». Но, к сожалению, поняла, что воспитательная работа меня не привлекает. Даже практика в садике не помогла. Мне больше нравится учить детей. Затем отучилась на педагогическом факультете, окончила магистратуру по направлению «педагогическая психология». Трудovou деятельность начала воспитателем группы продленного дня в гимназии «Радуга» в Нальчике. Дальнейших перспектив для себя там я не видела и решила работать педагогом в родном Тырныаузе.

«ДВИЖЕНИЕ ПЕРВЫХ»

- Сейчас я возглавляю «Движение первых» в Эльбрусском районе. Оно было основано в 2022 году при поддержке Президента РФ Владимира ПУТИНА. Главная его задача – создание равной, доступной, интересной среды для развития и самореализации детей по самым разным направлениям.

Гость нашего номера - Малика ЭЛЕЗОВА, специалист по организации работы российского движения детей и молодежи (РДДМ) «Движение первых» в Эльбрусском районе, председатель Молодежного совета района, уверена: каждый современный ребенок имеет возможность реализовать себя, а такие лидеры общественных движений России, как она, могут и хотят помочь в этом.

Наше движение помогает детям реализовать себя. Я работала в школе и знаю, что от учащихся требуется только учеба. Другой – более интересной жизни, каких-то перспектив они не видят. Дети не знают, что есть масса возможностей показать свой потенциал, получить грант на осуществление своих проектов, участвовать во всероссийских конкурсах и акциях, быть значимыми для своего города, села и республики. Современная молодежь может в самом начале жизненного пути найти свое предназначение, добиться успеха и признания, стать лидером, за которым захотят пойти другие.

В движении много направлений, каждый может найти что-то по душе и по интересам. В их числе – спорт, патриотизм, туризм, волонтерство и добровольчество и так далее.

Мы только в начале пути, делать первые шаги всегда нелегко. Предполагается, что участники объединения будут продолжать инициативы советских пионеров и вносить свой вклад в развитие общества. В этом вопросе велосипед не стали изобретать, по сути, это возрождение советского пионерского движения, адаптированное под современные реалии. Но дело в том, что выросло несколько поколений вне этого общественного движения и они пока не понимают, для чего им это надо. Многие зависят от родителей. Однако и они не застали период пионерского движения. Наша задача сегодня – посещать учебные заведения, разъяснять цели и задачи объединения. Среди молодежи есть активные, которые своим примером привлекают сверстников, их число постепенно растет. Все происходит на добровольной основе. Чтобы стать участником движения, нужно пройти



регистрацию на нашем сайте. Принимать участие в проектах и по какому направлению, каждый решает сам. Многие зависят от активности и мотивированности наставников. Стараемся тесно сотрудничать с советниками по воспитанию в школах. Перед нами стоит задача воспитать патриотов Родины с активной жизненной позицией.

С третьего по пятое ноября уже был реализован проект «Школа лидеров» в Приэльбрусье. Он направлен на развитие лидерских качеств у детей, которые в будущем станут председателями первичных отделений, открытых в каждой школе. У движения все только впереди.

МОЛОДЕЖНЫЙ СОВЕТ

- В Молодежный совет района попала случайно. Мне предложили, и я согласилась, хотя на тот момент не совсем понимала его цели и задачи. Мне помогли быстро вникнуть в работу. Мы организовывали мероприятия, выезжали с детьми из малообеспеченных семей в Приэльбрусье, проводили с ними дискуссии, организовывали мастер-классы. А когда председатель совета по семейным обстоятельствам сложила с себя полномочия, предложили мне занять эту должность.

Город у нас небольшой, работающей активной молодежи мало. Молодые уезжают из-за отсутствия работы и профессиональных перспектив. Но с открытием гипсового завода и планами по возрождению ком-

бината появилась надежда, что в скором времени Тырныауз оживет. К тому же в городе активно реализуется федеральная программа капитального ремонта школ. Теперь в них предусмотрен кабинет детских инициатив. Обещают, что в 2024 году откроется молодежный центр. Все это большой шаг в возрождении и развитии детских движений.

В ПРОЦЕССЕ ПОИСКА

- Работа занимает практически все мое время, и это радует. В школе мне не хватало простора и свободы действий. Я хотела больше видеть, транслировать в мир и узнавать новое. Движение дало такую возможность. Я активна, полна энергии и желания приносить пользу людям, своему городу и республике. Много читаю, отдаю предпочтение классической литературе.

Мне интересна моя работа. Но все же еще в процессе поиска своего предназначения. И оно непременно будет связано с преподавательской деятельностью, но немного в ином формате, чем школа. Возможно, это будет собственный обучающий центр. Мне нравится живое общение с детьми.

ТО, ЧТО МНЕ ДОРОГО

- У меня замечательная семья. Мама работала медсестрой в районной больнице, сейчас на заслуженном отдыхе. Папа был телемастером – в свое время востребованная профессия. Когда необходимость в таких специалистах отпала, он в поисках заработка уезжал из республики. Сейчас папа дома. Это вообще большая тема для многих наших семей. Часто из-за отсутствия работы мужчины вынуждены подолгу уезжать на заработки. Мой брат-двойняшка Малик уже десять лет живет и работает в Новом Уренгое. Реализовывает свой профессиональный потенциал в успешной строительной сфере, продвигается по карьерной лестнице. Если бы он видел для себя перспективы в родном городе, непременно вернулся бы. Недавно он женился, и мы все же надеемся, что будущее своей семьи свяжет с родными местами.

В будущем свой родной город я вижу живым, густонаселенным, где много света и детского смеха. Здесь строятся вузы и гостиницы. Тырныауз может стать привлекательным для туристов. Уже сейчас многие останавливаются у нас, приобретают квартиры и приезжают к нам на отдых. Но в идеале хочется, чтобы эти люди остались в городе и стали его коренными жителями.

Алена ТАОВА.

Фото Тамары Ардавовай

Утверждены требования к лекарствам, которые разрешено применять не по инструкции при лечении детей с тяжелыми хроническими и онкологическими заболеваниями

Российское Правительство утвердило требования к лекарственным препаратам, которые разрешается использовать немного шире, чем указано в инструкции по их применению (офф-лейбл). Постановление об этом подписал премьер-министр РФ Михаил МИШУСТИН. Препараты, применяемые офф-лейбл, особенно актуальны при лечении детей с тяжелыми хроническими и онкологическими заболеваниями, доля их использования может достигать 60-70 процентов.

Согласно постановлению с 1 сентября 2024 года лекарства, применяемые офф-лейбл, могут быть включены в стандарты медпомощи детям и клинические рекомендации, если эффективность их применения подтверждена исследованиями или рекомендациями международных профессиональных организаций.

Лекарства, используемые офф-лейбл, могут применяться в других дозировках, по другим показаниям или назна-

чаться более широкой возрастной группе пациентов. Ранее Правительство утвердило перечень заболеваний, при которых такие препараты разрешается назначать детям. В него вошли более 20 различных групп заболеваний и состояний, в том числе новообразования, болезни крови, органов дыхания и эндокринной системы, пороки развития и хромосомные нарушения, болезни нервной системы, состояния, требующие оказания паллиативной помощи.

Отечественный внутривенный препарат против гепатита В получил регистрацию Минздрава

Компания НПО «Микроген» (входит в холдинг «Нацимбио» «Ростеха») получила регистрацию Минздрава РФ на препарат против гепатита В «Антиген-Нео», который стал первым отечественным внутривенным иммуноглобулином для профилактики заболевания у детей и взрослых. Об этом сообщила пресс-служба «Ростеха».

«Компания НПО «Микроген»... получила одобрение Минздрава России о регистрации лекарственного препарата против гепатита В. Клинические исследования подтвердили его хорошую переносимость и безопасность. Препарат стал первым российским внутривенным специфическим иммуноглобулином для профилактики гепатита В как у детей, так и у взрослых», - говорится в сообщении.

Препарат также показан пациентам с повышенным риском заражения гепатитом В перед операциями, органной и клеточной трансплантацией. В отличие от лекарственного препарата иммуноглобулина прошлого поколения

«Антиген-Нео» применяется внутривенно, что обеспечивает его высокую терапевтическую эффективность.

«Препарат создан на базе собственной запатентованной НПО «Микроген» технологии получения высокоочищенных и безопасных от вирусов иммуноглобулинов класса G. Наше

ноу-хау позволяет создавать препараты на основе плазмы крови с качественными характеристиками самого последнего поколения. «Антиген-Нео» успешно прошел все стадии клинических испытаний и готов к серийному производству», - приводятся в сообщении слова замгендиректора «Ростеха» Александра НАЗАРОВА.

Наследственные заболевания выявлены у более чем 400 новорожденных благодаря расширенному неонатальному скринингу

У более 400 новорожденных в России выявлены наследственные заболевания благодаря неонатальному скринингу, который стартовал с 2023 года, все дети после установки диагноза получают лечение, заявил министр здравоохранения России Михаил МУРАШКО.

Расширенный неонатальный скрининг, позволяющий выявить около 40 наследственных заболеваний и групп наследственных заболеваний, стартовал в России 1 января 2023 года.

«Скринингом в России охвачено более 960 тысяч новорожденных, уже сегодня выявлено более 411 заболеваний», - сказал М. Мурашко журналистам. Он отметил, что сегодня есть ресурсы и возможности, чтобы сразу же обеспечивать детей, у которых выявлены заболевания, лечением, и тем самым профилактировать инвалидизацию. Ранее вице-премьер РФ Татьяна ГОЛИКОВА сообщила, что более 99 процентов новорожденных сегодня охвачены медицинским скринингом.

Дорогами Победы прошли участники восхождения на вершину Алмалы-Кая



Совместное восхождение команд молодежного клуба Русского географического общества «Альтаир», представителей Минкурортов КБР и Пограничного управления ФСБ России по КБР на вершину горы Алмалы-Кая (2717 метров над уровнем моря) посвятили 80-летию битвы за Кавказ.

Мероприятие, в котором участвовали опытные горюсходители и начинающие, прошло в рамках молодежного патриотического проекта «Дорогами Победы» - победителя конкурса Фонда президентских грантов, сообщает Минкурортов КБР.

На вершину Алмалы-Кая группа поднялась по травянистым склонам юго-восточных отрогов. Ветер и туман осложняли передвижение участников, но, несмотря на все трудности, ребята дошли до вершины. Основными критериями отбора участников стали владение основами начальной туристской подготовки, наличие необходимого снаряжения, прохождение инструктажа по маршруту, включающего передвижение по сложным склонам. Для отдельных участников восхождение стало настоящим посвящением в горные туристы.

По словам руководителя клуба «Альтаир» Тенгиза МОКАЕВА, с 2016 года активисты клуба совершают летние и зимние восхождения на вершины скалистого хребта, а в этом году была заложена традиция установки памятных плит в честь героев Великой Отечественной войны.

