

№ 13 (1386)

8 апреля 2026 г.

Издается с 1993 г.

# Горянка



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-  
версия:  
[www.goryankakbr.ru](http://www.goryankakbr.ru)

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамары Ардаевой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

**Джультета  
ВИНДИЖЕВА,**  
главный специалист,  
психолог информационно-  
методического отдела  
Управления образования  
местной администрации  
Зольского района

**С. 5**

**С. 11** ПАСХАЛЬНАЯ  
ТЕМАТИКА  
В РУКОДЕЛИИ...



**С. 13** НЕ ПОДВИГИ,  
А СТАБИЛЬНОСТЬ



**С. 15** ПРИЗВАНИЕ  
ЖЕНЩИНЫ



**С. 16** КАКИЕ КУЛЬТУРЫ  
ВЫРАЩИВАЮТ  
В СЕЛАХ СЕГОДНЯ?



# КБР ПОДПИСАЛА ПРАВИТЕЛЬСТВЕННОЕ СОГЛАШЕНИЕ С АБХАЗИЕЙ

Глава КБР Казбек КОКОВ принял участие в международном экономическом форуме «Абхазия – инвестиции в будущее», прошедшем в Сухуме. Форум стал масштабным событием по перезапуску экономики республики. Подписаны десятки соглашений, направленных на развитие инфраструктуры, туризма и сельского хозяйства с участием российских партнеров, что призвано обеспечить рост доходов и создание рабочих мест. Делегацию России возглавил первый заместитель руководителя Администрации Президента Российской Федерации Сергей КИРИЕНКО. Он обратился к участникам экономического форума с приветственным словом. Лейтмотивом речи стала тема дальнейшего развития союза России и Абхазии, исторически сложившихся тесных взаимоотношений, укрепление государственности и суверенитета республики, ее экономического потенциала.

Президент Республики Абхазия Бахра ГУНБА выступил с докладом о достижениях своей республики, обозначил приоритеты ее социально-экономического развития. Далее на пленарной сессии обсуждены вопросы взаимодействия регионов России с Республикой Абхазия по взаимовыгодным направлениям.

«Братская Абхазия является одним из основных торговых-экономических партнеров Кабардино-Балкарии. Имеется значительный потенциал для развития сотрудничества в таких областях, как строительство, жилищно-коммунальное хозяйство, курортно-рекреационный комплекс, здравоохранение, культура, молодежная политика, а также в сфере поставок продукции агропромышленного комплекса», - отметил К.Кокков в своем Телеграм-канале. В течение дня он посетил выставки социальных и экономических достижений Республики Абхазия.

Члены делегации от Кабардино-Балкарии приняли уча-



стие в «круглых столах», где были обсуждены инвестиции и формирование экономики, развитие сельского хозяйства, дорожно-транспортной инфраструктуры, туризма и др.

На полях форума К.Кокков провел с Президентом Республики Абхазия Бадрой Гунбой двустороннюю встречу. «Конечно, нашлось немало тем для разговора. Сотрудничество Российской Федерации и Республики Абхазия вносит весомый вклад в развитие социально-экономических связей между двумя государствами, способствуя взаимодействию и на уровне регионов. Взаимные интересы Кабардино-Балкарии и братской Абхазии основаны на исторически сложившихся социокультурных связях. Мы обсудили вопросы по предстоящему подписанию ряда документов, направленных на развитие многостороннего сотрудничества. Особенно это касается сферы туризма и индустрии гостеприимства, сельскохозяйственной отрасли и пищевой промышленности», - сообщил К. Кокков.

Он отметил, что отдельно обсуждена организация и проведение форума молодежи Кабардино-Балкарии и Абхазии, который уже готовится.

«Поблагодарил Бадру Зурабовича за радушный прием и пожелал братскому народу новых достижений и процветания. Выразил надежду, что сегодняшний форум придаст дополнительный импульс нашей совместной работе на благо народов России и Абхазии», - заметил Глава КБР.

В Сухуме также состоялось подписание соглашения между Правительством Кабардино-Балкарской Республики и Правительством Республики Абхазия о торгово-экономическом, научно-техническом и культурном сотрудничестве.

Документ предполагает совместную работу по созданию благоприятных условий для привлечения инвестиций в экономику, установлению прямых связей между хозяйствующими субъектами, поставкам товаров и услуг, проведению совместных ярмарок и выставок, а также укреплению связей в области культуры, литературы, искусства, спорта, реализации молодежных проектов.

Также прорабатывается подписание в скором времени соглашений между администрациями Нальчика и Сухума, между крупными республиканскими учреждениями здравоохранения, Корпорацией развития Кабардино-Балкарской Республики и Государственным инвестиционным агентством Республики Абхазия.

«Сегодняшние договоренности наряду с уже имеющимися позитивным опытом сотрудничества призваны активизировать динамику деловых контактов между братскими регионами. Наша республика заинтересована в этом - будем работать над продолжением и развитием всех полезных и взаимовыгодных начинаний», - подчеркнул К. Кокков.

Ольга КАЛАШНИКОВА

## ОБСУДИЛИ МОДЕЛЬ РАБОТЫ С МОЛОДЕЖЬЮ

В Нальчике на базе многопрофильной гимназии Министерства просвещения и науки КБР состоялся форум «Формула воспитания: опыт, идеи, решения». Мероприятие организовали Министерство просвещения и науки республики вместе с Российским обществом «Знание». Основное внимание уделено обмену практиками, которые уже применяются в школах, и поиску новых подходов к воспитательной работе.

В форуме приняли участие около 600 человек. Это - руководители и сотрудники образовательных учреждений, эксперты в области воспитания, а также представители «Движения Первых» и «Навигаторов детства». На торжественной церемонии открытия выступил министр по делам молодежи КБР Азамат ЛЮЕВ и министр просвещения и науки КБР Анзор ЕЗАОВ, приветствуя участников.

Открывая форум, А. Езаов подчеркнул, что современная молодежь нуждается не в формальном внимании, а в участии и понимании. По его мнению, важно не просто организовать воспитательный процесс, а создать благоприятную среду, которая будет сопровождать ребенка с самого начала его обучения. Он подчеркнул, что даже при наличии всех государственных инструментов главным остается педагог - человек, способный задать ориентиры.

А. Люев сравнил воспитательную систему с двумя сосудами: один наполняется мерами профилактики, другой - возможностями для самореализации. В трудные времена важно не сосредотачиваться только на профилактике, а поддерживать баланс и расширять полезную занятость детей. Чем активнее ребенок участвует в развивающих мероприятиях, тем меньше у него шансов попасть в деструктивную среду. По его мнению, главный инструмент воспитания - это живое общение и умение слушать подростков.

Руководитель Регионального центра воспитательных практик Элионора ХАПАЛАЖЕВА подчеркнула важность системного подхода в воспитании: «Наша миссия сегодня - не просто дать знания, а помочь детям и молодежи обрести прочную систему ценностей. Эти ценности должны опираться

на уважение к истории нашей страны, к ее культурному многообразию и традициям всех народов России. Такие форумы - это место рождения реальных, работающих идей. Когда педагоги, наставники и просветительские организации объединяют усилия, рождается особая сила - тот самый синергизм, который способен изменить будущее».

Директор филиала Российского общества «Знание» в Кабардино-Балкарской Республике Алина АШХОТОВА в своем докладе на тему «Российское общество «Знание» как ресурс профессионального развития педагогов: направления деятельности и возможности для учителей» отметила, что педагог сегодня - это навигатор в мире информации, культурных кодов и социальных инициатив. «Российское общество «Знание» предлагает учителям готовые просветительские форматы, методические материалы, доступ к выступлениям федеральных экспертов и возможность самим стать лекторами. Наша задача - сделать так, чтобы каждый педагог в КБР чувствовал: у него есть надежный партнер, готовый поддержать его профессиональный рост и помочь в воспитании нового поколения граждан России», - подчеркнула Алина Ашхотова.

В рамках форума также состоялась лекция, которые провели лекторы Российского общества «Знание» и преподаватели гимназии. Участники обсудили как ориентироваться в информационном потоке и противостоять деструктивным влияниям, что формирует национальную идентичность, как ее сохранять и как найти ресурсы для реализации собственных проектов.

Мероприятие состоялось в рамках трека Знание.Лекторий. Это просветительский проект Общества «Знание», в рамках которого в каждом регионе РФ проходят лекции на самые разные темы: от микробиологии и физики до развития гибких навыков. Каждый субъект РФ может запустить на своей территории именно ту инициативу, которая важна для его жителей. Во время лекций молодежь может задать вопросы экспертам и обсудить актуальные темы. С мероприятиями проекта Знание.Лекторий можно познакомиться на сайте Общества «Знание».

Алена ТАОВА

## Индексация социальных пенсий

С 1 апреля Отделение СФР по КБР проиндексировало социальные и государственные пенсии на 6,8% для 21 791 жителей региона. Размер повышения рассчитывается исходя из темпов роста прожиточного минимума пенсионера за прошедший год.

Социальная пенсия назначается гражданам, которым при достижении пенсионного возраста не хватило страхового стажа или пенсионных коэффициентов для назначения страховой пенсии. К ним также относятся взрослые и дети с инвалидностью, дети-сироты и дети, потерявшие кормильца. Наряду с социальной была проиндексирована государственная пенсия участникам Великой Отечественной войны и гражданам, награжденным знаками «Жителю блокадного Ленинграда», «Жителю осажденного Севастополя» и «Жителю осажденного Сталинграда». Повышение также распространяется на военных, проходивших службу по призыву, граждан, подвергшихся воздействию радиации, летчиков-испытателей и других категорий пенсионеров.

Индексация социальных пенсий про-

водится ежегодно. Гражданам никуда обращаться не нужно - увеличение осуществляется в проактивном режиме. Выплаты поступят в апреле согласно графику доставки. Напомним, перечисление пенсий через банки в Кабардино-Балкарской Республике осуществляется 12 и 21 числа каждого месяца.

Это третья индексация для пенсионеров и получателей социальных выплат с начала 2026 года. В январе страховые пенсии были проиндексированы на 7,6%. В феврале Отделение СФР по Кабардино-Балкарской Республике провело индексацию на 5,6% ежемесячной денежной выплаты (ЕДВ). Ее получили граждане с инвалидностью, ветераны боевых действий, участники Великой Отечественной войны, Герои России, Герои Труда и некоторые другие категории граждан.

## Единовременное пособие при рождении ребенка

С начала года Отделение СФР по КБР выплатило 1 315 родителям единовременное пособие при рождении ребенка. Всего на эти цели было направлено более 36 миллионов рублей.

Право на единовременное пособие назначается независимо от имущественного положения и уровня дохода семьи. Его могут получить как работающие, так и неработающие родители. По действующим правилам, материальная поддержка полагается также опекунам, усыновителям или приемным родителям ребенка.

С 1 февраля 2026 года размер пособия проиндексирован на 5,6% и составляет 28 450 рублей. При рождении в семье сразу нескольких малышей пособие выплачивается на каждого из них.

Для работающих родителей единовременная выплата Отделением СФР по Кабардино-Балкарской Республике производится в беззаявительном порядке. В приоритетном порядке выплата будет направлена маме, на основании сведений о рождении ребенка, которые поступают в Социальный фонд из органов

ЗАГС. Если в семье работает только папа, то ему нужно предоставить своему работодателю СНИЛС мамы ребенка.

Неработающие родители могут оформить выплату, подав заявление в личном кабинете на портале госуслуг, в клиентской службе регионального Отделения СФР. Сделать это необходимо не позднее 6 месяцев после рождения малыша. Заявление будет рассмотрено в течение 10 рабочих дней. Выплата поступит в течение 5 рабочих дней.

Если у вас остались вопросы, вы можете 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-Балкарии.

Наш корр.

Семья Юрия и Галины МОЧАЛОВЫХ из с. Учебное Прохладненского района представляла свой район на Всероссийском конкурсе регионального этапа «Семья года - 2025» в новой номинации «Семья защитника Отечества». В прошлом году они отметили 40-летний юбилей совместной жизни. Вместе они воспитали дочь Victорию и сына Константина. Сейчас радуются рождению четырех внуков и их успехам.

Галина Викторовна и Юрий Константинович уверены: если судьбе угодно свести двух человек, это непременно случится. Их встреча произошла в Дагестане, куда Галина приехала к бабушке во время отпуска. Юрий сразу привлек ее внимание своей харизмой и жизнерадостностью. Но после первого знакомства Галина испугалась своих сильных чувств и начала избегать его. Однако настойчивость и тактичность Юрия помогли ей понять серьезность его намерений. Постепенно, узнав его ближе, Галина убедилась, что он не только веселый и добрый, но и невероятно надежный человек, с которым можно строить будущее.

В прошлом году супруги в окружении детей и внуков весело и дружно отметили 40-летие совместной жизни - рубиновую свадьбу. Насыщенный красный цвет рубина ассоциируется с теплом семейного очага, любовью и преданностью. «Родители всегда относятся друг к другу с уважением и особенной трепетностью, - говорит их дочь Виктория. - Они дополняют друг друга. Мама человек творческий, креативный, а папа - практичный и всегда поддерживает ее идеи и воплощает их в жизнь. Самым сложным этапом в их совместной жизни можно назвать командировки папы во время службы в Чечне. 10 лет мы жила в тихом и тревожном ожидании».

За время службы мужа Галина Викторовна смогла сохранить уют и покой в семье ради детей. Переживания за мужа, конечно же, были, но на нее было возложено много обязанностей и ответственности. Дети заканчивали школу, надо было решать вопросы о дальнейшем обучении в вузе. На этот период выпала и организация свадеб детей. А с рождением первой внучки Юрию стало тяжелее находиться вдали от семьи, и по выслуге лет он ушел на пенсию.



#### ПРИМЕР ДЛЯ ПОДРАЖАНИЯ

С 1999 года Юрий Константинович являлся участником контртеррористической операции на Северном Кавказе. С июля 2004 года в звании старшины проходил службу в военной прокуратуре на должности командира взвода. Имеет множество наград и грамот: нагрудные знаки «За службу России» и «Участник боевых действий», знак отличия военнослужащих Северо-Кавказского военного округа «За службу на Кавказе», медали - «За укрепление боевого содружества», «За воинскую доблесть» II степени, «Участник контртеррористической операции», «За службу на Северном Кавказе», «За ратную доблесть». Есть также грамота военной прокуратуры за высокий профессионализм и трудолюбие, добросовестное и образцовое отношение к исполнению воинского долга.

В 2010 году Юрий Константинович ушел на пенсию по выслуге лет и продолжил трудовую деятельность в МКУ «Управление культуры Прохладненского муниципального района». В течение своей профессиональной деятельности он активно участвовал в организации и проведении районных, региональных и всероссий-

## ТЕПЛО ОЧАГА МОЧАЛОВЫХ

ских мероприятий, а также с большим удовольствием посещал их. В настоящее время он находится на пенсии по возрасту.

Для своих детей и внуков Юрий Константинович является образцом для подражания и источником вдохновения. Он активно занимается воспитанием подрастающего поколения и стремится развивать их личностные и социальные качества. Благодаря его усилиям каждый член семьи вовлечен в волонтерскую, спортивную и культурную жизнь Прохладненского района.

Галина Викторовна, проработав 27 лет воспитателем в СПДО села Учебное, продолжает свою деятельность в этой же должности в ГКУ «Прохладненский детский дом-интернат». За годы работы она получила множество наград и благодарностей за свой добросовестный труд и высокий уровень профессионализма.

Галина Викторовна активно участвует в жизни своих детей и внуков. Она не только любящая мама и бабушка, всегда готовая выслушать и вкусно накормить, но и надежный источник поддержки в трудные моменты. На каждом семейном празднике она создает атмосферу тепла и уюта. Дом семьи Мочаловых часто становится местом, где собираются все близкие, а стол всегда ломится от угощений.

#### ДЕТИ - ИСТОЧНИК ГОРДОСТИ

Для супругов дети - источник гордости. «У родителей были свои правила воспитания в отношении нас с братом, - рассказывает Виктория. - Папа проявлял ко мне больше ласки и давал поблажки, но, как от девочки, спрос тоже был. В случае непослушания проводил строгие беседы. С сыном у него были доверительные отношения, они много разговаривали на равных. Отец старался проводить с ним время с пользой, обучая его мужским делам, таким, как ведение хозяйства. Перед отъездом он всегда говорил ему: «Ты остаешься в семье за главного». Мама возлагала на меня больше домашних обязанностей. У нее была работа, а еще нужно было ухаживать за огородом, который во время командировок отца оставался на ней. В такие моменты помощь сына была особен-

но важна. Папа научил его справляться с этими задачами, и он всегда поддерживал маму».

Дочь Мочаловых Виктория замужем и воспитывает двоих детей. Во время пандемии она активно занималась волонтерством. За время работы была награждена Благодарственным письмом от местной администрации Прохладненского района за эффективную муниципальную службу.

Виталий Григорьевич КАЧАНЕНКО, супруг Виктории, заведует автоклубом в станции Екатериноградская. Их старшая дочь София дважды становилась лауреатом на соискание премии главы местной администрации Прохладненского района «Ученик года». Она окончила Детскую школу искусств села Учебное с красным аттестатом и имеет множество наград за участие в районных и международных конкурсах. В школьные годы София активно занималась волонтерством и является активистом Российского движения детей и молодежи «Движение Первых». Сын Владислав - студент 1-го курса ГБПОУ «ТСХТ». Он с отличием окончил Детскую школу искусств, занимается спортом и имеет награды.

