

№ 20 (1393)

20 мая 2026 г.

Издается с 1993 г.

# Горянка



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

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

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамиры Ардаевой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ



**Амина МАМИЕВА,  
Салима ЭТТЕЕВА  
и Илона ХАШУКОВА,**

студентки медицинской академии КБГУ, обладатели диплома I степени Международной Пироговской научной конференции (2026)

**С. 5**

**С. 4**

**В НАЛЬЧИКЕ  
ПРОВОДЯТСЯ  
АРХЕОЛОГИЧЕСКИЕ  
ИССЛЕДОВАНИЯ**



**С. 6**

**СТОЛИЦА  
МОЛОДОГО  
КИНО**



**С. 15**

**НАДО СТАРАТЬСЯ,  
ЧТОБЫ ПОНЯТЬ**



**С. 16**

**ФИЛИГРАННОЕ  
МАСТЕРСТВО**





Т. Храпко

Среди спикеров - Татьяна БАЕВА (АО «Кавказ.РФ»), Раис

## ВЫЙТИ ЗА РАМКИ СВОЕЙ НИШИ И СМЕЛО ПРЕДЛАГАТЬ СОТРУДНИЧЕСТВО

23 мая в Нальчике в Доме молодежи Кабардино-Балкарской Республики начнет работу межрегиональный форум «Креативный Эльбрус». Он станет площадкой для обсуждения практических инструментов развития креативных индустрий в регионах: от брендинга территорий и событийного туризма до социального партнерства и защиты интеллектуальной собственности. Мероприятие соберет предпринимателей, представителей власти и институтов развития. Уже зарегистрировано 512 участников из регионов СКФО и других субъектов России.

ГАБИТОВ (амбассадор Башкирии, блогер), Татьяна ХРАПКО (КРЕАДЭВ), Юлия ЖОЛЯ (НАОМ, премия «Событие года»), Кермен МАНДЖИЕВА (бренд «Smell Terra»), Анжела КРЫЖАНОВСКАЯ (эксперт по территориальному брендингу), Зарина

КАНУКОВА (писатель, главный редактор газеты «Горянка») и другие.

Татьяна Храпко, директор АНО «Международный Центр развития креативных индустрий «КРЕАДЭВ», разбирает самые частые ошибки начинающих креатив-

ных предпринимателей: «Первая - предприниматели путают творчество с бизнесом. Создают продукт, который нравится им самим, а не рынку. И при этом даже не считают затраты и возможную прибыль.

Как избежать? С первого дня вести финансы и проверять идеи

на реальной аудитории. Вторая - бояться общаться с властью и госфондами. Считаю, что это сложно, бюрократично или не для креативных индустрий. А ведь именно там - гранты, субсидии, инфраструктура... Как действовать? Изучать экосистему, выходить за рамки своей ниши и смело предлагать сотрудничество».

В программе «Креативного Эльбруса» - пленарная дискуссия с участием Главы КБР Казбека КОКОВА и ведущих федеральных экспертов, а также четыре тематические секции.

Наш корр.

Фото из личного архива Т. Храпко

## СИЛА ЕДИНСТВА НАРОДОВ

16 мая Кабардино-Балкарская Республика присоединилась к ежегодной всероссийской акции «Ночь музеев». В этом году темой стало «Родное», что перекликается с Годом единства народов России. Акция делает акцент на богатстве и самобытности культурного наследия нашей страны в каждом ее уголке, демонстрируя силу единения всех народов, проживающих в России.

Окунуться в мир истории и культуры, познакомиться с уникальными экспонатами, узнать много интересного о нашем регионе пригласил всех желающих Национальный музей КБР. Здесь были представлены фотодокументальные выставки «Из истории Национального музея КБР», «Великая Победа» и из последних поступлений в фонды музея. В рамках акции после приветственных слов выступил клуб «Укулеле-Нальчик», став настоящим украшением мероприятия. К сожалению посетителей, в связи с погодными условиями запланированный показ 3D ART Галины БАЙ «Ода республике» был перенесен на неопределенную дату. Она будет объявлена дополнительно. Не забыли и о тех, кто активно участвует в музейных мероприятиях, им вручили благодарности.

Музей изобразительных искусств им. А. Л. Ткаченко тоже традиционно присоединился к масштабной акции. Программа акции организована на фоне персональных выставок педагогов детских художественных школ Нальчика и Ставрополя Амины ПАЗОВОЙ и Екатерины ЕФИМОВОЙ. Заведующая экспозиционно-выставочным отделом музея им. А. Л. Ткаченко Нина ЛЕОНТЬЕВА подчеркнула, что понятие «род-

ное» напрямую перекликается с многозначительным словом «Родина» и включает в себя произведения искусства отечественных авторов, вошедших в экспозицию из музейных фондов.

У Родине и доме повествует выставка Екатерины Ефимовой, персональная выставка которой «Дорога домой» в эти дни проходит в музее. Авторские работы Амины Пазовой, под руководством которой прошел мастер-класс по росписи глиняных изделий, представлены в витринной галерее храма искусств и доступны к просмотру жителей и гостей Нальчика круглосуточно. Живописные работы в жанрах морского и горного пейзажа, композиции на свободную тематику говорят о пылливом взгляде, философской настроенности и умении замечать актуальное в социальной жизни. Участникам ее мастер-класса было предложено выбрать симантический орнамент среди предложенных для создания национального образа. Сегодня Амина Пазова является педагогом ДХШ г. Нальчика под руководством Валерии ЗАХОХОВА и преподает компьютерную графику в аграрном университете.

Участникам второго мастер-класса, который провела сотрудник музея, в прошлом педагог изобразительного творчества Нина БЕНЬКО, предложили к просмотру увлекательный фильм о различных видах народной росписи с переносом ее на деревянные декоративные заготовки. Творчеству покорны все возрасты, что подтвердили участники музейной акции, которыми стали младшие

школьники, студенты и люди старшего поколения. «Экспозиции, сопровождающие всероссийскую акцию «Родное», связаны с большой и малой родиной, фонды представляют героев Кавказской войны и другую тематику известных художников прошлого и настоящего. Тему родины и ее защиты представляют живописные, скульптурные и декоративно-прикладные произведения. Подготовленные нами мастер-классы тоже тесно связаны с родной культурой проживающих здесь народов, она раскрывается в национальных орнаментах на присущем им сакральном языке. Сегодняшняя акция проходит накануне Международного дня музея, что тоже очень символично», - отметила Нина Леонтьева.

В рамках акции в Нартане вспоминали Бекмурузу ПАЧЕВА. В музее основоположника кабардинской поэзии был организован творческий вечер. Выступления подготовили ученики школ Черной Речки и Нарткалы. Участникам напомнили о неочевидном вкладе мастера слова в развитие литературы адыгского народа.

В Майском районе акцию «Ночь музеев» посвятили семейным ценностям. Историко-краеведческий музей организовал насыщенный программу, которая осветила темы семейных традиций, преемственности поколений и чувства гордости за малую родину.

Экскурсия «По дорогам войны. Герои и судьбы» раскрыла малоизвестные факты и трогательные истории о подвигах земляков. После этого участники мероприятия

смогли выразить свою креативность на мастер-классах «Родовое дерево единства», где создавали семейные древа, и «Палитра единства», где разрабатывали уникальные гербы своих семей.

Программа акции Историко-краеведческого музея Баканского района была составлена так, чтобы гости могли максимально полно погрузиться в мир традиционных народных ремесел и промыслов Кабардино-Балкарии. В экспозиционных залах музея были представлены уникальные артефакты, раскрывающие многовековые традиции ремесленного мастерства и народное творчество, бережно хранимое нашими предками. Посетители имели возможность не только ознакомиться с экспонатами, но и узнать об истории их создания и значении.

Особое место в программе вечера занял мастер-класс по плетению циновок, который провел заслуженный работник культуры Российской Федерации, мастер народного творчества Мухамед БАТИТОВ. Участники смогли под руководством опытного наставника освоить старинные техники плетения, попробовать свои силы в создании собственных изделий и почувствовать себя частью многовековой традиции.

Организаторы акции выразили уверенность, что подобные мероприятия способствуют популяризации народного искусства, стимулируют интерес к изучению истории, укрепляют чувство национальной идентичности и сопричастности к великой культурной многообразности нашей страны.

Лана АСЛАНОВА

## КУЛЬТУРА - ЭТО НАШ ГЕНЕТИЧЕСКИЙ КОД

В минувшие выходные в Нальчике прошел фестиваль «Корни культуры». Это был праздник, где история оживала, а традиции разных народов переплетались в яркую и насыщенную картину. Фестиваль организовали представители Кабардино-Балкарского регионального отделения «Деловая Россия».

Событие объединило две важные даты - Год национального единства и Всемирный день ДНК, отмечаемый 25 апреля. Почему? Потому что культура - это наш генетический код, передающийся через песни, ремесла и вкус бабушкиных лакомств.

- Мероприятие состоится при любой погоде, - объявили организаторы (две недели назад его переносили из-за неблагоприятных погодных условий). Несмотря на проливной дождь в первый день, площадка перед РЦ «Макропус» наполнилась музыкой, вкусными ароматами и изделиями мастеров народно-прикладного искусства.

- Это первый фестиваль, посвященный Году единства в России, - отметила заместитель председателя КБРО «Деловая Россия», предприниматель Индира ГУЗЕЕВА. - Фестиваль проводится без грантовой или какой-либо другой поддержки. Группа инициативных предпринимателей делороссов организовала эту площадку, чтобы продемонстрировать культурное богатство народов Северного Кавказа. В мероприятии участвовали мастера из Кабардино-Балкарии, Адыгеи, Ставропольского края и Карачаево-Черкесии. Асият ЗАМАЕВА, член партии, руководитель центра развития «Макропус», оказала значительную помощь в организации и проведении фестиваля. Активное участие в концертной программе приняли воспитанники центра, художественные коллективы и школы города. Цели мероприятия - через культуру, гастрономию и творчество показать богатство и развитие современной России, подчеркнуть, что культура продолжает активно развиваться. Сохранение традиций межнационального мира и единства, братство ее народов - важная работа с молодежью, которой нельзя пренебрегать.

- Наша деятельность сосредоточена на реализации соци-



альных проектов, в частности, работе с детьми, - отметила Асият Замаева. - Это мероприятие является отражением наших истоков и исторического наследия. Важно, чтобы подрастающее поколение осознавало значимость своих корней, понимало и уважало традиции, бережно относилось к историческому наследию.

Ярмарка мастеров представляла уникальные изделия умельцев СКФО. Каждая вещь с душой и историей. Сулета КУШУ из Адыгеи - дизайнер аксессуаров и изделий в этностиле. Через свои работы она передает древние адыгские традиции. Этно - это язык, на котором общается с близкими по духу людьми, покупающими ее изделия. «На каждом из них присутствуют древнеадыгские орнаменты, имеющие особое сакральное значение и являющиеся оберегом. Поэтому люди покупают не просто брошь или зеркало, а нечто большее - смысл, - отметила она. - Создание этих вещей приносит

мне большое удовольствие, так как глубина подхода к их изготовлению обусловлена академическим образованием - я арабист, преподаю арабский язык в университете».

Во время нашей беседы рядом стоявшая участница фестиваля Марзият УЛЬБАШЕВА угостила нас пышками и баурсаки собственного изготовления. Вообще она угощала всех, кто подходил к ее шатру. Заслуженному строителю КБР, участнице восстановления Ленинка после страшного землетрясения в Армении сегодня 75 лет. Но она не оставляет без внимания ни одно мероприятие, где могла бы поучаствовать. В этот раз представила свои национальные старинные платки, вязанные вещи и гастрономию. Ее чак-чак получил международное признание.

В рамках фестиваля прошло стритстайл-дефиле. Его цель - показать, как современные девушки включают этнические элементы в повседневную одежду. Фотографам пришлось ловить интересные образы не на подиуме, а среди посетителей. Участницы из Кабардино-Балкарии и других регионов Северного Кавказа продемонстрировали, как можно сочетать традиции и современность. Каждая представила уникальные ансамбли, где древние узоры и аксессуары раскрывали о богатой истории и культуре региона.

В рамках мастер-классов участники независимо от возраста имели возможность ознакомиться с традиционными ремесленными техниками, что позволило им не только приобрести новые навыки, но и обогатиться ценными воспоминаниями о продуктивно проведенном дне, насыщенном культурно-образовательными мероприятиями. Танцевальные и вокальные выступления, масштабные флешмобы с использованием государственной символики, разнообразные творческие конкурсы и интерактивные мероприятия создавали атмосферу праздника и единства. «Дружба народов, единство и братство - залог устойчивого развития страны и мира на нашей земле» - таков послыс фестиваля. Организаторы пообещали, что впереди нас еще ждут подобные мероприятия. Скучно не будет.

Алена КАРАТЛЯШЕВА.  
Фото Тамары Ардавовай

Лена Цунковна и Султан Хазизович поженились в 1964 году. Их романтическая история известна и любима многими. Султану выбрали невесту, и он пошел на смотрины. Там встретил юную Лену и сразу понял, что она его судьба. Смотрины совпали, но благодаря этому Султан нашел свою спутницу жизни. Вскоре, следуя традициям и с молчаливого согласия Лены, он «умыкнул» ее. Лене тогда исполнилось всего 16 лет, а Султану - 22. Без малого пятидесятилетний путь они прошли в мире и согласии, делили на двоих все радости и горе.

Лена родом из с. Исламее. Она, как и Султан, выросла в многодетной семье, поэтому жить с родителями супруга для нее было естественным. Более того, пять лет бережно ухаживала за парализованной свекровью. Затем болел и свекор. Терпению и любви Лены хватало на всех.

- Мама всегда была надежной опорой для папы, - рассказывает одна из дочерей Лены - Залина. - Он работал, а она вела большое хозяйство, ухаживала за больными старшими и воспитывала детей. Мама всегда была домашней, уютной, ее жизнь проходила в постоянных заботах и хлопотах. Конечно, во многом это благодаря папе, для которого достаток в доме был всегда в приоритете. У нас была классическая по тем временам семья - муж зарабатывал, а жена создавала уют в доме.

В 2002 году семью Султана и Лены Ехтаниговых в рамках муниципального уровня конкурса «Семья года» чествовали в числе лучших в районе.

Султан Хазизович 52 года проработал на одном месте в должности главного бухгалтера колхоза с. Кишпек. Пользовался непререкаемым авторитетом как в семье, так и среди коллег и односельчан. Ни одно мероприятие в селе не проходило без его участия.

Главы большого семейства не стало в 2012 году, незадолго до их с Леной 50-летия совместной жизни. Дети и внуки планировали отметить это событие грандиозным праздником. Но судьба распорядилась по-своему. Потерю Лена пережила тяжело. Вместе они прожили долго и красивую жизнь. Сейчас онаставляет своих детей и внуков словами: «Цените время, проведенное с супругом. Когда его нет рядом, жизнь становится совсем другой. Пока вы вместе, все, что он для вас делает, воспринимается как должное. Только потеряв, мы осознаем, кем для нас была наша вторая половинка».

#### СЧАСТЛИВОЕ ДЕТСТВО

- Сложно представить более счастливое детство, чем наше, - говорит Залина. - Ехтани-



## ЦЕНТР ПРИТЯЖЕНИЯ



ниговы живут в селе компактно, все лето у нас собирались многочисленные двоюродные и троюродные братья и сестры. Мы ходили на речку, бегали, играли в прятки, а потом, наевшись досыта маминими вкусными блюдами, сидели вечерами на скамейке и слушали рассказы старших. Говорят, у детства есть свой вкус. Для нас это был вкус маминих кулинарных шедевров.

Не знаю, как родителям это удавалось, но они никогда не повышали на нас голос. Воспитывали личным примером. Мама всегда говорит: «Лучше один раз показать, чем много раз объяснять». Эти слова до сих пор для нас ориентир в воспитании своих детей. Казалось, мама никогда не уставала. Как ей хватало сил на всех и на все, для нас до сих пор загадка. Она была невероятно чистой поплотной. Вставала рано утром и приводила в порядок наше большое хозяйство. Не давала расслабляться и нам. Ее советы и личный пример помогли нам создать и в определенные моменты жизни даже сохранить свои семьи.

В жизни есть люди, спокойная рассудительность и мудрость которых делают их центром притяжения для своих близких. Лена ЕХТАНИГОВА из села Кишпек Баксанского района - одна из таких. На днях она отметит свой 80-летний юбилей в кругу большой и дружной семьи, а также многочисленных родственников. Почти 50 лет она прожила со своим ныне покойным супругом Султаном ЕХТАНИГОВЫМ. Вместе они воспитали четверых детей - Риту, Римму, Залину и Мухамеда. Сегодня у Лены 14 внуков и 17 правнуков.

