

№ 34 (1355)

20 августа 2025 г.

Издается с 1993 г.

Горянка



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-версия:
www.goryankakabr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамары Ардавовой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ



Елизавета ХУТОРСКАЯ,

заместитель председателя
Молодежной палаты
при Парламенте КБР,
заместитель начальника
управления
по молодежной политике
и социальным вопросам
КБГУ им. Х.М. Бербекова

С. 5

С. 2

В НАЛЬЧИКЕ
ПРОШЕЛ ФОРУМ
«КАВКАЗ»: ...



С. 14

ПОДРОСТКОВЫЙ
ВОЗРАСТ:
ИЗМЕНЕНИЯ
В ПОВЕДЕНИИ...



С. 15

ПУТЕШЕСТВИЕ
ИЗ ПРОШЛОГО



С. 16

АРХЕОЛОГИЧЕСКОЕ
НАСЛЕДИЕ



В НАЛЬЧИКЕ ПРОШЕЛ ФОРУМ «КАВКАЗ: ОТ ВСЕСОЮЗНОЙ ЗДРАВНИЦЫ ДО СОВРЕМЕННОЙ ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА»

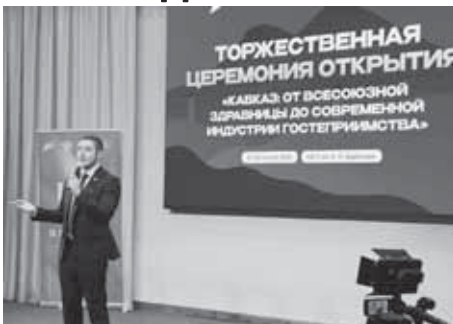
Мероприятие, собравшее более 100 студентов и экспертов со всего Северного Кавказа и разных регионов России, было посвящено вопросам развития гостеприимства, туризма, а также патриотическому воспитанию молодежи в условиях современных вызовов. Форум прошел на площадке КБГУ им. Х.М. Бербекова при поддержке Министерства науки и высшего образования Российской Федерации.

Организатор – Ассоциация студенческих патриотических клубов «Я горжусь» – самый масштабный проект Минобрнауки России в области патриотического воспитания молодежи, который реализуется в рамках национального проекта «Молодежь и дети». Ассоциация включает более 450 студенческих патриотических клубов в 85 регионах Российской Федерации, с числом активистов, превышающим 45 тысяч человек.

Форум «Кавказ: от всесоюзной здравницы до современной индустрии гостеприимства» посвящен изучению историко-культурного наследия региона и инновационному развитию его курортно-туристического потенциала.

Кавказ, исторически известный как «Всесоюзная здравница», с его красотой гор и традициями гостеприимства, олицетворяет не только славные страницы истории советского санаторно-курортного дела, но и огромный потенциал для укрепления экономического суверенитета и культурного единства России через сферу туризма.

Мероприятие направлено на вовлечение молодых специалистов в развитие региона через индустрию гостеприимства, раскрытие потенциала Северо-Кавказского федерального округа как российской здравницы, погружение молодых специалистов в сферу туризма, санаторно-курортного дела и гостиничного бизнеса.



Программа форума включала лекции, стратегические сессии и мастер-классы, которые затронули темы духовно-нравственного воспитания, гражданского просвещения, а также роль молодежи в развитии региона. Участники форума обсудили важнейшие аспекты гостеприимства как бренда Северного Кавказа и его дальнейшего продвижения.

В торжественной церемонии открытия приняли участие руководитель дирекции форума, руководитель Ассоциации «Я горжусь» Никита ЗИНКОВ, заместитель Министра науки и высшего образования Российской Федерации Ольга ПЕТРОВА, заместитель Председателя Правительства Кабардино-Балкарской Республики Залим КАШИРКОВ.

«Форум в Нальчике имеет огромное значение для формирования патриотической и гражданской ответственности

сти среди молодежи. Мы всегда стремимся реализовывать проекты, направленные на развитие регионов, и уверен, что форум даст молодежи Кавказа новые перспективы для профессионального роста и самореализации. Три дня насыщенной программы покажут участникам, как важно знать свой регион и гордиться им», - отметил Н. Зинков.

Ольга Петрова, обращаясь к участникам, сказала: «Благодарю ребят за то, что вы, как я обычно говорю, проводите каникулы с пользой. И даже в каникулы учиться и наполняете себя такими знаниями, опытом, которые делают вас еще более сильными, еще более осмысленными и понимающими, насколько важно иметь активную гражданскую позицию. И мы, когда в университетах создаем для вас возможности развития, возможности самореализации, то все они, безусловно, связаны с осмыслением нашей большой страны, силой, мощью нашей большой страны».

Залим Каширков подчеркнул, что без чувства гордости невозможно двигаться вперед. «Сегодня мы вновь обретаем корни и заставляем мир считаться с Россией. Счастье не где-то за горами, оно здесь, в нашей стране».

Ассоциация студенческих патриотических клубов «Я горжусь» по итогам 2024 года провела 4 мастер-класса, свыше 7000 мероприятий студенческих патриотических клубов, 728 региональных и 2931 внутривузовских мероприятий, более 5000 упоминаний в СМИ, 84 межрегиональных и 400 всероссийских мероприятий. По состоянию на 2025 год Ассоциация включает более 454 студенческих патриотических клуба в 85 регионах Российской Федерации, с числом активистов, превышающим 45 тысяч человек.

Ляна БАТЫРОВА



В ГОСТИ К ЧИТАТЕЛЯМ

Сотрудники газеты «Горянка» посетили санаторий «Чайка» с презентацией особого номера (№ 33, 13 августа, 2025). На обложке - основатель и первый редактор газеты, общественно-политический деятель Роза Сабанчиева, в этом году со дня ее рождения 95 лет. По инициативе Розы Каншумасовны в республике было открыто множество курортных и оздоровительных учреждений, альплагерей и детских садов.

Санаторий «Чайка» расположен непосредственно в курортной зоне г. Нальчик - Долинске, на парковой территории. Обилие зелени и чистота горного воздуха создают благоприятные условия для отдыха, лечения, аэротерапии в любое время года. Лучшее местоположение для строительства санатория. Оно, кстати, было завершено в 1976 г., а в 2007 г. была произведена полная реконструкция санатория.

С работниками и отдыхающими санатория «Чайка» поговорили о рубриках газеты. Главный врач санатория, Председатель Союза женщин Кабардино-Балкарии Аулият Каскулова рассказала о личности Розы Сабанчиевой, о концепции газеты для семейного чтения и поблагодарила журналистов за интересную встречу.

Лиана ШОРДАНОВА.

Фото Тамары Ардавовай

Сертификаты «Продукция Кавказа» получили 80 производителей СКФО

Уже 80 российских производителей Северо-Кавказского федерального округа получили сертификаты «Продукция Кавказа» для своих товаров. Среди компаний, ставших обладателями сертификата с марта 2025 года, – производители питьевой воды, шерсти, урбеча, мороженого и десертов из фруктов, выращенных на Кавказе, национальных молочных продуктов.

Лидером по количеству выданных сертификатов остается Ставропольский край, где знак получили уже 32 предприятия. За ним следуют Кабардино-Балкарская Республика (16 сертификатов), Республика Дагестан (8), Республика Ингушетия (7), Карачаево-Черкесская Республика (7), Республика Северная Осетия-Алания (6) и Чеченская Республика (4).

Цель сертификации «Продукция Кавказа» - сформировать общественное доверие и повысить интерес потребителей к товарам, произведенным в регионе. Наличие этого знака позволяет покупателям быть уверенными в высоком качестве и аутентичности сертифицированной продукции.

Система добровольной сертификации была создана совместно Кавказ. РФ с Роскачеством. Она предоставляет производителям Северного Кавказа дополнительные возможности для продвижения их товаров по всей территории Российской Федерации.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Также производителям предоставляются преференции при сертификации своей продукции в других системах Роскачества: халяль, органика, «зеленая» продукция. Кроме того, оказывается содействие в получении государственного Знака качества и Премии Правительства РФ в области качества.

Первые семь сертификатов «Продукция Кавказа» вручил вице-премьер России Александр Новак на площадке международной выставки-форума «Россия» в конце 2023 года.

Согласно распоряжению Президента РФ, необходимо активно развивать региональные бренды внутри страны. Именно поэтому система сертификации «Продукция Кавказа» так важна - она позволяет повысить узнаваемость продуктов Северо-Кавказского региона, помогает местному бизнесу найти свою нишу на национальном рынке и укрепляет доверие потребителей к этим продуктам.

В Майском районе обсудили вопросы военно-патриотического воспитания

Под председательством главы администрации Майского района Татьяны САЕНКО в молодежном центре прошло заседание совета муниципального центра военно-патриотического воспитания и подготовки граждан к военной службе.

Докладчик от МО ООГО «ДОСААФ России» по Майскому району подробно осветила успехи и проблемы, возникающие в процессе подготовки военных специалистов. Он сообщил, что в городах Прохладном и Майском продолжается активное обучение по военному учебному специальности ВУС-837 и ВУС-846 благодаря поддержке Министерства обороны РФ. Среди обучающихся есть те, кто осваивает категорию «С» (26 человек), проходит переподготовку к категории «В» на категорию «С» (12 человек) и изучают категорию «СЕ» (два человека). Татьяна Саенко подчеркнула важность повышения информированности населения о возможностях получения водительских категорий Б, С, Д и Е, подчеркнув, что эти знания полезны не только в армии, но и в повседневной жизни.

Также на заседании выступил представитель военного комиссариата Прохладного, Прохладненского и Майского районов КБР и работники сельских библиотек. Они обсудили итоги весеннего призыва 2025 года и задачи осеннего призыва 2025 года, а также патриотическое воспитание подростков средствами сельских библиотек.

Наталья АЛЕКСЕЕВА

В поддержку детства

В преддверии нового учебного года в Терском районе прошла ежегодная благотворительная акция «Соберем ребенка в школу». Организаторы – Управление образования Терского района, районный Совет женщин и профсоюз работников образования Терского района.

В мероприятии приняли участие общественные активисты, индивидуальные предприниматели и неравнодушные жители района.

В рамках этой инициативы для детей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, волонтеры и активисты образовательных учреждений собрали готовые канцелярские наборы. Кроме того, Совет женщин Терского района и Общероссийский профсоюз образования активно привлекли спонсоров к этому мероприятию и были приобретены школьная форма, спортивная одежда, обувь и портфели для детей. Более 110 ребят получили необходимую одежду и школьные принадлежности.

Акция завершилась 20 августа. Организаторы благодарят всех участников и благотворителей за поддержку и проявленное милосердие.

Алена ТАОВА

«МЫ РАСТИМ ХЛЕБ, ВОСПИТЫВАЕМ ДЕТЕЙ...»



В этот населенный пункт предки Маргушевых переселились еще в 1925 году. Земля приняла трудолюбивых и ответственных людей, стала им родной. Сейчас молодое поколение рода говорит: «У каждого члена семьи свой путь. Но всех нас объединяет любовь к родной земле, уважение к наследию предков и желание делать жизнь вокруг себя лучше».

Трудолюбие, любовь к земле в этой семье передается из поколения в поколение. Глава семейства Заур с младшим сыном Замиром - настоящие хозяева земли. Они занимаются сельским хозяйством, выращивают зерновые. Их труд - это не просто работа, а продолжение многовековой традиции.

Заур Ауесович окончил Ставропольский ордена Трудового Красного Знамени сельскохозяйственный институт по специальности экономика и организация сельского хозяйства. Больше 20 лет занимается сельским хозяйством. Вместе с братом Азратали с нуля начинал возделывать заброшенные земли бывшего колхоза. Все этапы работы - от пахоты до уборки урожая - делали сами. Порой технику для работы собирали сами из старой поломанной и заброшенной сельхозтехники. За многолетний добросовестный труд и высокий профессионализм он награжден Почетной грамотой Министерства сельского хозяйства Кабардино-Балкарской Республики. Главным и любимым увлечением Заура Ауесовича являются шахматы. Он не раз становился приззером районных турниров.

Его супруга Лида Хабасовна имеет педагогическое образование. Какое-то время она работала воспитателем детского сада. Но замужество внесло свои коррективы в ее жизнь. Приоритетом для нее стало воспитание своих детей, создание домашнего уюта, тепла и заботы. Для всех она - сердце дома и хранительница семейного очага.

«Дом - это там, где тебя ждут», - повторяет Лида Хабасовна. Гостеприимная, она всегда рада гостям и неизменно ждет своих домочадцев с вкусными обедами и ужинами.

Встретились супруги при самых обычных обстоятельствах - в гостях у общих друзей. Там Заур впервые увидел Лиду. Но никто и предположить не мог, на



Большая и дружная семья Заура и Лиды МАРГУШЕВЫХ из с. Залукодес Зольского района стали победителями в номинации «Сельская семья» регионального этапа Всероссийского конкурса «Семья года-2025». В счастливом браке они уже 34 года. Вместе они воспитали троих детей.

сколько стремительно будет развиваться знакомство. Это была любовь с первого взгляда. Заур, не теряя времени, в тот же вечер сообщил девушке о своих намерениях, а на следующий день, когда Лида возвращалась с работы, «украл» ее. Еще тогда оба поняли, что нашли свои половинки и смогут создать крепкую семью. Зачем тогда откладывать очевидное, - решили они. Создать семью легко, считают супруги, а вот сохранить ее - искусство, требующее мудрости и терпения. Им это удалось.

ДАЛИ САМОЕ ЦЕННОЕ

Супругам есть чем и кем гордиться. Они не только помогли детям получить хорошее образование, но и дали самое ценное - желание развиваться и совершенствоваться.

Старший сын Залим выбрал путь работы с молодежью. После окончания КБГУ по направлению «прикладная математика и информатика», некоторое время работал в администрации с.п. Залукодес, являясь и депутатом Совета местного самоуправления. Сейчас он - заместитель директора Многофункционального молодежного центра в Нальчике. В портфолио Залима много реализованных интересных проектов. Он трижды выиграл гранты на Северо-Кавказском молодеж-

ном форуме «Машук». В рамках своего проекта создал туристический клуб «Светлый путь». Его деятельность отмечалась благодарностями Президента России, Парламента Кабардино-Балкарской Республики. Он является лауреатом первой премии «Мастерская новых медиа», членом молодежного Парламента при Государственной Думе Российской Федерации. А еще Заур активно занимается спортом. Увлекается футболом и волейболом. О его достижениях не раз писала районная газета.

Супруга Залима Альбина окончила Северо-Кавказский государственный институт искусств. Она преподает национальные танцы во Дворце культуры г.о. Баксан, а также в ДК с.п. Залукодес. Ее воспитанники блистают на различных хореографических конкурсах, представляя красоту адыгского танца. Супруги воспитывают двух сыновей.

Второй сын Маргушевых Замир тоже окончил КБГУ, он - строитель. Но главным занятием для него сейчас является сельское хозяйство. Увлекается спортом, предпочтение отдает вольной борьбе.

Его супруга Оксана имеет высшее образование. Она - основатель и руководитель школы спортивного танца «Нирвана». Ее воспитанники не только осваивают слож-

ные танцевальные элементы, но и учатся дисциплине и спорту. Оксана - президент Федерации по ЧИР спорту КБР, главный тренер сборной команды республики.

Дочь Милана окончила школу с золотой медалью. В этом году получила «красный» диплом Северо-Кавказского института филиала РАНХиГС в Пятигорске и в дальнейшем планирует работать преподавателем в родном институте. Во время учебы Милана возглавляла деятельность в рамках учебного заведения черкесско-абазинской делегации. Также Милана активно участвует в волонтерской деятельности и посещает различные молодежные форумы. А в свободное от учебы и общественной работы время, увлекается традиционным адыгским золотым шитьем.