Сын Мочаловых Константин Юрьевич тоже женат. Его супруга Наталья сейчас находится в декретном отпуске по уходу за ребенком. Их старший сын Юрий - учащийся МКОУ «СОШ ст. Солдатская», занимается в воскресной школе Храма Архистратига Михаила ст. Солдатской и ДШИ ст. Солдатская. Младшему Тихону два года.

Константин, как и его отец, выбрал военную карьеру. Он служит по контракту и является участником специальной военной операции. Перед командировкой он всегда приезжает к родителям, чтобы провести время с ними. «Во время командировок сына мама свои тревожные мысли старается никому не показывать и занимается себя работой, уходом за участком возле дома, - рассказывает Виктория. - По выходным она собирает внуков у себя, чтобы насладиться их обществом. Зимой, когда есть время, она знает, что помогает ей успокоиться и собраться с мыслями». Родители гордятся сыном, особенно когда видят его в военной форме, хотя об этом не говорят, но их гордость видна в глазах.

Алена ТАОВА

## КАВКАЗ.РФ РАЗВИВАЕТ АЛЬПИНИСТСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ НА ЭЛЬБРУСЕ

Первую часть организаторы посвятили докладам, вторую - нетворкингу экспертов для проработки ключевых тезисов. По итогам работы организаторы объявили о решении сделать конференцию ежегодной.

В сообщении отмечается, что основную часть повестки занял Кавказ - регион, где сосредоточены практически все высочайшие вершины страны, включая Эльбрус. Алексей Елин рассказал о ходе модернизации курорта Эльбрус: что сделано и что в планах на ближайшие годы. Он отметил, что курорт не занимается восхождениями напрямую, однако де-факто поддерживает альпинистское направление: предоставляет инфраструктуру в виде канатных дорог и высокогорного отеля «Липрус», строит альпгордод на высоте 3900 ме-

В Москве состоялась конференция «Актуальные вопросы безопасности в приключенческом туризме России». С докладом от института развития выступил советник генерального директора Алексей ЕЛИН. Мероприятие собрало ключевых участников отрасли: управляющих курортами, горных гидов, альпинистов, спасателей, представителей страховых и ассистанс-компаний, сообщает Кавказ.РФ. Конференция направлена на создание более безопасной и устойчивой среды для приключенческого туризма в России и обмена опытом между отраслями.

тров и восстанавливает легендарную высокогорную гостиницу «Приют 11» на отметке 4100 метров. Кроме того, команда курорта продвигает историческое наследие места - именно здесь в 30-е годы прошлого века зарождался советский альпинизм.

Участники конференции отдельно отметили работу спасательной службы Эльбруса. Помимо обеспечения безопасности на горнолыжных трассах, спасатели курорта в экстренных ситуациях подключаются к операциям на горе совместно с Эльбрусским высокогорным по-

исково-спасательным отрядом МЧС. Также обсуждались недавние вертолетные эвакуации альпинистов со стен Шхельды и Безенги - случаи, подтверждающие критическую важность профессиональной спасательной работы в высокогорье, наличие соответствующей техники и оборудования, необходимость оформления полиса добровольного страхования со спортивными рисками.

Отдельной темой обсуждения стали вопросы введения системы пермитов (специальных разрешений на восхождение)

страхования восходителей и организации спасательных пунктов на северной стороне Эльбруса. Эту работу команда Кавказ.РФ ведет совместно с Минэкономразвития России, национальным парком «Приэльбрусье» и Правительством Кабардино-Балкарии.

«К следующему альпсезону вместе с профессиональным сообществом намерены проработать систему допуска на маршруты и страхование - это вопросы, которые давно назрели. Но подходим к этому взвешенно. Для нас важно, чтобы любые ново-

введения были обоснованы и не создавали барьеров для отрасли», - отметил Алексей Елин.

Организатором конференции стал онлайн-сервис по страхованию путешественников «Сейв Про Лайф». С докладами также выступили представители Ассоциации горных гидов России, Федерации альпинизма России, МЧС, туроператоры «АльпИндустрия-Тур» и «Эльбрус Эксперт», вертолетная компания «Хелиэкшн», горный клуб «УАЛ», компания-ассистанс «Савитар Групп», клуб путешествий «Гребни». Партнерами же конференции названы ФАР, ФСМ, УАЛ, АГР, АУСБ «Безенги», «Хелиэкшн», «Спорт-Марафон», АЛЬПИНДУСТРИЯ ТУР, GMS Clinic, В БАНКЕ, Babuget, FLYDAY, Mountain\_Accidents.

Ольга КАЛАШНИКОВА

# В ПЯТИГОРСКЕ ПОДВЕЛИ ИТОГИ РАБОТЫ ФОНДА «ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА» В СКФО

На встрече выступили руководители региональных отделений фонда. В студии присутствовали Оксана РОМАНЕНКО, представляющая Ставропольский край, Марина ХЕТАГУРОВА из Республики Северная Осетия - Алания и Муаед ДАДОВ из Кабардино-Балкарской Республики. Они рассказали о ключевых направлениях деятельности фонда: помощь в трудоустройстве ветеранов, поддержка их образования и детей, адаптация жилых помещений и реабилитационных средств, психологическая помощь, а также интеграция ветеранов в общество через культурные и спортивные мероприятия.

Руководитель филиала фонда в КБР Муаед Дадов рассказал о трудоустройстве ветеранов специальной военной операции. Он отметил, что этот вопрос стоит особенно остро, так как многие ветераны обращаются за помощью в поиске работы. Из всех ветеранов, находящихся под сопровождением фонда, 64 процента уже трудоустроены и заняты. Это значит, что 36 процентов все еще ищут работу.

Большинство трудоустроенных ветеранов стали индивидуальными предпринимателями, работают в государственных или муниципальных учреждениях или на частных предприятиях. Примерно половина из них также занимается личным подсобным хозяйством. Руководитель филиала выразил желание, что-



**В Региональном информационном центре «ТАСС Кавказ» прошла пресс-конференция, на которой подвели итоги трехлетней работы государственного фонда «Защитники Отечества» в Северо-Кавказском федеральном округе.**

бы большее число ветеранов получило официальное трудоустройство, будь то в качестве самозанятых или по другим формам занятости.

Министерство труда и социальной защиты КБР совместно с фондом работают над реализацией данной инициативы. Ожидается, что благодаря социальным контрактам, которые предусматривают финансовую поддержку в размере до 350 000 рублей для индивидуальных предпринимателей и до 200 000 рублей для самозанятых, удастся официально трудоустроить более 100 человек, подтвердив их занятость. Важно отметить, что теперь ветераны могут заключать такие контракты независимо от уровня доходов семьи.

Муаед Дадов также сообщил, что фонд заключил соглашения с крупными предприятиями, преимущественно работающими

в сфере сельского хозяйства, а также с Торгово-промышленной палатой и Союзом промышленников и предпринимателей КБР.

Особое внимание он уделил образовательной поддержке ветеранов специальной военной операции и участникам боевых действий, но и членам семей погибших и без вести пропавших, включая их детей.

М. Дадов рассказал о работе по адаптации жилья для ветеранов и обеспечению их техническими средствами реабилитации. За год адаптировано 37 помещений, 5 из них – с начала года. 29 пакетов документов готовы, 17 отправлены в Москву для обеспечения оборудованием. Муниципальные комиссии с социальными координаторами осматривают жилье и готовят документы. Фонд также развивает направление адаптивной одежды.

12 ветеранов боевых действий

получили адаптивную одежду, рассчитанную на все сезоны. Работа будет продолжена в этом направлении. Фонд в КБР стремится удовлетворять запросы ветеранов, но не все о них знают. Поэтому важно информировать через муниципалитеты, СМИ и соцсети, чтобы каждый ветеран и участник СВО знал о помощи фонда.

Руководитель фонда рассказал о психологической службе для ветеранов, участников боевых действий и семей погибших. Помощь предоставляется в филиале фонда «Защитники Отечества», где работают два психолога посменно. Вначале активность была низкой из-за менталитета, но сейчас ситуация улучшается. С 2024 по 2025 годы за помощью обратились 698 человек.

Помимо работы в фонде, психологическая помощь оказывается и на местах. Заключено соглашение с Минздравом КБР, и психологи ведут прием в районных больницах и поликлиниках. В санаториях они проводят групповые беседы и индивидуальные консультации, а при необходимости направляют к психиатру в Республиканский центр. Муаед Дадов заверил, что проблем с психологической поддержкой нет, и работа будет продолжаться.

Также руководитель фонда рассказал об успешной интеграции ветеранов через спортивные и культурные мероприятия. В прошлом году КБР приняла Кубок «Защитники Отечества СКФО», получив поддержку Главы республики Казбека КОКОВА. Соревнования прошли на высоком уровне, способствуя знакомству и общению участников. Это привело к формированию группы ветеранов в адаптивной спортивной школе. В республике также построен ледовый дворец, что расширяет возможности для зимних видов спорта. Недавно команда участвовала в футбольных соревнованиях в Северной Осетии, развивая этот вид спорта как ключевой для адаптации.

Муаед Дадов отметил, что участие в таких мероприятиях способствует социальной адаптации ветеранов, позволяя им найти свое место в жизни, наладить новые контакты и ощутить себя частью активного и поддерживающего сообщества.

Спикеры ответили на вопросы представителей СМИ, поделившись результатами своей работы за последние три года. Пресс-конференция была организована в двух форматах: очном и дистанционном. Фонд «Защитники Отечества» продолжает поддерживать ветеранов СВО, адаптируя свои проекты под особенности регионов СКФО.

*Ангела ГУМОВА*

## ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ИСТОРИЧЕСКОЙ ПАМЯТИ

**В России реализуется уникальный федеральный проект «Ломоносовский обоз. Сила в смысле». В этом году он вновь охватит все семь регионов Северо-Кавказского федерального округа. Проект реализуется АНО ЗВЕЗДА при поддержке ФАДН России и Дома народов России, совместно с Минпросвещения РФ.**

Эксперты из разных уголков страны посетят отдаленные и малые населенные пункты Ставрополья, Карачаево-Черкесии, Кабардино-Балкарии, Северной Осетии – Алании, Ингушетии, Чечни и Дагестана. Там они проведут лекции и просветительские мероприятия для старшеклассников и студентов средних профессиональных учебных заведений.

Руководитель Федерального агентства по делам национальностей Игорь БАРИНОВ подчеркнул, что такие проекты способствуют укреплению единства народов России и формированию общероссийской идентичности. «Ломоносовский обоз» предоставляет

молодежи возможность глубже понять общие ценности страны, что является важным шагом вперед.

Проект «Сила в смысле» направлен на укрепление фундаментальных основ развития государства. Основные направления деятельности включают патриотическое воспитание молодежи, сохранение исторической памяти, укрепление межнационального согласия и профилактику экстремизма, отметил первый заместитель министра просвещения РФ Александр БУГАЕВ. Организация подобных мероприятий играет ключевую роль в формировании активной гражданской позиции у молодого поколения. Мы оказываем всестороннюю поддержку этим инициативам, поскольку считаем это своей личной ответственностью за будущее страны и развитие тех, кто будет обеспечивать ее процветание и работать на благо Отечества.

Лекторы «Ломоносовского Обоза» охватят широкий круг тем, направленных на раз-

витие критического мышления, сохранение духовно-нравственных ценностей, расширение кругозора и формирование осмысленного подхода к жизни и понимания своего будущего у молодежи. В рамках лекционной программы эксперты также встретятся с преподавателями и руководителями школ, колледжей и профессиональных образовательных организаций, станут участниками этнокультурных событий и фестивалей, познакомятся с особенностями национального быта, посетят значимые места и проникнутся духом гостеприимного Кавказа.

Ранее в марте этого года лекторы проекта провели серию из 49 лекций и тренингов на территории Луганской и Донецкой Народных Республик, Запорожской и Херсонской областей, а также Республики Крым. Эксперты посетили учебные заведения регионов и дали 70 часов лекций для более двух тысяч ребят 14-17 лет.

*Алена КАРАТЛЯШЕВА*

## 45-летие школы №9 в Баксане

**В муниципальном казенном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №9 г. Баксана» состоялось торжественное мероприятие, посвященное 45-летию юбилею образовательного учреждения. Праздник объединил педагогов, учащихся, выпускников разных лет и почетных гостей, став важным событием для всего школьного сообщества.**

В числе главных мероприятий присутствовали глава местной администрации городского округа Баксан Хачим МАМХЕГОВ, начальник Департамента образования местной администрации г.о. Баксан Марина БУРАНОВА, руководители образовательных организаций города, учителя-наставники, а также первые и именитые выпускники школы. В рамках торжества были представлены страницы истории учреждения, прозвучали слова благодарности педагогам, стоявшим у истоков развития школы.

С поздравительной речью выступил Хачим Мамхегов, который от-

метил значимый вклад педагогического коллектива в воспитание подрастающего поколения. В ходе мероприятия глава муниципалитета вручил благодарственные письма работникам школы, как действующим, так и ветеранам педагогического труда - за многолетнюю добросовестную работу и в связи с юбилеем учреждения. Телными воспоминаниями о школьных годах поделился бывший руководитель школы, председатель Совета ветеранов войны, труда и правоохранительных органов Хусен АБАЗОВ.

Праздничную атмосферу дополнили творческие выступления учащихся и педагогов: звучали стихи, песни, были представлены театрализованные и юмористические постановки. Юбилей школы прошел в теплой, душевной обстановке, став ярким подтверждением преемственности поколений и уважения к истории родного образовательного учреждения.

*Подготовила Дина ЖАН*

## На заметку подросткам

**В сети активизируются группы, которые пытаются привлечь подростков в свое сообщество с помощью манипуляций и обмана.**

Они обещают поддержку, признание или выгоду, но на самом деле это способ вовлечь в опасные и незаконные действия.

### Что нужно знать:

➤Вербовщики используют соцсети, мессенджеры и онлайн-игры.

➤Они часто маскируются под друзей или единомышленников.

➤Главная цель - контролировать и вовлечь в криминальную или экстремистскую деятельность.

### Как защититься:

➤Не делитесь личной информацией с незнакомцами.

➤Осторожно относитесь к слишком быстрым обещаниям и приглашениям.

➤Обсуждайте подозрительные случаи с родителями или учителями.

➤При необходимости сообщайте о подозрительных действиях в службу поддержки соцсетей и полицию.

**Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций**

**ОБРАЗОВАНИЕ И ПЕРВЫЕ ШАГИ**

В школьные годы ученица МКОУ «СОШ №2» с.п. Сармаково принимала активное участие во всех мероприятиях, конкурсах, олимпиадах, театрализованных постановках. После получения аттестата Джульеты Виндижева сделала смелый выбор, поступив сразу на два факультета в КБГУ: «Социальная работа» (очно) и ПМНО (заочно). Импульсом к такому решению стали ее многосторонние интересы и готовность к интенсивной учебе. Студенческие годы были наполнены не только академической деятельностью, но и активным участием в волонтерских проектах и студенческих мероприятиях, что, несомненно, способствовало развитию ее коммуникативных навыков и умения работать в команде.

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ИНТЕРЕС К ПСИХОЛОГИИ**

Профессиональная деятельность Джульеты Мусаевны началась в 2012 году в МКОУ «Гимназия «Радуга» г. Нальчик, где она работала воспитателем группы продленного дня и учителем родного языка и литературы. Этот опыт дал ей возможность напрямую взаимодействовать с детьми, наблюдать за их развитием и первыми трудностями. Переломным моментом стал 2020 год, когда она перешла на должность заместителя директора по учебно-воспитательной работе в МКОУ «Герзельбаульская СОШ №2» в Чеченской Республике. Именно здесь, столкнувшись с многообразием сложных семейных ситуаций и переживаний детей и коллег, она почувствовала глубокий интерес к психологии. Работа в качестве педагога-психолога по совместительству в течение четырех лет позволила накопить бесценный практический опыт, научиться видеть глубинные причины проблем и находить пути их решения.

- Интерес к людям, к их индивидуальным особенностям проявился давно. Любила общаться с людьми, говорить на разные темы, наблюдать за ними, изучать их реакции на разные события. И у меня всегда



**История главного специалиста, психолога информационно-методического отдела Управления образования местной администрации Зольского района Джульеты ВИНДИЖЕВОЙ демонстрирует, как призвание может раскрыться через многогранный опыт и искреннее желание помогать людям. Ее профессиональный путь вдохновлен не только стремлением к знаниям, но и глубокой эмпатией, которая привела ее к работе с самыми уязвимыми – детьми и подростками.**

легко получалось понять состояние человека, его мотивы, эмоции и чувства.

