

№ 10 (1383)

18 марта 2026 г.

Издается с 1993 г.

Горянка



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамары Арбаевой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ



Кристина ДИДЕНКО,
студентка третьего курса
театрального факультета СКГИИ,
председатель студенческого
совета, руководитель
студенческого
туристического клуба
«Высота 5642»

С. 5

С. 3 МНОГОГРАННОСТЬ
РОДНОГО
СЛОВА



С. 13 НОВАЯ СИСТЕМА
МЕДИЦИНСКОГО
ОБЕСПЕЧЕНИЯ
СПОРТА



С. 15 У ВСЕГО ЕСТЬ ЦЕНА



С. 16 СОВЕТЫ
ВОДИТЕЛЯМ
ВЕСНОЙ



КАК СНИЗИТЬ КОЛИЧЕСТВО ПРЕСТУПЛЕНИЙ, СОВЕРШЕННЫХ ДЕТЬМИ С ПОМОЩЬЮ ИНТЕРНЕТА

В Государственной Думе ФС РФ по инициативе комитета по защите семьи, вопросам отцовства, материнства и детства состоялась заседание рабочей группы по подготовке предложений по совершенствованию законодательства о профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. В режиме видеоконференцсвязи в мероприятии приняли участие председатель комитета Парламента КБР по образованию, науке, физической культуре, спорту и делам молодежи Нина ЕМУЗОВА и заместитель председателя комитета по труду, социальной политике, здравоохранению и делам ветеранов Владимир БЕЗГОДЬКО.

В рамках заседания обсуждались законопроекты о внесении изменений в Федеральный закон «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», находящиеся на рассмотрении в Государственной Думе, включая проект федерального закона «О профилактике антиобщественного и противоправного поведения несовершеннолетних и защите их прав», разрабатываемый Министерством просвещения Российской Федерации.

Заседание провела глава думского комитета по защите семьи Нина ОСТАНИНА. В ходе обсуждения было отмечено, что за последние несколько лет количество преступлений, совершенных детьми с помощью интернета, выросло более чем в два раза. По данным МВД, в прошлом году с учетом нарастания криминализации цифровой среды показатели выросли на десять процентов. Начальник управления по обеспечению охраны общественного порядка МВД Станислав КОЛЕСНИК, выступивший на заседании, подчеркнул: каждое третье преступление совершается детьми с помощью интернета, за четыре года количество таких преступлений увеличилось более чем в два раза. По сравнению с 2023 годом также более чем в 5,5 раза увеличилось число подростковых преступлений террористического характера, почти в три раза - эк-

стремистского характера, сообщил докладчик. Также за текущий учебный год было зафиксировано 14 нападений в школах, еще 24 предотвращено на стадии подготовки. Правоохранители предлагают бороться с этой преступностью с помощью специальных центров временного содержания несовершеннолетних правонарушителей, где с ними работают воспитатели.

В свою очередь директор департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Минпросвещения РФ Лариса ФАЛЬКОВСКАЯ заявила, что решить проблему детской преступности на школьном уровне поможет унификация подходов психолого-педагогического сопровождения. Она отметила, что костяк системы уже выстроен, но сейчас школы обеспечены психологами лишь наполовину. Из-за этого нередки случаи, когда на одного специалиста приходится 1,5 тыс. детей, поэтому оказать должного внимания всем не получается, так как не удается заметить отклонения в поведении детей на начальном этапе. Представитель Минцифры РФ Анастасия ГИЛЬ заявила, что решить проблему нехватки этих специалистов поможет онлайн-сервис «Цифровой психолог», который оказывает психологическую помощь школьникам и их родителям, в будущем его планируется запустить во всех регионах РФ.

Член экспертного совета при думском комитете по защите семьи Юрий НЕСТЕРЕНКО считает, что для решения проблемы доступ детей в онлайн нужно максимально ограничить, и сделать это надо с помощью запрета соцсетей. В Австралии они запрещены детям до 16, в Китае, Великобритании, Индии - до 18 лет, сообщил он. Ответственность же за нарушение ограничений он предложил возложить на сами сервисы и соцсети. Вступившая с ним в полемику первый зампред комитета Госдумы по информполитике Марина КИМ предложила подождать результатов повсеместного введения мессенджера МАХ в образовательную среду. В Telegram все бесконтрольно, а в национальном мессенджере государство сможет фильтровать контент, доступный детям, считает она. Лишь после этого стоит думать о запрете соцсетей для детей, полагает парламентарий.

Главный внештатный педагог-психолог Минобрнауки Подмоскovie Елена СОЛОДОВА заявила, что для профилактики детских преступлений нужно тщательно наблюдать за детьми старше 11 лет, и не в интернете, а в школе. Если педагоги-психологи будут анализировать уровень рисков деструктивного поведения в каждом классе и включать «блоки-пятиминутки» психологической работы, например, в гуманитарные предметы, общее состояние детских коллективов и отдельных детей будет оставаться гораздо более стабильным, предположила она.

Все предложения в ближайшее время будут учтены при работе над изменениями в российском законодательстве, отметили организаторы заседания.

Ольга КАЛАШНИКОВА



СОХРАНЯЕТ ВЕДУЩИЕ ПОЗИЦИИ

На заседании коллегии Министерства промышленности, энергетики и торговли Кабардино-Балкарской Республики, состоявшемся в понедельник, был представлен детальный анализ итогов функционирования промышленного комплекса региона за 2025 год. В ходе обсуждения также были обозначены ключевые задачи и стратегические направления развития на 2026 год.

В работе заседания приняли участие первый заместитель Председателя Правительства КБР Сергей ГОВОРОВ и председатель комитета Парламента КБР по промышленности, транспорту, связи и дорожному хозяйству Марат КАЛМЫКОВ. Вел коллегию министр промышленности, энергетики и торговли КБР Шамиль АХУБЕКОВ.

Об итогах работы топливно-энергетического комплекса республики в прошлом году и задачах на предстоящий рассказал Эльдар КЯРОВ, заместитель министра ведомства. В частности, он отметил, что за январь - декабрь 2025 года индекс промышленного производства составил к аналогичному периоду прошлого года 110,3%, по обрабатывающим видам деятельности - 114,0%, по курируемым Минпромэнерго КБР видам деятельности - почти 130,0%. Увеличилось производство текстильных изделий в 1,6 раза, производство одежды - в 1,9 раза, готовых металлических изделий - в 1,3 раза.

Объем отгруженных товаров собственного производства, выполненных работ и услуг по курируемым видам деятельности за 2025 год составил 32 808 млн рублей, или 149,0% к аналогичному периоду прошлого года.

Заместитель министра промышленности, энергетики и торговли КБР Алим АМ-ШУКОВ доложил об итогах работы потребительского рынка Кабардино-Балкарии за отчетный период. Одним из значимых событий 2025 года, касающихся развития

энергетики в КБР, использования возобновляемых источников энергии и повышения экологической эффективности энергетики, стал ввод в эксплуатацию малой ГЭС «Черекская». Гидроэлектростанция, расположенными на территории республики, в 2025 году выработано 560,7 млн кВт·ч. больше АППГ (101,6%). Выработка электроэнергии гидроэлектростанциями составила 23,5% от общего объема потребления электроэнергии КБР.

Он также отметил, что все населенные пункты Кабардино-Балкарии, в которых проживает население, газифицированы. По состоянию на 30 декабря 2025 года в республике было принято 4743 заявки о заключении договора на подключение в рамках догазификации, заключено 4639 договоров, газопровод доведен до границы 4217 земельных участков, выполнено 3318 подключений в рамках реализации программы социальной газификации.

Продолжает развиваться зарядная инфраструктура для электромобилей. По состоянию на 1 января 2026 г. на территории Кабардино-Балкарской Республики функционировало 27 стационарных автомобильных зарядных станций публичного доступа, обеспечивающих возможность зарядки электрического автомобильного транспорта.

Об итогах работы потребительского рынка сделал доклад Ахмат КУЛИЕВ, заместитель руководителя министерства.

• КОЛЛЕГИЯ

«Потребительский рынок Кабардино-Балкарской Республики активно развивается, демонстрируя рост количества федеральных сетевых магазинов, появление удобных торговых точек «у дома», открытие современных кафе и ресторанов. Наблюдается обновление материально-технической базы, расширяется ассортимент услуг и повышается их качество», - сказал он. - В торговле отмечаются изменения, соответствующие общероссийским тенденциям, а именно: стремительное развитие интернет-торговли, растущий интерес населения к осознанному потреблению и успешное замещение импортных товаров отечественными аналогами».

Для поддержания продовольственной безопасности проводится еженедельный контроль за товарными запасами. На текущий момент в регионе имеется достаточное количество социально значимых продуктов, чтобы удовлетворить потребности населения. По данным на 1 января 2026 года, объем товарных запасов в торговых организациях достиг 5,3 миллиарда рублей. Это на 4,1% меньше, чем на 1 декабря 2025 года, и на 2,5% меньше, чем в начале 2025 года.

На заседании было подчеркнуто, что промышленный сектор республики сохраняет ведущие позиции в Северо-Кавказском федеральном округе. Основными направлениями остаются выпуск сложной медицинской техники, кабельно-проводниковой продукции, алмазного инструмента и высоковольтного оборудования, развитие автомобилестроения, целлюлозно-бумажной и швейной отраслей.

По итогам 2025 года наблюдается рост практически по всем ключевым показателям.

По итогам обсуждения коллегия определила список основных задач на 2026 год. Основными направлениями деятельности будут достижение плановых показателей по производству и реализации промышленной продукции, а также увеличение объема инвестиций в основные фонды. Кроме того, планируются повышение эффективности государственных программ поддержки промышленности и рост доли высокотехнологичной и наукоемкой продукции в общем объеме выпуска.

Алена КАРАТЛЯШЕВА.
Фото автора

Пересмотр выплат многодетным семьям

По действующим правилам назначения единого пособия даже незначительное превышение дохода над установленным уровнем лишает семью права на выплату. Такое условие особенно чувствительно для многодетных семей, которым очень важна социальная поддержка со стороны государства.

Для сохранения права на данную государственную меру поддержки Правительством внесены изменения в условия назначения единого пособия, согласно которым выплаты родителям с тремя и более детьми будут установлены беззависимо при условии превышения дохода не более чем на десять процентов.

Отделение Социального фонда России по КБР автоматически пересмотрит отозванные решения, вынесенные с января этого года. При этом родителям не нужно будет обращаться в региональное Отделение Соцфонда и заново подавать заявление. Уведомление о принятом решении поступит в личный кабинет на портал госуслуг.

Обращаем внимание жителей республики, что семьям, которые раньше не проходили по условиям назначения единого пособия из-за небольшого превышения, будет установлена выплата в размере 50 процентов регионального прожиточного минимума, т.е. 9 828 рублей для семей с детьми в возрасте до 17 лет и 11 044 рубля для беременных женщин.

Важно! Закон вступает в силу после истечения 90 дней со дня его опубликования, т.е. с 22 мая 2026 года. Также обращаем внимание, что данным правом многодетные семьи могут воспользоваться однократно.

Если у вас остались вопросы, можно обратиться к специалистам единого контакт-центра, позвонив по номеру 8-800-1-00000-1 с понедельника по четверг с 8 до 17 часов, в пятницу с 8 до 16 часов (без перерыва). Следите за актуальной информацией о мерах поддержки на страницах Отделения СФР по Кабардино-Балкарской Республике Вконтакте, Одноклассники, Телеграме и Мах.

Наш корр.

НАША ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИНАСТИЯ НАСЧИТЫВАЕТ 153 ГОДА

Семья

- Мы с супругом познакомились в студенческие годы. Он учился на втором курсе физико-математического факультета КБГУ, а я была студенткой первого курса кабардинского отделения филологического института. Его эрудиция и интеллект завоевали мое расположение. Мы встречались шесть с половиной лет. В следующем году отметим фарфоровую свадьбу.

После окончания университета муж начал работать в педагогическом колледже КБГУ, затем в пятой школе г. Нальчика, далее около десяти лет в ФГБУН «Научно-исследовательский институт прикладной математики и автоматизации Кабардино-Балкарского научного центра Российской академии наук». Сейчас уже больше десяти лет преподаю математику во второй средней школе родного села, где сам получил образование.

Свою педагогическую деятельность я начала в третьей школе родного села Псыгансу, где проработала один год. Затем с 2005 по 2017 год работала в пятой школе города Нальчика. Сейчас занимаю должность завуча по учебно-воспитательной работе во второй школе, где преподаю и мой супруг. Его родители (Муаед Хажмурзович и Дина Хапачевна – ред.) и брат (Альберт – ред.) тоже работали в этой школе. Также учителем географии здесь работает моя соснопница Регина. Наша педагогическая династия насчитывает 153 года общего стажа.

Меня приняли в эту семью как родную дочь. К сожалению, я не имела возможности познакомиться со свекром, но слышала много добрых слов о нем от соседок и односельчан. Они говорят, что он был очень добрым и мудрым человеком. Занимал пост главы администрации нашего села, преподавал кабардинский, русский языки и литературу. Моя свекровь – мудрая женщина с большим жизненным опытом, на которую я равняюсь. В августе будем отмечать ее 80-летие. Я до сих пор многому у нее учусь и благодарна судьбе за то, что попала в интеллигентную и заботливую семью. У меня одна золовка и два девера. Выражаю глубокую признательность



Дина Хапачевна с сыном, снохой и внуками

своим родителям - Хасанби и Алесе ЦРИМОВЫМ за их неоценимый вклад в наше воспитание. Вместе с сестрами - Лианой (работает воспитателем в детском саду) и Дианой (работает врачом) я благодарю родителей сформировала в себе такие важные качества, как уважение к старшим, честность и скромность. Моя мама была хранительницей домашнего очага, на ее плечах лежали все заботы о нашем воспитании и ведении хозяйства. К сожалению, отец ушел из жизни рано, ему было всего 50 лет, однако его мудрые наставления продолжают вдохновлять нас с сестрами. Он всегда говорил нам, своим дочерям: «Я никогда не смогу простить, если вы совершите даже незначительный поступок, из-за которого нам станет стыдно».

«ПОКЛОНИСЬ, ПРЕКЛОНИСЬ, НО ВЫРАСТИ ДИТА СВОЕГО»

- Старший сын - Андемир учится в девятом классе. Уже определился с будущей профессией, собирается стать экономи-

Амур и Марина ШХАГПСОВЕВЫ из сельского поселения Псыгансу Урванского района создали семью в 2007 году. Воспитывают троих сыновей - Андемира, Анзора и Аниуара.

стом. У него математический склад ума.

Средний - Анзор ходит в седьмой класс. Пока не задумывается о будущей профессии, но, по моим наблюдениям, хорошо разбирается в компьютерах. Время покажет.

Оба старших сына увлекаются спортом и посещают секцию рукопашного боя.

Младший сын - Аниуар учится во втором классе. В следующем году планирую записать его на национальные танцы или, как и его старших братьев, на спортивные занятия. Свекровь активно помогает детям с выполнением домашних заданий. Отец свекрови - известный кабардинский писатель, публицист и журналист Хапача КАШИРГОВ. Дети хорошо знакомы с его произведениями, наполненными любовью к людям, родной земле, природе, истокам и труду. В своих книгах он также воспевает дружбу, мужество, благородство, честь и достоинство человека. Одна из строк из его произведения «Ореол» особенно запомнилась мне: «Поклонись, преклонись, но вырасти дитя своего».

Меня всегда удивляло, что свекровь никогда не превозносилась за счет своего знаменитого отца, а лишь с присущим ей аристократическим спокойствием рассказывала о нем внукам.

Мы с семьей с радостью отмечаем нацио-

нальные праздники и дни рождения детей. Особое внимание уделяем дню весеннего равноденствия, который у нас называется мафшэцхэджэд.

В свободное от основной работы время занимаемся сельским хозяйством и животноводством. У нас есть дойные коровы, которые требуют ухода и внимания. Дети обожают животных. Мечтают о коне и хотят, чтобы в хозяйстве были не только коровы, но и козы и бараны.

ТВОРЧЕСТВО НЕИЗМЕННО СОПРОВОЖДАЛО МЕНЯ

- В седьмом или восьмом классе я начала писать стихи. Внезапно возникла потребность выразить свои мысли в поэтической форме. В моих стихах отражаются темы любви, природы и людей. Многие из своих ранних записей я уничижила, однако желание писать периодически возвращается. Нравится сочинять на родном языке, также пишу на русском. Сейчас меня, как и многих других, беспокоит проблема исчезновения нашего языка. Чтобы помочь детям лучше запомнить буквы, написала небольшие стихотворения. Например, с буквой хьу:

Хьумплэцэджым хьуэйр хьуэйр кьуйхьуреихьри,

и хьумплэцэджыгуэм иригэкэрхьуащ. Я с детства увлекаюсь творчеством. Сама научилась петь, играть на фортепиано, барабанах и гармошке. Музыкальный слух у меня от отца, но он не хотел, чтобы после школы я поступала в институт искусств. Я не могла послушать его.

Во время работы в пятой школе г. Нальчика также занималась с детьми по творческому направлению. Сейчас стараюсь применять свои увлечения в школьном театре, где также есть и хор. Уже есть первые успехи. Недавно мы участвовали в конкурсе «Этносфера» в Урванском районе и получили гран-при. Через несколько дней после этого конкурса приняли участие в республиканском этапе Всероссийского конкурса детских хореографических коллективов и заняли третье место.

Анжела ГУМОВА

В современном глобализованном мире, где доминирующие языки порой вытесняют менее распространенные, вопрос сохранения и развития родного языка становится особенно актуальным. Как же носителям и хранителям обеспечить его процветание для будущих поколений? И как этот процесс переплетается с творчеством, особенно для тех, кто осмеливается творить на двух языках?