ОБЩИЕ УВЛЕЧЕНИЯ И СТРЕМЛЕНИЯ

У Маргушевых большое подсобное хозяйство, где у каждого свои обязанности. Супруги уверены, все проблемы в семье возникают от избытка свободного времени. Если каждый будет занят делом, то и на склоки не останется времени.

Отдыхают они тоже активно - походы всей семьей, совместные спортивные игры, рыбалка, чай у костра. Члены семьи занимают активную жизненную позицию, принимают самое непосредственное участие в жизни села, района и республики. А главной и любимой традицией является участие в организованных спортивных праздниках села и района. Маргушевы - представители современного поколения хозяйственников. «Это наш образ жизни, который мы любим, - говорят они. - Мы любим место, где живем, и гордимся им и своим делом. Наша семья верит, что настоящее богатство - это не земля или титулы, а люди: их дела и сердца. Мы растим хлеб, учим детей, танцуем, защищаем права и мечтаем. И в этом наша сила».

В числе победителей в других номинациях конкурса «Семья года» Маргушевы планируют представлять Кабардино-Балкарию на финальном этапе, который состоится в октябре в Москве. Мы желаем им удачи и уверены, что они украсят мероприятие своим участием.

**Алена КАРАТЯШЕВА.
Фото Тамары Ардаевой**

16 августа, на базе МКОУ СОШ им. Х.ХК. Табухова с.п. Анзорей, состоялся вечер памяти Заиры Руслановны НАСИПОВОЙ-ХАЧЕТЛОВОЙ. В этот день ей исполнилось бы 44 года. Талантливый поэт и журналист, замечательная дочь, прекрасная супруга и мать четверых детей, она была успешна в профессии и любима в семье.

Мероприятие, организованное коллективом редакции «Лескенской газеты», получилось камерным, теплым, наполненным личными воспоминаниями тех, кто знал и любил Заиру.

На вечере памяти присутствовала семья Заиры - родители Руслан и Марита, сестры Люсена и Карина, супруг Асланбек, дети Адисса, Дисана, Салихан, Саид, родные и близкие, друзья, одноклассники, люди, которые много лет проработали с ней бок о бок.

Заира родилась 16 августа 1981 года в селе Анзорей. Росла в дружной многодетной семье. После окончания первой анзорейской школы, поступила на педагогический факультет КБГУ. С мая 2004 года начала трудовую деятельность корреспондентом «Лескенской газеты». С 2010 года была заместителем главного редактора издания.

Помимо основной работы, Заира активно занималась общественной деятельностью. Несколько лет возглав-



«Она живет в сердце каждого из нас»



ляла районный филиал волонтерской организации «Помоги ближнему», была секретарем Лескенского райкома КПРФ, и проделала большую работу в этом направлении. Была депутатом сельского поселения Урух и Лескенского муниципального района. Конечно же, Заира участвовала и побеждала в многочисленных конкурсах мастерства, ее награждали за достижения в общественной жизни. А еще она выпустила несколько сборников стихов...

Среди многочисленных наград можно отметить Почетные грамоты Лескенского муниципального района, Парламента КБР, Министерства культуры КБР, медаль Мирового Артистического Комитета за общественную дея-

тельность во имя укрепления мира и взаимопонимания между народами. Вся ее жизнь - пример упорного труда над собой, над достижением своих целей.

На встрече вспоминали ее профессиональную деятельность, начало карьеры талантливого журналиста и яркое поэтическое творчество.

Воспоминаниями о ней поделились учитель биологии МКОУ СОШ №1 с.п. Анзорей Тамара Альтудова, председатель райкома профсоюза работников образования Рита Далелова, секретарь КПРФ по Лескенскому району Юрий Бетрозов, коллеги Марина Кашежева и Мадина Кумалова, одноклассники и друзья.

...Поэзия была особой любовью Заиры. Она выражала состояние ее души, стихами она говорила с миром. Она писала, как дышала. Просто, искренне, от сердца. Учащиеся образовательных учреждений читали ее стихи, которые помогают лучше узнать мир, познать душу, стать добрее, смотреть вперед, сохраняя духовную связь с прошлым.

Заира Хачетлова ушла из жизни почти два года назад. «Она живет в сердце каждого из нас. Размышляю о ней, мы оглядываемся не назад, а вокруг - как будто незримо она среди нас. И так будет всегда...» - говорит Залина САБАНЧИЕВА, главный редактор «Лескенской газеты», которая и поделилась с нами информацией о важном для ее коллектива событии.

Дина ЖАН

ПОДДЕРЖКА И СОХРАНЕНИЕ ТРАДИЦИЙ

- Основные задачи нашей общественной организации ветеранов органов внутренних дел КБР включают три ключевых направления: привлечение ветеранов в нашу структуру, оказание им социальной поддержки и помощь в решении проблем, а также патриотическое воспитание молодого поколения.

Ветеранами в организации мы считаем тех, кто проработал в органах внутренних дел или правоохранительных структурах более 20 лет. Мы стремимся улучшить жизнь наших ветеранов и их семей, включая тех, чьи близкие погибли при исполнении служебных обязанностей. Оказываем материальную, медицинскую и моральную поддержку. Наша забота не ограничивается только членами организации - мы готовы помочь всем, кто нуждается в нашей поддержке. Многие ветераны сами обращаются к нам за помощью, зная, что мы действуем не на слова, а на деле.

Сегодня в нашей организации около 3000 ветеранов из более 7000. Организация включает 11 подразделений, каждое из которых работает в своем районе. Они называются местными отделениями региональной общественной организации ветеранов ОВД КБР. В этом году выбрали председателей в 9 из них, а в остальных еще предстоит. Срок полномочий председателей - три года.

Мы активно участвуем в общественной жизни республики и поддерживаем ветеранов внутренних дел. Проводим занятия в образовательных учреждениях и общественных местах. Чествуем и поощряем юбиляров старше 75 лет за счет средств нашей организации. В прошлом году, в Год семьи, при поддержке министра внутренних дел по КБР, генерал-лейтенанта полиции Вячеслава КРЮЧКОВА, мы провели мероприятие, посвященное 50-летию совместной жизни семей-ветеранов. Это стало началом традиции, которую планируем продолжить и в этом году. На сегодняшний день у нас 56 пар, в число которых входит семья министра внутренних дел по КБР, генерал-лейтенанта Хачима ШОГЕНОВА. Он возглавлял ведомство с 1992 по 2006 годы.

Также мы чествовали и три супружеские пары из ветеранов внутренних дел отставивших 60 лет и более совместной жизни. Подготовили материалы о них и отправили в Общероссийский совет ветеранов ОВД в Москве. Совет опубликовал статью о наших земляках в журнале «Ветеран МВД». За последние три года в этом издании вышло восемь материалов о ветеранах из нашего региона. В этом нам помогают Министерство внутренних дел по КБР и Общероссийский совет ветеранов ОВД РФ, с которыми мы активно сотрудничаем.

Ежегодно формируется детальный план мероприятий, учитывающий стратегические цели организации. По регламенту предусмотрено четыре заседания Совета, но для эффективного решения вопросов мы проводим семь-восемь собраний в год. Например, за первое полугодие текущего года было проведено четыре заседания Совета и три - Президиума.

Активности ветеранских организаций ОВД КБР совместно с УРЛС МВД по КБР организовали и провели ряд мероприятий для молодых сотрудников органов внутренних дел и студентов. Они выступили перед личным составом в честь Дня защитника Отечества, Дня Победы и Дня ветеранов ОВД.

9 мая, в День Победы, ветераны провели акцию: возложили венки к Памятнику погибшим сотрудникам органов внутренних дел и к Вечному огню. Также мы посетили вместе с руководством Министерства внутренних дел девять семей ветеранов Великой Отечественной войны. Хочется выразить искреннюю признательность министру внутренних дел за его неоцени-



Общественная организация ветеранов органов внутренних дел КБР объединяет тех, кто посвятил свою жизнь защите закона и граждан РФ. Это не только опытные специалисты, передающие свои знания молодому поколению, но и активные участники общественной жизни. Они вносят значительный вклад в сохранение традиций и укрепление единства в рядах сотрудников органов внутренних дел. О том, как общественная организация поддерживает своих ветеранов, помогает новым поколениям поддерживать высокий уровень профессионализма и сохранять культурные ценности, нам рассказал председатель Совета ветеранов, полковник милиции в отставке Муаед ПИХОВ.

мый вклад и инициативную поддержку в организации данного мероприятия. А также депутату Государственной думы Российской Федерации Виктории РОДИНОЙ, которая сотрудничает с нами и принимала активное участие в этом мероприятии.

Наши ветераны-женщины тоже принимают участие в различных мероприятиях. В каждом районе их по три-четыре активистки - Алена ЧЕРНОВА, Елена КАЗАЧЕНКО, Нелля МАЛКАРОВА, Елена БУЛКИНА, Фатима УЯНАЕВА и Светлана ХОЖАЕВА. Особо хочу выделить женщин активисток из Эльбрусского, Майского, Терского, Баксанского районов и г.о. Нальчик. Они помогают нам, поддерживают на мероприятиях, выступают в общественных местах и образовательных учреждениях. 10 процентов наших ветеранов - представительницы прекрасного пола. После выхода на пенсию многие из них посвящают больше времени семье, стремясь наверстать упущенное за годы напряженной работы в правоохранительных органах.

Мы активно поддерживаем ветеранов, участвовавших в специальной военной операции. Десятки ветеранов ОВД КБР и их ближайшие родственники, включая сыновей и внуков, принимают участие в специальной военной операции. Совет ветеранов регулярно помогает ветеранам и бывшим сотрудникам органов внутренних дел КБР в вопросах трудоустройства в территориальных органах МВД России, действующих в новых регионах РФ. Наши ветераны находятся в Донецкой, Луганской и Запорожской областях, обеспечивая безопасность. В январе, совместно с Кабардино-Балкарским региональным отделением Всероссийской общественной организации ветеранов «Боевое братство», мы отправили гуманитарную помощь весом более трех тонн.

НАШИ ПЛАНЫ

Мы разработали стратегию совместной работы ветеранских организаций и представителей территориальных подразделений МВД РФ. В рамках этого сотрудничества на районном уровне планируется провести ряд мероприятий, нацеленных на предотвращение распространения наркотических веществ среди подростков и молодежи. Будут организованы посещения родительских собраний в школах, классных часов и проведение индивидуальных бесед. К сожалению, сейчас наблюдается значительный рост незаконного оборота наркотиков. Даже в

ДОСЬЕ

Муаед Музарифович ПИХОВ имеет диплом о высшем образовании по специальностям «инженерное дело» и «юриспруденция». Трудовую деятельность начал в 1976 году токарем на заводе СКЭП в Нальчике. В органах внутренних дел Муаед Пихов служил с октября 1978 по июнь 2011 года, занимая различные руководящие должности. За время службы полковник милиции в отставке Муаед Музарифович был неоднократно поощрен, награжден государственными наградами, в том числе медалью - «За отвагу». Его первое поощрение - благодарность Министра внутренних дел СССР Н.А. Щелокова - было за обеспечение безопасности участников Олимпиады-80 в городе Таллине. Принимал участие в вооруженных конфликтах в горячих точках на территории РФ. С февраля 2022 года М. Пихов является Председателем Совета ветеранов ОВД КБР.



М. Васильченко

70-х и 90-х годах молодежь не увлеклась этим так сильно, как сейчас. А ведь оно наше будущее, поэтому борьба с наркоманией - одна из первоочередных задач. Также обратим внимание на наиболее распространенные виды дистанционно-мошенничества, способы предотвращения вовлечения несовершеннолетних в незаконную деятельность через интернет (особенно связанную с экстремизмом) и меры по охране общественного порядка в местах массового скопления людей.

В этом году мы планируем установить бюст Руслану Шагмериевичу ЕШУГОВУ на территории Центра «Э» ГУ МВД РФ по СКФО в Нальчике. Это бывший начальник регионального управления по борьбе с организованной преступностью РФ по СКФО, генерал-майор милиции в отставке. Также хотим отметить 20-летие со дня отражения нападения вооруженных бандформирований на правоохранительные органы в Нальчике в октябре 2005 года.

Мы вошли в десятку лучших среди 12 общественных организаций ветеранов внутренних дел по всей стране по получению трех премий Общероссийского Совета ветеранов ОВД.

Фатима Умаровна УЯНАЕВА, майор полиции в отставке, отметила:

- Службе в системе МВД КБР я посвятила двадцать лет своей жизни. Дослужилась до звания майора полиции и должности старшего инспектора по особым поручениям. После выхода на пенсию меня пригласили работать преподавателем в Гуманитарно-технический колледж Министерства просвещения и науки КБР. Преподаю криминалистику и тактическую специальную подготовку для сотрудников органов внутренних дел.

Когда человек посвящает большую часть

своей жизни определенной деятельности, то он уже не может представить свою жизнь вне нее. И мое назначение стало логическим продолжением моего профессионального пути, позволяя передать накопленные знания и опыт молодому поколению специалистов.

Деятельность общественной организации ветеранов органов внутренних дел республики имеет большое значение для оказания помощи ветеранам службы, а также для формирования патриотических чувств и сохранения традиций правоохранительных органов. Нашу ветеранскую организацию возглавляет уважаемый и компетентный полковник милиции в отставке Муаед Пихов. В рамках нашей деятельности проводится активная работа по обеспечению социальной защиты и правовой поддержки ветеранов, а также по нравственному воспитанию молодежи, в частности, в нашем колледже. Регулярно проводятся встречи со студентами, а также оказываются поддержка тем, кто готовится стать сотрудниками органов внутренних дел. Ветеранская организация принимает активное участие в торжественных мероприятиях и мероприятиях, посвященных присяге наших кадетов. Они также оказывают поддержку семьям погибших сотрудников. Хотела бы выразить через газету «Горянка» глубокую признательность и искреннее уважение к организации ветеранов органов внутренних дел, чьи заслуги в области обеспечения правопорядка и общественной безопасности заслуживают самой высокой оценки. Ваш самоотверженный труд, профессиональное мастерство и преданность делу заслуживают особого внимания и благодарности.

ОБМЕН ОПЫТОМ

Председатель совета ветеранов ветеранской организации при Отделе МВД России по Краснодарскому району Краснодарского края, подполковник полиции в отставке Мария Евгеньевна ВАСИЛЬЧЕНКО поделилась своими впечатлениями о Кабардино-Балкарии и о работе совета ветеранов своего района:

- Каждый мой приезд в Кабардино-Балкарию оставляет яркие впечатления, хотя я уже третий раз здесь. Меня поражает гостеприимство и вежливость местных жителей, а также высокий уровень обслуживания в санатории. Еда здесь вкусная и полезная, а воздух такой свежий и чистый, что кажется, будто ты вдыхаешь саму жизнь. Мне здесь очень нравится, и желаю вашему региону дальнейшего процветания.

Я очень рада, что мы встретились с коллегами из Нальчика и обменялись опытом. Поделится со своим знакомстве с Муаедом Музарифовичем с председателем Краснодарской краевой общественной организации ветеранов правоохранительных органов, полковником внутренней службы в отставке Владимиром ЗАЙЦЕВЫМ. Необходимо подчеркнуть, что вне зависимости от географического расположения в нашей стране, основополагающие цели организаций ветеранов внутренних дел остаются идентичными. Это социальная поддержка и защита ветеранов правоохранительных органов. Также активно поддерживаем связь с действующими сотрудниками органов внутренних дел - наставничество, участие в аттестационных комиссиях, подбор кадров, занимаемся воспитанием молодого поколения. Особое внимание уделяем одиноким ветеранам, которым нужна наша помощь. Они ценят наше внимание и чувствуют себя нужными обществу.

Мы планируем поддерживать связь и обмениваться опытом с коллегами из Кабардино-Балкарии.