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ СТАНОВЛЕНИЕ**

В 2024 году, вернувшись на свою малую родину, Джульета Виндижева приняла решение посвятить себя психологии. Ее целью стало оказание квалифицированной психологической поддержки подросткам и их родителям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Этот выбор был подкреплен активным самообразованием и постоянным повышением компетенции в области психологии. Она была приглашена на должность педагога-психолога в самую большую школу района – МКОУ «СОШ №1» г.п. Залукожае, где ее знания и навыки оказались востребованы как никогда. Ежедневно она работает с выявлением и решением психологических проблем, связанных с внутрисемейными отношениями, сложностью, с которой сталкиваются подростки, управляя своими эмоциями и поведением, а также с вопросами самосознания. С сентября 2024 года Джульета

Мусаевна занимает должность главного специалиста, психолога информационно-методического отдела Управления образования местной администрации Зольского района. В этой роли курирует деятельность специалистов психолого-педагогического сопровождения общеобразовательных организаций района. Ее задача – помогать коллегам осваивать современные методы диагностики, терапии и исследования психологического состояния детей, тем самым повышая общий уровень психологической помощи в районе.

- За небольшой период работы я столкнулась с частыми проявлениями агрессивности, тревожности, гиперактивности. Тогда возник главный вопрос – какова причина? Наш современный динамичный ритм жизни, появление все более новых усовершенствованных технологий оставляет нам меньше времени на семью, на детей. Поэтому в своей профессии педагога-психолога главным считаю создание благоприятных условий для всестороннего развития личности ребенка.

**БУДЕМ ЗНАКОМЫ**

**ПРИЗНАНИЕ И ВКЛАД**

Психологический талант Джульеты Мусаевны, ее умение тактично и профессионально выявлять причины психологических проблем и подбирать оптимальные пути разрешения конфликтов снискала ей заслуженное признание среди коллег, детей и их родителей. Подростки ежедневно обращаются к ней со своими деликатными проблемами, зная, что найдут понимание и поддержку. За сравнительно небольшой период своей работы в качестве психолога она помогла многим детям выговориться в доверительной атмосфере, улучшить психическое здоровье, наладить взаимоотношения с близкими и заложить основу для более счастливой и гармоничной жизни.

- Думаю, что выбранная профессия педагога-психолога поможет воплотить в жизнь мои стремления и мечты, а именно: помогать детям в разрешении проблем, дарить им тепло, ощущать их значимость и ценность. Хочу, чтобы наши дети не боялись жизненных трудностей, а смело смотрели им в глаза, чтобы стремились к взаимопониманию и успеху. Уверена, что у меня все получится, потому что люблю свою работу и детей, живу их интересами и проблемами. Нельзя забывать самого главного в работе психолога – ответственности за каждого ребенка. Слезу за тем, чтобы в жизни ребенка не было разочарований и чтобы каждый день доставлял ему удовольствие. Стараясь быть рядом с детьми, которые нуждаются во мне, с теми, которым я могу вселить в душу веру, надежду и любовь. которым даю возможность раскрыть крылья и возможность полета в будущее без страха, злости и разочарования. Сегодня я знаю, что могу изменить мир маленького человека. Я психолог, а значит, доктор детских душ, и мой девиз «Не навреди».

**Лиана ШОРДАНОВА.  
Фото Тамары Ардавовай**

**Второлескенская сельская библиотека – новые горизонты**

В прошлом году в сельском поселении Второй Лескен в рамках национального проекта «Семья» была проведена модернизация Второлескенской сельской библиотеки. Библиотека находится в здании сельского Дома культуры и занимает площадь 125 квадратных метров. На сегодняшний день ее фонд насчитывает 13 587 экземпляров. О работе МКУ «Центральная районная библиотека» - Второлескенская модельная библиотека с.п. Второй Лескен нам рассказала ведущий библиотечарь Залина ШАМЕЕВА.

Осенью 1946 года в турлучном доме активиста Умара ГЕТИЕВА была оборудована небольшая комната под избу-читальню. Сорок первых книг библиотеке принес в дар коммунист Эльмурза МИРЗОЕВ. Обладая знанием русского языка и грамотностью, он взялся за просветительскую деятельность в селе. Благодаря его усилиям в избу-читальню было проведено и радио.

По воспоминаниям старожиллов, стационарная массовая библиотека была открыта в 1950 году в новом здании конторы колхоза «Лескенский». Первым штатным библиотечарем в селе стала Назифа САВКУЕВА, оставившая след в памяти сельчан благодаря масштабной организации мероприятий, посвященных 50-летию со дня рождения А.А. Шогенцукова.

В 1954 году библиотеку возглавила Фариз КУМАХОВА. Ее имя часто упоминается в рассказах нашего односельчанина - писателя Бориса КАГЕРМАЗОВА. После 31 года безупречной службы Ф. Кумахова вышла на пенсию. На ее место пришла Хажгуаша БАЛКАРОВА, проработавшая до июля 1987 года.

С августа 1987 года по октябрь 2011 года руководила библиотекой Жанна АФАУНОВА. В 1996 году ей было присвоено почетное звание «Заслуженный работник культуры КБР». С ноября 2011 года ведущими библиотечарями стали Залина Шамеева и Амина КУМАХОВА. З. Шамеева



продолжает работать до сих пор. С февраля в коллективе библиотеки работает Асият БИТОХОВА.

- В прошлом году благодаря национальному проекту «Семья» наша библиотека прошла модернизацию, - поделилась З. Шамеева. - Мы расположены в Доме культуры села, который в 2019 году был капитально отремонтирован в рамках национального проекта «Культурная среда». Тогда же благоустроили территорию вокруг здания и построили детскую площадку. В 2020 году была обновлена материально-техническая база.

После модернизации библиотека получила современный дизайн и комфортное пространство. Мы получили доступ к национальной электронной библиотеке. Были созданы тематические зоны для детей и отдыха посетителей, рабочее место для людей с ограниченными возможностями здоровья и зал для конференций. Новая модельная библиотека оснащена современным оборудованием, компьютерным классом, мультимедийным центром, удобной мебелью и настольными играми для детей.

Ежегодно наш библиотечный фонд пополняется за счет средств федерального бюджета, хотя и в ограниченном

объеме. Мы приобретаем книги в ООО «Общество книголюблов» и в «Издательство М. и В. Котляровых», а также принимаем их в дар. В рамках модернизации в 2025 году библиотека получила более 1100 экземпляров на сумму 550 тысяч рублей. В этот фонд вошли как художественные, так и справочные издания, а также литература по разным отраслям знаний.

В нашей библиотеке читатели проявляют широкий интерес к различным жанрам литературы. Часто обращаются за художественной, краеведческой и детской литературой. Посетители хорошо знакомы с творчеством как российских, так и зарубежных писателей современности.

Мы регулярно проводим разные мероприятия для привлечения внимания к чтению - литературные часы, обсуждения книг за «круглым столом», информационные встречи, викторины, мастер-классы, поэтические вечера и тематические часы, приуроченные к значимым датам. Активно участвуем в районных, республиканских и всероссийских акциях и конкурсах.

Тесно взаимодействуем с местными школами и коллективом дома культуры. Каждое мероприятие в библиотеке проходит при участии воспитанников ДК под руководством режиссера Марьяны КУМАХОВОЙ и художественного руководителя Фатимы САМГУРОВОЙ. В рамках недели детской и юношеской книги у нас прошел ряд мероприятий.

Открытие модельной библиотеки создало новые перспективы, планируем значительно расширить круг ее посетителей. Наша цель - не только привлечь больше людей, но и превратить библиотеку в центр сотрудничества с другими сельскими библиотеками и их читателями. Чем больше участников, тем больше свежих идей. Коллективная работа всегда приносит наилучшие результаты. Важно сохранять традиции, перенимать опыт и идти в ногу с современными тенденциями.

**Анжела ГУМОВА**

- Возможно, эта тема не самая актуальная, но она давно меня волнует. В современном культурном ландшафте мы постоянно сталкиваемся с напоминаниями о значительной роли, которую некогда играли амазонки. Когда стала перечитывать подаренную мне книгу «Нартский эпос» 1956 г. выпуска, снова столкнулась с темой амазонок. Сразу обозначу, что не считаю себя специалистом в этнографии. Все предположения основаны на семиотике и дедукции.

### ЛЕГЕНДА И СОЦИАЛЬНЫЙ ФЕНОМЕН

- Вопрос о реальном существовании амазонок до сих пор остается открытым, не получившим однозначного подтверждения. Однако, по моему глубокому убеждению, их появление было неизбежным. Человечество переживало эпоху матриархата, и когда общественные отношения начали претерпевать изменения, значительная часть женщин не желала принимать новые условия – выходить замуж, подчиняться, поскольку это существенно снижало их социальный статус. Многие из них, не желая мириться с этим, физически дистанцировались от тех сообществ, где активно внедрялся патриархат. Считать, что все амазонки принадлежали к одному этносу, представляется мне неверным. Они, безусловно, были выходцами из самых разных уголков мира. Поскольку таких женщин было множество повсюду, логично предположить, что они объединялись, постепенно создавая собственное государственное образование или империю. Регион Черноморского побережья Кавказа и Турции традиционно ассоциируется с предполагаемым ареалом обитания легендарных амазонок. В своей «Истории» Геродот сообщает, что столица амазонок, Фемискира, располагалась на реке Фермодон (Терме), которая впадает в Черное море. Существует и другая версия, согласно которой амазонки прибыли в Грецию с Меотийского озера, то есть Азовского моря. Из свидетельств древнегреческих авторов, обусловленные их военными столкновениями с воительницами, известно, что амазонки оказывали военную поддержку Трое. Примечательна теория, согласно которой именно они заложили основы критской цивилизации, характеризующейся, по мнению исследователей, выраженным женским доминированием.

### МИРОВОЕ ЯВЛЕНИЕ

- В фольклоре любого народа есть упоминания о женщинах воительницах. В древнешумерской мифологии это Инана – богиня войны и плотской любви. В скандинаво-германской – валькирии, в древнеиндийском эпосе Рамаяна – первая жена царя Кайкития, которая сопровождала его в военных походах, лечила его и обучала его сыновей боевым искусствам. Царица массагетов Томирис (вар. Тамерис), которая отказалась выйти замуж за царя персидской империи Кира II и победила всех претендентов на ее руку в поединке.



Царица меотос Тыргатао, которая подняла меотос и синдов против греков. Богиня Артемида (Диана), известная своей страстью к охоте, является ярким примером амазонки. Афина, появившаяся на свет из головы Зевса уже полностью экипированной для битвы, безусловно, воплощает в себе архетип амазонки, выполняя функцию стратегического наставника. Список можно продолжать.

Их могущество начало угасать примерно на рубеже нашей эры. Примечательно, что исторические свидетельства о них встречаются еще в IV-III веках до н.э. Известно, что Александр Македонский в письме к матери упоминал о прибытии к нему отряда амазонок, которых он описывал как красивых, сильных женщин с острым умом.

### ОТГОЛОСКИ ДРЕВНИХ ТРАДИЦИЙ В СОВРЕМЕННЫХ ОБРЯДАХ

- В контексте легендарной империи амазонок ее закат, согласно некоторым интерпретациям, был обусловлен осознанием невозможности дальнейшего противостояния патриархальному укладу, доминировавшему в окружающем мире. Под угрозой исчезновения, правящие круги женского сообщества, вероятно, приняли радикальное решение: способствовать бракам молодых амазонок с мужчинами из соседних племен и государств. Брак с амазонкой считался чрезвычайно престижным. Правители и военачальники охотно заключали такие союзы, видя в них не только политическую выгоду, но и возможность укрепить свою власть.

Однако не всегда брачные союзы заключались по обоюдному согласию. В тех случаях, когда добровольное замужество не удавалось, возник обряд «умыкания» невесты. Многие амазонки, не желая раставаться со своей независимостью, отчаянно сопротивлялись подобным похищениям. Сегодня этот обряд утратил свою первоначальную принудительную природу и превратился в символическое действо, происходящее по предварительной договоренности. Тем не менее, даже в

## КОД АМАЗОНОК: РАСШИФРОВЫВАЯ НАСЛЕДИЕ

**Феномен амазонок, окутанный мифами и легендами, веками привлекает внимание академического сообщества. Но что, если перенести фокус в современность и задать вопрос: возможно ли сегодня выявить звенья, связывающие нас с их культурой, и обнаружить общие черты, унаследованные от этой загадочной цивилизации? Своим мнением поделилась кандидат философских наук, профессор кафедры культурологии СКГИИ Елена Асланбиевна АХОХОВА.**

наши дни, при «умыкании» невесты, жениху традиционно помогают несколько друзей, что является отголоском тех времен, когда соискатель на брак с амазонкой в одиночку не смог бы справиться с ее сопротивлением.

На протяжении двух тысячелетий мы наблюдаем удивительную преемственность в свадебных обрядах, особенно на Кавказе. Несмотря на региональные различия, некоторые ключевые аспекты остаются неизменными, воспроизводя древнюю историю. Например, невесту выводят, поддерживая под руки с двух сторон, что напоминает конвой. Хотя кто-то может предположить, что это делается для того, чтобы она не оступилась в свадебном наряде, стоит вспомнить, что наши девушки с легкостью танцевали на котурнах, не теряя равновесия. Еще один момент – отсутствие улыбки на лице невесты. Это часто вызывает недоумение у тех, кто не знаком с нашей культурой. Однако объяснение кроется в глубоком символизме: каждая невеста на протяжении двух тысячелетий, сама того не осознавая, воплощает образ той самой амазонки, которая не желала выходить замуж, сохраняя достоинство и независимость даже в момент вынужденного брака.

Что касается свадебного обряда «унэиш», почему в нем участвовали строго только женщины? Амазонки, уже создавшие семьи, принимали таким образом новую участницу своего сообщества, оказывая ей поддержку. Старые ритуалы не ушли до конца, но их смысл был утерян в веках. Сейчас также утерян обычай, когда самая старшая уважаемая женщина должна была поднять покрывало, закрывающее лицо невесты, острием стрелы или кинжала. Почему это делалось не предметом домашней утвари? Для амазонок это было привычное оружие.

Особое внимание заслуживает ритуал возвращения жениха, известный как «цауэишъж». В то время как во многих кавказских культурах жених традиционно оставался в тени на собственной свадьбе,

здесь его роль приобретает специфический оттенок. Когда друзья приводят его к старейшине, он предстает перед ними со склоненной головой, смиренно выслушивая их наставления и критику. Вероятно, такое поведение было обусловлено древними опасениями: появление в доме «амазонки» – новой, непредсказуемой силы – требовало особой осторожности. Отсюда же, возможно, проистекает и традиция, согласно которой молодая невестка в течение первого года не участвовала в домашних делах. Это был период испытания, в ходе которого она должна была доказать свою лояльность и безопасность для новой семьи.

### ВОИНСТВЕННЫЙ ОБЛИК

Образ кавказской женщины в традиционном одеянии напоминает доспехи настоящей амазонки. Элементы, такие как нагрудник, головной убор, напоминающий шлем, и шит, трансформировавшийся в изящные нарукавные подвесы, создают поистине воинственный облик. Мадина Саральп метко охарактеризовала этот ансамбль как «мундир», и я полностью разделяю ее точку зрения. Основой облачения был девичий корсет, который не только давал свободу действия, но и формировал осанку и тонкую талию.

Возвращаясь к нартскому эпосу: в нем обнаруживаются явные соответствия архетипам амазонок. Так, Даханого предстает перед нами как прекрасная и могучая воительница в сияющих доспехах. Ее сила была настолько велика, что девятноо девять соискателей ее руки не смогли победить ее.

*Дни и ночи к Даханого  
Жадно витязи стремились  
Каждый жаждал дивной власти,  
Счастьем завладев пытаясь.  
Ясновидица, их алчность  
Разгадала Даханого.  
Все полюби на жестоком  
Поединке к Даханого*

Сердце Даханого смогло покорить лишь Япэнэс, в котором она увидела истинную чистоту души. Жена Бадына также явила собой грозную силу, разгромив войско чинтов. Легенда о Лашин, в свою очередь, описывает, как эта прекрасная девушка сумела одолеть ханского богатыря. Все эти примеры убедительно свидетельствуют о том, что нартский эпос представляет женщин не просто как спутниц героев, а как полноценных, равноправных воительниц, чьи подвиги и независимость полностью соответствуют архетипу амазонок.

Современные женщины некоторых народов сохранили свой боевой дух и пронесли его через патриархат до наших дней. Так, у албанцев после смерти главы рода его место может занять женщина. При этом она навсегда облачается в мужскую одежду. У балкарцев аналогично женщина может быть главой рода. В русских семьях довольно часто женщина является неформальной главой семьи.

**Беседовала Лилиана ШОРДАНОВА**

## ОБЩЕСТВЕННЫЙ СОВЕТ ПРИ МИНТРУДСОЦЗАЩИТЫ КБР РАССМОТРЕЛ АКТУАЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ

**На первом в 2026 году заседании Общественного совета при Министерстве труда и социальной защиты Кабардино-Балкарской Республики обсудили ключевые вопросы развития социальной сферы региона. В центре внимания оказались темы переобучения граждан, эффективности анти-монопольного комплаенса, порядка присвоения звания «Ветеран труда» и другие важные направления.**

В рамках национального проекта «Кадров» граждане, активно ищущие работу, могут пройти переобучение по 213 востребованным профессиям. Среди них:

- нейросети: специалист по работе с системами искусственного интеллекта;
- современные методы эксплуатации зданий и сооружений;
- 1С: разработчик;
- HR-аналитик: управление человеческими ресурсами на основе анализа данных;
- управление на основе данных: аналитик 1С;
- инструменты искусственного интеллекта;

- цифровые решения с использованием ИИ для социокультурных задач;
- администратор гостиницы.