#### ИСТОРИЯ ПОВТОРЯЕТСЯ

Для супругов было важно, чтобы их дети получили хорошее образование и нашли достойное место в обществе. Рита окончила КБГУ по специальности «лечебное дело», работает педиатром в сельской амбулатории с.п. Кишпек. Римма тоже училась в КБГУ, но по специальности «математика», учитель высшей категории, работает в МОУ «СОШ им В.М. Кокова» с.п. Кишпек. Залина окончила КБГУ по специальности «история». Живет в Нальчике, индивидуальный предприниматель. «Старшая сестра Рита всегда была для нас примером во всем, - говорит Залина. - Мы стремились быть похожими на нее. Когда я пошла в школу, меня сразу спросили: «Ты сестра Риты?» Этот вопрос мне задают до сих пор, когда узнают, что я из семьи Ехтаниговых. Римма более спокойная и тихая, но у нее сильный внутренний стержень, она очень преданный человек. Я горжусь тем, что у меня такие сестры».

После смерти Султана единственный сын Мухамед взял на себя нелегкую роль

главы семьи. Он так же спокоен, рассудителен и уважает все, как и его отец. Окончил химическое отделение КБГУ, сейчас работает ответственным по хозяйственной части в школе села. Сестры говорят, что он их главная опора.

36 лет назад Мухамед женился на Венере. Он обрел спутницу жизни, а его родители - еще одну дочь. Со временем она стала им даже ближе, чем собственные дети. «Иногда посторонние думали, что именно Венера их дочь, - рассказывает Залина. - Венера всегда встречает нас с улыбкой и радостью. Так же вкусно, как когда-то мама, всегда угощает нас. Мы очень благодарны ей за все».

У Мухамеда и Венеры тоже четверо детей - три дочери и сын. Как и прежде, каждое лето у них собираются дети и велоседло проводят время. История повторяется.

#### НАША ДУША

На днях Лене Ехтаниговой исполнится 80 лет. Многочисленные потомки готовятся к торжеству. Дети, внуки и правнуки готовят свои сюрпризы-поздравления. Для них она всегда была и остается душой семьи, хотя, чтобы продолжала быть центром притяжения еще долгие годы. Самая большая радость для Лены - это когда все собираются вместе.

- Хорошая семья - это команда, где каждый ощущает себя в безопасности, услышанным и любимым. В ней есть трудности, но ее сила в том, чтобы преодолевать их вместе, сохраняя тепло и доверие. Источником этого тепла - наша бабушка, - говорит внучка Лены - София, учитель химии в пятой школе г. Чегема. Она пользуется большим авторитетом среди коллег.

- Даже молчаливое присутствие бабушки рядом может быть важной поддержкой для нас, - добавила другая внучка - Залина. Она выбрала специальность дедушки, окончила КБГУ по специальности «экономика и бухгалтерия». Уже 12 лет работает в кредитном отделе Сбербанка.

- Хранительница семейного очага - это метафорическое воплощение образа нашей мамы, - подчеркивает Залина. - В системе ее жизненных приоритетов семья всегда занимала основополагающее место, чему учила и нас. Еще одним ярким воспоминанием из детства для нас, ее детей, остались моменты, когда она одним своим объятием и добрым словом могла исцелить от любого недуга. Здоровья нашей мамочке и чтобы наши внуки еще долго жили под ее присмотром.

Лена КАРАТЛЯШЕВА

## Кабардино-Балкария в третий раз примет Всероссийский фестиваль скалолазания

В Баксанском ущелье Кабардино-Балкарии в третий раз пройдет Всероссийский фестиваль скалолазания - совместный проект федераций скалолазания и альпинизма страны. Проведение фестиваля «Скалы России. Эльбрус-2026» намечено на 9-15 июня. Фестиваль проводится в целях популяризации скалолазания и альпинизма, пропаганды здорового образа жизни, поддержки и развития российских традиций альпинизма и скалолазания, развития нового перспективного скального района на Юге России.

Сообщается, что участников ждут скалы в районе города Тырныауза и окрестностях альплагеря «Джан-Туган». Сотни маршрутов распределены по трем дисциплинам: лазание на трудности; боулдеринг - короткие сложные трассы без веревки и мультипитчи - многоверевочные маршруты на отвесных скалах.

Помимо свободного фестивального лазания, в программе - этап Кубка России по альпинизму в дисциплине «класс-скальный», чемпионат Вооруженных Сил РФ по скалолазанию, открытый женский кубок по альпинизму, кубок ФАР, болдер-контакт с участием лидеров российского скалолазания и зачет «Новички» для тех, у кого опыт лазания не больше года.

В этом году организаторы добавили специальную номинацию женского кубка - «1936-2026». Она посвящена 90-летию со дня первого в истории отечественного аль-

пинизма восхождения, которое совершила полностью женская команда.

- Летом 1936 года три ленинградские альпинистки - Мария ПОТАПОВА, Констанция НАРБУТ и Наталья СИДОРОВА поднялись на главную вершину - Домбай-Ульген (4046 м) по маршруту 3Б категории трудности. Сегодня очень волнительно и почетно заявлять номинацию в честь наших отважных советских альпинисток, - отмечает Ирина МОРОЗОВА, инициатор первого очного женского кубка ФАР по альпинизму, один из идейных авторов премии «Стальной ангел», старший тренер фестиваля «Скалы России. Эльбрус-2026».

Главный приз спецноминации - сертификат на десятидневное размещение в «Безенги», одной из самых исторических альпинистских баз страны.

- Такой смысловой акцент очень близок нам. В советские годы Приэльбрусье стало центром зарождения массового альпинизма в стране. Здесь складывались школы, маршруты и целые поколения восходителей. Эта тема - одна из ключевых в нашем проекте «Архив высоты», где мы исследуем и собираем наследие: советскую архитектуру высокогорья, науку и культуру отдыха. Все то, в чем состоит легендарность Эльбруса. И когда у наследия появляется сразу несколько голосов - спортивный, исследовательский, культурный, оно становится живой частью сегодняшнего ландшафта, - отметил исполнительный директор Кавказ.ПФ Хасан ТИМИЖЕВ.

Параллельно с соревнованиями на фестивале будет работать школа на мультипитчах (учебная программа по технике лазания на длинных многоверевочных маршрутах). В этом году она пройдет в расширенном формате - базовый и продвинутый модули, а также отдельный трэд-модуль для работы со своими точками страховки. По итогам участники получат сертификат по программе подготовки альпинистов.

К участию в фестивале допускаются все желающие, достигшие совершеннолетнего возраста на дату начала мероприятия, имеющие действующую медицинскую справку о допуске к занятиям скалолазанием или альпинизмом, выданную не ранее чем за шесть месяцев до начала фестиваля.

Регистрация участников продолжается в мобильном приложении. Фестиваль открыт и для зрителей: подниматься под скалы и наблюдать за лазанием в дни соревнований можно в свободном режиме. Как отмечают организаторы, самое зрелищное событие - ночной боулдеринг.

Организаторы фестиваля - Федерация скалолазания России, Федерация альпинизма России, Министерство спорта Кабардино-Балкарской Республики, Центральный спортивный клуб армии. Информационный партнер - Кавказ.ПФ. Подробная информация: [rusclimbing.ru/elbrus2026](http://rusclimbing.ru/elbrus2026).

Ольга КАЛАШНИКОВА

## ЖИВОЕ ЗЕРНО НАРОДНОЙ ПЕСНИ

**В Кабардинском государственном драматическом театре имени Али Шогенцукова прошел заключительный этап республиканского фестиваля адыгской народной песни имени народного артиста КБР Зарамука КАРДАНГУШЕВА - выдающегося деятеля адыгской национальной культуры, ученого-этнографа, талантливого писателя и драматурга.**

Обращаясь к участникам и гостям мероприятия, министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ отметил, что Зарамук Кардангушев - явление уникальное: «Он унаследовал от своих предшественников любовь к народному творчеству. В то же время в своих научных трудах выступает как строгий академический ученый. Обладая великолепной памятью, музыкальным слухом и голосом, стал одним из последних джегуако, легендарных носителей адыгской традиционной культуры. Его многогранный талант дополняется актерским образованием, полученным в Государственном институте театрального искусства имени А.В. Луначарского, филологическим образованием в Кабардино-Балкарском университете и литературным творчеством. В научной области на протяжении нескольких десятилетий оставался одним из самых активных участников полевых фольклорно-этнографических исследований, основным исполнителем сборников



разных жанров адыгского фольклора. Его многочисленные записи являются поистине золотым фондом народного устно-поэтического творчества. Благодаря его неустанному труду у кабардинцев сохранились старинные песни, сказания, легенды, пословицы и поговорки. Его личность и вклад в сохранение фольклора являются достоянием всего адыгского народа».

Зрителям были представлены видеоролик о творческом пути Зарамука Кардангушева и архивные записи песен в его исполнении.

Ведущие вечера - заслуженные артисты КБР Жанна ТХАШУГОЕВА и Ахмед ХАМУРЗОВ обратили особое внимание

зрителей на то, что, общаясь с народом, с теми, кто составляет истинную соль земли, Зарамук Кардангушев пронес через всю свою жизнь уважение к простым труженикам и безграничную любовь к родным просторам. Постоянно погружался в звучание слов джегуако, фиксируя старинные напевы и мелодии. Многие из этих песен прозвучали на фестивале.

На сцене выступили артисты, посвятившие себя высокому искусству адыгской народной песни. Участники фестиваля подарили жителям Кабардино-Балкарии бесценный опыт соприкосновения с исконным народным творчеством. Веками народная песня передавалась из уст в уста, сопровождая людей в радости и горе, даря духовную опору для преодоления невзгод. Народная песня как живое зерно находит отклик в сердцах людей.

Прозвучали композиции «Уэзы Мурат» в исполнении легендарного ансамбля «Чегемские водопады», «Гьудэ Берд и уэрд» в исполнении группы «Лечинкай», «Адыгэ уэрэдыжхэр» в исполнении вокальной группы народного ансамбля песни и танца «Нартхаса», «Мурадин и уэрд» в исполнении солистки Кабардино-Балкарской государственной филармонии Оксаны ХАКУЛОВОЙ, «Адыгэ пщтыхэм я тхьэусыхаф» в исполнении заслуженного артиста КБР Азамата БЕКОВА и многие другие.

Нынешнее поколение исполнителей сохраняет богатое наследие предков и передает его будущим поколениям.

**Ляна БАТЫРОВА.**

*Фотоколлаж Тамары Ардавовай*

## БЕСЦЕННЫЙ ДАР СОВРЕМЕННОКАМ

**В Балкарском государственном драматическом театре им. К. Кулиева прошел фестиваль старинной балкарской народной песни, посвященный 110-летию со дня рождения выдающегося фольклориста, собирателя и исполнителя Омара ОТАРОВА.**



Жизнь Омара Отарова – образец беззаветной преданности искусству и народу, а его творчество вдохновляет на сохранение и приумножение национального культурного достояния. Возрожденные им песни – бесценный дар современникам, призыв беречь песенный фольклор балкарцев.

Гостей фестиваля поприветствовал министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ.

- Омар Отаров - вершина карачаево-балкарского вокального искусства, которому он посвятил всю свою жизнь. Хороший слух и музыкальные способности позволили ему с малых лет окунуться в богатый мир песен и сказаний. Омар любил музыку, пел даже в минуты, когда оставался один, слушая подпевающие ему звуки рек, водопадов, свист ветра и эхо гор. Искусство народов Кабардино-Балкарии ярче всего проявилось в песне и танце. Омар Отаров стал гениальным выразителем всего доброго и великого, благородного и мудрого в многогранной карачаево-балкарской народной песне, носителем ее души, ярким примером и эталоном наивысших нравственных ценностей. За годы своей деятельности собрал и записал сотни песен в собственном исполнении, создав сокровищницу бесценного национального духа. По сути, дал вторую жизнь народной балкарской песне. В ней обретае величие и сам ее творец - народ. О. Отаров воспринимается легендарной личностью, дарованной народу самой судьбой. Свой народ певец любил беззаветно, и эта любовь оказалась взаимной. Свидетельство тому - сегодняшний фестиваль, в программе которого будут исполнены произведения из обширного песенного фонда Омара Отарова, - отметил министр.

Фестиваль объединил вокальные коллективы и исполнителей со всей республики. Среди них - Жамбулат ЖУБОВЕВ, Руслан МУСУКАЕВ, народный ансамбль «Эрирей», хор Музыкального театра и ФЭАТ «Балкария», Таниля УЗДЕНОВА, Тахир ГУЗИЕВ, Сафар МЕЧИЕВ и многие другие. Известные композиции «Голлу», «Сюймеклик», «Тепена», «Уллу хож» и другим подпевали зрители в зале.

Именем Омара Отарова названы Детская школа искусств в с. Кашхатау и краеведческий музей Эльбурского района. В 2016 году на фасаде Дома радио в его честь установлена мемориальная доска, именно здесь, в хоре, он работал большую часть жизни.

Сегодня ценители наследия Омара Отарова единодушно признают: нет ни одной грани бытия народа, которую бы он мастерски не отразил в своих музыкальных произведениях. Жизнь артиста стала воплощением преданности искусству и своему народу, а его наследие служит источником вдохновения для тех, кто стремится сохранить и приумножить сокровища национальной культуры. Каждая возрожденная им мелодия – драгоценный дар нашим современникам, напоминание о необходимости бережного отношения к песенным традициям балкарцев. Через свои песни Омар Отаров поведал историю целого этноса, и эта история продолжает звучать.

**Лилиана ШОРДАНОВА.**

*Фотоколлаж Тамары Ардавовай*

## В Нальчике проводятся археологические исследования



**В столице Кабардино-Балкарии стартовал проект по сохранению исторического наследия в городской черте. Археологи начали охранно-спасательные работы на участке, который ранее считался просто «земляным валом», а теперь официально признан археологическим памятником. Речь идет о кургане, находящемся на улице Идарова.**

Инициатива спасения древнего кургана принадлежит местному предпринимателю - арендатору этого земельного участка Курману КУДАЕВУ.

- Я решил внести свой вклад в развитие города и взялся за это дело. До 2024 года объект считался просто земляным валом, а не историческим памятником. Я обратился в администрацию, оформил краткосрочную аренду и заказал археологические исследования. Они подтвердили, что это курган. Мне посоветовали сохранить его, особенно после того как здесь несколько раз прорывало водопроводную трубу. Решил благоустроить территорию и внести свой вклад в историю города, - сказал К. Кудаев.

В 2024 году ситуация вокруг кургана получила официальный статус. На основании выданного открытого листа объект был поставлен на учет. Управление по охране объектов культурного наследия издало приказ о включении кургана в региональный перечень археологических памятников, утвердило границы территории и специальный режим использования земельного участка.

Руководитель Управления по государственной охране объектов культурного наследия КБР Олег ГОНТАРЬ пояснил, что

памятник неоднократно подвергался техногенным воздействиям, рядом проходит коммуникация, требующие замены. В связи с этим, а также для обеспечения сохранности объекта Министерство культуры РФ выдало открытый лист на проведение охранно-спасательных раскопок.

Разрешительная документация была оформлена 16 апреля. Уже 20 апреля владелец открытого листа уведомил органы охраны и местные власти о начале работ. На объекте трудятся опытные археологи, многие из которых обладают многолетним стажем полевых исследований и сотрудничают с ведущими научными учреждениями России.

Предварительная датировка находки вызывает восхищение: курган был возведен на рубеже III-IV тысячелетий до нашей эры, в бронзовом веке. То, что ученые наблюдают в разрезе насыпи, является характерным признаком именно этого периода, что делает памятник уникальным.

Уже в первые дни раскопок исследователи обнаружили первые артефакты - фрагменты керамической посуды. Эти находки помогут уточнить культурную принадлежность захоронения и пролить свет на быт древних племен, населявших эту территорию.

- Чтобы предотвратить застройку и хаотичные раскопки этого памятника, необходимо провести научные исследования. Только так можно его изучить и сохранить. К сожалению, долгое время курган использовался как свалка и разрушался под воздействием коммунальных аварий, - отметил Андрей ЛАПШИН, кандидат исторических наук, специалист-археолог ООО «Археологическая экспедиция».

По завершении полевых работ все найденные артефакты - от керамических фрагментов до потенциальных погребальных комплексов будут тщательно обработаны, реставрированы и изучены. В итоге коллекция будет передана в Национальный музей КБР, где займет почетное место в экспозиции, посвященной древней истории региона.

**Ангела ГУМОВА.**

*Фото РИА КБР*

# ВСЕГДА ЕСТЬ ПОТЕНЦИАЛ ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ

В этом месяце приняли участие в международной всероссийской конференции «Алмазовский молодежный медицинский форум-2026», которая проходила в Санкт-Петербурге. На этом форуме они получили диплом III степени за исследование на тему «Распространенность киберхондрии среди молодежи и ее детерминанты». В марте в Москве они выступили на XXX Международной Пироговской научной медицинской конференции студентов и молодых ученых, где их команда была удостоена диплома I степени. Тема их доклада - «Виртуальные технологии в медицине: этические, социальные и правовые аспекты».