«Надеемся, что установка памятной плиты в память о подвигах дедов и прадедов, отстоявших перевалы и ущелья Кавказа в суровые годы Великой Отечественной войны, навсегда оставит след в сердцах и памяти наших активистов», - отметил Тенгиз Мокаев. По мнению заместителя министра курортов и туризма КБР Асланби ШХАГАПСОЕВА, туризм является универсальной платформой для проведения различных тематических мероприятий. Работа с молодежью по патриотическому воспитанию, изучению географии и истории родного края во время высокогорного туристского похода получилась интересной, познавательной, а самое главное - она нравится молодежи.

Проект «Дорогами Победы» реализуется при поддержке Министерства курортов и туризма КБР, Пограничного управления ФСБ России по КБР, Поискового движения России, Русского географического общества. Участниками проекта являются школьники, студенты и волонтеры. Они встречаются с представителями поискового движения, общественными и ветеранскими организациями, потомками участников военных событий из числа местных жителей, совершают возложения к памятникам и мемориалам.

Маршруты проекта разработаны так, чтобы не только посетить места сражений, но и рассказать молодежи о значимых военных событиях, связанных с этими местами, героях, а также тех, кто сохраняет память и прививает подрастающему поколению любовь к Родине, чувства гордости и патриотизма.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Ансамбль песни и пляски Северо-Кавказского округа Росгвардии выступил в республике с аншлагом

Артисты ансамбля песни и пляски Северо-Кавказского округа войск Национальной гвардии завершили благотворительный концертный тур в поддержку военнослужащих, участвующих в специальной военной операции, и в рамках Дня народного единства. Концерты в городах Прохладном и Майском, сельском поселении Ново-Ивановское прошли с аншлагом. Зрители горячо приветствовали творческий коллектив, сообщает пресс-служба Управления Росгвардии по КБР.

«Огромное спасибо за ваше яркое выступление, за профессионализм, мастерство исполнения, оригинальный творческий подход и подаренные эмоции. Подобные встречи прививают любовь к прекрасному. Желаем вам творческого долголетия и новых ярких успехов!» - сказал глава администрации городского округа Прохладный Вячеслав АРХАНГЕЛЬСКИЙ.

Артисты ансамбля исполнили популярные песни российских и зарубежных композиторов, представили хореографические и инструментальные номера, а также авторские стихи. Завершились концерты песней «В единстве сила и честь» в исполнении солистов ансамбля.

Руководитель ансамбля - заслуженный деятель искусств Республики Дагестан и Чеченской Республики, заслуженный артист Республики Ингушетия подполковник Василий БУРМИСТРОВ поздравил зрителей с Днем народного единства и пожелал мирного неба над головой.

Артисты ансамбля отмечены благодарностями и грамотами от администрации городского округа Прохладного, Майского и сельского поселения Ново-Ивановское.

Наталья АЛЕКСЕЕВА



ЗАГАДКИ АМАЗОНОК

• «ГОРЯНКЕ» - 30 ЛЕТ

Неотъемлемой частью духовной жизни человечества с самого начала его существования стала мифология.

Огромное значение в мифологии цивилизаций имеют повествования, посвященные женщинам: богиням, полубогиням, волшебницам, царицам, жрицам и простым смертным. Эти повествования появились случайно и всегда имели этиологический характер. Их влияние на нашу жизнь продолжается до сих пор.

Яркие образы женщин в мифологии не исчезли бесследно в тумане прошлого, а превратились в мистические символы, разгадка которых может иметь большое психологическое и утилитарное значение. Мы попытались приблизиться к пониманию этих символов. В этом увлекательном и сложном процессе нельзя обойтись без проводника, лопцана, иначе говоря, эксперта в мире мифологии.

Сегодня в этой роли выступает заместитель директора Национального музея КБР по научной работе, кандидат исторических наук Феликс НАКОВ, который поможет нам познакомиться с легендарными амазонками.

То, что в наше время женщины берут на себя все больше сугубо мужских обязанностей, заставляет многих социологов говорить о

возвращении матриархата. Феминистки давно оформились в политическое движение. Женщины во главе правительств и государств далеко не редкость.

Подобная тенденция заставляет вновь вспомнить об амазонках, образ которых продолжает будоражить умы, вызывать горячие споры и обсуждения еще до начала нашей эры. С темой амазонок связаны многочисленные произведения античного изобразительного искусства, начиная с седьмого века до нашей эры: сцены амазонмахии, то есть битвы между амазонками и греческими героями. Она вдохновляла писателей и поэтов романтического направления.

Однако некоторые исследователи, среди которых и наш эксперт Феликс Накоев, полагают, что легенды о прекрасных воительницах - всего лишь отголоски воспоминаний о матриархате - эпохе, когда главой семьи была женщина. Ученые избегают делать заявления об абсолютной достоверности существования государства амазонок: ведь ни один из авторов землеописаний, в которых упоминаются амазонки, не встречал их, довольствуясь только тем, что узнал с чужих слов.

И все же, что можно сказать о женщинах, отставивших след в преданиях многих народов?

«Амазонки - дочери изящной, утонченной нимфы Гармонии и бога войны», - говорит Ф. Накоев. Геродот свидетельствует, что они были разбиты греками и взяты в плен на берегах реки Термодонт, что в Малой Азии. В пути непокорные амазонки взбунтовались, захватили корабли и направили их в Меотиду (Азовское море). Там они заключили союз со скифами и положили начало новому амазонскому царству, а затем проникли и на Кавказ. Северный Кавказ считается одним из наиболее определенных адресов обитания амазонок. О «кабардинских» амазонках писал еще до начала нашей эры греческий историк и географ Страбон: «Говорят, что амазонки живут в горах Кавказских...»

А в XVII веке европейским путешественникам показывали женские доспехи, принадлежавшие, как пояснили, убитой в бою амазонке. Самих амазонок ни купцы, ни путешественники, побывавшие там, не видели, но их поражаало то, что черкесские женщины, подобно мужчинам, хорошо ездят верхом, охотятся и стреляют из лука. Феликс Русланович объясняет это тем, что вплоть до XIX века девушек в Черкесии в обязательном порядке учили ездить верхом и стрелять из лука, считая это таким же необходимым пред-

метом образования, как и рукоделие.

Причем это было характерно не только для черкесов. В книге Ф. ВОПИСКА «Жизнь божественного Аврелиана» можно прочитать: «В триумфальном шествии Аврелиана шли со связанными руками взятые в плен иберы, персы, геты, аланы и сарматы. Вели также десять женщин-гетеенок, которые сражались вместе с мужчинами; многие другие были убиты. Надпись на триумфальной арке гласила, что «женщины эти из племени амазонок». Это один из вариантов разгадки легенды об амазонках, считает Феликс Накоев наряду с некоторыми другими учеными. Просто женщины многих древних племен умели сражаться наравне с мужчинами. Но куда и как они исчезли? Однозначного ответа нет.

Возможно, дело в том, что амазонки доспехи, принадлежавшие, как пояснили, убитой в бою амазонке, считая это таким же необходимым пред-

Наталья ПЕЧЕНОВА
На снимке:
модельер Альбина Тажева
«Горянка», №15,
9 августа, 2006 г.)

«ДЛЯ МЕНЯ КАРАТЭ – ИГРА ИНТЕЛЛЕКТА»



удивлюсь, если я что-то упустила. Руслан, как и все спортсмены, не любит говорить о своих победах. А если и скажет, то очень сдержанно, без лишних эмоций.

- Руслан, можно сказать, что вы все-таки зумчик?

- Нет. Все, чего добиваюсь в жизни, мне достается с большим трудом.

На мой взгляд, невезучим Руслана тоже не назовешь. Во-первых, не всякий спортсмен, годами готовившийся к соревнованиям, находит возможность принять участие в них. Во-вторых, не всякому спортсмену удается выиграть автомобиль, и не один. В 1998 году в Нальчике состоялся первый чемпионат России по каратэ-до, посвященный памяти сотрудника МВД Эдуарда Ли, который занимался каратэ. Инициаторы мероприятия – родственники и друзья в качестве приза выставили ВАЗ 2106. Автомобиль достался Руслану Сижажеву, выступавшему в абсолютной весовой категории. Причем он весил меньше всех. Вторую машину – ВАЗ 21099 ему презентовали после участия в чемпионате Европы, где он занял третье место. И, наконец, не всякого спортсмена сводит судьба с таким прекрасным и опытным тренером, как Сергей Криваковский.

- Какие напутственные слова обычно говорит вам тренер перед выходом на татами?

- «Победить или умереть» или «Зарплату урежу» (смеется).

- А на соревнованиях в Турции одержать победу помогло первое или второе напутствие?

- Легче умереть, чем сократят и без того маленькую зарплату (смеется). На самом деле успех во многом зависит от внутреннего состояния спортсмена. Обычно под грузом ответственности перед родными, друзьями и страной я начинаю переживать, лихорадочно думать о том, как бы не ударить в грязь лицом. Такая напряженность кичу кичу. В Турции я как никогда раньше чувствовал себя спокойно. Не осторожничал, рисковал, шел вперед.

Руслан уверенно выигрывал бой за боем. В какой-то момент ход боя переломился. Что произошло, Руслан понял потом. Выбрал неправильную тактику, подвела уверенность, расслабился, решил сэкономить силы для финала, чем и воспользовался противник. Хотя, если вернуться к ходу игры, можно отметить интересную деталь. Судья не счел нужным засчитать удар ногой, который принес бы Руслану досрочную победу.

Интриги – неотъемлемая часть всех соревнований. Российских спортсменов легче засудить по той причине, что каратэ-до в России – молодой вид спорта и у нас еще мало влиятельных судей, – говорит Руслан. – Поэтому нам приходится быть на голову выше.

В итоге – встреча и победа над финном в борьбе за бронзовую медаль. Это для России неплохой результат.

- Как вы думаете, у этого вида спорта есть будущее в России?

- Не так давно Международным олимпийским комитетом каратэ-до было признано олимпийским видом спорта. Хотя почему-то он так и не включен в Олимпиаду, соответственно не финансируется государством. Проблема в том, что его основатели, японцы, были против этого. Они хотят, чтобы каратэ-до осталось традиционно японским видом спорта. Это целая культура. А если он станет массовым, потеряет свою самобытность. Все-таки я надеюсь, что у него большое и интересное будущее, потому что все больше молодых людей увлекаются каратэ-до. Если на чемпионатах мира и Европы по другим видам восточных единоборств принимают участие спортсмены из 20-30 стран, то на наши соревнования съезжаются из 120 стран.

- А для вас в чем заключена философия каратэ?

- Для меня каратэ – красивый и интересный вид спорта. Если для японцев каратэ-до – своеобразная религия, путь к совершенству тела и духа, образ жизни, наконец, то для меня это путь к победе, азартная и в то же время интеллектуальная игра. И результат этой игры зависит не столько от силы, скорости и выносливости спортсмена, сколько от того, насколько точно он просчитает ходы, как в шахматах.

- Какие чувства у вас вызывает соперник на татами?