Информирование о возможностях переобучения ведётся на постоянной основе. Особое внимание уделяется людям предпенсионного возраста, участникам СВО, женщинам с детьми дошкольного возраста, инвалидам и молодежи. Информация разме-

щается на стендах Республиканского центра труда, занятости и социальной защиты населения и его филиалов.

На заседании также рассмотрели дорожную карту по снижению рисков нарушения антимонопольного законодательства.

Министерство регулярно проводит комплексную оценку вероятности таких рисков, что способствует повышению про-

зрачности и эффективности работы в социальной сфере.

Отдельное внимание уделено вопросам поддержки ветеранов Великой Отечественной войны, боевых действий, участников СВО, а также реализации программы «Доступная среда». Обсуждались меры по обеспечению технических средствами реабилитации за счет республиканского бюджета. Был рассмо-

трен порядок присвоения звания «Ветеран труда». Для этого требуется не только продолжительный трудовой стаж, но и наличие наград, почетных званий или ведомственных знаков отличия. Звание присвоено 479 жителям республики.

В знак признания вклада в развитие социальной сферы заместитель министра Амин АПЕКОВ вручил почетные грамоты и благодарности членам совета: Х.Х. МАШУКОВУ, Л.М. РЕАН, Н.П. ШИНКАРЕВОЙ.

Работа Общественного совета будет продолжена в течение года.

**Подготовила Дина ЖАН**

ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 апреля

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 «Смех, дрожь и видео» (16+)
08.50 Х/ф «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. РОМАН БЕЗ ПОСЛЕДНЕЙ СТРАНИЦЫ» (16+)

09.30 Т/с «КУЛАГИНЫ» (16+)
03.30 Т/с «КУЛАГИНЫ» (16+)

02.15 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Час двойника» (16+)
04.45 Д/с «Короли эпизода» (16+)
05.30 «Смех, дрожь и видео» (16+)

НТВ
05.20, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.15 «Сегодня»

ЗВЕЗДА
05.20 Х/ф «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости» (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)

16.30 «Новости» (16+)
17.00 «Тайны Чапман» (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
19.00 Информационная программа 112» (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчет» (12+)
07.00, 09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости
07.05, 11.35, 23.45 Все на Матч! Прямая трансляция

09.05 Лица страны (12+)
09.25 «Эволюция спорта» (12+)
10.30 Футбол. МИР. Российская премьер-лига. Обзор тура (6+)
12.35 «Специальный репортаж» (12+)
13.00 Есть тема! Прямая трансляция

07.00 «Новости. Утро. 1 КБР», Информационная программа (16+)
06.10 РЕПРЕСКИВИА. «Светлая вода» (12+)
06.25 «Космос». Доктор физико-математических наук Тимур Знеев. Вторая часть (12+)

07.10 «Путь заметки». Петергоф (12+)
07.20 «Ракетные старты Ю. Жирикова». Заслуженный работник АО «Государственный ракетный центр имени академика В.П. Макеева», кавалер ордена Дружбы народов Юрий Жириков (12+)
08.00 «Новости. Утро. 1 КБР», Информационная программа (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Новости 1 КБР», Информационная программа (16+)
17.10 Р. Тома. «Восьмь любящих женщин». Спектакль Русского государственного театра им. М. Горького. Часть вторая (12+)

СКАНАЛ
05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.30, 09.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» (16+)
08.05 «Фирменный рецепт» (12+)

РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных
07.15, 23.55 Д/с «Настоящая война престолов»
08.00 Х/ф «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ» (16+)

09.20 Д/ф «Дочери первых космонавтов»
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.40 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15 «XX век»

19.45 Главная роль
20.05 Д/ф «Театры на краю. Санкт-Петербург»
21.00 Линия жизни
22.05 Т/с «ИДИОТ» (16+)
23.10 Д/ф «Роман в камне»
00.40 «XX век»
01.25 Исторические концерты

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Новости. Утро. 1КБР», Информационная программа (16+)
06.10 «Школьные театры в системе культурной и молодежной политики РФ», Форум (12+)
06.40 «Необычная судьба». Людмила Ашхотова – ветеран космонавтики (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Новости 1КБР», Информационная программа (16+)
17.10 «Хэндырабгэз» («Бабочка»). Детская экологическая программа (каб.яз.) (6+)
17.40 «Зы урэдым и хыбар» («История одной песни») (каб.яз.) (12+)
17.50 «Шнакэбэи и хыгуэфыгуэр» («Культурные ценности») (каб.яз.) (12+)

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+)
08.35 Х/ф «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. РОМАН БЕЗ ПОСЛЕДНЕЙ СТРАНИЦЫ» (16+)

09.30 Т/с «КУЛАГИНЫ» (16+)
03.30 Т/с «КУЛАГИНЫ» (16+)

00.35 «Петровка, 38» (16+)
00.50 Д/ф «Русские тайны. Вещие сны» (16+)
01.35 Хроники московского быта (16+)
02.15 Д/ф «Сталин против Ленина. Поверженный кумир» (16+)
03.00 Х/ф «ЗВОНИТЕ В ПОЛИЦИЮ! ЛОВУШКА ДЛЯ ПРОСТАКА» (16+)

НТВ
04.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.15 «Сегодня»
08.25 Т/с «ПЕС» (16+)

ЗВЕЗДА
05.15 Т/с «ТОЧКА ВЗРЫВА» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00 Новости дня (16+)
09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+)

РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости» (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)

10.00 «СОВБЕЗ» (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+)
12.00 Информационная программа 112» (16+)
12.30 «Новости» (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчет» (12+)
07.00, 09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости
07.05, 11.35, 17.50, 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция

09.05, 12.35 «Специальный репортаж» (12+)
09.25 «Эволюция спорта» (12+)
10.00 Человек из футбола (12+)
10.30 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура (6+)
13.00 Есть тема! Прямая трансляция
14.25 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчет» (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Новости. Утро. 1 КБР», Информационная программа (16+)
06.10 «Репрескивия» (12+)
06.25 «Следуя за мечтой». Линия Шаухухова (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1 КБР», Информационная программа (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Новости 1 КБР», Информационная программа (16+)
17.10 «Партитура». Музыкально-познавательная программа (12+)
17.40 «Это надо знать». Медицинский вестник. Правильное питание - залог здоровья (12+)

СКАНАЛ
05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» (16+)
06.40, 07.05, 07.35, 08.05 «Страна советов» (16+)

РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных
07.15, 18.10, 23.55 Д/с «Настоящая война престолов»
08.00 Х/ф «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ» (16+)

13.00 Д/с «О чем молчат памятники»
13.30 Д/ф «Авраамий Завенягин. Атомный нарком»
14.00 Х/ф «ПЕТЕРБУРГСКАЯ НОЧЬ» (16+)
15.45 Кристальные истории
16.05 Д/ф «Театры на краю. Санкт-Петербург»
17.15 Исторические концерты

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Новости. Утро. 1КБР», Информационная программа (16+)
06.10 «Альбарла» (балк.яз.) (12+)
06.40 «Большие книги» (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1КБР», Информационная программа (16+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Новости 1КБР», Информационная программа (16+)
17.10 «Амманы жомаклары» («Бабушкины сказки») (балк.яз.) (6+)
17.15 «Таула бала таулаула» («Горы и горы») (балк.яз.) (12+)
17.35 «Гукыдэиэи» («Хорошее настроение») (каб.яз.) (12+)

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 Х/ф «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. ТАЙНА КАРТИНЫ КОРОВИНА» (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 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.35 Х/ф «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. ТАЙНА КАРТИНЫ КОРОВИНА» (16+)

СРЕДА, 15 апреля

16.00 «Информационная программа 112» (16+)
16.30 «Новости» (16+)
17.00 «Тайны Чапман» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчет» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.30 Новости
07.05, 11.35, 15.50, 23.35 Все на Матч!

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Дистанционное мошенничество» (12+)

07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
07.10 «Картины из прошлого» (12+)
07.30 «Женщины в науке». Ведущий - кандидат физико-математических наук, лауреат Всероссийского конкурса «Учитель года России-2022» Аслан Кашежев (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+)
17.10 «Искусство в кадре» (12+)

СТАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.45, 13.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» (16+)

РОССИЯ К

10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.40 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15, 00.45 «XX век»

21.30 Д/ф «С любимыми не расставайтесь»
23.10 Монолог в 4-х частях
01.45 Исторические концерты
02.25 Д/ф «Эндоскопическая хирургия»

МНП 24

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Дочь и падчерица». Детский спектакль (6+)

ПРОГРАММА 1 КБР

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

ЧЕТВЕРГ, 16 апреля

00.35 «Петровка, 38» (16+)
00.50 Д/ф «Настоящий детектив. Дорога смерти» (16+)
01.35 Д/ф «Женщины разведки. Операция «Свадьба» (16+)

НТВ

04.50, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)

ТВЦ

13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью» (16+)

ЗВЕЗДА

05.20 Т/с «ПОКУШЕНИЕ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
07.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)

ТВЦ

13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью» (16+)

РЕН

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

16.00 «Информационная программа 112» (16+)
16.30 «Новости» (16+)
17.00 «Тайны Чапман» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчет» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.30 Новости
07.05, 11.35, 15.50, 23.35 Все на Матч!

ОТР

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

07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
07.10 «Будьте осторожны с огнем» (12+)
07.30 «ТВ-галерея». Заслуженный артист КЧР Тауби Мизиев (12+)

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

17.10 «Концерт, посвященный Дню возрождения балкарского народа». Часть первая (12+)

17.50 «Кабардино-Балкария приглашает...» (12+)

18.00 «Ракурс». Выставка работ ювелира Разият Газазовой (12+)

18.30 «Служба «02» сообщает» (16+)

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

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

18.30 «Служба «02» сообщает» (16+)

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

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

18.30 «Служба «02» сообщает» (16+)

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

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

18.30 «Служба «02» сообщает» (16+)

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

20.05 Открытая книга
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Энигма
21.30 Открытие 48-го Московского международного кинофестиваля

23.10 Монолог в 4-х частях
23.55 Д/ф «Настоящая война престолов»
01.55 Исторические концерты

МНП 24

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

06.10 «Лица спорта». Президент федерации КБР по айкудо Алим Эрканов (12+)

06.50 От грамотного пешехода до профессионального водителя (6+)

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

07.10 «Жаша, мени Малкарим!» (балк.яз.) (12+)

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

08.10 «Жылагъузу Луку» («Социальный вопрос»). Профилактика дорожно-транспортного травматизма (балк.яз.) (12+)

08.25 «Жаншархъ». Спортивная программа (балк.яз.) (12+)

08.45 «Лъгъупькыу» («Радауга»). Передача для детей (балк.яз.) (6+)

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

17.10 «Служба «02» сообщает» (16+)

17.25 «Диньмр гъашьэир» («Реалигия и жизнь») (балк.яз.) (12+)

18.00 «Нарт хъыбархэр» («Сказание о нартах»). Детская познавательная программа (балк.яз.) (12+)

18.15 «Спортмайдан» («Спортлоаджакъ») (балк.яз.) (12+)

18.35 «Ма алай!» («Вот так!») (балк.яз.) (12+)

19.00 «Заманы чархы» («Колесо времени»). Древние архитектурные памятники (балк.яз.) (12+)

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

19.45 РЕТОСПЕКТИВА. «Песня табунщика» (12+)

ПЯТНИЦА, 17 апреля

1 КАНАЛ
05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 «Модный приговор» (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)

НТВ
04.25 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»

16.30 «Новости» (16+)
17.00 «Тайны Чапман» (16+)
18.00 «Главные тайны мира» (16+)
19.00 «Информационная программа 112» (16+)

08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
08.10 «Кабардино-Балкария приглашает...» (12+)
08.20 «Веселые нотки». Детская музыкальная программа (6+)

20.50 Линия жизни
21.45 Х/ф «ПАРАД ПЛАНЕТ» (16+)
23.15 МОНГОЛ в 4-х частях
00.00 Х/ф «ЗА ИНОЙ, КАНАЛЬИ!» (16+)

1 КАНАЛ
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники» (12+)
09.45 «Слово пастыря» (0+)

22.10 «Право знать!» (16+)
23.45 Д/ф «Жены диктаторов» (16+)
00.25 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Трагедия отчаяния» (16+)

18.00, 19.25 Т/с «НА РУБЕЖЕ. ОТВЕТНЫЙ УДАР» (16+)
22.15 Х/ф «ДВА ФЕДОРА» (16+)
00.10 «Военная примечка. След в истории»

19.00 Футбол. «Наполи» - «Лацио». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
21.30 Футбол. «Атлетико» - «Реал Сосьедад». Кубок Испании. Финал. Прямая трансляция

16.10 Х/ф «ВЕЧНО ЖИВЫЕ» (16+)
18.35 Д/ф «Современник Волчек»
19.30 Новости культуры
19.45 Д/с «Зоя Богуславская. Мои люди»

СУББОТА, 18 апреля

1 КАНАЛ
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники» (12+)
09.45 «Слово пастыря» (0+)

22.10 «Право знать!» (16+)
23.45 Д/ф «Жены диктаторов» (16+)
00.25 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Трагедия отчаяния» (16+)

18.00, 19.25 Т/с «НА РУБЕЖЕ. ОТВЕТНЫЙ УДАР» (16+)
22.15 Х/ф «ДВА ФЕДОРА» (16+)
00.10 «Военная примечка. След в истории»

19.00 Футбол. «Наполи» - «Лацио». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
21.30 Футбол. «Атлетико» - «Реал Сосьедад». Кубок Испании. Финал. Прямая трансляция

16.10 Х/ф «ВЕЧНО ЖИВЫЕ» (16+)
18.35 Д/ф «Современник Волчек»
19.30 Новости культуры
19.45 Д/с «Зоя Богуславская. Мои люди»

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 апреля

1 КАНАЛ

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

РОССИЯ 1

05.20 Х/ф «МЫ ВСЕ РАВНО БУДЕМ ВМЕСТЕ» (16+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым

ТВЦ

06.05 Х/ф «ЧТО ОН СКАЗАЛ?» (16+)
07.40 Х/ф «ОПАСНЫЙ КРУИЗ» (16+)

09.35 Х/ф «ВЫХОД ЕСТЬ ВСЕГДА» (16+)
11.30 События
11.45 «Петровка, 38» (16+)
11.55 «Наша смешная жизнь» (16+)
12.45 Х/ф «КОЛО № 306» (16+)
14.30 Московская неделя
15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Кинозв в гробу» (16+)

НТВ

04.55 Х/ф «ЗАПРЕТ НА ЛЮБОВЬ» (16+)
06.40 «Центральное телевидение» (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача» (16+)

ЗВЕЗДА

04.50 Х/ф «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК» (16+)
06.35 Х/ф «ПЛАВНЫЙ» (16+)
09.00 Новости недели (16+)
09.25 «Служу России» (12+)
09.55 «Военная приемка» (12+)

Маршалом». Виталий Миньков (12+)
12.20 Д/с «Война миров» (16+)
13.10 «Код доступа» (12+)
13.40 «Улика из прошлого» (16+)
14.50 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндэйным (16+)

РЕН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бордюром утром!» (16+)
08.30, 12.30, 16.30 «Новости» (16+)
09.00 «Самая народная программа» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. И. Махачев - Дж.Д. Маддалена. UFC. Трансляция из США (16+)
07.00, 09.00, 12.55 Новости
07.05, 13.00, 19.00, 01.05 Все на Матч! Прямая трансляция

«Зенит» (Санкт-Петербург). МИР. Российская премьер-лига. Прямая трансляция
16.30 Хоккей. Фонбет. Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция
19.15 Футбол. «Краснодар» - «Балтика» (Калининградская область). МИР. Российская премьер-лига. Прямая трансляция

ОТР

06.00 РЕТРОСПЕКТИВА. «Аргундский маяк» (12+)
06.10 «Недетский вопрос». Актер и певец Д. Теунов (12+)
07.00 «Здоровый выбор» (12+)
07.25 «Концерт органной музыки» (12+)

СТРАНАТ

05.00 М/с «Маша и Медведь» (0+)
05.10 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-3» (16+)
09.00 «Фирменный рецепт» (12+)
09.30 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-3» (16+)
13.05 Т/с «ШАЛЬОН ОТЕЛД» (16+)
22.15 Х/ф «ПЕРЕХВАТ» (16+)
00.00 Т/с «ТАЙФУН» (16+)
03.25 Т/с «СВИДЕТЕЛИ» (16+)

14.35 Д/с «Элементы» с Алексеем Филатовым»
15.05 Иллозион
16.30 Картина мира с Михаилом Кувальчукком
17.10 Д/с «Первые в мире»
17.25 Пешком...
17.55 Романтика романса
18.45 Д/ф «Виноцвет доказана»
19.30, 19.45 Новости культуры
20.25 Х/ф «ПЕЧИК-ЛАВОЧКИ» (16+)

МИР 24

06.00 «Право на права». Юридическая телерадиограмма (12+)
06.40 «Дорога домой». Семья Кушковых (12+)
07.10 «Кьяфакүзэр» («Танцоры») (каб. яз.) (12+)
07.55 «Республикан счыкыбархэр». Информационная программа (каб. яз.) (16+)

