

# ГОЛОС

ГАЗЕТА ЧЕГЕМСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

ИЗДАЕТСЯ С 13 МАЯ 1952 ГОДА  
ВЫХОДИТ ДВА РАЗА В НЕДЕЛЮ

# ЧЕГЕМА

**ВЫБОРЫ  
ПРЕЗИДЕНТА  
РОССИИ**  
15-17 МАРТА 2024

№№24-25 (9627) 1 марта 2024 года \* Пятница \* Цена 18 рублей \* goloschegema@mail.ru

Электронная версия газеты  
на сайте <http://golos-chegema.ru>

## ПРЕЗИДЕНТ РОССИИ ОБРАТИЛСЯ С ЕЖЕГОДНЫМ ПОСЛАНИЕМ К ФЕДЕРАЛЬНОМУ СОБРАНИЮ

(29.02.2024) Москва.

Президент Российской Федерации В.В. Путин обратился с ежегодным Посланием к Федеральному собранию. В составе губернаторского корпуса - Глава Кабардино-Балкарии К.В. Коков. Подведены итоги деятельности

органов государственной власти за истекший период, определены приоритетные направления дальнейшего социально-экономического развития страны, внутренней и внешней политики на ближайшие шесть лет.

Искренняя благодарность выражена тем, кто проходит через гор-

нило военных испытаний. Память погибших военнослужащих собравшие почтили минутой молчания.

Особо отмечены дополнительные меры поддержки участников СВО и их семей.

Сделан акцент на реализации национальных проектов и госпрограмм.

Заявлено, что нынешний период характеризуется кардинальными переменами, как в стране, так и во всём мире, в том числе в сфере глобальной безопасности.

Полный текст послания на сайте <http://www.kremlin.ru>

## Вклад Кабардино-Балкарии в нацпроекты вырос в 18,5 раза за пять лет

[vk.com/y.borsov](https://vk.com/y.borsov) 28.02.2024

Вклад Кабардино-Балкарии в нацпроекты вырос в 18,5 раза за пять лет. Софинансирование Кабардино-Балкарской Рес-

публикой мероприятий, реализуемых в рамках национальных проектов, за 5 лет выросло в 18,5 раза - до 2 млрд рублей. В центре внимания - решение социальных вопросов: строительство новых и завершение начатых объектов здравоохранения, образо-

вания, культуры, спорта, развитие транспортной, дорожной и инженерной инфраструктур.

Напомним, национальные проекты реализуются по решению Президента РФ Владимира Путина с 2019 года.

## В целях сохранения объектов культурного наследия Главой КБР дано поручение провести реконструкцию музея-усадьбы К.Ш. Кулиева

[vk.com/y.borsov](https://vk.com/y.borsov) 28.02.2024

В ближайшее время, в соответствии с поручением Главы КБР К.В. Кокова, в Эльтюбю начнутся работы по реконструкции музея-усадьбы народного

поэта Кабардино-Балкарии Кайсына Шуваевича Кулиева.

Вместе с заместителем Председателя Правительства КБР Маратом Хубиевым, министром культуры КБР Мухадином Кумаховым с выездом на

место встретились с представителями рода Кулиевых, осмотрели подворье, определились с объёмом предстоящих работ. Запланировано восстановление исторического облика старинных построек, их отделка, благоустройство

всей прилегающей территории.

Сохранение объектов культурного наследия, памяти о выдающихся деятелях культуры Кабардино-Балкарии остаётся важнейшим приоритетом органов власти.

## В строгом соответствии с избирательным законодательством

[vk.com/y.borsov](https://vk.com/y.borsov) 28.02.2024

На состоявшемся сегодня совещании с участием глав населенных пунктов, руководителей структур-

ных подразделений райадминистрации всестороннее рассмотрение получили вопросы организации и проведения выборов Президента РФ в строгом соответствии с избирательным законодатель-

ством. Отдельно обсуждены вопросы реализации нацпроектов и государственных программ, дальнейшего оказания помощи и поддержки семьям участников СВО.

### СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ

### ДОСТОЙНЫЙ ВЫБОР ПАТРИОТА!



СТАБИЛЬНОСТЬ



САМОРЕАЛИЗАЦИЯ



ДОСТОЙНЫЙ  
УРОВЕНЬ ЖИЗНИ



ВЫСОКИЙ  
СОЦИАЛЬНЫЙ СТАТУС





# «Безопасное детство». Профилактическая акция по снижению аварийности на дорогах

vk.com/y.borsov  
27.02.2024

На днях в Чегемском районе прошло профилактическое мероприятие «Безопасное детство», направленное на пропаганду безопасного поведения детей на дорогах, повышение уровня знаний ПДД. Его инициатором выступила Госавтоинспекция МВД по КБР.

Выражаю искреннюю благодарность сотрудникам Госавтоинспекции, педагогам образовательных учреждений за активную деятельность по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма, сохранению жизни и здоровья юных участников дорожного движения.

Уверен, совместными усилиями нам удастся повысить уровень дорожной грамотности юных пеше-



ходов и не допустить увеличения числа дорожно-транспортных происшествий с их участием.

В рамках мероприятия Почётными грамотами и благодарственными письмами местной администрации Чегемского муниципального района, МВД

по КБР отмечены сотрудники Госавтоинспекции, юные инспектора дорожного движения школы №1 г.п.Чегем, которые достойно представили Кабардино-Балкарию на Всероссийском конкурсе «Безопасное колесо», их родители и педагоги.

## На сессии Совета местного самоуправления с.п. Шалушка



Состоялась сессия Совета местного самоуправления с.п. Шалушка, где представлен отчет о работе Совета и администрации сельского поселения. Рассмотрены вопросы исполнения бюджета за 2023 год, утвержден план работы на 2024 год.

Он предусматривает:

- завершение строительства ФОК;
- ввод в строй спортивных и социальных объектов;
- решение вопросов устойчивого водоснабжения;
- установка уличного освещения по ул.Юанова;

- ремонт пешеходного моста через реку Шалушка;
- частичный ремонт дорог общего пользования;
- благоустройство территорий, санитарная очистка поймы реки и пастбищных угодий.

Особое внимание уделено всесторонней поддержке семей участников специальной военной операции.

По всем обсуждавшимся вопросам принято возвращенное решение с указанием сроков исполнения поставленных задач.

Соб.инф.

### МЕСТНАЯ АДМИНИСТРАЦИЯ ЧЕГЕМСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

#### ПОСТАНОВЛЕНИЕ №170-па

от 26 февраля 2024 г.

г.п.Чегем

#### Об определении управляющей организации

В соответствии с частью 17 статьи 161 и частью 1 статьи 162 Жилищного кодекса РФ, руководствуясь Постановлением Правительства РФ от 21.12.2018 года №1616 «Об утверждении Правил определения управляющей организации для управления многоквартирным домом, в отношении которого собственниками помещений в многоквартирном доме не выбран способ управления таким домом или выбранный способ управления не реализован, не определена управляющая организация, и о внесении изменений в некоторые акты Правительства Российской Федерации», в целях обеспечения благоприятных и безопасных условий проживания граждан, не выбравших способ управления многоквартирным домом, и в целях обеспечения надлежащего содержания общего имущества в данных

многоквартирных домах местная администрация Чегемского муниципального района **поставляет:**

1. Утвердить прилагаемый Перечень многоквартирных домов, в которых собственники помещений не выбрали способ управления многоквартирным домом (далее Перечень) (приложение №1);

2. Определить ООО «ЧЕГЕМ РАЙ ЖКХ» управляющей организацией в многоквартирных домах, указанных в Перечне, в период с 01.03.2024г. до 01.02.2025г. или до проведения конкурса по отбору управляющей организации для управления многоквартирными домами, в которых собственники помещений не выбрали способ управления многоквартирным домом.

3. Настоящее постановление опубликовать в районной газете «Голос Чегема».

4. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на исполняющего обязанности заместителя главы местной администрации Чегемского муниципального района (Кибисhev Ю.В.)