Особую активность в диалоге с известным литератором проявил книжный клуб «Первые», члены которого стали не просто слушателями, но и полноценными участниками обсуждения. Учащиеся СОШ № 1 г.п. Залукокоже показали отличное владение родным языком (учитель кабардинского языка и литературы - Залина АПШЕВА). Залина Канукова начала выступление с рассказа о ключевых вехах своей жизни и творческого пути. Поделилась с авторитарией, как пришла в литературу, какие события и люди повлияли на ее становление как писателя. Ее рассказ о преодолении трудностей и поиске своего голоса в искусстве нашел отклик в сердцах слушателей. Познакомившись с биографией писателя, ребята смогли убедиться, что автор, владеющий

В преддверии Дня адыгского (черкесского) языка и письменности, который является важной датой для сохранения и развития национальной культуры, в библиотеке-филиале г.п. Залукокоже состоялось мероприятие, гостем которого стала писатель, поэт, драматург, главный редактор газеты «Горянка» Залина КАНУКОВА. Встреча, организованная Централизованной библиотечной системой района, собрала школьников и взрослых читателей.

и пишущий на родном языке, может использовать обширный спектр выразительных средств и создавать произведения, понятные и интересные широкой аудитории.

Особое внимание в ходе беседы было уделено вопросам сохранения и развития адыгского языка. Залина Канукова подчеркнула его уникальность и значимость для национальной идентичности, призвав юных читателей активно изучать и ис-

МНОГОГРАННОСТЬ РОДНОГО СЛОВА



пользовать родной язык в повседневной жизни. Также затронула современные тенденции в национальной культуре, обсуждая, как традиционные ценности могут гармонично сочетаться с новыми форматами и идеями.

Большой интерес у участников вызвала интерактивная часть мероприятия. Под руководством гостьи школьники смогли попробовать себя в роли драматургов. С энтузиазмом разыграв несколько сценок в режиме реаль-

ного времени, продемонстрировали свои таланты и артистизм. Этот практический опыт позволил ребятам глубже погрузиться в мир литературы, в частности драматургии, и почувствовать себя частью творческого процесса.

Встреча прошла в формате открытого диалога, что способствовало живому и непринужденному общению. Ребята активно задавали вопросы автору, интересуясь ее творческими планами, источ-

никами вдохновения и мнением по различным вопросам. На все вопросы они получили развернутые содержательные ответы. Приятно осознавать, что молодежь интересуется не только современной литературой и авторами, но и с уважением говорит о классиках национальной литературы.

Завершилось мероприятие приятным моментом. Залина Канукова передала в дар книжному клубу «Первые» свои книги с авторскими пожеланиями. Этот жест стал не только ценным подарком, но и символом поддержки юных читателей, их стремления к знаниям и любви к родному языку и культуре.

Руководитель Централизованной библиотечной системы Зольского района Ирина МУРАТОВА подчеркнула, что подобные встречи становятся мощным стимулом для подрастающего поколения к изучению и сохранению своего культурного наследия. «Уверена, что наша замечательная гостья вдохновила школьников на творчество, показала им пример успешного человека, который своим трудом и талантом вносит неоценимый вклад в развитие национальной литературы», - отметила она.

Лиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовай

В Перинатальном центре выходили девочку с экстремально низким весом при рождении – 495 граммов. В октябре 2025 года в Перинатальный центр поступила женщина с преждевременными родами на шестом месяце беременности (27,2 недели). Экстренно была организована мультидисциплинарная команда медиков, роженице провели кесарево сечение. В результате на свет появилась девочка, ее вес при рождении был меньше 500 граммов, а состояние крайне тяжелое.

Сразу же после родов ребенку была оказана срочная реанимационная помощь прямо в операционной: команда опытных неонатологов оперативно провела необходимые процедуры, и спустя десять минут новорожденная оказалась в отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных (ОРИТН). Начались долгие тяжелые дни борьбы за жизнь маленького человека.

На протяжении двух с половиной месяцев сотрудники отделения реанимации – медперсонал и специалисты всех уровней бережно заботились о малышке, буквально передавая ее друг другу из рук в руки каждый рабочий день, поддерживая борьбу хрупкого организма за жизнь. По истечении этого времени девочка наконец смогла самостоятельно дышать, и ее отключили от аппарата искусственной вентиляции легких, что стало настоящим счастьем для всего коллектива и мамы ребенка.

Спустя семьдесят суток, когда девочка набрала вес 1300 граммов, ее перевели на второй этап выхаживания в отделение патологии новорожденных и недоношенных детей. Здесь началось постепенное восстановление основных функций организма: нормализация



питания, набор массы тела и адаптация дыхательной системы – девочка нуждалась в респираторной терапии, ей осуществлялась подача кислорода в кувез. После лечения малышку перевели из кувеза в кровать в палату совместного пребывания с мамой.

Пройдя весь сложный путь восстановления, девочка в удовлетворительном состоянии выписалась из Перинатального центра в начале марта с весом 2770 граммов и ростом 46 см.

В Минздраве КБР отметили, что в целом в Перинатальном центре в 2025 году было спасено 22 новорожденных, которые появились на свет раньше срока и весили меньше килограмма. По словам же заведующей отделением реанимации и интенсивной терапии новорожденных Перинатального центра Фатимы ЖАНАТАЕВОЙ, это уже шестой случай, когда здесь выходили ребенка с весом менее 500 граммов. Ранее такое было невозможно, но в настоящее время благодаря накопленному опыту и

ВРАЧИ ГОВОРИЛИ: ДА, РЕБЕНОК ТЯЖЕЛЫЙ, НО ТЫ НЕ ДОЛЖНА СДАВАТЬСЯ

необходимой аппаратуре, которая имеется в Центре, стало возможным выхаживание детей с таким экстремально низким весом при рождении. Жаннет БАЙЧЕКУЕВА, мама девочки, которую назвали Лейлой, сказала: «Несмотря на сложность, врачи делали все, чтобы она начала дышать, но вначале находилась на ИВЛ, так как органы дыхания были еще неразвиты. Были опасения осложнений из-за рождения с таким малым весом, но на данный момент у малышки все хорошо. Спасибо всем врачам за поддержку. Врачи мне говорили: да, ребенок тяжелый, но ты не должна сдаваться, не должна опускать руки, важно стараться не переживать при ребенке, потому что малышка все чувствует. Это, думаю, тоже помогло. Также большое спасибо медсестрам, так как ребенок находился здесь, а я дома, все это время они заменяли ей мать. Хочу пожелать мамам, у которых дети сейчас находятся на втором этапе выхаживания, скорейшего выздоровления их малышам, благополучного дальнейшего роста и развития».

Перинатальный центр также сообщает, что еще один малыш с весом 980 граммов при рождении выписан домой. Его мама, Фатима ТЛЕПШЕВА, поделилась трогательной историей рождения своего малыша: «Эта беременность у меня была со сложным диагнозом и с

угрозой преждевременных родов. Большое спасибо Тамаре ПОЗДНЯКОВОЙ, она меня консультировала на каждом этапе. До рождения ребенка я находилась в дорожном отделении. Ахмад появился на свет раньше срока – всего лишь на 27,6 неделе беременности, имея вес 980 г и рост 38 см. Операция была также очень сложной, спасибо всей операционной группе. Первые одиннадцать дней были самыми тяжелыми: мальчик находился в реанимации, просто сказать, что к ребенку было хорошее отношение, – значит ничего не сказать. Я благодарна персоналу и Всевышнему, что мы попали туда. Состояние малышка было реально тяжелым, но каждый день медики радовали меня новыми положительными прогнозами. Затем последовал долгий путь длиной в два месяца в отделении патологии новорожденных и недоношенных детей. И вот наконец наступил долгожданный день выписки. Сейчас Ахмад набрал вес 2700 граммов и радуется новыми успехами. Спасибо всем сотрудникам Перинатального центра, они делают все возможное и невозможное для того, чтобы наши дети выжили. Отдельное спасибо врачу Ларисе ОНИЩЕНКО, которая вела нас на протяжении всего этого времени, за внимательное отношение и все-таки перу персоналу Центра».

Ольга КАЛАШНИКОВА

Сохранить культурное разнообразие

Подведомственный
Минпросвещения
России Федеральный
институт родных языков
народов Российской
Федерации в 2025 году
разработал
40 федеральных рабочих программ для
изучения в школах языков
и литературы народов
России, в том числе
по 14 государственным
языкам республик.

Программы охватывают предметы «Государственный язык Российской Федерации», «Родной язык», «Литературное чтение на родном языке» и «Родная литература». Разработанные документы войдут в федеральные основные общеобразовательные программы. Они созданы отдельно для 1-4-х, 5-9-х и 10-11-х классов.

– Сегодня родные языки остаются под защитой государства и развиваются, это часть нашего культурного достояния. Новые программы, созданные с учетом лучших региональных практик и современных методик, позволят повысить качество обучения, укрепить национальную идентичность и сохранить культурное разнообразие, – подчеркнул министр просвещения РФ Сергей КРАВЦОВ.

Наталья АЛЕКСЕЕВА

ДЕЛАЮТ НАШУ ЖИЗНЬ СВЕТЛЕЕ

Уважаемая редакция газеты «Горянка»! От лица многих жителей Нальчикского дома-интерната для престарелых и инвалидов решила написать письмо-благодарность в адрес тех, кто ежедневно делает нашу жизнь светлее и поддерживает нас в трудные моменты.

В первую очередь хочется выразить глубокую признательность человеку, благодаря которому у нас много лет есть возможность получать газету «Горянка», – Лемме МАРЕМУКОВОЙ, которая каждые полгода выписывает для нас 40 экземпляров издания. Для нас это не просто способ занять свободное время, но и ценный источник информации. Газета охватывает широкий спектр тем, интересующих жителей: от телепрограмм до кулинарных рецептов. Мы с удовольствием разгадываем кроссворды и следим за последними новостями, читаем про интересных людей.

Я проживаю в этом Доме-интернате уже 20 лет, и все эти годы являюсь вашим постоянным читателем. В нашем интернате имеется отличная библиотека под руководством заведующей Люды ЖЕМУХОВОЙ, где каждый может подобрать книгу по душе. Но для людей старшего возраста особенно важно иметь доступ и к периодическим изданиям. Для нас это нечто большее чем просто развлечение – это жизненно необходимо. С особым нетерпением в среду ждем «Горянку», потому что каждый получает свой экземпляр.

Кроме того, хочется сказать много добрых слов и в адрес наших сотрудников. У нас с жительницей дома-интерната Мариной СОБОЛЕВОЙ диагностирована

бронхиальная астма. Только страдающий этим недугом человек может понять, насколько это опасная болезнь. В ночь на 21 октября мне стало очень плохо, тогда на двух этажах интерната дежурили Анета КОДЗЕВА и Римма ГЕТЕЖАЕВА. Они действовали слаженно и профессионально, оказав мне необходимую помощь. Я сама являюсь медицинским работником с 37-летним стажем и хорошо понимаю, что в критических ситуациях для пациента важно видеть и чувствовать, что его жизнь находится в руках профессионалов. Это мобилизует силы и помогает справиться с трудностями. Так же профессионально сработала и бригада скорой помощи. И страх, который меня в начале охватил, куда-то отступил.

Госпитализировали меня в пульмонологическое отделение, где встретила врача Аллу Валерьевну УМАРОВУ. Она проявила исключительное отношение к пациентам. Хочу, чтобы все знали, насколько душевно и внимательно персонал этого отделения относится к людям. Работа медперсонала организована на высоком уровне, работают как часы. Когда я поступила, мне позвонила Фатима Борисовна ШОГЕНОВА, заместитель директора по медицинской части. Она недавно начала работать у нас, но уже проявила участие и заботу, как родной человек.

Считаю, что такая слаженная работа медицинской службы в республике зависит от профессионализма Министерства здравоохранения, за что большое человеческое спасибо его сотрудникам.

В больнице я вновь убедилась, насколько отзывчивы и заботливы люди,



живущие в нашей республике. Хочется отметить их душевность и готовность прийти на выручку. В палате со мной находились люди разных национальностей. Сейчас часто говорят о национализме, о том, что представители разных национальностей не уважают друг друга и разобщены. Однако это не так. Кулина, Марина, Маша, Аня и Валя – кто-то ухаживал, а кто-то был болен. Мы относились друг к другу как родные люди: помогали, угощали и поддерживали.

При выписке врач поинтересовалась, имеется ли у нас аппарат «конденсат кислорода». Этот прибор для нас – настоящие спасение в период обострения болезни. Алла Валерьевна настоятельно рекомендовала его приобрести. В Доме-интернате реакция на нашу просьбу была незамедлительной. Руководитель Беспан Мухажидович БИФОВ оперативно нашел спонсоров, и уже вскоре мы получили «конденсат кислорода» и два небулайзера, за что мы с Мариной Соболевой выражаем искреннюю признательность. Стало спокойнее за нашу жизнь.

• ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Выскажу мнение большинства: в Доме-интернате мы обеспечены всем необходимым. Медицинская помощь предоставляется на высоком уровне. Особую благодарность хотелось бы выразить дежурным медсестрам – Ирине ШЕРИТОВОЙ, Фатиме БОЗИЕВОЙ и Ларисе КОКОВОЙ. Работа медсестры требует большого уважения, особенно когда речь идет о круглосуточном уходе за такими непростыми пациентами, как мы. Медсестры всегда найдут для нас добрые слова и своевременно раздадут лекарства. В любой ситуации помощь от них приходит точно и в срок.

У нас есть прекрасная библиотека, спортивный зал, массажный кабинет и парикмахерская. Педикюр делает Мадина ДОХОВА. Санитарка Марьям ТЕМИРЖАНОВА – отличный работник. Сотрудники прачечной работают даже в праздники. Их работа непростая, учитывая количество пациентов, в том числе тяжелобольных. Большую помощь нам оказывает население – в нашем менталитете заложена взаимопомощь. Культурно-массовая работа также на высоком уровне. К нам регулярно приезжают артисты республики с концертами. Это заслуга нашего культурного организатора Карины КУРМАНОВОЙ. Недавно у нас выступал Аюс ЗЕУШЕВ. Также организовываются выезды на экскурсии. Возможно, я кого-то не упомянула, но хочу подчеркнуть: мы искренне признательны всему коллективу за доброту, внимание и теплоту, которые нам дарят.

Александра Балова.
Фото Алены Каратляевой



ТАЛАНТ ПОД СЧАСТЛИВЫМ НОМЕРОМ

Жизнь – это танец, где каждый шаг, каждое движение формируют уникальный узор судьбы. Для нашей героини этот танец начался в раннем детстве, и с тех пор она не перестает удивлять своей энергией, целеустремленностью и многогранностью. От образцового ансамбля танца «Ассорти» до Молодежного правительства Кабардино-Балкарской Республики – ее путь наполнен яркими событиями, достижениями и постоянным стремлением к развитию.

менный танец раскрываются важные социальные проблемы.

«БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА» И КРЕМЛЕВСКАЯ МЕЧТА

Стремление к развитию и активная жизненная позиция привели ее на всероссийский конкурс «Большая перемена». Три года подряд участвовала в направлении «Твори», разрабатывая проекты в сфере искусства. Дошла до полуфинала, но судьба приготовила для нее нечто большее. В 2022 году, в год столетия республики, ансамбль «Ассорти» пригласили выступить в Кремле. Это была настоящая мечта, которая стала реальностью. Выступление на главной сцене страны вместе с образцовым ансамблем танца «Ассорти» и государственным ансамблем песни и пляски «Терские казаки» стало незабываемым событием, подтвердившим ее талант и упорство.

«Большая перемена» подарила не только опыт, но и новые знакомства. В республике образовалась группа активистов, с которыми мы проводили и участвовали в мероприятиях для детей и подростков. Однажды нам выпала честь встретиться с Главой Кабардино-Балкарии Казбеком КОКОВЫМ, который провел для нас экскурсию и рассказал о планах по развитию Нальчика.

НОВЫЙ ВИТОК: СКГИИ И РЕЖИССУРА

Понимая, что творчество – ее призвание, Кристина приняла решение поступить в Северо-Кавказский государственный институт искусств (СКГИИ) и с уверенностью шагнула в новый этап своей жизни. С первого курса активно участвовала в студенческой жизни, состояла в студактиве. На втором курсе ее приняли в студсовет. Сегодня она является частью

медиацентра вуза, где снимает репортажи и ролики, чтобы получить ценную практику. Стремление к развитию лидерских качеств привело ее к новой вершине: на третьем курсе ее избрали председателем студсовета. Под ее руководством студсовет, состоящий из нескольких секторов: волонтерского, спортивного, студенческого актива, карьеры и социального проектирования, учебно-научного, информационного и культурно-массового, проводит регулярные мероприятия.

На втором и третьем курсах проявила себя в новом амплуа, участвуя в конкурсе «Я – корреспондент» ГТРК «Кабардино-Балкария», где занимала призовые места. Этот ценный опыт дал глубокое понимание работы режиссера и ведущего интро, открыв новые возможности.

ЛИДЕРСТВО И ОБЩЕСТВЕННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

В современном мире особенно важно сохранять ориентиры и опираться на прочные основы. Именно об этом шла речь на медиафоруме в Пятигорске, где мы, молодые активисты, рассматривали ключевые положения Указа Президента Российской Федерации «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей». Взаимопомощь и взаимоуважение – эти ценности, ставшие фундаментом нашего социального плаката, получили высокую оценку, подтверждая их актуальность и значимость для современного общества.

Стремление к переменам привело меня в Молодежное правительство Кабардино-Балкарской Республики, где была избрана министром культуры. В прошлом году подавала документы и прошла два этапа отбо-

ра. На первом написала эссе о проблемах молодежи и путях их решения, на втором презентовала себя. Выступая под счастливым для меня номером 13 (я родилась 13 апреля), рассказала о своей деятельности в институте, о своем видении развития молодежной политики. И меня выбрали. Теперь у меня амбициозная идея – создать фестиваль для людей, занимающихся национальной музыкой, чтобы дать им возможность заявить о себе. В Год народного единства это особенно актуально и важно для сохранения и популяризации нашей богатой культуры.