Их неоднократные победы стали возможными благодаря сильной научной школе Кабардино-Балкарского государственного университета. Руководителем проектов выступила кандидат медицинских наук, доцент, заведующая кафедрой общей врачебной подготовки и медицинской реабилитации, заместитель директора по научной работе медицинской академии КБГУ Ирина ТХАБИСИМОВА.

Это значимое достижение не только для медицинской академии КБГУ. В условиях высокой конкуренции, когда конференция собирает ярких представителей медицинской науки из разных стран, успех команды КБГУ стал показателем конкурентоспособности регионального вуза. Это наглядная демонстрация того, что научные школы КБГУ способны генерировать идеи, отвечающие современным требованиям мировой медицины, и готовить специалистов мирового уровня, - отметила она после мартовской научной конференции.

Научные работы Салимы Эттеевой, Амины Мамиевой и Илоны Хашукоевой охватывают важные аспекты современной медицины - цифровизация здравоохранения, диагностика и профилактика заболеваний, медицинская психология и психическое здоровье населения. Особое внимание в их исследованиях уделено возможностям цифровых технологий в медицине и медицинскому туризму. Их работы опубликованы в сборниках материалов всероссийской научно-практической конференции студентов и молодых ученых международного участия «YSRP-2025» РИНЦ г. Саратова, международного молодежного научного форума «Медицинская весна-2025» РИНЦ г. Москвы, «Актуальные вопросы



А. Мамиева



С. Эттеева



И. Хашукоева

**Студентки шестого курса медицинской академии Кабардино-Балкарского государственного университета имени Х.М. Бербекова Салима ЭТТЕЕВА, Амина МАМИЕВА и Илона ХАШУКОВА неоднократно демонстрировали высокий уровень своей научной подготовки на российских и международных площадках. Являются членами «Академии отличников» научно-образовательного медицинского кластера «Северо-Кавказский» и студенческого научного общества медицинской академии КБГУ.**

медицинской науки» и в других изданиях.

В интервью студентки поделились своими планами на будущее и рассказали о роли искусственного интеллекта в медицине.

**Илона Хашукоева:**

- Медицина для меня - ответственность, требующая постоянного развития, дисциплины и полной отдачи своему делу. Участие в профессиональных форумах, конференциях и конгрессах позволяет наблюдать быстрое развитие современных подходов в медицине и внедрение новых технологий в клиническую практику. Особый интерес вызывают доклады по персонализированной медицине, современным методам диагностики и использованию искусственного интеллекта в здравоохранении. Эти темы помогают понять, как цифровые технологии улучшают анализ данных пациентов, снижают риск ошибок и повышают точность лечения. Также на форумах и конгрессах есть возможность общаться с ведущими врачами, учеными и профессорами нашей страны, получать профессиональную оценку своей работы и перенимать практический опыт у специалистов высокого уровня. Общение со сверстниками и положительные отзывы мотивируют совершенствоваться в профессии.

В будущем планирую развиваться в практической медицине, специализируясь на гастроэнтерологии и эндоскопии. Это направление привлекает меня сочетанием клинического мышления, современных методов диагностики и возможностью по-

мочь пациентам на разных этапах лечения. Специалисты в этой области востребованы из-за распространенности заболеваний ЖКТ, требующих своевременной качественной диагностики. Поэтому важно стать компетентным профессионалом в клинической практике и современных медицинских технологиях.

После университета планирую поступать в ординатуру в Москве. Рассматриваю Московский клинический научный центр имени А.С. Логинова как базу для профессионального роста и научной деятельности. Хочу сочетать практическую медицину и науку, продолжить исследовательскую деятельность и заниматься преподавательской работой, как моя тетя - профессор, доктор медицинских наук Асият ХАШУКОВА.

**Амина Мамиева:**

- Медицина для меня - осознанный путь, начавшийся с примера моей мамы - Ирины САБАНЧИЕВОЙ, врача высшей категории, терапевта и пульмонолога. Она работает в этой сфере более 20 лет. С детства мама прививала мне любовь к медицине мягко и ненавязчиво, развивая клиническое мышление и эмпатию. Научила меня видеть в каждом пациенте личность, а не просто случай. Я видела реальную сторону медицины, которая меня заинтересовала. Со временем этот интерес усилился, поэтому другие профессии даже не рассматривала. К тому же в ней всегда есть возможность расти, что позволяет постоянно совершенствоваться ради пациентов.

Мы с коллегами часто размышляем над ролью искусственного

интеллекта в медицине. Изучили много отечественной и зарубежной литературы, обратились к опыту передовых клиник, которые уже внедрили системы ИИ. Результаты собрали в несколько научно-исследовательских статей и представляли на международных студенческих конференциях в Нальчике и Москве. Всей командой сделали вывод, что искусственный интеллект станет отличным ассистентом, но не заменит врача. Он берет на себя рутину: анализ снимков, расшифровку данных и рекомендации, ускоряя процессы и снижая ошибки. Это освобождает время для эмпатии, сложных решений и общения с пациентами. ИИ никогда не подержит человека за руку и не заметит тот самый тревожный взгляд, который порой меняет всю картину диагноза. Однако стоит помнить о важном аспекте: внедрение искусственного интеллекта требует от врачей повышения их цифровой грамотности. Нам необходимо научиться эффективно применять эти технологии, осознать их потенциал и ограничения. При этом основные принципы остаются неизменными: фундаментальные знания и клиническое мышление являются ключевыми. Окончательное решение всегда за врачом.

**Салима Эттеева:**

- Наша научная работа сосредоточена на исследовании методов диагностики, лечения и профилактики различных заболеваний, включая использование передовых технологий. С каждым днем разрабатываются новые подходы к терапии и профилактике, актив-

но внедряется цифровизация в здравоохранении по всему миру. Это ключ к повышению ее эффективности. Системы поддержки принятия врачебных решений позволяют значительно повысить точность диагностики многих заболеваний. Но крайне важно оценивать возможности их применения в медицинской практике и учитывать ограничивающие факторы и потенциальные риски. В этом нам оказывает поддержку наш научный руководитель Ирина ТХАБИСИМОВА. Мы искренне благодарим ее за мудрые советы и всестороннюю поддержку, которая способствует нашему профессиональному росту и подготовке как будущих специалистов в области здравоохранения.

**Достижения**

И. Хашукоева, С. Эттеева и А. Мамиева являются участниками 53-й международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Актуальные вопросы медицины» в секции «Внутренние болезни». Призерами 2-й степени в командном зачете межвузовской студенческой олимпиады «Биохимия - основа жизни-2024» среди студентов высших учебных заведений на базе Северо-Кавказского федерального университета. Участниками международного молодежного научного форума «Медицинская весна-2025», организованного ФГАОУ ВО «Первый МГМУ им. И.М. Сеченова» в Москве. Лауреатами 2-й степени юбилейной 55-й международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Актуальные вопросы медицины» в номинации «Медицинский туризм, высокогорная медицина и реабилитация», лауреатами 3-й степени всероссийской научно-практической конференции студентов и молодых ученых с международным участием «YSRP-2025» в номинации «Гуманитарные дисциплины». Участниками III всероссийского конкурса обзоров литературы молодых ученых и студентов секции «Профилактические аспекты сохранения здоровья населения Российской Федерации» трека «Общественное здоровье и здравоохранение» и многих других конгрессов и конференций. В 2024 и 2025 годах принимали участие в образовательной программе «Наставник, тьютор», были наставниками студентов первого курса медицинской академии КБГУ им. Х.М. Бербекова.

Анжела ГУМОВА.

Фото Тамары Ардаевой

## Оплата дополнительных выходных для родителей детей с инвалидностью

**Работающие родители, опекуны и попечители ребенка-инвалида имеют право на четыре дополнительных оплачиваемых выходных дня в месяц. С начала года Отделение Социального фонда России по КБР оплатило 1 198 таких выходных дней на общую сумму 4 287 300 рублей.**

Таким правом может воспользоваться один из родителей или оба, разделив дни между собой по своему усмотрению, при условии, что оба работают. Например, мама

может использовать четыре дня в месяц сразу либо взять два дня, а оставшиеся два дня может использовать папа. Кроме того, дополнительные выходные можно объединить в дополнительный отпуск до 24 дней.

Для получения дополнительных выходных дней нужно подать в отдел кадров по месту работы заявление, а также приложить к нему справку об инвалидности ребенка, свидетельство о его рождении (либо документы об опеке или попечительстве). Дополнительно потребуется

справка с работы второго родителя о том, что он не использовал аналогичные выходные в тот же период.

Важно, что накопленные дни не переносятся на следующий год и не подлежат компенсации. Кроме того, дополнительные выходные дни не предоставляются в период очередного оплачиваемого отпуска, отпуска без сохранения зарплаты, а также отпуска по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет. При этом право на четыре дополнительно оплачи-

ваемых выходных дня для другого родителя сохраняется.

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

Наш корр.

# СТОЛИЦА МОЛОДОГО КИНО

Нальчик стал центром притяжения для кинематографистов в рамках V северокавказского молодежного кинофестиваля «Кинокавказ-2026». Мероприятие прошло при поддержке Министерства культуры РФ и при участии продюсерской группы «Арена one».

Основная площадка фестиваля – Северо-Кавказский государственный институт искусств превратился в эпицентр кинособытий: здесь прошли показы, лекции, мастер-классы и творческие встречи. Фестиваль объединил начинающих режиссеров, сценаристов, продюсеров и киноведов из разных уголков Северного Кавказа и других регионов России, предоставив им платформу для демонстрации своих работ и обмена опытом.

## ЗНАЧИМАЯ МЕЖДУНАРОДНАЯ ПЛОЩАДКА

В этом году на рассмотрение жюри поступило около 70 киноработ. Конкурсная программа включала короткометражные игровые и анимационные фильмы, телевизионные проекты, документальные ленты и социальные видеоролики. Важной частью фестиваля стала образовательная программа, которая дала возможность молодым кинематографистам напрямую пообщаться с признанными экспертами индустрии и получить ценные профессиональные советы для дальнейшего развития.

Начиная с 2018 года мероприятие прошло путь от локального студенческого смотра до значимой международной площадки. В перечень попали авторы из Москвы, Санкт-Петербурга, Нижнего Новгорода, Краснодара, Волгограда, Екатеринбурга, Уфы, Оренбурга, Ижевска, Кирова, Тулы, Нового Уренгоя, Сергиева Посада, Ставрополя, Пятигорска, Владикавказ, Каспийска и Нальчика. Международный конкурс представлен кинематографистами из Беларуси, Кыргызстана, Армении, Испании, Мексики и Бразилии.

Главная задача мероприятия – способствовать сохранению и развитию культурных традиций в сфере кино и просвещения.

Специальные гости фестиваля – актер театра, кино и телевидения, режиссер, кинопродюсер Андрей СОКОЛОВ; кинорежиссер, сценарист, актер, педагог Владимир ХОТИНЕНКО; киновед, сценарист Татьяна ЯКОВЛЕВА; генеральный директор продюсерского центра «Мувиастарт»



Дмитрий ЯКУНИН; режиссер, сценарист Ангелина БИТАРОВА.

## НАСЫЩЕННАЯ ПРОГРАММА

Первый фестивальный день начался с мастер-класса «Каждый сам себе продюсер. Шаг за шагом к цели», который провела Ангелина Битарова. Участникам были предложены последовательные алгоритмы организации авторского проекта – от формулирования концепции и подготовки презентационных материалов до планирования производства, поиска финансирования и продвижения картины на фестивальных площадках.

Далее прошла пресс-конференция с участием организаторов и членов жюри кинофестиваля. Модератором выступила начальник отдела СМИ Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций КБР Анна РОМАНОВСКАЯ. С журналистами общались заслуженный артист России и Кабардино-Балкарии Басир ШИБЗУХОВ; киновед, редактор и режиссер документального кино Индира ЧЕРДЖИЕВА; художник-постановщик и режиссер анимации Станислав МЕТЕЛЬСКИЙ; народные артисты РФ Владимир ХОТИНЕНКО и Андрей СОКОЛОВ; и. о. ректора СКГИИ Анатолий РАХАЕВ; режиссер, сценарист, руководитель режиссерских мастерских ВГИК Виталий КАЛИНИН; режиссер, актер, заведующий кафедрой режиссуры СКГИИ Мухамед ЧЕРКЕСОВ; директор Нового института культурологии, президент Федерации кинолюбителей Нина КОЧЕЛЯЕВА; режиссер и сценарист Гаджимурад ЭФЕНДИЕВ.

Вопросы включали такие темы, как развитие российского и регионального кинематографа, влияние технологий на будущее киноиндустрии, культурный вклад режиссеров Северного Кавказа в российское киноискусство, сохранение национальных ценностей, перспективы развития кинофестиваля «Кинокавказ».

Участники фестиваля и образовательного форума посетили встречу «Продвижение короткометражного кино на кинофестивалях», которую провел Гаджимурад Эфендиев (Республика Дагестан). Он рас-

сказал о мировых и российских кинофестивалях, о том, как правильно подать заявку и какие возможности у фестивального кино. Также прошел мастер-класс «Как создается стиль проекта». На примере анимационного сериала «Живой гараж» от Станислава Метельского (Москва) обсуждалось формирование визуальной концепции, были продемонстрированы примеры эскизов. Участники получили практические советы по разработке графического языка и обсудили вопросы адаптации стиля под жанр и целевую аудиторию.

После насыщенного первого дня настало время, которого с нетерпением ожидали все участники, – торжественная церемония открытия. С приветственными словами к гостям и участникам фестиваля обратились заместитель Председателя Парламента КБР Салим ЖАНАТАЕВ, министр культуры КБР Мухадин КУМАХОВ и и. о. ректора СКГИИ, профессор Анатолий РАХАЕВ.

Анатолий Рахаев также вручил специальным гостям почетные грамоты местной администрации г.о. Нальчик за многолетнюю плодотворную деятельность по продвижению культуры и регионального кинематографа Северного Кавказа и Кабардино-Балкарской Республики, а также за системную работу по укреплению культурной идентичности региона и в связи с проведением V юбилейного северокавказского молодежного кинофестиваля «Кинокавказ».

Культурная программа открытия продолжилась выступлениями студентов СКГИИ и приглашенных артистов. Лучшие танцевальные, оркестровые и музыкальные ансамбли, а также вокалисты продемонстрировали высокий уровень подготовки и творческий потенциал.

Центральным событием вечера стал показ военной драмы Анатолия КОЛИЕВА «Семь черных бумаг». Лента, действие которой разворачивается в годы Великой Отечественной войны, рассказала о мужестве и стойкости людей, столкнувшихся с утратой. После просмотра состоялась

## • ФЕСТИВАЛЬ

творческая встреча с членами команды фильма – актерами Максимом КАРАЕВЫМ, Дзамболатом ДЗУТЦЕВЫМ, Зитой ЛАЦОЕВОЙ и художником-постановщиком фильма Эльвирой СОКУРОВОЙ.

В рамках фестиваля состоялся мастер-класс режиссера, сценариста, председателя жюри фестиваля Виталия КАЛИНИНА «Разбор полетов: типичные заблуждения начинающих». Были освещены ключевые различия между медиа и кино, подчеркнута важность неудачи как неотъемлемой части пути к успеху. После мастер-класса состоялась встреча-лекция «Кино для чайников» российского режиссера, актера, сценариста и продюсера Андрея МАРМОНТОВА. Спикер доступным языком рассказал об основных этапах кинопроизводства: от зарождения идеи и написания сценария до режиссуры, актерской игры, монтажа и продвижения готового фильма. Лекцию «Возможности интеграции дебютантов в киноотрасль. Гранты, питчинги, конкурсы» провел генеральный директор продюсерского центра «Мувиастарт» Дмитрий ЯКУНИН. Состоялась творческая встреча с заслуженным деятелем искусств России Владимиром Хотиненко (Москва).

Параллельно с образовательной программой в Государственном концертном зале им. Ю. Х. Темирканова были показаны конкурсные работы участников фестиваля.

## ИТОГИ

Церемония закрытия кинофестиваля прошла в живописном высокогорном селе Верхняя Балкария.

Победителем в номинации «Лучший документальный фильм» стала картина «Жизнь человека» Хуссейна АЛИ (Краснодар). В номинации «Лучший социальный видеоролик» высшую оценку получила работа «Когда погас свет» Кристины РЕБРИК (Москва). Победителем в номинации «Лучший короткометражный телевизионный фильм» стала картина «Хранители Шикотана» Дарьи ДОННЕР (Москва). В номинации «Лучший короткометражный анимационный фильм» победу одержал фильм «В животе змеи» Ивана ХАНЖИНА (Екатеринбург). Победителем в номинации «Лучший короткометражный игровой фильм» стал фильм Лили ГАЗАРЯН «Швейцар» (Ереван, Армения). Специальным дипломом жюри «За сохранение национальной идентичности» в этой номинации был награжден фильм «Золотое шитье» Миланы МИХЦЕВОЙ (Нальчик).