- Прежде всего это такой же человек, как и я, с которым мне предстоит сыграть в игру и желательнее выиграть. Бывают и такие моменты, когда соперник может сильно ударить меня по голове, что запрещено по правилам, тогда становлюсь более жестоким по отношению к нему.

- А в жизни приходится применять силу?

- Я не любитель потасовок, к силовому решению проблем прибегаю в крайних случаях. Но такие случаи бывают.

- Неужели кто-то связывается с мастером спорта по каратэ?

- У меня же на лбу это не написано. И потом, я не бессмертный Брюс Ли, который одним взмахом ноги побеждает всю толпу. Всегда найдется человек, владеющий другим видом единоборства.

- Кстати, о таких, как Брюс Ли. Они на самом деле хорошо владеют каратэ или это трюк?

- Например, ВАН-ДАМ на экране «танцует» балет. В жизни своим ударом он не попадет ни в одного человека, разве что в пьанго. А Брюс Ли – настоящий боец, владеющий каратэ в совершенстве. Более того, он первый ввел динамику в каратэ.

- Сколько стран успели посетить и где больше понравилось?

- Я побывал в 15-20 странах. Больше всего понравилось в Сан Сити (Южно-Африканская Республика), где в 1996 году состоялся чемпионат мира. Тогда Аслан ГУБАШИЕВ, мой друг, стал первым россия-

нином – чемпионом мира по каратэ-до, а я бронзовым призером в командном выступлении. Французы – самые гостеприимные. А в Германии больше людей, увлеченных спортом.

- Когда мы говорим о чемпионах, в первую очередь представляем людей, наделенных богатырским здоровьем...

- Это не всегда так. Ничто человеческое нам не чуждо. Нередки случаи, когда спортсмен заболевает прямо перед соревнованиями. При колоссальных нагрузках иммунитет ослабевает. В таком состоянии человек очень восприимчив к инфекциям. Запомнился один досадный случай. Я готовился к чемпионату России, который должен был состояться в Махачкале. В процессе интенсивных тренировок я простыл, чему не придал особого значения. Впоследствии это переросло в воспаление легких и меня положили в больницу. На соревнования я все-таки поехал, но в финале проиграл.

- Какое место спорт занимает в вашей жизни?

- Вначале для меня это было просто увлечением. Были совершенно иные жизненные позиции и планы, где спорту уделялось не так много места. Со временем он стал смыслом моей жизни.

- На что-то другое времени хватает?

- Спорт – прежде всего тяжелая работа. Он требует большой отдачи и забирает практически все силы и энергию. На другое просто не остается времени.

- Вы не чувствуете себя заложником спорта?

- Может быть, в финансовом отношении.

Пытался заниматься еще чем-то, кроме спорта, но это сразу отражается на результатах моих выступлений. В нашей стране трудно жить на зарплату спортсмена, тем более создать семью. Все-таки у каждого человека такая потребность рано или поздно появляется. Возможно, поэтому наши спортсмены рано уходят на пенсию. В других странах заниматься спортом престижно. По крайней мере, без особого труда можно позволить себе приехать на соревнования вместе с семьей.

- Кто финансирует ваши поездки?

- Для нас это болезненная тема. Мы привыкли не жаловаться, а решать проблемы. Вообще этими вопросами занимается Сергей Владимирович, и весьма удачно.

- Может, стоит уйти на пенсию? Вы все-таки уже многого добились.

- Нет. Чтобы поставить точку в спортивной карьере, необходимо получить титул чемпиона мира по каратэ-до. Такой чести в России удостоился Аслан Губашиев.

- А что потом?

- Потом можно заняться тренерской работой. Мне нравится заниматься с детьми. Я окончил Российскую академию физической культуры и спорта. Надеюсь, стану таким же хорошим тренером, как Сергей Владимирович.

- Желаю удачи в задуманном.

**Алена ТАОВА.
Фото Тамары Ардавовой
 («Горянка», № 50,
декабрь 2003 г.).**

В большом зале Детской школы искусств Прохладного состоялся праздничный концерт учащихся вокально-хорового и театрального отделений, посвященный Дню народного единства, сообщила режиссер ДШИ Елена БЛИНОВА.

- Этот день еще называют праздником добра и заботы о людях. Говорят, что если в человеке есть доброта, чуждость и доброжелательность, значит, он состоялся. Для каждого человека родина – прежде всего место, где он родился: дом, двор, улицы, город. Но малая родина немислима без Родины большой – великой и необъятной России, единой, могучей, бескрайней и гостеприимной страны. Она протягивает руку дружбы и раскрывает объятия всем народам, которые желают жить на ее земле в мире и согласии, – отметила Елена Петровна.

В концерте прозвучали стихи «Россия начиналась не с меча» Эдуарда АСАДОВА и «Донцам» Ивана НИКИТИНА в исполнении Инессы ГАЙТУРКАЕВОЙ и Вероники СЕЛИВЕРСТОВОЙ, класс преподавателя Ольги ПОДСТАВКА.

Праздничный концерт в Прохладном

Открылся концерт песней «Мы – единая Россия!» в исполнении участников вокального ансамбля «Конфетти», преподаватель – Надежда ПОДКОПАЕВА, он же и закрывал концерт песней «Кто, если не мы?» Эмоциональное выступление участников ансамбля вызвало ответный отклик слушателей.

Новые современные песни о России исполнили солисты Анастасия ЗАГРИБЕЛЬНАЯ, Александр АФОНИЧЕВ, Мария ШКУРАТОВА, класс преподавателя Елены НЕСТЕРОВОЙ; Евгений РЫКОВ, класс преподавателя Надежды ПОДКОПАЕВОЙ. Каждый исполнитель по-своему, с индивидуальным прочтением был убедителен и искрен.

Ведущие Максим ГАВРИШ и Маргарита КОЗИНА в течение

всего концерта трогательно и с чувством рассказывали зрителям об истории праздника и терского казачества, создавая в зале атмосферу добра и душевного тепла.

Образцовый фольклорный ансамбль «Родничок», класс преподавателя Ольги ШЕИНОЙ, дополнил концертную программу красивой песней «Терские казачата». Это был успешный дебют первоклассников, добавивший яркую нотку в общий концерт.

Красивым и ярким номером программы стала песня «Пой, Кавказ!» в исполнении Миланы КОКОВОЙ, класс преподавателя Ольги АНСОКОВОЙ.

В подготовке и проведении концерта принял участие звукооператор Алексей ШВАЕНКО. Видео- и фотосъемку осуществлял педагог-организатор Василий ШЕИН.

Участники концерта и все присутствовавшие в зале ощущали единение. Зрители не могли сдерживать эмоции и со слезами на глазах слушали стихи и песни, подпевали и аплодировали.

Ольга КАЛАШНИКОВА



ЖЕНСКОЙ ДРУЖБЫ НЕ БЫВАЕТ

Мама всегда говорила, что женской дружбы не бывает, а я не верила. Говорила, что предаст любая, если ей это будет выгодно, если разозлится или начнет завидовать. Но я же не такая, почему другие не могут быть похожими на меня. В общем, не слушала маму, завела подруг и делилась с ними самым сокровенным. В детстве были секреты типа: где я зарыла тайник со своими колечками-неделками. Я и сама не помнила, где, только приблизи-

тельно, поэтому даже не знаю, выдавали мои секреты тогда. Но, будучи уже взрослой, столкнулась с настоящим предательством от самой близкой подруги. Ох, мама, почему ты всегда права?!

Мы жили с этой девочкой вместе у одной бабушки, снимали комнату. Комната была крошечная, мы спали на разваленных креслах рядом. Делили еду, одежду и секреты.

Но однажды случилось так, что подруга, постоянно учившаяся на стипендию, вдруг начала получать оценки хуже меня. Классический случай, когда у девушки появляется парень и она запускает учебу. Кто ви-

новат, кроме нее? Никто. Но ей было, наверное, обидно быть по успеваемости ниже меня, и она начала вредничать. Скрывала, когда все договаривались писать шаргалки, не говорила, когда переносили зачет, и т.д.

Я все терпела, хотя немного и возмущалась. Но однажды зашла в лекционный зал и увидела ее в группе девочек, которые над чем-то смеялись. Они меня не видели, и я приблизилась так, что услышала обрывок фразы. Она рассказывала всем подробности моей ссоры с парнем, дополняя небывальцами для пушного эффекта.

В тот момент мне хотелось, чтобы это был страшный сон или шутка, но все было реально, моя лучшая подруга,

оказывается, веселила всех теми личными секретам.

С того дня я не разговаривала с уже бывшей подругой. Не ругалась и не обвиняла. Это была моя вина, что доверилась ей.

Как ни странно, все, что слушал ее тогда в лекционном зале, смеялись над ней же исподтишка за то, что болтает о доверенном, никто не хотел проводить с ней время. Она стала почти изгоем, мне было даже немного жалко ее в памяти о хороших днях нашей дружбы.

Тогда я поняла, что полностью доверять можно только себе. Слушайте родителей, когда они дают вам советы, они лучше знают, в этом я убедилась.

Надия А.

МИКРОПРИВЫЧКИ

Когда я была подростком, была очень ответственной и целеустремленной. Ставила перед собой высокие цели и стремилась добиться успеха. Но со временем заметила, что у меня появились проблемы с концентрацией и завершением начатых дел.

Это очень мешало в учебе и работе. Часто теряла время на пустые разговоры и бесплодные размышления. Чувствовала себя неуверенной и неспособной достичь целей.

Надеясь найти волшебную таблетку мотивации, начала искать способы улучшения своей продуктивности и эффективности. Прочитала много книг и статей о методах управления временем и повышения продуктивности. Фундамент дисциплины – микропривычки. То есть можно считать не заправленную утром кровать ерундой, а на деле, если каждый раз поправлять одеяло, это воспитывает ответственность и целеустремленность. Начала искать метод, способный стать для меня началом пути к самодисциплине.

Одним из таких методов является десятипальцевый набор текста. Этот

метод позволяет значительно увеличить скорость набора текста и улучшить качество набранного материала, а также повысить концентрацию, научиться бороться со стрессом, работать каждый день. Я решила попробовать этот метод и начала учиться набирать текст на компьютере.

Это было очень трудно, требовало много времени и усилий. Но я не сдавалась и продолжала учиться. Понимала, что это необходимо для достижения целей и успеха в жизни. Спустя десять дней уже могла набирать текст десятью пальцами, правда, с низкой скоростью. Со временем скорость увеличилась, и теперь я успешно применяю десятипальцевый метод набора текста в своей работе и учебе. Чувствую себя более уверенной и продуктивной. Понимаю, что успех приходит только тогда, когда готов работать над собой и улучшать свои навыки.

Надеюсь, моя история поможет другим понять, что никакие проблемы не могут остановить, если мы готовы бороться и развиваться. Уверена, каждый может научиться управлять своим временем и достигать целей, если изменит свои привычки.

Амра Н.