ТУРИЗМ

Мой путь – постоянное движение. В мае прошлого года приняла участие в туристском слете «Маевка», который завершился незабываемым восхождением на Бештау. Начальник по молодежной и информационной политике СКГИИ Артем ЧЕЛИКИН предложил создать в институте клуб, так появилась студенческий туристический клуб «Высота 5642», которым я с гордостью руковожу. За короткое время мы уже провели несколько увлекательных поездок. Удивительно, но, прожив в республике с рождения, впервые открыла для себя многие места, и это стало настоящим открытием.

ЖИЗНЬ НЕ ТОЛЬКО УЧЕБА И ОБЩЕСТВЕННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Моя семья, хотя и состоит из медиков (бабушка и мама), никогда не настаивала на выборе этой профессии, предоставляла мне полную свободу. Бабушка – мой главный болельщик, постоянно следит за Telegram-каналом института и всегда спрашивает, зарегистрировалась ли я на тот или иной конкурс. Ее поддержка бесценна.

Режиссура – моя главная страсть. После института мечтаю поработать на телевидении. В вузе у меня сложилась близкая компания, где могу поделиться любимыми сложностями, зная, что меня не осудят. Ошибки и неудачи – это тоже уроки, которые помогают расти. Слова Артема Челикина «думай на шаг вперед» стали для меня настоящим девизом. Запомнила их и всегда вспоминаю, когда что-то планирую.

Лиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовой

Кристина ДИДЕНКО – студентка третьего курса театрального факультета СКГИИ кафедры режиссуры кино и телевидения в своем вузе занимает должности председателя студенческого совета, старшего лаборанта кафедры актерского мастерства, руководителя студенческого туристического клуба «Высота 5642», и это далеко не все, чем успевает заниматься.

ТВОРЧЕСКИЙ ДВИЖЕНИЕ: МУЗЫКА И ДВИЖЕНИЕ

С шести лет и до окончания школы Кристина была неотъемлемой частью образцового ансамбля танца «Ассорти» г. Прохладного под руководством Натальи ВАХРАМЕЕВОЙ. Современные, классические и народные танцы стали настоящей школой жизни, где девушка научилась работать в команде, чувствовать ритм и выражать эмоции через движения. Параллельно с танцами осваивала мир музыки, окончила Детскую школу искусств по классу фортепиано. Совмещать два таких насыщенных направления было непросто, но именно это выработало в ней ценную способность к многозадачности, которая впоследствии не раз помогала в жизни.

Сегодня Кристина продолжает любимое дело в труппе современного танца «54:19». Ее основатель – выпускница колледжа культуры и искусств Ксения ПЕТЛЯКОВА развивает стиль контемпорари. В составе труппы Кристина участвовала в музыкальном спектакле «Сейчас», где через совре-

Введен единый ски-пасс на курортах Эльбрус, Мамисон и Ведучи

Кавказ.РФ запустил единый ски-пасс на три курорта. С 13 марта и до конца зимнего сезона на горнолыжных курортах Эльбрус, Мамисон и Ведучи можно будет кататься по единому билету. Для подъема на канатных дорогах в прогулочном режиме воспользоваться новинкой можно будет до конца мая. Об этом рассказал заместитель генерального директора Кавказ.РФ Рустам ТАПАЕВ на туристической выставке МИТТ-2026.

Новый горнолыжный тариф включает по три дня катания на каждом из курортов. Это позволит гостям выбирать, куда отправиться на отдых в зависимости от погоды, статуса работы канатных дорог и трасс. Все дни можно откатывать в любой последовательности до конца мая. Единый ски-пасс для катающихся этой весной обойдется в 12 тысяч рублей для взрослых и 7200 рублей для детей.

Единый прогулочный билет даст возможность разово подняться на канатных дорогах трех курортов в любой из дней до конца сезона. Три поездки обойдется в 3500 рублей взрослым и 2000 рублей детям.

Цена обоих видов билетов складывается из суммы дней отдыха на трех курортах и применения скидки в 30 процентов. «Возможности кататься на любом из наших курортов по одному ски-пассу гости ждали давно. Поэтому планируем, что тариф «Три курорта» продолжит действовать и с начала нового зимнего сезона 2026/2027 г. Он поможет познакомиться со всеми нашими курортами выгоднее и в комфортное для гостей время», – отметил Рустам Тапаев.

На курорте Эльбрус в Кабардино-Балкарии горнолыжная зима в среднем длится до июля. На Мамисоне в Северной Осетии в первом тестовом сезоне горнолыжные трассы были открыты до середины апреля. Чеченский курорт Ведучи дает возможность кататься на всесезонном склоне с искусственным покрытием круглый год.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Медиаграмотность – это навык выживания

По инициативе Координационного центра профилактики КБГУ им. Х.М. Бербекова состоялась значимая встреча со студентами КБГАУ им. В.М. Кокова. Мероприятие было посвящено не только правилам поведения в интернете, но и основам формирования личностных ориентиров личности.

Лектором выступила Кристина ЛОПАТИНА, директор Центра развития карьеры Кабардино-Балкарского государственного университета, лектор российского общества «Знание».

Главная идея лекции – медиаграмотность неразрывно связана с традиционными российскими духовно-нравственными ценностями. Почему это важно? Цифровой мир полон рисков. Защита от фейков, экстремизма и манипуляций требует не только законов, но и внутренней нравственной устойчивости. Спикер встречи подчеркнула, что противодействие экстремистской идеологии начинается не с запретов, а с формирования у молодежи устойчивой системы ценностей, которая делает человека невосприимчивым к манипуляциям.

Кристина Лопатина отметила, что ценностные ориентиры формируются под влиянием семьи и образовательных учреждений, культурных и религиозных традиций, рабочего коллектива и общественной среды, деятельности органов власти и природного окружения. Нельзя недооценивать



роль слова в сети. Важно помнить: репост, лайк или комментарий могут иметь юридические последствия. Распространение фейков (ФЗ № 149-ФЗ) – штраф до 300 тыс. руб. Экстремизм и разжигание ненависти (ст. 280, 282 УК РФ) – до пяти лет лишения свободы. Особо тяжкие случаи – до 15 лет. Но прежде чем наступит ответственность по закону, наступает ответственность перед совестью. Профессиональное становление личности невозможно без безопасности в цифровой среде и твердой ценностной позиции.

К. Лопатина посоветовала студентам развивать критическое мышление и навык фактчекинга. Соблюдать этикет – уважение к частной жизни и оппоненту. Помнить: медиаграмотность – это навык выживания и успеха в профессии.

Алена ТАОВА

СОЛНЕЧНЫЕ ДЕТИ НЕ НАКАЗАНИЕ, А ЗНАК БЛАГОСЛОВЕНИЯ

Они излучают доброту и позитив, обладают особой энергетикой, которая приносит свет и радость другим. Солнечный ребенок как дар судьбы. Именно так считает Фатимат ДЗАМИХОВА – мама солнечного ребенка Дамира. Она уверена, что такие дети появляются в нашей жизни не для наказания, а как знак благословения.

Сегодня многие родители детей с особыми потребностями объединяются в сообщества и общественные организации, чтобы поддерживать друг друга и научиться жить полноценной жизнью. О том, как сложилась жизнь семьи с появлением Дамира, мы поговорили с Фатимат.

– Я родом из с. Каменомостского Зольского района. Но чтобы обеспечить всестороннее развитие Дамира, 12 лет назад переехала в Нальчик, живем в съемной квартире. У меня еще две дочери. Старшей – Хаишат 34 года, год назад она вышла замуж. Диане скоро исполнится 23 года. Окончила Нальчикский колледж легкой промышленности по специальности «конструирование, моделирование и технология изготовления изделий легкой промышленности», работает. Дамиру – 15 лет.

Беременность проходила без осложнений, я регулярно посещала врача. О том, что мой сын особенный, узнала после родов. Врач спросила, есть ли у меня другие дети и здоровы ли они. Сказала, что у моего ребенка есть подозрение на синдром Дауна, и предложила сдать генетический анализ. В тот момент я даже и не знала, что это за болезнь. Внешне он казался обычным ребенком. Однако результаты анализа подтвердили опасения врачей. Даже если бы я узнала об этом во время беременности, все равно бы родила его.

Конечно, очень испугалась. Больше всего боялась осуждения людей и их реакции. Старшая дочь, которая была уже достаточно взрослой, поддержала меня. Благодаря ей мир не рухнул и я не впала в депрессию. Хаишат сказала: «Мама, это абсолютно здоровый ребенок! Больше не будем возвращаться к этой теме!» Сын поначалу называл нас обеих «мама», разница была только в интонации. Позже, когда научился выговаривать другие слова, начал называть ее «Баби», даже не знаю, почему.

Я не водила Дамира в детский сад, опасаясь, что его там могут обидеть. Он тогда еще не мог говорить, поэтому не смог бы рассказать мне о своих переживаниях. За все эти годы я ни разу не задавала вопросов, почему именно у меня появился такой ребенок. Принимаю это как дар Всевышнего. Говорят, что солнечные дети даются избранным людям. Всевышний возложил на меня эту миссию, и я стараюсь выполнять ее по мере своих сил.

ВСЕ К ЛУЧШЕМУ

– До 11 лет Дамир часто болел, поэтому мы много времени проводили в больницах. Во время очередного лечения я познакомилась с матерью ребенка с особенностями развития. Она рассказала мне о предстоящем мероприятии у ныне Уполномоченной по правам ребенка в



Кабардино-Балкарской Республике Амины БАДРАКОВОЙ и предложила присоединиться. Она много лет оказывает всестороннюю помощь родителям и детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Помню, тогда они решили вместе с особенными детьми отметить в Атажукинском саду День мороженого. С тех пор наша жизнь кардинально изменилась в лучшую сторону. Мне стало гораздо легче. Если раньше опасалась неодобрительных взглядов, то теперь хочу показать всем, какой у меня замечательный голубоглазый сын. Хотя, могу сказать, что пока ни разу не сталкивалась с непониманием или агрессией. Принять ситуацию и перестать бояться реакции окружающих мне помогли другие мамы, с которыми мы регулярно общаемся и встречаемся.

Постепенно мы стали частью сообщества, в котором нам разные люди помогают интегрировать ребенка с особенностями развития в этот мир. Сейчас каждый наш с Дамиром день расписан и насыщен приятными и полезными событиями. Сын ходит в специальную (коррекционную) школу-интернат №1 Минпросвещения КБР. Посещаем адаптивное отделение спортивной школы «Нальчик» под руководством Руслана СУРЖЕНКО. В нашей группе 13 человек, а детей с аутизмом еще больше. Они занимаются каратэ, ЛФК, с ними работает логопед, им делают массаж и многое другое. С особым нетерпением дети ждут встречи с одним из преподавателей – Мариной БОРУКАЕВОЙ, которая может находить подход к каждому ребенку.

Кроме того, мы четыре года являемся участниками проекта «Добрая среда» ВГТРК ГТРК «Кабардино-Балкария» под руководством Людмилы КАЗАНЧЕВОЙ. Все эти годы в рамках проекта с нашими детьми активно занимаются начальник Отдела ЗАГС г. о. Нальчик Валентина ШЕРИЕВА и педагог Ислам ОСМАНОВ. Вся команда стала для нас родной. Здесь Дамир научился рисованию и теперь много рисует. Это очень важно для его мировосприятия.

Часто наши мероприятия посещает супруга Главы КБР Лиана КОКОВА, она при-

21 марта отмечается **Международный день человека с синдромом Дауна - генетическим заболеванием, вызванным наличием дополнительной хромосомы. В России люди с этим синдромом сталкиваются с множеством стереотипов и предрассудков. Их часто воспринимают как умственно отсталых и неспособных к обучению. Распространено мнение, что они не могут испытывать глубокие чувства, склонны к агрессии или, наоборот, всегда довольны. Однако исследования и жизнь показывают, что уровень интеллекта большинства детей с синдромом Дауна соответствует средней степени задержки в развитии.**

нимает активное участие в жизни наших детей, за что мы ей благодарны. Вообще в нашем обществе немало неравнодушных людей, которые не оставили нас наедине с нашей проблемой. Благодаря их помощи наша жизнь стала более осмысленной и наполненной положительными эмоциями. Мы часто отправляемся в путешествия по достопримечательностям нашей республики и за ее пределами.

Отдыхали в Приэльбрусье и в Гедуко, посетили дельфинарий в Кисловодске и прогулялись по Ессентукам. В Нальчике, кажется, не осталось ресторана, в котором бы мы не побывали. В некоторых из них наши дети даже стали участниками мастер-классов. Спортивная школа планирует отвезти нас в Парк Галицкого в Краснодаре. Откровенно говоря, если бы не мой сын, я бы не жила такой интересной и насыщенной жизнью.

ЧТО ДАЛЬШЕ?

– Этот вопрос вызывает у меня наибольшую тревогу. Сейчас, пока сын не повзрослел, находится под моей опекой. Обеспечиваю ему уход, удовлетворяю все его бытовые потребности и защищаю от потенциальных негативных воздействий окружающей среды. Однако осознаю, что неизбежно наступит момент, когда он станет взрослым и окажется в ситуации, когда моя поддержка больше не будет доступна.

Безусловно, я прилагаю все усилия для формирования у него навыков самостоятельности и способности к самообслуживанию. Однако необходимо признать, что в условиях современного мира, где много потенциальных рисков и вызовов, один из без посторонней помощи не сможет адекватно справиться со всеми аспектами жизни.

Этот вопрос вызывает серьезные опасения не только у меня, но и у всех матерей детей с особыми потребностями. Мы являемся активными участниками Всероссийского общества родителей детей-инвалидов (ВОРДИ), где часто обсуждаем и анализируем различные аспекты обеспечения их социальной адаптации и интеграции. Важно отметить, что с каждым годом число таких детей увеличивается, что требует более тщательной и комплексно-

го подхода к решению возникающих проблем.

Хотелось, чтобы медицина сделала шаг вперед и нашла причину подобных заболеваний, чтобы по возможности сократить количество детей, рождающихся с синдромом Дауна и другими подобными отклонениями. Статистика вызывает тревогу. О том, что особенных детей с каждым годом рождается все больше, говорят сами врачи.

Важно, чтобы на государственном уровне была оказана системная всесторонняя поддержка семьям, воспитывающим детей с особыми потребностями в развитии. Многие матери таких детей ограничивают свое общение с окружающими и не стремятся интегрировать своих детей в общество. Это вызывает беспокойство, поскольку изоляция усугубляет проблему. Государство не сможет понять конкретные потребности ребенка, если его родители остаются в замкнутом кругу своих переживаний. Необходимо, чтобы как можно больше родителей присоединилось к движению, которое в республике координирует ВОРДИ под руководством Марины БОЗИЕВОЙ. Важно не замыкаться на своих трудностях - совместные усилия облегчают их преодоление.

Судьба этих детей во многом определяется настроем матерей. Если женщина замкнется в себе, ребенку будет сложно адаптироваться. Без полноценного общения и участия в коллективе невозможно раскрыть его потенциал. Он не сможет реализовать свои природные способности, оставаясь в изоляции. Не сможет стать счастливым. А люди всегда будут реагировать на таких детей по-разному. Это не стоит того, чтобы лишать ребенка полноценной жизни. Для него в первую очередь важно, как мать воспринимает и принимает его.

ДУША НА РАСПАШКУ

– Во всем мире людей с синдромом Дауна называют солнечными, потому что они отличаются добротой, дружелюбием и открытостью. Любят обниматься со всеми, в их мире нет злых и плохих людей. Они не способны причинить вред другим, так как полностью лишены агрессии. Как и все дети, любят играть, танцевать, учиться новому и исследовать мир. Но для полноценного развития и раскрытия своих талантов им необходимы особая поддержка и понимание как со стороны семьи, так и общества.

Основной принцип реабилитации таких детей заключается не столько в лечении или коррекции в специализированных учреждениях, сколько в их интеграции в обычную жизнь через общение с близкими, сверстниками, учебу и занятия в кружках.

Солнечный малыш может стать как даром для семьи, так и наказанием. Все зависит от того, как воспринимать его появление в вашей жизни. Для меня это величайший дар Всевышнего.

Алена КАРАТЛЫШЕВА.
Фото из семейного архива

В РОССИЮ ВПЕРВЫЕ ВВЕЗЕН УНИКАЛЬНЫЙ ПРЕПАРАТ ДЛЯ СПАСЕНИЯ РЕБЕНКА ИЗ КБР

Препарат Кувитру был приобретен для лечения восьмилетнего пациента из Баксанского района с редким диагнозом - первичным комбинированным иммунодефицитом, сообщает Минздрав КБР в своем Телеграм-канале со ссылкой на республиканский Центр аллергологии и иммунологии.

В сообщении отмечается, что с раннего детства мальчик тяжело болел, переносил серьезные инфекции. После обследований в Германии и Москве врачи поставили диагноз, требующий пожизненной терапии иммуноглобулинами. Когда ребенка перевели на современный подкожный иммуноглобулин, организм неожиданно отреагировал аллергией, и встал вопрос о поиске новых решений.

Совместно с федеральными коллегами врачи Центра аллер-

гологии и иммунологии КБР нашли альтернативу - новейший препарат 20-процентного иммуноглобулина Кувитру.

Однако главная сложность состояла в том, что на территории Российской Федерации этот препарат не зарегистрирован. Обычно такие лекарства недоступны для пациентов, но Минздрав КБР пошел на беспрецедентный шаг - закупил препарат по региональной льготе специально для этого ребенка, впервые ввезя его в страну для конкретного клинического случая.

Сегодня мальчик получает лучшую мировую терапию, не выезжая за пределы республики, и чувствует себя хорошо. Эта история - пример того, как региональная медицина способна решать задачи федерального уровня, когда на кону жизнь ребенка.