Награду в специальной номинации Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций КБР получил документальный фильм «Отважные сердца: истории настоящих героев» Жамбота ПШУКОВА.

Лиана ШОРДАНОВА.  
Фото Тамары Ардавовай

## Названа единая дата старта приемной кампании в вузы

Старт приемной кампании в вузы страны назначен на 20 июня. В этот день начнется прием документов на все уровни высшего образования: бакалавриат, специалитет, базовое высшее, магистратура, специализированное высшее.

При этом последний день приема документов от абиту-

риентов различается в зависимости от уровня высшего образования и источника финансирования обучения.

Прием документов на обучение на бюджетные места по программам бакалавриата, специалитета, базового высшего образования завершится с 10 до 20 июля. При

## Открыта горячая линия по вопросам детского отдыха

Роспотребнадзор запустил всероссийскую горячую линию по вопросам детского отдыха, качества и безопасности товаров для детей.

Специалисты ведомства с 11 по 22 мая отвечают на вопросы о детской одежде, обуви, игрушках, питании, гаджетах и товарах для активного досуга. Родители смогут узнать, какие медицинские документы нужны для отправки ребенка в лагерь, как проводится де-

зинфекция в оздоровительных учреждениях и организована перевозка детей к месту отдыха. При необходимости специалисты помогут составить претензию продавцу детских товаров и подскажут, как правильно выбрать лагерь и подготовить ребенка к поездке.

Номера телефонов и адреса консультационных пунктов опубликованы на сайтах региональных управлений Роспотребнадзора.

## Учреждена премия в области народных художественных промыслов

В этом году в России впервые вручат национальную премию в области народных художественных промыслов.

Конкурс пройдет по десяти номинациям. Лауреатов выберут среди мастеров народных промыслов, молодых

специалистов и предприятий отрасли. Также награды получат авторы лучших общественных и образовательных проектов по продвижению промыслов, создатели туристических маршрутов, проходящих через места их производства.

Подготовила Ольга КАЛАШНИКОВА

Участвовать в конкурсе могут органы местного самоуправления, предприятия, индивидуальные предприниматели и самозанятые граждане. Решение о победителях будет принимать специальный совет при Минпромторге России.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 25 мая

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, добро и видео» (16+)
08.50 Х/ф «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ТАЙНЫЙ ВРАГ» (16+)

23.05 «Знак качества» (16+)
00.45 Д/ф «Неизвестный Хрущев» (16+)
01.30 Д/ф «Семейные войны» (16+)
02.10 Д/ф «Русские тайны. Места силы» (16+)

НТВ

04.35 Д/ф «Людмила Иванова. Не унывай» (16+)
05.20 «Мой герой» (12+)
04.50 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)

ЗВЕЗДА

05.40 Х/ф «ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00 Новости дня (16+)
09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+)

РЕП

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

13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)
15.00 «Дикий, дикий мир» (16+)
16.00 «Информационная программа 112» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Команда мечты» (12+)
06.30 «Неизвестные страницы Кубка мира» (12+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Ретролектив. «Домбай» (12+)
06.20 «Мастро». Народный артист

РСФСР, композитор Хасан Карданов (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)

СТАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» (16+)

РОССИЯК

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

20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Д/ф «Вся красота в прямой линии»

МИР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Время спорта». Скалодром (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Время спорта». Скалодром (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
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО» (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ТАЙНЫЙ ВРАГ» (16+)

01.25 Хроники московского быта (16+)
02.10 Д/ф «Тайная комната. Личная жизнь чудовища» (16+)

НТВ

04.30, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня»

ЗВЕЗДА

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

РЕП

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

ВТОРНИК, 26 мая

14.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
15.00 Д/с «Легенды и мифы» (16+)
17.00, 02.05 «Тайны Чапман» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 «Команда мечты» (12+)
06.30 «Дело №» (16+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.25 Новости

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «У вешин Европы». Горные туры Эльбурга (12+)

07.30 «История в лицах». Лингвист, педагог и ученый-филолог Таусултан Шеретлоков (12+)

СТАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25 М/ф «В некотором царстве» (0+)

РОССИЯК

06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.15 Д/с «В поисках истины»

17.15 Д/с «Коллекция Петра Шепотинника»
17.55 Д/с «Слово о словах»
18.10, 02.10 Исторические концерты

МИР 24

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «На разных языках, но единым голосом». Ансамбль «Бахталэ Рома» (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «На разных языках, но единым голосом». Ансамбль «Бахталэ Рома» (12+)

1 КАНАЛ

05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.25 «Курбан-байрам». Трансляция из Уфимской соборной мечети
10.15 «Жить здорово!» (16+)

РОССИЯ 1

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

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО» (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО» (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО» (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
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО» (12+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО» (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО» (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 Х/ф «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО» (16+)

СРЕДА, 27 мая

14.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
15.00 «Момент в истории» (16+)
16.00 Информационная программа 112» (16+)

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня»

МАТЧ ТВ

06.30 «Команда мечты» (12+)
06.30 «Неизвестные страницы Кубка мира» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.25 Новости

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30, 04.35 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.15 Д/с «В поисках истины» (12+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
06.10 Ретроспектива. «Песня табунщика» (12+)

ЧЕТВЕРГ, 28 мая

13.00, 14.00, 15.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
16.00 Информационная программа 112» (16+)

НТВ

04.55, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня»

МАТЧ ТВ

06.00 «Команда мечты» (12+)
06.30 «Вид сверху» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.25 Новости

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.15 Д/с «В поисках истины» (12+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Актуальная тема» (16+)
06.20 Ретроспектива. «Чегем» (12+)

06.20 «Женский портрет». Директор библиотеки КБГУ Аймани Гериева (12+)
07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня»

МАТЧ ТВ

06.30 «Команда мечты» (12+)
06.30 «Неизвестные страницы Кубка мира» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.25 Новости

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30, 04.35 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.15 Д/с «В поисках истины» (12+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
06.10 Ретроспектива. «Песня табунщика» (12+)

15.35 Белая студия
17.15 Д/с «Коллекция Петра Шепотинника» (12+)

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня»

МАТЧ ТВ

06.30 «Команда мечты» (12+)
06.30 «Неизвестные страницы Кубка мира» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.25 Новости

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30, 04.35 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.15 Д/с «В поисках истины» (12+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
06.10 Ретроспектива. «Песня табунщика» (12+)

14.25 Т/с «ТАЛАНТ» (16+)
15.35 «2 Верник 2» (16+)
16.30 Д/с «Прычанный домик» (12+)

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня»

МАТЧ ТВ

06.30 «Команда мечты» (12+)
06.30 «Вид сверху» (12+)
07.00, 09.00, 12.55, 15.25 Новости

СКАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)
05.25, 09.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.15 Д/с «В поисках истины» (12+)

ОТР

06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)
06.10 «Актуальная тема» (16+)
06.20 Ретроспектива. «Чегем» (12+)

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

РОССИЯ 1
05.00 Утро России
07.07-07.10, 07.35-07.41, 08.07-08.10, 08.35-08.41 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР «УТРО» (12+)

ТВЦ
06.00 «Настроение»
08.10 Х/ф «МИЛЛИОНЕРША» (16+)
11.30, 14.30, 17.50 События
11.30 Х/ф «МИЛЛИОНЕРША» (16+)

22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.05 Д/ф «90-е. Американский шансон» (16+)

НТВ
04.35, 09.25, 10.35 Т/с «ПЕС» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»

ЗВЕЗДА
05.45 Т/с «НА ДАЛЬНОЙ ЗАСТАВЕ» (16+)
07.40 «Легенды кино». Наталия Белохвостикова (12+)

ПЯТНИЦА, 29 мая

РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости» (16+)

МАТЧ ТВ
06.00 «Команда мечты» (12+)
06.30 «Формула-1. Гаснут огни» (12+)

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

06.10 «Служба «02» сообщает» (16+)
06.25 «Творить искусство». Народный артист КБР Барсби Мулаев (12+)

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

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

РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных
07.20 Д/с «В поисках истины»
08.20 Д/с «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро

16.30 Письма из провинции
17.15 Д/с «Коллекция Петра Шепотинника»
17.50 Д/с «Слово о слове»

МИР 24
06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)

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

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

РОССИЯ 1
05.00 Утро России. Суббота
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ КБР (12+)

ТВЦ
06.30 «Православная энциклопедия» (6+)

12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» (16+)

НТВ
04.45 Х/ф «КОНТРАКТ НА ЛЮБОВЬ» (16+)
06.20 «Жди меня» (12+)

ЗВЕЗДА
05.35 Х/ф «ИВАН ДА МАРЬЯ» (16+)

СУББОТА, 30 мая

02.45 Х/ф «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА» (16+)

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

МАТЧ ТВ
06.00 Смешанные единоборства. П. Ян - Д. Фигереди. UFC. Трансляция из Китая (16+)

07.00 Новости
07.05, 18.40, 00.55 Все на Матч! Прямая трансляция

03.55 Новости (0+)

ОТР
06.00 «Приванение». Народный врач КБР Сугтан Кожаяев (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Будьте осторожны с огнем» (12+)

СКАНАЛ
05.00, 10.05 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2» (16+)

РОССИЯ К
06.30 Д/ф «Роман в камне»
07.05 М/ф «Проделки Рамзеса»

17.45 Художественный фильм «МОЙ МЛАДШИЙ БРАТ» (16+)

МИР 24
06.00 «Спорт в фокусе» (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР
17.00 «Песня далекая и близкая» (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 31 мая

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 «Союзмультифильма» (0+)

РОССИЯ 1

05.35 Х/ф «ЗЛАЯ ШУТКА» (16+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00-08.15 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА (12+)
08.20-08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ (12+)

ТВЦ

06.10 Х/ф «ЛЮБИМАЯ» (16+)
07.50 Х/ф «ЧУВСТВО ПРАВДЫ. С ЛЕГИМ ПАРОМ» (16+)

09.40 Х/ф «ЧУВСТВО ПРАВДЫ. ТЯЖЕЛЫЙ ДЕНЬ» (16+)
11.30, 00.35 События
11.50 «Наша смешная жизнь» (16+)
12.40 Х/ф «ТОНКАЯ ШУТКА» (16+)
14.30 Московская неделя
15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Миллион советского разлива» (16+)

НТВ

04.45 Х/ф «ТОЛЬКО ВПЕРЕД» (16+)
06.40 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Первая передача» (16+)

ЗВЕЗДА

05.40 Х/ф «ЗАБУДЬТЕ СЛОВО «СМЕРТЬ» (16+)
07.05 Х/ф «ПОСЛЕДНИЮ ОЧЕРЕДЬ» (16+)
09.00 Новости недели (16+)

12.20 «Код доступа» (12+)
13.10 «Скрытые угрозы» (16+)
14.00 Т/с «ЯЛТА-45» (16+)
18.00 главное с Ольгой Беловой (16+)
19.40 «Незримый бой». Д/с (16+)

РИН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.00, 16.30 «Новости» (16+)
09.00 «Самая народная программа» (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства. М. Гасанов - А. Туменов. АСА. Трансляция из Москвы (16+)
07.00, 09.00 Новости
07.05, 15.30, 18.50, 23.40 Все на Матч! Прямая трансляция

00.55 Еврофутбол. Лучшие голы сезона (6+)
01.55 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Финал. Трансляция из Москвы (6+)

ОТР

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Будьте осторожны с огнем» (12+)
06.20 «Модный сезон». Тележурнал (12+)
06.50 «Это надо знать». Медицинский вестник. Табакокурение (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Право на права». Юридическая телепрограмма (12+)
17.45 «Будущее в настоящем». Доктор химических наук Светлана Хаширова (12+)

СИНАЛ

05.00 Т/с «ЗАКОН ТАЙГИ-2» (16+)
09.00 «Фирменный рецепт» (12+)
09.30 Т/с «ЗАКОН ТАЙГИ-2» (16+)
22.45 Т/с «ПРИЗРАК» (16+)

РОССИЯ К

06.30 Лето Господне
07.05 М/ф «Мультфильмы»
08.20 Х/ф «КТО ПОЕДЕТ В ТРУСКАВЕЦ» (16+)
09.35 Тайны старого чердака
10.05 Диалоги о животных

16.30 Картина мира
17.10 Пешком...
17.40 «Первый день весеннего тепла»
18.35 Д/ф «Дмитрий Блохинцев. Человек эпохи»
19.30, 19.45 Новости культуры
20.25 Юрий Башмет и Всероссийский юношеский симфонический оркестр. Концерт в Будапеште

МТР 24

ПРОГРАММА 1 КБР
06.00 «Это надо знать». Медицинский вестник. Табакокурение (12+)
06.30 «Дыгъшыгъ» («Солнышко») (каб.яз.) (12+)
06.40 «Жаншархъ». Спортивная программа (каб.яз.) (12+)

ПРОГРАММА 1 КБР

17.00 «Вагъуь цыкъур» кюфэ» («Танцует ансамбль образцового танца «Звездочка»). Часть первая (каб.яз.) (12+)
17.50 «Фысыкъ» («Осторожно! Мошенники!») (каб.яз.) (12+)
18.15 «Наши тшыгъушыгъым» («Никто не забыт»). К 110-летию со дня рождения Героя Советского Союза Назира Кануюева (каб.яз.) (12+)

РАДИО КБР

Понедельник, 25 мая
00.00, 01.00, 03.00, 06.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
00.30, 05.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
01.35, 10.25, 16.25 «Фэр папцэ»
02.00, 22.00 «Ди зэуцэпэм»
02.30 «Жыцъыгъ нэужъым»
03.31, 20.05 «Орайда»
04.00, 23.00 «Жырхана»
06.35, 21.35 «Полезно знать» (12+)
06.45, 21.45 «Спорт-лайн» (12+)

Вторник, 26 мая

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.30, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыгъ нэужъым»
02.00, 20.25 «Орайда»
02.30, 22.30 «Гушыпэм» (16+)

10.05, 16.05 «Адыгъхэр: тхъдэр, хабзэр»
13.50 «Лъэпкъ ыушыгъ» (6+)
11.05, 17.35 «Халкъ жырла»
11.30 «Миллет хазнабыздан» (12+)

Среда, 27 мая

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.30, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыгъ нэужъым»
02.00, 20.05, 23.30 «Орайда»
02.35 «Фэр папцэ»
03.20, 21.25 «Хорошее настроение» (12+)

Пятница, 29 мая

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.30, 02.00, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыгъ нэужъым»
02.30, 20.05, 23.25 «Орайда»
04.00 «Дингъуазэ» (16+)

Суббота, 30 мая

00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
00.30, 02.00, 03.44, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыгъ нэужъым»
02.30, 20.35 «Таймакъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
05.00, 23.00 «Уауэ» (16+)

Четверг, 28 мая

00.00, 03.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.40 Симфония Кавказа
01.00, 02.00, 06.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.35 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
02.30, 20.05 «Орайда»
03.25, 09.30, 15.35, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00 «Усыгъэ»
04.10, 22.25 «Гухэлъ уэрэдхэр»
04.50 Кызъэррыфэ шыналъэхэр

Пятница, 29 мая

00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.40 «Симфония Кавказа»
01.00, 02.00, 06.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.35 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
02.30, 20.05 «Орайда»
03.25, 09.30, 15.35, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00 «Усыгъэ»
04.10, 22.25 «Гухэлъ уэрэдхэр»
04.50 Кызъэррыфэ шыналъэхэр

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

09.20, 15.25 «Планета детства» (6+)
10.05, 16.05 «Дингъуазэ» (16+)
10.15, 16.15 «Еджаппэ» (16+)
10.20, 16.20 Адыгъ уэрэдхэр (6+)
10.45, 16.45 «Щыгъуэуэ» (6+)

11.05 «Тейри къылыж» (6+)
11.30, 17.35 «Ауаз» (16+)
12.05, 18.05 «О добром и вечном» (16+)
12.30, 18.30 «На музыкальной волне»
14.20 «Шцалэгъуэ»
19.45 «Турхъан» (6+)

20.25 «Кыуыгъуэуэ» (6+)
22.00 «Цыкъумрэ гъащэмрэ» (16+)
00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM
00.30, 02.00, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыгъ нэужъым»
02.30, 20.05, 23.25 «Орайда»
04.00 «Дингъуазэ» (16+)

04.10 «Еджаппэ» (16+)
04.30, 22.00 «Шцалэгъуэ»
05.00, 20.25 «Алтын хазна»
05.30, 23.00 «Ауаз» (16+)
07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Жыбарыщэхэр»
07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкълэ»
07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости»
07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+)