Анжела КУДАЕВА

Елизавета ХУТОРСКАЯ: НАЙТИ ГАРМОНИЮ МЕЖДУ ВНЕШНИМ И ВНУТРЕННИМ МИРОМ

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Получив высшее образование по специальности «Филология. Русский язык и литература» в КБГУ, Елизавета Хуторская поступила в магистратуру по направлениям русская филология и юриспруденция, сейчас обучается в аспирантуре по направлению «Русский язык. Языки народов России». Помимо этого, получила дополнительное образование «Правила безопасного поведения в цифровом пространстве. Цифровые технологии для решения профессиональных задач», «Актуальные педагогические технологии в учебном процессе образовательной организации высшего образования», «Организация проектной деятельности в вузе в контексте программы стратегического развития». Была одним из организаторов ряда крупных региональных проектов для молодежи и каждый день продолжает помогать новому поколению. Мы поговорили с Елизаветой о том, как проходит обычный рабочий день, что помогает ей быть сосредоточенной и многозадачной, а также о том, что ее вдохновляет.



Когда-то из любви к литературе Елизавета ХУТОРСКАЯ мечтала стать учителем, но судьба распорядилась иначе. Сегодня она представляет интересы молодежи Кабардино-Балкарии в качестве заместителя председателя Молодежной палаты при Парламенте КБР, а также заместителя начальника управления по молодежной политике и социальным вопросам КБГУ им. Х.М. Бербекова.

Из чего состоят будни в Молодежной палате?

Наша команда активно работает над проектами в сфере образования, добровольчества и поддержки талантливой молодежи. Один из ключевых приоритетов - вовлечение молодых людей в социально-значимые инициативы, потому что именно они формируют будущее нашей республики. Мы стремимся создавать площадки для диалога между молодежью и властью, чтобы голос каждого был услышан.

Я всегда на связи с главами комиссий, которые я курирую. В онлайн и очном формате мы обсуждаем и готовим предстоящие мероприятия. Регулярно встречаемся с председателем молодежной палаты Исхаком Мурачаевым, в ближайшее время готовим несколько интересных мероприятий. Конечно, проводим встречи и совещания в стенах самого Парламента. Недавно провели совместное заседание с нашими коллегами из Молодежного правительства КБР, наметили общие вехи работы. Сейчас большая часть моего времени посвящена деятельности в Молодежной палате. Благодаря поддержке и наставничеству Татьяны Борисовны ЕГОРОВОЙ и Нины Гузеровны ЕМУЗОВОЙ, я надеюсь, что наш состав покажет хорошие результаты.

Почему в свое время выбрали филологию?

Одно из самых ярких теплых воспоминаний детства связано с книгами. В начальной школе я жила с бабушкой, а у нее не было телевизора, зато рядом была библиотека. И в качестве поощрения она водила меня туда за новой книгой - это было самое яркое развлечение того периода. Хорошо помню, как радовалась этим походам. Так что с самого детства, можно сказать, у меня не было другого выбора, кроме как связать себя с филологией. Всегда была гуманитарием, обожаю историю и литературу. Знала, что нужно выбирать специальность в этой сфере. Ну и, конечно, одним из факторов стали мои школьные учителя - в этом отношении мне

безумно повезло, все они на меня повлияли. Хотя в итоге я не стала школьным учителем, при поступлении я представляла себя именно на этом месте.

Первые ваши шаги в общественной деятельности связаны с университетом. С чего все начиналось?

С первых дней работы в университете было много интересных проектов. Первым моим самостоятельным мероприятием стал проект, выигранный в рамках грантового конкурса Росмолодежи - Форум молодых педагогов «Призвание» (2019 г.). Тогда я еще думала, что после университета стану учителем в школе, и меня волновала проблема оттока молодых кадров из школ, сложности их взаимодействия с родителями и учениками и другие вопросы. Еще один проект, который я всегда вспоминаю с теплотой, - образовательный форум «Луч», направленный на социализацию, адаптацию и помощь детям, оставшимся без попечения родителей, сиротам, детям участников СВО. Также участниками форума являются самые активные студенты, которые вовлекают ребят в общественную деятельность и помогают им. Мы реализуем это мероприятие уже третий год: в первый раз оно стало победителем грантового конкурса Росмолодежи для вузов. Здорово потом видеть в течение года участников форума на мероприятиях вуза, в рядах активистов и волонтеров. Недавно завершился Всероссийский форум «Кавказ: от всеоюзной здравницы до современной индустрии гостеприимства», который реализуется Ассоциацией студенческих патриотических клубов «Я горжусь» совместно с КБГУ при поддержке Минобрнауки РФ. Думаю, сегодня это одно из самых ярких мероприятий. Форум направлен на вовлечение молодых специалистов в развитие региона через индустрию гостеприимства, раскрытия потенциала Северо-Кавказского федерального округа как российской здравницы, обсуждения развития туристического и курортного дела, обмена опытом и выработку совместных решений по укреплению патриотических цен-

ностей и развитию индустрии гостеприимства. Мероприятие проходило на базе ЭУНК КБГУ с 15 по 18 августа. Лекторами выступали федеральные эксперты и сотрудники КБГУ. Для нас радость принимать 100 студентов со всей России в нашей родной республике, мы надеемся, что ребята увезли с собой новые знания и необходимые связи.

Какие вопросы в молодежной политике сегодня для вас наиболее актуальны?

Наиболее важными считаю вопросы, связанные с поддержкой гражданской активности, потому что студенческие инициативы - это драйвер позитивных изменений. Ну и, конечно, нельзя забывать о психологическом благополучии студентов, особенно в условиях высокой учебной нагрузки.

Сегодня вуз оперативно реагирует на такие запросы, за последний год в рамках управления по молодежной политике и социальным вопросам были созданы Центр гражданско-патриотического воспитания, Патриотический клуб «Кавказ» и психологическая служба поддержки студентов. Считаю, что задача каждого специалиста, работающего в сфере молодежной политики - прислушиваться к запросам студентов, быть открытым к ним, не позволять взгляду «замыливаться». Также важно работать в обратную сторону, выступая модератором запросов вуза по отношению к студентам.

Чем привлекает организация мероприятий?

Прежде всего это творческий процесс, и именно этим отличается от всей остальной работы. Ты можешь воплотить самые яркие идеи, находясь рядом с такими же воодушевленными коллегами. Что немаловажно для меня, это еще и в некотором роде созидательный процесс: в итоге я вижу конкретный, осязаемый результат своего труда. Яркие мероприятия - это самый приятный и ненавязчивый способ работы с молодежью. Весь процесс - от момента, когда записываешь на бумажку первую идею и план, до последнего залпа салюта в финале - приносит огромное удовлетворение.

Прямо сейчас идет финальная стадия подготовки к национальному конкурсу красоты «Мисс КБР», где я также являюсь одним из организаторов. Когда-то я окончила модельную школу и недолгое время работала в модельном агентстве «Подium Нальчик», руководитель которого поддерживает меня все эти годы и привлекла к этому мероприятию.

Что вдохновляет на такую активную деятельность?

Вдохновение для меня - это всегда люди. Я благодарна судьбе, что оказывалась рядом с множеством открытых, интересных и сильных личностей: моя мама, такая сильная в своей женской мягкости, мои педагоги, наставники, друзья. Я смотрю на них и понимаю, что еще не время останавливаться. Самая большая сила, по моему мнению, - это не борьба с окружающими, а преодоление самого себя: своих привычек, слабостей, лени.

Мама всегда мечтала, чтобы я красиво танцевала, и все детство я провела в танцевальных кружках - сначала балльные, потом эстрадные. Но по-настоящему я полюбила танцы, когда уже в университете попала в ансамбль национального танца «Кафа» под руководством Оксаны БИТОВОЙ. Благодаря ей и коллективу я окончательно поняла, что мое место - в этой республике, и я никуда не уеду. Я полюбила национальную культуру, традиции, эстетику национального танца. Нашла близких друзей, научилась правильно себя преподнести в обществе. Для меня это была не просто школа танца - это школа жизни. Там я чувствовала себя тепло и уютно, как дома где-то.

Есть время для досуга?

В свободное время предпочитаю тихий отдых. Обожаю кино - могу смотреть фильм за фильмом сутками. Привычка читать, оставшаяся с детства, до сих пор со мной: один из первых подарков мужа в наш новый дом - книжный шкаф. За два года он полностью заполнился, и кажется, требуется хранить еще больше.

Не так давно открыла для себя стрельбу из лука - идеальный для меня вид спорта, где не требуется много движения, а нужна сосредоточенность. Люблю кропотливые занятия, требующие полного погружения, поэтому вечерами часто вышиваю или вяжу. Ну и, конечно, люблю, когда за большим столом собираются друзья и близкие: много шума, веселья, а из кухни идет ароматный запах домашней еды. Обожаю свою собаку и вечерние прогулки с семьей и нашим питомцем. Он мой большой друг, и когда мне грустно, сразу хочется его обнять.

Мне бы хотелось больше путешествовать - мечтаю посетить Японию, много читала об истории этой страны и хотелось бы увидеть ее воочию. И еще - находить гармонию между внешним и внутренним миром. Думаю, эта задача стоит перед каждой работающей девушкой и женщиной. Мне бы хотелось больше радовать своих близких.

Лиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовой

Курорт Эльбрус объявил предпродажу сезонных ски-пассов с максимальной скидкой

На курорте Эльбрус стартовали предпродажи сезонных ски-пассов на горнолыжную зиму 2025/2026. До конца августа действуют максимальные скидки, сообщает Кавказ.РФ.

Так, годовой абонемент на самые высокогорные в России трассы можно приобрести с выгодой 20 тысяч рублей - 30% от полной стоимости. Оформляя такой ски-пасс сразу с фаст-треком - проход на канатную дорогу без очереди и катание раньше остальных «первым следом», сэкономит получится 42 тысячи рублей, или 35%. Продажа уже открыта на официальном сайте «Эльбруса».

Скидки распространяются и на детские билеты. Годовой ски-пасс для горнолыжников и сноубордистов от шести до 13 лет до конца августа стоит на 12 тысяч рублей меньше, или на 25 тысяч, если тариф с фаст-треком.

В зимнем сезоне 2025/2026 гостей курорта ждут 23 км трасс, поднимать на которые будет гондольная канатная дорога. Верхняя станция — 3 847 метров над уровнем моря. Традиционно катание на курорте начинается в конце ноября - начале декабря. Сезон длится вплоть до середины лета — самый продолжительный в России.

Сегодня на курорте под управлением института разви-

тия Кавказ.РФ продолжается летний сезон. В туристическом режиме работает канатная дорога, открыты более 70 км экотроп, в том числе два новых маршрута, которые Кавказ.РФ открыл к 80-летию Победы: «Тропа Победы» и «105-й пикет».

Также на Эльбрусе продолжается альпинистский сезон. На высоте 3 912 метров для восходителей открыт высокогорный отель «Липрус». До 31 августа на сайте курорта также можно приобрести со скидкой билеты летнего сезона: прогулочный и прогулочный на три дня.

Ольга КАЛАШНИКОВА

- В сентябре будет год, как я возглавила работу прогимназии, - рассказывает Анжела Мулиднова. - До этого около 27 лет проработала преподавателем английского языка в КБГАУ им. В.М. Кокова. Свой педагогический потенциал в полной мере реализовала в этом вузе, за что безмерно благодарна своему коллективу.

Кроме того, получила высшее образование по специальности «бухгалтерский учет и аудит» и есть опыт работы в этой профессии. Затем прошла профессиональную переподготовку по программам: «Педагог-психолог в соответствии с ФГОС», «Учитель начальных классов в соответствии с ФГОС», «Педагог-воспитатель дошкольного учреждения», «Менеджмент в образовании».

- Как получилось, что ушли в совершенно другую, хоть и образовательную, сферу?

- Мне всегда было интересно работать с детьми всех возрастов. Именно поэтому я так долго остаюсь в этой сфере. Нравилось коммуницировать со студентами, а теперь занимаюсь с малышами, осуществив свою давнюю мечту. Я чувствовала это интуитивно, хотя и пыталась игнорировать свои чувства. Желание работать с детьми постепенно росло, и я не раз помогала организовывать детские сады для обучения английскому языку. А когда поступило предложение возглавить работу прогимназии, я была готова к этой роли, хотя не было четкого понимания, в чем именно будет заключаться моя роль. Думаю, что работа со студентами стала для меня основой, своеобразным трамплином для моей нынешней деятельности. Должна отметить, что не всегда мечты совпадают с реальностью. В сфере дошкольного образования оказалось сложнее. Я возглавила работу прогимназии в непростой для него период. Даже не представляла, с каким объемом задач и трудностей мне предстоит столкнуться. Однако сейчас чувствую, что нахожусь там, где должна быть, и моя работа здесь необходима.

- Как вас встретил коллектив?

- Замечательно, за что благодарна всем и каждому. У нас работает около ста человек. Это давно сложившийся сплоченный коллектив, готовый, несмотря на все трудности, каждый день встречать наших воспитанников с улыбкой. Работать в детском саду – это нелегкий кропотливый труд, требующий



ДЕТЯМ НУЖНО ДАТЬ ВСЕ САМОЕ ХОРОШЕЕ ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС

МКОУ «Прогимназия №70» г.о. Нальчик в этом году отмечает солидную дату – 40-летие. Юбилей – это время подводит промежуточные итоги и намечает планы на будущее, потому что здесь свои первые шаги в социум делают сотни ребятшек. А они – наше будущее. О том, чем сегодня живет прогимназия, какие трудности испытывает и как их пытается преодолеть, нам рассказала исполняющая обязанности директора общеобразовательного учреждения Анжела ГЕДГАФОВА.



большим духовных, эмоциональных и физических затрат, однако никто не скажет: «Это не входит в мои обязанности, и я это не буду делать». Конечно, без небольшой текучки кадров не обходится, но есть основной костяк, на который можно положиться в любой сложной ситуации. Это высококвалифицированные люди, которые работают на совесть - проводят открытые занятия, успешно участвуют в различных конкурсах, мероприятиях, демонстрируя высокий уровень мастерства.

Отдельно хочу выразить слова искренней благодарности родителям наших воспитанников, которые поверили в меня с первого дня. С каждым из них я встречалась, беседовала. Затем создала общий родительский комитет. Получаю от них неимоверную поддержку и понимание. Отмечу, что каждый из родителей может в любое время прийти и посмотреть, как их дети проводят время, продегустировать блюда. Мы абсолютно открыты и доступны для них. Кроме того, в каждой группе установлены камеры видеонаблюдения, записи на которых в свободном доступе для родителей.

Без их участия в нашей прогимназии ничего не происходит. Это наши самые активные болельщики, спонсоры и друзья. Они настолько неравнодушны к жизни нашего учреждения, что каждый помогает и поддерживает нас в силу своих возможностей. Бывает, что кто-то из родителей заходит и говорит: «Вижу, что вам приходится нелегко, чем я могу помочь?» За прошлый учебный год силами родителей во дворе было установлено освещение, они сделали ремонт двух классов и одной группы. Я не могу подобрать слова, чтобы в полной мере выразить им свою благодарность. Одной газетной публикации не хватит, чтобы перечислить всех, называя лишь нескольких: Лейля ТЯЖГОВА, Наурубек СУНДУКОВ, Фатима МУРТАЗОВА, Диана КОДЗОКОВА, Люсена ГУБЖОКОВА, Марина ПШИХАЧЕВА и Зарина АДАЕВА.

- Расскажите о прогимназии в цифрах.

- Территория прогимназии очень большая – около пяти гектаров. На ней расположены два огромных корпуса: объединили два садика. Детский сад принимает детей с двух лет. Всего 18 групп

и шесть классов в начальной школе. В этом году к нам придут 584 ребенка. В ушедшем учебном году выпустили 107 «подготовишек». В прогимназии делается упор на знание и сохранение родного языка, традиций и обычаев. У нас великолепные педагоги кабардинского и балкарского языков. Вместе со своими воспитанниками достойно представляют нашу прогимназию в городских и республиканских мероприятиях и конкурсах. Сами проводят мероприятия. Кроме того, создан кружок народного танца, где деток обучают три участника ансамбля «Кабардинка». Создан кружок английского языка, а также секция борьбы. Дети выбирают кружки по интересам и с удовольствием посещают их.