Ольга КАЛАШНИКОВА

ПОНЕДЕЛЬНИК, 23 марта

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

РОССИЯ 1
05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести

ТВЦ
06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.45 Т/С «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» (16+)

02.10 Д/ф «Дорогие товарищи. Дело некенедици» (16+)
04.20 Д/с «Короли эпизода» (16+)
05.30 Д/с «Большое кино» (16+)

ЗВЕЗДА
05.50 Д/ф «Герой 115» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

ТВЦ
06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.45 Т/С «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
15.00, 20.00 «Безумные факты» (16+)
17.00, 01.50 «Тайны Чапман» (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 «Непобедимый» (12+)
06.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым (12+)

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

06.10 Ретроспектива. «Кенже – земля садов» (12+)
06.30 «Это надо знать». Медицинский вестник (12+)

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

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

РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных
07.15 Д/с «Первые в мире»
07.35 Черные дыры. Белые пятна

18.35 Рассказы из русской истории
19.45 Главная роль
20.05 Монолог в 4 частях

МИР 24
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
09.25 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1
05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести

ТВЦ
06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 Т/С «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» (16+)

04.20 Д/с «Короли эпизода» (16+)
05.30 Д/с «Большое кино» (16+)

ЗВЕЗДА
05.30 Т/с «ПСЕВДОНИМ АЛБАНЕЦ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

ТВЦ
06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 Т/С «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 «Непобедимый» (12+)
06.30 «Неизвестные страницы Кубка мира» (12+)

МАТЧ ТВ
06.00 «Неизвестные страницы Кубка мира» (12+)

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

06.10 «Время и личность». Галина Бочарова (12+)

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

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

РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных
07.15 Театральная летопись
07.45, 18.45, 00.15 Д/с «Дубна. Рождение мира»

18.05 Д/ф «Алексей Бартошевич. Сладкий ад театра»

МИР 24
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
09.25 «Модный приговор» (0+)

РОССИЯ 1

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 Т/с «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» (16+)

1 КАНАЛ

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

РОССИЯ 1

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 Т/с «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» (16+)

05.35 «Москва резиновая» (16+)
НТВ
04.30, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)

05.30 Т/с «ПСЕВДОНИМ АЛБАНЕЦ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

05.30 Т/с «КАТА И БЛЭК» (16+)
01.20 Х/ф «КУРЬЕР» (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+)

СРЕДА, 25 марта

17.00, 02.00 Тайны Чапман» (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)

06.00 «Непобедимый» (12+)
06.30 География спорта (12+)

13.00 Есть тема! Прямая трансляция
14.25 Бобслей. Чемпионат России. Женщины. Двойки. Прямая трансляция из Сочи

16.35 Бобслей. Чемпионат России. Мужчины. Четверки. Прямая трансляция из Сочи

19.15 Хоккей. ФОНБЕТ. Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция

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

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

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

17.10 «Поэтическая тетрадь». Часть вторая (12+)

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

06.30 Диалоги о животных
07.15 Театральная летопись

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

18.00 Д/ф «Давид Смелянский. Авантюрист поневоле»

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

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

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

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

18.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+)

ЧЕТВЕРГ, 26 марта

13.00 «Невероятно интересные истории» (16+)

06.00 «Непобедимый» (12+)
06.30 «Вид сверху» (12+)

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

07.00, 10.50, 14.55, 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция

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

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

07.10 «Время - творец сущего». Сафарбий Бейтуганов (12+)

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

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

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

06.30 Диалоги о животных
07.15 Театральная летопись

19.45 Главная роль

20.05 Монолог в 4 частях
20.50 Д/ф «Место встречи изменить нельзя». Жизнь прожил не зря»

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

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

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

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

19.45 Главная роль

1 КАНАЛ	
05.00 «Доброе утро»	09.05 «Модный приговор» (0+)
09.05 «Жить здорово!» (16+)	10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00, 12.15 «Время покажет» (16+)	14.00, 17.00 «Большая игра» (16+)
15.15 «Давай пообщаемся!» (16+)	16.05 «Мужское/Женское» (16+)
18.00 Вечерние новости	18.40 «Человек и закон» (16+)
19.45 «Поле чудес» (16+)	21.00 «Время»
21.45 «Голос». Новый сезон (12+)	23.30 Х/ф «АНАТОМИЯ ПАДЕНИЯ». Золотая пальмовая ветвь-2023 и премия «Оскар-2024» за лучший сценарий (18+)
02.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)	
РОССИЯ 1	
05.00 Утро России	09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести
09.30 Местное время	09.55 О самом главном (12+)
11.30 Вести. Местное время	12.00 «60 минут» (12+)
14.30 Т/с «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ» (16+)	17.00 Прямой эфир (16+)
18.00 «60 минут» (12+)	21.10 Вести. Местное время
21.30 Ну-ка, все вместе! Хором! Финал (12+)	01.35 Х/ф «СКАЗКИ МАЧЕХИ» (16+)
ТВЦ	
06.00 «Настроение»	08.05 Х/ф «ЖЕНЩИНА ЕГО МЧТЫ» (16+)
11.30, 14.30, 17.50 События	11.50 Х/ф «ЖЕНЩИНА ЕГО МЧТЫ» (16+)
12.30 Т/с «ВЕРОНИКА НЕ ХОЧЕТ УМИРАТЬ» (16+)	14.50 Город новостей
15.05 Т/с «ВЕРОНИКА НЕ ХОЧЕТ УМИРАТЬ» (16+)	16.55 Д/ф «Легенды эстрады. Спеть по-русски» (16+)
18.10 Х/ф «ПОЙМАЙ МЕНЯ» (16+)	20.10 Х/ф «ТАЙНА СТАРОГО ПОРТРЕТА» (16+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой	23.05 Д/с «Приговор» (18+)
00.00 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Привет из Непала» (16+)	00.40 Х/ф «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА» (16+)
02.20 «Петровка, 38» (16+)	02.35 «Закон и порядок» (16+)
03.05 Х/ф «САДОВНИК» (16+)	

06.00 Д/ф «Актёрские драмы. Предательское лицо» (16+)	НТВ	
04.45, 09.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)	06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)	08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»
08.25 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+)	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	14.00 «Место встречи»
16.45 «ДНК» (16+)	17.55 «Жди меня» (12+)	20.00 Т/с «МЕРТВЯ ТОЧКА» (16+)
22.10 Т/с «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ» (16+)	00.20 «Своя правда» с Романом Бабаяном (16+)	02.10 «Квартирный вопрос» (0+)
03.00 Х/ф «МОЯ РЕВОЛЮЦИЯ» (16+)	ЗВЕЗДА	
05.05 Т/с «ПСЕВДОНИМ АЛБАНЕЦ-2» (16+)	09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня (13+)	09.20 «Ищу своих» (12+)
10.10, 13.25 Т/с «БАТЯ» (16+)	14.25, 15.05, 17.15 Т/с «БАТЯ» (16+)	15.00 Военные новости (16+)
19.40 «Загадки века с Сергеем Медведевым». «Иван Утробин. Штриц из российской глубины» (12+)	20.30 Д/с «Война миров» (16+)	21.20 «Специальный репортаж. Что русскому смешно...» (16+)
22.00 «Здравствуй, товарищи!» (16+)	23.30 «Музыка» (12+)	05.55 Х/ф «СОРА В ЛУКАШАХ» (16+)
04.10 Д/с «Подпольщики» (16+)	04.50 Х/ф «БЛИЗНЕЦЫ» (16+)	05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	08.30 «Новости» (16+)	09.00 «Документальный спецпроект» (16+)
10.00 «Засекреченные списки» (16+)	11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+)	12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112» (16+)
12.30 «Новости» (16+)	13.00 «Тайны Чапман» (16+)	16.30 «Новости» (16+)
17.00 «Тайны Чапман» (16+)	18.00 «Главные тайны мира» (16+)	19.30 «Новости» (16+)
20.00 Х/ф «ОХРАННИК» (16+)		

ПЯТНИЦА, 27 марта			
21.45 Х/ф «СТРАШОШКИ» (18+)	23.55 Х/ф «БЕГИ БЕЗ ОГЛЯДКИ» (18+)		
02.05 Х/ф «БЛИЗНЕЦЫ» (18+)	03.45 «Главные тайны мира» (16+)		
04.30 «Тайны Чапман» (16+)	МАТЧ ТВ		
06.00 «Непобедимый!» (12+)	06.30 «Формула-1. Гаснут огни» (12+)	07.00, 09.05 Новости	
07.05, 10.50, 14.55, 23.55 Все на Матч! Прямая трансляция	09.10 «Небесная грация» (6+)	09.30 Биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Суперперсьют. Женщины	
11.30 Биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Суперперсьют. Женщины	13.00 Есть тема! Прямая трансляция	14.25 «Дело №» (16+)	
16.30 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция из Таиланда	18.30 Футбол. Россия - Никарагуа. ВетВотм матч сборной. Прямая трансляция из Краснодара	22.00 Смешанные единоборства. А. Подлесный - Ж. Силва. ACA	
01.30 «Дело №» (16+)	02.00 Баскетбол. УНИКС (Казань) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Winline Basket Cup (6+)	03.55 Новости (0+)	
04.00 Гандбол. ЦСКА - Пермские медведи» (Пермь). Чемпионат России. Суперлига. Мужчины (6+)	05.30 География спорта (12+)	ОТР	
ПРОГРАММА 1 КБР		06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)	06.10 «На страже закона» (16+)
06.25 «На страже здоровья». Диалогная служба КБР (12+)	07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)	07.10 «О Кабардино-Балкарии» (12+)	
07.20 «Время и личность». Российский политический и государственный деятель Илья Бечелов (12+)	08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)	08.10 2026-й. Год единства народов России - «Музыкальный калейдоскоп» (12+)	
08.50 «Сказочная шкатулка». Трусливый кот (6+)	* * *		ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+)	17.10 «Театр для тебя!» (12+)		

«Разговор по душам с Александром Ярошенко». Поэт Мухтар Табакоев (12+)	18.20 «Всегда на страже. Росгвардия» (16+)	18.45 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+)	СКАНАЛ	
05.00 «Известия» (16+)	05.50 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» (16+)	08.30 «Ваше здоровье!» (12+)	09.00 «Известия» (16+)	09.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» (16+)
09.45 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» (16+)	13.00 «Известия» (16+)	13.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» (16+)	15.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-5» (16+)	16.10 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» (16+)
17.00 «Известия» (16+)	17.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» (16+)	18.20 Т/с «ЧЕРНЫЙ ПЕС» (16+)	23.10 «Светская хроника» (16+)	00.10 «Юни потрясли мир. Венсан Кассель. Красивый, плохой, злой!» (16+)
01.00 «Юни потрясли мир. Евгений Евстигнеев. Израненное сердце» (16+)	01.50 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+)	РОССИЯ К		06.30 Д/ф «Царица Небесная. Феодоровская икона Божией Матери»
07.15 Театральная летопись	07.45, 18.45 Д/с «Дубна. Рождение мира»	08.30 Х/ф «ВЕРТИКАЛЬ» (16+)	09.45 Кристальные истории	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.25 Новости культуры
10.15 Фильм-спектакль «Дом окнами в поле»	10.45 «XX век»	12.00 Д/ф «Роман в камне»	15.25 Открытая книга	13.15 Д/ф «Георгий Флеров»
13.45 Т/с «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНПТА» (16+)	15.05 Д/ф «Моя ГИТИС»	15.50 Эмигранты	16.30 Письма из провинции	17.15, 01.50 Музыка эпохи барокко
18.05 Д/ф «Царские забавы»	19.45 Д/с «Истатели»	20.35 Линия жизни		

21.35 Телеспектакль «Пьеса для мужчин»	22.35 «2 Верник 2»	23.40 Х/ф «МАЯК НА КРАЮ СВЕТА» (16+)	02.35 М/ф «Мультфильмы для взрослых»	МТР 24	
ПРОГРАММА 1 КБР		06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)	06.10 «Усызья» («Поэзия»). Муза Тлостанова (каб.яз.) (12+)	06.20 «Ракурс». Памятные места города Налычкы (12+)	06.35 «Здоровый выбор» (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)	07.10 «Льгауныгърам и макъамэ» («Мелодии любви») (каб.яз.) (12+)	07.30 «Наиз и псэ» («Мамина радость»). Передача для родителей (каб.яз.) (12+)	07.45 «Шаллагуалар мэгъуыш». Юмористическая программа (каб.яз.) (12+)	08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)	08.10 «Тегири кыльчы» («Радуга»). Музыкальная программа (балк.яз.) (12+)
08.50 «Асланы жомакълары» («Бабушкины сказки») (балк.яз.) (6+)	* * *		ПРОГРАММА 1 КБР	17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)	17.10 К Дню театра. «Театр для тебя!» (12+)
17.45 «Жизнь дана на добрые дела» (12+)	18.15 К Дню Федеральной службы войск Национальной гвардии РФ. «Всегда на страже. Росгвардия» (12+)	18.35 «Эзы урздым и хъбар» («История одной песни») (каб.яз.) (12+)	18.50 Международный день театра. «Для тех, кто любит театр!» (каб.яз.) (12+)	19.30, 21.40 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)	19.45 Ваха Хамхоев. «Асланы тышоу» («Сон Аслана») (балк.яз.) (12+)
20.00 Муса Бачаев. «Кюмош акка» («Серебряный дед»). Спектакль Карачаевского госдрамтеатра им. Алиева. Часть вторая (балк.яз.) (12+)	20.45 «С Днём театра!». Балкарский госдрамтеатр им. К. Кулиева (12+)				

1 КАНАЛ	
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»	09.00 «Умники и умницы» (12+)
09.45 «Слово пастыря» (0+)	10.00 Новости
10.15 Д/ф «Оставьте ненужные споры...» К 90-летию со дня рождения Станислава Говорухина (12+)	11.10 Д/ф «Щелкунчик. В ожидании чуда» (0+)
12.00 Новости	12.15 «Рокот космодрома» (12+)
13.10 Д/ф «Ну вы, блин, даете!». К юбилею Алексея Булдакова (12+)	14.20 Х/ф «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД» (16+)
15.50 «Наше все. Сделано в России» (12+)	16.45 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.00 Вечерние новости	18.20 «Ледниковый период» (12+)
21.00 «Время»	21.35 КВН. Высшая лига (16+)
23.55 Х/ф «АССА» (18+)	02.30 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
РОССИЯ 1	
05.00 Утро России. Суббота	08.00 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»	09.00 «Формула еды» (12+)
09.25 «Пятеро на одного»	10.10 Сто к одному
11.00 Вести	11.30 «Наши. Военкоры» (12+)
12.00 «Доктор Мясников» (12+)	13.00 Т/с «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ» (16+)
17.00 Вести	17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести	20.50 Вести. Местное время
21.00 Х/ф «ОБЪЯВЛЯЮ ВАС МУЖЕМ И ЖЕНОЙ» (16+)	00.45 Х/ф «СВАДЕБНЫЙ МАРШ» (16+)
ТВЦ	
06.40 «Православная энциклопедия» (6+)	07.05 Х/ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. МАСТЕР ИГРЫ В ГО» (16+)
10.55 «Просто & вкусно» (6+)	11.30 События
11.45 «Смешите меня семеро» (16+)	12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» (16+)
13.10 Х/ф «ЗАКОН СЛУЧАЙНЫХ СОВПАДЕНИЙ» (16+)	

14.30 События	14.45 Х/ф «ЗАКОН СЛУЧАЙНЫХ СОВПАДЕНИЙ» (16+)
17.10 Х/ф «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ» (16+)	21.00 «Постскриптум»
22.10 «Право знать!» (16+)	23.30 События
23.45 Д/ф «Обжалованию не подлежит. Ирод» (16+)	00.35 Д/ф «90-е. Генералы» (16+)
01.15 «10 самх...» (16+)	01.40 «Хватит словух!» (16+)
02.10 Д/ф «Легенды эстрады. Хит по наследству» (16+)	02.50 Д/ф «Легенды эстрады. В кругу измен» (16+)
03.30 Д/ф «Легенды эстрады. Размер имеет значение» (16+)	04.10 Д/ф «Легенды эстрады. Битва за хит» (16+)
04.50 Д/ф «Легенды эстрады. Спеть по-русски» (16+)	05.30 «Петровка, 38» (16+)
НТВ	
04.40 Х/ф «ЧУЖОЙ ДЕД» (16+)	06.20 «Жди меня» (12+)
07.20 «Смотр» (0+)	08.00 «Сегодня»
08.00 «Неограниченные возможности» (16+)	09.20 «Едим дома»
10.00 «Сегодня»	10.20 «Главная дорога» (16+)
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым» (12+)	12.00 «Квартирный вопрос» (0+)
13.00 «Сатья» (16+)	14.00 «Смотри, поедим!» (16+)
15.00 «Своя игра» (0+)	16.00 «Сегодня»
16.20 Ч/ф. Расследование (16+)	17.00 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Тахменевым	20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
21.20 «Суперстар». Битва сезонов (16+)	01.05 Квартирник НТВ у Маргулис (16+)
02.25 «Дачный ответ» (0+)	03.15 Художественный фильм «РОЗЫ ДЛЯ ЭЛЬЗЫ» (18+)
ЗВЕЗДА	
06.10 Х/ф «К ЧЕРНОМУ МОРЮ» (16+)	07.35 Х/ф «КОПИЛКА МАШИНЫ БОЕВОЙ» (16+)
08.00 «Новости дня» (16+)	09.15 «Второе мнение» (12+)
09.45 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиним» (12+)	10.35 «НЕ ФАКТ!» (12+)
11.05 «Мужики» (16+)	