07.45, 13.45 «Диньмир гъащэмрэ» (16+)
07.50, 13.50 «Цащэгъуэ» (12+)
08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.20 «Кюборчек» (6+)

08.35 «Таймакъамла»
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа»
10.05 «Гъащэм и дамгъа» (16+)
10.25, 16.05 «Прозам и напкъуэцхэр» (16+)
10.45, 16.45 «Лэгъуыпкъу» (6+)

11.05, 17.05 «Уауэ» (16+)
11.20, 17.20 «Чамхана» (16+)
11.45, 17.45 «Сиз а билемсиз» (12+)
12.05, 18.05 «Территория искусства»
12.35, 18.35 «Планета детства» (6+)
12.50, 18.50 «Бессмертные истории» (12+)
14.30 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
19.45 «Турхъан» (6+)

08.35 «Таймакъамла»
09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа»
10.05 «Гъащэм и дамгъа» (16+)
10.25, 16.05 «Прозам и напкъуэцхэр» (16+)
10.45, 16.45 «Лэгъуыпкъу» (6+)

11.05, 17.05 «Уауэ» (16+)
11.20, 17.20 «Чамхана» (16+)
11.45, 17.45 «Сиз а билемсиз» (12+)
12.05, 18.05 «Территория искусства»
12.35, 18.35 «Планета детства» (6+)
12.50, 18.50 «Бессмертные истории» (12+)
14.30 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
19.45 «Турхъан» (6+)

22.35 Адыгъ уэрэдхэр
Суббота, 30 мая
00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
00.30, 02.00, 03.44, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.30 «Жыцъыгъ нэужъым»
02.30, 20.35 «Таймакъамла»
03.25, 21.25 «Голоса Кавказа»
04.00, 22.30 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
05.00 «Уауэ» (16+)

05.15, 23.00 «Чамхана» (16+)
05.30, 20.00, 23.30 «Орайда»
07.00, 13.00 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+)
07.38, 13.38 «Лъэпкъым и фыгуэцхэр»
08.00, 15.00 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)
08.25, 15.25 «Алтын сыбызгы»
09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)

09.25, 15.25 «Радиус-99,5»
09.45, 17.45 Поэтическая волна
10.00 «Гъащэм и дамгъа» (16+)
10.20 «Уэрэдхэр абы и тхъадэмрэ» (16+)
10.50, 14.50 «Жаншархъ» (12+)
11.00, 16.00 «Борак» (6+)

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

20.20 «Кюборчек» (6+)
22.00 «Прозам и напкъуэцхэр»
23.20 «Сиз а билемсиз» (12+)
Воскресенье, 31 мая
00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM
01.00, 03.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM
01.38 «Лъэпкъым и фыгуэцхэр»
02.00 «Жыцъыгъ нэужъым»
03.25, 20.25 «Алтын сыбызгы»
04.00, 23.00 «Борак» (16+)

04.30, 23.30 «Акъ таулары жырлары»
05.25, 21.25 «Радиус-99,5»
05.45, 21.45 Поэтическая волна
06.44, 09.45, 17.50 «Спорт-лайн» (12+)
10.00, 14.00, 08.00, 15.00, 12.00, 17.00 Итоги недели
07.00, 13.00 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+)
07.40, 14.40 «Фэр папцэ»
08.10, 15.10 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+)

08.45, 15.40 «Акъ таулары жырлары» (12+)
09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.35, 17.40 «Полезно знать» (12+)
10.10, 14.10 «Макъамэ»
10.40 «Дерсу» (12+)

11.00, 16.00 «Снахи»
12.10, 18.00 «Театр у микрофона»
13.35 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
19.45 «Турхъан» (6+)
20.00 «Орайда»
22.00 «Утыку»

08.45, 15.40 «Акъ таулары жырлары» (12+)
09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.35, 17.40 «Полезно знать» (12+)
10.10, 14.10 «Макъамэ»
10.40 «Дерсу» (12+)

11.00, 16.00 «Снахи»
12.10, 18.00 «Театр у микрофона»
13.35 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
19.45 «Турхъан» (6+)
20.00 «Орайда»
22.00 «Утыку»

08.45, 15.40 «Акъ таулары жырлары» (12+)
09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.35, 17.40 «Полезно знать» (12+)
10.10, 14.10 «Макъамэ»
10.40 «Дерсу» (12+)

11.00, 16.00 «Снахи»
12.10, 18.00 «Театр у микрофона»
13.35 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
19.45 «Турхъан» (6+)
20.00 «Орайда»
22.00 «Утыку»

08.45, 15.40 «Акъ таулары жырлары» (12+)
09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+)
09.35, 17.40 «Полезно знать» (12+)
10.10, 14.10 «Макъамэ»
10.40 «Дерсу» (12+)

11.00, 16.00 «Снахи»
12.10, 18.00 «Театр у микрофона»
13.35 «Ди гусуэ зыгъэлсэху»
19.45 «Турхъан» (6+)
20.00 «Орайда»
22.00 «Утыку»

Редакция не несет ответственности за содержание текстов программ ТВ-каналов

График совершения намазов по КБР

Table with 7 columns: Time, Day, Sunrise, Noon, Afternoon, Evening, Night. Rows show prayer times for various days of the week.

День славянской письменности и культуры ежегодно отмечается 24 мая - в день памяти святых Кирилла и Мефодия, создателей славянской азбуки (кириллицы), заложивших фундамент развития национальной литературы, языка и духовности. Помимо России, праздник проводится в Болгарии, Сербии, Северных Македонии, Беларуси, Украине, Чехии и Словакии. Особый интерес к Кириллу и Мефодию возник в середине XIX века в связи со сформировавшимся к тому времени запросом славянских народов на определение своей культурной идентичности. Корни Дня славянской письменности и культуры уходят в Болгарию. Здесь этот праздник государственный, отмечается с начала XIX века. В России аналог торжества впервые прошел в 1863-м, в год тысячелетия создания славянской азбуки Кириллом и Мефодием. Тогда же Святейший синод постановил почитать память святых братьев ежегодно. С приходом советской власти этот день на долгие годы был забыт - вплоть до 1985-го, года 1100-летия преставления святого Мефодия. Тогда же появилась современная формулировка «День славянской письменности и культуры». Еще через несколько лет праздник получил официальный статус государственного.

Его сопровождают различные мероприятия: научные конференции, концерты, фестивали и ярмарки. В школах проходят уроки родной речи, на которых ребят знакомят с вкладом Кирилла и Мефодия в язык и культуру нашей страны. Сразу после Дня славянской письменности и культуры, 25 мая, отмечается другой важный праздник для ценителей русского языка - День филолога.

### ЧУВСТВОВАТЬ СВЯЗЬ С МНГОВЕКОВОЙ ИСТОРИЕЙ

Всероссийская научная конференция с международным участием «Первые шаги в науку-2026», посвященная Дню славянской письменности и культуры - дате, входящей в «Календарь 100 дат российской идентичности», прошла в КБГУ. Организаторами мероприятия выступили Центр русского языка и культуры СГИ КБГУ, кафедра русского языка и общего языкознания и Координационный центр КБГУ.

Участниками конференции стали студенты КБГУ, в том числе обучающиеся из Туркменистана, представители вузов Бреста, Донецка и Пензы. В рамках пленарного заседания и секционной работы молодые исследователи представили научные доклады по филологии, лингвистике и методике преподавания языка.

С приветственным словом выступила заместитель директора СГИ по воспитательной и профориентационной работе Анежа КУШЖОВА. Она отметила, что встречу сознательно приурочили к Дню славянской письменности и культуры, чтобы подчеркнуть преемственность научных традиций. По ее словам, это не учебный семинар, а профессиональная площадка, где обсуждается все: от теоретических вопросов до цифровых инструментов филологии. Замдиректора СГИ поблагодарила участников за смелость, пожелала ярких дискуссий и уверенного движения вперед. Доктор филологических наук, профессор Ариука ГЕЛЯЕВА в свою очередь призвала начинающих исследователей не бояться экспериментов и внести свой вклад в развитие науки.

Важную роль в программе сыграло выступление руководителя кабардино-балкарского общества русской истории и культуры «Вече», члена Общественной палаты КБР Романа ЛИТВИНОВА. Он подчеркнул, что общество «Вече» видит свою миссию в том, чтобы помогать студентам не только осваивать современные методики, но и чувствовать связь с многовековой историей и традициями народа. Роман Литвинов пожелал участникам честности в поиске, внимания к наставникам и профессионального роста, поблагодарил организаторов за подготовку форума. «Научное творчество молодежи - это будущее нашей страны», - подчеркнул он.

Программа конференции охватила ключевые направления современной филологической науки: от социолингвистики, когнитивных и корпусных исследований до цифровых методов анализа текстов, межкультурной коммуникации и актуальных методик преподавания русского языка.

В секциях прошла активная работа: молодые исследователи представили свои наработки, получили конструктивные комментарии преподавателей и скорректировали планы дальнейших изысканий. Многие признались, что такие встречи помогают выйти за рамки учебных аудиторий, найти единомышленников и получить экспертный взгляд на свои проекты. Лучшие доклады получили грамоты и рекомендации к публикации в научных сборниках.

Как отметила директор НОЦ русского языка и культуры СГИ КБГУ Надежда ЧАЙКА, главная цель конференции «Первые шаги в науку» была достигнута: создана комфортная среда для старта научного пути молодых филологов.

Член Общественной палаты КБР Роман Литвинов подчеркнул значимость славянской письменности как важной части культурного и исторического наследия.

### ВСЕСТОРОННЕЕ РАЗВИТИЕ ЗНАНИЙ О РУССКОМ ЯЗЫКЕ И КУЛЬТУРЕ

В 2009 году при кафедре русского языка и общего языкознания с целью распространения культурных ценностей и воспитания молодежи в духе уважения к традициям был открыт Научно-образовательный центр русского языка и культуры. Главные задачи Центра - всестороннее развитие знаний о русском языке и культуре, популяризация русского языка и культуры, распространение филологических знаний среди школьников, студентов, учителей, организация деятельности по сохранению и изучению регионального культурного наследия, проведение литературных праздников и вечеров, посвященных классикам русской литературы, ознакомление школьников и учителей с особенностями изучения русского языка и литературы в СГИ КБГУ.

Научно-образовательный центр является площадкой для проведения различных встреч, научно-исследовательских конференций, обучающих семинаров, флешмобов, конкурсов педагогического мастерства, олимпиад, ассамблей и «круглых столов». Научно-образовательный центр принимает участие в ряде мероприятий, проводимых в рамках фестиваля русского языка и культуры «Мы - россияне!» (Пушкинский день России, День русского языка), организует проведение празднования Дня славянской письменности и Дня филолога.

Помимо этого, научно-образовательный центр стал своеобразным этнографическим музеем, где воедино собраны предметы домашнего обихода, верхняя одежда, кухонная утварь и другие вещи крестьянского быта.

### ТРОГАТЕЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ, ПОПОЛНЯЕМАЯ С НЕИЗМЕННОЙ СЕРДЕЧНОСТЬЮ

- Когда в КБГУ открывался Научно-образовательный центр русского языка и культуры, его миссия виделась прежде всего в образовательной и просветительской плоскости. Никто тогда и не предполагал, что пространство Центра начнет преобразоваться в нечто большее - в живое, дышащее историей собрание материальной культуры русского народа. Это превращение произошло не по плану, а по зову души: гости, коллеги и друзья Центра, вдохновленные его атмосферой, начали приносить в дар предметы, хранящие тепло человеческих рук и память поколений, - рассказывает кандидат филологических наук Надежда ЧАЙКА. - У самых истоков этой прекрасной традиции стоял председатель Общества русской истории и культуры «Вече», член Совета ветеранов при МВД КБР Анатолий КАНУНИКОВ. Он преподнес Центру первый дар - икону Спасителя, заключенную в металлический оклад теплого, торжественно золотого цвета. Этот символический жест, исполненный глубокого уважения к духовным корням, задал особый тон всему будущему собранию: с тех пор каждый экспонат здесь не просто предмет, но и частичка души дарителя.

Сегодня коллекция Центра не статичная экспозиция, а трогательная летопись, пополняемая с неизменной сердечностью. Одним из ценных поступлений стал изящный самовар серебристого цвета в форме рюмки. Его передала ассистент кафедры истории России и кавказоведения Юлия ОРТАНОВА. Глядя на этот сияющий прибор, невольно вспоминаешь историю: самый первый русский самовар был медным и появился на Урале,



• ДАТА

а первую специализированную фабрику в 1778 году открыл в Туле оружейник Федор ЛИСИЦИН. Теперь этот символ домашнего уюта и неторопливых чаепитий занял достойное место в собрании, чтобы участвовать в выставочных проектах и знакомить студентов с традицией, объединявшей семьи.

Самоварный блеск в коллекции гармонично оттеняет тепло натурального дерева. Старший преподаватель кафедры истории России и кавказоведения Наталья ВАРИВОДА пополнила этнографический уголок Центра замечательным набором деревянных ложек. Часть из них расписана в хохломском стиле, а часть, изготовленная в традиционной уральской технике, хранит суровую простоту и надежность ручной работы. Этот дар - прекрасное напоминание о том, что красота в русской культуре всегда шла рука об руку с повседневным бытом.

Еще одним свидетельством народного быта, трогательным в своей простоте и подлинности, стали уникальные лапти, переданные Центру доцентом кафедры биологии, геоэкологии и молекулярно-генетических основ живых систем КБГУ Любовью КАЛАШНИКОВОЙ. Лапти не просто плетеная обувь из лыка, а один из важнейших атрибутов материальной культуры, позволяющий буквально «прочитать» уклад жизни русского крестьянства. По ним можно изучать региональные особенности плетения, социальный статус владельца и даже сезонные различия. Лапти были недолговечны, каждая пара хранит отпечаток терпеливого ручного труда, согретого заботой о близких. Теперь этот редкий экспонат помогает посетителям Центра наглядно представить, во что обувались наши предки, и ощутить живую связь с ушедшей эпохой.

Особая гордость собрания - коллекция русских народных костюмов, появление которой стало возможным благодаря поддержке руководства университета. КБГУ специально для нас заказал изготовление десяти новых женских костюмов, десяти кокошинок и пяти мужских рубаш. Новая коллекция дышит жизнью: разноцветные сарафаны в аутентичном стиле, расшитые крупными цветастыми узорами, белоснежные блузы, нарядные яркие кокошинки, мягкие полотняные повойники и мужские рубахи-косоворотки с пестрыми орнаментами. По словам руководителей Центра, новые костюмы призваны не просто повысить эстетическую привлекательность экспозиции, но и стать инструментом познания. Народный костюм можно рассматривать как уникальный социокод русского народа. Телесур у посетителя есть возможность буквально прикоснуться к этому наследию, считывая язык орнамента и кроя.

Таким образом, от первого дара к самым новым поступлениям Научно-образовательный центр русского языка и культуры социально-гуманитарного института КБГУ им. Х. М. Бербекова превращается в пространство, где сконцентрирована душа народа: от изысканной гжельской керамики и дулевского фарфора до расписной хохломы и коллекции народных костюмов. Каждая вещь здесь - чей-то подарок от чистого сердца, бережно хранимый в стенах университета.

Ольга КАЛАШНИКОВА.

Фото предоставлено

Центром русского языка и культуры



## ЖИЗНЬ «ПОД КАМЕРАМИ»

Это началось еще в детстве, и с тех пор не покидает меня. Каждый раз, когда занимаюсь обычными бытовыми делами, работаю и вообще всегда, у меня такое чувство, будто за мной кто-то следит. Умом понимаю, что это просто мое воображение, но ощущение настолько реальное, что иногда даже пугает.

Чувствую себя, как актриса, которая играет роль. Даже когда просто готовлю ужин или убираю квартиру, мне кажется, что за каждым моим движением кто-то наблюдает. Это ощущение преследует меня постоянно и за столько лет изрядно надоело.

Иногда думаю, что это связано с какими-то подсознательными страхами или тревогами. Может быть, я просто слишком много внимания уделяю мелочам и своим ощущениям. Но от этого не легче.

Жизнь под «камерой» - вот как я это ощущаю. Это как будто я все время нахожусь в реальности-шоу, где каждый мой шаг фиксируется и анализируется. Избавиться от этого ощущения сложно.

Пробовала отвлекаться, заниматься чем-то новым, но ничего не помогает. Это чувство словно влезло в подсознание. Даже думала обратиться к психологу, но пока так и не решилась. Иногда мне кажется, что это просто часть моего характера, моей индивидуальности. Может быть, это помогает мне быть более внимательной и осторожной. Но все равно это ощущение надоело, и я бы очень хотела от него избавиться.

Но пока не знаю, как это сделать. Может быть, со временем это пройдет или все-таки решу обратиться за помощью к специалисту. Но пока это ощущение остается со мной, и я стараюсь жить с ним, хотя это и непросто.