Но полноценное развитие ребенка невозможно без хорошего сбалансированного питания. Поэтому это было первое, на что я обратила внимание. Пересмотрела меню, родители были очень довольны результатом.

- Сейчас не самые легкие времена для прогимназии. Что особенно вас беспокоит?

- В этом году зданию прогимна-

зии исполнится 40 лет. Оно нуждается в капитальном ремонте, который здесь не проводился ни разу. В свое время садик был подведомственным, и слава о нем гремела далеко за пределами города. А сейчас столкнулся с необходимостью самому выживать. Август для всего коллектива – горячая пора подготовки к новому учебному году. Все работают с пяти утра и готовят садик к приемке своими силами. В этом году приемная комиссия особенно тщательно проверяет готовность дошкольных и школьных учебных заведений. Это замечательно. Но как привести в надлежащий уровень огромное здание силами только коллектива и родителей? Давно устаревшая материально-техническая база требует серьезных финансовых вложений.

Да, проблем у нас немало. Но когда я захожу к детям и вижу устремленные на меня глазки, я забываю обо всем. В то же время острее ощущаю, что этим детям нужно дать все самое хорошее здесь и сейчас. Они достойны того, чтобы получить воспитание и образование в современном, красивом, благоустроенном пространстве, где не течет крыша, где в группах нет сырости, где мебель не разваливается от старости, где питание на высшем уровне. Поэтому уйти и оставить как все есть, я не могу, для меня это равносильно предательству. Признаться, первые несколько месяцев в новой должности пребывала в растерянности. А потом поняла – я им нужна.

Неразрешимых проблем нет. Спасает то, что меня всесторонне поддерживают родители и коллектив. Поддерживают и мои близкие – когда советами, а когда и реальной помощью. Мой 14-летний сын косит траву, занимается с нами уборкой территории садика. Были моменты, когда мои друзья-преподаватели приводили в порядок кухню, потому что наступил утро и надо кормить 500 с лишним детей. Когда ты с душой относишься к делу, то всегда находишь помощников и единомышленников.

Прогимназия пережила долгий и славный путь развития, в котором были и творческие поиски, и находки, и взлеты, и падения. Многие менялось, но неизменным остается доброе отношение воспитателей к своим подопечным. Очень хочется, чтобы в будущем дети воспомнили о своем садике с теплотой.

Алена КАРАТЛЯШЕВА

В КБР состоялся спортивный праздник «Земля спорта»

В прошлую субботу в республике прошел региональный этап Всероссийского марафона «Земля спорта». За звание лучшей боролись команды из Баксанского, Прохладненского, Зольского, Чегемского и Лескенского районов, которые победили на муниципальном этапе. Марафон проходил при поддержке федерального Министерства сельского хозяйства в рамках госпрограммы «Комплексное развитие сельских территорий». В этом году мероприятие приурочено к празднованию 80-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне 1941 – 1945 годов.

Мероприятие вдохновляет на занятия спортом жителей нашей страны, популяризирует здоровый образ жизни, семейные ценности среди загородного населения регионов России. Участвовать в марафоне могут граждане, проживающие или осуществляющие трудовую деятельность на территориях сельских агломераций. Возраст участников в зависимости от вида спорта – с 6 лет и старше. В марафоне могут принять участие малоактивные группы населения и возрастные категории граждан, для них предусмотрена эстафета «Мама-Папа-Я», бадминтон, скандинавская ходьба, кольцеброс. Важное условие – к участию в соревнованиях не допускаются профессиональные спортсмены и участники, имеющие золотой знак отличия ГТО. Участников ждали семейные эстафеты, игра в волейбол и футбол, силовой экстрим и соревнования, включенные в комплекс ГТО.

Стоит отметить, что соревнования проводятся на площадках, которые были построены в России в рамках программы по развитию сельских территорий. В Кабардино-Балкарии соревнования прошли на базе спортивного комплекса и футбольного поля в селе Шалушка Чегемского района. Оба объекта были введены в эксплуатацию в 2024 году и соответствуют всем современным стандартам.

Церемония открытия началась с поднятия флага марафона. Почетную миссию выполнили олимпийский чемпион Мурат Карданов и заместитель председателя правительства КБР Марат Хубиев.

«Друзья, сегодняшний марафон – это не просто состязание, это праздник жизни, где каждый может проявить себя, показать свои способности, обрести новых друзей и единомышленников. Кабардино-Балкария всегда славилась людьми с сильным духом, развитыми физически, и спорт был всегда частью нашей жизни» – подчеркнул М. Хубиев, обращаясь к участникам марафона.

После выступления творческого коллектива «Шардан» М. Карданов и главный судья соревнований Рустам Бегидов провели для всех присутствующих энергичную разминку под ритмичную музыку.

Заместитель министра спорта КБР Аслан Анаев отметил накал спортивных страстей: «Сегодня пройдут различные спортивные мероприятия. Победители и призеры будут претендовать на участие во всероссийском этапе. Поэтому

ожидаем, что соревнования будут жаркими, но справедливыми. Думаю, что победит сильнейший, который представит нашу республику на всероссийском этапе».

Начальник отдела по молодежной политике Зольского района Астемир Куготов подчеркнул объединяющую роль марафона: «Земля спорта» как всероссийский марафон дает отличные возможности, чтобы продемонстрировать спортивный дух и сплоченность молодежи, а это самое главное».

По итогам соревнований – команды Баксанского района заняли первые места в мини-футболе, волейболе и семейной эстафете, в перетягивании каната победила команда Зольского района. Первое место в сдаче ГТО среди девушек заняла Милена Урусбиева из Чегемского района, а среди мужчин – Шамхан Самгуров из Зольского района. В силовом экстриме первым стал Асхат Мамеев из Лескенского района.

Победители регионального этапа не позднее 15 октября представят республику на всероссийских соревнованиях. Место проведения определит Министерство сельского хозяйства Российской Федерации. Впервые Всероссийский марафон «Земля спорта» состоялся летом 2023 года. Для Кабардино-Балкарии это второй по счету марафон, первый раз республика стала участницей мероприятия в прошлом году.

Анжела ГУМОВА

ПОНЕДЕЛЬНИК, 25 августа

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.45 Х/ф «ЧЕРНАЯ ВДОВА» (16+)

23.05 «Знак качества» (16+)
00.40 Д/ф «Тайная комната. Золото Третьего рейха» (16+)

НТВ

05.00 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СЕВЕРНЫЕ РУБЕЖИ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)

ЗВЕЗДА

05.15 Т/с «ОДЕССИТ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

РЕН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)

09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 «Все о главном» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.25 Новости 07.05, 11.35, 23.45 Все на Матч! Прямая трансляция

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)

06.10 «Небесный тихоход». Премьера музыкального спектакля в Музетре КБР. Часть вторая (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

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

СТРАНА 1

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Искатели»
07.25 Легенды мирового кино
07.55 Х/ф «ЮНОСТЬ МАКСИМА» (16+)

14.25, 21.30 Х/ф «МИМИНО» (16+)
15.55 Д/ф «Анна Тимирева. Возлюбленная Колчак»

ПРОГРАММА 1 КБР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

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

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.45 Х/ф «ЧЕРНАЯ ВДОВА» (16+)

23.05 Д/ф «Звездные браки. Последний вагон» (16+)
00.30 «Петровка, 38» (16+)

НТВ

04.55, 08.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)

ЗВЕЗДА

05.10 Т/с «СНАЙПЕРЫ. ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

РЕН

06.00 «С бодрым утром!» (16+)

ВТОРНИК, 26 августа

09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
10.00 «СОВБЕЗ» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 «Наши иностранцы» (12+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)

06.10 «На страже закона». Вести из прокуратуры КБР (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

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

СТРАНА 1

05.00, 09.00, 13.00 «Известия» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Искатели»
07.20 Легенды мирового кино
07.45 Х/ф «ПУТЕВКА В ЖИЗНЬ» (16+)

15.50 Д/ф «Эрнст Бо. Император русской парфюмерии»

ПРОГРАММА 1 КБР

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

ПРОГРАММА 1 КБР

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

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 Х/ф «ВЫИТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА» (16+)

23.05 Прощание (16+)
00.30 «Петровка, 38» (16+)
00.45 Д/ф «Дорогие товарищи. Оборотни в погоню» (16+)

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)

ЗВЕЗДА

05.05 Т/с «СНАЙПЕРЫ. ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

РЕН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)

СРЕДА, 27 августа

12.00 Информационная программа 112 (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 «Головая неделя. РФ» (6+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)

07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
07.10 Телевизионный фильм. «Лакумы по-чегемски» (12+)

СТРАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30 Т/с «СВОИ-6» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Искатели»
07.20 Легенды мирового кино
07.45 Х/ф «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВАСИЛИЯ БОРТНИКОВА» (16+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Москва, реинвова» (16+)

23.05 Д/с «Актерские драмы» (16+)
00.30 «Петровка, 38» (16+)
00.45 Д/ф «Охота на маньяка. Дело ночного гостя» (16+)

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)

ЗВЕЗДА

05.15 Т/с «ОТДЕЛ С.С.С.Р.» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

РЕН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)

ЧЕТВЕРГ, 28 августа

15.00 «Неизвестная история» (16+)
17.00, 02.10 «Тайны Чапман» (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 «Третий тайм» (12+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)

08.40 РЕТРОСПЕКТИВА. У вершин Европы. «Экспедиция. «Пещера» (12+)

СТРАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.30, 09.30 Т/с «СВОИ-6» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Искатели»
07.20 Легенды мирового кино
07.45 Х/ф «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ» (16+)

18.45 Д/с «Галерея»
19.45 Д/с «Завтра не умрет никогда»
20.25 «Спокойной ночи, малыши!»

МИР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Жаншэрх» («Спортивная программа») (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Билляла» («Знайка»). Программа для детей (балк.яз.) (6+)

21.25 Х/ф «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ» (16+)

МИР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Актуальная тема» (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Клуб интересных дел» (12+)

1 КАНАЛ

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

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.20 Х/ф «ВСЕ К ЛУЧШЕМУ» (16+)
11.30, 14.30, 17.50 События
11.50 Х/ф «ВСЕ К ЛУЧШЕМУ» (16+)

НТВ

04.45 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ» (16+)

ЗВЕЗДА

06.25 Т/с «ОТЕЛ С.С.С.Р.» (16+)
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня (16+)
09.20 «Ищу своих» (12+)
10.05 «Ступени Победы», Д/с (16+)

РЕП

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С добрым утром!» (16+)
08.30 «Новости» (16+)

ПЯТНИЦА, 29 августа

09.00 «Документальный спецпроект» (16+)
10.00 «Засекреченные списки» (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Лучшие из лучших» (12+)
06.30 «Формула-1. Гаснут огни» (12+)
07.00, 08.30, 12.45, 15.25 Новости
07.05, 20.25, 00.35 Все на Матч! Прямая трансляция

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР», Информационная программа (16+)
06.10 «Служба «02» сообщает» (16+),
06.20 «Веселые нотки» (12+)

07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
07.10 «Чемпионы». Заслуженный работник физкультуры и спорта КБР Тарих Гоплачев (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Искусство в кадре» (12+)
17.25 «Танец грации». Федерация эстетической гимнастики КБР (12+)

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 17.00 «Изнатки» (16+)
05.25 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-3» (16+)
08.30 «Ваше здоровье!» (12+)
09.30 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-3» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Д/с «Искатели»
07.20 Легенды мирового кино
07.45 Х/ф «ЦИРК» (16+)

1 КАНАЛ

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.45 «Слово пастыря» (0+)
10.00, 12.00 Новости
10.15 Д/ф «Передвинем передвижников» (12+)

РОССИЯ 1

05.00 Утро России. Суббота
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)
08.20-08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СУББОТА (12+)

ТВЦ

06.25 «Православная энциклопедия» (6+)
06.50 Х/ф «ПОЙМАЙ МЕНЯ» (16+)
08.30 Х/ф «ДЕЛО №306» (16+)

14.45 Х/ф «ХОР» (16+)
22.15 «Правда знает!» (16+)
23.40 Д/с «Русские тайны» (16+)
00.25 Д/с «90-е» (16+)

НТВ

04.45 Х/ф «НАВОДЧИЦА» (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома»
10.00 «Сегодня»

ЗВЕЗДА

05.35 Х/ф «ДАЙ ЛАПУ, ДРУГ!» (16+)
07.00 Х/ф «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО» (16+)

СУББОТА, 30 августа

01.40 Х/ф «МЕДОВОЙ МЕСЯЦ» (16+)
03.10 Х/ф «ЗАЙЧИК» (16+)
04.30 Д/с «Стрелковое вооружение русской армии» (16+)

РЕП

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С добрым утром!» (16+)
08.30, 12.30, 16.30 «Новости» (16+)
09.00 «Минтранс» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Дж. Джонс - С. Ган. UFC. Трансляция из США (16+)
07.00, 09.00 Новости
07.05, 12.20, 15.30, 17.35, 20.45, 00.30 Все на Матч! Прямая трансляция

04.00 Регби. «ВВА-Подмосковье» (Монин) - «Стрела-Ак Барс» (Казань). Регб. Чемпионат России (12+)

ОТР

06.00 «Танец грации». Федерация эстетической гимнастики КБР (12+)
06.35 «История и современность». Международный фольклорно-этнографический фестиваль «Праздник айрана на Медовых водопадах» (12+)

СКАНАЛ

05.00 Т/с «ПИЛИГРИМ-3» (16+)
07.20, 10.25, 18.35 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2» (16+)

РОССИЯ К

06.30 «Библиейский сюжет»
07.05 М/ф «Взлудба». «Межа». «Малыш и Карлсон». «Карлсон вернулся»
08.25 «Классная тема!»