08.10 «Сизге кыясын иги сёзюм» («С вами живет мое доброе слово») (балк. яз.) (12+)
08.45 «Ийкыш». Информационная программа (балк. яз.) (16+)
17.00 Северо-Кавказский фестиваль юмора им. народных артистов РФ К. Дышековой и А. Тухужева. Часть первая (12+)

РАДИО КБР

Понедельник, 13 апреля
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 зыуцэпэлэм»
03.30 «Жыщыбг нэужьым»
03.00, 20.05 «Орайда»
04.00, 23.00 «Жангырышхэр»
06.35, 21.35 «Полезно знать» (12+)

Вторник, 14 апреля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыщыбг нэужьым»
02.00, 20.25 «Орайда»
02.30, 22.30 «Гушыэлэлэ» (16+)

10.50, 13.50 «Лъапкэ луцгыгэ» (6+)
11.05, 17.35 «Халжэ жырла»
11.30 «Миллет казэбэздан» (12+)
12.05, 18.05 «Интервал QT» (16+)
12.25, 18.25 «Планета детства» (6+)

Среда, 15 апреля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыщыбг нэужьым»
02.00, 20.25, 23.30 «Орайда»
02.35 «Фэр папцэ»
03.20, 21.25 «Хорошее настроение» (12+)

Четверг, 16 апреля

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 гытылыгышхэр»
02.00, 20.05 «Орайда»
03.25, 09.30, 15.35, 21.25 «Голоса Кавказа»

08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
09.00, 15.05 «Алтын хаза»
09.20, 17.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.20, 15.25, 21.30 «Планета детства» (6+)

Пятница, 17 апреля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыщыбг нэужьым»
02.00, 20.25, 23.25 «Орайда»
04.00 «Дингыгэ» (16+)
04.10 «Еджапэлэ» (16+)
04.30, 22.00 «Щалэгыз»
05.00, 20.25 «Алтын хаза»
05.30, 23.00 «Ауаз» (16+)

Суббота, 18 апреля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыщыбг нэужьым»
02.00, 03.30, 20.00, 23.30 «Орайда»
02.30, 20.35 «Тай макъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гысузэ зыгьэлэсху»
05.00 «Ууаз» (16+)

08.35 «Тай макъамла»
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа»
10.05 «Гышэим и дамыгыз» (16+)
10.25, 16.05 «Прозам и напкыуцэхэр»
10.45, 16.45 «Лэгьыпкыкы» (6+)

Пятница, 17 апреля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыщыбг нэужьым»
02.00, 03.30, 20.00, 23.30 «Орайда»
02.30, 20.35 «Тай макъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гысузэ зыгьэлэсху»
05.00 «Ууаз» (16+)

Суббота, 18 апреля

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыщыбг нэужьым»
02.00, 03.30, 20.00, 23.30 «Орайда»
02.30, 20.35 «Тай макъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гысузэ зыгьэлэсху»
05.00 «Ууаз» (16+)

11.21, 16.21 «Топалайчыкы» (6+)
11.30, 16.30 «Акъ таулары жырлары»
12.00, 18.00 «Хорошее настроение» (12+)
12.44, 18.44 «Спорт-лайн» (12+)
14.00 «Утыку»
19.45 «Турхъан» (6+)

Воскресенье, 19 апреля

00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.38 «Лъапкым и фыгууцэхэр»
02.00 «Жыщыбг нэужьым»
03.00, 20.00 «Орайда»
03.25, 20.25 «Айсурат»
04.30, 23.00 «Акъ таулары жырлары»
05.25, 21.25 «Позитивная волна»
06.44, 09.45, 17.50 «Спорт-лайн» (12+)

Итого недели

07.00, 13.00 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+)
07.40, 14.40 «Фэр папцэ»
07.10, 15.10 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.45, 15.40 «Акыльманла сёзлери» (12+)
09.00, 17.10 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.35, 17.40 «Полезно знать» (12+)

Редакция не несет ответственности за содержание текстов программ ТВ-каналов

График совершения намазов по КБР

Table with 7 columns: Day, Time, Utrennyi, Vosход, Obеден., Предвечер., Вечерн., Ночной. Rows show prayer times for 13.04, 14.04, 15.04, 16.04, 17.04, 18.04, 19.04.

В Национальном музее КБР состоялось открытие ежегодного благотворительного фестиваля особого творчества «Человек дождя». Мероприятие было приурочено к Всемирному дню распространения информации об аутизме, который проводится с 2008 года.

Фестиваль «Человек дождя» - это благотворительное мероприятие, посвященное творчеству людей с особыми потребностями. В этом году он проходит в шестой раз и впервые приобрел всероссийский масштаб. В числе организаторов - доктор медицинских наук, врач-психотерапевт Лейла ТЕМОЕВА, которая много внимания в своей профессиональной деятельности уделяет проблемам аутизма. К участию в выставке присоединились юные художники из Санкт-Петербурга, Донецка и Пятигорска. В 2026 году Всемирный день посвящен теме «Аутизм и человечество - каждая жизнь имеет ценность». Основная цель фестиваля - привлечь внимание к проблемам детей с аутизмом, рассказать о их жизни и способностях, а также поддержать таланты и помочь им интегрироваться в общество. Организаторы отметили, что средства, вырученные от продажи работ, будут направлены на оплату занятий для детей из малообеспеченных семей.

Фестиваль родился благодаря жителю Кабардино-Балкарии - юному художнику с особенностями в развитии Амиру ИВАЗОВУ. Его искреннее творчество вдохновило множество детей, увлеченных рисованием. Одной из первых его работ стала картина «Человек дождя», которая и дала название фестивалю. Амир начал рисовать с двух лет, а в пять уже был в числе профессионалов. Первая благотворительная выставка Амира Ивазова прошла в 2021 году, после чего проект перерос в масштабный фестиваль.

## ЗАГЛЯНУТЬ ЗА ГОРИЗОНТ



Министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ отметил: «Посещая все выставки этого фестиваля, я не перестаю удивляться чистоте, простоте и доброте этих работ. Они заставляют остановиться, взглянуть и заглянуть за горизонт, который видят эти дети. Спасибо всем, кто помогает увидеть нашу жизнь глазами замечательных детей. Надеюсь, выставку посетят не только жители республики. Спасибо Амиру и его маме за труд, чуткость и доброту».

Альберт ТЮБЕЕВ, советник Главы КБР, рассказал собравшимся о том, как зародился фестиваль, и вспомнил, каким юным был Амир, ныне студент колледжа дизайнера КБГУ. А. Тюбеев подчеркнул, что фестиваль с каждым годом становится все более популярным, а работы участников демонстрируют их уникальный и неповторимый взгляд на мир. Он выразил признательность маме Амира, руководителю коррекционного центра «Индиго» Ренате СОХОВОЙ,



и всем, кто оказывает поддержку этим талантливым детям.

Главный врач психоневрологического диспансера Ольга УДАЛОВА подчеркнула, что дети с аутизмом видят мир по-своему и мыслят иначе: «Наша цель - помочь им стать полноценными членами общества. Вовлекать их в жизнь, а не изолировать. Давать возможность раскрыть таланты. Ведь это уникальные личности с особым взглядом и мечтами. Картины Амира Ивазова украшают стены Центра ментального здоровья детей РКЦПин. Наши маленькие пациенты с интересом рассматривают их и спрашивают, кто их автор». О Удалова пожелала юному художнику дальнейших творческих успехов.

В мероприятии приняли участие председатель Комитета Парламента КБР Амырбий ТЕКУЕВ, председатель Федерации профсоюзов КБР Фатима АМШОКОВА, заместитель министра цифрового развития, связи



## • ФЕСТИВАЛЬ

и массовых коммуникаций Мурат ГИЛИЕВ, представители Министерства труда и социальной защиты КБР, а также известные художники республики: Анатолий ЖИЛОВ, Заурбек БГАЖНОВ, Геннадий ТЕМИРКАНОВ и Ауэс ДЗАГАЛОВ. Они выразили искреннее восхищение творчеством детей с особыми потребностями. Отметили глубину чувств и силу духа, проявляемые юными художниками, а также жанровое и видовое разнообразие их произведений, свидетельствующее о высоком уровне художественного мастерства. Более того, гости выразили готовность оказывать всестороннюю поддержку и помощь детям в их творческой деятельности.

Организатор фестиваля Рената Сохова поблагодарила всех, кто посетил выставку и поддержал проект. «Участников нашего фестиваля уже больше шестидесяти, и я очень рада, что сегодня мы являемся причиной ваших улыбок», - сказала она.

Церемония открытия выставки была украшена выступлениями юных артистов, что придало мероприятию особую эмоциональную насыщенность. Посетители с удовольствием подпевали артистам. В завершение праздника участники и гости выпустили в небо синие шары, являющиеся международным символом аутизма, что подчеркнуло тематику мероприятия. Ребята приняли участие в хороводе и получили дипломы и подарки.

Выставка будет доступна для посещения в течение трех недель.

**Алена КАРАТЛЯШЕВА.**  
Фото Тамары Ардавовай

## ПАСХАЛЬНАЯ ТЕМАТИКА В РУКОДЕЛИИ - ОГРОМНОЕ ПРОСТРАНСТВО ДЛЯ ФАНТАЗИЙ И ИДЕЙ

### • МАСТЕРСКАЯ

В минувшее воскресенье клуб «Рукодельницы и мастера Прохладного» провел в городском сквере перед гостиницей выставку-ярмарку «Пасхальный сувенир». На ней были представлены сувениры и подарки ручной работы и проведены тематические мастер-классы. Руководитель клуба ТАТЬЯНА ГАЕВА сообщила, что подобные выставки, приуроченные к главному христианскому празднику, проводятся ежегодно. В этом году в нем приняло участие около тридцати мастериц из Прохладного и Нальчика.



Работа В. Лапшиной

Пасхальное рукоделие - это создание уютного декора своими руками. К нему можно отнести крашение яиц (декупаж - наклеивание на вареные или деревянные яйца красивых салфеток с цветочным мотивом с помощью яичного белка или клея ПВА, роспись - создание узоров акриловыми красками, маркерами или свечным воском). Можно изготовить декор с использованием нитей и лент: обмотанные яиц декоративным шнуром, кружевом или атласными лентами. Еще один вид рукоделия - это создание пасхальных венков, корзинок из фетра, игрушек из лыка, бумажных гирлянд и композиций с искусственной травой. Для пасхального венка изготавливается основа из лозы или пенопласта, украшенная искусственными цветами, мхом, перепелиными яйцами и перьями. Популярны также весенние букеты (тольпаны, нарциссы), тематические открытки и украшения куличей. Не менее красивы композиции в корзинке: стеклянная чаша или корзина, наполненная искусственной травой, искусственными цветами и окрашенными яйцами. Пасхальное дерево представляет собой сухие ветки в вазе, украшенные подвесными яйцами из фетра, картона или папье-маше. Рукоделие из фетра и текстиля представлено



Работа Э. Евревой



Работа Е. Луфференко

корзинками и подставками, пошив или склеивание маленьких корзинок из гипса. Рукоделием начала заниматься три года назад и очень увлеклась этим делом. У меня есть достаточно много идей, которые мне хотелось бы воплотить в реальность.

На этой выставке я представила посетителям сувениры из мыла и воска ручной работы на пасхальную тематику. Это огромное пространство для фантазий и идей, которые можно свободно развивать и воплощать в своем творчестве, превращая их в нечто уникальное и вдохновляющее. Мне этот праздник еще с детства оставил светлые и теплые воспоминания, когда мы собирались всей семьей, раскрашивали яйца и пекли куличи.

Екатерина ЛУФЕРЕНКО: - Я изготавливаю мыло, свечи и изделия из гипса. Рукоделием начала заниматься три года назад и очень увлеклась этим делом. У меня есть достаточно много идей, которые мне хотелось бы воплотить в реальность.

На этой выставке я представила посетителям сувениры из мыла и воска ручной работы на пасхальную тематику. Это огромное пространство для фантазий и идей, которые можно свободно развивать и воплощать в своем творчестве, превращая их в нечто уникальное и вдохновляющее. Мне этот праздник еще с детства оставил светлые и теплые воспоминания, когда мы собирались всей семьей, раскрашивали яйца и пекли куличи.

Валентина КОРОТЧЕНКО: - Первую пасхальную выставку мы, участники клуба «Рукодельницы и мастера Прохладного», провели



В. Коротченко

в 2015 году и с тех пор поддерживаем эту традицию, каждый раз стараясь привнести в творческий процесс что-то новое. В прошлом году проводили большую выставку-ярмарку, приглашали участников из других мест. В этом году также прошла большая выставка.

Поскольку я занимаюсь изготовлением кукол в народных традициях, то провожу мастер-классы для детей и взрослых, такие как «Пасхальный зайчик» и «Пасхальная птичка» в технике «кукол-мотанок». На выставку сделала куклу «Вербница». Это олицетворение женщины, спешащей на службу в Вербное воскресенье с веткой вербы; куклу «Пасха» в виде женщины с корзиной куличей и пасхальных яиц; «Пасхальная голубка», символ воззвания о воскресении Христа; «Куколка с сюрпризом» (внутри пасхальное яйцо) и т.п. Я делаю также кукол-балаганчиков в виде цыплят, зайчиков, клоунов, которыми можно управлять, играть, а еще кукол-перевертышей: «Девушка-Баба» и

«Четыре времени года», кукол-бурелюков и много другого.

Кроме того, шила тематические прихватки в виде пасхальных яиц, курочек, цыплят, грелку на чайник в виде курочки с цыплятами. Хотелось как то разнообразить ассортимент, чтобы, тем кто придет на выставку, было интересно, чтобы она надолго запомнилась. Я, например, на всю жизнь запомнила один такой праздник в конце 50-х годов прошлого века. Была тогда совсем маленькой, но хорошо все помню. В Воскресное Пасхальное утро мы с мамой пошли к кладбищу, и там, на подходе, метров за пятьдесят с двух сторон была целая неформальная ярмарка (в то время официальных пасхальных ярмарок не проводили). Прямо на полу, на расстеленных платках лежали куличи, крашенные яйца, сладости. Все было в цветах. Продавали цветы букетами - сирень, рассадой - анютины глазки и маргаритки, продавали искусственные цветы и маленькие веночки. Для детворы продавали леденцы - петушки на палочке, деревянные птички-свищульки, деревянные резные лошадки, яркие разноцветные шаррики на резиновой веревочке, бочонки, привязанные к палочке (когда их вертели, они издавали свист). Очень интересные, расплывчатые вручную, надутые, именно надутые, шаррики. Сейчас мы провели праздничную Пасхальную выставку-ярмарку. Надеюсь, что дети, которые побывали на ней со своими родственниками, тоже почувствовали яркую, праздничную атмосферу.

**Ольга КАЛАШНИКОВА.**  
Фото предоставлено клубом  
«Рукодельницы и мастера Прохладного»



## Влюбленная в кофе

Я настоящий кофеман, и уже много лет мой день начинается с ароматного кофе. Каждое утро я просыпаюсь с мыслью о чашке этого бодрящего напитка, который помогает мне настроиться на продуктивный день. Кофе стал не просто привычкой, а важной частью моей жизни.

Недавно я начала чувствовать перебои в сердце, и, естественно, обратилась к врачу. После обследования доктор посоветовал мне пройти курс лечения и отказаться от кофеина. Он объяснил, что кофеин может негативно влиять на мое здоровье и усугублять проблемы с сердцем.

Понимая, что врач прав, я решила следовать его рекомендациям. Но отказаться от кофе оказалось гораздо сложнее, чем я думала. Первые дни без кофе были настоящим кошмаром. Голова казалась тяжелой, сосредоточиться было трудно, и общее состояние оставляло желать лучшего.

Я пыталась найти замену кофе, пробовала разные чаи и напитки, даже матчу заваривала, но ничего не помогало так же, как чашка хорошего кофе. Мысли о нем постоянно возвращались, и я была раздраженной и беспокойной.

Несмотря на все трудности, продолжала следовать рекомендациям врача. Надеюсь, что со временем мое тело привыкнет к новому режиму, и я смогу отказаться от кофе без таких сложностей. Но каждый раз, когда я проходила мимо кофейни или чувствовала аромат горячего кофе, мне было сложно удержаться.

Сейчас понимаю, что это зависимость, и хочу справиться с ней ради своего здоровья. Я стараюсь найти другие способы поднять себе настроение и взбодриться, например, занимаюсь спортом или читаю книги. Но иногда я все равно скучаю по своему любимому напитку.

Надеюсь, что курс лечения поможет мне улучшить здоровье, и я смогу научиться жить без кофе. Но пока это испытание продолжается, и я стараюсь быть терпеливой к себе.

Вика

## ВМЕСТО ТАБЛЕТОК — СТЕЖКИ

Какое-то время назад у меня появилась хроническая тревожность. Постоянное беспокойство не проходило, нарушился сон, аппетит. Я поняла, что сама не справляюсь, и записалась к психологу.

На приеме я открыто рассказала о своих переживаниях. Психолог внимательно выслушала меня и предложила попробовать заняться рукоделием. Я была удивлена, ведь обычно в таких случаях прописывают антидепрессанты. Но я решила дать этому методу шанс.

Купила набор для вышивания и начала. На первых порах было трудно сосредоточиться, руки дрожали, а мысли возвращались к тревогам. Но постепенно я втянулась. Нить за нитью, стежок за стежком, напряжение начинало отступать.