Лиана

## ВЫБОР

Передо мной стоит сложный выбор, который может кардинально изменить мою жизнь. Я оказалась на перекрестке двух дорог, каждая из них обещает что-то свое, но я не уверена, что выберу правильно.

С одной стороны, у меня есть любимая работа. Она приносит мне удовольствие, позволяет чувствовать себя значимой, наполняет мою жизнь смыслом. Занимаюсь тем, что мне по-настоящему интересно, каждый день иду на работу как на праздник. Здесь я могу полностью раскрыть свой потенциал и почувствовать удовлетворение от хорошо выполненной задачи.

С другой - мне предлагают перейти на другую должность с гораздо более высокой оплатой. Эта работа мне совсем не импонирует. Не соответствует моим интересам и ценностям. Боюсь, что она станет для меня каторгой, буду тратить время и силы на то, что мне не нравится.

Близкие и родные подталкивают меня выбрать более высокооплачиваемую работу. Говорят, что это обеспечит мне и моей семье достойную жизнь. Но я сомневаюсь. Боюсь, что выбор в пользу такой работы может стать компромиссом с моими принципами и ценностями. Вспоминаю моменты, когда любимая работа приносила мне не только радость, но и чувство глубокого удовлетворения. Эти воспоминания согревают меня и дают силы для принятия решения. Понимаю, что хочу сохранить свою профессиональную идентичность и продолжать заниматься тем, что приносит радость.

В то же время я осознаю, что должна обеспечить себе и своей семье достойное будущее. Не хочу, чтобы финансовые трудности стали преградой для моего развития и счастья. Но и не могу представить, что буду каждый день идти на работу без искры в глазах, без желания творить и развиваться.

Сейчас я стою перед сложным разговором с самой собой. Должна взвесить все «за» и «против», учесть свои цели и приоритеты. Хочу найти решение, которое позволит сохранить душевное равновесие и гармонию с собой и окружающим миром. Но также хочу не потерять себя в погоне за материальным благополучием.

Камилла

## Прекрасное одиночество

С годами моя жизнь начала меняться, заметила, что общение в чатах и по телефону стало для меня предпочтительнее встреч в реальности. Как интроверт всегда чувствовала себя комфортно в одиночестве или в кругу немногих близких людей, поэтому с течением времени поняла, что технологии стали для меня настоящим спасением.

Раньше любила шумные компании и долгие разговоры, но со временем поняла, что это отнимает у меня слишком много энергии. Социальные сети и мессенджеры стали для меня удобным способом поддерживать связь с друзьями и близкими. Мы могли общаться в любое время, не подстраиваясь под расписание и не тратя время на дорогу.

Начала замечать, что предложения встретиться вызывают у меня смешанные чувства. С одной стороны, ценю своих друзей и близких, с другой - мыслю о необходимости собраться, выйти из дома и провести время в компании начинают меня утомлять. Кажется, что

это потребует слишком много сил и энергии, которых у меня нет.

Уютный вечер с книгой стал для меня идеальным способом провести свободное время. Могу убраться в доме, приготовить что-то вкусное и погрузиться в мир литературы. Это приносит мне радость и умиротворение, которых не нахожу в общении с людьми.

Конечно, я не отрицаю важности личных встреч и общения. Но в последнее время все больше осознаю, что мне комфортно в моем нынешнем ритме жизни. Не чувствую себя одинокой или изолированной. Чаты и телефонные звонки позволяют оставаться на связи с миром, не жертвуя своим внутренним спокойствием.

Иногда задумываюсь: не упускаю ли я что-то важное, отказываясь от встреч в реальности? Но в то же время понимаю, что моя жизнь устроена так, как мне нравится, и я не хочу ничего менять. Может быть, это и есть настоящее счастье - находить радость в простых вещах и не стремиться к тому, что требует слишком много усилий.

Замира

## ЗАВТРА БУДЕТ ЛУЧШЕ, ЧЕМ ВЧЕРА

Недавно я получила уведомление о возможности принять участие в голосовании за благоустройство определенных участков нашего города. Эта новость вызвала у меня искреннюю радость, так как проекты, представленные на голосование, выглядели действительно перспективными и полезными. Это не первый раз, когда я участвую в подобных инициативах. Убеждена, что каждый из нас должен вносить свой вклад в улучшение городской среды.

За последнее время в Нальчике сделано уже немало, с удовольствием наблюдаю, как наш город становится все более современным и красивым. Вижу, как активно развиваются улицы, появляются новые парки, скверы и другие зеленые зоны. Это не только делает Нальчик более привлекательным для жителей, но и способствует улучшению экологической обстановки.

Особенно меня заинтересовал проект, связанный с развитием курортной зоны. Планируется объединить территории

Долинка, создав единую зону отдыха с парками, скверами и санаториями. Этот проект кажется мне очень амбициозным и перспективным. Представляю, как здорово будет иметь возможность проводить время в таком благоустроенном и красивом месте прямо в нашем городе. Это будет настоящим подарком для всех жителей и гостей Нальчика.

Очень рада, что живу в эпоху, когда наш город переживает такие значительные изменения. Уверена, что благодаря подобным инициативам Нальчик будет продолжать развиваться и процветать. Планирую принять активное участие в голосовании и выразить свое мнение. Участие граждан делает возможным создание такого прекрасного будущего для нашего общего дома. Надеюсь, что мой голос будет услышан и учтен при принятии решений по благоустройству города.

Карина

## Где ичелы?

Уже несколько недель не перестаю замечать, как необычно складывается эта весна. Давно не было такой холодной погоды, как в этом году. В детстве, помню, в мае уже вовсю светило солнце и мы с друзьями бежали в шортах и футболках. А сейчас приходится надевать куртку, чтобы не замерзнуть.

Особенно жалко плодовые деревья. Дожди не позволяют пчелам хорошо опылять цветки. Отец уже несколько лет подряд отмечает эту проблему, и

меня это беспокоит. Говорят, что из-за плохой погоды урожай может быть низким. У многих семей, которые выращивают плодовые деревья, урожай может оказаться скудным.

Я не особо люблю жару, предпочитаю более прохладную погоду, но такая затяжная весна кажется мне какой-то неправильной. Чувствую, что природа немного сдвинула фазы, и теперь все идет не так, как должно.

Каждый день вижу, как все вокруг меняется из-за по-

годы. Деревья еще не полностью распустили листья, цветы не так активно цветут, как обычно. Создается ощущение, что природа словно переставляет местами кусочки большого пазла и они пока не складываются в единую картину.

Надеюсь, скоро погода наладится и весна все-таки порадует нас своим теплом. Буду следить за новостями о прогнозе погоды и ждать, когда можно будет ходить в легкой одежде.

Арина

## ЛЮБОВЬ И ГРАНИЦЫ

Быть матерью прекрасно. Я обожаю своих детей и готова отдать им все, что у меня есть: время, силы и любовь. Они - смысл моей жизни, хочу сделать все возможное, чтобы они были счастливы и успешны.

Однако есть одна проблема, с которой сталкиваюсь каждый день, - это мои личные границы. Чувствую, что их у меня больше нет. Всегда готова помочь детям, поддержать их и выслушать. Но иногда мне кажется, что забываю о себе и своих потребностях.

Стараюсь уделять время не только детям, но и себе, но часто эти попытки оказываются недостаточными. Мне сложно четко обозначить свое пространство или личное время. Боюсь, что если сделаю это, дети почувствуют себя обделенными или обиженными.

Иногда ловлю себя на мысли, что даже не помню, когда в последний раз делала что-то для себя без учета потребностей детей. Это

вызывает у меня чувство усталости и растерянности. Понимаю, что нужно находить баланс между заботой о детях и заботой о себе, но не всегда знаю, как это сделать.

Хочу, чтобы дети видели во мне не только маму, но и человека с собственными интересами и потребностями. Хочу научиться говорить «нет», когда это необходимо, и находить время для себя. Но это непросто, особенно когда очень любишь своих детей и хочешь дать им все самое лучшее.

Хочется верить, что со временем смогу найти этот баланс. Буду работать над своими личными границами и учиться говорить о своих потребностях. Потому что хочу быть не только мамой, но и счастливой женщиной. Хочу, чтобы моя жизнь была полноценной и насыщенной, потому что, кроме любви и заботы, должна показывать детям пример жизни личности.

Марина

## ОХОТНИЦА

Я всегда любила ходить по магазинам. Это не просто покупки, а настоящее приключение - поиск нужных товаров, примерка одежды, выбор продуктов. Но есть у меня одна необычная страсть - собирать бонусы.

Скрупулезно собирать бонусы в магазинах стало для меня настоящим хобби. Получаю удовольствие от каждой накопленной точки и каждого процента скидки. Иногда мне кажется, что это не просто цифры на карте, а маленькие победы, которые складываются в большую копилку моего удовлетворения.

Бывает, забываю взять с собой бонусную карту, и это вызывает у меня почти физическое разочарование. Чувствую себя так, будто меня обкрадывают, лишают возможности получить свою «маленькую победу». Наверное, звучит немного странно для взрослой женщины, но это приносит мне радость.

Моя охота за бонусами не просто стремление сэкономить деньги. Это что-то большее. Возможность почувствовать себя частью большого мира, где каждая мелочь имеет значение. Я не просто покупатель, я - охотник за бонусами, и это придает моему походу по магазинам особый смысл.

Иногда думаю, что мое увлечение бонусами - своего рода ритуал, который помогает структурировать повседневную жизнь. Каждый поход в магазин становится частью большого плана по сбору бонусов, и это придает рутине особый шарм.

В конце концов, мы все имеем право на маленькие радости и увлечения, которые делают нашу жизнь ярче и интереснее.

Дина

## Театр во дворе

В нашем дворе, как и во многих дворах Нальчика, живут белочки. Они такие милые и шустрые, что каждый раз, когда вижу их, на лице появляется улыбка.

Несколько раз видела, как ворона пыталась поймать белочку. Недавно стала свидетелем настоящего спектакля. Белочка пряталась от вороны на другой стороне ствола дерева, переминаясь много раз, чтобы ворона ее не заметила. Жалко, что не оказалось под рукой телефона, чтобы снять этот момент.

Я открыла окно и громко хлопнула, чтобы напугать ворону, но ей хоть бы что - даже не отреагировала. Но в итоге белочка все же скрылась.

Иногда кажется, что за окном - настоящий театр миниатюр, где каждый день новые сцены. Могу наблюдать за этими забавными моментами из окна, потому что часто провожу время на кухне.

Кто знает, что еще увижу в будущем? Может быть, будет еще более интересный спектакль с участием белочек и ворон. А может, присоединятся и другие действующие лица.

Жанна

Свои письма вы можете присылать по адресу:

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

# ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА - НЕВИДИМЫЙ ДИРИЖЕР ОРГАНИЗМА

Минздрав РФ с 18 по 24 мая объявил неделю профилактики заболеваний эндокринной системы. Она приурочена к Всемирному дню щитовидной железы, отмечаемому 25 мая.



Дата вошла в календарь в 2009 году, когда Европейская тиреоидная ассоциация, которая занимается изучением вопросов, связанных с щитовидной железой и ее заболеваниями, предложила отмечать день, посвященный данной теме, на международном уровне.

Первые упоминания о нарушениях работы щитовидной железы относятся к Древнему Китаю и Древней Индии. А первое точное описание болезни было сделано только в эпоху Возрождения и даже отобразилось на полотнах великих мастеров. Но только в середине XX века наука получила информацию о признаках болезни щитовидной железы, способах лечения и профилактики.

Щитовидная железа играет важную роль в деятельности организма, так как вырабатывает гормоны, которые регулируют обмен веществ и оказывают влияние на все стороны жизни человека, в том числе на его настроение и даже внешний вид. Еще одна важная функция гормонов - постоянное поддержание температуры тела и производство энергии. Гормоны щитовидной железы способствуют регулированию потребления кислорода тканями организма, они ответственны за нормальную работу иммунной системы: стимулируют ее клетки, с помощью которых организму приходится бороться с инфекциями.

Щитовидная железа полностью формируется к восьмому-девятому месяцу внутриутробного развития ребенка. А гормоны в ней начинают вырабатываться еще раньше - на пятой неделе развития плода. К концу первого года жизни человека масса железы удваивается, особенно интенсивно она растет в период полового созревания: к 18-20 годам ее масса увеличивается в двадцать раз. Ранняя диагностика нарушений работы щитовидной железы у детей очень важна: недостаток гормонов может вызвать серьезную задержку психического развития, нарушение пропорций тела, а впоследствии еще и проблемы с половым созреванием.

Заболевания щитовидной железы далеко не так безобидны, как думают многие. Они опасны тем, что нарушения в работе щитовидной железы часто маскируются под симптомы заболевания других органов. Например, при гипертиреозе часто бывает диарея, и человек с подобными жалобами обращается к гастроэнтерологу. С сердечными проблемами - к кардиологу, а причиной сердечной недостаточности, аритмии, а также скачков давления может быть обычный гипотиреоз. Кожа стала желтоватая с персиковым оттенком: первое, о чем подумает больной, о желтухе. А на самом деле такой цвет кожи может быть при гипотиреозе, так как дефицит гормонов нарушает превращение желтого пигмента каротина в витамин А. С депрессией пациенты чаще всего попадают к психиатру или психотерапевту и лечатся антидепрессантами, хотя очень часто у 10-14 процентов людей в итоге обнаруживается гипотиреоз.

При тиреотоксикозе сильное давление приходится на сердечно-сосудистую систему, поэтому возникает постоянная

тахикардия, аритмия, образуется так называемое «тиреотоксическое сердце». Естественно, поражается и нервная система - снижение концентрации внимания, повышенная возбудимость, плаксивость и истощаемость. Сюда относятся и все глазные симптомы, возникающие при данном недуге, и поражение желез внутренней секреции.

Иододефицитное состояние также протекает изначально бессимптомно, но в дальнейшем происходит увеличение щитовидной железы, с чем человек и обращается к эндокринологу. Последствием замедления обмена веществ является увеличение массы тела. Причем любые диеты будут бесперспективными. Возможно повышение артериального давления. Опасно повышение уровня холестерина, так как из-за этого возможно ишемическая болезнь сердца.

**Консультант рубрики - врач-терапевт Нальчикской городской поликлиники № 3 Саида МОКАЕВА.**

Эндокринная система - невидимый дирижер нашего организма. Она управляет обменом веществ, ростом, репродуктивной функцией, реакцией на стресс и многими другими процессами через гормоны. Когда система работает слаженно, мы чувствуем себя бодрыми и здоровыми. Но малейший сбой может привести к серьезным заболеваниям. Разберемся, как распознать проблемы, предотвратить их и вовремя получить помощь.

Как понять, что что-то не так? Нарушения в работе эндокринной системы часто маскируются под обычную усталость или перепады настроения. Однако есть ряд признаков, которые должны насторожить.

Постоянная усталость, не проходящая даже после полноценного отдыха, может указывать на гипотиреоз или сахарный диабет. Резкие изменения веса - как набор, так и потеря без видимых причин - тоже повод задуматься. Обращайте внимание на свое эмоциональное состояние. Частые перепады настроения, раздражительность или, наоборот, апатия нередко связаны с гормональным дисбалансом. Проблемы со сном - бессонница или постоянная сонливость также могут быть сигналом.

Насторожить должны и внешние изменения: сухость кожи, ломкость волос и ногтей, повышенная потливость. Учащенное сердцебиение, колебания артериального давления, постоянная жажда и частые позывы к мочеиспусканию могут указывать на эндокринные нарушения.

У женщин тревожным признаком может стать нарушение менструального цикла, у мужчин - снижение либидо. У детей и подростков стоит отслеживать темпы роста и развития: их ускорение или задержка тоже могут быть связаны с работой эндокринной системы.

**Профилактика: простые шаги к здоровью.** Сохранить здоровье эндокринной системы помогут несложные, но регулярные действия. Начните с питания: сбалансированный рацион с достаточным количеством витаминов и минералов - основа профилактики. Ограничьте потребление сахара и простых углеводов, чтобы сни-

зить риск диабета. Для нормальной работы щитовидной железы важно получать достаточно йода - включайте в меню морепродукты, используйте йодированную соль.

Физическая активность - еще один важный элемент профилактики. Умеренные нагрузки не менее 150 минут в неделю помогают поддерживать нормальный вес и улучшают обмен веществ. Силовые тренировки повышают чувствительность к инсулину, что тоже полезно для эндокринной системы.

Не менее важно управлять стрессом. Хроническое напряжение провоцирует выброс кортизола, который нарушает гормональный баланс. Практикуйте релаксацию: йогу, медитацию, дыхательные упражнения. Качественный сон (семь-девять часов в сутки) помогает восстановить силы и нормализовать работу желез внутренней секреции.

Откажитесь от вредных привычек. Курение и чрезмерное употребление алкоголя негативно влияют на обмен веществ и могут спровоцировать эндокринные заболевания.