18.40 Д/ф «Гатчина. Свершилось»
19.45 Д/с «Завтра не умрет никогда»
20.30 Линия жизни
21.25 Х/ф «ПРОДИСЬ, ПРОДИСЬ, ОЧАРОВАНИЕ...» (16+)

МШР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР», Информационная программа (16+)
06.10 «Служба «02» сообщает» (16+)
06.20 «Страницы истории». г. Москва (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Новости 1КБР», Информационная программа (16+)
17.10 «Добрый доктор» (12+)
17.50 «Навстречу». Музыкальная программа (12+)

19.30 «Муниципальный вестник» (12+)
19.45 «Уста» («Мастер» (балк.яз.) (12+)
19.30 «Новости 1КБР», Информационная программа (16+)

МШР 24

06.00 «Муниципальный вестник» (12+)
06.30 «Про Олега Гусейнова» (12+)
07.05 «Уи пщэр уи лукушэфарщ» («Дело чести») (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «О земном и небесном» (12+)
17.20 «Единый Кавказ». Молодежный форум (12+)
17.35 «Жизнь после жизни». Артист, журналист и поэт Олег Гусейнов (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 31 августа

1 КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00 Новости
11.05 «Повара на колесах» (12+)
12.15 «Юни выбрали Родину» (16+)

РОССИЯ 1

05.30 Х/ф «МАМИНА ЛЮБОВЬ» (16+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА (12+)

ТВЦ

05.10 Т/с «ЧУДНЫЕ ДЕЛА ТВОИ, ГОСПОДИН» (12+)
08.15 Х/ф «КОТОВ ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ» (16+)

10.55 Полезная программа (6+)
11.30, 14.30, 23.00 События
11.50 «Наша смешная жизнь» (16+)

НТВ

04.55 Х/ф «ОТВЕТЬ МНЕ» (16+)
06.40 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»

ЗВЕЗДА

05.20 Х/ф «КАЖДЫЙ ДЕСЯТЫЙ» (16+)
06.35 Х/ф «ВРЕМЯ ВЕРНУТЬСЯ» (16+)
09.00 Новости недели с Юрием Подкопальевым (16+)

16.30 «Загадки века с Сергеем Медведевым». «Ловушка для ЦРУ» (12+)
17.20 «Специальный репортаж. Что русское смешно...» (16+)

РЕН

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

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. А. Перейра - М. Анкалев. UFC. Трансляция из США (16+)

21.35 Футбол. «Интер» - «Удинезе». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
01.00 Хоккей. Кубок мэра Москвы. Финал (12+)

ОТР

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 М. Горький. «На дне». Спектакль Пермского театра «У Моста». Часть вторая (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР

07.00 «Князь Черкасские и высшие воинские звания Российского государства». Передача первая (12+)

СТРАНАТ

05.00 Т/с «ФИЛИН-4» (16+)
06.15 Т/с «СЛЕДОПЫТ» (16+)
09.00 «Фирменный рецепт» (12+)

РОССИЯ К

06.30 «Библейский сюжет»
07.05 М/ф «Маугли»
08.50 «Классная тема!»
09.20 Х/ф «ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ» (16+)

19.30 Новости культуры
19.45 Х/ф «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ» (16+)
21.20 «Мой оперный герой»
23.05 Д/ф «Роман в камне»

МТР 24

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Республиканская программа»
06.15 «Узрельщик» («Взгляд»). Памяти художника Юрия Скородина (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 У. Шекспир «Отелло». Спектакль Балкарского госдрамтеатра им.К. Кулиева (балк.яз.) (16+)

РАДИО КБР

Понедельник, 25 августа
00.00, 05.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамъ 99,5-FM
01.35, 10.25, 16.25 «Фэр папцэ»

Вторник, 26 августа

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамъ 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»

10.50, 13.50 «Лъэпкъ лущыгъ» (6+)
11.05, 17.35 «Халъж жырла»
11.30 «Миллет хазнабыздан» (12+)

Среда, 27 августа

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамъ 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»

Четверг, 28 августа

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.30 «Симфония Кавказа»
01.00, 19.05 Макъамъ 99,5-FM

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

Пятница, 29 августа

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамъ 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»

Суббота, 30 августа

00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамъ 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»

09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа»
10.05 «Гышцэ и дамыгъ» (16+)

Суббота, 30 августа

00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамъ 99,5-FM
01.30 «Жэщыбг нэужьым»

Воскресенье, 31 августа

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамъ 99,5-FM
01.35 «Ди гътылыгъхэзэр»

11.30, 16.30 «Акъ таулары жырлары» (16+)
12.00, 18.00 «Хорошее настроение» (12+)

Воскресенье, 31 августа

00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамъ 99,5-FM
01.38 «Лъэпкъ и фыгуэхэр»

Редакция не несет ответственности за содержание текстов программ ТВ-каналов

График совершения намазов по КБР

Table with 7 columns: Time, Day, Sunrise, Sunset, Prayer, Evening, Night. Rows show times for 25.08, 26.08, 27.08, 28.08, 29.08, 30.08, 31.08.



ВТОРАЯ СМЕНА «МИССИЯ»

16 августа в городе Пятигорске начала работу вторая смена «Миссия» XVI Всероссийского молодежного форума «Машук» платформы Росмолодежь.Форумы. Она объединила 1100 участников со всей России и стран ближнего зарубежья в возрасте от 14 до 35 лет: учителей и преподавателей, советников по воспитанию, вожатых и наставников, молодых профессионалов сфер педагогики и воспитания, активистов «Движения Первых».

Участники прибыли на Комсомольскую поляну и заселились в палатки и для них весь день работают множество площадок атмосферной программы.

Смена включает в себя семь направлений:

♦ **«Мотивировать»** объединит студентов педагогических специальностей, педагогов школ и учреждений дополнительного образования, классных руководителей, участников проекта «Флагманы образования» президентской платформы «Россия - страна возможностей». Здесь будет обсуждаться поддержка молодых педагогов и развитие их профессионального потенциала.

♦ **«Искать»** - участниками станут специалисты проекта «Навигаторы детства» (советники, муниципальные координаторы, сотрудники региональных ресурсных центров), вожатые, студенты педагогических направлений. Направление будет посвящено развитию и поддержке детских и молодежных инициатив в образовательных целях.

♦ **«Развивать»** - участниками будут члены Совета обучающихся при Минобрнауки России, а также кандидаты в этот совет, представители руководителей органов студенческих советов образовательных организаций ВПО. Предметом работы станет системное развитие и совершенствование органов студенческого самоуправления.

♦ **«Наставлять»** объединит наставников-просветителей Движения Первых, представителей сообщества «Вожатый Первых», участников, планирующих стать наставниками-просветителями. Направление посвящено созданию собственных просветительских форматов, освоению современных подходов к работе и развитию

профессиональных компетенций наставников и вожатых.

♦ **«Объединять»** соберет сотрудников сферы молодежной политики, представителей органов власти и управления, представителей блоков работы с молодежью в вузах, ректоров, проректоров вузов. Ключевыми направлениями работы станут обмен опытом, обсуждение подходов к обучению будущих специалистов и разработка предложений по их совершенствованию.

♦ **«Поддерживать»** объединяет специалистов воспитательной сферы СПО и высшей школы. Это направление будет посвящено ключевым различиям в деятельности филиалов, вопросам кадровой обеспеченности и квалификации, обмену опытом.

♦ **«Направлять»** объединит юных наставников Всероссийского проекта «Первые Первых». Направление принимает Центр знаний «Машук» - всероссийский образовательный центр подготовки просветительских и управленческих кадров в области образования, молодежной политики и воспитательной работы в рамках партнерской программы.

Программа смены включает в себя лекции, лектории, открытые уроки, публичные дискуссии карьерные консультации и множество других образовательных мероприятий. Традиционно с участниками форума будут встречаться именитые спикеры из числа политической, предпринимательской, общественной и творческой элиты страны.

Молодые люди смогут представить свои проектные инициативы на грантовом конкурсе Росмолодежи. Победители

определят по итогам публичной защиты и комплексной экспертной проверки каждого проекта. Сумма поддержки зависит от значимости, качества и потребностей проекта. Публичные защиты запланированы на 18 августа.

Участников форума также ждет насыщенная атмосферная программа с различными активностями: от скалолазания на специальных стендах и прогулок с гидом по живописным местам Кавминвод до

большого количества мастер-классов - по дизайну одежды и аксессуаров, рукоделию, народным ремеслам, а еще - душевные посиделки у костра и много других интересных мероприятий.

«Машук» - флагманский форум платформы Росмолодежь.Форумы. В прошлом году «Машук» был признан победителем номинации «Событие года» Всероссийской премии молодежных достижений «Время молодых», в которой участвовали самые яркие события в отрасли молодежной политики страны, реализованные в течение 2024 года.

Организаторами Всероссийского молодежного форума «Машук» выступают: Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) и Правительство Ставропольского края.

Подготовила Дина ЖАН

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

Форум «Машук» - уникальная площадка для молодых профессионалов и представителей общественных организаций со всей страны в возрасте от 14 до 35 лет. Форум обладает удивительными традициями и богатой историей, сочетает современные инновационные технологии, яркую инфраструктуру и умную планировку территории с нетронутостью природы и экологичностью. «Машук» включен в линейку всероссийских форумов платформы Росмолодежь.Форумы.

Росмолодежь.Форумы - специальная платформа Федерального агентства по делам молодежи (Росмолодежь), которая объединяет все события и мероприятия ведомства и партнеров. Платформа включает как образовательные программы (линейку форумов платформы Росмолодежь.Форумы), так и единовременные масштабные события.

Центр знаний «Машук» - всероссийский образовательный центр подготовки просветительских и управленческих кадров в области образования, молодежной политики и воспитательной работы. Решение о его строительстве поддержал Президент России Владимир Путин в 2018 году. С момента открытия «Машук» посетило более 45 000 слушателей образовательных программ.

Молодежный многофункциональный патриотический центр «Машук» - современная образовательная площадка, созданная для духовно-нравственного и военно-патриотического воспитания подрастающего поколения. Центр функционирует как круглогодичный образовательный комплекс, сочетающий традиционные методы воспитания с инновационными педагогическими технологиями. Центр принимает Всероссийский молодежный форум «Машук», Всероссийский туристский слет «Маевка», региональный этап Всероссийской военно-патриотической игры «Зарница 2.0» и другие мероприятия.

В РКБ завершается строительство отделения скорой помощи из трех функциональных зон

В Республиканской клинической больнице завершается строительство современного отделения стационарной скорой медицинской помощи. Это ключевое звено в системе экстренной госпитализации, где пациенты смогут получить первичную и специализированную помощь в одном месте.

Новый корпус площадью более 1,2 тысячи квадратных метров, разделен на три функциональные зоны. Первая - зеленая зона, где пациенты обращаются самостоятельно. Здесь находятся регистратура, зона ожидания, помещение для медицинской сортировки, смотровые и изолятор. Желтая зона предназначена для пациентов, прибывших на скорой помощи. В ней

10 коек с краткосрочным пребыванием - до 72 часов. В этой зоне есть смотровые кабинеты, изоляторы, а также кабинеты УЗИ, рентгена и компьютерной томографии. Красная зона предназначена для лечения тяжелых и неотложных пациентов. Здесь есть противошоковый зал и палата интенсивной терапии на шесть коек. Также предусмотрен прямой доступ к диагностическим кабинетам и реанимации.

Дополнительные помещения включают перевязочные (чистая и гнойная), операционные, травматологические и эндоскопические кабинеты, что позволяет оказывать полный объем первичной специализированной помощи непосредственно на месте.

Архитектурно новое отделение соединено с четырех- и семизатжными корпусами больницы крытыми переходами, что обеспечивает удобную маршрутизацию пациентов.

Отделение стационарной скорой помощи получило высокую оценку от Вадима Теплова, профессора кафедры скорой медицинской помощи и хирургии Первого Санкт-Петербургского государственного медицинского университета им. И.П. Павлова. Он курирует создание подобных отделений по всей стране. Это признание связано с тем, что Кабардино-Балкария стала одной из первых регионов, внедривших такой подход к оказанию экстренной медицинской помощи.

В Баксане после капитального ремонта открылась поликлиника

Капитальный ремонт проведен в рамках модернизации первичного звена медицинских учреждений по национальному проекту «Здравоохранение».

Здание площадью свыше 2400 квадратных метров полностью преобразилось: фасад и интерьер обновлены, инженерные системы заменены, установлены новые окна, двери и лифт. Закуплена новая мебель и современное медицинское оборудование экспертного класса, включая ультразвуковой аппарат, цифровой

маммограф, рентген и эндоскопическую стойку высокой точности.

Поликлиника рассчитана на 750 посещений в смену, имеет дневной стационар на 40 коек и обслуживает прикрепленное население - более 60 тысяч жителей. Согласно бережливым технологиям все потоки в здании разделены, предусмотрен отдельный вход для пациентов с температурой, есть зоны комфортного ожидания и кабинет школы сахарного диабета.

Центр ментального здоровья детей появится в республике

В Центре психиатрии и наркологии начался капитальный ремонт детского корпуса, сообщает Минздрав КБР. На эти цели по распоряжению Главы Кабардино-Балкарской Республики Казбека КОКОВА из республиканского бюджета выделено 82,5 млн рублей. Капитальный ремонт ведется в корпусе, где расположены детские отделения. Здесь медицинскую помощь получали дети в условиях круглосуточного и дневного стационаров.

Общая площадь здания составляет 2 тыс. кв. м. В настоящее время на стадии завершения демонтажные работы, после чего строители приступят к установке новой кровли, замене линий теплоснабжения, водоснабжения и отведения, а также систем электроснабжения, затем проведут отделочные внутренние и наружные работы.

Модернизированная планировка помещений ремонтируемого здания будет соответствовать принципам новой модели медицинской организации. После ремонта в обновленном здании будет размещен Центр ментального здоровья детей.

Наталья АЛЕКСЕЕВА

новости медицины

Начало учебного года в новых школах

Девять новых школ откроют в КБР к началу учебного года. Их построили в соответствии с целями нацпроекта «Молодежь и дети».

В столице республики к новому учебному году заработают три школы общей мощностью 2300 мест, еще две - в городах Чегеме и Тереке по 800 мест. Также новые образовательные учреждения откроют в селах Прохладненского района - Красносельском и Прималкинском. Каждое из них рассчитано на 500 мест. Еще новые школы примут учеников в Нарткале на 400 мест и в станице Александровской Майского района - 200. В совокупности получить общее образование в республике в современных условиях смогут более 5,5 тысячи ребят. В учреждениях обустроят учебные и специализированные классы, библиотеки, спортивные залы и просторные столовые. Кроме этого, в рамках нацпроекта к началу учебного года в республике планируется запустить 11 капитально отремонтированных школ. Также закупили 440 тысяч единиц учебной литературы.

Нацпроект «Молодежь и дети» направлен на создание возможностей для развития талантов и самореализации молодых людей. В центре нацпроекта - строительство и ремонт школ, повышение квалификации педагогов, создание новых методик преподавания и комфортных условий для обучения. Нацпроект также предусматривает развитие сети кампусов мирового уровня и поддержку вузов по программе «Приоритет 2030».

Анжела КУДАЕВА



МАМА ТАК СКАЗАЛА

Я знаю нескольких парней из обеспеченных семей, которые, как мне кажется, приняли важное решение под влиянием советов родителей. Они женились на девушках из знакомых семей, по совету родственников, не зная самостоятельно, что за человек будущая жена. И я часто задаюсь вопросом: что ими движет?

Недавно один знакомый женился, и, зная его вкус, его избранница была далека от того идеала, который, как мне казалось, он себе представлял. Но он все равно сделал предложение.

Я не осуждаю их выбор, мне просто интересно понять мотивы. Неужели это только желание уго-

дить родителям? Или дело в давлении со стороны родственников? Разве можно создавать семью с девушкой просто потому, что, допустим, мама так сказала?

Возможно, для некоторых молодых людей важно сохранить хорошие отношения с семьей и избежать конфликтов. Может быть, они считают, что такой брак будет более стабильным и перспективным с точки зрения социального статуса.

Но глядя на все это, я не могу отделаться от мысли, что такие браки могут быть неполноценными. Ведь в основе отношений лежит нечто большее, чем просто социальный статус и одобрение родственников.

Я уверена, что в жизни каждого человека есть моменты, когда важно следовать своему сердцу и делать выбор, который соответствует собственным ценностям и убеждениям. Интересно, как сложится судьба этих ребят. Думаю, время покажет, что для них важнее — общественное мнение или собственное счастье.

Дина

Цельтесь в Луну

Вечером мы с дочками гуляли по городу. Набредли на красивейшего парня и решили остановиться, чтобы поиграть рядом с ним. Дети весело щебетали, строили замки из песка и придумывали разные игры.

Вдруг к нам подошла маленькая девочка. Она познакомилась с моими дочками, и они начали играть вместе. Я достала фотоаппарат, чтобы сделать снимок счастливых детей.

Все это время я думала, кто же сопровождает девочку. Но вокруг никого не было, только мы и она.

Через некоторое время подошла ее бабушка. Мы разговорились, и бабушка начала перечислять недостатки внучки: «Ой, она такая приставучая...», «Ей четыре года, а трех звуков еще нет, не выговаривает», и все в таком духе.

Я оглянулась на своих дочек, которые весело скакали с новой подружкой, и сердце защемило. Мы всей семьей им постоянно говорим, какие они красивые, подчеркиваем их сильные качества и хорошие стороны характера, поощряем и поддерживаем в стремлениях и целях, которые сами же и учим ставить.

А эта малышка, значит, живёт с критикой своей бабушки. Уж если бабушка мне рассказывает о «недостатках» внучки, значит, и ей самой о них говорит. Стало жаль девочку. Я подумала о том, как важно поддерживать детей и верить в них, независимо от их способностей и поведения.