Глава местной администрации Чегемского муниципального района **Ю. БОРСОВ**

Приложение №1

УТВЕРЖДЕНО постановлением местной администрации Чегемского муниципального района КБР от 26.02.2024г. №170-па

### ПЕРЕЧЕНЬ МНОГОКВАРТИРНЫХ ДОМОВ, В КОТОРЫХ СОБСТВЕННИКИ ПОМЕЩЕНИЙ НЕ ВЫБРАЛИ УПРАВЛЕНИЕ МНОГОКВАРТИРНЫМ ДОМОМ

№	Наименование объекта и адрес	Год постройки	Кол-во этажей	Кол-во квартир	Общая площадь МКД кв.м.	№	Наименование объекта и адрес	Год постройки	Кол-во этажей	Кол-во квартир	Общая площадь МКД кв.м.
1.	г.п. Чегем, Шаковых, 98	1995	5	50	3 012,80	43.	с.п.Шалушка, Кир.завод, 10	1970	3	24	988,8
2.	г.п.Чегем, ул.Шаковых, 99	1987	5	60	3956,2	44.	с.п.Шалушка, Кир.завод, 12	1973	2	3	130
3.	г.п. Чегем, Шаковых, 99а	1997	5	60	3131,5	45.	с.п.Шалушка, Кир.завод, 14	1974	3	24	950,9
4.	г.п.Чегем, Баксанское ш.,31	1989	5	60	3686,4	46.	с.п.Шалушка, Каменская, 33	2017	3	10	987,5
5.	г.п.Чегем, Баксанское ш.,37	1971	5	60	2970,2	47.	с.п.Шалушка, Каменская, 33а	2017	3	10	989,4
6.	г.п.Чегем, Баксанское ш.,39	1982	5	60	3796,7	48.	с.п.Шалушка, мкр. "Штауч", уч.2, секция 1	2020	4	19	2334,1
7.	г.п.Чегем, Баксанское ш.,55	1982	5	60	3316,0	49.	с.п.Шалушка, мкр. "Штауч", уч.2, секция 2	2020	4	14	1048,2
8.	г.п.Чегем, Баксанское ш., 6	1982	3	24	1033,0	50.	с.п.Шалушка, мкр. "Штауч", уч.2, секция 3	2020	4	14	1055,7
9.	г.п.Чегем, ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.4	1975	2	8	399,2	51.	с.п.Шалушка, мкр. "Штауч", уч.2, секция 4	2020	4	14	1042,7
10.	г.п.Чегем, ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.4а	1975	2	8	399,2	52.	с.п.Шалушка, мкр. "Штауч", б/н	2021	5	56	4861,2
11.	г.п.Чегем, ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.4б	1975	2	8	399,2	53.	с.п.Шалушка, земли администрации	2021	6	68	6715,2
12.	г.п.Чегем, ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.4в	1975	2	8	399,2	54.	с.п.Яникой, ул.Мизиева, 1	1980	3	18	998,6
13.	г.п.Чегем, ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.1	1975	4	32	1 775,10	55.	с.п.Яникой, Учр.ОЛ 49/3, дом 1	1960	2	16	596,2
14.	г.п.Чегем, ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.1а	1975	4	32	1 770,40	56.	с.п.Яникой, Учр.ОЛ 49/3, дом 2	1960	2	16	634,9
15.	г.п.Чегем, ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.20	1970	2	4	423,5	57.	с.п.Яникой, Учр.ОЛ 49/3, дом 3	1960	2	16	759,85
16.	г.п.Чегем ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.22	1965	3	24	1 042,10	58.	с.п.Яникой, Байсултанова, 16	1960	2	8	496,0
17.	г.п.Чегем, ул.им.Героя России А.С.Кярова, д.95в	2022	4	36	2036,76	59.	с.п.Яникой, Байсултанова, 18	1960	2	9	497,9
18.	г.п.Чегем, Надречная, 2	1981	5	114	5679,9	60.	с.п.Чегем Второй, Баксанское шоссе, 1	1980	2	4	222,7
19.	г.п. Чегем Надречная, 4	1989	5	60	4 056,00	61.	Дачный поселок "Осина", ул.Рублевка, д.3	2016	3	24	1018,5
20.	г.п. Чегем Надречная, 4а	1998	5	60	3714,6	62.	Дачный поселок "Осина", ул.Рублевка, д.1	2016	3	32	1435,6
21.	г.п. Чегем Надречная, 10	1956	2	8	546,4	63.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 12	2022	3	18	1418
22.	г.п. Чегем ул.Свободы, 2а	1982	2	12	829,70	64.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 13	2022	3	18	1418
23.	г.п.Чегем, ул.Лагерная, 39	2016	3	12	411,6	65.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 16	2022	3	18	1418
24.	г.п.Чегем, ул.Лагерная, 39а	2017	3	12	823,2	66.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 17	2022	3	18	1418
25.	г.п.Чегем, ул.Баксанское шоссе, 1Г секция 1	2020	3	36	2018,4	67.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 18	2022	3	18	1418
26.	г.п.Чегем, ул.Баксанское шоссе, 1Г секция 2	2020	3	36	2018,4	68.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 19	2022	3	18	1418
27.	г.п.Чегем, ул.Баксанское шоссе, 1Г секция 3	2020	3	36	2018,4	69.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 21	2022	3	18	1418
28.	г.п.Чегем, ул.Баксанское шоссе, 1Г секция 4	2020	4	36	2018,4	70.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 22	2022	3	18	1418
29.	г.п.Чегем, ул.Баксанское шоссе, 1Г секция 5	2020	4	36	2018,4	71.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 23	2022	3	18	1418
30.	г.п.Чегем, ул.Баксанское шоссе, 1Г секция 6	2020	4	36	2018,4	72.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1а, корп. 24	2022	3	18	1418
31.	г.п.Чегем, ул.Баксанское шоссе, 1Г секция 7	2020	4	36	2018,4	73.	г.п.Чегем, ул.Сижажева, 1 корп. №20	2020	3	18	1335,0
32.	с.п.Нартан, Адыгейская, 2	1990	2	12	718,5	74.	г.п.Чегем, ул.Сижажева, 1 корп. №25	2020	3	18	1335,0
33.	с.п.Нартан, Адыгейская, 4	1990	2	12	695,3	75.	г.п.Чегем, ул.Сижажева, 1 корп. №26	2020	3	18	1335,0
34.	с.п.Нартан Адыгейская,6	1990	2	12	665,6	76.	г.п.Чегем, ул.Сижажева, 1 корп. №30	2020	3	18	1335,0
35.	с.п.Нартан, ул.Бр.Домбировых, б/н блок А	2018	3	12	1078,3	77.	г.п.Чегем, ул.Сижажева, 1 корп. №31	2020	3	18	1335,0
36.	с.п.Нартан, ул.Бр.Домбировых, б/н блок Б	2018	3	9	825,6	78.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1, корп. 27	2021	3	18	1317
37.	с.п.Нартан, ул.Бр.Домбировых, б/н блок В	2018	3	12	762,5	79.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1, корп. 28	2021	3	18	1317
38.	с.п.Нартан, ул.Бр.Домбировых, б/н блок А/1	2019	3	13	1229,6	80.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1, корп. 29	2021	3	18	1418
39.	с.п.Нартан, ул.Бр.Караховых, 6а, кор А	2020	3	27	1336,6	81.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1, корп. 32	2021	3	18	1317
40.	с.п.Нартан, ул.Бр.Караховых, 6а, кор Б	2020	3	12	685,0	82.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1, корп. 33	2021	3	18	1418
41.	с.п.Нартан, ул.Бр.Караховых, 6а, кор В	2020	3	12	817,2	83.	г. Чегем, ул. Сижажева, д.1, корп. 34	2021	3	18	1418
42.	с.п. Шалушка, ул. Ленина, 60	1977	5	60	2505,6						



# Чегемские школьники продемонстрировали свои знания избирательного права

Управление образования Чегемского района  
27.02.2024

В Солнечном городе прошел республиканский интеллектуально-правовой конкурс «Мое избирательное право» среди обучающихся 8-10-х классов.