Бесплодные поиски

Чем дальше мой возраст (всего 23, но тем не менее), тем все больше забываюсь над тем, за кого мне выходить замуж. Считаю, что муж должен быть внимательным, добрым, заботливым, относиться к жене, как к хрупкому сосуду. Обеспеченность и приятный внешний вид – само собой разумеется. Если об этом, родные смеются и качают головой, таких не существует, говорят. И я с ними согласна, таких нет. Или я их не встречала.

Просто, оценивая себя честно, могу сказать, что достойна именно такого мужа, не меньше. Я красивая, из хорошей семьи, образованная и воспитанная. Не хочу соглашаться на меньшее, но опасение остаться старой девой все же есть, если и дальше так пойдет.

Родные и друзья уже устали искать мне жениха, но мне никто не нравится. Один делает неловкие ужимки, другой не умеет сделать заказ в ресторане, третий вообще заявляет, что жена должна то-то и то-то в первый день знакомства, будто я так и побегу подстраиваться под его правила. А я сижу, такая вся ухоженная и скромная, смотрю на этот балаган и думаю: лучше жить одной.

Невеста без жениха

НЕ ПАРА

Недавно прогремела свадьба близких родственников, на которой я была гостьей и свидетельницей. Мы с невестой сдружились, и она предложила сопровождать ее на свадьбе, а то боится обидеть близких подруг, если выберет одну.

Я согласилась с тяжелым сердцем, так как в душе не одобряла этот брак. Жениху за сорок пять, невесте чуть более двадцати пяти. Ну как так, неужели такая красивая и хорошая девушка не нашла ровесника?

В психологическом плане ее можно понять, росла без отца, и, наверное, подсознательно хочет заполнить этот пробел. Но умом тоже надо думать. Он станет стариком уже лет через десять, а она еще будет молодой женщиной. А если будут дети, к их взрослению папа станет уже как дедушка. Они никогда не совпадут в интересах и мнениях, не смогут общаться на равных. Никогда не смогут принять круг друзей друг друга.

Видя, как эта наивная девочка ставит подпись, меня немного передернуло.

Дай бог, она будет счастлива с мужем, если суждено. И все же считаю это большой ошибкой.

Тина О.

Мурзик

Я завела дома кота, несмотря на аллергию родителей и серьезные конфликты в семье, на предупреждение, что выгонят из дома (была уверена, они так не сделают).

Мой толстый кот по кличке Мурзик стал для меня настоящим другом и компаньоном. Всегда был рядом, когда мне было грустно или одиноко. Я нашла его за гаражами, худого, больного, ухаживала за ним, кормила и играла с ним каждый день. Постепенно мы привязались друг к другу, я уже не могла представить свою жизнь без Мурзика. Рассказала родителям, как он важен для меня, и попросила их понять, что это моя личная ответственность.

Сказать, что родители ругались – значит ничего не сказать. Мурзик, к его чести, тихо сидел в коробке, в которой я его занесла в дом, и не двигался. Устав ругаться, отец пошел спать, мама демонстративно приняла лекарство от аллергии и тоже ушла спать. А мы с Мурзиком пошли в мою комнату, где я ему уже приготовила лежак.

Я думала, что родители успокоятся, но в семье каждый день возникали конфликты из-за того, что Мурзик жил у нас. Родители не хотели его оставлять, а я не хотела его отдавать. Мы долго спорили и обсуждали эту проблему, но, в конце концов, нашли компромиссное решение: я должна съехать. Меня не выгнали, нет, но четко сказали, что не собираются лишней раз травить организм лекарствами из-за моих капризов. Они были правы со своей стороны, поэтому я начала искать небольшую студию. На родителей не обиделась, просто съехала и начала жить своей жизнью. Многие спрашивают отца, как он мог отпустить дочь жить одну? Наш менталитет не позволяет этого, но мои мама и папа, слава богу, люди современных взглядов.

Я уверена, что каждая семья имеет свои проблемы и конфликты. Главное – найти компромисс. Надеюсь, моя история поможет другим понять, что любовь и забота о близких важнее, чем какие-либо ограничения и правила.

Хозяйка Мурзика

СЕМЕЙНЫЕ ТАЙНЫ

Недавно в пылу ссоры муж прокричал очень обидные слова. Я была настолько поражена и расстроена, что прекратила ссору и на неделю уехала к родителям.

Он сказал, что женился на мне по расчету, но больше из жалости. Будто бы хотел совершить доброе дело в бременном мире.

А я жила и думала, что мы такая хорошая семейная пара, любящие и адекватные. Все смотрели из завидовали.

Теперь такое чувство, будто я в шоу Трумана, все вокруг обман и насмешка. Я жила, испытывая гордость за себя и свой семейный очаг. Была счастлива. Но теперь ощущаю глубокую печаль и понимание, что уже никогда не буду прежней.

Я же не была девушкой с улицы, чтобы жениться на мне из жалости. Я из хорошей семьи, мои родители – уважаемые люди. Они оплатили долю свадьбы, дали

хорошее приданое, помогают до сих пор. Я со своей стороны старалась все силы сохранить гармонию с мужем. Никогда не упрекала, не обижала словом, выполняла всю работу по дому, следила за собой. Но ради чего все это было? Ради чего я прожила с этим человеком двенадцать лет?

У нас двое детей, бизнес, дом и общий быт. А он, видите ли, из жалости живет со мной.

Обычно не задерживался допоздна, но в тот день отсутствовал почти до утра и не отвечал на звонки. Под утро его привезли друзья, пьяного в стельку, я не выдержала и возмутилась. В ответ он произнес слова, разрушившие мою жизнь.

Спрашиваю себя, за что? Но не нахожу ответа...

Ирада К.

В НАЛЬЧИКСКОМ ИЗДАТЕЛЬСТВЕ М. И В. КОТЛЯРОВЫХ ВЫШЛИ КНИЖНЫЕ НОВИНКИ • КНИЖНЫЕ НОВИНКИ

КАБАРДИНСКИЕ И БАЛКАРСКИЕ СКАЗАНИЯ В ПЕРЕСКАЗЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Книга вышла в твердом переплете, став очередным пополнением популярной издательской серии «Библиотека избранного». Новое издание проиллюстрировано цветными рисунками знаменитого художника Л. ФЕЙНБЕРГА, взятыми из книги «Нарты. Кабардинский эпос», выпущенной в 1957 году издательством «Художественная литература».

Рассказывает главный редактор издательства Виктор КОТЛЯРОВ: «Это издание увидит нам данью памяти выдающемуся писателю Валентину КУЗЬМИНУ, творчество которого – ярчайшая и, на наш взгляд, недооцененная страница в истории Кабардино-Бал-

карии. В творческой биографии русского литератора не только целый ряд авторских романов и повестей, оказавших большое влияние на творческий процесс в республике, но и авторизованные переводы произведений национальных авторов, составление и редак-



тирование многочисленных сборников, обработка и пересказ кабардинских и балкарских сказаний, в том числе и эпоса «Нарты».

Как писал Валентин Кузьмин в предисловии к первому изданию этой книги («Сокровище нартов», «Эльбрус», Нальчик, 1980): «Сказания эти принято называть эпосом. У древних греков это мифы, у русских – былины, у скандинавов – саги и руны. Безвестные певцы и сказители сохранили замечательные легенды минувших

столетий, передавая их устно – от отца к сыну, от старшего к младшему.

Публикуемые тексты роднят схожие сюжеты, их идейно-художественная направленность; детали, связанные с местом действия, обычаями, бытом, мотивами поступков. Главное же одно – свершения героев нартского эпоса поистине богатырские, нартты защищают слабых, помогают обездоленным, их боевые дела, их мирный труд на благо всем людям».

ТЛЕПШ И ДАБЕЧ (Из кабардинских сказаний)

Жил когда-то в горах кузнец Дабеч. Обходился он без клещей и без молота. Ковал богатырский меч камнем на огромной глыбе, которая служила ему наковальней, вместо углей у него кизил, вместо мехов – оленья шкура, вместо горна – горящее солнце. Любил свое дело Дабеч, и хотелось ему научить кузнечному ремеслу других. Но напрасно обошел он горы, долины и леса – никого не нашел вокруг, кто бы мог стать ему достойным учеником. Так и остался кузнец одиноким.

И вот однажды полыхал в кузне огонь: ковал увлеченный работой Дабеч податливое железо и случайно заметил, что в дверную щель пылливо и зорко смотрит незнакомый юноша.

– Чей ты? – спросил Дабеч. – Зачем пришел?

Юноша исчез так же внезапно, как и появился. Через день он снова пришел и снова и наконец перестал убегать, привыкнув к Дабечу. Вышел из своего укрытия и приветливо сказал:

– Пусть добро и свет приносят всем твой огонь, о, повелитель железа! Не возьмешь ли ты меня к себе в помощники? Ты откроешь мне двери кузницы, поведаешь тайны руды, а я не останусь неблагодарным – помогу тебе, как сумею.

Юноша был статным великаном с могучими плечами и грудью.

Обрадовался Дабеч:

– Я стар и давно хотел иметь внука. Давно мне нужен подмастерье. Ты молод, но в руках твоих – богатырская сила! Скажи мне, как твоё имя?

– Зовут меня Тлепшем, – ответил юноша. – Я никогда не рождался и никогда не умру, силы во мне кипят неземные, суждено мне стать отцом кузнечного дела, вот и явился я в первую кузницу, какую нашел по дороге. Впусти меня и дай потрудиться!

И стал Тлепш работать у Дабеча.

С каждым днем подмастерье набирается сил и умения, а Дабеч стареет. И снится однажды старому кузнецу сон.

Трудится в кузне радостный Тлепш, как с воском, играет с железом, слышится оно одного его взгляда. Если ласково посмотрит юный кузнец – становится железо горой, если нахмурит брови – раскалился, ярким пламенем запылает, а если дунет – холодной делается сталью и звонко звенит.

Проснулся кузнец. Утром подошел неслышно к кузне и стал любоваться работой Тлепша.

Достал Тлепш раскаленное докрасна железо из огня голыми руками и стал мять его в ладонях, сгибая в подковы.

– Быть тебе доблестным мужем, – сказал Дабеч, – не обжигает огонь твоих умелых и могучих рук.

В это время в кузницу вошли два молодых нарты и внесли третьего со сломанным бедром. Все трое оказались родными братьями. Рассказали, что в игре «Пеший – конный» средний брат упал с коня и сломал бедро. Стали юноши просить Дабеча заклепать стальное бедро молодого нарта, чтобы он снова мог участвовать в богатырских играх. Подумал Дабеч и показал на Тлепша:

– Вот кто поможет вам, славные витязи. Он добрый умелец и мой подмастерье.

С этими словами старый кузнец покинул кузницу.

Гости недоверчиво глядели Тлепша и, взяв на руки среднего брата, ушли, говоря, что, видно, решил подшутить над ними старый Дабеч – разве сможет подручный выправить бедро нарта?