С каждым днем я ощущала себя все лучше. Рукоделие стало моим способом справиться с тревогой, хотя и не полностью. Я поняла, что психолог предложила мне не просто занятие, а способ отвлечься от негативных мыслей.

Теперь я часто рукодельничаю, хотя и не могу сказать, что полностью избавилась от тревоги. Но это занятие помогает мне чувствовать себя спокойнее и увереннее. Спасибо психологу за ее необычный, но действенный совет.

Ира

## (НЕ)ХОРОШАЯ ДЛЯ ВСЕХ

Всю свою жизнь я старалась быть хорошей. Опиралась на мнение окружающих, делала все, чтобы меня любили и принимали. Я хотела быть частью чего-то большего, хотела, чтобы мной гордились.

Старалась быть идеальной дочерью, подругой, коллегой. Жертвовала своими интересами и временем, чтобы угодить другим. Я думала, что это и есть путь к счастью и успеху. И если я буду относиться так к окружающим, то получу то же и по отношению к себе.

Но со временем я начала замечать, что люди вокруг не всегда искренни. Они говорят то, что другие хотят услышать, делают то, что выгодно им. Их интересуют только они сами.

Постепенно начала понимать, что за всеми этими улыбками и словами скрываются корыстные мотивы. Люди готовы идти по головам, лишь бы достичь своих целей. И я вдруг осознала, что это касается практически всех вокруг.

Конечно, я не говорю, что все люди такие. Но я поняла, что не могу больше полагаться на чужое мнение. Я должна научиться доверять себе и своим чувствам. Должна жить так, как хочу, а не так, как от меня ждут.

Это было непросто. Я боялась перемен, боялась потерять людей, которые были рядом. Но я поняла, что это единственный путь к настоящей свободе, наверное.

Теперь я стараюсь жить для себя. Делаю то, что приносит мне радость, прибыль или удовлетворение. И не боюсь высказывать свое мнение, даже если оно отличается от мнения окружающих. Я поняла, что важно быть честной с собой и с другими.

Конечно, это не всегда легко. Но я верю, что это правильный путь. И я готова идти по нему, даже если он будет непростым.

Лиля

## МЕЖДУ ТРАДИЦИЯМИ И СОВРЕМЕННОСТЬЮ

Всегда мечтала о традиционной свадьбе, чтобы все было по древним обычаям адыгов. Для меня это не просто церемония, а значимое событие, которое должно объединять людей и передавать культуру из поколения в поколение. Я видела себя в окружении близких людей, в национальных нарядах, под звуки национальной музыки.

Но мой жених мечтает о современной, европейской свадьбе. Он говорит, что хочет что-то более простое и лаконичное, без лишних условностей. Споры по этому поводу у нас идут уже давно, и я не понимаю его упрямства. Ведь свадьба - это мой день, день, когда я должна почувствовать себя особенной.

Я понимаю, что у каждого человека свои представления о том, как должна выглядеть свадьба. Но для меня это не просто формальность, а возможность выразить свою культуру и идентичность. Я хочу, чтобы в этот день все было идеально, чтобы каждый элемент имел свой смысл и значение.

Мы с женихом долго обсуждали наши желания и в итоге решили попробовать найти компромисс.

Я предложила включить в программу некоторые элементы традиционных обычаев, которые не противостоят современным тенденциям. Например, можно устроить церемонию под открытым небом, пригласить музыкантов, исполняющих национальные мелодии, и выбрать для меня красивую традиционную платформу.

Жених был открыт к обсуждению и согласился попробовать. Мы начали планировать свадьбу, учитывая наши общие пожелания. Я чувствую, что мы движемся в правильном направлении, и надеюсь, что в итоге сможем создать что-то уникальное и особенное, что будет отражать наши ценности и взгляды.

Конечно, иногда я все еще переживаю из-за того, что мы не можем прийти к полному согласию. Но я верю, что наша любовь и желание сделать этот день особенным помогут нам преодолеть все разногласия. В конце концов, свадьба - это начало нового этапа в жизни, и я хочу, чтобы он был наполнен радостью, любовью и уважением к нашим традициям.

Дарина

## Контроль на кухне

Когда у меня проблемы или надо принять важное решение, я часто иду на кухню. Это место, где я нахожу покой.

Готовка для меня как ритуал. Начинаю с простых блюд, типа блинов или кефев. Каждый шаг требует внимания, и я отвлекаюсь от тревожных мыслей. Могу полностью погрузиться в процесс, следить за всем и контролировать результат. Это дает уверенность и контроль, что важно в трудные моменты.

Иногда добавляю что-то свое в рецепт, экспериментирую с ингредиентами. Это весело, особенно когда результат неизвестен. Пару раз пострадал муж, пришлось отпаивать сорбентами. Но он остается стойким сторонником моих кулинарных шедевров, за что ему огромное спасибо. А я чувствую себя

творцом, создаю что-то вкусное и уникальное.

Аромат свежей выпечки наполняет кухню, создавая уютную атмосферу. Этот запах успокаивает меня и направляет на позитив. Все вокруг кажется проще и понятнее, и я чувствую, что справлюсь с любыми трудностями.

Не всегда сразу нахожу решение, но знаю, что занимаюсь чем-то, требующим внимания, могу успокоиться и взглянуть на проблему по-новому. Этот маленький ритуал помогает восстановить внутренний баланс и найти силы для действий.

Я благодарна за эту привычку, которую унаследовала от бабушки. Она стала моим якорем в трудные моменты. Напоминает, что даже в сложных ситуациях можно найти спокойствие и уверенность.

Амина

## Едим догма

В последнее время я все чаще задумывалась о том, что мой образ жизни не совсем здоровый. Работа была настолько загруженной, что на приготовление еды времени просто не оставалось. Поэтому я долго заказывала еду на вынос или ела в кафе.

Конечно, это было удобно и быстро, но со временем я начала понимать, что такая привычка не приносит пользы моему здоровью. Часто чувствовала себя уставшей, появились отеки, и даже вес начал расти.

И вот однажды я решила изменить свои привычки. Мне надоело тратить деньги на еду вне дома и терять время на поиски кафе. Я подумала, что могу приготовить еду заранее и брать ее с собой на работу.

Сначала было непросто привыкнуть к новому расписанию. Но я постепенно начала делать полуфабрикаты на запас. Вечером готовила несколько порций блюд, которые можно было разогреть в микроволновке или на плите. Это занимало больше времени, чем заказ готовой еды, но я понимала, что это стоило.

С тех пор как начала готовить еду дома, я вставала на полчаса раньше утром, чтобы успеть все сделать. И вы знаете, это стало настоящим ритуалом - готовить еду на день. Я начала планировать меню, выбирать свежие продукты и экспериментировать с рецептами.

И результаты не заставили себя ждать. Я почувствовала прилив сил и энергии, отеки стали меньше, а вес снизился на пару килограммов. Я не голодала, просто перешла на домашнюю еду - и разница оказалась огромной.

Теперь уверена, что правильное питание - это не только полезно, но и вкусно. Я наслаждаюсь каждой ложкой домашней еды и чувствую себя гораздо лучше. Уверена, что мой пример может вдохновить других людей изменить свои привычки и улучшить здоровье.

Л.Н.

## Я просим посмотреть...

В свободное время я люблю листать онлайн-магазины. Это мой способ расслабиться и отвлечься от повседневных забот. Я могу часами разглядывать товары, изучать описания и представлять, как они могли бы вписаться в мою жизнь.

Мне нравятся разнообразие ассортимента: от одежды и обуви до косметики и бытовых товаров. Иногда я закидываю понравившиеся вещи в избранное на случай, если они вдруг понадобятся. Мой муж иногда говорит, что это все равно что бесконечно ходить по магазину. Но в чем проблема? Я же не делаю лишних покупок, которые могут повлиять на бюджет или быт. Я просто изучаю ассортимент, и это не мешает мне выполнять семейные обязанности.

Муж порой ругается, но я не вижу в этом ничего плохого. У каждого свои способы расслабиться, и я считаю, что мой вполне безобиден. Пока листаю интернет-магазины, могу помечтать о том, как бы я хотела обновить свой гардероб или попробовать новые косметические средства. Это помогает мне на время забыть о повседневных заботах и просто наслаждаться процессом.

Иногда я думаю, что мужу просто не понять моего увлечения. Он предпочитает другие способы отдыха, например, игры. Но я не считаю это поводом для споров. В конце концов, мы все разные, и у каждого свои интересы.

Мария

## МЕЧТЫ ПОСЛЕ ПЯТИДЕСЯТИ

В молодости я была настоящим городским жителем, для которого главное - свобода и возможность исследовать мир. Я не обращала особого внимания на бытовые мелочи, вроде того, где я живу и на чем езжу. Мне казалось, что комфорт - это не главное в жизни. Я могла жить в однокомнатной квартире и спать на разбитом диване, и это не мешало мне наслаждаться каждым днем.

Так и началась наша семейная жизнь с мужем. У нас не было ничего, кроме друг друга и надежды на лучшее будущее. Мы были полны энергии и готовы преодолевать любые трудности вместе.

Но с годами что-то изменилось. Чем я старше, тем сильнее меня тянет к земле, к природе. Начинаю понимать, что комфорт и уют - это не просто слова, а важная часть жизни.

Теперь я мечтаю о своем частном доме, где можно было бы создать уютное гнездышко для нас обоих. О красивой мебели, удобной кровати с ортопедическим матрасом, чтобы сон был крепким и спокойным. О красивых шторах, которые будут создавать уютную атмосферу в доме. И, конечно, о пароварке и других бытовых приборах, которые упростят нашу жизнь и сделают ее более комфортной.

Я думала, что такие желания появляются только у определенного типа людей, но нет. Возраст влияет на всех, и я не исключение. Теперь понимаю, что комфорт и уют - это признак не слабости, а зрелости и желания создать для себя и близких лучшее будущее.

Иногда вспоминаю те времена, когда мы с мужем начинали жить вместе, и улыбаюсь. Мы прошли через многое, и я благодарна судьбе за каждый прожитый момент. Но теперь я хочу большего - хочу создать для нас с мужем дом, где мы сможем быть счастливыми и наслаждаться каждым днем.

Марита

## НЕ ПОДВИГИ, А СТАБИЛЬНОСТЬ



Минздрав РФ проводит с 6 по 12 апреля неделю продвижения здорового образа жизни. Она приурочена к Всемирному дню здоровья, который отмечается ежегодно 7 апреля в день создания Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в 1948 году. Это международный праздник, цель которого - привлечь внимание к важности здорового образа жизни, профилактики заболеваний и необходимости всеобщего доступа к качественной медицинской помощи.

**Консультант рубрики – врач-терапевт нальчикской городской поликлиники № 3 Алиса МУСУКАЕВА.**

- Каждый день мы видим пациентов, которые искренне хотят быть здоровыми, но часто представляют себе этот путь как череду жестких ограничений. Многие думают, что здоровый образ жизни - это изнурительные тренировки, строгие диеты и полный отказ от привычных радостей. Но это не так.

С медицинской точки зрения, основа здоровья - не подвиги, а стабильность. Наш организм любит предсказуемость. Ему не нужны экстремальные нагрузки, ему нужен регулярный сон, умеренное движение и сбалансированное питание без крайностей. Когда человек ложится и встает примерно в одно и то же время, когда он находит возможность проходить хотя бы несколько километров в день, когда его пища разнообразна и содержит необходимое количество белков, жиров и углеводов - тело начинает работать как надежный механизм.

Каждый день без курения, каждая прогулка в парке - это небольшой

вклад. Они незаметны по отдельности, но через годы именно они составляют капитал, который позволит вам оставаться активным, бодрым и свободным от болезней. Обратная сторона тоже верна: вредные привычки - это постоянные траты, которые организм вынужден компенсировать с каждым годом все дороже.

Но есть один важный момент, который мы, врачи, подчеркиваем особо. Вы можете идеально питаться и много гулять, но вы никогда не увидите внутренние процессы своими глазами. Повышенное давление не болит до инсульта. Сахар в крови не беспокоит до диабета. Холестериновые бляшки не дают о себе знать до инфаркта. Человек чувствует себя прекрасно, а его сосуды или обмен веществ уже требуют внимания. Это не запугивание, это реальность, с которой мы сталкиваемся ежедневно.

Именно поэтому я как врач обращаюсь к вам с простой и конкретной просьбой. Не нужно гадать о состоянии своего здоровья и полагаться только на самочувствие. Самый правильный, самый надежный шаг, который вы можете сделать прямо сейчас, - пройти диспансеризацию.

Это бесплатно, это занимает совсем немного времени, и это дает ответы на главные вопросы. Анализ крови, электрокардиограмма, осмотр терапевта — стандартный набор, который позволяет вовремя заметить первые признаки неполадок. Когда мы находим проблему на ранней стадии, в девяти случаях из десяти достаточно просто скорректировать питание или добавить легкую нагрузку. Без сложных лекарств и тем более без больницы.

Не откладывайте заботу о себе на потом. Ваше здоровье не требует героизма - оно требует внимания. Запишитесь на диспансеризацию в ближайшие дни. Придите к нам, врачам, за объективной картиной. Позвольте себе знать правду о своем теле - и тогда вы сможете жить долго, активно и без страха за завтрашний день. Это лучше, что вы можете для себя сделать.

Всемирный день здоровья, который отмечается 7 апреля, проводится каждый год с новым девизом. В 2026 году он сформулирован так: «Вместе за здоровье. Вместе с наукой». Мероприятия, приуроченные к этому дню, ориентированы на внедрение научных достижений в практику и концепцию «Единое здоровье». Основной акцент делается на роли науки в улучшении качества жизни, развитии профилактики и укреплении здоровья.

Ключевые аспекты темы 2026 года: «Вместе с наукой»: акцент на использовании научных данных для формирования здорового будущего. «Единое здоровье»: признание взаимосвязи здоровья людей, животных и окружающей среды. Профилактика и долголетие: акцент на активном долголетии, здоровом образе жизни и ответственном отношении к здоровью. Научный прогресс: популяризация достижений науки для борьбы с болезнями.

Кампания призывает к повышению научной грамотности и осведомленности о том, как наука меняет жизнь к лучшему.

Всемирный день здоровья служит призывом к людям всего мира доверять достижениям науки. В этом году динамику кампании будут определять два события мирового масштаба - Международный саммит «Единое здоровье», организуемый ВОЗ, и первый Глобальный форум сотрудничающих центров ВОЗ, в котором примут участие представители почти 800 научных коллективов из более чем 80 стран. В совокупности эти мероприятия станут крупнейшей в истории площадкой сетевого взаимодействия под эгидой учреждения Организации Объединенных Наций, демонстрируя потенциал научных партнеров для построения более здорового и безопасного будущего в интересах всех людей.

**Фотоколлаж Тамары Ардавой**

## • ЗДОРОВЬЕ

### Персонализированную вакцину от рака отечественного производства впервые применили в России

**В НИИЦ радиологии Минздрава России впервые в клинической практике применили персонализированную противоопухолевую мРНК-вакцину «Неонковак» у пациента с меланомой кожи.**

Первым пациентом стал 60-летний житель Курской области, с диагнозом меланомы кожи. Сейчас пациент находится в процессе иммунотерапии. Несмотря на проводимое лечение, сохраняется высокий риск дальнейшего прогрессирования и стандартные возможности будут крайне ограничены. В этих условиях применение персонализированной мРНК-вакцины рассматривается как средство контроля над заболеванием.

Лечение проходит поэтапно. В первый, восьмой и 15-й дни вакцину дают с увеличением дозы, а затем один раз в 21 день до 10 введений.

«Сегодня мы находимся в точке, когда онкология становится по-настоящему персонализированной. Впервые мы применили мРНК-вакцину, созданную под конкретного пациента. Это принципиально иной подход - не просто лечить заболевание, а «обучать» иммунную систему распознавать и уничтожать именно те клетки, которые представляют угрозу. Важно, что благодаря поддержке государства нам удалось сформировать регуляторную модель, позволяющую максимально быстро доводить такие технологии до пациента. При условии успешного «запуска» препарата для лечения меланомы кожи, мы, конечно же, будем рассматривать возможности расширения показаний к применению подобных вакцин», - прокомментировал генеральный директор НИИЦ радиологии Минздрава России, академик РАН Андрей КАПРИН.

В свою очередь директор НИЦЭМ им. А. Ф. Гамалея Минздрава России, академик РАН Денис ЛОГУНОВ уточнил, что в вакцину включили лучшие генетические конструкции и элементы. «Мы провели большую подготовительную работу. Лучшие программные решения мы также внедрили в эту разработку», - сказал он.

### Дистанционный мониторинг глюкозы стал доступен при ограничении интернета

**Системы дистанционного мониторинга глюкозы включили в «белый список». Теперь они будут доступны в периоды ограничения мобильного интернета, сообщает Минцифры. Такие сервисы позволяют получать на смартфоны информацию об уровне сахара в крови от персональных медицинских приборов.**

Список систем пополнили Yuwell Anytime, Follow Anytime, Anytime, Anytime Follow, POCTech CGM, «ДиаНянь», iCan Health, iCan Reach, Syai Link, FreeStyle LibreLink, FreeStyle Libre 2, Glutec, Lumiflex, Lumiflex Linx, Lumipod, Hematonix, Hematonix Max, MQ CGM, Medtrum EasyPatch, Medtrum EasyTouch, Medtrum EasyFollow, Medtrum EasySense.