Чегемский муниципальный район представили учащиеся 10 «А» класса МКОУ СОШ №5 г.п.Чегем, под руководством Озроковой Ларисы Хажгериевны.

По итогам конкурсных испытаний команда одержала почетное 2 место.

Поздравляем ребят и их руководителя Ларису Хажгериевну!



# Территориальная избирательная комиссия сообщает

Уважаемые избиратели! Доводим до вашего сведения, что на территории Чегемского муниципального района работают пункты приема заявлений (далее - ППЗ) о включении избирателя в список избирателей по месту нахождения на выборах Президента Российской Федерации.

Заявление подается избирателем с использованием федеральной государственной системы "Единый портал государственных и муниципальных услуг" (ЕПГУ), через многофункциональный центр предоставления государственных и муниципальных услуг (МФЦ), территориальную либо участковую комиссию, при предъявлении паспорта гражданина Российской Федерации (в период замены паспорта – временного удостоверения личности).

Избиратель может подать заявление только один раз!

МЕХАНИЗМ «МОБИЛЬНЫЙ ИЗБИРАТЕЛЬ» (прием заявлений о голосовании не по месту регистрации (прописки), а по месту нахождения в день голосования)			
через территориальные избирательные комиссии	через многофункциональные центры	через портал государственных услуг	через участковые избирательные комиссии
с 29 января по 11 марта 2024 года включительно с 10.00 часов до 14.00 часов (ежедневно)	с 29 января по 11 марта включительно (согласно режиму работы многофункционального центра)	с 29 января до 24.00 по московскому времени 11 марта 2024 года включительно	с 06 по 11 марта 2024 года включительно: в рабочие дни - с 16.00 до 20.00 часов; в выходные и нерабочие праздничные дни - с 10.00 до 14.00; 11 марта с 10.00 часов до 14.00 часов



ПРОЕКТ «ИнформУИК»



С 17 февраля по 7 марта 2024 года на территории Кабардино-Балкарской Республики проводится адресное информирование и оповещение жителей Кабардино-Балкарской Республики о выборах Президента России.

Члены участковых избирательных комиссий придут к вам домой и подробно расскажут о дне, времени и месте, а также формах голосования на выборах Президента России.

Как удостовериться, что к вам пришел именно член УИК?!

При нем обязательно должны быть:

- Удостоверение члена УИК
- Белая брендированная манишка
- Значок в виде галочки V в цветах российского триколора
- Сумка брендированная с информационным материалом
- Бейджик члена УИК
- Планшет с приложением.

# Контактная информация о пунктах приема заявлений

Наименование ТИК, УИК	Адрес, номер телефона
Чегемская территориальная избирательная комиссия	КБР, Чегемский район, г.п. Чегем, ул. Баксанское шоссе, д.3, здание местной администрации Чегемского муниципального района, 1 этаж, каб. №106, тел. (886630) - 4-12-95
Участковая избирательная комиссия №300 КБР,	Чегемский район, Верхне-Чегемское с.п., ул.К.Кулиева, д. 38, здание МКОУ СОШ, тел. (886630) -7-97-21
Участковая избирательная комиссия №301 КБР,	Чегемский район, с.п. Хушто-Сырт, ул. Балкарская, д.28, здание Дома культуры, тел. (886630) -7-95-08
Участковая избирательная комиссия №302 КБР,	Чегемский район, с.п. Нижний Чегем, ул. К. Кулиева, д.53, здание Центр Досуга,тел. (886630) -7-90-64
Участковая избирательная комиссия №303 КБР,	Чегемский район, с.п. Лечинкай, ул.Канукова Н.Т, д.68, здание Дома культуры, тел. (886630) -7-50-15
Участковая избирательная комиссия №304 КБР,	Чегемский район, с.п. Чегем Второй, ул. Ленина, д.72, здание МКОУ СОШ №1, тел. (886630) -7-60-58
Участковая избирательная комиссия №305 КБР,	Чегемский район, с.п. Чегем Второй, ул. Ленина, д.169, здание МКОУ СОШ №2, тел. (886630) -7-65-05
Участковая избирательная комиссия №327 КБР,	Чегемский район, с.п. Чегем Второй, ул. Ленина, д.100 «А», здание МКОУ СОШ №3, тел. (886630) -7-64-56
Участковая избирательная комиссия №306 КБР,	Чегемский район, г.п. Чегем, ул. А.С.п. Кярова, д.6, здание МКОУ СОШ №4, тел. (886630) -4-12-93
Участковая избирательная комиссия №307 КБР,	Чегемский район, г.п. Чегем, ул. Баксанское шоссе, д.7, здание МКУК «Дворец культуры им. Дышековой К. Х.», тел. (886630) -4-10-39
Участковая избирательная комиссия №308 КБР,	Чегемский район, г.п. Чегем, ул. Баксанское шоссе, д. 26 «А», здание МКОУ СОШ №1, тел. (886630) -4-12-82
Участковая избирательная комиссия №309 КБР,	Чегемский район, г.п.Чегем, ул. Свободы, д.160, здание МКОУ СОШ №2 тел. (886630) -4-31-01
Участковая избирательная комиссия №328 КБР,	Чегемский район, г.п.Чегем, ул. Баксанское шоссе, д.52, здание МКОУ СОШ №3, тел (886630) -4-25-89
Участковая избирательная комиссия №310 КБР,	Чегемский район, с.п. Шалушка, ул. Ленина, д.60 «б», здание сельского Дома культуры, тел. (886630) -7-32-32
Участковая избирательная комиссия №311 КБР,	Чегемский район, с.п. Шалушка, ул.А.Г. Юанова, д.1, здание МКОУ СОШ №1, тел. (886630) -7-32-87
Участковая избирательная комиссия №312 КБР,	Чегемский район, с.п. Шалушка, пер. им. Небежева Х.Г., д.8, здание МКОУ СОШ №2, тел. (886630) -7-34-73
Участковая избирательная комиссия №313 КБР,	Чегемский район, с.п. Яникой, ул. Байсултанова, д.76, здание МКОУ СОШ, тел. (886630) -7-80-10
Участковая избирательная комиссия №314 КБР,	Чегемский район, с.п. Нартан, ул. Ленина, д.139, тел. (886630) -9-70-07
Участковая избирательная комиссия №315 КБР,	Чегемский район, с.п. Нартан, ул. Ленина, д.137, здание МКОУ СОШ №1, тел. (886630) -9-71-72
Участковая избирательная комиссия №316 КБР,	Чегемский район, с.п. Нартан, ул. А.Тухужева, д.1, здание МКОУ СОШ №2, тел. (886630) -9-74-98
Участковая избирательная комиссия №317 КБР,	Чегемский район, с.п.п. Звёздный, ул. Ленина, д.16, здание МКОУ СОШ, тел. (886630) -7-20-04

## Это важно знать!

В целях обеспечения безопасности населения в период проведения выборов Президента Российской Федерации аппарат Антитеррористической комиссии Чегемского муниципального района обращается с просьбой проявлять повышенную бдительность и незамедлительно сообщать в правоохранительные органы обо всех подозрительных лицах, предметах, бесхозных вещах, оставленных в транспорте, местах массового скопления людей.

Призываем к соблюдению антитеррористических мер:

- не допускайте действий, способных привести к возникновению экстремальных ситуаций и создающих опасность для окружающих;
- паркуйте автотранспорт в специально отведенных местах;

- при обнаружении подозрительных предметов и вызывающих подозрение автомобилей, а также получении сведений о планируемых терактах, наличии у граждан взрывчатых веществ и оружия, лицах, возможно причастных к подготовке и совершению преступлений, незамедлительно сообщайте в правоохранительные органы и экстренные службы;

- выполняйте законные требования сотрудников правоохранительных органов и иных лиц, ответственных за поддержание порядка во время проведения массовых мероприятий.