Дабеч тем временем возвращается в кузницу и думает: пока дойду – починит бедро Тлепш, если правду предсказывал сон.

– Кончил ли дело? – спросил Дабеч, увидев возле кузницы Тлепша.

– Не поверили нарты в мое умение, – ответил Тлепш старику. – Унесли брата. Если можешь, верни их, Дабеч.

Бросился Дабеч вдогонку. Крикнул нартам, чтобы возвращались.

Стал старик сам клепать увечное бедро, а Тлепш стоит себе в темном углке кузницы и ворожит потихоньку: мигнет железу – и светится оно из рук, выбивается в сторону, норovit соскользнуть на пол. И так, и этак утешится возле горна умелец – ничего не выходит, не может бедро приклепать. Пылливо глянул Дабеч на подручного, подумал немного и все понял.

– Ты один – кузнец всем кузнецам, – сказал он Тлепшу. – Не слепит твоих глаз огневое железо, не жалит их колючие искры. Рядом с тобой я ничего не умею, а твоя власть над железной рудой беспредельна. Был ты до сих пор подручным моим – быть теперь тебе главным. С радостью преклоняюсь перед тобой и оставляю тебе кузницу со всем добром. Прощай же, Тлепш, лучший кузнец на свете!

Старый Дабеч медленно вышел из кузницы, а Тлепш стал ковать-врачевать поломанное бедро. Ловко и быстро поставил он на ноги нарта, и заремела по долам и ущельям слава о дивном мастере, повелителе руд, кузнеце Тлепше. Докатилась слава до Хасы. Послали старейшие нарты за Тлепшем, и когда явился он, усадили на самое почетное место. Семь огромнейших бочек ароматного сано осушили нарты в честь бога железа Тлепша.

КАРАШАУАЙ И НЕИЗВЕСТНЫЙ ЮНОША (Из балкарских сказаний)

Собрался однажды Карашауай в путь-дорогу. Оседлал своего коня и пустился вскачь куда глаза глядят. Навстречу ему юноша верхом на стройном коне. Шлем на молодце островерхий, кольчуга добрая, меч у пояса, лук за спиной и колчан на боку со стрелами. Из-под шлема видны золотые кудри – красив и статен неведомый витязь.

– Мир тебе, путник, – сказал он Карашауаю. – Давно ищущи встречи с тобой!

Поехали они вдвоем стремя в стремя. Долго ли, коротко ли ехали, неизвестно, а только наткнулись путники на разрушенные конюшни.

– Что за сараи и кто развалил их? – спросил Карашауай.

– Это конюшни для табунов эмегенов, – ответил юноша. – Я их разрушил.

Поскакали дальше. Видят, невдалеке стоят невысокие дворцы из блестящего камня, вокруг табуны, коней в них видимо-невидимо. Сказал тогда юноша Карашауаю:

– Ради этой минуты искал я встречи с тобой, славный Карашауай! Не откажи мне в услуге, поедем туда, куда я укажу!

Согласился Карашауай.

Приблизились они к одному из замков, и попросил юноша Карашауаю помочь ему расправиться с эмегеном, хозяином этих мест, и угнать его табуны:

– Я первым нападением на него и если не смогу одолеть одноглазого, позову тебя на выручку, доблестный Карашауай!

Насупись молчаливый Карашауай и пожал плечами. Коли не надеешься справиться со своим противником в одиночку, нечего и в драку соваться! Подумал так нарт, но ничего не сказал, постеснялся.

Юноша спешился и вошел в замок, а Карашауай остался на лугу, где паслись лошади эмегенов.

За воротами замка схватился юный пришелец с могучим великаном, борются они, ногами топчут так, что гудит под ними земля.

Не осилил молодец эмегена и позвал Карашауаю на помощь. Вихрем влетел нарт за ворота и одним ударом поверг эмегена.

– Есть в табуне жеребец с золотым хвостом, – сказал юноша. – Должны мы поймать его любой ценой. Трудное это дело, но если поймает, поведет он за собой весь табун.

– Надо устроить так, чтобы напал тот жеребец на моего буланого-лопоухого. Пусть подредутся они, а дальше посмотрим!

Так и сделали. Подъехали ближе, и кинулся на них жеребец с золотым хвостом. Карашауай слез с коня и пустил вперед своего лопоухого.

Сшиблись в воздухе богатырские кони. Громкий храп стоит вокруг и конское ржание, стучат тяжелые копыта о землю.

Наконец свалил нартский конь златохвостого жеребца. А Карашауай быстрее молнии набросил на него аркан, оседлал и вскошил в седло.

Как сказал юноша, так и вышло: потянулся за ним весь громадный табун эмегена.

– Оглянись, погляди, что за пыль клубится у нас позади? – сказал Карашауай своему спутнику.

– Скачет за нами на лихом коне еще один одноглазый! – ответил златокудрый витязь. – Поезжай вперед и не останавливайся, а я встречу врага с оружием. Уговор, как и в первый раз: если крикну, значит, плохи мои дела, тогда поспеши на выручку.

И снова не понравились такие слова Карашауаю, но постеснялся он отказать, дал согласие.

Вот поравнялись юноша и эмеген, остановились оба.

– Как будем биться? – спросил одноглазый. – Поборемся или пусть каленые стрелы решают исход поединка?

– Все равно мне, выбирай, что хочешь.

– Настоящие мужчины решают споры в честной борьбе, – сказал эмеген.

Стали они бороться. И опять не выдержал молодец натиска одноглазого великана – кликнул на подмогу Карашауаю.

Оставил эмеген слабосильного юношу и стал бороться с Карашауаем. Долго не могли они одолеть один другого. То эмеген схватит нарта за пояс и загонит его в землю по самые колени, то Карашауай воткнет эмегена по пояс, будто не твердая дорога у них под ногами, а топкое болото.

Наконец изловчился Карашауай и одержал верх над одноглазым.

Тотчас подбежал юноша к своему коню, отвязал седельные ремни, на которых висел деревянный черпак, и, зачерпнув воды из источника, откуда пили эмегены, утолил жажду.

– Что же ты делаешь, парень? – удивился Карашауай. – Сам красив и чист с виду, а пьешь такую грязную воду!

– Не осуждай меня, добрейший из нартов, и не смейся, – отвечал юный витязь. – И прости мне мой невольный обман: не парень я, а красная девушка. Потому и ношу эти золотые кудри!

Сняла красавица боевой шлем, и рассыпались по тонким плечам густые девичьи волосы.

– А зачем мы сражались с эмегенами? – спросил Карашауай.

Девушка рассказала Карашауаю свою печальную повесть.

– Было у меня четверо любимых братьев, – сказала она. – Всех до единого убили эмегены. Узнала я о гибели родных братьев, переоделась в мужское платье и поклялась мстить, пока стучит мое сердце! А теперь месть свершилась, и сама я погибну: никто еще не оставался в живых, написавшись из источника эмегенов. А теперь исполни, Карашауай, мою последнюю волю: подтяни коню моему подпругу потуже, ударь покрепче нагайкой и пусть скачет, куда пожелает! Он сам найдет тропу к родному порогу. А я здесь останусь, где приняли погибель братья!

Сказала она так и умерла. Карашауай похоронил ее по обычаю, с конем поступил так, как просила, и погнав табун к аулу нартов, чтобы раздать его бедным. На сердце у него было тоска и печаль.

КАК ИНВЕСТИРУЮТ ЖЕНЩИНЫ

Экспертное мнение доцента Северо-Кавказского института – филиала РАНХиГС Евгения ЗОЛКИНА.

- Общее финансовое образование важно как для мужчин, так и для женщин, но, к сожалению, женщины часто отстают, когда дело касается денежных вопросов. Большинство женщин не уверены в своих финансовых знаниях, что может повлиять на их финансовую безопасность. Отсутствие уверенности в своих силах снижает вероятность того, что женщины предпримут какие-либо действия для улучшения своего положения, что делает проблему финансов для женщин важной темой. Есть много причин, по которым инвестирование является важным приоритетом для них. Знание финансовых принципов и советов для женщин может помочь им укрепить финансовую безопасность за счет приумножения своего состояния с течением времени. Инвестирование, например, может создать подушку для выхода на пенсию или покрыть непредвиденные расходы. Поскольку женщины становятся все более

способными самостоятельно зарабатывать на жизнь, обеспечение их финансового будущего должно быть на первом месте.

Инвестирование для женщин также может быть способом поддержать то, что им дорого, и внести позитивный вклад в будущее. Инвестирование направляет с трудом заработанные деньги таким образом, чтобы они приносили дополнительный доход, а прибыль может быть использована для финансирования других проектов. Несмотря на преимущества инвестирования денег для женщин, большинство из них вкладывают свои средства неохотно. Наиболее распространенные причины:

- недостаточная информация об инвестициях и их преимуществах;
- ощущение, что инвестирование слишком сложно, беспокойство по поводу рисков;
- мнение, что у вас недоста-

точно денег для инвестирования или вам нужны огромные суммы, чтобы начать;

- отсутствие женских образцов для подражания в инвестиционной сфере.

Когда дело доходит до инвестирования для женщин, не существует универсального решения, которое подходило бы всем. Лучшая инвестиционная стратегия будет зависеть от индивидуальных финансовых целей и обстоятельств. Таким образом, женщины, не склонные к риску, инвестируют в облигации, которые гарантируют защиту капитала, в то время как молодые женщины инвестируют в акции, которые обеспечивают значительный доход за счет долгосрочного роста. Некоторые инвестируют в недвижимость, которая обеспечивает дополнительный доход и прирост капитала. Кроме того, многие женщины вкладывают средства в компании, которые ценят социальную

ответственность. Такие компании сосредоточены на вопросах окружающей среды, социального обеспечения и управления. Еще один вариант для социально сознательных женщин-инвесторов – импакт-инвестирование, которое включает инвестирование в компании или проекты, направленные на достижение позитивных социальных или экологических изменений. Существует три различных типа толерантности к риску: агрессивный, умеренный и консервативный. Агрессивные инвесторы готовы пойти на больший риск в обмен на перспективу получения более высокой прибыли. Умеренные инвесторы готовы пойти на определенные риски, но хотят минимизировать возможные потери. Консервативные инвесторы отдадут предпочтение сохранению капитала, а не потенциалу роста. Например, если вы на пенсии или собираетесь выйти на пенсию, следует

прислуживаться более консервативного подхода к защите своего капитала. С другой стороны, если вы молоды и у вас большие горизонты, возможно, сможете позволить себе больший риск. В конечном счете все дело в том, чтобы найти правильный баланс риска и вознаграждения, который соответствует вашим индивидуальным потребностям. Определение вашего профиля риска – шаг к пониманию финансов для женщин, который позволит принимать более обоснованные решения, как инвестировать свои средства. В конечном счете лучшая инвестиционная стратегия для женщин зависит от их конкретных целей и ценностей. Понимание финансов для женщин и разработка финансовых планов и профилей рисков для инвестирования являются наиболее важными факторами в поиске правильного инвестиционного инструмента, который может удовлетворить финансовые потребности.