Я улыбнулась своим мыслям и сделала еще один снимок — на этот раз, чтобы запечатлеть момент доброты и заботы, которые мы, взрослые, должны дарить детям и переслала бабушке, всячески нахваливая её внучку.

А по дороге домой все же было грустно на душе. Будьте добрее к своим детям, пожалуйста. Порой дети выводят из себя, так бывает, а трез звуков еще нет, не выговаривает, и все в таком духе. Я оглянулась на своих дочек, которые весело скакали с новой подружкой, и сердце защемило. Мы всей семьей им постоянно говорим, какие они красивые, подчеркиваем их сильные качества и хорошие стороны характера, поощряем и поддерживаем в стремлениях и целях, которые сами же и учим ставить.

Ангелика.

Выбор

Мне 25 лет, и я работаю кассиром в магазине. Вместе со мной трудятся еще две девушки и охранник. Он моей национальности, и постоянно пытается за мной ухаживать. Я понимаю, что нравлюсь ему, и, честно говоря, он мне тоже симпатичен.

Он приносит мне конфеты, пирожки, дарит цветы, и даже мои коллеги уже подшучивают, называя его моим женихом. Но в глубине души я сомневаюсь. Его работа охранника смущает меня.

Я думаю о нашем будущем. Смогу ли я быть счастлива с человеком, чья зарплата не очень большая, у кого машина — старая «Приора», и кто из обычной семьи? Я не считаю себя высокомерной, но именно на мужчину лежит ответственность за содержание семьи. Я хочу уверенности в завтрашнем дне, хочу знать, что мой

партнер сможет обеспечить нам достойную жизнь.

Конечно, он очень милый, классный и веселый парень. С ним легко и приятно общаться. Но что, если он всю жизнь проведет в охране, и мы будем еле сводить концы с концами?

Моя подруга говорит: «К черту отношения с нищими, типа охранник, курьер или таксист». Но я не могу просто так отмахнуться от своих чувств. Он мне нравится, и я не знаю, что делать. Иногда я думаю, что, возможно, стоило дать ему шанс. Может быть, у нас все получится, и он добьется успеха. Но в то же время я боюсь ошибиться и потом жалеть о своем выборе.

Жизнь так сложна и многогранна. Я хочу найти баланс между своими чувствами и рациональным подходом к жизни. Я хочу быть счастливой, но не хочу жертвовать своим будущим ради мимолетного увлечения.

Сабина

СЧАСТЬЕ ЛЮБИТ ТИШИНУ

Я никогда не выкладывала фото мужа в социальные сети. Мы считали, что личная жизнь должна оставаться личной. Но в день его рождения я решила сделать исключение и выложила совместное фото в запрещеннограм.

Через три месяца мы развелись. Муж сказал, что полюбил другую. Я была в шоке. Как такое могло произойти? Ведь все было хорошо, мы были счастливы вместе.

Сейчас я понимаю, что, возможно, сделала ошибку, выложив фото. Может быть, это стало катализатором каких-то событий. Или просто совпало.

Девочки, будьте осторожны. Я не знаю, есть ли глаза на самом деле, но считаю, что важно беречь свою личную жизнь и не выставлять ее напоказ. Иногда лучше сохранить тайны за семью печатями. Это может защитить от неожиданных и болезненных перемен.

Сейчас я стараюсь осмыслить произошедшее и понять, как действовать дальше. Жизнь продолжается, но этот урок я запомню навсегда.

Э.

НОСТАЛЬГИЯ

Иногда я захожу на странички людей, с которыми раньше общалась, но сейчас наши пути разошлись. Не скажу, что делаю это часто, но иногда любопытство или ностальгия берут верх. Хочется просто посмотреть, как у человека дела, что он сейчас пишет, какие мысли его посещают.

Это может быть что-то незначительное, например, новый статус или запись в ленте. Но иногда такая мелочь может многое рассказать о человеке. Порой хочется порадоваться за кого-то, увидеть, что у человека все хорошо. Или, наоборот, мысленно пожелать ему удачи, если кажется, что у него сложный период.

Не всегда понятно, зачем я это делаю. Может быть, это просто привычка или способ сохранить связь с прошлым, даже если оно уже не актуально. Или же это способ убедиться, что все те люди, которые были когда-то важны, живы и здоровы.

Иногда такие визиты на странички приносят неожиданные открытия. Например, можно узнать о новых увлечениях человека или о том, что он добился каких-то успехов. Это может напомнить о том, что жизнь полна сюрпризов и неожиданных поворотов.

В общем, я не уверена, что у меня есть какая-то четкая цель, когда я заглядываю на странички бывших знакомых. Наверное, это просто часть моей привычки проверять социальные сети и узнавать, что происходит в мире. Но иногда это приносит приятные моменты и помогает сохранить связь с прошлым.

Жанна

Новости с ногей

Вчера я увидела в новостях статью, которая меня очень заинтересовала. Оказывается, с начала следующего года в России вступят в силу новые правила для обязательного психиатрического освидетельствования некоторых работников. Это касается учителей, водителей, полицейских и представителей других профессий.

Меня удивила информация о том, что работодатели смогут отправлять своих сотрудников на длительное психиатрическое обследование, если при медосмотре у них найдут признаки психического расстройства. Раньше для этого требовалось заключение врача, а теперь работодатели могут сами принимать такие решения.

Эта новость заставила меня задуматься. С одной стороны, я понимаю, что иногда нужно отстранять от работы человека, который ведет себя неадекватно, чтобы защитить других людей. Но с другой стороны, я боюсь, что работодатели могут злоупотреблять этими новыми правилами.

Я решила разобраться в этом вопросе и прочитала комментарии экспертов. Один из них сказал, что есть риск злоупотреблений и нарушения прав работников.

Эта новость заставила меня задуматься о многом. О том, как важно найти баланс между безопасностью и защитой прав человека. О том, что даже когда речь идет о психическом здоровье, могут быть разные мнения.

Я считаю, данный закон дает очень мощный метод манипуляции в руки людей без должного образования. Какой будет результат — пока не ясно, но интересно наблюдать.

Арина

ДЕЛО НЕ В РОДИТЕЛЯХ

Я всегда считала, что подростки становятся трудными из-за недостатка внимания со стороны родителей, их недосмотра. Видела в новостях и читала в статьях, как важно для ребенка чувствовать поддержку и заботу близких. Я старалась максимально уделять внимание своему сыну, была открыта к разговорам, уважительно и мягко относилась к нему.

Но вот он стал подростком, и я совсем его не узнаю. Он не говорит со мной, раздражается от всего, превратился в человека, которого я не узнаю. Я чувствую себя растерянной и беспомощной.

Я понимаю, что дело не только во мне. Гормоны — это сила, с которой приходится считаться. Вспоминаю статьи и новости о том, как меняется поведение подростков в этот период. Оказывается, главная причина не в родителях. Это не значит, что наше внимание и поддержка не важны, но есть вещи, которые мы не можем контролировать.

Теперь понимаю, что это нужно просто пережить. Я буду продолжать поддерживать своего ребенка, но уже знаю, что некоторые трудности — это часть взросления. Буду рядом, буду слушать и пытаться понять. Вместе мы справимся.

Зарета

ЭТО НОРМАЛЬНО

Недавно я познакомилась с парнем, который сразу показался мне каким-то загадочным. Мы встретились в кафе, и разговор быстро завязался. Но когда я спросила его про работу, он стал уходить от ответа, явно не хотел говорить подробно. Я заметила, что он вообще избегает прямых вопросов.

Я спросила, почему он не хочет рассказывать о своей работе, но он только улыбнулся и сказал, что это сложно объяснить. Я пыталась выпытать больше, но он все равно уходил от темы. Может, у него были причины.

Когда я спросила, считает ли он себя успешным, он уклончиво ответил: «Иногда да». Это меня удивило. По факту, у каждого человека есть успешные периоды и не очень, и сначала это меня раздражало. Потом я решила, что он просто хочет создать триггер, из за которого я бы часто вспоминала о нем. Поэтому, я прекратила с ним общение.

Некоторые скажут, что я меркантильная, и я не буду оправдываться. Время, когда нам внушили, что с милым и в шалаше рай, уже прошел. Лично я хочу верить в финансовую стабильность человека, с которым я буду завязывать общение и, возможно, отношения в будущем. А если человек сам не знает, как у него дела с финансами, каким семьянином он будет?

И предвещаю камни в мой огород скажу: какому парню все равно, умеет ли девушка быть аккуратной в быту и вкусно готовить? Будет ли она терпеливой и мягкой ли у нее характер? То есть, мужчины не скрывают, что им нужна стабильность в быту, так почему девушки должны стыдиться того, что им хочется быть спокойными за завтрашний день? Это нормально.

Милана

В Нальчике на базе городской поликлиники №1 прошла научно-практическая конференция «Стандарты скрининга, диагностики, лечения и ведения пациентов с предопухольными изменениями и ранним раком нижних отделов пищеварительного тракта в рамках программы диспансеризации». Основной посыл конференции - «Проверь свое здоровье - позаботься о будущем сегодня!»

На повестку дня конференция вынесла важную и актуальную тему - диагностика и лечение заболеваний желудочно-кишечного тракта. В конференции принимали участие федеральные эксперты НМИЦ терапии и профилактической медицины. Обсуждались следующие вопросы: Определение скрытой крови в кале: методика, интерпретация результатов; скрининг колоректального рака в Кабардино-Балкарской Республике в рамках первого этапа диспансеризации; особенности анестезиологического пособия для современной эндоскопической диагностики ЖКТ; техника проведения колоноскопии.

КОЛОРЕКТАЛЬНЫЙ РАК ИЗЛЕЧИМ НА РАННИХ СТАДИЯХ



Министр здравоохранения КБР Рустам Калибатов отметил, что в рамках реализации федеральных программ и нацпроектов в республике есть единственный в Южном и Северо-Кавказском федеральных округах чувствительный анализатор кала на скрытую кровь, который дает самые точные результаты. При обнаружении скрытой крови в кале пациенту рекомендуется пройти колоноскопию на современном оборудовании экспертного класса, аналогов которому нет ни в одном частном медицинском центре. Процедура проходит под

мягким наркозом в комфортных условиях эндоскопического центра Городской поликлиники №1 и Республиканского центра высоких медицинских технологий совершенно бесплатно. Своевременная диагностика и лечение значительно повышают шансы на выздоровление. Только за полгода в Кабардино-Балкарии выявлено 75 случаев рака толстой и прямой кишки и 400 полипов, которые подлежат лечению. Отказ от данного обследования ведет к высокой вероятности неизлечимой болезни, которая развивается за 1-2 года. Колоректальный рак излечим на

ранних стадиях. Поэтому крайне важно проходить ежегодно профосмотры и сдавать кал на скрытую кровь. На начальных этапах этот вид рака обычно не вызывает симптомов, что может привести к запоздалому диагностированию. Именно поэтому настоятельно рекомендуем проходить ежегодные профосмотры и сдавать анализы на скрытую кровь в кале.

Если результат анализа положительный, крайне важно незамедлительно пройти диагностику, включая колоноскопию и гастроскопию. Эти процедуры помогают выявить рак на самых ранних стадиях, что значительно увеличивает шансы на успешное лечение.

Есть множество примеров, подтверждающих, что колоректальный рак на ранних стадиях можно эффективно лечить.

Например, исследования показывают, что при обнаружении заболевания на ранней стадии пятилетняя выживаемость пациентов составляет более 90%. Это под-

• ЗДОРОВЬЕ

черкивает важность ранней диагностики и регулярного скрининга, который может спасти жизнь. Таким образом, забота о своем здоровье и активное участие в профилактических мероприятиях играют ключевую роль в борьбе с колоректальным раком.

Почему это важно? Колоректальный рак занимает второе место по уровню смертности в разных странах. Своевременная диагностика и лечение значительно повышают шансы на выздоровление. Только за полгода в Кабардино-Балкарии выявлено 75 случаев рака толстой и прямой кишки и 400 полипов, которые подлежат лечению. Отказ от данного обследования ведет к высокой вероятности неизлечимой болезни, которая развивается за 1-2 года.

Врачи призывают: не откладывайте заботу о своем здоровье! Обратитесь в поликлинику по месту прикрепления или позвоните на горячую линию Минздрава КБР, чтобы узнать больше информации и записаться на обследование.

Подготовила Мадина БЕКОВА

РЕЗУЛЬТАТЫ ОТКАЗА ОТ АЛКОГОЛЯ ПРОЯВЛЯЮТСЯ ПОСТЕПЕННО, НО ОНИ ТОГО СТОЯТ



Консультант рубрики - врач кабинета медицинской профилактики нальчикской городской поликлиники №3 **Алина МУСУКАЕВА.**

В современном мире алкоголь стал неотъемлемой частью нашей культуры. Мы привыкли отмечать праздники, снимать стресс после тяжелого дня, расслабляться в компании друзей с помощью спиртных напитков. Однако за этим привычным ритуалом скрывается серьезная угроза здоровью и качеству жизни. Многие из нас даже не задумываются о том, какой вред наносят своему организму, считая алкоголь безобидным способом развлечения.

Механизм действия алкоголя довольно прост: попадая в организм, он быстро всасывается в кровь и разносится по всем органам. Особенно страдает печень, которая вынуждена перерабатывать токсичное вещество. Регулярное употребление алкоголя приводит к множеству проблем со здоровьем. Печень начинает работать на пределе возможностей, пытаясь нейтрализовать токсины. Постепенно ее клетки разрушаются, что может привести к циррозу.

Головной мозг также серьезно страдает от воздействия алкоголя. Нейроны повреждаются, что приводит к ухудшению памяти, концентрации внимания и способности к обучению. Сердечно-сосудистая система испытывает колоссальную нагрузку: повышается артериальное давление, нарушается сердечный ритм. Иммунная система ослабевает, делая организм более уязвимым к различным заболеваниям.

Принятие решения об отказе от алкоголя - это важный и осознанный шаг. Для начала необходимо четко определить свои мотивы. Желание улучшить здоровье часто становится главным стимулом для многих людей. Ясность мышления, которая возвращается после отказа от алкоголя, позволяет принимать более взвешенные решения и эффективнее решать повседневные задачи.

Минздрав РФ объявил с 18 по 24 августа неделю отказа от алкоголя. Потребление алкоголя в настоящее время является одним из главных факторов смертности трудоспособного населения. По оценке экспертов, с потреблением алкоголя связаны 69% смертей от цирроза печени, 61% от кардиомиопатии и миокардита, 47% от панкреатита. Благодаря принятым мерам, потребление алкоголя в нашей стране снижается. Число пациентов с синдромом зависимости от алкоголя, включая алкогольные психозы, значительно уменьшилось. Но важно помнить: не существует безопасных доз алкоголя, потребление алкоголя - это всегда риск. Нельзя рекомендовать человеку потреблять тот или иной вид алкогольной продукции, так как безопасный градус - ноль.

Многие люди также отмечают значительное улучшение финансового положения после отказа от алкоголя. Деньги, которые раньше тратились на спиртные напитки, можно направить на более полезные цели: занятия спортом, путешествия, хобби. Кроме того, улучшение самочувствия и внешнего вида положительно сказывается на отношениях с близкими людьми.

План действий. Чтобы сделать процесс отказа от алкоголя более управляемым, важно разработать четкий план действий. Первым шагом должно стать определение конкретной даты начала новой жизни. Это поможет психологически подготовиться к изменениям и настроиться на успех. Крайне важно проинформировать близких о своем решении. Поддержка родных и друзей играет огромную роль в процессе отказа от алкоголя. Они могут помочь избежать ситуаций, провоцирующих употребление спиртного, и оказать моральную поддержку в трудные моменты.

Поиск альтернативных способов расслабления - еще один важный аспект. Вместо алкоголя можно заняться спортом, найти новое хобби, больше времени проводить на свежем воздухе. Эти занятия не только помогут отвлечься от мыслей об алкоголе, но и принесут пользу здоровью.