**Лечение: индивидуальный подход.** Если проблемы все же возникли, не занимайтесь самолечением - обратитесь к врачу-эндокринологу. Специалист подберет терапию с учетом диагноза, возраста и особенностей организма.

В зависимости от заболевания могут применяться разные методы: заместительная гормональная терапия восполняет недостаток необходимых веществ; медикаментозное лечение устраняет симптомы и нормализует работу желез; физиотерапия и лечебная физкультура усиливают эффект основной терапии; в отдельных случаях может потребоваться хирургическое вмешательство или лечение радиоактивным йодом. Важно помнить: успех лечения во многом зависит от своевременности обращения. Чем раньше выявлена проблема, тем легче ее скорректировать.

**Диспансеризация: почему это важно?** Регулярные медицинские осмотры - лучший способ выявить заболевание на ранней стадии. Диспансеризация включает анализы на уровень сахара в крови, гормоны щитовидной железы и другие показатели, которые помогают выявить нарушения до появления явных симптомов.

Особенно важно проходить обследования тем, у кого есть факторы риска: наследственная предрасположенность, избыточный вес, хронические стрессы или сопутствующие заболевания. Даже если вы чувствуете себя хорошо, диспансеризация раз в один-два года поможет сохранить здоровье на долгие годы. Здоровье эндокринной системы - фундамент нашего самочувствия и качества жизни. Внимательное отношение к сигналам организма, здоровый образ жизни и регулярные проверки у врача помогут избежать многих проблем. Не игнорируйте тревожные симптомы и не откладывайте визит к специалисту: ваше здоровье стоит того, чтобы о нем заботиться.

**Фотоколлаж Тамары Ардавовой**

## • ЗДОРОВЬЕ

### В Прохладном начался капитальный ремонт детской поликлиники

В здании детского отделения Центральной больницы Прохладненского района, построенном в 1973 году, впервые за 36 лет проводится капитальный ремонт. Работы ведутся в рамках региональной программы модернизации первичного звена здравоохранения, которая является частью национального проекта «Продолжительная и активная жизнь».

Трехэтажное здание поликлиники общей площадью около двух тысяч квадратных метров будет соответствовать новой модели медицинской организации. В рамках капитального ремонта планируется заменить фасад и кровлю, оконные блоки и двери, а также обновить все инженерные коммуникации.

В настоящее время ведутся демонтаж помещений и установка новой кровли. Завершение всех работ ожидается в 2028 году.

### В Тереке говорили о важности вакцинации и диспансеризации

**В Тереке прошла акция «Профилактика сегодня - здоровье завтра. Важность вакцинации и диспансеризации».**

Мероприятие было организовано Министерством здравоохранения КБР совместно с администрацией Терского района и прошло в районном доме культуры. Жители города смогли получить консультации специалистов центральной районной больницы и онколога-маммолога Онкодиспансера КБР. По показаниям участника прошли диагностические процедуры: флюорографию, маммографию, спирографию, электрокардиографию и ультразвуковое исследование.

Также в актовом зале дома культуры состоялось встреча представителя Минздрава и администрации района с жителями. Эксперты по эпидемиологии, иммунологии и инфекционным заболеваниям рассказали о важности вакцинации, привели примеры и статистические данные об эффективности профилактических мер, ответили на вопросы участников в формате открытого диалога. В рамках встречи были показаны документальные фильмы о пользе вакцинации и диспансеризации.

### В Перинатальном центре открыта комната для молитв

**В Перинатальном центре Минздрава КБР состоялось официальное открытие молитвенной комнаты, доступной для пациентов и сотрудников.**

В мероприятии по специальному приглашению принял участие первый заместитель председателя ДУМ КБР Хызыр МИСИРОВ. Почетный гость осмотрел новое помещение и передал в дар ПЦ коран и коврик для намаза.

Главный врач Центра Алена ГАЕВА провела для него экскурсию по Школе материнства. Слова благодарности за создание комнаты для молитв выразили и пациентки.

## МИФЫ О ЖЕНСКОЙ ПСИХОЛОГИИ: РАЗВЕНЧИВАЕМ ПОПУЛЯРНЫЕ СТЕРЕОТИПЫ

В современном обществе много стереотипов о женской психологии, которые могут оказывать значительное влияние на самовосприятие женщин, их поведение и даже карьерные возможности. Эти мифы часто формируются на основе культурных, социальных и исторических факторов, но не всегда соответствуют действительности. Мы рассмотрим несколько популярных мифов и попытаемся их развенчать, опираясь на научные исследования и реальные примеры.

### Миф 1: женщины более эмоциональны, чем мужчины

Этот стереотип может приводить к тому, что женщин воспринимают как менее рациональных и более подверженных эмоциям. Однако различия в эмоциональности между мужчинами и женщинами не так велики, как принято считать. Исследования показывают, что эмоциональные реакции зависят от многих факторов, включая генетику, воспитание, культурные нормы и личный жизненный опыт. Мужчины и женщины могут одинаково испытывать широкий спектр эмоций, но выражать их могут по-разному из-за социальных ожиданий и воспитания.

### Миф 2: женщины склонны к зависимости от отношений

Он создает представление о том, что женщины более зависимы от партнеров и менее способны к самостоятельности. Однако это не соответствует действительности. Женщины, как и мужчины, могут быть сильными и независимыми личностями, способными строить здоровые отношения и достигать успеха в различных сферах жизни. Зависимость от отношений может быть связана с личными особенностями и жизненными обстоятельствами, а не с полом.

### Миф 3: женщины менее склонны к риску

Стереотип, ограничивающий возможности женщин в карьере и бизнесе. Однако исследования показывают, что женщины могут быть такими же решительными и склонными к риску, как и мужчины. Важную роль играют индивидуальные особенности, мотивация и контекст. Например, женщины могут проявлять большую осторожность в финансовых вопросах, но быть более решительными в социальной и экологической сферах.

### Миф 4: женщины лучше справляются с многозадачностью

В некотором роде это так, но не совсем. Этот миф может



создавать ложное представление о том, что женщины более эффективно справляются с несколькими задачами одновременно. Но чаще всего женщины могут думать о нескольких вещах одновременно, а не решать многие дела параллельно. Многозадачность, которую часто ожидают от женщин, может снижать эффективность, увеличивать уровень стресса и ухудшать качество выполнения задач. Исследования показывают, что одновременное выполнение нескольких задач может приводить к снижению продуктивности и увеличению ошибок. Важно научиться управлять своим временем и приоритетами независимо от пола. Многозадачность может быть полезной в некоторых ситуациях, но требует навыков и практики.

### Миф 5: женщины менее амбициозны

Стоит ли говорить, насколько данный стереотип ошибочен? Ожидания общества от женщин в карьере и личной жизни часто ниже, чем от мужчин. Женщины могут быть такими же амбициозными и целеустремленными, как и мужчины. Амбиции зависят от личных ценностей, мотивации и возможностей. Важно поддерживать женщин в их устремлениях, помогать им преодолевать стереотипы, создавать условия для реализации их потенциала.

### Миф 6: женщины менее склонны к лидерству

Он часто связан с представлением о том, что лидерство

требует жесткости и агрессивности, которые не соответствуют традиционным женским ролям. Однако исследования показывают, что женщины-лидеры могут быть эффективными и успешными. Часто проявляют эмпатию, коммуникативные навыки и способность к сотрудничеству, что может быть ценным в современном мире. Важно создавать условия, в которых женщины могут развивать свои лидерские качества и занимать руководящие позиции.

### Миф 8: женщины менее склонны к конкуренции

Тот, кто придумал такое утверждение, никогда не бывал в женском коллективе. Этот миф может ограничивать возможности женщин в профессиональной и личной сферах, но иногда играть на руку, когда нужно поразить оппонента. Конкуренция может быть полезной для личного и профессионального роста. Важно поддерживать женщин в развитии их конкурентных качеств и создавать условия для здоровой конкуренции.

### Для борьбы с мифами о женской психологии важно:

1. Осознавать и анализировать свои мысли и убеждения. Понимание собственных стереотипов и предрассудков помогает изменить отношение к себе и другим.
2. Стремиться к более глубокому пониманию женской психологии и поведения. Изучение научных исследований и реальных примеров помогает развеять мифы и понять сложность женской психологии.
3. Поддерживать других женщин в преодолении стереотипов. Создание поддерживающей среды помогает женщинам чувствовать себя уверенно и реализовывать свой потенциал.
4. Работать над развитием своих навыков и способностей, не ограничивая себя стереотипами. Важно стремиться к саморазвитию и не позволять стереотипам ограничивать свои возможности.
5. Создавать условия для равенства и справедливости. Поддержка гендерного равенства способствует созданию более справедливого общества, где каждый человек может реализовать свой потенциал.

### Заключение

Развенчание мифов о женской психологии может помочь женщинам лучше понимать себя и свои возможности, способствовать созданию более справедливого и равноправного общества. Важно помнить, что каждый человек уникален, а стереотипы не должны ограничивать его развитие и самовыражение.

Мадина БЕКОВА.

Фотоколлаж Тамары Ардавовой

## ВОПЛОЩЕНИЕ ДОБРОТЫ И МИЛОСЕРДИЯ



19 мая наш замечательный коллега и волонтер Астемир ХАТУЕВ отметил свой 30-летний юбилей. С юных лет он стремился приносить пользу обществу и помогать людям. После школы получил юридическое образование. В волонтерском движении участвует с 2016 года и возглавляет созданное им движение «Рука. Помощь Хату». В настоящее время работает в Ессентукском центре реабилитации для людей с инвалидностью. Уже год трудится вместе с нами в Комитете семей воинов Отечества Кабардино-Балкарии в качестве помощника руководителя. Мы высоко ценим его как профессионала и человека.

Он отличается активностью, позитивным настроем и ответственностью, за что мы искренне уважаем его. Несмотря на ограниченные возможности здоровья, Астемир с энтузиазмом помогает нашим бойцам и участвует в нескольких волонтерских организациях. Мы восхищаемся его энергией и способностью многое успевать.

Этот юбилей знаменует собой новый виток жизни, открывающий перед тобой, Астемир, много горизонтов и возможностей. Наша команда - Комитет семей воинов Отечества КБР от всего сердца поздравляет тебя. Ты являешься воплощением доброты, милосердия и заботы о других. Твоя поддержка всегда находит отклик в сердцах тех, кто в ней нуждается, ты делаешь мир лучше своими благородными поступками. Желаем тебе крепкого здоровья, неиссякаемой энергии и вдохновения для дальнейших достижений. Пусть твоя жизнь будет наполнена яркими моментами и приятными неожиданностями. Не забывай, что твой труд имеет большое значение, мы благодарны тебе за преданность делу. Очень рады, что в нашей команде есть такие активные и неравнодушные люди, как ты.

В этот день председатель Комитета семей воинов Отечества КБР Алла АЛИМОВА вручила Астемиру Хатуеву благодарственное письмо и медаль «За помощь фронту». Заведующая отделением гуманитарной помощи КСВО КБР, член Международной академии наук экологии и безопасности жизнедеятельности г. Санкт-Петербурга Залина СОСМАКОВА преподнесла юбилярную статуэтку «Лучшему волонтеру СВО» и Почетную грамоту от Международной академии наук экологии и безопасности жизнедеятельности г. Санкт-Петербурга.

Комитет семей воинов Отечества КБР

## Новый региональный оператор по вывозу ТКО в республике

Последние почти полгода жителей республики волнует сложившаяся ситуация с вывозом твердых коммунальных отходов. На прошлой неделе временно исполняющий обязанности министра строительства и жилищно-коммунального хозяйства Андрей ЖУРАВЛЕВ на пресс-конференции сообщил журналистам, что с 15 мая компания «Экотехпром» берет на себя функции регионального оператора по вывозу твердых коммунальных отходов.

Компания «Экологистика» потеряла свой статус 28 апреля в связи с истечением срока соглашения. Андрей Журавлев пояснил, что Министерство строительства и ЖКХ провело два обязательных конкурса для выбора нового оператора, но ни один из участников не соответствовал необходимым квалификационным требованиям. В связи с этим было решено временно назначить компанию «Экотехпром» региональным оператором.

- По поручению ведомства компания начала выполнять свои обязанности. Запустила спецтранспорт, наняла профильных специалистов и начала полноценную работу, - сообщил Андрей Журавлев.

Он также подчеркнул, что одна из главных

трудностей, мешающих регулярному вывозу твердых коммунальных отходов, заключается в размещении крупногабаритных предметов - старой мебели, строительного мусора и элементов конструкций в обычных контейнерах.

Для решения этой проблемы руководство республики решило приобрести дополнительную спецтехнику. В автопарк поступят пять бункеровозов и 50 восьмиметровых бункеров. Они будут размещены на специально отведенных площадках в Нальчике, в первую очередь на въездных группах и в густонаселенных районах многоквартирными и частными домами.

- С увеличением парка в кратчайшие сроки стоит задача выйти на график и привести санитарное состояние республики к нормативному, - отметил Андрей Журавлев. Он также подчеркнул, что МУП «Экотехпром» не является правопреемником компании «Экологистика». Это означает, что вся дебиторская задолженность, в том числе долги населения и организации остаются за бывшим региональным оператором. Он также призвал граждан своевременно оплачивать услуги, напомнив, что задолженность будет взыскиваться в соответствии с законодательством, включая досудебный и судебный порядок.

Арнелла КУДАЕВА

### МВД по КБР настоятельно предупреждает и в очередной раз напоминает

Сотрудники правоохранительных органов, силовых структур и банковских организаций никогда не будут звонить с вопросами и предложениями о декларировании и переводе денежных средств на «безопасные счета».

В последнее время мошенники активизировали свою противоправную деятельность в отношении родственников и самих участников специальной военной операции. Будьте предельно бдительны!

Важно помнить: мошенники действуют настойчиво и могут использовать различные номера телефонов. Их цель - вызвать у вас панику и заставить совершить необдуманные действия.

Что делать, если вам поступил подозрительный звонок. Немедленно прерывайте разговор и положите трубку. Не вступайте в диалог, не пытайтесь выяснить детали, не поддавайтесь на провокации. Блокируйте номера, с которых поступают звонки.

Берегите свои сбережения и будьте осторожны.

## НАДО СТАРАТЬСЯ, ЧТОБЫ ПОНЯТЬ

• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН



Ландшафтный дизайнер Тая ЛОКМАНОВА признается, что в жизни ценит больше всего три вещи – свою семью, любимую работу и хорошую литературу. Для всего этого выделяет время каждый день, считая, что от того, что любишь и что приносит удовольствие, невозможно устать.

Из прочитанного недавно хотела бы порекомендовать роман Шэрон ДРЕЙПЕР «Привет, давай поговорим». Мы его прочитали вместе с детьми, – говорит она.

Если бы Шэрон Дрейпер не работала учителем в школе и не преподавала самым разным детям, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, роман «Привет, давай поговорим» не был бы таким реалистичным. Если бы в ее семье не было близкого человека с ДЦП, книга не получилась бы настолько эмоционально трогательной. Если бы автор сама по себе не была толерантным и добрым человеком, вряд ли бы произведение вообще появилось на свет.

Главной героине, Мелоди, 11 лет, она не похожа на других детей. Девочка необычайно умная, обладает фотографической памятью. Но никто не знает об этом, потому что она не может говорить. Мелоди страдает ДЦП, при котором тело становится неподвижным. При этом ее интеллект остается незатронутым, но из-за отсутствия речевого навыка он невидим окружающими. Врачи упорно пытаются приписать ей умственную отсталость, но им противостоит мама девочки, решительно защищающая свою дочь от несправедливости. Благодаря ее усилиям Мелоди попадает в школу, в класс для детей с особыми потребностями. Они годами зубрят алфавит и примитивные вещи, а у девочки даже нет возможности сказать, что ей все это давно неинтересно.

Однажды мир Мелоди меняется. Попадая на экскурсию в самый обычный класс, ей удается найти связь со сверстниками. Ее стол забит словами, которые можно сложить в предложения, она может вы-

ражать свои мысли, но не хватает слов. Мелоди выделяет помощницу, вместе с ней девочка узнает, что есть специальный компьютер, который позволит ей наконец говорить. В штате проводится игра, где дети отвечают на вопросы из разных дисциплин. Школа Мелоди принимает участие в викторине. Благодаря своим знаниям она попадает в команду. То, что произойдет дальше, к сожалению, продемонстрирует, что у большинства детей отсутствует чувство сострадания. Они не способны почувствовать боль другого человека. Именно поэтому подобного рода книги просто необходимы для подростков. Даже если они просто заставят их задуматься о том, кому-то сложно делать даже самые простые вещи. Например, говорить. Книга написана от первого лица, очень тонко и честно. К сожалению, превозмозженное отношение встречается не только у педагогов, но и у одноклассников сверстников, которые копируют поведение взрослых. Как гласит народная мудрость, начинать нужно с себя.