Территориальная АТК предупреждает об ответственности за заведомо ложные сообщения о готовящихся терактах, закладке СВУ.

Любая полученная информация будет подвергаться тщательной проверке, по всем сообщениям будут приниматься адекватные меры, направленные на обеспечение безопасности граждан.

Гражданам, сообщившим о подозрительных фак-

тах, гарантируется полная анонимность и конфиденциальность.

В случае необходимости обращаться по телефону «горячей линии»:

- дежурная часть ОМВД РФ по Чегемскому району: (8 866 30) 4-25-40,
- Оперативный штаб в КБР: 48-15-48;
- УФСБ России по КБР: 48-15-81 (телефон доверия);
- МВД по КБР: 40-49-10 (дежурная часть), 49-50-62 (телефон доверия);
- СУ СК России по КБР: 77-64-22 (телефон доверия);
- ГУ МЧС России по КБР: 39-99-99 (дежурная часть).

Также напоминаем, что в администрации Чегемского муниципального района работает «горячая линия», на телефон которой можно сообщать сведения о фактах коррупции, готовящихся преступлений террористического характера, правонарушений, незаконного оборота наркотических средств: 8 (86630) 4-24-64.



# Шэджем ауз

Напэкуэцыр зыгъэхъзырыр  
Щоджэн Иннэщ.



## ◆ Лъэпкъ проектхэр



## ГЪУЭГУФІХЭМ КЪАХОХЪУЭ

Шэджем щыналъэм хыхъ Шэджем Етлуанэ къуажэмрэ «Шэджем цыкы» хъэблэмрэ я зэхуакум дэлъ, километри 3,5-рэ зи кыхъагъ автомобиль гъуэгур иджырей мардэм къитласэу зэрагъэпэщыжынууш. P-217 федерал гъуэгум къыщыщидээр, Лениным и цэр зезыхъэ уэрарым и кыхъагъкы ирокыу ар.

Социальнэ мыхъэнэшхуэ илэщ а гъуэгум. Ар йокуаллэ курыт еджаплыщым, сабий садитым, администрацэм и унэм, полицэм и хэщыплэм, поликлиникэм, нэгъуэщхэм.

Ухуакыуэхэм къапэщылъщ гъуэгум зрагъэубгъуэну, асфальтрэ бетонрэ зэхэлъу тралъхъэну, зэхыхъэплэ-зэхэкыплэхэр, бжэулпэ лухъэплэхэр къыхагъэкыну. Апхуэдэу машинэ гъуэуыплэхэр, къэуылэплэхэр къыхагъэхъхуэуынууш, цыхуэхэм я шынагъуэншагъэр къызэгъэпэщным хуэщыгъуэу дамыгъэхэр ягъуэуынууш.

Лъэжыгъэхэр ирагъэкыуэуынууш «Гъуэгуфл шынагъуэншэхэр» лъэпкъ проектум ипкъ иткыкы ики гъэмахуэм ирихъэлэу къанэ щымылэу зэфлагъэкынууш.

## ЧЭНДЖЭЩХЭР

◆Хъэлыуэ щашыным и деж шыуан кыуэцыр джэдыкылафэкыкы къралъэщыкыкы, хъэлыуэр щашыкыкы кырымсыхъэн щхъэкыкы.

◆Шынэлыр нэхъ щашыр на-къыгъэ, мэкъуауэгъуэ мазэхэрщ. Абы шыгъуэм лыр нэхъ лэфыщ. Шынэлым и цэр хужыбзэх.

◆Адыгэм плэтрэжан игъэкыуэ цытакъым. Ар ишхмэ, цыхум и лэпкълэпкъым шыгъу дещлэ жалэрт.

◆Адыгэ тхъэлъэуэм япэ дыдэу лэнэм тралъхъэ хъэлыуэ, хъырышын, хъэлывэ.

◆Фэлъыркыбэным и щхъэр трагъэжри ягъэгъу. Иужыкыкы абы сит ипкъыи щылыуэ щытщ.

◆Дэ купцлэ гъэлыгъуа пшхымэ, уи клэтылхэр егъэкыабзэ.

◆Нэмэзлыкы ящыр бжэныфэхэ е адыгэ мэл цы пхъашэрщ.

◆Плэстэ дияр щашыплэатэкыкы, сэр псы щылыуэ щылыуэ-щылыуэ ха-гъауэ. Апхуэдэу пщылымэ, бзыгъэр нэхъ дахэ мэхуэ.

◆Нартыуэ щхъэцыр жъауаплэм цагъэгъури, шейуэ ягъавэ. Ираф гъуэжъ уз зилэхэм, мыгъут-хъэфхэм.

◆Гъуэгушыл цагъавэкыкы гуэгъушым и къупщхъэхэр зэпаудыркыным, зэпылпыплэр зэрагъэкыуэ араш. Ар зыпыбурэ бгъавэмэ, лэпсри лыри лэфы хъуркыным, сит щхъэкыкы жыплэмэ, къупщхъэ зэпыудам и кыуэцым илъыр лыы пцлэщ. Лэпсри фыцылэ, ткыбжы ещлэ.

## ◆ Хадэхэкы гъэщылэгъуэн

# Щыбупщылатэкыкы узыгъагъ къэкыгъэ

Бжыныр дэнэ щыплэ кыщокыкы, нэхъыбэ дыдэу шхынхэм халхъэ хадэхэкыкы. Ауэ цыхуэхэм куэд дыды ящлэркыным абы теухуауэ, ар щыбупщылатэкыкы уи нэпсыр къызэрыщыгъэжыым, узыншагъэмкыкы зэрысэбэным нэмыщлэ. Атлэ ар къыщыгъэу-нэхуам, и лэужыгъуэхэм, пльыфэ зэхуэмэдэхэр зэрлэм теухуауэ гъэщылэгъуэн куэд щылыуэ.

Бжыныр Азиэм щыхасэу щыладзаш, хуэгъэфэхэуэ, илэс 5000 - 4000 и пэкыкы. Ар къыщыгъэкы хуаш Пасэррей Мысырым, Алыджым, Индиэм. Бжыныным и гугъу щыщылащ Библием. Абы щытопсэлтыхъ пасэррей шумерхэм я тхыгъэхэм. Бжыныным и сурэт тещылахъ Мысырым и пирамидэхэм я блынхэм.

Дунайым гъэ къэс къыщыгъэкы бжыну тонн мелуани 100-м нэблагъэ. Нэхъыбэ дыдэу ар щыщлэ Китайм - дуней псом щыхасэм и процент 25-р. Етлуанэу щытщ Индиер, абы Америкэм и Штат Зэгъуэтхэр къыкыкыплэуэ. Ауэ бжыныр нэхъыбэ дыдэу зышхыу къалытар Ливием и цыхуэхэрщ.

Бжыныр щыбупщылатэкыкы уегъагъ, СЗН6ОS жиэу къэгъэлъэгъуа газыр зэрыхэлъым къыхэкыуэ. Бжыныр зэгъуэбгъэжэ нэужы «Syn-Propanethial-S-oxide» жыхуалэ бахъэр кыхъеху, абы нэр щысыкыри, нэпкъыщыгъуэ.



Бжыныным пльыфыщ илэу щылыуэ. Гъуэжыер е гъуабжэр нэхъыбэ дыдэу къагъэкы - дуней псом щашыплэм и процент 75-р. Пльыжыер нэхъыбэу салатхэм халхъэ. Хужыер нэхъыбэу щыхасэр, шхыным щыхалхъэр Мексыкерщ.

Бжыныр узыншагъэмкыкы зэрысэбэным псори шыгъуазэхэ. Абы куэдэ хэлъщ биотин, витамин С, джыщылае (марганец), гуаплэ, клетчаткэ, фосфор, калий. Гур фыуэ егъэлажъэ, иммунитетыр егъэбыдэ, къупщхъэмкы шхалъэмкы сэбэпщ. Пасэррей алыдж дохуыр Диоскорид и чэнджэщкыкы спортсменхэм куэдэ яшхырт бжыныр, бжыныпс къыщыгъэжэми къудейуэ ефэхэрт. Спортсменхэр абы нэхъ лэчлэхэ ищылыр.