Период отказа от алкоголя может сопровождаться неприятными симптомами. Многие люди испытывают тревожность, которая может проявляться как легкое беспокойство, так и серьезные панические атаки. Проблемы со сном также являются распространенным явлением: бессонница или, наоборот, чрезмерная сонливость могут преследовать в первые недели.

Потливость и головные боли часто сопровождают процесс отказа от алкоголя. Эти симптомы связаны с тем, что организм перестраивается и учится функционировать без постоянного поступления алкоголя. Важно помнить, что эти проявления временны и обычно проходят в течение первых недель.

Сохранение мотивации - ключ к успеху в отказе от алкоголя. Регулярные напоминания себе о причинах, побудивших принять это решение, помогают не сбиться с пути. Ведение дневника успехов может стать отличным способом отслеживать прогресс и поддерживать мотивацию.

Поиск единомышленников или присоединение к группам поддержки может значительно облегчить процесс отказа от алкоголя. Общение с людьми, прошедшими или проходящими через аналогичный опыт, дает возможность делиться переживаниями и получать ценные советы. Профессиональная помощь также может быть крайне полезной, особенно в сложных случаях.

Результаты отказа от алкоголя начинают проявляться постепенно, но они того стоят. Уже через несколько недель многие люди замечают значительное улучшение внешнего вида: кожа становится более здоровой, исчезают отеки, улучшается цвет лица. Уровень энергии повышается, появляется больше сил для активной жизни. Память и концентрация внимания постепенно восстанавливаются, что положительно сказывается на работе и учебе. Сон становится более глубоким и качественным, что способствует общему улучшению самочувствия. Финансовые сбережения растут, а отношения с близкими становятся более гармоничными.

Отказ от алкоголя - это не только физический, но и психологический процесс. Важно научиться справляться со стрессом и эмоциями без помощи спиртного. Развитие новых навыков управления стрессом, таких как медитация, йога или дыхательные упражнения, может значительно помочь в этом процессе. Работа над самооценкой и самопринятием также играет важную роль. Многие люди используют алкоголь как способ справиться с неуверенностью в себе или низкой самооценкой. Поиск альтернативных способов повышения самооценки помогает укрепить психологическую устойчивость.

В повседневной жизни существует множество способов облегчить процесс отказа от алкоголя. Планирование заранее помогает избежать ситуаций, которые могут спровоцировать желание выпить. Избегание мест и компаний, где употребление алкоголя является нормой, может быть полезным на начальных этапах. Нахождение новых увлечений и интересов помогает заполнить свободное время и отвлечься от мыслей об алкоголе. Это могут быть занятия спортом, творчество.

Отказ от алкоголя - это серьезный шаг на пути к улучшению качества жизни. Помните, что этот процесс может быть непростым, но он определенно стоит затраченных усилий. Каждая прожитая без алкоголя неделя приближает вас к более здоровому, счастливому и полноценному существованию.

Важно понимать, что вы не одиноки в своем решении. Тысячи людей уже прошли этот путь и добились успеха. Ваш организм постепенно восстанавливается, а мозг учится функционировать без алкоголя. С каждым днем вы становитесь сильнее и увереннее в своих силах.

Не забывайте отмечать свои достижения, какими бы незначительными они ни казались. Каждый день без алкоголя - это маленькая победа, которая приближает вас к большой цели. Берегите себя и свое здоровье, и вскоре вы увидите, как меняется ваша жизнь к лучшему.

Ольга КАЛАШНИКОВА

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ: ИЗМЕНЕНИЯ В ПОВЕДЕНИИ И КАК С ЭТИМ СПРАВЛЯТЬСЯ РОДИТЕЛЯМ

ПРИЧИНЫ

1. Гормональные изменения

Подростковый возраст сопровождается значительными гормональными изменениями, которые влияют на работу мозга и эмоциональное состояние. Основные гормоны, участвующие в этом процессе.

* Эстрогены и тестостерон. Эти гормоны влияют на физическое развитие, а также на эмоциональное состояние. Повышенные уровни тестостерона у мальчиков и эстрогенов у девочек могут вызывать раздражительность, агрессию и перепады настроения.

* Дофамин. Гормон удовольствия, который влияет на мотивацию и желание исследовать новое. В подростковом возрасте уровень дофамина часто бывает выше, что может приводить к импульсивным поступкам и стремлению к новым ощущениям.

* Серотонин. Гормон, отвечающий за регуляцию настроения. Его недостаток может приводить к депрессии, тревожности и перепадам настроения.

Эти гормональные изменения могут проявляться в виде:

* Повышенной эмоциональности. Подростки могут быть более чувствительными и реагировать на события сильнее, чем раньше.

* Раздражительности и вспыльчивости. Гормональные всплески могут вызывать частые конфликты и недовольство.

* Перепадов настроения. От эйфории до глубокой грусти - настроение подростка может меняться в течение дня.

2. Поиск идентичности

Подростки стремятся определить свою индивидуальность и место в обществе. Этот процесс включает:

* Эксперименты с внешностью. Подростки могут менять причёску, стиль одежды и макияж, чтобы найти свой уникальный образ.

* Поиск увлечений. Они могут пробовать разные виды деятельности, от спорта до искусства, чтобы понять, что им действительно нравится.

* Социальные роли. Подростки начинают осознавать, какую роль они хотят играть в обществе, и могут искать свою социальную нишу.

Этот процесс поиска идентичности может быть сложным и противоречивым, что часто приводит к конфликтам с родителями.

3. Влияние сверстников

Подростки часто ориентируются на мнение и поведение своих сверстников. Это связано с:

* Социальным давлением. Подростки стремятся быть принятыми в группе, что может приводить к копированию поведения и стиля жизни сверстников.

* Желанием быть «крутым». Подростки могут стремиться соответствовать определенным стандартам, чтобы повысить свою самооценку.

* Потребностью в принадлежности. Подростки ищут свою социальную группу, где они могут чувствовать себя частью чего-то большого.

Важно помнить, что влияние сверстников может быть как положительным, так и отрицательным. Подростки могут перенимать как хорошие, так и плохие привычки.

4. Стремление к независимости

Подростки начинают осознавать свою независимость от родителей и стремятся к самостоятельности. Это проявляется в:

* Желании принимать решения. Подростки хотят иметь право выбора и принимать решения, которые касаются их жизни.

* Бунтовском поведении. Они могут протестовать против правил и ограниче-

Подростковый возраст - это уникальный и важный этап в жизни ребенка, наполненный значительными изменениями, которые могут существенно повлиять на его поведение. Этот период характеризуется эмоциональными, социальными и когнитивными трансформациями, которые могут вызывать трудности в общении между подростками и их родителями. В этой статье мы подробно рассмотрим основные причины изменений в поведении подростков и дадим конкретные советы для родителей, как эффективно справляться с этими вызовами.

ний, установленных родителями, чтобы доказать свою независимость.

* Интерес к личной жизни. Подростки могут скрывать свои дела и интересы от родителей, чтобы подчеркнуть свою самостоятельность.

Это стремление к независимости - естественный этап взросления, который помогает подросткам подготовиться к самостоятельной жизни.

5. Изменения в когнитивных процессах
Подростковый возраст характеризуется активным развитием когнитивных способностей, таких как:

* Абстрактное мышление. Подростки начинают мыслить более сложными категориями, что позволяет им рассуждать о гипотетических ситуациях и строить планы на будущее.

* Критическое мышление. Подростки начинают сомневаться в авторитетах и искать альтернативные источники информации, что может приводить к конфликтам с родителями, которые привыкли к безоговорочному доверию.

* Логическое мышление. Подростки становятся более способными к логическим рассуждениям и анализу информации.

Эти изменения в когнитивных процессах могут проявляться в виде вопросов о смысле жизни, религии, политике и других сложных темах.

ЧТО ДЕЛАТЬ

1. Проявляйте понимание и терпение

Подростковый возраст - это временное явление, и изменения в поведении - это естественная часть этого процесса. Важно:

* Не принимать все на свой счет. Помните, что подросток может вести себя странно не из-за вас, а из-за происходящих в его организме изменений.

* Быть терпеливым. Изменения в поведении могут быть непредсказуемыми и требовать времени для адаптации.

* Поддерживать. Несмотря на трудности, старайтесь поддерживать подростка, показывая, что вы на его стороне.

2. Поддерживайте открытую коммуникацию

Открытый диалог - ключ к пониманию подростка. Чтобы установить доверительные отношения, следуйте этим рекомендациям:

* Создавайте безопасное пространство. Подросток должен чувствовать себя в безопасности, чтобы делиться своими мыслями и чувствами. Это можно сделать, показывая свою поддержку и уважение.

* Слушайте активно. Не просто ждите своей очереди говорить, а действительно слушайте, что говорит подросток. Задавайте уточняющие вопросы и показывайте, что вы понимаете его точку зрения.

* Избегайте критики. Критика может вызвать у подростка чувство недоверия и закрытости. Вместо этого старайтесь давать конструктивные советы и предложения.



3. Уважайте личное пространство и границы

Подростки стремятся к независимости, поэтому важно уважать их личное пространство и границы.

* Дайте им время для себя. Подростки могут нуждаться в уединении, чтобы разобраться в своих мыслях и чувствах.

* Не нарушайте их без необходимости. Если подросток закрыл дверь в свою комнату или не хочет делиться своими планами, уважайте его желание.

* Высказывайте свое мнение с осторожностью. Подростки ценят свою независимость, поэтому старайтесь не навязывать свое мнение, а предлагать его в виде совета.

4. Устанавливайте правила и границы, но будьте гибкими

Подросткам важно чувствовать себя самостоятельными, но также необходимы правила и границы.

* Будьте последовательны. Устанавливайте четкие и понятные правила, которые будут применяться ко всем членам семьи.

* Объясняйте причины. Подростки должны понимать, почему существуют те или иные правила. Объясняйте свои решения и их последствия.

* Будьте готовы к компромиссам. Подростки могут не соглашаться с вашими правилами, поэтому будьте готовы к обсуждению и поиску компромиссов.

5. Слушайте и пытайтесь понять

Вместо того чтобы сразу критиковать или осуждать поведение подростка, старайтесь понять, что стоит за его действиями.

* Задавайте вопросы. Спрашивайте подростка, что происходит, почему он себя так ведет и что его беспокоит.

* Выразите эмпатию. Покажите, что вы понимаете, как ему может быть трудно, и что вы готовы поддержать его.

* Избегайте осуждения. Не критикуйте подростка за его поступки, а старайтесь понять, что привело к такому поведению.

6. Будьте примером для подражания
Подростки часто копируют поведение взрослых, поэтому важно быть для них примером.

* Демонстрируйте уважение. Показывайте уважение к другим людям, будь то члены семьи, друзья или коллеги.

* Будьте терпеливыми. Учите подростка терпимости и пониманию, показывая, как вы справляетесь с трудностями и конфликтами.

* Развивайте ответственность. Показывайте, как важно быть ответственным за свои поступки и принимать решения.

7. Обратитесь за помощью к специалистам

Если вы чувствуете, что не можете справиться с изменениями в поведении подростка самостоятельно, обратитесь за помощью к специалистам.

* Психологи. Специалисты помогут вам понять причины поведения подростка и предложат стратегии для его улучшения.

* Психотерапевты. В случае серьезных эмоциональных проблем или конфликтов, психотерапевт может предложить более глубокие методы работы.

* Семейные консультанты. Они помогут улучшить отношения в семье и найти общий язык с подростком.

КАК СЕБЯ ВЕСТИ ВЗРОСЛЫМ

1. Проявляйте интерес к жизни подростка

Задавайте вопросы о его увлечениях, друзьях и событиях в школе. Это поможет вам лучше понять его мир и установить более тесный контакт.

* Интересуйтесь его делами. Спрашивайте, как прошел день в школе, какие у него планы на выходные и что нового он узнал.

* Слушайте его рассказы. Не перебивайте подростка, когда он делится своими мыслями и переживаниями.

* Предлагайте поддержку. Если подросток рассказывает о своих проблемах, предложите свою помощь или совет.

2. Показывайте свою любовь и поддержку

Несмотря на то что подростки могут казаться независимыми, они все еще нуждаются в любви и поддержке со стороны родителей.

* Говорите о своих чувствах. Показывайте, что вы любите и заботитесь о подростке, даже если от этого не показываете.

* Будьте рядом. Проводите время вместе, занимайтесь совместными делами или просто общайтесь.

* Поддерживайте его интересы. Если подросток увлечен чем-то, поддерживайте его и помогайте развивать это увлечение.

3. Будьте готовы к изменениям в отношениях

Подростковый возраст может привести к изменениям в отношениях между родителями и детьми.

* Принимайте изменения. Подростковый возраст - это естественный этап развития, и изменения в отношениях - это нормально.

* Работайте над близостью. Несмотря на отдаление, старайтесь поддерживать близкие отношения с подростком.

* Будьте гибкими. Будьте готовы к тому, что ваши отношения с подростком могут меняться, и адаптируйтесь к этим изменениям.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подростковый возраст - это сложный и важный этап в жизни ребенка. Родители могут столкнуться с множеством трудностей, связанных с изменениями в поведении подростка. Однако, проявляя понимание, терпение и уважение, родители могут помочь подростку пройти этот этап с минимальными потерями и укрепить свои отношения. Важно помнить, что каждый подросток уникален, и то, что работает для одного, может не подойти другому. Будьте готовы адаптировать свои подходы и стратегии в соответствии с индивидуальными потребностями вашего ребенка.

Подготовила Мадина БЕКОВА.

Фотоколлаж Тамары Ардавовай



• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

друг к другу и даже встретиться для того, чтобы вместе провести старость. Тихонин и Мария познакомились, когда им было по шестнадцать. Расставаться и не думали. Но юноша по глупости попал в колонию, где сумел выстоять и не озлобиться, а Мария приезжала его навещать. Потом она поступила в университет на исторический, а он - в летное училище, которое не закончил. В начале 80-х, когда казалось, что СССР будет существовать вечно, она встретила американского профессора, который увез ее

ПУТЕШЕСТВИЕ ИЗ ПРОШЛОГО

Сотрудник агентства недвижимости Инга ЖИГУНОВА, несмотря на всеобщее мнение о выборе книги по обложке, уверена, что хорошая визуальная составляющая - своего рода часть презентации и уважающее себя издательство постарается сделать ее качественно. Инга с улыбкой вспоминает, как однажды написала отзыв восхищения о книжной новинке и в ответ получила от издательства подарочный экземпляр.

- Взяла бы на необитаемый остров книгу «Ветер Трои» великопленного автора Андрея ДМИТРИЕВА. Потрясающий роман, наполненный щемящей грустью, не оставит читателей равнодушными. Я читала и думала, какая же прекрасная вещь, с удовольствием следила за путешествием главных героев, а, дойдя до финала, ощутила огромную тоску.

О сюжете. После сорока лет разлуки двое встречаются в стамбульском аэропорту. Он прилетел из России, она - из Америки. Когда-то в юности они любили друг друга. Но не срослось. Возобновив общение, решили хотя бы старость встретить вместе.

Автор назвал «Ветер Трои» романом-маршрутом. Можно смело сказать, что это и роман-путешествие, и роман-воспоминание. Перед читателем разворачивается панорама достопримечательностей Стамбула, живописных исторических и курортных мест, кафе, отелей. Все составляющие самого настоящего путешествия от Стамбула через Троию до Кузадасы. Автор возвращает героев в юность, рассказывая читателю, как все начиналось. Самые обыденные, каждому понятные моменты, очарование юности и первого чувства, встречи и расставания, ошибки и трудности и т.д.

Я невольно задумалась, хотела бы я через сорок лет встретиться с первой любовью? Точно нет. Мой тогдашний выбор был странным и неправильным. А героям романа посчастливилось сохранить интерес

в свою страну, в свободный, как считала она, мир. Тихонин, как и все в 90-е, брался то за одно, то за другое, но ничто не увлекло его настолько, чтобы стать делом жизни. Олигархом не стал, но, благодаря харизме, создал вокруг себя круг «своих» людей, разбросанных по миру, но готовых всегда прийти на помощь. У него не было дома в привычном понимании этого слова, и не было цели, только путь. Но вот Марию он не забывал никогда.