СУББОТА, 28 марта	
11.35 «Легенды искусства». Эрнст Неизвестный (12+)	12.00 Д/с «Народный ВПК» (12+)
12.30 «Любовь на линии огня». «Война и мир» на режиссура Мерццова» (16+)	13.00, 19.00 Новости дня (16+)
13.20 Т/с «БИТВА ЗА МОСКВУ» (16+)	17.05, 19.25 Т/с «БИТВА ЗА МОСКВУ» (16+)
19.00 Новости дня (16+)	21.25 Т/с «СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ» (16+)
01.20 Х/ф «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА» (16+)	02.50 Х/ф «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ» (16+)
03.50 Х/ф «К ЧЕРНОМУ МОРЮ» (16+)	05.00 Д/с «Хроника Победы» (16+)
РТР	
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)	06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости» (16+)	09.00 «Минтранс» (16+)
10.00 Самая полезная программа (16+)	11.00, 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
12.30 «Новости» (16+)	15.00 «СОВБЕЗ» (16+)
16.00 «Информационная программа 112» (16+)	16.30 «Новости» (16+)
16.55 «Документальный спецпроект» (16+)	18.00 «Засекреченные списки» (16+)
19.00 «Добровольцы» (16+)	19.30 «Новости» (16+)
19.55 Х/ф «СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА» (16+)	21.45 Х/ф «ПЛЕТЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК» (18+)
23.45 Х/ф «СУДНАЯ НОЧЬ В АРКАДИИ» (18+)	01.30 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
МАТЧ ТВ	
06.00 Смешанные единоборства. А. Пейтер - И. Адесанья. UFC. Трансляция из США (16+)	07.00 Новости
07.05 Все на Матч! Прямая трансляция	09.05 Новости
09.10 М/с «Чемпионы» (6+)	09.30 «Формула-1. Гаснут огни» (12+)
10.00 Биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Маратон. Мужчины. Прямая трансляция из Уваты	13.00 Все на Матч! Прямая трансляция
14.15 Хоккей. Фонбет. Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция	17.00 Все на Матч! Прямая трансляция
18.55 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Кайрат» (Казахстан). Товарищеский матч	

21.00 Смешанные единоборства. Бетсити. Fight Nights	23.00 Все на Матч! Прямая трансляция	01.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. 1/2 финала (6+)	03.00 Смешанные единоборства. И. Адесанья - Дж. Паффер. UFC	ОТР		
ПРОГРАММА 1 КБР		06.00 «Театр для тебя!» (12+)	06.40 «Всегда на страже. Росгвардия» (12+)	07.00 «Разговор по душам с Александром Ярошенко». Поэт Мухтар Табакоев (12+)	07.35 «Здоровый выбор» (12+)	
08.00 «Это надо знать». Советынутрициолога (12+)	08.30 «По тропам истории». Олег Опрышко (12+)	* * *		ПРОГРАММА 1 КБР	17.00 «Поэтическая тетрадь» (12+)	
17.10 День возрождения балкарского народа. «Даты и истории» (12+)	17.25 «Народные ремесла». Декоратор Алексей Цыганов (12+)	17.40 «Казался быничем». Государственный и общественный деятель Махти Кабардинов (12+)	18.00 «Ракурс». Государственный фольклорно-этнографический ансамбль танца «Балкария» (12+)	18.30 К Дню возрождения балкарского народа. «Страницы памяти» (12+)	СКАНАЛ	
05.00 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+)	09.00 «Страна советов» (16+)	09.30 «Стройнадзор» (16+)	10.05 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+)	00.00 «Известия. Главное» (16+)	01.05 «Светская хроника» (16+)	
02.05 Т/с «СВИДЕТЕЛИ» (16+)	04.15 Т/с «ЧЕРНЫЙ ПЕС» (16+)	РОССИЯ К		06.30 Библиейский сюжет	07.05 М/ф «Царевна-лягушка»	
07.50 Х/ф «ОСЕННИЕ УТRENНИКИ» (16+)	10.05 М/ф - граммотеи!»	10.45 Разные судьбы	11.25 Х/ф «СТРАННАЯ ИСТОРИЯ ДОКТОРА ДЖЕКИЛА И МИСТЕРА ХАЙДА» (16+)	13.00 Д/с «Земля людей»	13.30 Черные дыры. Белые пятна	
14.10 «Эрмитаж»	14.40 Д/с «Заповедное»	15.25 Рассказы из русской истории				

16.35 Фильм-балет «Жизель». Запись 1975 года	18.00 Х/ф «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ» (16+)	19.30 Новости культуры	19.50 Х/ф «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ» (16+)	23.00 Агора	23.00 «Женитьба»
00.40 Д/с «Заповедное»	01.20 Д/с «Истатели»	02.05 М/ф «Очень сильная борода». «Обратная сторона лунны»	МТР 24		ПРОГРАММА 1 КБР
ПРОГРАММА 1 КБР		06.00 «Возрождение» (12+)	06.50 «Адыгъбзэм и псалъгъэнахуэ» («Образовательная программа»). С участием доктора филологических наук Бориса Биожоева (каб.яз.) (12+)	07.05 Международный день театра. «Для тех, кто любит театр!» (каб.яз.) (12+)	07.40 Ваха Хамхоев. «Асланы тышоу» («Сон Аслана») (балк.яз.) (12+)
07.55 «Жаши, ехтем Малькары!» («Живи и процветай, мой народ!») (балк.яз.) (12+)	08.35 «Биллаха» («Знайка») (балк.яз.) (12+)	* * *		ПРОГРАММА 1 КБР	17.00 «Республиканская энциклопедия» (16+)
17.15 «Добрый доктор» (12+)	17.45 «Умники и умницы». Республиканская телевизионная гуманитарная олимпиада школьников (12+)	18.20 «Моя Кабардино-Балкария» (12+)	18.30 К Дню возрождения балкарского народа. «Страницы памяти» (12+)	19.05 «По тропам истории». Работник культуры КБР, писатель, историк Олег Опрышко (12+)	19.35 К Дню возрождения балкарского народа. «Усызьям и макъамэ» (каб.яз.) (12+)
19.50 «Таула бла таулаула» («Горы и горы») Герой Социалистического Труда Уэльшак Ульбашева (балк.яз.) (12+)	20.20 «Миллет адам» («Автографы нации»). К 140-летию со дня рождения поэта и просветителя Саида Шахмураева (балк.яз.) (12+)	21.00 «Жыр салам». Музыкальная программа (балк.яз.) (12+)	21.45 «Ыйык». Информационная программа (балк.яз.) (16+)		

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 29 марта

1 КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10 Игрой, гармонь любимая! (12+)
06.55 «Часовой» (12+)
07.25 «Здоровье» (16+)
08.30 «Золотая коллекция «Союзмультфильма» (0+)

РОССИЯ 1

05.25 Х/ф «ЛЮБОВЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО» (16+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома»
09.25 «Утренняя почта»

ТВЦ

05.45 Х/ф «ТАЙНА СТАРОГО ПОРТРЕТА» (16+)
07.15 Х/ф «ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. ЖРЕБИЙ БРОШЕН» (16+)

10.55 Полезная программа (6+)
11.30, 00.00 События
11.45 «Нехмурые люди» (16+)
12.15 Х/ф «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА» (0+)

НТВ

05.00 Х/ф «ЛОВУШКА» (16+)
06.40 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)

ЗВЕЗДА

05.25 Х/ф «ДОБРОВОЛЫЦЫ» (16+)
07.05 Х/ф «АЛЛЕГОР С ОГНЕМ» (16+)
09.00 Новости недели (16+)
09.25 «Служу России» (12+)

14.50 «Скрытые угрозы» (16+)
15.40 Д/с «Секретные материалы» (16+)
16.30 «Загадки века с Сергеем Медведевым»

РЕН

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

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Дж. Джонс - С. Ган. UFC (16+)
07.00, 09.00 Новости
07.05, 13.00, 15.55, 19.30, 23.55 Все на Матч!

02.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. 1/4 финала (6+)
03.55 Новости (0+)
04.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Енисей» (Красноярск) - «Бетсити Парма» (Пермский край) (6+)

ОТР

06.00 ПРОГРАММА 1 КБР
«Народные ремесла». Декоратор Алексей Цыганов (12+)
06.15 «Казался вечным». Государственный и общественный деятель Махти Кабардинов (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «КИД. Клуб интересных дел» (12+)
17.50 «Слепуза за мечтой». Лилия Шаулюхова (12+)
18.30 «Республика: картина недели» (16+)

СКАНАЛ

05.00 Т/с «ЧЕРНЫЙ ПЕС» (16+)
08.10 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-3» (16+)
09.00 «Фирменный рецепт» (12+)

РОССИЯ К

06.30 М/ф «ПЕРЕХОД НА ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ» (16+)
08.20 Тайны старого чердака
08.50 Диалоги о животных
09.30 Д/ф «Основатель. Иван Калита»

20.25 Линия жизни
21.15 Х/ф «КОНЕЦ ПРЕКРАСНОЙ ЭПОХИ» (18+)
22.55 «Говорухину - 90. Вечер в кругу друзей». Прямая трансляция
00.40 Х/ф «ПЕРЕХОД НА ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ» (16+)

МИР 24

06.00 «Умники и умницы». Республиканская телевизионная гуманитарная олимпиада школьников (12+)
06.35 «Добрый доктор» (12+)
07.00 «Цыгуку гъащэ» («Судьба человека»). Паралимпийцы (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 Р. Тома. «8 любящих женщин». Спектакль Русского госдрамтеатра им. М.Горького. Первая часть (12+)
18.00 2026-й - Год единства народов России. «Содружество муз». Перепiska Б. Пастернака и К. Кулиева (12+)

РАДИО КБР

Понедельник, 23 марта
00.00, 05.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.35, 10.25, 16.25 «Фэр папцэ»
02.00, 22.00 «Ди зэуцъэлэпэм»

Вторник, 24 марта
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жэцъыбг нэужьым»

10.50, 13.50 «Лъэпкъ лущыгъэ» (6+)
11.05, 17.35 «Халкъ жырла» (16+)
11.30 «Миллет хазнабыздан» (12+)
12.05, 18.05 «Интервал QТ» (16+)

Четверг, 26 марта
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.30 «Симфония Кавказа»
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.35 «Ди гъэтылыгъэхэр»

08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
09.00, 17.05 «Алтын хазна»
09.20, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)

Пятница, 27 марта
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жэцъыбг нэужьым»

08.35 «Тай Макъамла»
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа»
10.05 «Гъащэм и дамыгъэ» (16+)

Суббота, 28 марта
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жэцъыбг нэужьым»

11.21, 16.21 «Топалчычкы» (6+)
11.30, 16.30 «Акъ таулары жырлары»
12.00, 18.00 «Хоршее настроение» (12+)
12.44, 18.44 «Спорт-лайн» (12+)

Воскресенье, 29 марта
00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.38 «Жэцъыбг нэужьым»

Редакция не несет ответственности за содержание текстов программ ТВ-каналов

График совершения намазов по КБР

Table with 7 columns: Time, Day, Sunrise, Noon, Afternoon, Evening, Night. Rows show prayer times for 23.03, 24.03, 25.03, 26.03, 27.03, 28.03, 29.03.

Образовательные пособия на русском, кабардино-черкесском и английском языках разработаны в том числе с учетом потребностей диаспор. Плакаты, отличающиеся высокой степенью реализма в изображениях, предназначены для широкого круга пользователей - от малышей до взрослых. Для самых маленьких подобраны простые слова и соответствующие им картинки. Для более взрослой аудитории предлагаются расширенный словарный запас. Карточки охватывают весь спектр базовых тем для старта в изучении языка: счет, цвета, анатомию, мир флоры и фауны, эмоциональный спектр, одежду и многое другое. Процесс создания контента осуществляется в специализированной программе. Лариса Дзазежева, подчеркивает, что она филолог, а не дизайнер, делая акцент на лингвистической точности:

- Не считаю себя специалистом кабардино-черкесского языка. Я все-таки преподаватель английского. Но я филолог, ориентируюсь строго по словарям и консультирую у коллег с кафедры кабардино-черкесского языка. Большой русско-кабардино-черкесский словарь, например, содержит и неологизмы.



Опираясь на свой опыт и знания, она видела, как хорошо развита методика преподавания английского: обилие интерактивных ресурсов, красочных пособий и игровых форматов. Учителям родных языков приходилось работать с ограниченным набором материалов. Этот контраст и желание привнести лучшее из мира иностранного

НОВЫЕ ПОДХОДЫ ДЛЯ НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

В современном мире, где сохранение культурного наследия и языка играет ключевую роль, инициативы по созданию образовательных материалов приобретают особую ценность. Кандидат филологических наук, доцент, заведующая кафедрой английского языка КБГУ Лариса ДЗАЕЗЖЕВА вот уже пять лет вводит блог Easy Aduygebe, в котором делится интересными материалами для изучения кабардино-черкесского языка.

его увлекательным и актуальным для современного ребенка. Детям нужны качественная визуализация и эстетика. Чтобы не было диссонанса - на уроках английского языка все красиво, а на уроке родного нет. Иллюстративные плакаты, яркие открытки, красивые заставки на телефон - все это создает привлекательную среду для изучения. Использование платформ вроде Wordwall в период пандемии было необходимо, это позволяло создавать интерактивные упражнения, чтобы сделать обучение динамичным и вовлекающим. Из интереса выложила красиво оформленные поздравительные открытки на родном языке. Они распарили мою страницу

в Телеграме, хотя все изначально начиналось с учебных материалов. Теперь открытки и заставки на телефон тоже рассматриваю как способ популяризации языка среди молодежи. Студенты часто показывают, что у них на заставке мои открытки и календарь. Если названия месяцев выучат, уже хорошо.

- Изначально проект не задумывался как коммерческий. Это было скорее вспомогательное пособие, которым могут воспользоваться те, кто работает в этой сфере. Все материалы выкладываются в полноценном PDF-документе для качественной печати, что делает их доступными для широкой аудитории. Может, когда-нибудь приду к тому, чтобы собрать все воедино и издать книгу. Это должна быть командная работа с преподавателями родного языка, редакторами, художниками-иллюстраторами, тогда получится качественный продукт.

Ляна БАТЫРОВА.

Фото из личного архива

НА ЭЛЬБРУСЕ ПЛАНИРУЕТСЯ ВВЕСТИ ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ СБОР ЗА ПОСЕЩЕНИЕ

Инициатива возникла из-за увеличения числа туристов и ухудшения экологии Эльбруса. По данным национального парка и региональных властей, ежегодно около десяти тысяч человек пытаются подняться на вершину, тогда как экологи считают допустимым не более трех тысяч восхождений за сезон. Во время субботника волонтеры и альпинисты собрали 14 тонн мусора на четырехкилометровой высоте, отходы вывозили грузовиками. В Кабардино-Балкарии также отмечают, что на высотах выше четырех тысяч метров проблема мусора усугубляется выхлопными газами от ратраков и снегоходов. Их уже более сотни, они разрушают почву и ускоряют таяние снега.

Институт развития «Кавказ.РФ» совместно с национальным парком «Приэльбрусье» работает над созданием системы Permit - платного разрешения для посещения природных объектов и восхождений. На встрече с туроператорами в рамках выставки МИТТ заместитель гендиректора «Кавказ.РФ» Рустам ТАГАЕВ отметил, что это не препятствие для путешественников, а попытка найти баланс между массовым туризмом и защитой экосистемы. По его словам, Эльбрус уже принимает больше посетителей, чем может выдержать, что негативно сказывается на природе. Инициаторы проекта предполагают, что собранные средства будут направлены на уборку территории, обслуживание и ремонт горных троп, установку контейнеров и систем для раздельного сбора мусора, а также на обеспечение мобильной связи и безопасности на маршрутах.

Сейчас базовый сбор за посещение территории национального парка для альпинистов составляет около 200 рублей. Однако эти деньги не покрывают расходы на вывоз мусора и содержание инфраструктуры. Субботники на вершине в основном организуются волонтерами.

В экспертном сообществе обсуждается возможная стоимость пермита, которая может достигать 30 тысяч рублей за восхождение. Это изменение должно сократить количество подъемов с нынешних десяти тысяч примерно до трех тысяч человек в сезон. Одновременно это создаст стабильный источник финансирования природоохранных мероприятий.

Окончательная стоимость и льготы для местных жителей, гидов и спортивных экспедиций пока не установлены. Участни-

ки туристического рынка опасаются, что слишком высокий тариф может вытеснить часть легальных альпинистов в неформальный сектор.

Запуск системы Permit связывается с масштабным инфраструктурным проектом на горной вершине. Система планируется к полноценному функционированию после реставрации исторической гостиницы «Приют 11», открытие которой намечено на 2028 год. Этот объект рассматривается как ключевой пункт для регистрации альпинистов и проверки пермитов. Первоначально в некоторых сообщениях упоминалось о введении экологического сбора примерно в 2027 году, однако официальные комментарии указывают на привязку к завершению работ по восстановлению «Приюта 11» и запуск системы в 2028 году. Система Permit основывается на модели, применяемой в национальных парках Тибета и других горных районах, где законодательство об охране горных территорий требует компенсации воздействия туризма на природу. Например, за восхождение на Эверест взимается плата в размере десяти тысяч долларов.

Экосбор не коснется тех, кто ограничится лишь катанием на курорте и не поднимется выше верхней станции канатной дороги, расположенной на высоте около 3850 метров. На этапе разработки будут учитываться мнение гидов, местных предпринимателей и экологов, чтобы Permit стал инструментом для регулирования туристического потока и сохранения Эльбруса, а не причиной резкого оттока туристов в соседние регионы.

Ангела ГУМОВА

В Херсонской области специалисты из Кабардино-Балкарии помогают строить водопровод для 1,5 тысячи жителей

В селе Новософиевка Голопристанского округа продолжаются работы по возведению водопроводной системы. Проект реализуется при поддержке КБР и является частью Специальной инфраструктурной инициативы.

На текущий момент специалисты завершили укладку основной магистрали, протяженность которой составляет около 3,5 километра труб. Также были установлены колодцы и проведена подготовка системы к проверке. Общая длина новой сети превысит четыре километра.

После завершения проекта централизованное водоснабжение получат более 1,5 тысячи жителей села. На следующем этапе планируется подключение важных социальных объектов, таких как детский сад, церковь и фельдшерско-акушерский пункт.