Сульфоксидрэ сульфидрэ зэрыхэлъым кыхэкыуэ, бжыныр зэранщ языныкыуэ псэушхъэхэм: хъэхэм, джэдухэм, шыхэм, номинхэм, нэгъуэщхэм я дежкыкы.

Гиннесс и тхылым, рекордхэр зратхэм, зэрытмкыкы, бжыныр нэхъ хъэлъэ дыдэу кърахъэллэжар килограмми 8,2-рэ хъурт. Ар Британием щыщ фермер Глэйзбрук Питер игъэкылат. Гъэщылэгъуэныраци, апхуэдэ рекордкыкы хадэхэкыгъэкыным езы дыдэм нэхъ пасэу ила рекордщ икытэжар. Япэррей грамм 60-кыкы нэхъ псынщлэ.

ГЪУЭТ Синэ.

# Лыфл и щытхуэ кыуэдыркыым

Зи ныбжы хэкуэта цыхум, щылакъуэ башыр зи дэлэпыкъуэгъуэ нэхъыжыфлым фыщлэ къыпхуыщыным папщлэ гугъуэ зригъэхуэ къэрал лухууащылэм екуэлэныр езыр, дауи, щылыхъышхуэщ. Абы къегъэлъагъуэ псапэ лэжыгъэр псыхэкыуадэ зэрымыхъур.

Мы махуэхэм гулгытэ къахуэзыщлэ цыхум ехъуэхуэну редакцэм лъэлукыкы зыкъыхуагъэзаш шэджемдэхэу Бэдждэ Му-хъэмэд, Бжы Заурбий, Бэгъуэт Аслъэнбий, нэгъуэщхэм.

Абыхэм я фыщлэ хуэуэхуэр зыхуэгъэзэр Шэджем къалэм и щыплэ самоуправленэм и депутат Щоджэн Сыхъэтджэрийщ.

«Зигу мыныкыуэ гуныкъуэгъуэ хуумыуатэ», - жи адыгэ псалъэжыым. Къалэдэхэм я лъэлукэм, ягу зыхуэныкъуэхэм зэрыпэджджым нэмыщлэ, Сыхъэтджэрий езыри сит щыгъуэи хушцокыуэ зыдэс жылэм и зэлупэщыгъуэр егъэфлэкуэным. Хэт и дежкыи щэху-кыым Шэджем зэгъэпэщыжыны хуэи гъуэгухэр зэрыммащлэр. Абыхэм мывэ клэщхъ теклутэнымкыкы, къэгъэнэхунымкыкы, кхъэ лухъэплэхэр зыхуэи хуэгъэзэнымкыкы лъэклэ кыгъанэркъым абы.

Жылэдэс нэхъыжыхэр Щоджэн Сыхъэтджэрий йохъуэхуэ узыншагъэ, дэрэжэгъуэ мыкыуэщлэ, гукыдэж дахэ илэу псэуну, пщлэрэ щылыхъэрэ зыхуэфэхэ лъэпкъылуэ, цыхуегъэр къыдэбагъуэу, гурфлэгъуэр и лэпэгъуэ, и гъащлэр насыпрэ беягъэкыкы гъэнщылауэ ирихъэкыны!

# Уз зэмылэужыгъуэхэм зэрелэуэ щыкыкы

Илэс мин бжыгъэкыкы цыхур клэлыплэащ щылыуэпсым, къэкылыгъэхэм, удэхэм, ахэр цыхум сэбэп е зэран зэрыхуэхуэ щы-клэм. Ауэрэ къэунэхуэщ цыхуэбэ медицинэр.

Щыныгъэм къыгъэщыла иужырей хушхуэ нэхъ лъэпсейхэри зыпэмылэуэщ узыфэ куэд номи ягъэхуэжъ удэ хушхуэуэкыкы. Къы-хэгъэщыпхъэщ, удэ хушхуэуэ зэпхъэлэн ипэкыкы дохутырым ечэнджэщын зэрыхуэи. Зыщывмыгъэгъуэщ цыхухэр псори зэры-зэхуэмидэр, зым и хушхуэуэр адреим и щхуэуэ къыщылэклэ зэрыхуэуэр. Къызэрыгъуэуэ удзым цыхум аллергие къритынкыкы мэхуэ. Нэхъ шынагъуэжраци, аллергием деж къыщымыуылуэ, цыхум и тхъэмбылыр игъэбэгмэ, мыбэуэфу лэнкыкы шынагъуэщ. Араци, цыхум хуатха хушхуэуэр мащлэ-мащлэуэр зы тхъэмхуэуэкыкы зрихъэлэн хуэйщ, къэзэгъэр къемызэгъэр къыгурылэуэн пащлэ. И щылыфэр къригъэлъэлымэ, и нэпсыр къыщылэжжэмэ, жыи къы-пригъэуыдымэ, и щхъэр игъэуназэмэ, игъэуэмэ, а хушхуэуэр емы-зэгъуу араци, зрихъэлэ хъунукыым. Псори тэмэмэмэ, етлуанэ тхъэмахуэм щыщылэдауэ зэрыхуатхам тету зрихъэлэ хъунууш.

Мы тхыгъэмкыкы фэдгъэцыхууш уз зыбжанэм зэрелэуэ щы-кыкы.

• Лъакуэуэм хуэш къыхыхъэ-реймэ, пщэдджыжымырэ пщы-хъэщхъэмрэ лъэгуым лимоныпс цахуэри лъэпэд хуабэ щатлэгъэж. Ар псылагъэр гъушыху цагъагъ. Тхъэмахуиткыкы зрахъэлэ.

• Цыхум стресс илэмэ, джэд-гын грамми 5-м псы къэкыуалэ литрэ ныкыуэ щылакъери, и щхъэр теллауэ дакыкъэ 40-кыкы цагъэт. Упщылыуэ нэужы лыхыи 3 - 4-уэ ягуэшри, псори зы махуэм къри-уыдыуэ ираф. Тхъэмахуэм 2-3 нэхъыбэрэ уэфэ хъунукыым.

• Пневмоние хъэкыкы ягъэ-хуэж. Хъэ стэканым шэ литрэ щылакъери, зы сыхъэт хуэдиэкыкы ягъавэ, цыкыунитлэу ешхауэ. Сыхъэт зэрыдэкыуэ, хъэр газым къытрахыж, язри, тхъу е фо хэлъу йофэ пщыр щыкыкы. Термосым иту зепхъэ хъунукыым, шэр флэлууш.

• Сабийр ныбажэ хуамэ, ар псынщылэу къызэрыгъэуыплэным яужы фит. Сит щхъэкыкы жыплэмэ, кыуэцыр къриплэсыкыла нэужы мыуылылэ ныбажэм цыхум псы флегэкылуэд. Дызэрыщыгъуэзе-щи, цыхум и лэпкълэпкъым псыуэ щылыуэным и проценти 10 чэму щытмэ, маллэ. Ныбажэм и хуш-хуэуэгъуэщ прунжыр. Бжэмыш-хышхуэм из прунжым псы стэ-кани 6 - 7 щыдыокыкы, догъавэ. Хъэзыр хъуа нэужы языжри, стэ-каним и лыхъэ щанэуэрэ сыхъэтити къэскыкы сабийр ирагъэхэ.

• Жъэжыгъэхэр тхъэмщы-гъумрэ мывэ ирымыщлэн папщлэ балыджэ фыщлэм и псыр къы-щылахури, бжэмышхышхуэ зыры-зурэ махуэм 3 йофэ.

• Цынагъэхэр гречкэ хъэжы-гъэкыкы ягъэгъуэщ.