Также доступны будут мобильные приложения «М-Лайн. Дистанционный контроль сахарного диабета», Inme и «Сателлит Online», информационная система IoMT.Istok и медицинские изделия Inme. Все эти сервисы используют вычислительные ресурсы и обрабатывают данные исключительно на территории России.

Следует отметить, что «белый список» актуален только при ограничении мобильного интернета.

## Около 2,3 трлн рублей на социальную поддержку семей с детьми

**Почти 2,3 трлн рублей было израсходовано в 2025 году в России на реализацию мер социальной поддержки для семей с детьми, говорится в докладе Счетной палаты РФ о ходе исполнения бюджета Социального фонда России за 2025 год.**

Отмечается, что на реализацию мер социальной поддержки семей с детьми израсходовано 2 280 969,29 млн рублей (98,1% годового объема), что на 80 356,05 млн

рублей (на 3,7%) больше расходов за 2024 год. Основная доля расходов (78%, или 1 778 188,82 млн рублей) приходится на выплату ежемесячного пособия в связи с рождением и воспитанием ребенка (единое пособие).

Также на выплату материнского капитала было потрачено 458,8 млрд рублей. Это почти на 6% больше, чем в 2024 году. Более 136 600 семей получили материнский капитал с начала 2026 года. Средства можно направить, на

пример, на покупку жилья, оплату образования для детей или накопительную пенсию родителей. Также ими можно воспользоваться для получения ежемесячных выплат на ребенка до трех лет или адаптации и интеграции в общество детей с инвалидностью.

Студенческие семьи с 2026 года смогут получить одновременную выплату в размере не менее 200 тыс. рублей при рождении ребенка.

**В Минобрнауки РФ назвали категории россиян, которые имеют право на поступление в вузы без вступительных испытаний.**

Право на прием без вступительных испытаний по соответствующим профилям поступления имеют победители и призеры заключительного этапа Всероссийской олимпиады школьников, члены сборных команд, представлявших Россию на определенных международных олимпиадах по общеобразовательным предметам, и

другие. Также право получают победители и призеры олимпиад школьников, включенных в перечень Российского совета олимпиад школьников. Конкретный список олимпиад университеты устанавливают сами.

По отдельной квоте (часть 5.2 статьи 71 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации») без вступительных испытаний могут поступать: герои

Российской Федерации и их дети; лица, награжденные тремя орденами Мужества, и их дети (при условии участия родителей в СВО или боевых действиях на территориях иностранных государств либо на территории РФ); дети, чьи родители или получили увечье (заболевание) в ходе СВО.

Отдельная льгота дается детям медиков, погибших из-за коронавируса при исполнении служебных обязанностей

в случае поступления по медицинским и фармацевтическим направлениям.

Дети-сироты, дети-инвалиды, инвалиды I и II группы, инвалиды вследствие военной травмы также имеют право на прием в вузы в пределах особой квоты. Для использования особых прав абитуриенту следует предоставить подтверждающий документ до даты завершения приема документов.

● **Материалы Ольги КАЛАШНИКОВОЙ**

## Влияние эмоционального состояния родителей на детей

Эмоциональное состояние взрослых, особенно родителей, значительно влияет на детей. Даже если взрослые не выражают агрессии или недовольства напрямую, их эмоции передаются детям через невербальные сигналы, интонацию и поведение.

\* Снижение самооценки ребенка. Исследования показывают, что дети, чьи родители находятся в депрессии, имеют более низкую самооценку и уровень самоэффективности. Это связано с тем, что они воспринимают родительскую депрессию как сигнал о своей «неполноценности» и неспособности удовлетворить потребности взрослых.

\* Нарушение эмоциональной регуляции. Дети, растущие в условиях стресса или эмоционального дискомфорта, могут испытывать трудности с распознаванием и выражением своих эмоций. Это связано с тем, что в такой среде они учатся подавлять свои чувства, чтобы не беспокоить родителей. В результате у них могут развиваться эмоциональные проблемы, такие как тревожные расстройства, депрессия или агрессия.

\* Изменение поведения. Под воздействием родительского стресса дети могут проявлять гиперактивность или, наоборот, становиться замкнутыми и апатичными. Они могут искать утешения в еде, что приводит к перееданию и ожирению.

\* Формирование негативного эмоционального фона. Исследования показывают, что дети, чье детство прошло в условиях эмоционального дискомфорта, имеют более высокий уровень тревожности и депрессии во взрослом возрасте. Они чаще испытывают чувство одиночества и неудовлетворенности жизнью.

\* Проблемы с социальной адаптацией. Дети, чьи родители находятся в состоянии хронического стресса, могут испытывать трудности в общении со сверстниками и взрослыми. Это связано с тем, что они не научились эффективно взаимодействовать с другими людьми в раннем возрасте.

\* Влияние на когнитивное развитие. Эмоциональное состояние родителей может влиять на когнитивное развитие ребенка. Дети, чьи родители испытывают стресс, могут иметь более низкий уровень внимания и концентрации.

## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ДЕТЬМИ И РОДИТЕЛЯМИ

Эмоциональная связь между детьми и родителями играет ключевую роль в развитии личности ребенка. Эти отношения формируют его эмоциональное состояние, самооценку, поведение, эмоциональный фон и способность строить здоровые взаимоотношения в будущем. Качество взаимодействия между родителями и детьми оказывает глубокое влияние на формирование когнитивных и социальных навыков ребенка, его стрессоустойчивости и психического здоровья.



### Влияние эмоционального состояния родителей на восприятие жизни у детей

Эмоциональное состояние родителей оказывает значительное влияние на то, как дети видят и воспринимают мир.

\* Оптимизм и позитивное восприятие. Дети, растущие в эмоционально благополучной среде, склонны воспринимать жизнь как место возможностей, радости и положительных моментов. Они учатся находить хорошее в разных ситуациях и справляться со стрессом.

\* Пессимизм и негативное восприятие. Дети, чьи родители находятся в депрессии или испытывают постоянный стресс, могут воспринимать мир как что-то тяжелое, безрадостное и полное опасностей. Это может привести к развитию пессимистического мировоззрения и склонности к катастрофизации.

\* Избегание рисков. Дети, растущие в условиях эмоционального дискомфорта, могут избегать новых впечатлений и рисков, что ограничивает их возможности для роста и развития. Это связано с тем, что они боятся не справиться с трудностями или вызвать недовольство родителей.

\* Проблемы с принятием решений. Дети, чьи родители часто испытывают стресс или не уверены в себе, могут испытывать трудности с принятием решений. Это связано с тем, что они не научились анализировать ситуацию и выбирать оптимальный вариант действий.

### Формирование эмоционального фона у детей

Эмоциональный фон, который формируется под влиянием родителей, имеет долгосрочные последствия для психического здоровья и социального благополучия ребенка.

\* Развитие эмоционального интеллекта. Дети, которые с раннего возраста учатся справляться с эмоциями, выражать их и находить положительные стороны в сложных ситуациях, становятся более устойчивыми к стрессам и легче адаптируются к изменениям.

\* Формирование стрессоустойчивости. Дети, чьи родители демонстрируют здоровый способ справляться со стрессом, учатся использовать аналогичные стратегии. Это помогает им лучше справляться с жизненными трудностями и сохранять эмоциональное равновесие.

\* Развитие эмпатии. Дети, растущие в эмоционально благополучной среде, учатся понимать и чувствовать эмоции других людей. Это способствует развитию эмпатии и улучшению социальных навыков.

\* Создание доверительных отношений. Дети, чьи родители проявляют заботу, внимание и поддержку, учатся доверять другим людям. Это помогает им строить крепкие и гармоничные отношения в будущем.

### Заключение

Эмоциональная взаимосвязь между детьми и родителями является важным аспектом развития ребенка. Родители играют ключевую роль в формировании эмоциональной стабильности, самооценки и социального поведения детей. Эмоциональное состояние родителей оказывает значительное влияние на когнитивное и психическое развитие ребенка.

Создание эмоционально благополучной среды для ребенка требует внимания и усилий со стороны взрослых. Это поможет не только улучшить качество жизни ребенка, но и укрепить семейные отношения, сделав их более гармоничными и доверительными.

Подготовила **Мадина БЕКОВА**.  
Фотоколлаж **Тамары Ардавовай**

## БЕСПИЛОТНИКИ, ШТРАФЫ И КРАСИВЫЕ НОМЕРА • ЗА РУЛЕМ

В конце марта было запущено движение беспилотных грузовиков по трассе М-12 «Восток». Также в перспективе география применения такого «умного транспорта» будет распространена и на другие федеральные трассы. Ожидается, что к 2028 году парк грузовых беспилотников будет насчитывать 992 автомобиля, а к концу 2030-го – уже свыше четырех тысяч единиц техники.

Министр транспорта РФ Андрей НИКИТИН предположил, что в России к 2030 году станет обыденностью доставка дронами пиццы вместо курьеров.

Названа новая дата запуска штрафов с камер за езду без ОСАГО. В МВД России сообщили, что автоматическая фиксация автомобилей без ОСАГО начнется не раньше октября 2026 года. Запуск отложили из-за неготовности системы технически. Для этого необходимо обновить программное обеспечение дорожных камер, настроить обмен данными с базой РСА и протестировать корректность проверки пицсов. Пока все это не будет завершено, штрафы с камер приходить не будут. Но когда систему включат, штрафы за отсутствие ОСАГО смогут приходить автоматически, без останков инспекторов.

Предварительно обсуждается первый штраф – 800 рублей, а за повторное нарушение – 5000 рублей. При этом фиксация возможна каждый день, пока нет страховки. Если откладывали оформление ОСАГО –

лучше не тянуть. После запуска системы штрафы могут начисляться регулярно, и сумма быстро станет ощутимой.

В некоторых случаях можно также получить штраф за курение в автомобиле. Прямого запрета на курение нет, но если курительщик будет обнаружен с несовершеннолетним ребенком, ему грозит штраф до 3000 рублей. В случае, если курительщик продолжает курение на улице после того, как покинет автомобиль, ему грозит штраф. Вместе с этим штраф за выброс окурка из окна может достигать 15 тысяч рублей.

В соцсетях снова обсуждают ограничения для пожилых автомобилистов. Как мы уже информировали наших читателей, никаких запретов по возрасту нет. Все слухи об изъятии прав у тех, кому за 60 или 70, неправда. Официальная стратегия до 2030 года, подписанная Президентом РФ, говорит не о запретах, а о помощи – адаптации дорог и инфраструктуры под нужды пожилых водителей. Возраст не является поводом для лишения прав. Важно только ваше реальное состояние здоровья.

Также в социальных сетях появилась информация об изменениях в правилах дорожного движения с 1 апреля этого года. Пишут, что главное изменение – автоматическая фиксация превышения скорости начинает работать при превышении на 10 километров в час вместо прежних 20 километров в час. На



самом деле никакого изменения порога скорости, после которого начисляют штрафы, не было.

Крайний срок для использования шипованных шин в России – 31 мая. С 1 сентября 2023 года несезонная резина стала неисправностью, запрещающей эксплуатацию автомобиля. Штраф за нарушение – 500 рублей.

Спрос на красивые номера на машину существует давно. Планируют ввести платную бронь прямо на Госуслугах. Портал будет размещать регистрационные знаки определенных серий. Конкретных цен пока нет, но тарифы будут зависеть от «красивого» сочетания букв и цифр. Депутаты подсчитали, что такие продажи принесут в бюджет дополнительные 25 млрд рублей ежегодно. Если поправки примут, россияне смогут резервировать номера на Госуслугах уже с 1 июля. Удачи на дорогах!

Ангела КУДАЕВА.  
Фотоколлаж  
Тамары Ардавовай

## Детский сад в Старом Черке

В рамках реализации национального проекта «Семья» в селении Старый Черек Урванского района ведется масштабная стройка современного детского сада. Новый объект станет значимым вкладом в развитие инфраструктуры региона и обеспечит комфортными условиями воспитания подрастающее поколение.

Проект предусматривает создание двухуровневого здания общей вместимостью 100 воспитанников дошкольного возраста. В настоящее время завершена укладка фундаментных блоков, заливка бетонных конструкций и гидроизоляционные мероприятия вокруг периметра сооружения. Проводятся работы по заливке антисейсмического пояса.

Планируется, что детский сад будет оснащен всеми необходимыми помещениями для комфортного пребывания малышей как внутри помещений, так и на прилегающей территории.

Проект реализуется благодаря государственной поддержке и заботе о будущем наших маленьких жителей, предоставляя достойные условия для их роста и социализации.

Подготовила **Дина ЖАН**

## Оформление заграничного паспорта в КБР

В рамках реализации государственной миграционной политики и в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации, Управление по вопросам миграции Министерства внутренних дел по Кабардино-Балкарской Республике информирует население и гостей республики о возможности оформления и получения заграничного паспорта гражданина Российской Федерации сроком на пять лет. Для осуществления данной процедуры рекомендуется обратиться в филиал по Кабардино-Балкарской Республике ФГУП «Паспортно-визовый сервис» Министерства внутренних дел Российской Федерации, расположенный по адресу: г. Нальчик, улица Кабардинская, дом 183а.

Режим работы: вторник-суббота, с 9.00 до 18.00;  
тел.: 8 800 200-52-09

Наш корр.

## ПРИЗВАНИЕ ЖЕНЩИНЫ • КНИЖНЫЙ РОБИНСОН



Когда экономист Зарина АСЕЕВА справляется с работой и делами по дому, любит подарить себе несколько минут тишины в кресле с книгой в руках. Домочадцы назвали его «мамным книжным креслом», а сама Зарина объявила правило, что в кресло можно забраться только для чтения. В литературе предпочитает романы о жизни выдающихся людей, семейные саги и истории открытий, изменивших мир.

- На необитаемый остров можно было бы отправиться с романом Бонни ГАРМУС «Уроки химии». Динамичный и оригинальный сюжет, прекрасный слог и яркие герои, особенно украшение книги - пес по кличке Шесть-Тридцать, делают роман увлекательным чтением.

Автор поднимает много тем: разного рода дискриминация, феминизм, домашнее насилие, детские травмы, мать-одиночка, ребенок-вундеркинд, не вписывающийся в систему. В основе сюжета молодая женщина и наука. Вдохновляющая история Элизабет Зотт — талантливого и умного химика 1960-х годов, где мир «придуман мужчинами». Большие перемены маячат лишь где-то на линии горизонта. А в настоящий момент женщинам отведена определенная социальная роль - жена и мать, самозабвенно ведущая домашнее хозяйство. Элизабет Зотт необычный персонаж и она явно не вписывается в рамки своего времени. Она настойчиво идет в научную сферу, пытается построить там карьеру, тем более интересующая ее тема уже определена. Этот путь тернист. Несмотря на степень магистра, она трудится лаборанткой, на подхвате у бездарных коллег и мечтающая о собственных исследованиях в области абигенеза. Ясное дело, что коллеги - мужчины смотрят на нее свысока, считая, что она годится только для того, чтобы приготовить кофе. В научном институте Гастингса с талантливым химиком Кельвином Эвансом у Элизабет появляется

хороший шанс, но происходит трагическая случайность, которая снова отбрасывает ее прочь. После увольнения из научной лаборатории Элизабет становится ведущей кулинарного шоу «Ужин в шесть». По замыслу режиссера она должна быть в кадре в облегающем платье, а программу заканчивать смешиванием коктейлей для мужа. Но даже на телевидении Элизабет продолжает говорить о науке. Ведь кулинария - это своеобразная химия. И как считает Элизабет, «женщины, понимающие химию, начинают понимать устройство этого мира». Так, между готовкой появляются совсем другие темы, Элизабет объясняет женщинам как устроены вещи в мире.

Ее телепрограмма пользуется головокружительным успехом.

Вообще я стараюсь избегать подобных литературных историй, где тема феминизма проходит красной чертой. Но здесь понравилось абсолютно все. Возможно, потому что главная героиня была по-настоящему искренна. Элизабет подходит под модный нынче термин «сильного женского персонажа», но сколько в ней очарования, непосредственности и харизмы. Даже забывалось, что она книжная героиня, настолько живой и многогранной она предстает со страниц романа. Пришлось проверить, что она действительно собирательный персонаж, не имеющий реального прототипа. А малышку Мадлен, дочь героини, невозможно не полюбить всей душой. «Вот такой девочкой росла Мадлен: из тех, что могут напеть какой-нибудь концерт Баха, но не умеют завязывать шнурки; из тех, что могут объяснить вращение Земли, но спотыкаются на игре в крестики-нолики».

Это книга о женщине талантливой как ученой, возлюбленной, матери, которая смогла сохранить свои убеждения. История ее жизни рассказана невероятно увлекательно, чередуя радостные, печальные, обидные до слез и неожиданно счастливые события. Книга и вдохновляет, и смешит, и иногда буквально дает под дых, в ней нет ни одного проходного персонажа. Необычный стиль написания создает определенную атмосферу. А невероятный пес Шесть - Тридцать - воплощение ума и собачьей харизмы неожиданно вызвал желание завести собаку.

С теми, кто считает, что это чисто женский роман, не соглашусь. Книга точно никого не оставит равнодушным. Мини-сериал, снятый по мотивам романа, насколько я знаю, имеет большой успех, но все же лучше прочесть сначала книгу.