Арнелла КУДАЕВА

ОТ УРОКА К СЦЕНЕ

В Доме молодежи КБР стартовал внеочередной театральный форум. Его центральной темой стала одна из наиболее острых и значимых проблем современной культуры и образовательной сферы страны - «Школьные театры в системе культурной и молодежной политики Российской Федерации: приоритеты и механизмы реализации».

Инициатором мероприятия выступил Союз театральных деятелей России. Ожидается, что форум станет определяющим шагом в формировании долгосрочной стратегии развития театрального искусства в РФ, рассчитанной до 2035 года. Организаторы подчеркивают символичность проведения форума в Нальчике именно в Год единства народов России. Это решение призвано акцентировать внимание на фундаментальной роли театра в налаживании межкультурного диалога и формировании ценностей у молодежи.

На форум съехались более 150 участников со всей России, включая представителей образовательной сферы и видных деятелей культуры. В своем видеообращении председатель Союза театральных деятелей Рос-

сии Владимир МАШКОВ подчеркнул: «Одними из важнейших направлений современной культуры являются школьные театры, играющие ключевую роль в воспитании подрастающего поколения, являются те, где именно театр может заложить в детей основы чувства прекрасного, уважения к культуре, истории и традициям нашей страны. Мы случайно выделили тему школьного театрального движения в отдельное направление работы на театральных форумах. Она неоднократно обсуждалась, и сегодня нам важно детально разработать ее с профессионалами, обобщить опыт и выработать новый подход».

На протяжении трех дней участники форума будут активно работать над ключевыми вызовами. Им предстоит определить место школьного театра в развитии личности, усовершенствовать методическую базу и наладить эффективное взаимодействие между всеми участниками образовательной системы. Итогом станет формирование единого видения и устойчивой стратегии для школьных театров, а их предложения войдут в основу Концепции развития театров до 2035 года.

Форум проходит в рамках проекта «Театр России. От наследия к инновациям» при поддержке Минкультуры России и Президентского фонда культурных инициатив.

Ляна БАТЫРОВА



ЭТО ЕСТЕСТВЕННО

Вокруг столько женщин, которые пытаются продлить молодость любыми путями. Вижу их в магазинах, в парках и в салонах красоты. Кто-то записывается на фитнес-занятия, читает книги о здоровом образе жизни, старается правильно питаться - это я понимаю и даже поддерживаю. Но есть и другие, которые готовы на все ради сохранения молодости: делают уколы, дорогостоящие процедуры, о которых толком ничего не знают. Это вызывает у меня смешанные чувства.

Считаю процесс старения естественным. Мы проживаем жизнь, и на нашем лице остаются следы наших эмоций, переживаний и радости. Морщинки - это не просто признаки возраста, а свидетельства прожитых лет. Убеждена, что состариться - это привлекательно.

Иногда задумываюсь, почему так много женщин, готовых тратить время и деньги на процедуры, которые, по сути, не могут вернуть их в молодость. Возможно, это связано со страхом перед старостью, перед изменениями, которые происходят с телом и лицом. Но я считаю, что этот страх не должен управлять нашей жизнью.

Помню, одна моя подруга рассказывала о том, как важно для нее быть естественной и принимать свой возраст. Она начала заниматься тем, что приносит ей радость, и стала больше времени уделять общению с близкими. Я восхищаюсь ее подходом. Жизнь дана не для бесконечных попыток удержать его течение, а чтобы свободно плыть по его волнам.

Я не против того, чтобы заботиться о своем здоровье, вести активный образ жизни и следить за питанием. Но не хочу жить в постоянном страхе перед старением, не хочу тратить все силы и средства на попытки остановить время. Хочу наслаждаться каждым днем независимо от того, сколько мне лет.

Верю, что важно сохранять свою индивидуальность и естественность в любом возрасте. Надеюсь, что мое отношение к старению поможет другим женщинам принять себя такими, какие они есть, и не бояться возраста. Потому что, в конце концов, старость - это не конец, а новый этап жизни, который мы заслужили.

Тома Н.

Путешественницы

Мы с подругой любим совместные путешествия. Они всегда приносят нам новые впечатления и эмоции. Я тщательно планирую наши поездки: выбираю отели, узнаю о достопримечательностях и интересных местах.

Но порой меня очень бесит ее апатичность. Ей вроде бы и хочется на море, но как-то пассивно себя ведет. Соглашается на предложенные варианты или отказывается от них, не проявляя особого интереса.

Мне же всегда нужно знать все заранее. Изучаю все отзывы об отеле в интернете, чтобы быть готовой ко всему. Про страну, куда мы едем, читаю все, что найду. Мне самой это интересно.

А подруга даже не пытается погулять хоть немного информации о месте, куда мы собираемся. Просто полагается на меня, и мне кажется, что это немного неправильно. Ведь путешествия - это не только комфорт и удобство, но и возможность узнать что-то новое, погрузиться в другую культуру.

Конечно, в чем-то ее подход удобен. Не нужно тратить время на поиски информации, все нюансы выясняются заранее. Но мне не хватает ее энтузиазма и интереса.

Понимаю, что у каждого свои предпочтения и интересы. Но мне кажется, что путешествия - отличный способ расширить горизонты и узнать что-то новое о себе и о мире. Было бы здорово, если бы моя подруга разделяла этот энтузиазм.

Лица

Кто смотрит в окна?

Несколько лет я снимаю квартиру, и все это время с жильцами из соседних квартир жила довольно изолированно. Мой ребенок маленький, забот много, поэтому старалась сосредоточиться на том, что происходит в моем доме.

Был у нас по соседству один человек, который постоянно ридирался. То ему казалось, что мой ребенок выбросил бумажки из окна, то я не участвовала в субботнике во дворе. Я объясняла, что отвечаю только за свою квартиру и что, конечно, уберу, если мой ребенок намусорил. Но он не понимал и продолжал цепляться. Мы даже перестали здороваться с ним.

Отношения были напряженными, но я старалась не обращать на это внимания. Но недавно произошла бытовая авария в квартире. Я не знала, что делать, знакомых сантехников нет, а специалисты с авито отказывались помогать по какому-то соображению, которые сейчас и не вспомню. Пришлось обратиться за помощью к этому соседу. Точнее, за меня попросила соседка.

Он ворчал, но пришел и помог чем мог. Я была очень благодарна, после этого мы словно «зарыли» топор войны и опять начали здороваться.

Недавно он остановил меня и сказал, что я всегда могу рассчитывать на его помощь, видит, как мне тяжело одной с ребенком. Я отказалась, но его слова показались мне странными. Как-то очень резко неприязнь перешла в предложение о помощи. Верно говорят, если хочешь кого-то расположить к себе, попроси у него помощи.

Еще сказал, что иногда по ночам, когда его беспокоит спина и он не может уснуть, замечает свет в моем окне и беспокоится за меня.

Я сказала, что просто забываю выключать свет на кухне, что все в порядке и помощь мне не нужна. Но после этого разговора стала плотно закрывать жалюзи. Раньше я была против занавесок, считала их пылесборником, но теперь поняла, что иногда нужно заботиться не только о чистоте, но и о личном пространстве и комфорте. Поэтому заказала плотные шторы на все окна.

Теперь чувствую себя спокойнее, зная, что меня не видно из окна. Раньше мне и в голову не приходило, что кто-то может смотреть в мои окна, но после того разговора чувствую себя неуютно.

Инара

У КАЖДОГО СВОЙ СТРАХ

Я часто задумываюсь о старости и боюсь ее. Этот страх преследует меня, словно тень, и порой кажется, что становится все более реальным с каждым прожитым днем.

Боюсь представить себя одной из тех бабушек, которые просят помощи у прохожих, потому что больше не могут справиться с жизненными трудностями самостоятельно. Мысль о том, что я окажусь в такой ситуации, вызывает острое чувство беспомощности и отчаяния.

Страшно представить, что не будет хватать средств даже на самое необходимое - на молоко и хлеб. Боюсь потерять финансовую стабильность и независи-

мость, которые так важны для меня сейчас.

Но больше всего боюсь одиночества. Мысль о том, что дети могут отвернуться от меня, что муж уйдет раньше меня, причиняет боль. Боюсь, что стану ненужной своим близким, что мои заботы и переживания перестанут быть для них важными.

А еще боюсь, что после моей смерти никто не вспомнит обо мне. Что мои мысли, чувства, моя жизнь не будут иметь значения для других людей. Это пугает больше всего.

Иногда пытаюсь представить себе, как справлюсь с этими страхами, как под-

готовлюсь к старости, чтобы не стать обузой для окружающих и сохранить свою независимость. Но пока эти мысли не приносят мне облегчения.

Возможно, мне стоит больше времени уделять общению с близкими, заботиться о своем здоровье и финансовом благополучии. Может быть, тогда страх отступит и я смогу смотреть в будущее с надеждой, а не с тревогой. Но пока страх остается со мной, и я не знаю, как с ним справиться.

Мама говорит, что у меня фобия и следует обратиться за помощью к психологу, но я сомневаюсь, стоит ли.

Зулида

Слова или дела?

Всегда думала, что мой отец не может говорить добрые слова, что проявляет любовь только через дела. Он всегда был для меня примером надежности и заботы, но в плане теплых слов и комплиментов не замечала в нем особой склонности к сантиментам. Самая высокая оценка для меня - «сойдет/пойдет/нормально».

Папа всегда говорил по делу, и я считала это нормой. Мы были близки, но проявления нежности были для него не

характерны. Не помню, чтобы он когда-то называл меня ласковыми словами или говорил что-то приятное просто так, без повода.

Но, выйдя на пенсию, папа купил себе собаку. И тут я узнала, что он знает такие слова, как «красавица моя», «золото мое», «самая умная», «самая хорошая», «любимая» и так далее. Когда собака подходит к нему, фонтан добрых слов не останавливается. Это так мило и в то же время немного обидно.

Стоя рядом, наблюдаю за этой картиной и думаю: почему же он никогда не говорил мне таких слов? Наверное, в его понимании забота и любовь должны выражаться через дела, а не словами.

Мне уже 32, и до сих пор никто не говорил мне подобных слов просто так. Понимаю, что у каждого свой способ проявления чувств, но все же иногда так хочется услышать что-то приятное и ласковое.

Малика

Если цветы, то в горшках

Не люблю цветы. Вернее, не люблю букеты. Наверное, звучит странно, ведь цветы - символ внимания и заботы. Но для меня они ассоциируются с мимолетностью и грустью. Словно мне подарили живое существо - милое, красивое, я за ним ухаживаю, но все равно оно через пару дней умрет. Сколько ни старайся, все равно не сохранишь эту хрупкую красоту.

Все мои близкие знают об этом и стараются учитывать мои предпочтения. От малоизвестных людей принимаю букеты с благодарностью, но потом передариваю их тем, кому они действительно нравятся. Но как же меня бесит родственники, которые дарят мне цветы со словами: «Мы знаем, что ты не любишь, но...»

Помню, как каждый праздник я получала букет, который через несколько дней вял, и это вызывало у меня смешанные чувства. Казалось бы, цветы - такой простой и понятный жест, но для меня он был лишен теплоты и искренности, которые так ценю.

И вот, наконец, на это 8 Марта все подарили мне цветы в горшках. Это стало для меня настоящим открытием. Оказывается, цветы могут быть не только символом мимолетности, но и символом жизни, заботы о чем-то настоящем, что может расти и радовать своим присутствием.

Теперь у меня на подоконнике целая коллекция таких растений. Они требуют ухода и внимания, но я чувствую, что это более искренне и значимо для меня, чем букеты. Благодарна всем, кто это понял и нашел для меня такой замечательный подарок.

Лариса

Забора

Мы с мужем живем по принципам патриархальности, и это приносит мне большое удовольствие. Чувствую себя защищенной и любимой, когда муж берет на себя все заботы и решения.

Решает все вопросы - от бытовых до финансовых. Я даже не всегда знаю, сколько денег у нас, но уверена, что все под контролем. Он оплачивает все счета, планирует бюджет и обеспечивает нашу семью всем необходимым. Это так здорово - не думать о проблемах и не переживать о завтрашнем дне.

Конечно, я могу выразить свое мнение и предложить варианты решений, но предпочитаю быть ведомой и позволять ему заботиться обо мне. Помню, как долго жила в напряжении и как боялась трудных ситуаций. Теперь же могу расслабиться и наслаждаться жизнью.

Чувствовать заботу важно для меня и ценно. Благодарна судьбе за то, что мы встретились. Чувствую, что нашла опору и защиту в лице мужа. Вместе мы создаем крепкий и гармоничный союз, где я могу быть просто счастливой женщиной, которую любят и о которой заботятся.

Это не просто патриархальный уклад жизни, это наша философия, которая делает нас ближе и счастливее. Уверена, что мы сделали правильный выбор, я благодарна за каждую минуту, проведенную вместе.

Элина

Свои письма вы можете присылать по адресу:

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

НОВАЯ СИСТЕМА МЕДИЦИНСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СПОРТА

ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

История спортивной медицины в России началась в 1923-1924 годах, когда физическое воспитание получило государственную поддержку. В Нальчике века началась в 1947 году, когда открылась первая кафедра врачебного контроля (позже лечебной физкультуры и врачебного контроля). В первые годы штат врачебно-физкультурного кабинета состоял из трех человек. Его заведующей стала Галина МАРЕВИЧЕВА, дочь одного из основателей физической культуры в нашей республике. Под руководством ее отца - Алексея МАРЕВИЧЕВА в 30-е годы был совершен знаменитый переход на байдарках Урвань - Москва через Каспийское море. Врачебно-физкультурный кабинет располагался в маленьком домике из двух комнат на старом стадионе. Начиная с 50-х годов спорт в республике развивался быстрыми темпами и приобрел массовый характер, соответственно росла и нагрузка медиков. Спортсмены из Кабардино-Балкарии добились успехов в альпинизме, футболе, регби, баскетболе, волейболе, легкой атлетике и велоспорте. Когда на нальчикском стадионе «Спартак» была построена новая резино-битумная беговая дорожка, аналогов которой в то время не было во всем Советском Союзе, здесь стали проводиться всевозможные и международные соревнования по легкой атлетике. Помимо этого, сборная СССР по легкой атлетике проводила сборы также на «Спартаке». Тренеры сборной страны предпочитали услуги работников врачебно-физкультурного диспансера города Нальчика, настолько они были квалифицированными. Спортивные врачи работали самоотверженно. Тому, как они успевали обслуживать такое количество людей, остается лишь удивляться. Врачи врачебно-физкультурного диспансера постоянно повышали свой профессиональный уровень на центральных базах страны - в Центральном институте усовершенствования врачей города Москвы, в Институте усовершенствования врачей города Ленинграда, на кафедре врачебного контроля и лечебной физкультуры Стоматологического института города Москвы, посещали съезды врачей.

Сегодня диспансер - современный многопрофильный консультативно-диагностический центр. Здесь оказывают первичную, врачебную и специализированную медико-санитарную помощь в



амбулаторных условиях. Прием ведется по девятнадцати врачебным специальностям. Это принципиально новая система медицинского обеспечения спорта, позволяющая не просто лечить, но и предотвращать заболевания.

ПРОЕКТЫ И ПРОГРАММЫ

Учреждение реализует принципы профилактической медицины, организует постоянное активное наблюдение за тремя ключевыми группами - действующими спортсменами, спортивным резервом (юными талантами) и ветеранами спорта.

В 2025 году работниками диспансера было обеспечено медицинское сопровождение 129 спортивных мероприятий российского, регионального и городского масштабов. Главная задача - не просто констатировать факт здоровья, но и активно помогать в планировании и коррекции тренировочного процесса, своевременно выявляя нарушения, вызванные неадекватными нагрузками.

ПАЦИЕНТЫ, УСЛУГИ И ВЫСОКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Кто здесь лечится? Хотя приоритетом является сопровождение спорта, с 2014 года в диспансере введены платные услуги по всем направлениям. Здесь могут получить помощь все желающие, ценящие безопасность и качество жизни.

ОСНАЩЕНИЕ И ОТДЕЛЕНИЯ

Диспансер гордится своей технической базой. Вот лишь несколько примеров того, что доступно пациентам. Функциональная диагностика: 12-канальный электрокардиограф Shiller нового поколения, суточные мониторы ЭКГ и АД. Офтальмология: рефрактометр HRK-7000 и

В сердце Нальчика, на проспекте Шогенцукова, расположено учреждение, не имеющее аналогов в республике. Это государственное бюджетное учреждение «Республиканский врачебно-физкультурный диспансер» Минздрава КБР. О том, как здесь берегут здоровье спортсменов и всех жителей региона, рассказывает заместитель главного врача РВФД, главный внештатный специалист Минздрава Кабардино-Балкарии по спортивной медицине Жанна АЗИКОВА.

диагностические линзы ведущих производителей. УЗИ-диагностика: аппараты люксовой серии Logiq F6, позволяющие максимально точно выявлять патологии. Лаборатория: современное оборудование MicroCC и StatFax. Восстановление и реабилитация: кабинет ударно-волновой терапии (аппарат BTL), зал ЛФК с немецким тренажером Artromot для пассивной разработки суставов, лечебный бассейн, гидромассажная ванна, душ Шарко; новый тренажерный зал с кардио- и силовыми комплексами. Стоматология: установка Chiromega, радиовизиограф Gendex-700 и инновационный 3D-рентген Focus. Особое внимание - лазерному аппарату Picasso, который решает проблемы слизистой оболочки без боли и реабилитации, а также PRP-терапии (омоложение плазмой).

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ

Почему это важно сейчас и куда движется учреждение. В условиях современного спорта, где нагрузки на организм достигают предельных значений, роль врачебно-физкультурного диспансера переоценить невозможно. Специалисты диспансера создали базу для совместной работы врача и тренера. Динамическое обследование больших групп спортсменов позволяет получать неопределимые данные для развития спорта в республике.

Республиканский врачебно-физкультурный диспансер Минздрава КБР - учреждение, не имеющее аналогов в республике, занимает ключевую позицию в системе здравоохранения и спорта региона.

Учреждение реализует принципиально новую систему медицинского обеспечения физической культуры и спорта, которая базируется на основах профилактической медицины. Это означает переход от простого лечения травм к их предупреждению.