• Сабий цынанэм и тхъэмбылым лупс бзаджэр къимыкыфмэ, мыпсчэфмэ, фо бжэмышхыш-хуэ, аркъэ бжэмышхышхуэ, содэ бжэмышхы цыкылу зэхашлэри, и бгъэгуэм луву цахуэ, и щылыбимрэ бгъэгумрэ къызыщылыуэуэ цел-лофан кърашэкыри, щылауфэ. Сыхъэтитицлэ апхуэдэу щылыа нэужы къатлэтэжри, аркъэкыкы зэпалэщылыхыж. Апхуэдэу жэ-щыкыкы ящлэ, а зэманым къри-уыдыуэ сабийр ягъэпскыркыым, бинт пхъашэр аркъэм хашлэуэр фоулсыр зэпалэщылыхыж мыхъумэ. А махуыщым къри-уыдыуэ тхъэмбылым лупс бзаджэу итыр езыр-езыру къыдыкыуэ.

• Щылыфэ уз зэмылэужы-гъуэхэр (къыщыла, къыткылуэ, бэгум ишта) зэрыджэкыкы ягъэ-хуэж. Зэрытщылэщи, щылыфэ узхэр клэтылым епхаш. Абы къыхэкыуэ, зэрыдэжэ пылла бжэ-мышхышхуи 2-м псы къэкыуэ-лэ стэкан щыдыокыкы, сыхъэти 4-кыкы щыта нэужы, дофэ. Абы къыщынымыщылауэ, зэрыдэжэ пыллар къыщыла, къыткылуэ-ткыуам щыдохуэ.

• Пэм лыы къыщылауэуэ, яхуэ-мыгъэуылыэмэ, зы лимоным и лыхъэ планэм и псымрэ укусэ бжэмышхы цыкылуэ псы стэканым хакыкы, ар пэкыкы драшей, щхъэр ялэтри, жъэкыкы бауэу дакыкъыи 2 - 3-кыкы щос. Абы къыдэкылуэ натлэм щылыуэ гуэр тралъхъэ.

• Тэмакъ узым (ларингит, ангина, фарингит) сэбэп хуохуэ жэгундэпсыр. Жэгундэр тер-кэм щылагъэкыкы, и псыр къыщы-лакъуыкыри, укусэ бжэмышхы цыкылу хакыкы. Ар махуэм 5 - 6 тэмакъым ирагъэжыхъ.

# Гара сууланы юсюнден

Бююнлюкде Кавказ дарман суула битеудуния магъанасы болгъан кърортха санала эселе, ол иште Александр Огильвини кыйыны уллуду. Ол Бештау шахарда бююн да ишлеп тургъан Курортология илму-излем кыйрал институтуну (алгъын Бальнеология институт) биринчи директору эди. Аны илму ишлеринде, жерни тешип, сууланы табып, тинтиулеринде сёз битеу Кавказны юсюнден баргъанды, айхай да. Къабарты-Малкъарны гара сууларыны дарманлыклары, тюрлююклер да андан келедиле. Александр Николаевични юсюнден материалны врач-кардиолог А.Н. Глухов жазгъанды. Ол бизге сейир кёрюнюп, окъуучуларыбызны да аны бир кесеги бла шагъырей этерге излегенбиз.

Сууларыбызны дарманлыкларын тинтиу а кеч – XVIII ёмюрню экинчи жарымында – башланганды. Айтханымча, аллай адамлары араларында биринчиледен бири Огильви эди, уллу кыйыны кесине жаулукъ этгенледен эди. Ол тындыргъан уллу ишлеге да къарамагъанлай, аны 1938 жылда жалгъан дау бла тухандыла, 1960 жылда уа, ёлгенден сора, реабилитация этилгенди.

XX ёмюрню ал жылларында Кавказ дарман сууланы баш управлениясыны баш борчларын дан бири Нарсанада чыкгъан, атына да «Нарзан» деп аталгъан сууну тинтип кёрюу эди. Аны не тюрлю суу болгъанын, дарманлыкны неде болгъанын да тохташдыргъа керек эди. Аны битеу Кавказ регионда чыкгъан гара суулагъа тиежеги бар эди. Алай бла А.Н. Огильви «Нарзанны» неден къралгъанын, къайдан келгенин, неллай бир болгъанын тохташдыруу, аны дарманлыкын тинтиу буюрулады.

Кыйын иш эди ол бек. Кеси да 1905-1909 жыллада бардырылгъанды. Огильвини тинтиулер кёрюзтгеннге кёре, «Нарзан» гара эки тюрлю суудан къралады. Бири - жерни жарылгъанлары бла жерни теренлеринден келген, кесини да химия затлары болгъан суу, экинчиси - бир тюрлю химия къатышлары болмагъанлай, жерни баш къатышларын чыкгъан суу. Ол суу чыкгъан жерни башларында мекамла ишленди. Ол эки тюрлю сууну да жоллары башха-башха туюл эдиле, ол себепден жерни жарылгъанларында ала бир бирге къошулуп, химия затлары болгъан суугъа ол ичги, тузсуз къошулуп, теренледен келген гараны химия кюнчюн къарыу суулардыра эди, жауула жаугъан заманда уа, гараны кирлендирген окъуна эте эди. Гараны ма алай кирлениуюню хатасындан куйген эди артда Огильви.

Гара шауданны таркъая баргъаныны сылтаун тохташдырып ючюн Кронштадтан суу тюбюне кирючюле чакъырылып, шауданны тюбю алай тинтилгенди. Огильви кеси да, суу тюбюне кирючюлени кийимлерин кийип, шаудан тюбюн кеси да къармагъанды. Борч а неде эди? Бек алгъа, жерни баш къатларын чыкгъан суу жерни теренлеринден чыкгъан гара суулагъа къатышмазча этерге керекди. Ма ол амалны (жер тюбюнде плотина ишлеу) А.Н. Огильви тапханды. Ол 1908 жылда салынганды. Аны орнатхан УКМВ-ны (Кавминвод Управленияны) баш инженерни И.М. Пугиновха бойсунган ишчиле этгенликге, ол ишлеге башындан аягына дери башчылыкны уа А.Н. Огильви кесини илмучу нёгерни Н.Н. Славянов бла бирге этгенди. Бир тюрлю ётюрюксюз-омакъсыз айтыргъа боллукъду ол амал бююн-бюгече да адамлары саулукларына жарап тургъан айтхылы «Мысты шауданны» сакъларгъа болушханын.

Ал кезиуледе суу бир тюрсю келип тургъан эсе да, ардан-артха таркъая-къайтыша кетип, суу, биягыча, кемирек бола башлады. Ол а, жангы суула излеп, шауданны тегерегин кереклисинден кёп тешгенлерини хатасындан эди. Жаз башында шаудан суу иги да биле-биле кёбейген эте эди, кеси да кирленип, дарман кюнчю да къарыу сууларын. Ол а жерни теренинен келген суу бла жерни баш къатышларында болгъан сууланы къатышханларыны хатасындан болгъаныны юсюнден алгъындан да айтылып тургъан оюмну кертиликке шагъатлыкъ эте эди.

Озгъан ёмюрню 20-чы жылларындан башлап, Кавказ дарман суулада санаторий-курорт мекамла кёпден-кёп бола барадыла. Алада кеслерине бакъдыргъа, саулукларына къаратыргъа сыйгелени саны асламдан-аслам бола барады. Ол себепден а дарман сууланы излеу, ачыклау, тинтиу борчла да салынадыла, суула бла багынуу амалларын да кенгертирге

керек болады. Ол борчлары тамамлау а Бештау шахарда къралгъан Бальнеология институтну боюнуна салынады. Ол институтну тинтиулер битеу Кавказ тарафларына жарарча болургъа керек эдиле. Ол уллу эм сыйлы борчну тамамлар ючюн а 1925-1927 жыллада Нарсана тийрелеринде излеу-геология ишле кенг халда бардырыладыла. Аны бла бирге, жерни баш къатышларында болгъан суула къатышмазча, гара сууланы жерни эндиге дериден эсе теренрекледен излерге, табаргъа, тинтирге эм адамлары саулукларына жарарча этиуню борчу да салына эди. 1927 жылда 7-чи тешиктен жангы дарман суу уруп чыгъады. Ол кезиуледе уа Курорт ишле жаны бла V Битеусоюз конференция бола тура эди да, ол жангы суугъа «Доломит гара суу» деп, конференциягъа къатышханла жангы шауданны кесине да Огильвини атын атаргъа деген оюмну къабыл этедиле. Бу сууну химия затлары да кёбюрек эдиле.