Мадина ИНДРИСОВА

ОТ СТРЕССА К СТРЕССУ: ОБРЕСТИ СПОКОЙСТВИЕ И ГАРМОНИЮ ВОПРЕКИ СИТУАЦИЯМ

В современном обществе, наверно, не избежать даже одного человека, не подверженного стрессу. К этому располагает как большое количество неконтролируемой информации во всемирной паутине, так и взаимоотношения социальных единиц в постоянном оценочном режиме.

Иногда, попадая в серьезную кризисную ситуацию или находясь в постоянном пассивном стрессовом состоянии, мы не знаем, как бороться с упадком физических и эмоциональных сил. Когда человек не понимает, что делать, неопределенность порождает страх и тревогу. Такие эмоции являются совершенно нормальными, они сигнализируют об ожидаемой опасности, связанной с внутренними переживаниями и внешним воздействием. Они нужны, чтобы дать человеку возможность правильно отреагировать на происходящее. Но мы обесцениваем безупречную работу своей психики, нервной и эндокринной систем, впадая в депрессию и думая лишь о том, что нам плохо.

Есть китайский иероглиф, который переводится как «кризис». Но у него есть и второе значение: «возможность». Кризисное состояние можно использовать как возможность отреагировать на происходящее правильно, только надо знать, как.

Испытывая страх, угнетение или тревогу, надо думать о том, что есть два варианта: сидеть и страдать или использовать свое психическое состояние как боевой настрой, помогающий правильно действовать. Нужно уметь правильно проживать кризисные моменты и непрерывный стресс в быту, чтобы расти как личность и обрести контроль над своей жизнью и всем, что с ней связано.

Как же справиться со стрессом в условиях современной жизни? Надо вспомнить, что вы делаете, когда что-то идет не по плану или вам не нравится происходящее. Молча терпите? Выливаете свое плохое состояние на родных и близких? Ругаете себя, что не можете преодолеть эмоции?

Избегаете посмотреть правде в глаза, записывая в соцсетях? Заедаете сладким или запиваете алкоголем?

Все эти методы не принесут нужного эффекта. Временное облегчение – да, но не решение проблем.

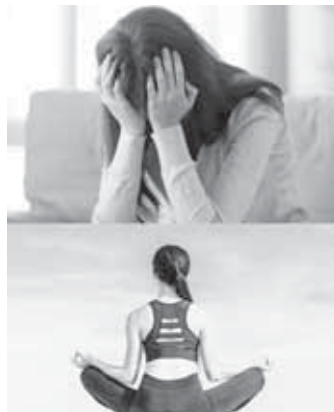
Выйти из кризисной ситуации и справиться стрессом можно при помощи психолога, но в большинстве случаев человек способен стабилизировать себя самостоятельно.

Самое главное правило – дать эмоциям выход. Плачьте, погрузите, напишите о своих чувствах в дневнике. Если злитесь на определенного человека, напишите ему письмо, не стесняясь в выражениях и высказывая все, что вам хотелось бы ему донести, а потом порвите или сожгите написанное. Разумеется, можно обратиться лично к человеку, но нам свойственно жалеть о сказанном и сделанном в состоянии эмоциональной нестабильности, поэтому не бросайтесь в ссору с головой. Обратитесь к бумаге, она все стерпит.

Отсюда плавно вытекает совет вести дневник, если вы живете в условиях постоянного стресса. Не нужно оформлять его красиво или покупать специальный дорогой блокнот. Просто возьмите тетрадь и перенесите туда все, что выходит из-под пера. Не задумывайтесь об орфографии или стройности мыслей. Переливайте, как воду, из головы в тетрадь.

Когда человек испытывает негативные эмоции, у него больше активизируется правое полушарие головного мозга, а левое, отвечающее за логическое мышление, притормаживает. Синхронизация и стабилизация обоих полушарий принесет облегчение, для этого есть специальные приемы.

Например, положите правую ладонь на левое плечо, а левую ладонь – на правое и одновременно похлопывайте ими. Сначала будут единичные хлопки, потом двойные, так можно довести до четырех похлопываний за раз. Упражнение занимает



всего минуту, выполнять можно практически в любых условиях. Концентрируйтесь на ударах и старайтесь абстрагироваться от всего остального, считайте похлопывания.

Дыхательные упражнения также эффективны, если применять их правильно. Если чувствуете сильные негативные эмоции, попробуйте замедлить дыхание. Растяните вдох на четыре секунды, задержите дыхание на столько же и выдохните, считая до четырех. Далее зажимайте ноздри по очереди, вдыхая через одну и выдыхая через другую.

Дыхательные упражнения можно практиковать так часто, как необходимо, но бывают случаи, когда сама мысль о том, чтобы сидеть спокойно и медленно дышать, вызывает раздражение. Если вы не расположены к самоуспокоению, можно попробовать выпустить негативную энергию через действия и движения. Сходите в спортзал – поколотите грушу, побейте ненужные тарелки, вскопайте огород, сделайте генеральную уборку. Меня успокаивает наведение тотального порядка. Когда занимаюсь организацией окружающего пространства, в голове тоже все раскладывается по полочкам.

Говорила о соцсетях как о методе ухода от действительности. Если вы имеете привычку «прятаться» в соцсетях, имейте в виду: огромное количество нефилтрованной информации приводит к повышению тревожности и усугубляет угнетенное состояние. Правильнее постараться сосредоточиться на реальном мире и насущных вещах. Мозг нуждается в принятии

решения, что делать с происходящим, и чувствует себя гораздо спокойнее в предсказуемых обстоятельствах. Поэтому стоит планировать день, неделю или месяц заранее, давая себе возможность принимать минимум быстрых решений. Иногда мы тратим больше времени на обдумывание задачи, чем на ее выполнение. Определитесь заранее, что будете делать в свободное время, что будете готовить на завтрак и что надевать, по каким дням у вас большая стирка или звонки родным. Спонтанные решения лишают нас энергии, некоторые даже утверждают, что человек может принять не более семи правильных решений в день. Именно поэтому Марк ЦУКЕРБЕРГ и Илон МАСК никогда не одеваются экстравагантно или модно, не привередливы в еде (по крайней мере, так говорят). И все потому, чтобы не принимать лишних решений. Просто представьте, лучшие умы человечества избегают думать о своем внешнем виде или еде. А средний слой населения, мне кажется, только этим и занят. Мы думаем о том, что съест в течение дня, что надеть, что о нас подумают, что мы думаем о других, и так без конца, пока нас не захватит водоворот стресса.

А по-хорошему, нужно расставить приоритеты и исключить все второстепенное из поля своей заботы. Пусть о вас думают, что хотят, и сами делают, что пожелают. Сосредоточьтесь на главных задачах дня и чаще говорите «нет».

Отказывать близким и знакомым немного неудобно, но следует научиться. Направьте энергию на то, что нужно и интересно вам, и отказывайте всему, что мешает или сбивает с цели. Многие недооценивают важность способности говорить «нет». Обычно хочется быть для всех хорошими, но на этом неблагоприятном пути мы теряем себя, упускаем собственные возможности. Попытка заслужить одобрение окружающих также лишает нас энергии, вселяя тревогу. Учитесь отказывать.

В заключение хочется сказать, что нет универсального средства постоянно оставаться неизбывными. Все мы просто люди со своими мечтами, страхами и желаниями. Будьте снисходительными к себе. Разрешите себе иногда ошибаться, говорить нелепые вещи, хандрить в плохую погоду. И помните, что это нормально. Не ругайте себя, никогда не говорите о себе плохо, радуйте свою персону приятными мелочами. Живите полноценной жизнью, она только ваша.

Мадина БЕКОВА



Мария ХАНОВА знает, как приготовить и пышный бисквит, и домашнее сливочное мороженое. Мастерство приготовления различных десертов осваивала еще с младших классов школы, когда готовила для любимой учительницы блинчики с шоколадом. Сейчас балует домочадцев изысканными вкусностями и готовит на заказ. Говорит, что часто тот или иной десерт бывает навеян настроением от прочитанной книги.

• КНИЖНЫЙ РОБИЗОН

из Анк-Морпорка им там ни к чему. Ваймс многому учится на этом пути: отвечать за других, сдерживать себя, терпимее относиться к представителям других видов. Герой совершает очередной скачок в развитии. Но при этом умудряется всегда оставаться самим собой, сколько бы первен ни навесили на его шлем: честным и прямым стражником. И за это мы его любим. Вообще мне кажется, что Ваймс - один из наиболее удавшихся персона-

ДИПЛОМАТИЯ И НЕ ТОЛЬКО

- Взяла бы на необитаемый остров «Пятый элефант» Терри ПРАТЧЕТТА. Это двадцать четвертая книга цикла «Плоский мир» и пятая книга из цикла о городской страже. В переводе с английского название книги можно перевести дословно как «пятый слон». С этой книги в свое время и началось мое знакомство с творчеством Терри Пратчетта. Повествование захватывает с первых страниц. Особого внимания заслуживает фирменный авторский юмор, он просто умопомрачительный. Очень люблю Пратчетта за его умение смеяться над человеческими слабостями. За каждым персонажем его книги всегда стоит какая-то реальная персона, каждый герой имеет прототип.

Чем же, на мой взгляд, хорош цикл о городской страже? Это более всего заметно, если перечитываешь его отдельно и в хронологической последовательности. Эволюция основных персонажей, в первую очередь Сэма Ваймса, который от книги к книге решает все более сложные задачи, по мере роста его профессиональной, семейной и даже политической ответственности. При этом это не какое-то волшебное превращение тыквы в карету, а постепенная сложная внутренняя эволюция героя. В этой части Патриций Витинари направляет командора Ваймса в качестве посла в Убервальд на коронацию нового короля гномов, ведь Сэм еще и герцог Анк-Морпоркский благодаря женитьбе на Сибилле Овцепик. Сэм справедливо боится, что не подходит для дипломатии, Сибилла рассматривает командировку как совместный отпуск и пишет радостные письма подругам по пансиону. В Убервальде оборотни, вампиры и гномы хотят перераспределить власть, и лишние люди

же Пратчетта. У автора на каждом шагу симпатяги и отличные ребята, но многие из них все же второстепенны и более статичны. Конечно, Сэм не единственный эволюционирующий герой в огромном цикле о Плоском мире, есть еще и Смерть, и даже матушка Ветровоск. Но здесь мы говорим именно о Ваймсе

Я в восторге от этой книги. В каждой следующей Пратчетт становится все серьезнее, поднимает вопросы более глобального масштаба. Но при этом все остается приправленным юмором, который снижает градус серьезности и не дает заскучать. Основное внимание здесь уделено Ваймсу и его способности к дипломатии с разными народами, ну и способности потом бежать от тех, кто не слишком предрасположен к дипломатическим настроениям. Также нам больше показали его жену, Сибиллу, которая не просто дама аристократическими корнями, но и опытный переговорщик. Не забыли и о других персонажах. Мне понравилось, что в книге много разных деталей, которые делают ее ярче и объемнее. От желания некоторых гномов все-таки признать, что у них есть пол, до способности Детрита трезво оценивать приказы сверху, особенно по сравнению с местными стражниками Убервальда и до характера взаимоотношений Сибиллы с ее бывшей одноклассницей. Ну и пересчет кубиков сахара чего стоит. В общем, все тайны дипломатии раскрыты и высмеяны Терри Пратчеттом с несравненным ехидством. Я прочитала книгу буквально на одном дыхании. Это было умопомрачительно смешно, динамично и увлекательно и лишь укрепило мою любовь к книгам о стражниках Плоского мира.