Лилиана ШОРДАНОВА.  
Фото Тамары Ардавовой

## • ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



## ТОРЖЕСТВО ЖИЗНИ

Пасха - одно из центральных событий в христианской традиции, символизирующее торжество жизни над смертью и переход от тьмы к свету. Из-за того, что дата Пасхи определяется по лунно-солнечному календарю, этот праздник является переходящим и отмечается в разные дни каждый год. В этом году он выпал на 12 апреля.

Елизавета СЕЛИВАНОВА из Майского поделилась с нашими читателями своими любимыми пасхальными рецептами: «Конечно, я буду печь куличи и красить яйца на Пасху. Сейчас в магазинах можно найти готовые традиционные блюда или заказать их у мастеров. Но я предпочитаю готовить сама. К этому процессу приобщаю и своих детей, что создает в доме особую праздничную атмосферу».

### КУЛИЧИ НА КЕФИРЕ

По этому рецепту куличи получаются вкусные, пористые и очень красивые. Всем советуем попробовать.

**Ингредиенты:** 1,5 кг муки (или сколько возьмет тесто), 1 ст. ложка дрожжей, 4 ст. ложки сахара, 100 мл. растительного масла, 2 ч. ложки соли, 200 г изюма. Для глазури: 2 яичных белка, 100 г сахарной пудры, сок половины лимона.

**Способ приготовления.** Слегка теплый кефир хорошо перемешать с сахаром, добавить дрожжи и 6 столовых ложек просеянной муки. Все хорошо перемешать и поставить в теплое место на 15-20 минут. Когда опара поднимется, добавить соль и растительное масло. Хорошо перемешать. Добавить небольшими порциями просеянную муку. Хорошо вымесить тесто. Положить тесто в смазанную растительным маслом миску и поставить в теплое место на 1,5-2 часа. Тесто увеличится в 2-3 раза. Изюм обдать кипятком, обсушить и добавить в тесто. Формы для куличей смазать растительным маслом. Разложить тесто по формам, заполняя их на половину. Поставить куличи в заранее разогретую духовку и выпекать при 180 градусах примерно 20-25 минут. Приготовить глазурь. Охлажденные яичные белки взбить пару минут, а затем добавить сахарную пудру. Взбивать до стойких пиков, в конце взбивания добавить лимонный сок и еще раз взбить. Готовые куличи охладить и покрыть глазурью. Сверху посыпать цветной посыпкой

### ЗАВАРНОЙ

**Ингредиенты:** 600 г муки, 3/4 литра молока, 50-70 г свежих дрожжей, 4 яйца, 500 г сахара, 700 г сливочного масла, соль по вкусу.

**Ингредиенты для глазури:** 1 яичный белок, 200 г сахарной пудры, 0,5 чайной ложки лимонного сока, несколько чайных ложек воды.

**Способ приготовления.** Муку просеять, заварить кипящим молоком и тщательно размешать, охладить до температуры парного молока. Ввести распущенные в небольшом количестве молока (из общего количества) вспенившиеся дрожжи и поставить в теплое место. Дать тесту подняться. Затем добавить желтки, растертые с сахаром добела, перемешать. Белки взбить в стойкую пену и добавить к тесту, вновь тщательно перемешать и поставить в теплое место, чтобы тесто поднялось вторично. После этого в поднявшееся тесто влить растопленное теплое, но не горячее сливочное масло и взбить тесто как можно лучше, положить в смазанную маслом и подпыленную мукой форму, заполнив ее до половины. Накрыть полотенцем и оставить, пока тесто не поднимется до краев формы. Поверхность смазать желтком. Выпекать при температуре 180 градусов до готовности. Готовый кулич украсить глазурью, орехами и цукатами.

Приготовить глазурь. Взбить миксером белок, сахарную пудру и лимонный сок до белой густой кремообразной массы. Слегка разбавить ее водой до консистенции сметаны. Можно обойтись и без воды, если взять в два раза меньше сахарной пудры.

### СБИТЕНЬ

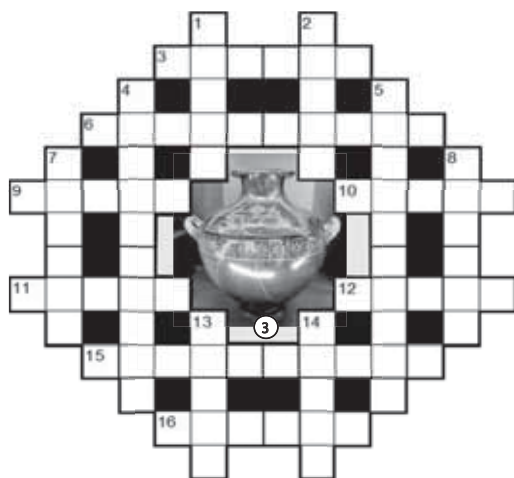
**Ингредиенты:** 1 литр воды, 150 г сахарного песка, 150 г меда, имбирь, кардамон, корица или гвоздика.

**Способ приготовления.** Сахар и мед развести в воде, поставить на плиту. Через 10-15 минут после закипания положить пряности и варить ещё примерно 20 минут на медленном огне. Появившуюся пенку снять. Напиток процедить и подавать горячим.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.

Фото Тамары Ардавовой

## КРОССВОРД



Ответы на кроссворд  
По горизонтали: 3. Гидрия. 6. Баснописец. 9. Башня. 10. Индий. 11. Алтей. 12. Скала. 15. Тингоретто. 16. Блювац.  
По вертикали: 1. Вилна. 2. Цирих. 4. Равновесие. 5. Лемновские. 7. Базель. 8. Дюэль. 13. Атолл. 14. Бекар.

**По горизонтали:** 3. Древнегреческий сосуд. 6. Греческий Эзоп как литератор. 9. Форма шахматной туры. 10. Металл, при высокой температуре горящий синим пламенем. 11. Лекарственное растение. 12. Каменный утес с острыми выступами. 15. В конце XVI века этот венецианец украсил Дворец дождей картиной «Рай», одним из крупнейших в истории полотен на холсте - 23 на 9 метров. 16. Синий кит.

**По вертикали:** 1. Королевый горох. 2. Элемент восточного геометрического орнамента. 4. Состояние сбалансированности и неподвижности. 5. Фигура бесконечности. 7. Город на Рейне, единственный порт Швейцарии. 8. Двигатель внутреннего сгорания. 13. Естественное сооружение из кораллов. 14. Знак отмены дизеля или бемоля.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА

## ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ АКЦИЯ «ТЕАТРАЛЬНАЯ ОЛИМПИАДА»

«Ростелеком» и Союз театральных деятелей России (СТД РФ) объявили старт просветительской акции «Театральная олимпиада». Онлайн-тестирование по истории русского театра пройдет на образовательной платформе «Ростелеком Лицей» до 30 июня 2026 года. Принять участие в ней могут все желающие старше 14 лет.

Театральная олимпиада состоит из 150 вопросов о театре, разделенных на три блока: «Имена», «Профессии» и «Театр». На каждый вопрос участнику отводится 30 секунд. Победителями станут 150 человек - участники, показавшие лучшие результаты, получат билеты в ведущие театры страны и приглашение на съемки телевизионных передач в Москве.

Для участия в олимпиаде необходимо зарегистрироваться на платформе «Ростелеком Лицей». Подведение итогов запланировано на июль 2026 года, а церемония награждения пройдет в августе 2026 года. Для участников в возрасте от 14 до 18 лет требуется согласие родителей.

Илья ПЯТИГОРСКИЙ, директор по цифровым продуктам «Ростелекома»:

«Театральная олимпиада» - это не просто тестирование с ценными призами, это мост между классическим искусством и цифровыми технологиями. Мы убеждены, что театр должен оставаться интересным и доступным для каждого. Юбилей Союза театральных деятелей - прекрасный повод объединить тысячи жителей нашей страны вокруг вели-

кого наследия русской культуры. Наш совместный проект подтверждает, что искусство и технологии могут отлично дополнять друг друга, открывая новые возможности для просвещения и культурного развития России».

Владимир МАШКОВ, председатель Союза театральных деятелей России:

«Театральная олимпиада» на платформе «Ростелеком Лицей» - это возможность проверить свои знания и, возможно, открыть для себя что-то новое. Олимпиада доступна для всех: от школьников до профессионалов. Приглашаю вас принять вызов и проверить себя. Присоединяйтесь. Мы начинаем!»

В рамках проекта на платформе «Ростелеком Лицей» размещены материалы по истории театра для подготовки к олимпиаде. Среди них - совместный документально-художественный проект «Ростелекома» и музея Московского Художественного академического театра (МХАТ) «Константин Станиславский. В поисках системы», посвященный творчеству великих театральных деятелей - Константина СТАНИСЛАВСКОГО и Владимира НЕМИРОВИЧА-ДАНЧЕНКО.

Проект реализован в рамках соглашения о сотрудничестве между «Ростелекомом» и СТД РФ, которое было подписано в ноябре 2025 года на форуме «Цифровые решения». Олимпиада приурочена к 150-летию СТД и проводится при поддержке Министерства культуры РФ.

Подготовила Дина ЖАН



## КАКИЕ КУЛЬТУРЫ ВЫРАЩИВАЮТ В СЕЛАХ СЕГОДНЯ?

В сельской местности я замечаю интересную тенденцию. Как только кто-то из жителей начинает заниматься определенным видом деятельности, другие быстро подхватывают эту идею. Они стремятся производить востребованные продукты. Например, раньше во всех дворах стояли теплицы, где выращивали помидоры и огурцы. Однако сейчас их производство не так популярно. На смену пришли яблоки и сливы, но и они постепенно уступают место другим культурам. В частных садах, как и по всей республике, яблоны выращивают с использованием шпалер. На шпалерах культивируют только низкорослые сорта яблоны. Но сегодня в селах чаще всего выращивают малину и ежевику, а некоторые даже планируют сажать голубику. Особенно популярна малина. Существует множество сортов, таких как «Бабые лето», «Полька», «Шалпа Мономаха» и особенно известная «Маравилла». Этот сорт отличается поздним созреванием, крупными плодами и хорошей транспортабельностью. Теперь малину выращивают даже в теплицах, что поначалу казалось непривычным.

В последние годы хозяйки все реже сажают на своих огородах картофель, морковь и свеклу, лук, чеснок. Им выгоднее покупать эти продукты на рынке, сосредоточившись на выращивании тех, что пользуются большим спросом. Даже опытные садоводы советской закалки, привыкшие самостоятельно обеспечивать себя урожаем, сталкиваются с трудностями. Нередко можно увидеть, что на соседних участках выращивают малину или яблоны. Однако природа не меняется, и грызуны, обитающие в округ, продолжают искать пищу на огородах, где растут картофель, капуста, морковь, кабачки и свекла. Для грызунов это настоящий рай, а для владельцев огородов - настоящая катастрофа.

В связи с этим производители не успевают собрать урожай, и с наступлением сезона многие из них размышляют о том, какие культуры выбрать для посадки в

следующем году. И в их планах появляются малина, слива, клубника и другие плодовые растения. Интересно, что клубнику часто выращивают в теплицах, как и малину, чтобы ускорить ее созревание.

На мой взгляд, стоит обратить внимание на традиционные культуры, такие как помидоры и огурцы. Сейчас самое подходящее время для их выращивания, однако на рынке преобладают импортные овощи. Поэтому лучше выращивать местные, производством которых уже многие не занимаются.

Некоторые сельские женщины, стремясь обеспечить себя продуктами питания, выращенными на собственном огороде, придумывают разнообразные устройства для их культивирования. Они подбирают контейнеры различных размеров, учитывая объем корневой системы растений. Контейнеры изготавливаются из дерева, пластиковых бутылок, цветочных горшков или бочек. Некоторые из них планируют создать вертикальный огород, где контейнеры будут расположены в другой плоскости. Ящики и горшки с овощами крепятся на стенах, устанавливаются друг на друга или подвешиваются, как кашпо для цветов. Также можно соорудить стационарные конструкции, такие как башни или пирамиды, предназначенные для выращивания зелени и салатов. Их можно использовать и для посадки клубники и помидоров.

Наши женщины трудолюбивы и изобретательны, они всегда найдут способ справиться с любыми трудностями. К тому же, сельские жительницы все чаще стали облагораживать свои участки. Они высаживают не только цветы, но и разные декоративные культуры, включая хвойные деревья и кустарники, которые многие сами искусно подстригают, придавая им оригинальные формы. Вдоль тропинок, ведущих к огородам и садам, создают целые цветочные композиции, наполняющие воздух приятным ароматом.

Арелла КУДАЕВА.  
Фото Тамары Ардавовай

## ПЕРС, КОТОРЫЙ ЛЮБИТ ХЛЕБ

• КОТОВОД



- Сколько себя помню, коты всегда были у нас в доме, - рассказывает Мария из Нарткалы. - Несколько лет назад моя сестра, как-то приехав на летние каникулы домой из Краснодара, привезла с собой нового члена семьи. Кот был взрослым, с довольно запущенной шерстью, весь в колтунах. Сестра встретила его на вокзале. Он, вероятно, сбежал, так как был приучен к лотку и не лазил на кровать или стол. Однако за время своего бродяжничества кот, видимо, сильно проголодался, так как ел все подряд, особенно любил хлеб. Нас это очень удивило, так как все наши бывшие кошки не ели этот пищевой продукт.

Мы решили назвать кота Персом, поскольку он был породы персов и имел персиковый окрас. С первого раза нам не удалось распутать колтуны, он сопротивлялся, поэтому отвезли его в груминг-салон. Там кота оставили на некоторое время, а когда забрали, я удивилась, и для меня остается загадкой, как специалистам удалось справиться с ним. Однако со временем мы научились его вычесывать, несмотря на сопротивление. И чтобы избежать появления новых колтунов, вычесываем через день. Покупаем его раз в два-три месяца, водные процедуры он обожает: вода успокаивает его. Я могу оставить его стоять в воде,

а сама пойти, например, за простыней в другую комнату, и он просто умиротворенно остается стоять на том же месте. Но вот подстригать ногти ему не нравится.

Он быстро понял, кто член нашей семьи. К гостям он относится настороженно. Если кто-то пытается его погладить, кот может наброситься. Поэтому он не участвует в наших чаепитиях, а сидит в другой комнате, пока мы не проводим гостей.

Перс предпочитает спать в одиночестве на диване, после коротких объятий сразу убегает. Этот кот независим и самодостаточен. Однако он осознает, что мое присутствие рядом - залог сытости и заботы. Среди всех котов, которые у нас были, Перс выделяется своей ленью и медлительностью. Я часто шучу с ним: «Когда ты жил на улице, мыши, наверное, всю шерсть тебе повывергивали, а ты даже не потрудился посмотреть на них своей плоской мордочкой».

Перс по своей природе - молчун, никогда не издавал истошных воплей. Он заряжает своей невозмутимостью и безмятежностью. Питомец не терпит громких и резких звуков, но классическая музыка действует на него успокаивающе. Потребность в тишине обусловлена не капризами кошек, а особенностями их физиологии. Слух у них работает в диапазоне от 48 Гц до 85 кГц, в то время как человеческое ухо перестает воспринимать звуки уже после 20 кГц.

Недавно я узнала, хотя живу с ним всю жизнь, почему кошки любят спать со своими хозяевами. Оптимальная температура для кошек, при которой они не тратят энергию на обогрев, составляет от 30 до 38 градусов Цельсия, что значительно выше человеческого показателя. Человек для кошки - идеальный биообогреватель. Котфеи, как улитки без панциря, беззащитны перед холодом и одиночеством.

У нас с Персом есть своя особенная связь. Я медленно моргаю, и он отвечает мне тем же. Когда я хочу его позвать, я тихо постою по полу или дивану, и он сразу же приходит.

Мы кормим его сухим кормом, что очень удобно для меня и полезно для него. Я уверена, что с таким питанием Перс получает все нужные ему витамины и минералы. Но хлеб остается его любимым лакомством. Наверное, во всем мире не найдется другого кота, который так любит хлеб. Вот такой он у нас - уникальный и замечательный.

Ангела ГУМОВА

**17 апреля в 10 часов Министерством труда и социальной защиты КБР проводится региональный этап всероссийской ярмарки трудоустройства «Работа в России. Время возможностей» для соискателей и работодателей, имеющих значительную потребность в кадрах.**

**Место проведения: КБР, г. Нальчик, пр. Шогенцукова, 28, ГБУК «Государственный концертный зал» (1-й этаж, фойе).**

**УЧРЕДИТЕЛЬ:**  
ПРАВИТЕЛЬСТВО  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ  
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор  
**З.С. КАНУКОВА**

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

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

Выходит по средам.  
Тираж **950**. Заказ **683**  
Время подписания в печать  
по графику – **18.00**  
Фактически **7 апреля в 17.00**  
Индекс - **31222**

Газета «Горянка»  
зарегистрирована  
Региональным управлением  
Роскомпечати  
в Кабардино-Балкарской  
Республике  
23.07.1998 г.  
Регистрационный  
номер - Н-01143

**АДРЕС РЕДАКЦИИ  
И ИЗДАТЕЛЯ:**  
**360000**,  
г. Нальчик, пр. Ленина, 5  
E-mail: gazeta.goryanka@list.ru