Алай бла, Огильвини арымай-талмай ишлегенини хайырындан доломит эм сульфат къатышлары болгъан жангы дарман суула табыладыла эм хайырланьргъа бериледиле.

Бештау курортну даражалы курортха айландырып ючюн жангы суула излерге керекди, аллай излеу ишлени кърар ючюн а иги кесек скважина (жер тешген быргыла) салыргъа тюшерикди. Аны бла бирге Бештау тийрелени геология картасы да этилмей тура эди. Аланы барын да Огильви кеси тамамлайды, бар ишлени заманында эм тынгылы барыуларын жалчытады да, бир ненча жылны ичинде Бештау курорт Кавказ курортлары барындан да къолайлы курорт болургъа жетишеди.

Огильви Николай Александрович, башда айтханымча, алаамат илмула адам болгъаны бла бирге, ол ишни уста кърар билген да адам эди. Ол Россейни бальнеология обществосун къраруда да баш магъаналы жумушлары тамамлагъан адамды, Бальнеология институтну къраруда да Огильвини кыйыны болмагъанча уллуду.

Къабарты-Малкъар Республикабыз да Битеусоюз магъаналы курорт болуп тургъан эсе бир заманда, анга да Бештау шахарда орналгъан Бальнеология институтну уллу хайыры тийгенди, аны къраргъан да, биринчи директору да Огильви эди. Аны къраргъан а алай тынч туюл эди. 1920 жылда урушда жаралы болгъанлагъа, башха саусузлагъа багъар ючюн къысха заманны ичинде Россей Федерацияны багыучу-курорт жерлерини юсюнден РФ-ни Халкъ Комиссариатыны Советини оноуу чыгъады. Анда айтылгъанына тийишлиликде, Къызыл Аскерни эм Шимал Кавказны Ревкомуну болушлуклары бла, башха-башха жерледе болгъан курорт мюлклени бирге тийишдирип, санаторийле къраргъа керек эди. 1921 жылда Бештауда онюч минг бла жарым адамгъа багъарча курорт санаторийле ачыладыла. Бальнеология институт ма аллай кыйын болумлада къралгъанды.

Ол заманладан башлап, Огильви 17 жылны ичинде институтха башчылыкъ этгенди. Ол институтну биринчи бек магъаналы ишлеринден бири «Кавказ Дарман Сууланы сакълауну юсюнден Болумну» къабыл этилгенди. Москваны, Петроградны бла Бештауну араларында, кечеси болмай, кюню болмай, эринмей юрюгенини хайырындан Александр Николаевич Огильви ол Болумну РФ-ни Саулукъ сакълау наркоматына къабыл этдиреди. Ма ол Болумну къабыл этилгенден башланады Шимал Кавказда санаторий-курорт коллективлени къраруда. Ал жыллада Огильвини аслам кюнчю ма ол кърару ишлеге кете эди. Алай бла, къысха заманны ичинде институтну таза да билимли коллективи къралып, анда физика лаборатория, сынау физиология лаборатория, радиология лаборатория, метеорология, санаторий-курорт тазалыкъ бёлюмле ачыладыла. Ала, бирден болуп, Шимал Кавказны курорт ишин къолгъа аладыла.

Биз кесибизни Шимал Кавказыбызны юсюнден айтып тургъанлыкъгъа, ол институтну лабораторияларыны, бёлюмлерини ишлери Азербайджанда, Эрменистанда, Абхазияда эм кыйралны башха жерлеринде да дарман сууланы излеуге, тинтиуге эм къысха заманны ичинде аланы курорт-багыу иште хайырланып башлау гъа себеплик этгендиле.

Алагъа дагыда Гуржюде, Уралда, Орта Азияда бардырылгъан тинтиу ишлени къошаргъа боллукъду. Къысхасы уа, бу институт этген ишлени хайырларын, къраруда Шимал Кавказда угъай, битеу уллу кыйралда да кёргендиле.

# Чегем ауузу

Бетни хазырлагъанды  
Будайланы Мадина.



## Кёп тюрлю этлени юслеринден

### Къайсы эт хайырлыды?

Этни сыйгелени арасында адамны саулукъуна къайсы хайыуанны эти иги болгъанына уллу даулаш барыучуду. Аны бла байламлы аланы бир къауумуну кърарамы бла шагъырейлендирге сюебиз.

### Къоян

Диета жаны бла къоян этге жетген жокъду. Аны кърарамына танг кесек протеини (белок) барды. Аллай элементле уа адамны санына бек керекдиле. Ол витаминлени эм белоклары да кёплюгю бла тауукъ этни озады. Юй къанатлыныкъындан иги да семиз болгъанлыкъгъа, холестерини иги да азды. Аны ючюн этни семизлиги саулукъгъа иги окъунады. Бютюнда ол тиширулагъа хайырлыды: чачны, тырнакны, терини кюнчюлейди эм башха затлагъа да жарайды. Дагыда къоянны акъ этини кърарамыны асламысы B6, B12 витаминле бла никотин кислотагъа жетеди.

Эм игиси уа эт гитче сабийлеге да къоркъуусузду эм аллергия этдирмейди.

### Ат

Кёпле ат этни ашаргъа сыймейдиле, ол аны юсюнден уллу хапарлары болмагъанды. Кертисин айтханда, ат этден таза жокъду дерчады. Аланы ёсдюрген кезиуде, бирси хайыуанлагъа, антибиотикле этмейдиле эм терк ёсюм алырча генномодифицированный компонентле бермейдиле. Кёбюсюнде ала кеслери алларына отлап айланадыла эм таза ашла бла кечинедиле.

Аны шаугютлю жеринде аслам аминокислота барды. Ол къанда холестеринни азайтыргъа болушады, бютюнда жүреклерни бла къан тамырлары ауругъанлагъа хайырлыды. Терк татыгъаны ючюн семиртмейди. Аны гипоаллергенлери болгъан сабийлеге да ашатыргъа жарайды.

### Кийик

Кийикле гелеу кырдыкда отлайдыла, саулукларына дарман хансланы ашайдыла. Ол себепден аланы этлерини игилигине ишекли болурча туюлду. Аны эти къысха заманга кесекледен къыйналгъан адамны аякъ юсюне салады. Андан сора да, эти бишген шорпа иммунитетни кётюредди. Этни жауу аз болгъаны себепли, терк татыйды. Ол диабетлери болгъанлагъа, жүреклерни ауругъанлагъа, спортчулагъа да алаамат келишеди.

### Тууар

Адамны организминде игилиги бла тууар этге жетген жокъду. Аны кърарамына эм керекли элементле киредиле. Аш орунлары бла чегилери ауругъанланы аш-азыкъ тизмелеринде ол биринчи жерни алады. Продукт аш орунну сохуранын чёкдюредди эм иги ишлерине себеплик этеди.

Болсада аны терк-терк ашаргъа жарамайды. Хайырлы болурча ыйыккъгъа 2-3 кере эм бир жолгъа 150-200 грамм ашаса жетеди.

### Эчки

Бурун заманладан бери эчки эт дарманлыкы бла белгилди эм табийгъат «аптечкагъа» саналгъанды. Ол болмагъанча терк татыйды эм адамны санына керек микроэлементле эм аминокислоталары бла да байды. Аны этинде жаудан эсе суу кёпдю, холестерини да тууарныкъындан иги азды эм баш энчилиги уа паразитледен тазады. Кеси да, къоянча, диеталы продуктха саналады. Бирси хайыуанлагъа, эчкиге туберкулёз, бруцеллез дегенча ауруула да тиймейдиле.