Лиляна ШОРДАНОВА. Фото Тамары Ардавовой



• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

САМЫЕ ВКУСНЫЕ И АРОМАТНЫЕ

Осенние пироги самые вкусные, яркие и ароматные, потому что готовятся из свежих фруктов и овощей. Что может быть лучше для уютного осеннего вечера, чем вкусный пирог и чашка горячая чай в кругу близких и друзей?

- Осень - время буйства красок не только за окном, но и на столе, - считает Мадина КУНАШЕВА из Нарткалы. - В нашем доме любят пироги, булочки, пирожные, всю ароматную выпечку. Поэтому готовлю их не только к знаменательным датам, но и по выходным, когда у всех есть время без спешки посидеть за столом. Заготовки уже сделаны, огородные дела закончены, остается наслаждаться урожаем и радовать семью вкусной выпечкой.

АЙВОВЫЙ ПИРОГ

Ингредиенты: 3 яйца, 180 г сахара для теста, 30-50 г сахара для айвы, 100 мл воды, 100 мл молока, 120 г сливочного масла, 350 г муки, столовая ложка с верхом разрыхлителя (10 г), 5-7 штук айвы, в зависимости от размера, сахарная пудра для посыпки.

Способ приготовления. Заранее достать из холодильника яйца и масло, они должны быть комнатной температуры. Айву тщательно помыть, не очищать от кожицы - после тушения фруктов она теряет жесткость и в пироге практически не чувствуется. Нарезать крупными кубиками. Налить в кастрюльку 100 мл воды, высыпать айвовые кубики и немного сахара. Тушить, иногда помешивая, на огне немного меньше среднего в течение 15 минут. Айва станет мягче и слаще, приобретет красивый янтарный оттенок. Тушеные фрукты откинуть на дуршлаг, чтобы стек сироп, который можно потом употребить как варенье.

Приготовление теста. Яйца взбить с 180 г сахара до пышности. Добавить размягченное сливочное масло и взбить до однородности. Влить теплое молоко и перемешать. Просеять туда муку с разрыхлителем и размешать до однородности. Тесто получается довольно густым, как на кексы. Выложить его в форму, застеленную пергаментом и смазанную растительным маслом. Высыпать сверху равномерные кусочки айвы. Выпекать при 180 градусах 30-40 минут до тех пор, пока деревянная шпажка будет оставаться сухой при пробе теста, а верх пирога станет золотисто-румяным. При подаче на стол посыпать сахарной пудрой.

ТОРТ «ЭКЛЕР» С ЯГОДАМИ

Ингредиенты для начинки и глазури: 250 г сахара, 6 ст. ложек кукурузного крахмала, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка соли, 1 л молока, 80 г сливочного масла, нарезанного кусочками, 3 ч. ложки ванильного экстракта, 20 г желатина, 600 мл сливок жирностью не менее 30 процентов, 180 г шоколадных капель или мелко нарезанного шоколада, 5 ст. ложек инвертного сахарного сиропа или 2 ст. ложки меда, любимые ягоды.

Для теста: 200 г воды, 100 г растительного масла, 130 г муки, 4 яйца, 1 чл. сахара, щепотка соли.

Способ приготовления. Приготовить заварное тесто. Просеять муку, в ситейник налить воду и масло, добавить соль и сахар. На сильном огне, помешивая, довести смесь до кипения. Снять ситейник с огня и высыпать туда всю муку. Мешать смесь деревянной ложкой или лопаткой до получения однородной массы. Вернуть ситейник на средний огонь и энергично взбивать смесь. Через минуту, когда тесто станет прочной массой, которая легко отстает от стенок ситейника, а на дне образуется тонкая пленка, снять ситейник с огня. Переложить тесто в миску и остудить несколько минут. По одному добавлять в тесто яйца, всякий раз тщательно вмешивая, чтобы они хорошо перемешались с тестом.

Разогреть духовку до 200 градусов. Вырезать три листа бумаги для выпечки по размеру противня и обвести простым карандашом дно разъемной формы диаметром 24 см или прямоугольной формы размером 22х32 см. Размазать тесто тонким слоем внутри очерченных контуров и выпекать поочередно 15-20 минут. Готовые коржи перекладывать на решетку и сразу снимать бумагу.

Приготовление крема. Замочить желатин в 100 мл холодного молока. Смешать сахар, крахмал, муку и соль в большом ситейнике. Постепенно вмешать оставшееся молоко и довести смесь до кипения на умеренном огне, помешивая до загустения, пока на ее поверхности не появятся пузырьки. Затем добавить замоченный желатин. Снять с огня, вмешать сливочное масло и ваниль. Переложить смесь в плоскую емкость и положить на ее поверхность пищевую пленку. Остудить до комнатной температуры, но не допускать, чтобы она начала застывать. Желатин замочить в холодной воде, затем распустить его в двух-трех столовых ложках воды (можно сделать это в микроволновой печи, примерно 30 секунд на максимальной мощности). При помощи миксера взбить 500 мл сливок до мягких пиков. Вмешать 1/3 взбитых сливок в остывший крем. Небольшими порциями вмешать оставшиеся сливки. Собрать торт в разъемной форме, делая прослойки из свежих ягод. Разогреть сливки почти до кипения и вмешать в них шоколад и сахарный сироп. Торт залить глазурью и поставить в холодильник минимум на шесть часов.

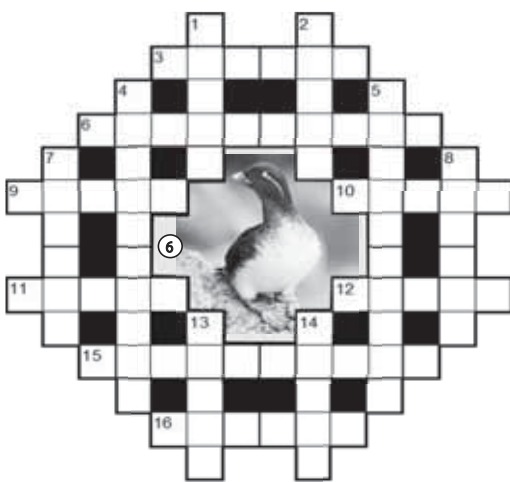
ГРУШЕВАЯ ЗАПЕКАНКА

Ингредиенты: 2 небольшие груши, 200 г мягкого творога, 2 яичных белка, 2 ч. ложки какао, 2 ст. ложки коричневого сахара, 1 ст. ложка растительного масла, 2 ст. ложки манной крупы или пшеничных отрубей, 1 ч. ложка лимонного сока.

Способ приготовления. Груши нарезать кусочками и сбрызнуть лимонным соком. Белки взбить с сахаром, добавить творог и перемешать. Просеять в творожную массу какао, добавить манную крупу (отруби) и перемешать. Формочки слегка смазать маслом, выложить в них груши, сверху разложить творожную массу. Поставить формочки в контейнер-пароварку и готовить 25 минут.

Подготовила Лана АСЛАНОВА. Фото Тамары Ардавовой

КРОССВОРД



По горизонтали: 3. Бигдай, 6. Белобричка, 9. Анчар, 10. Юнона, 11. Држон, 12. Устав, 15. Кордебалет, 16. Осирис. По вертикали: 1. Бизон, 2. Канюк, 4. Металлофон, 5. Акантастер, 7. Анализ, 8. Аншлаг, 13. Рдест, 14. Баизс.

По горизонтали: 3. Саламандровое дерево. 6. Небольшая морская птица семейства чистиковых, обитающая в северной части Тихого океана. 9. Дерево семейства туговых, содержащее ядовитый млечный сок. 10. В честь этой богини назван месяц июнь. 11. Этот бургундский город издавна был центром производства горчицы, а в XVII веке получил от французского короля эксклюзивные права на изготовление. 12. Закон военной службы. 15. Ансамбль танцовщиков, исполняющих массовые сцены. 16. В древнеегипетской религии и мифоло-

гии бог возрождения и плодородных сил природы, царь и судья в загробном мире.

По вертикали: 1. Дикий североамериканский бык. 2. Хищная птица семейства ястребиных. 4. Ударный музыкальный инструмент. 5. Морская звезда, терновый венец. 7. Метод научного исследования, расчленение объекта на элементы. 8. Успешное представление при полном зале. 13. Самое распространённое водное растение семейства рясковых. 14. Совокупность отношений, лежащих в основе надстройки.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА



Все культурные учреждения Кабардино-Балкарской Республики приняли участие в ежегодной акции «Ночь искусств». В этом году мероприятия были приурочены к Дню народного единства. К акции присоединились театры, музеи, выставочные и концертные залы, библиотеки и дома культуры

НА БЕСПЛАТНЫЕ ЭКСКУРСИИ, ВЫСТАВКИ И МАСТЕР-КЛАССЫ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ

Всевозможные проявления искусства могут вдохновить каждого гостя акции и превратить ночь в незабываемое путешествие по пространству и времени. «Ночь искусств» - это возможность окунуться в мир эстетики, гармонии и вдохновения, насладиться разнообразием культурных проявлений, обрести новые впечатления и эмоции.

В рамках акции посетители Национального музея КБР могли бесплатно посмотреть выставки из его фондов. История республики с древнейших времен, традиции и культура народов были представлены на выставке «Кабардино-Балкария. Путь через века». События, происходившие на территории республики в период Великой Отечественной войны, освещались на выставке «Нальчик - город воинской славы». Гости могли также посетить выставку синопии «Тысяча сто гравюр» - первую в России, представляющую более 1100 работ мастеров одной школы, объединяющей более ста художников со всей России. Школа живописи и дизайна ALIRA представила красочную выставку детского творчества «Литра осени». Сотрудники музея проводили экскурсии по всем выставкам до 21 часа.

В залах Музея изобразительных искусств имени А. Л. Ткаченко также прошли мероприятия, посвященные всероссийской акции «Ночь искусств». Посетителям были представлены мастер-классы по пластилиновой живописи, объемной лепке, росписи хной, графике в стиле гиперреализма скетчингу - технике быстрого рисунка. Жители столицы приходили семьями и увлеченно выжидали в процесс. Юных любителей искусства особенно заинтересовал мастер-класс «Планшет диджитал» - рисование на телефоне и планшете. Посетитель ждал тематическая экскурсия по выставке «Тысяча сто гравюр». Завершилась акция в музее показом художественного фильма.