ОСОБЫЕ СЛУЧАИ:

ВОЗВРАЩЕНИЕ В СТРОЙ

Хотя фамилии пациентов часто остаются за кадром, статистика говорит сама за себя. Благодаря комплексному подходу - от диагностики до реабилитации в бассейне и зале ЛФК диспансер ежегодно возвращает в строй десятки спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата. Случай из практики. Спортсмен-единородец после сложной травмы колена прошел комплексную реабилитацию: сочетание ЛФК, физиотерапии и мануальных техник позволило не только восстановить функцию сустава, но и вернуться через четыре месяца к тренировкам на профессиональном уровне.

КОЛЛЕКТИВ: ОПЫТ И ПРОФЕССИОНАЛИЗМ

Команда диспансера - это 28 специалистов разных профилей: спортивные врачи, неврологи, физиотерапевты, рефлексотерапевты, врачи ЛФК, стоматологи, функциональные диагносты. Это высокопрофильные сертифицированные специалисты, периодически проходящие курсы повышения квалификации. В работе используются единые стандарты качества лечения и строгий контроль сервиса.

ИМЕНА

Эрнест ЦОЙ, рефлексотерапевт, заслужил благодарность за эффективные методики лечения болевых синдромов без избыточной медикаментозной нагрузки. Эвелина ЕРШОВА, спортивный врач высшей категории, особо отмечается за работу с юными спортсменами и организацию профилактических осмотров перед соревнованиями. Нина ЖАМБЕКОВА, спортивный врач высшей категории, заведующая отделением, на протяжении многих лет делит со спортсменами радость побед и огорчения после поражений. Михаил ДЗГОЕВ, врач лечебной физкультуры высшей категории, совмещающий свою основную должность с должностью мануального терапевта. С 2014 года учреждение возглавляет главный врач Ирина КОКОВА.

В коллективе гармонично сочетаются опыт ветеранов спортивной медицины КБР и энергия молодых специалистов, проходящих подготовку на базе ведущих медицинских вузов России. Диспансер активно участвует в программах наставничества и повышения квалификации.

Ольга КАЛАШНИКОВА.

Фото Тамары Ардаевой

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ УТВЕРЖДЕНЫ

В конференц-зале Министерства спорта КБР прошло заседание коллегии под председательством министра Ислама ХАСАНОВА. На встрече были обсуждены результаты работы отрасли за предыдущий год и утверждены основные цели на этот год.

В заседании приняли участие члены коллегии, среди приглашенных были заместитель Председателя Парламента Кабардино-Балкарской Республики Мурат КАРДАНОВ, представители местных администраций муниципальных образований КБР, руководители подразделений по физической культуре и спорту муниципальных образований республики, старшие тренеры по видам спорта государственного казенного учреждения «ЦСЦП КБР», руководители государственных и муниципальных спортивных учреждений.

С докладом выступил заместитель министра спорта КБР Заур ХЕЖЕВ. По его словам, в прошлом году доля граждан респу-

блики в возрасте от трех до 79 лет, занимающихся физической культурой и спортом регулярно, достигла 62,2 процента. Этот показатель превысил плановое значение профильной программы (60 процентов) на 2,2 процента.

Уровень обеспеченности населения спортивными объектами, учитывая одновременную пропускную способность, составил 64,8 процента, что больше на восемь целевых показателей прошлого года.

На данном этапе в республике действует 48 спортивных школ, где под руководством тренеров занимаются 28 650 человек. Из них почти 27 тысяч - дети и молодые люди до 18 лет.

Особое внимание уделяется

развитию адаптивного спорта. В республике продолжает работу Спорттивно-адаптивная школа, которая является единственным специализированным учреждением в регионе. Школа занимается тремя направлениями - спорт для глухих, слепых и людей с поражением опорно-двигательного аппарата. В 2025 году в рамках госпрограммы «Доступная среда» школе было выделено почти 1,5 миллиона рублей на покупку инвентаря.

В отчетном периоде было организовано 17 спортивно-массовых мероприятий под лозунгом «Спорт против террора». В них приняли участие более двух тысяч человек. Знаки отличия комплекса ГТО получили 3560 человек.

По словам Заура Хежева, успешные спортсмены стали предметом особой гордости для республики. В прошлом году они активно участвовали в более чем 440 соревнованиях всероссийского и международного уровней. 182 спортсмена стали победителями и призерами чемпионатов и первенств России.

Среди значимых достижений - золотая медаль Мадины САТУШЕВОЙ на Сурдлимпийских играх в Токио, победа Миланы БЕКУЛОВОЙ на первенстве мира по тхэквондо, первое место Идара БАГОВА на чемпионате Европы и т.д.

На сегодняшний день в республике функционирует 1 744 спортивных объекта. В 2025 году на государственную программу развития спорта было выделено 196,8 миллиона рублей, все средства освоены в полном объеме. Среди реализованных проектов - открытие малых спортивных пло-

щадок ГТО в Зюковом и Хабазе, установка «умной» спортивной площадки в Хушто-Сырте, возведение модульного спортзала в Хасанье и капитальный ремонт спорткомплекса «Нальчик».

Также З. Хежев добавил, что в этом году планируется строительство трех площадок ГТО в Тамбовском, Анзорее и Майском. Будут оборудованы пять «умных» площадок, проведён капитальный ремонт детского стадиона и возведены спортзалы в селах Безенги и Зараги.

По результатам обсуждений коллегия утвердила основные направления работы. В этом году ключевые задачи министерства - продолжение обновления материально-технической базы, усиление подготовки спортивного резерва и увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой.

Анжела ГУМОВА

• КОЛЛЕГИЯ

Роль откровенных разговоров

Откровенные разговоры между родителями и детьми выполняют несколько ключевых функций.

Укрепление эмоциональной связи. Регулярные беседы помогают родителям и детям лучше понимать друг друга. Дети видят, что их мнение важно, и это способствует созданию глубокой эмоциональной связи.

Решение проблем. Открытое общение позволяет выявлять и решать проблемы на ранних стадиях. Дети могут делиться своими переживаниями и трудностями, а родители предлагать поддержку и находить решения.

Формирование позитивного отношения к миру. Когда ребенок чувствует поддержку и понимание, у него формируется позитивное отношение к окружающему миру. Он учится доверять и верить в свои силы.

Развитие социальных навыков. Умение открыто выражать свои мысли и чувства, а также слушать других - важные социальные навыки, которые формируются в процессе доверительных отношений.

Как разговаривать с детьми:**баланс между взрослым и ребенком**

При общении с детьми важно найти баланс между позицией взрослого и стремлением понять их точку зрения. Это означает, что родители должны учитывать возраст и жизненный опыт ребенка, но при этом проявлять уважение к его мнению и чувствам.

Проявляйте уважение. Слушайте ребенка внимательно, задавайте вопросы и интересуйтесь его мыслями. Это поможет ребенку почувствовать, что его мнение важно и его уважают.

Будьте мудрее. Родители обладают большим жизненным опытом и могут давать советы, которые помогут ребенку принимать правильные решения. Однако важно не навязывать свою точку зрения, а предлагать ее как вариант для обсуждения.

Поддерживайте и направляйте. Ваша задача - поддерживать ребенка, помогать ему справляться с трудностями и направлять в сложных ситуациях. Это создает ощущение безопасности и уверенности.

Реакция на желание ребенка поговорить перед сном

Когда ребенок просит поговорить перед сном, это может быть сигналом, что у него на уме что-то важное. В такие моменты важно проявить внимание и готовность выслушать. Не следует откладывать разговор на потом или переводить на другую тему, так как это может вызвать у ребенка чувство недоверия.

Создайте спокойную атмосферу. Убедитесь, что ребен-

ВАЖНОСТЬ ОТКРОВЕННЫХ РАЗГОВОРОВ



Доверительные отношения между родителями и детьми - фундамент, на котором строится эмоциональная и психологическая устойчивость ребенка. В условиях современного мира, где стресс и информационный шум стали повседневностью, открытое и честное общение становится жизненно важным. Такие отношения помогают детям чувствовать себя защищенными, уверенными в себе и готовыми к вызовам будущего. Мы подробно рассмотрим, почему откровенные разговоры так важны, как правильно выстраивать общение с детьми и как доверие к родителям влияет на их дальнейшую жизнь.

нок чувствует себя комфортно. Это может быть уютный уголок, где он сможет расслабиться, или просто спокойное время перед сном.

Задавайте открытые вопросы. Вопросы, которые не предполагают односложных ответов, помогут ребенку раскрыть свои мысли. Например, вместо «Что случилось?» можно спросить: «Как ты себя чувствуешь?» или «Что тебя беспокоит?»

Будьте терпеливы. Дайте ребенку время высказаться. Не торопите его и не перебивайте. Это поможет ему почувствовать, что его мысли важны и его готовы выслушать.

Как выстраивать отношения, чтобы ребенок мог честно рассказать родителям обо всем

Чтобы ребенок мог честно рассказывать родителям о своих мыслях, чувствах и проблемах, необходимо создать атмосферу доверия и безопасности. Это требует усилий и времени, но результат стоит того.

Проявляйте интерес. Интересуйтесь жизнью ребенка, его увлечениями, друзьями, успехами и трудностями. Это покажет, что вам действительно важно, что происходит в его жизни.

Слушайте внимательно. Не перебивайте ребенка, когда он говорит. Внимательно слушайте его мысли и чувства, даже если они кажутся вам незначительными.

Выражайте поддержку. Показывайте, что вы всегда готовы поддержать ребенка. Это может быть как словесная поддержка, так и конкретные действия.

Избегайте критики. Не критикуйте ребенка за его мысли, чувства или действия. Это может вызвать у него чувство вины и недоверия. Лучше помогите ему разобраться в ситуации и найти решение.

Будьте примером. Дети часто копируют поведение родителей. Поэтому важно быть честными, открытыми и доброжелательными в общении с ними.

Влияние доверия к родителям на дальнейшую жизнь ребенка

Доверие к родителям играет ключевую роль в формировании личности ребенка и его отношения к миру. Дети, которые чувствуют поддержку и понимание, чаще всего становятся уверенными в себе, открытыми и готовыми к сотрудничеству.

Социальные навыки. Дети, выросшие в атмосфере доверия, лучше справляются с конфликтами, легче находят общий язык с другими людьми и строят здоровые отношения.

Успеваемость в школе. Уверенные в себе дети чаще проявляют инициативу, задают вопросы и стремятся к знаниям. Это положительно сказывается на их успеваемости.

Карьерные успехи. В будущем такие дети легче адаптируются к новым условиям, находят работу и строят успешную карьеру.

Личная жизнь. Доверительные отношения с родителями помогают строить здоровые и гармоничные отношения с партнерами.

Заключение

Доверительные отношения между родителями и детьми - основа гармоничного развития личности ребенка. Откровенные разговоры, уважение к его мнению и готовность поддержать в любой ситуации создают крепкую эмоциональную связь и формируют у ребенка уверенность в себе и мире. Важно помнить, что такие отношения требуют усилий и времени, но это стоит того. Доверие к родителям не только залог психологического благополучия ребенка, но и основа его успешной и счастливой жизни.

Подготовила **Мадина БЕКОВА**,
Фотоколлаж
Тамары Ардавовай



В историко-краеведческом музее города Прохладного состоялась встреча гостей из Санкт-Петербурга - искусствоведа Риммы КИРИЛЛОВОЙ и художника Татьяны МОИСЕЕВОЙ-КЕРН, которые представили лекцию для учащихся Детской школы искусств и всех ценителей прекрасного в городе на тему «Сюрреализм и другие направления в искусстве».

Лекция превратилась в захватывающее путешествие от классических канонов к самым смелым экспериментам сюрреализма. Р. Кириллова, обладая тонким петербургским стилем подачи материала, помогла юным слушателям не просто «посмотреть» на картины, но и научиться их читать.

- Сюрреализм - это не просто странные картинки. Это попытка найти истину там, где логика бессильна, - подчеркнула лектор в ходе дискуссии. Т. Моисеева-Керн, являясь преподавателем живописи и скульптуры, рассказала, как в творчестве ребенка необходимо сохранять непосредственность видения его мира. Ведь именно в раннем возрасте и рождается тот самый сюрреализм.

После завершения основной части художник ответила на многочисленные вопросы гостей.

Римма Кириллова погрузила слушателей в историю: они узнали, почему сюрреализм зародился сто

СЮРРЕАЛИЗМ В ПРОХЛАДНОМ

лет назад, в эпоху мировых потрясений. Когда логика «взрослого мира» завела человечество в тупик, художники (Андре БРЕТОН, Макс ЭРНСТ, Сальвадор ДАЛИ) нашли спасение в подсознании и снах. Лектор подчеркнула: сегодня, когда мир снова кажется зыбким и полным хаоса, сюрреализм становится не просто стилем, но и психологической опорой.

Аудитория познакомилась с работами мастеров, которые вдохнули новую жизнь в идеи классиков: Анвар БАХТЕЕВ (Узбекистан) - мастер «солнечного сюрреализма», философские картины-притчи, наполненные теплом земли и мудростью предков. Александра МАКАРОВА-СЧАСТЛИВАЯ (Санкт-Петербург) - создательница камерного, театрального мира, где петербургские улочки и сказочные персонажи сплетаются в уютное зазеркалье. Мария КРИВЦОВА - искусница метаморфоз, выраженных в глине. Ее керамические формы в виде ассиметричных сосудов, вместилищ наших фантазий, сливающихся фантазией автора.

Художник, керамист и мозаичист Татьяна Моисеева-Керн поделилась секретами своего мастерства. На примере своих работ и опыта преподавания в студии показала, как сюрреализм «живет» в объеме. Мозаика - это метафора нашей жизни: из сотен разрозненных осколков, из хаоса деталей художник волей своей фантазии собирает цельное и прекрасное полотно.

Главный урок встречи: сюрреализм учит нас главному - у человека невозможно отнять его внутреннюю свободу. Пока мы способны воображать, сочетать несочетаемое и видеть чудо в обыденном, у нас есть точка опоры. Коллектив ДШИ выразил отдельную благодарность сотрудникам историко-краеведческого музея за атмосферу и гостям за живой интерес.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Преимущества службы в полиции

Министерство внутренних дел по КБР сообщает о преимуществах службы в полиции и функционировании удобного электронного сервиса.

На едином портале государственных и муниципальных услуг можно подать заявление о трудоустройстве в органы внутренних дел или поступления в учебные заведения МВД России, а также записаться на медицинское обследование.

Поступив на службу в органы внутренних дел, вы получите не только престижную профессию, но и стабильность, а также ряд значительных преимуществ: достойную зарплату, премии и широкие возможности для карьерного роста за добросовестное выполнение служебных обязанностей, предусмотрены и поощрения за особые достижения в работе. Вы будете иметь 30 календарных дней основного отпуска в год, а также дополнительные дни, вас обеспечат всем необходимым вещевым и продовольственным довольствием. Будете застрахованы государством, что обеспечит вам защиту жизни и здоровья, доступ к качественному медицинскому обслуживанию и возможность санаторно-курортного лечения. Предусмотрена единовременная социальная выплата на при-

обретение или строительство собственного жилья. При условии 14 лет добросовестной службы вы сможете выйти на пенсию и получать надбавку за каждого несвершенного года ребенка.

С начала этого года в соответствии с Указом Главы КБР младшие сотрудники патрульно-постовой службы и участковые уполномоченные полиции будут получать дополнительную ежемесячную выплату в размере 10 тысяч рублей. Это означает, что их денежное довольствие составит не менее 45 тысяч рублей в месяц даже для новичков.

Еще одно важное нововведение - прием на службу теперь будет осуществляться без стажировки, что позволит новым сотрудникам сразу получать полную заработную плату.

Для получения более детальной информации о порядке поступления на службу обращайтесь на горячую линию Управления по работе с личным составом МВД по КБР по телефону **8 (8662) 49-50-59 (в будние дни с 9 до 18 часов, перерыв с 13 до 14 часов).**

Анжела ГУМОВА



• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

У ВСЕГО ЕСТЬ ЦЕНА

Стать воспитателем Ирина СТУПНОВА мечтала с детства. Соседских детей, будучи сама всего на год-два старше, собирала во дворе в «класс», учила счету до десяти и читала сказки. Уверена, что любовь к чтению можно привить с детства. Для своих подопечных выбирает добрые сказки и детские истории, для себя – фантазии и увлекательные саги.

- Взяла бы на необитаемый остров роман Татьяны КОРСАКОВОЙ «Марь». Книгу для любителей фантазии в русской стилистике. Здесь нет вампиров, драконов или эльфов, зато есть жуткое место, в котором можно запросто завязнуть. Древняя сила, которая обретает различные облики, следит за тобой глазами маревок и слышит ушами болотных жаб. Может предстать в облике рыбы, волчицы или змеи. Марь ни хорошая, ни плохая, она просто есть. Если соблюдать правила, будешь под ее защитой, но за все нужно платить. Повествование ведется в двух временных линиях - в настоящем и в годы Великой Отечественной войны, а также в форме воспоминаний. Первая линия рассказывает об истории жителей домика в змеиной заводи и о жутком болоте, которое носит имя Марь. Что такое Марь, никому не ведомо, то ли врата в другое измерение, то ли божество, но одно известно точно - это сверхъестественный живой организм, а все обитатели болота - ее дети, одних она любит, других терпит, а третьих ненавидит. Обе линии увлекательны одинаково. Понравилось, что автор не просто чередовала главы, но и выстраивала между ними связи. Было любопытно искать повторяющиеся зацепки.

Линия настоящее время – это история Ареса, черного копателя, последняя находка которого в виде старой фляги заинтересовала состоятельного Стэфа. Теперь он хочет узнать о месте, где Арес нашел флягу, как можно больше. Стэф решает хорошо заплатить Аресу за то, что приведет его в то самое место, так они и оказываются в домике в змеиной заводи. Вместе отправляются в деревенку Марьино, окруженную болотами. Там знакомятся с местной девушкой Феней и начинают погружаться в тайны прошлого. Арес не знает, что Стэф хочет там найти, но начинает понимать, что у того конкретная цель, от которой не отступится. Но местные жители почему-то настоятельно рекомендуют уехать оттуда.