Мелоди не вундеркинд, а обычный ребенок, возможности которого ограничены, но те немногие, что доступны, требуют колоссальных усилий для достижения.

«А почему никого не удивляет, что Пенни все хватает на лету и запоминает тысячу слов? Почему с Мелоди должно быть по-другому?»

Мама кивает: – Да-да, ты права! Просто Мелоди для этого надо гораздо больше стараться. – Нет, это нам надо гораздо больше стараться, чтобы ее понять».

Мне кажется, если бы существовал некий обязательный набор для каждого ребенка, эта книга, несомненно, заняла бы в нем почетное место. В идеале она должна стать частью школьной программы, пробуждая оживленные дискуссии и понятные объяснения диагноза, далекие от сухих медицинских формулировок. Дело даже не столько в описании чувств ребенка с инвалидностью, сколько в демонстрации проблемы восприятия «обычными» людьми – и детьми, и взрослыми человека с физическими ограничениями. Шэрон Дрейпер учит читателей воспринимать различия как многообразие, которое зачастую требует больше усилий для понимания и принятия. Если родители прочитают и обсудят книгу с детьми, наш мир станет немного добрее.

Лиана ШОРДАНОВА.

Фото Тамары Ардавовай

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



## «КИСЛЫЙ», НО ВКУСНЫЙ

22 мая отмечается День суши и роллов – гастрономическое событие, которое подчеркивает глобальную популярность этих блюд, ставших неотъемлемой частью современной культуры питания. За последние десятилетия суши и роллы претерпели значительные трансформации, превратившись из традиционных японских деликатесов в широко распространенный вид фастфуда. Этимологически термин «суши» происходит от японского слова «суси», что означает «кислый». Это отражает первоначальную технологию приготовления, включающую ферментацию рыбы с использованием уксуса, придающего блюду характерный вкус.

– Это традиционное японское блюдо можно сделать самостоятельно в домашних условиях, – считает Валерия ГРИБАНОВА из Нальчика. – Главное – знать несколько важных нюансов. Правильный рис – основа вкусных роллов. Важно выбрать подходящий сорт, правильно его промыть, сварить и заправить специальной смесью.

### «ФИЛАДЕЛЬФИЯ»

**Ингредиенты на шесть штук:** 80 г филе горбуши, 20 г творожного сыра, 30 г крабовых палочек, 0,5 огурца, 60 г риса, 15 мл рисового уксуса, 1 лист нори, 50 г маринованного имбиря, 50 мл соевого соуса, 5 г васаби.

**Способ приготовления.** Для начала расскажу, как правильно приготовить рис. Для приготовления роллов используется специальный японский рис с короткими и округлыми зёрнами. Он обладает высокой клейкостью, благодаря чему хорошо держит форму. Если такого риса нет, можно взять обычный круглозерный. Перед варкой рис нужно тщательно промыть, чтобы удалить лишний крахмал. В закипевшую воду высыпать рис в пропорции 1:2 и варить как обычно: на медленном огне, периодически помешивая. Можно немного не доварить рис и оставить его на 10-15 минут «доходить» под крышкой. Чтобы рис приобрел классический для суши и роллов вкус, его заправляют смесью рисового уксуса, сахара и соли. Для этого слегка подогрейте 2 ст. ложки рисового уксуса, 1 ст. ложку сахара и 0,5 ч. ложки соли, пока ингредиенты не растворятся. Заправку нужно вливать строго в теплый рис, затем все аккуратно перемешать деревянной лопаткой.

Огурцы и крабовые палочки нарезать продолговатыми кусочками. Филе горбуши нарезать пластиками среднего размера. Расстелить на циновке лист нори. Тонким слоем выложить рис, оставив пустой часть верха. Аккуратно перевернуть лист, чтобы сторона с рисом оказалась внизу. Смазать верхнюю часть листа нори творожным сыром. На него в один ряд выложить кусочки огурца и крабовых палочек. С помощью циновки завернуть ролл рулетом. Сверху положить пласт филе горбуши. Разрезать рулет на кусочки мокрым ножом. Подавать на стол с маринованным имбирем, соевым соусом и васаби.

### ЗАПЕЧЕННЫЕ С КРЕВЕТКАМИ

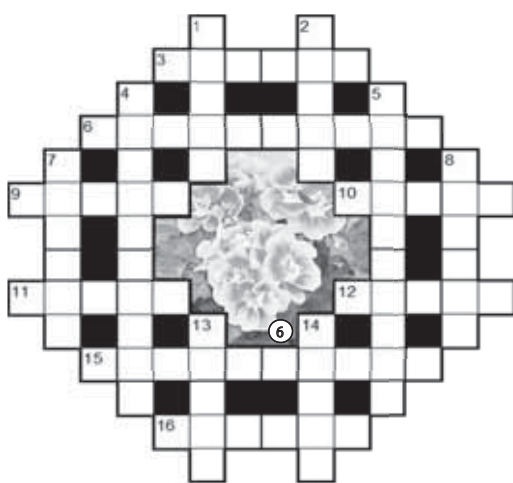
**Ингредиенты:** 100 г риса, 1 лист нори, 100-150 г очищенных креветок, 50 г сливочного сыра, 0,5 огурца, 2 ст. ложки японского майонеза, 1 ст. ложка соуса цнаги (по желанию), 30 г сыра моцарелла или пармезана, 1 ст. ложка рисового уксуса, 1 ч. ложка сахара, 0,5 ч. ложки соли, 150-200 мл воды

**Способ приготовления.** Тщательно промыть, сварить и заправить рис смесью из рисового уксуса, сахара и соли. Дать полностью остыть. Отваривать креветки в подсоленной воде две-три минуты и дать им остыть. Нарезать огурец тонкими полосками. Положить половину листа нори на макусу шероховатой стороной вверх. Смочить руки водой и равномерно распределить рис по поверхности нори, слегка прижимая. Выложить в центр полоски огурца, отваренные креветки и сливочный сыр. С помощью макусы аккуратно свернуть ролл, слегка прижимая, чтобы он держал форму. Острым ножом, смоченным в холодной воде, разрезать его на шесть-восемь кусочков и выложить на противень. Смешать японский майонез с соусом унаги и натертым сыром, затем аккуратно выложить смесь поверх роллов. Разогреть духовку до 200° С и запекать роллы пять-семь минут, пока сыр не расплавится и не подрумянится. Выложить блюдо на тарелку и украсить соусом унаги.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.

Фото Тамары Ардавовай

## КРОССВОРД



**По горизонтали:** 3. Труппа. 6. Пеларгония. 9. Луза. 10. Инжир. 11. Бекас. 12. Сталь. 15. Экипировка. 16. Комета.  
**По вертикали:** 1. Арбат. 2. Иппон. 4. Бергамаско. 7. Путьец. 8. Кигали. 13. Алноз. 14. Борть.

**По горизонтали:** 3. Театральный коллектив. 6. Растение семейства гераниевых, эфирномасличное. 9. Шелуха подсолнечника. 10. Фиговое дерево. 11. Болотная птица семейства ржанковых. 12. Сплав железа с углеродом. 15. Форменное снаряжение. 16. Космическое тело с головой и хвостом.

**По вертикали:** 1. Московская улица, которую воспел Булат Окуджава. 2. Эту высшую оценку дзюдоист

получит за быстрый и сильный бросок или удержания соперника в течение 20 секунд. 4. Итальянская овчарка. 5. Художественный вид спорта. 7. Человек, сферой профессиональной деятельности которого являются ремонтные работы на железной дороге. 8. Столица Руанды. 13. Временная остановка дыхания. 14. Домик лесных пчел.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА

## ЗА ПРЕДЕЛАМИ ОБЫДЕННОГО

Название экспозиции «Дорога домой» звучит многообещающе. Если вы готовы пройти вместе с художником путь от привычных улочек и больших дорог к чистому искусству, Музей изобразительных искусств им. А.Л. Ткаченко приглашает на персональную выставку Екатерины ЕФИМОВОЙ.

Работы ставропольской художницы были представлены в Нальчике два года назад в рамках совместных выставок с Российской академией художеств. Екатерина Ефимова стала одним из победителей конкурса «Образ женщины».

В экспозицию нынешней выставки вошли работы, созданные в разных техниках – живописи и графике. Графические листы выполнены в необычной манере – сухой и масляной пастелью на наждачной бумаге. Растирая пастель по шероховатой поверхности наждачной бумаги, художница создает интересные цветовые переходы, которые добавляют глубины и объема работам. Внимательный зритель отметит несколько выделяющихся тематик, одна из которых перекликается с названием выставки. Дорожные наблюдения Екатерины Ефимовой охватывают не только полотно пути и его обрамление. Художница мастерски улавливает и умело подвешивает особое настроение момента. Это видно как в диптихе «В потоке» и «Золотой час», где масляная пастель создает эффект мерцания, так и в диптихе «Угасание», где ми-

стика тумана – главное действующее лицо.

В художественном преобразении даже самые неприметные объекты – искореженная жестяная банка, брошенная среди зелени, пластиковый пакет, запутавшийся в стебле высокой травы, обретают новую жизнь. Под чутким взглядом мастера такие элементы становятся центральными персонажами полотен, их безмолвное присутствие приковывает взгляд зрителя, заставляя остановиться и взглянуть в детали. Искусство наделяет их значимостью, превращая в нечто притягательное и навевающее размышления.

Серия произведений Екатерины Ефимовой посвящена автобусным остановкам, расположенным вдали от городской суеты. Вдохновение колоритом вечернего и ночного неба, урбанистические сооружения, возвышающиеся над пустынной дорогой, привели к созданию оригинального цикла. Ее кисть ловит мимолетные моменты, когда свет фонаря выхватывает из темноты одинокую скамейку, превращая его в символ ушедшего дня, в тихий рассказ о тех, кто ждал свой транспорт. В этих пустынных пей-



• ВЫСТАВКИ

Серия «Присутствие», 2025

зажа, где асфальт встречается с дикой природой, художник находит поэзию и тихую драму. Она исследует контраст между рукотворным и естественным, между временным и вечным, находя красоту в том, что обычно остается незамеченным. Каждая остановка – это отдельная история, запечатленная в мазках, где тени удлиняются, а звезды мерцают над безмолвными конструкциями.

Большая часть полотен посвящена привычному городским многоэтажкам. Эти дома, мимо которых ежедневно проходят и жители мегаполисов, и обитатели маленьких городков, становятся фоном для тысяч историй. Типовые высотки, из подъездов которых люди выходят в повседневную суету и куда возвращаются в уютное простран-

ство своих квартир. «Всегда поражаю, как в таких одинаковых квартирах так по-разному живут люди», – делится художница. В этом и заключается философия автора: видеть за типовой коробкой множество уникальных историй и сценариев, умело и мастерски раскрыть красоту повседневности.

Сила искусства, заставляющая увидеть простые вещи по-новому, как бы банально это ни звучало. Работы художницы – приглядное и увидеть в нем нечто большее, чем просто фон для повседневной жизни.

Лилиана ШОРДАНОВА.

Фото Тамары Ардавовой



## ФИЛИГРАННОЕ МАСТЕРСТВО

20 мая в 17 часов в Арт-центре Мадины Саралып открывается выставка работ ювелира-художника, мастера прикладных искусств, члена Союза художников России и Международной ассоциации искусств ЮНЕСКО Мухамеда СОСНАК.

Женские нагрудные украшения, подвесы, пояса – изделия Мухамеда вызывают восхищение как безупречным техническим исполнением, так и благодаря оригинальности и эстетической ценности представленных концепций. Однако это далеко не все, чем занимается художник, реализуя проекты внутри национальных традиций. На выставке представлены ритон, колокольчик и несколько панно с масками ажыгафа (ажыгъафэ – традиционный персонаж обрядности адыгов (черкесов)). «В Дамаске на нашей улице жили несколько адыгских семей. Однажды у одной из них была свадьба, где я впервые увидел ажыгафа. Спустя много лет увидел их во сне. Эта красивая картина стояла перед глазами, и я понял, что нужно реализовать этот проект».

Мухамед Соснак родился в Дамаске (Сирия) в семье потомков мухаджиров. В доме звучала адыгская речь, детей обучали канонам хабзэ. Получить высшее образование Мухамед сознательно решил на исторической родине. В 2000 году приехал на учебу в Нальчик. Окончив КБГСХА по специальности «Природоохранное обустройство территорий», вернулся в Сирию. Однако мысли об исторической родине не отпускали. Спустя несколько лет вернулся в Нальчик. С 2013 г. изготавливает украшения в национальном стиле в своей мастерской. Работает в техниках филигрань, литье, лазерная гравировка с латунью, мельхиором, реже с серебром. Осваивает резьбу по металлу.

– В Дамаске я с детства занимался танцами при адыгской хасэ, – говорит Мухамед. – Сам освоил игру на аккордеоне

в 16 лет. У нас была видеозапись танцев ансамбля «Кабардинка», солистом тогда был Асланбек БИТОК. Для нас он был эталоном, все стремились танцевать, как он. Тогда и представить себе не мог, что когда-нибудь встречу с ним. Когда приехал в Нальчик на учебу, познакомился с ним на занятиях по танцам.

Я мог бы стать гармонистом или инженером, но когда вернулся на родину и увидел филигранные украшения на национальных платьях, понял, что могу развиваться в этой сфере. Техники филигрань овладел еще в Сирии, работая с братом. Вдохновляют старинные пояса, черкесские орнаменты и археологические находки. Идеи порой появляются внезапно. Иногда, закрывая глаза, вижу некий образ, который затем переношу на эскизы и прорабатываю. На некоторых поясах вы увидите имитацию вышивки. Мне важно, чтобы пояс идеально дополнял орнамент платья, гармонировал с его стилем. В первые годы моего творчества Мадина САРАЛЫП заметила меня и предложила сотрудничество. Когда-то, живя в Сирии, с восхищением следил за ее творчеством через соцсети и представить не мог, что когда-нибудь не только познакомлюсь с ней, но и буду тесно сотрудничать.

В общении с ювелирами республики осваиваю новые навыки и техники. Благодарен судьбе за возможность быть рядом с такими замечательными людьми.

Именно здесь моя родина, чувствую себя дома.

Директор музея черкесского костюма, заслужен-

ный художник Республики Адыгея, дизайнер Мадина Саралып:

– С Мухамедом Соснак мы работаем с самых первых его экспериментов, связанных в первую очередь с черкесским костюмом. У него собственный способ самовыражения. Он не опирается на референсы в плане декора, скорее берет форму за основу и внутри нее добавляет свои средства выразительности. Это тот редкий случай самобытного мастера, который развивается линейно. Этот тип саморазвития проявляется в умении эффективно коммуницировать с коллегами, что вызывает к нему искреннее уважение. С самого начала и по сегодняшний день он уверенно движется по верному пути, постепенно превращаясь в настоящего мастера своего дела. С тех пор как Мухамед приехал и оказался в новой среде, активно изучает другой язык и осваивает новые навыки. Сегодня он сочетает художественную составляющую – способы самовыражения, переосмысливая и перерабатывая традиционные предметы с современным миром, который предоставляет ему ресурсы для дальнейшего развития. В этом мы видим человека неординарного, творческого, креативно мыслящего, при этом у него абсолютно традиционный внутренний уклад, свойственный адыгским мужчинам. На мой взгляд, это пример больше не художника в широком смысле, а именно человека с редкими личностными и профессиональными качествами.

Художник-ювелир, оружейник, член Союза художников России Залим ТУМОВ:

– С Мухамедом мы знакомы около 20 лет. Могу сказать, что его мастерство расширяется, обогащаясь как техническим совершенством, так и глубиной духовного содержания. Каждая его работа уникальна и неповторима. Независимо от технической сложности в них пульсирует тот внутренний мир, который отличает подлинного мастера. Ведь истинная ценность произведения не только в безупречности исполнения, но и в его способности «дышать», во внутренней гармонии. Это редкий дар. Он создает новые направления, смело экспериментирует, но всегда остается верным корням и традициям. Его творения востребованы и находят отклик в сердцах.

Мухамед – целая вселенная талантов. Нельзя не упомянуть его виртуозное владение гармонью. Дарит нам, коллегам, музыкальные мгновения. Убежден, что он еще не раз поразит нас, раскрыв новые неожиданные грани своей личности. Мухамед Соснак мыслит за рамками обыденного, как истинный творец. Его способность внимательно слушать и глубоко анализировать – бесценное качество на пути к мастерству. Мы поддерживаем друг друга в творческих начинаниях. Многие ювелиры республики были рады способствовать его техническому росту. Он щедро делится своими знаниями, помогает другим. Мухамед – неотъемлемая яркая часть сообщества мастеров Кабардино-Балкарии.

Ляна БАТЫРОВА.

Фото Тамары Ардавовой

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 953. Заказ 1017  
Время подписания в печать  
по графику – 18.00  
Фактически 19 мая 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