Мария жила все это время со своим профессором. Все как у всех - дом, дети, налаженная жизнь. За сорок лет люди настолько сжираются друг с другом, что речь уже не о любви, а о чем-то ином. И вот Тихонину и Марии уже по шестьдесят, между ними завязалось общение, они поняли, что до сих пор интересны друг другу, и решили, что должны быть наконец вместе. Тихонин даже купил дом на одном из греческих островов. В романе описывается их встреча после сорока лет разлуки, совместное путешествие на протяжении нескольких дней и закономерный финал.

Повествование ведется от лица Тихонина, а о чем думала Мария, читателю остается догадываться. Сложная, горькая история. Рекомендую к прочтению, но с оговоркой, что это все же не любовный роман в полном смысле слова, там много всего - философские размышления о людях с хребтом или панцирем, о типах общественного устройства - гетто, базар и оркестр, о ветрах, влияющих на мироощущение людей, о смирении - таком, когда заранее принимаешь любой исход событий.

Пишет Андрей Дмитриев хорошим русским языком с красивым слогом. Если любите путешествия и/или бывали в местах, которые описывает автор, получите дополнительное удовольствие. Думаю, к этой книге надо приходить за красотой - языком, мест, чувств, искренних дружеских отношений.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовай

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



АРОМАТ ЯБЛОК

В воздухе пахло яблоками. Это значит, что скоро наступит пора сбора урожая осенних яблок. Никто не поспорит с тем, что Кабардино-Балкария - благодатный край для этих ароматных фруктов. Красные, зеленые, желтые дурманящие запахом плоды постепенно переколют в наши банки и кладовые. Вареные, моченые, сушеные, замороженные, в виде варенья и компотов - будут радовать нас до следующего сезона. А еще из них получаются вкусные пироги и фруктовые салаты. Поделиться своими рецептами, где главный ингредиент яблоки, мы попросили жительницу Чегема Залину ХОДОВУ.

ВАРЕНЬЕ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

Ингредиенты: 1 кг яблок, 150 г очищенных грецких орехов, 1 средний лимон, 180 г сахара, 2 лавровых листа, 3 шт. черного перца горошком.

Способ приготовления. Яблоки нарезать мелкими дольками, залить водой, добавить немного лимонного сока и несколько лимонных долек, весь сахар и лавровый лист. Не перемешивая, варить на медленном огне 10 минут. Затем достать лимон и лавровый лист, добавить измельченный грецкий орех и варить еще 15 минут. В конце по желанию можно добавить горошинки перца. Разлить в горячем виде по стерильным банкам и закатать. Яблочное варенье считается готовым, если сами плоды стали прозрачными, а сироп стал покрываться слабоморщинистой пленкой. Яблочный джем готов, если горячая капля сразу же густеет на холодной поверхности.

ПИРОГ

Ингредиенты: 1 стакан муки, 0,5 стакана молока, 0,5 стакана сахара (или по вкусу), 1 яйцо, 50 грамм сливочного масла, 1 пакетик ванильного сахара, щепотка соли, 1 чайная ложка разрыхлителя, яблоки (их можно заменить любыми другими ягодами или фруктами).

Способ приготовления. Ягоды вымыть, разрезать на дольки и выложить на дно смазанной маслом формы. Посыпать столовой ложкой сахара. В отдельной посуде смешать просеянную муку с разрыхлителем и солью. В другой посуде взбить яйцо с сахаром в пышную массу. Добавить ванильный сахар и мягкое масло, растереть, затем влить молоко комнатной температуры. Соединить жидкую смесь с мучной и замесить однородное тесто без комочков. Вылить тесто на фрукты, поставить пирог в разогретую до 180 градусов духовку и выпекать около 30 минут.

А еще для пирога хорошо использовать сдобное тесто, которое готовится для лакумов. В этом случае тесто нужно раскатать по размеру формы, чтобы по бокам оно немного свисало. Сверху уложить дольки яблок (больше подходят сладкие сорта), присыпать достаточным количеством сахара. Закрыть по бокам тестом, а сверху украсить полосками из теста. Выпекать в разогретой до 200 градусов духовке. За 10 минут до готовности, смазать тесто сахарным сиропом. Перед подачей можно посыпать сахарной пудрой.

АДЖИКА

Ингредиенты: 500 г помидоров, 250 г яблок, 50-100 г перца сладкого, 25 г чеснока, 3 шт. острого перца, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка соли, 4 ст. ложки растительного масла.

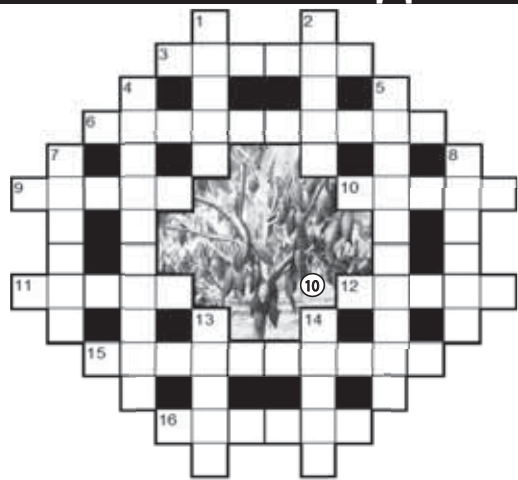
Я всегда готовлю несколько разновидностей аджики и сегодня хочу предложить заготовить на зиму острую аджику с яблоками. Вообще приготовление домашней аджики входит в обязательную программу моих домашних заготовок. Зимой их хорошо добавлять в борщ или подавать с мясными блюдами.

Способ приготовления. Перец очистить от семян, с яблок удалить шкурку и сердцевину с семечками, почистить чеснок. У помидоров удалить плодоножку, а вот удалять шкурку или нет - на ваш вкус. В готовой аджике она особо не ощущается, поэтому я не удаляю. Если не хотите, чтобы аджика была сильно острой, то семена из острого перца нужно удалить. Я оставляю, потому что нам нужна острая аджика. Все овощи сложить в блендер и измельчить, используя насадку «металлический нож» или пропустить через мясорубку.

В кастрюлю налить растительное масло и вылить туда аджику. Добавить сахар и соль, поставить на огонь. Варить аджику 30 минут. Разложить горячую аджику по стерилизованным банкам и сразу закрыть плотно крышки. Перевернуть дном вверх, укутать до полного остывания.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.
Фото Тамары Ардавовай

КРОССВОРД



По горизонтали: 3. Фактор. 6. Видеоскари. 9. Гагат. 10. Какао. 11. Бистр. 12. Аскет. 15. Актинограф. 16. Эпигла.
По вертикали: 1. Камей. 2. Монал. 4. Пинакоотека. 5. Стратостат. 7. Гамбия. 8. Ваучер. 13. Лиана. 14. Агама.

По горизонтали: 3. Момент, обстоятельство в каком-либо процессе. 6. Плата в компьютере, чтобы связать его с монитором. 9. Поделочный камень черного или черно-коричневого цвета, который широко используется для изготовления украшений, оберегов и амулетов, черный янтарь. 10. Шоколадное дерево. 11. Темно-коричневая краска, употребляемая в акварельной живописи. 12. Человек строгого образа жизни, отказавшийся от всех благ. 15. Самопишущий прибор для регистрации солнечной радиации. 16. Переносная шифровальная машина, использовав-

шаяся для шифрования и дешифрования секретных сообщений.

По вертикали: 1. Драгоценный камень с выпуклым изображением. 2. Птица семейства фазановых. 4. Название картинных галерей или крупных собраний живописи. 5. Шар высокого полета. 7. Самая маленькая не островная страна в Африке. 8. Приватизационный чек. 13. Вьющееся цепкое растение. 14. Пресмыкающееся рода ящериц.

Составила
Фатима КАРАЦУКОВА



АРХЕОЛОГИЧЕСКОЕ НАСЛЕДИЕ

В Национальном музее Кабардино-Балкарской Республики проходит выставка «Нижний Джулат. Взгляд сквозь призму времени», организованная при поддержке регионального отделения Всероссийского общества охраны памятников истории и культуры.

Центральной частью экспозиции стали фотографии известных ученых-археологов, работавших на территории республики. Основу выставки составляют материалы и экспонаты, открытые при раскопках древнего городища и могильника Нижний Джулат.

О представленных экспонатах рассказала заведующая экспозиционным отделом Национального музея КБР Азиза ДЕПУЕВА: «В довоенный период раскопками на территории республики занимался краеведческий музей во главе с заведующим Макаром Ермоленко. Он собрал значительную часть коллекции, которая хранится в фондах музея. В первый год работы музея поступило около тысячи экспонатов. В послевоенный период несколько раз на раскопки приезжала Северо-Кавказская экспедиция Института Истории материальной культуры. В ее составе приезжали археологи, ставшие впоследствии видными учеными. Это Борис ПИОТРОВСКИЙ, Константин ГРИНЕВИЧ, Евгений КРУПНОВ, Панаит АКРИТАС, Мая АБРАМОВА и другие. Материалы были опубликованы в III и XXIII томах сборника «Материалы и исследования по археологии СССР». Открытия, совершенные в те годы, вошли во все хрестоматийные труды по археологии. При изучении разных эпох, всегда приводились в пример наши памятники – Агубековское поселение, Нальчикский могильник, Долинское поселение и ряд других. Раскопки не прекращались ни в летний зной, ни в зимний холод. Нас, студентов, привлекали на практику. Мне посчастливилось работать с выдающимися исследователями – Беталом КЕРЕФОВЫМ, Исмаилом ЧЕЧЕНОВЫМ, Исмаилом МИЗИЕВЫМ, Валерием БАТЧАЕВЫМ, Анатолием НАГОВЕВЫМ, Русланом БЕТРОЗОВЫМ. На фотоснимках можно увидеть также историка-краеведа Олега ОПРЫШКО».

Все крупные ученые, о кото-

рых говорилось выше, принимали участие в раскопках Нижнего Джулата. Вот так описывает памятник Исмаил Чеченов в книге «Древности Кабардино-Балкарии» (Нальчик, 1969 г.): «Нижне-Джулатское городище расположено в двух километрах восточнее города Майский, на высоком берегу реки Терек. Впервые было осмотрено в 1807 г. Ю. Клапротом и впоследствии неоднократно упоминалось в литературе, как памятник, в районе которого произошло сражение между среднеазиатским эмиром Тамирланом и золотоордынским ханом Тохтамышем в 1395 г. В довоенные годы М.И. Ермоленко на территории городища собрал интересный материал (в т.ч. квадратные кирпичи с поливой, фрагменты поливной керамики, глиняные водопроводные трубы, бронзовые светильники и др.). В 1947 г. городище обследовал Е.И. Крупнов (АЭ КНИИ – ИИМК). Стационарные раскопки Нижнего Джулата произведены в 1962-1963 г.г. И.И. Ионе и в 1966-1967 г.г. И.М. Чеченовым (АЭ КБ НИИ). В планировке городища отчетливо выделяется цитадель, защищенная с западной стороны мощными рвами и валами, а с надпойменной стороны – естественной крутизной склона. С юга к цитадели примыкает менее укрепленная часть (посад), а к востоку от них начинается территория обширного селища. При раскопках городища выявлены развалины крупнейшей на Северном Кавказе соборной мечети (площадь – 436 кв.м), сооруженной в начале XIV в. Из квадратного кирпича; подземный склеп-мавзолей, высеченный в материковом грунте и содержащий пять мусульманских захоронений XIV в.; многочисленные зерновые ямы; остатки жилищ; мощная оборонительная стена из самана; следы металлургического производства и др. Кроме того, при раскопках получен обильный археологический ма-



териал (большое количество костей животных, разнообразный керамический материал, монеты, изделия из металла, кости, камни и многих других), свидетельствующий о непрерывной интенсивной хозяйственной деятельности в продолжение длительного времени (с I-II вв. до XIV в.). Первоначально, на рубеже н.э., жизнь возникла на цитадели Нижнего Джулата. В период расцвета раннего средневековья начала заселяться и территория обширного селища. При раскопках городища относятся к золотоордынскому времени (конец XIII-XIV вв.).

Ценность выставки в уникальных фотографиях, которые в свое время лично аннотировал Исмаил Чеченов. Они позволяют познакомиться не только с последними результатами раскопок, но и больше узнать о том, как все начиналось, увидеть лица людей, работавших на различных исторических объектах.

Выставка продлится до 25 октября.

Лилиана ШОРДАНОВА.

Фото Тамары Ардавовай

ПРАЗДНИК ХИЧИНА

В минувшую субботу в курортной зоне Нальчика на стадионе «Хасанья» прошел первый гастрономический чемпионат по приготовлению традиционных балкарских хичинов. По данным организаторов, красочное и вкусное мероприятие посетили более 10 тысяч человек – жители и гости Кабардино-Балкарии.



Погода и место проведения мероприятия благоприятствовали посещению зрителями праздника. Тем более что гостей ждали не только кулинарные соревнования и бесплатная дегустация хичинов, но и ярмарка мастеров народных ремесел, праздничный концерт и интересные фотозоны.

Оценивало мастерство кулинаров звездное и очень строгое жюри, в составе которого были Бисо ЧЕЧЕНОВ, президент Северокавказской ассоциации кулинаров, судья Национальной ассоциации кулинаров России высшей категории, кавалер Знака достоинства кулинаров России и победительница кулинарного шоу «Домохозяйки против шефов: Битва за вкус», автор кулинарного проекта «Ашкана» Гульнара МОКАЕВА.

Соревнования проходили в двух категориях: «мастер» – для непрофессиональных поваров и «профессионал» для шеф-поваров и персонала заведений общественного питания. 24 участника из всех уголков Кабардино-Балкарии, Новороссийска, Карачаево-Черкесии и Москвы готовили хичины с разной начинкой и рассказывали о своей любви к этому блюду.

Победителем чемпионата в категории «профессионал» стало кафе «Балкария», а Гран-при получила команда, представляющая «Гостевой дом Жангоразовых». В категории «мастер» первое место досталось Юлии КУЧМЕЗОВОЙ из села Герпегеж. Организаторы вручили победителям ценные призы: хозяйка, приготовившая лучший домашний хичин, получила путевку в санаторий, лучшая команда из сферы общественного питания поедет по путевке в СК «Эльбрус», а автор лучшего хичина чемпионата получил породистого жеребца и эксклюзивную бронзовую тарелку весом в 10 кг с символикой соревнования.

Организаторы и участники отметили, что хичины для нашей республики важный стратегический продукт – самое востребованное у туристов, да и местных жителей. А потому его надо популяризировать и проводить подобные праздники на постоянной основе.

Алена ТАОВА.
Фото автора

СТАРТОВАЛ НАБОР НА ОБУЧЕНИЕ

В РАМКАХ ПРОГРАММЫ

«ШКОЛА МОЛОДОГО ЖУРНАЛИСТА»

Кабардино-Балкарское региональное отделение общественной организации «Союз журналистов России» при поддержке Министерства по делам национальностей и общественных проектов, Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций КБР и ГКУ «КБР-Медиа» начинает набор слушателей в возрасте от 14 лет в количестве 25 человек на продолжение проекта

«Школа молодого журналиста».

В рамках проекта занятия будут проходить на бесплатной основе с сентября по ноябрь текущего года каждый четверг, начиная с 14 часов 30 минут в Доме печати по адресу: г. Нальчик, пр. Ленина, 5.

Записаться на курсы можно по тел. 8-909-487-50-22 (Ватсап) или по электронной почте zaug-1960@yandex.ru..

Ангела КУДАЕВА

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

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

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

Выходит по средам.
Тираж **1065**. Заказ **1787**.
Время подписания в печать
по графику – **18.00**
Фактически **19 августа 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