История во второй сюжетной линии рассказывается от лица Шести – двадцатилетней девушки, которая вместе с младшей сестрой Катюшей бежит от ужасов войны. В далекой деревне Марьино у сестер есть бабушка Марфа по материнской линии, с которой они никогда не общались. Но именно у нее сестры переживут ужасающие события, узнавая Марфу и место ее обитания. Бабушка Марфа очень недовольна незваными гостями, но выгнать их не может - кровь не водица. Но и как их защитить, не знает. Марь всегда забирает свое. Вот и Шесту не обошла стороной, почувствовала свое дитя. Бабушке Марфе пришлось постепенно ввести Шесту в курс дела, почему она так не хотела, чтобы они с Катюшей остались у нее жить. Шеста и не поверила бы, если бы своими глазами все не увидела.

Что же скрывает загадка болотной топи? В последней главе временные линии переплетаются. Настоящее обретает смысл, прошлое уже прошло. Или не совсем? Книга читается легко. Если не брать в расчет магический реализм, в книге поднимаются разные темы - семейные отношения, любовь, предательство и плата за свои желания.

Персонажи объемные, живые, с собственными тайнами и травмами. Герои не скатываются до шаблонных злодеев, у каждого есть мотивация и свои слабости. Порадовала мистическая линия, связанная с болотом. Читатель вместе со Шестей понемногу приоткрывает тайны этого жуткого места, знакомясь с его обитателями и все больше погружаясь в историю прошлого. Болото не просто место действия, оно живет своей жизнью, хранит секреты и может как отблагодарить, так и жестоко наказывать. Финал внезапный, но оставил приятное чувство послевкусия, что же будет дальше. Как переплетутся все события и что же связывает всех участников истории.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовой



• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

ПОСТНОЕ МЕНЮ

В этом году Великий пост у православных христиан начался 23 февраля и продлится до 11 апреля. Завершится встречей Пасхи. Пост характеризуется не только духовными практиками, но и определенными диетическими ограничениями для придерживающихся его. Ангелина ШИЛИНА из Нарткала поделилась с нами рецептами постных блюд. «Соблюдение поста становится несложным при правильном подходе к питанию, - говорит она. - Я ежегодно придерживаюсь поста и убеждена, что определенные ограничения в еде положительно сказываются на здоровье».

СОЛЯНКА С ГРИБАМИ

Ингредиенты: 500 г капусты белокачанной, 400 г грибов, 150 г лука, 150 г моркови, 4 ст. ложки томатной пасты, 300 мл воды, 50 мл растительного масла, щепотка черного перца, 0,5 ч. ложки соли (или по вкусу).

Способ приготовления. Капусту шинковать. Сложить всю порцию в глубокую миску, лук измельчить. Подготовить грибы: тщательно промыть под проточной водой. Очистить от частичек почвы и срезать низ грибной ножки. Нарезать всю порцию грибов на 슬라이сы, если грибы не очень крупные. Если более крупные, можно нарезать на кубики или средние кусочки. Морковь нарезать средней соломкой или натереть на крупной терке. Разогреть сковороду, сотейник с толстым дном или казан на среднем огне. Влить часть растительного масла, прогреть и слегка обжарить лук с морковью, добавить к ним грибы, все перемешать. Жарить овощи на среднем огне, периодически перемешивая. Добавить растительное масло в сковороду при необходимости. Когда грибы станут меньше в объеме и более мягкими, добавить в сковороду нарезанную капусту и все смешать. Обжаривать овощи 3-4 минуты. Смешать томатную пасту с водой и влить в сковороду к капусте. Добавить соль, перец и все перемешать лопаткой. Тушить солянку на медленном огне под крышкой. Овощи периодически помешивать. Если влаги недостаточно, влить еще немного кипяченой воды. Тушить до готовности.

ПИРОГ

Ингредиенты: 150 г цельнозерновой муки, 170 г пшеничной муки, 100 г растительного масла, 100 г кипятка, 1 ч. ложка без горки разрыхлителя, 1 щепотка соли, 350 г ягод, 60 г сахара, 2 ч. ложки кукурузного крахмала, 1 ч. ложка цедры лимона, сахарная пудра по желанию.

Способ приготовления. Просеять в миску пшеничную муку с разрыхлителем и добавить цельнозерновую, влить масло и все перемешать. В кружку с кипятком всыпать щепотку соли, столовую ложку сахара, перемешать и вылить к муке. Быстро и аккуратно замесить тесто, собрав его в шар. Прикрыть пленкой и отставить в сторону. Две столовые ложки сахара перетереть пальцами с цедрой лимона. Ягоды аккуратно откинуть на сито, чтобы стекла лишняя жидкость. На бумаге для выпечки или силиконовом коврик раскатать тесто в круг толщиной около трех миллиметров. Центр, отступая примерно 4-5 сантиметров от края, присыпать крахмалом. Все ингредиенты разделить на две равные части. Выложить на центр ягоды и равномерно присыпать их сахаром, смешанным с цедрой лимона. Закинуть края теста на ягоды и защипнуть по кругу. Проверить, чтобы края хорошо заходили на ягоды и не было никаких разрывов, иначе во время выпекания может вытечь ягодный сок. Выпекать примерно 30 минут в разогретой заранее до 180 градусов духовке. Само тесто не очень сладкое, поэтому готовую галету можно присыпать сахарной пудрой.

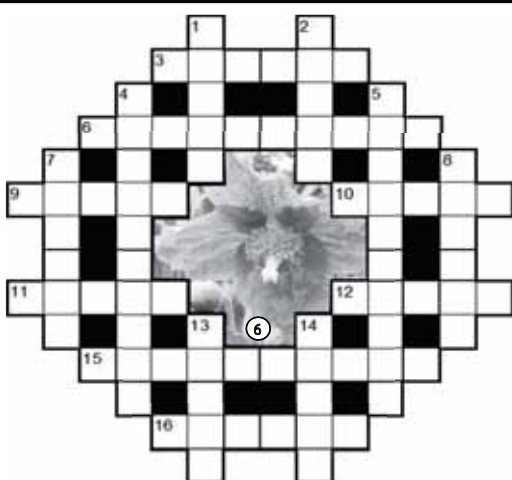
ВАРЕНИКИ

Ингредиенты: 30 г сушеных грибов (или 150-200 г шампиньонов), 1 кг картофеля, 2 луковицы (крупного размера), 2 зубчика чеснока, 450 г муки, 300 г кипятка, 5 ст. ложек растительного масла (3 ст. л. для обжарки лука, 2 ст. л. в тесто), специи по вкусу (соль, перец или сушеный укроп).

Способ приготовления. Сушеные грибы залить кипятком так, чтобы вода с запасом покрывала грибы, и варить на среднем огне 30 минут. По желанию вместо сушеных лесных грибов можно использовать свежие шампиньоны, которые очистить щеточкой, нарезать и обжарить с луком. Нарезанный на крупные куски картофель залить водой, немного подсолить, отварить до мягкости и размять в пюре. Лук очистить, измельчить и обжарить на сковороде с небольшим количеством масла. Сваренные грибы мелко порубить ножом (грибной бульон, который остался, можно использовать для приготовления супов) и добавить к луку. Также в сковороду добавить пропущенные через пресс или измельченные ножом зубчики чеснока. Посыпать солью, перцем и сушеным укропом. Обжарить все вместе на среднем огне. Соединить картошку с зажаркой. Дать начинке полностью остыть. Из указанных ингредиентов замесить тесто. Слепить вареники и отварить в подсоленной воде.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.
Фото Тамары Ардавовой

КРОССВОРД



По горизонтали: 3. Бархан. 6. Меконгский. 9. Вазон. 10. Гобой. 11. Габон. 12. Ангон. 15. Нотография. 16. Гейзер.
По вертикали: 1. Базон. 2. Лампа. 4. Геронтолог. 5. Хиромантия. 7. Валдай. 8. Босфор. 13. Гомер. 14. Багет.

По горизонтали: 3. Песчаный холм. 6. Национальный цветок Бутана. 9. Цветочный горшок. 10. Духовой музыкальный инструмент. 11. Африканская страна с черной пантерой на гербе. 12. Отрицательно заряженный ион. 15. Составление перечней, обзоров и указателей музыкальных произведений. 16. Источник горячей воды и пара.
По вертикали: 1. Кисти, тесьма, бахрома и шnurки для украшения. 2. Прибор накалывания. 4.

Специалист, изучающий старение живых организмов. 5. Система гаданий, изучающая линии ладони человека. 7. Город в Новгородской области, знаменитый своими колокольчиками. 8. Пролит, соединяющий Черное и Мраморное моря. 13. Древнегреческий поэт, автор «Илиады». 14. Планка для изготовления рам и карнизов.

Составила
Фатима КАРАЦУКОВА

ДИЗАЙНЕР ИЗ НАЛЬЧИКА ПРЕДСТАВИТ СВОЮ КОЛЛЕКЦИЮ НА ШЕСТОЙ МОСКОВСКОЙ НЕДЕЛЕ МОДЫ



Шестая Московская неделя моды проходит с 14 по 19 марта в центральном выставочном зале «Манеж». В программе - показы российских и зарубежных дизайнеров, маркет, шоу-рум, лекции модных экспертов и фестиваль короткометражного кино World Fashion Shorts.

На участие в Московской неделе моды поступило более тысячи заявок от дизайнеров из 67 регионов России.

- География заявок охватывает почти сто городов - от Калининграда до Владивостока. Впервые их отправили бренды из Армавира, Торжка, Нарьян-Мара, Стерлитамака и Южно-Сахалинска. Третью заявку прислали столичные дизайнеры, - рассказала Наталья СЕРГУНИНА, заместитель мэра г. Москвы.

Кабардино-Балкарию на шестой Московской неделе моды представит дизайнер Фатима ШОГЕ-НОВА со своим брендом Hatsibana.

- На Московской неделе моды мы представим новую коллекцию «Амазонка».

Название коллекции вдохновлено одноименной картиной современного художника Руслана ШАМЕЕВА, переосмысляющей образ женщины-воительницы в контексте нового времени. Мы развили эту тему через визуальный язык моды, создавая образ сильной, свободной и независимой женщины, глубоко связанной со своими культурными корнями.

В коллекции представлено 15 уникальных образов, объединяющих философию уличного стиля, классический крой и богатое культурное наследие Северного Кавказа, - отметила Ф. Шогенова.

Всего в Манеже будут представлены коллекции около 200 брендов. Финальный состав участников определит экспертный совет, в который входят главные редакторы профильных изданий, стилисты и основатели крупных ритейл-площадок.

Подготовила **Мадина БЕКОВА**.
Фотоколлаж
Тамары Ардавовай

ВОСПИТАННАЯ МОЛЛИ

• **КОТОВОД**



- У меня в квартире живет кошка британской породы с окрасом золотая шиншилла, - говорит Мадина. - Осознанно выбрала именно эту породу и ни разу не пожалела. Эта кошка отличается не только умом, но и невероятно мягкой и гладкой шерстью, что вызывает желание постоянно ее гладить. Назвали нового члена семьи Молли.

У нее миролюбивый нрав, не проявляет агрессии, даже если ее трогают незнакомцы, но не любит, когда берут на руки, ели сама этого не хочет. Молли с детства не портит мебель в доме, у нее есть свое место с игрушками и когтеточкой. Она ненавязчива, хотя всюду сопровождает по дому. Иногда называю ее смотрителем.

Ее любимое занятие по вечерам - смотреть мультфильмы в своем кресле, а затем там же засыпать.

Молли - очень чистоплотная кошка. И она почти не мяукает, что особенно ценно для нашей семьи. Невероятно ласковая, мы постоянно удивляемся ее идеальному характеру. Каждое утро у нас с ней особый ритуал - вместе принимаем водные процедуры. Умываю ее, как маленького ребенка, тщательно протираю глазки, затем расчесываю, потом идем на кухню завтракать. При этом она оборачивается и проверяет, иду ли я за ней. Однажды я спряталась,

и Молли начала громко и протяжно мяукать, пока не увидела меня. Хотя она любит умываться по утрам, купаться категорически отказывается. Наверное, потому что не так часто купаю, только по мере необходимости. Бывает, даже в погoda один раз.

Единственный недостаток моей любимицы - обожает грызть комнатные цветы и рыть землю в горшках. Старюсь отучить ее от этого, покупаю специальную траву для кошек и ставлю на подоконник. Еще обклеиваю горшки с цветами скотчем.

Молли любит поиграть. Особый интерес проявляет к мухам и букашкам, если что-то подобное появляется в поле зрения, ее не остановить. Даем ей сухой и влажный корм. Беру пачку сухого корма весом 1,5 килограмма, его хватает примерно на месяц. Влажный корм получает каждый день по пакету. Несколько раз в месяц даю ей мясо, предварительно делю его на небольшие кусочки и замораживаю. Отварное мясо Молли не ест.

Стараемся не оставлять нашего питомца одного надолго. Если предстоит поездка, берем кошку с собой или просим соседней присмотреть за ней. Недавно мы ездили в Приэльбрусье и взяли Молли с собой. Она уже привыкла к машине и ведет себя спокойно - спит либо на заднем сиденье, либо у меня на руках. Ставим лоток на заднее сиденье, и Молли пользуется им при необходимости.

Благодаря нашей кошке в доме стало больше забот, но также прибавилось счастья, мурлыканья, игр и активных вечерних пробежек. Как говорится, без кота и жизнь не та.

Арнелла КУДАЕВА

СОВЕТЫ ВОДИТЕЛЯМ ВЕСНОЙ

• **ЗА РУЛЕМ**

Национальный автомобильный союз выступил с инициативой сделать полисы ОСАГО дешевле для женщин-водителей. По данным экспертов, женщины реже становятся участниками ДТП с тяжкими последствиями, поэтому риск для страховых компаний ниже.

Цель предложения - снижение стоимости страховки может повысить доступность профессии водителя и увеличить число женщин среди профессиональных водителей. Но на данный момент это только предложение. Для изменения стоимости полисов потребуются решение регулятора и корректировка страховых правил.

В регионах России патрули ДПС начали оснащать новыми мобильными камерами. В багажниках служебных автомобилей устанавливаются комплексы «Кордон», которые фиксируют нарушения прямо во время движения через заднее стекло.

Система работает автоматически и может выявлять превышение скорости, выезд на встречную полосу, нарушение при проезде перекрестков и другие опасные маневры. Также комплекс проверяет машины по базам: выявляет авто в розыске, с проблемной регистрацией, подложными номерами и водителями без прав. «Кордон» способен контролировать до шести полос сразу и работает как на стоянке, так и в движении практически незаметно для водителей.

С 1 марта в автошколах увеличилось количество практических занятий для будущих водителей категории «В». Часы вождения выросли с 38 до 42. Также введена возможность дистанционного изучения теории - обязательное посещение класса отменено, но онлайн-занятия стали обязательными. Реформа направлена на повышение качества подготовки водителей.

После зимы на машине часто появляется больше «рыжиков», потому что снег, влага и дорожные реагенты разъедают защитное покрытие кузова. Если заметили такие точки ржавчины, лучше как можно раньше очистить место поражения, обработать антикором или специальным средством, чтобы коррозия не начала распространяться дальше. Регулярная мойка и защита кузова помогают значительно замедлить этот процесс.

В России к 2029 году перестанут действовать старые правила дорожного движения. Об этом заявил ассистент кафедры административного права и процесса имени Л.Л. Попова И. ЗОКИРОВ: «Старые правила будут действовать до 1 марта 2029 года, после чего им на смену придут новые».

Действующие правила дорожного движения утверждены еще в 1993 году. Разработаны новые ПДД - одна из важнейших перспектив в



рамках плана Президента России Владимира ПУТИНА по уменьшению числа аварий и повышению безопасности на дорогах до 2030 года.

С приходом весны и таянием снега на дорогах появляются скрытые ямы, резкие перепады покрытия, колеи и разбитые стыки. Это требует от водителя особого внимания и осторожности, чтобы избежать повреждения подвески.

Чтобы минимизировать риск дорогостоящего ремонта, важно соблюдать несколько простых правил. Необходимо заранее снизить скорость. Не стоит резко тормозить перед ямой, так как это переносит вес на переднюю ось, усиливая удар. Лучше заранее плавно сбросить скорость и отпустить тормоз непосредственно перед ямой.

Не держите тормоз в момент удара. Если колесо попадет в яму при нажатом тормозе, нагрузка на подвеску увеличится, что повысит риск пробоя. Отпустите педаль тормоза перед неровностью.

Держите руль прямо. Попытка резко объехать яму может привести к заносу, выезде на встречную полосу или боковому удару. Контролируемое движение прямо предпочтительнее резких маневров.

Если есть возможность безопасно объехать яму, убедитесь в этом, глядя в зеркала, и избегайте резких движений.

Дистанция между автомобилями также важна. Езда вплотную не позволяет заметить ямы, поэтому весной рекомендуется увеличить расстояние для лучшего обзора и времени на реакцию.

Не забывайте следить за давлением в шинах. Недоканченные шины увеличивают риск повреждения диска, а перекачаные делают удар жестче. Проверка давления бесplatна и крайне важна.

Но если вы все же попали в яму и почувствовали сильный удар, прислушайтесь к шумам, проверьте руль на наличие отклонений, осмотрите шины и диски. Повреждения могут проявиться не сразу.

Удачи на дорогах!

Ангела ГУМОВА.

Фотоколлаж
Тамары Ардавовай

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
«Ожыный регион»,
357600,
Ставропольский край,
г. Ессентуки,
ул. Николаева, 5-а

Выходит по средам.
Тираж **1011**. Заказ **513**
Время подписания в печать
по графику - **18.00**
Фактически **17 марта 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