Масштабные мероприятия развернулись в государственной Национальной библиотеке им. Т.К. Мальбахова. Состоялись час народного творчества и мультимедийная презентация «Палех - жемчужина русских народных промыслов», а также информативная книжная экспозиция «Промыслы ремесла народов России». Отдел искусств таким образом рассказал о старейшем селе Палехе, о его непревзойденных мастерах и их изумительных произведениях, дал почувствовать каждому, насколько близок народу Палех, насколько тесно он связан с жизнью, как много несет радости и красоты людям. Участники мероприятия узнали, из чего состоит палехский стиль, как его создавали и иконо-

писцы обманули советскую власть и при чем здесь Рафаэль, как сложился миф о палехском стиле. В читальном зале состоялся час истории «Что прошлое, твори настоящее, верь в будущее!», приуроченный к празднованию Дня народного единства. Библиотекари рассказали о предпосылках и значении подлинно народного единения людей в трудное для страны время; о предводителях народного ополчения - Козьме МИНИНЕ и Дмитрии ПОЖАРСКОМ, освободителях родины от польских и литовских завоевателей, о значении этих событий в судьбах народов России, в том числе народов Кабардино-Балкарии. Участники мероприятия - студенты Кабардино-Балкарского колледжа «Строитель» активно включились в викторину «Народная сила - в единстве!». Лейтмотивом встречи стала мысль, что мы должны знать свою историю и не забывать ее уроки, потому что сила страны - в ее единстве. Отдел искусств представил книжно-иллюстративную выставку «По стопам памяти», на которой были представлены материалы и иллюстрации, связанные с созданием Московского художественного театра имени А.П. Чехова, его преобразованиями, с его руководителями и наследием. В этом году отмечается 125 лет со дня создания Художественного театра. Основанный Константином СТАНИСЛАВСКИМ и Владимиром НЕМИРОВИЧЕМ-ДАНЧЕНКО, изначально он назывался Московским художественно-общедоступным театром.

Во всех филиалах Центральной библиотечной системы республики были оформлены книжные выставки, посвященные истории и культуре России, многообразием ее национальностей и народов. Центральной модельная библиотека г. Нальчика представила выставку книг различных жанров и тематик, отражающих исторические события, национальные традиции, литературу, искусство и многое другое. Выставка наглядно продемонстрировала важность уважения и понимания различных культур и народов.

В Кабардино-Балкарской республиканской библиотеке для слепых пришедших на «Ночь искусств» зрителей ожидала интересная и разнообразная программа. Культурный марафон открылся беседами на народные фольклорные темы. Продолжилась праздничная программа чтением стихов и рассказов о национальных традициях. В завершение участники литературно-музыкального клуба «Лира» исполнили хорошо всем знакомые русские, кабардинские и балкарские народные песни.

Лилиана ШОРДАНОВА,
Фото Тамары Ардаговой

В конце октября в филиале КДЦ с.п. Кишпек («Горянка», № 12, 2023 г.) состоялось торжественное открытие отчетной выставки рисунков «Нас вдохновляет этот мир!» На ней были представлены лучшие рисунки участников кружка «Юный художник» под руководством Олеси ИБЕЖЕВОЙ.

Отчетная выставка - это многообразие работ юных художников, каждая из которых имеет свое настроение, создает удивительную атмосферу гармонии и красоту окружающего нас мира. Сюжеты рисунков, так же, как и техники, в которых они выполнены, разнообразны и оригинальны, демонстрируют результаты творческой деятельности ребят.

Каждому участнику кружка был вручен сертификат «Об успешном прохождении курса по изобразительной деятельности в творческом сезоне 2022-2023 гг.».

Выставка получила яркой и красочной, а потому все ее посетители получили массу положительных эмоций.

В этом году в доме культуры села было проведено еще несколько тематических выставок рисунков, приуроченных к Дню космонавтики, Дню Победы и «Против терроризма и наркотиков».



НАС ВДОХНОВЛЯЕТ ЭТОТ МИР

Сотрудники дома культуры выразили благодарность руководителю управления культуры Баксанского района Зере ТХАМАДОКОВОЙ за финансовую поддержку в проведении выставки. Благодаря ей были приобретены холсты, акриловые краски и мольберты. Помимо кружка изобразительного искусства, в сельском очаге культуры с. Кишпек на постоянной основе функционирует образцовый ансамбль национального танца «Кишпек». Недавно он принял участие в XXII международном многожанровом фестивале-конкурсе «Я - звезда», состоявшемся в Железноводске. Юные танцоры

представили на суд жюри четыре танца и одержали победу. Дети занимаются под руководством заслуженного работника культуры КБР и Республики Ингушетия Алик Кашеева. По итогам конкурса коллектив танца «Кишпек» был приглашен на международный многожанровый фестиваль-конкурс «AquaFest», а также получил сертификат на десять тысяч рублей для участия в конкурсах движения DARfest.

Поздравляем ребят с победой, желаем достижения новых вершин на всероссийских и международных конкурсах.

Ангела ГУМОВА

Жена

Мы познакомились с будущим мужем еще в школе. Я была со-рвиголовой, а он «идеальным сыном маминной подружки». Когда я перевелась из своей школы в его, старалась влиться в класс и быть со всеми на одной волне. Со мной хотели дружить даже старшеклассники, и только он никогда не подходил и не заводил разговор, не здоровался, не дарил тайком шоколадные батончики. Меня это задевало, я так долго ждала, что этот красивый мальчик подойдет ко мне, что, наконец, не выдержала и сама стала в шутку приглашать его на свидание. Смесь, угрожала ему, что познакомлюсь с его мамой и назовусь будущей невесткой, на что он только спокойно улыбался. Однажды мы шли веселой компанией из школы, и все постепенно разошлись по своим улицам. Остались только мы с ним, потому что я жила от школы дальше всех, а он собирался зайти к матери в магазин. Дойдя до магазина, я хотела попрощаться и идти домой, но он позвал меня внутрь и сказал своей маме:

- Знакомься, это твоя будущая невестка. Она хотела зайти сама, такая самостоятельная и бесстрашная, представляешь! Но я решил ее представить, чтобы все было по правилам.

В тот момент мне хотелось, чтобы пол разверзся и поглотил меня. Его мама, строгая и красивая женщина, посмотрела на мое пылающее лицо и улыбнулась.

- Ладно, - сказал она, - заработаете на свадьбу сами и женитесь хоть завтра.

Она угостила нас чаем и отпустила. Я хотела тут же сбежать домой, но «сын маминной подружки» непривычно властно остановил меня: - Куда это ты? Подожди меня, я же тебя провожаю. С того дня мы негласно стали парой. Я ожидала сильного удивления от одноклассников, но они только фыркнули, сказав: «вы и так долго тянули».

Стоял октябрь, я училась в девятом классе, а он в десятом. Представив, что он окончит школу и я буду здесь одна целый год, спешно занялась учебой и окончила школу экстерном. Выпускались мы вместе, танцевали всю ночь на выпускном вечеру и встречали рассвет.

А потом все пошло не по плану. Родители устроили мне возможность учиться по обмену за рубежом, а мой любимый «сын маминной подружки» уехал в Москву поступать в вуз. Последний вечер перед тем как нас разлучит учеба, мы провели на скамейке у моего дома, даже мой строгий отец не прогнал его, как обычно.

Мы оба понимали важность образования и не упрекали друг друга. Пытались выглядеть бодрыми, говорили о смешных пустяках, но разговор затих сам по себе под гнетом нашей печали.

Вдруг он повернулся ко мне и с горячностью в голосе произнес:

- А давай поженимся перед отъездом?!

Я потеряла дар речи, не зная, что ответить. Боялась согласиться, думала, что утром он скажет, что это была просто шутка. Сидела и смотрела на него во все глаза, а он уже спокойнее повторил:

- Давай поженимся! Пусть мullah совершит никах, и мы будем знать, что перед Всевышним обязаны вернуться друг к другу.

- А если ты потом передумаешь? Или я? Всякое бывает, лучше не торопиться.

- Я никогда не передумаю, - тихо и четко произнес он. - Но если ты пойдешь по другому пути, отпусти тебя. В конце концов, это же не гражданский брак, а просто наше обещание.

Ранним утром я уже сидела на диванчике в доме друга моего уже мужа, а мullah в соседней комнате скрепял наш брак. Три раза прозвучало «отдаю»; и я стала женой. Так непривычно: жена. Я спрятала смехок в кулак, наблюдая за мужем, сидевшим с серьезным видом, наклонив голову.

Уже в самолете, бесконечно поворачивая золотой кружочек вокруг безымянного пальца, я испытала тревогу. До сих пор подерживали адреналин, жажду приключений, теперь гормоны уступили место здравомыслию.

Я тихою ударилась затылком подголовником сиденья. Я не имела права связывать его таким обещанием. Не имела. Что теперь будет?...

Спусти пять лет я так же сидела в самолете, но уже в том, который приземлялся на мою родную землю. Подняв темные очки на лоб, внимательно вглядываясь в приближающуюся твердую поверхность. Наконец-то! Полет был долгим, и я очень устала. И что меня ждет? Понятно, родители встретят. А... он? Наше обещание стало таким редким, мы потеряли общие темы, все разговоры сводились к стандартному обсуждению погоды или забытым рассказам о работе. Последний месяц перед отъездом был настолько мучительным и долгим, что нетерпение у нас обоих переливалось во взаимные упреки и обиды. Я боялась, что приеду и вдруг окажется, что он уже другой, я ему не нужна, все изменилось. Глубокий вдох и выдох. Пассажиры аплодируют пилотам, которые этого не слышат. Я дрожащими руками вытаскиваю ручную кладь. Сдерживаюсь, чтобы не растолкать людей в проходе, выхожу из салона, считая шаги.

Так, значит, улыбалось родителям, несмотря ни на что, настраивая себя перед встречей. Делаю радостное лицо, расплываюсь в улыбку, выходя из терминала, но родителей нет. Стоит один молодой парень в черескпе стабильной «невеста». С интересом смотрю на него, оригинально встречает, что сказать. Но он навстрелается ко мне, произнося приветствие и приглашая стать украшением их свиты, которая обязана доставить невестку домой. Это шутка? Нет, это коротке приехал отвести меня в дом мужа и сыграть свадьбу как можно скорее. Как оказалось, в мое отсутствие наши семьи договорились и все решили. Теперь я официально жена. Не помня себя от счастья, сажусь в машину, украшенную цветами, а там, чрезвычайно довольный, сидит муж собственной персоной.

- Ну что, женушка, поедем домой, хватит по границам гулять.

- Едем! - говорю я и смеюсь...

Мадина БЕКОВА

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ
Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

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

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

Выходит по средам.
Тираж 1440. Заказ 2428.
Время подписания в печать
по графику - 18.00
Фактически 7 ноября 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