Атеросклероздан къыйналгъан, жүреклерни ауругъан эм иммунитетлери осал абаданлагъа диетолог эчки эт ашарларын эсгертедиле. Аслам хайырлы элементлери болгъан эм татлы этге улакъланыкъы саналады. Болсада эркечни эти да татыуу эм кърарамы бла андан артха къалмайды.

### Къой

Къой этни юсюнден айтханда да, тууардан эсе холестерини 2,5 кереге азды. Аны кърарамына: калий, натрий, кальций, магний, йод, фосфор, фтор, темир элементле эм E, B1, B2, B12, PP витаминле киредиле. Ол абаданлагъа эм сабийлеге да жарарчады. Этни фтору кёп болгъаны ючюн, тишлени юсюнде таш къозгъалырдан кърорулайды. Лецитин а диабетден эм холестеринни кётюрюлюрдан сакълайды. Ол белок, аминокислота эм тюрлю-тюрлю минералла бла да тууар этге оздурмайды. Кеси да андан эсе эки кереге кёп кюч къошады. Болсада, марданы билмей, къой этни кёп ашаргъа жарарыкъ туюлду. Аны липидлери кёп болгъанлары себепли, жүрек эм къан тамырла бла байламлы ауруулары къозгъаргъа боллукъдула. Андан сора да, продукт бауурлары, кърарамыны, бийреклерни, аш орунлары, чегилери ауругъанлагъа, къан басымлары бла сохуранлары къыйнагъанлагъа да артыкъ келишмейди.



Понедельник, 4 марта



05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «АнтиФейк»
10.00 «Жить здорово!» (16+)



05.15 Т/с «СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ» (16+)
07.00 «Сегодня утром»
09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+)



05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.25 Утро России
09.55 О самом главном (12+)



04.50 Т/с «ПАСЕЧНИК» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)



06.00 «Настроение»
07.40 Выборы-2024
07.50 «Настроение»
08.10 Тайна песни

Вторник, 5 марта



05.00 «Доброе утро»
07.55 Выборы-2024
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости



05.15 Т/с «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)



05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.25 Утро России
09.55 О самом главном (12+)



04.55 Т/с «ПАСЕЧНИК»
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)



06.00 «Настроение»
07.40 Выборы-2024
07.50 «Настроение»
08.10 «Доктор И...»

Среда, 6 марта



05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «АнтиФейк»



05.00 Т/с «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)



05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.25 Утро России
09.55 О самом главном (12+)



04.50 Т/с «ПАСЕЧНИК» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)



06.00 «Настроение»
07.40 Выборы-2024
07.50 «Настроение»
08.10 «Доктор И...»

Четверг, 7 марта



05.00 «Доброе утро»
07.55 Выборы-2024
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости



05.00 Т/с «КОМИССАРША» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)



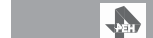
05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.25 Утро России
09.55 О самом главном (12+)



04.55 Т/с «ПАСЕЧНИК»
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)



06.00 «Настроение»
07.40 Выборы-2024
07.50 «Настроение»
08.10 «Доктор И...»



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



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



Пятница, 8 марта



06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10 X/ф «МОЯ ЛЮБОВЬ»
06.40 X/ф «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ» (16+)

РОССИЯ 1

05.45 X/ф «УКРОЩЕНИЕ СВЕКРОВИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ»
09.20 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному



04.20, 08.20, 10.20 Т/с «ДЕКАБРИСТКА» (16+)
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»
15.15, 16.20 X/ф «ИМПЕРАТРИЦЫ» (16+)



05.40 X/ф «ЖДИТЕ НЕОЖИДАННОГО» (16+)
08.35 X/ф «УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ» (16+)
10.35 Д/с «Назад в СССР»



05.45 X/ф «УВОЛЬНЕНИЕ НА БЕРЕГ» (16+)
07.25 «Легенды армии с Александром Маршалом». Евгения Жигуленко (12+)



05.00 «Тайны Чапман» (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.30 «Новости» (16+)



06.00 «Новости. Утро. 1КБР»
06.10 «Служба «02» сообщает». (16+)
06.20 «Женский портрет»



05.20 Т/с «ПАСЕЧНИК» (16+)
06.55 «Жди меня» (12+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)

Суббота, 9 марта



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

РОССИЯ 1

04.20 X/ф «ТРЕТЬЯ ПОПЫТКА»
06.00 X/ф «ПРАЗДНИК РАЗБИТЫХ СЕРДЕЦ» (16+)
08.00 Вести. Местное время



05.20 Т/с «ПАСЕЧНИК» (16+)
06.55 «Жди меня» (12+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)



04.50 X/ф «ЖИЗНЬ, ПО СЛУХАМ, ОДНА» (16+)
07.45 «Православная энциклопедия» (6+)

01.10 Специальный репортаж
01.35 «Хватит слухов!» (16+)
02.05 Д/ф «Женские песни о главном» (16+)



06.00 X/ф «МАМА» (16+)
07.55 «Морской бой» (6+)
09.00, 13.00, 19.00 Новости дня (16+)



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



06.00 80-летию депортации балкарского народа «Бушуу китап»
06.35 «Жюрек кьаны бла жазгьанды...»
06.55 «Шагьатлык этеме»



05.30 Т/с «ЧУДНЫЕ ДЕЛА ТВОИ, ГОСПОДИ!» (16+)
08.35 X/ф «ЕВДОКИЯ» (16+)
10.35 Д/с «Назад в СССР»

Воскресенье, 10 марта



06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 00.00, 00.45, 01.30, 02.15, 03.00, 03.45, 04.30 ПОДКАСТ ЛАБ (16+)

РОССИЯ 1

06.15 X/ф «СОСЕДИ ПО РАЗВОДУ» (16+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»



04.50 Т/с «ПАСЕЧНИК» (16+)
06.30 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (16+)



05.30 Т/с «ЧУДНЫЕ ДЕЛА ТВОИ, ГОСПОДИ!» (16+)
08.35 X/ф «ЕВДОКИЯ» (16+)
10.35 Д/с «Назад в СССР»



05.35 X/ф «ПОСТАРАЙСЯ ОСТАТЬСЯ ЖИВЫМ» (16+)
06.55 X/ф «РЫСЬ» (16+)
09.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым (16+)

16.30 «Загадки века с Сергеем Медведевым». «Японская атомная бомба» (12+)



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



06.00 «Республикэм щыхъбархэр»
06.15 «Псалъэр ейщ щэнхэбзэм»
07.05 «Ыйыкъ»
07.20 «Эсгериуле»



05.30 Т/с «ЧУДНЫЕ ДЕЛА ТВОИ, ГОСПОДИ!» (16+)
08.35 X/ф «ЕВДОКИЯ» (16+)
10.35 Д/с «Назад в СССР»



05.30 «10 самых...» (16+)
05.35 X/ф «ПОСТАРАЙСЯ ОСТАТЬСЯ ЖИВЫМ» (16+)
06.55 X/ф «РЫСЬ» (16+)



◆ **Новости системы образования** <https://uo.chegem.ru/>

## Педагоги района включились в борьбу за звание "Учитель года России"

27.02.2024

Сегодня стартовал второй тур муниципального этапа Всероссийского конкурса "Учитель года России".

Своё мастерство продемонстрировали 5 конкурсантов.

Гонова Зарина Руслановна - МКОУ СОШ №1 с.п. Нартан;

Жансуева Альбина Аслановна - МКОУ СОШ с.п. Хушто-Сырт;

Нафедзова Людмила Владимировна - МКОУ СОШ №1 с.п.Шалушка;

Алакаев Атир Арсенович - МКОУ СОШ №1 г.п. Чегем;

Хутатова Ирина Владимировна - МКОУ СОШ №2 с.п. Нартан.

Напоминаем, что до второго тура допущены только 9 участников.



### Уважаемые арендаторы!

Местная администрация г.п. Чегем уведомляет о повышении с 01.04.2024 года размера арендной платы по заключенным договорам аренды земельных участков на уровень инфляции по Кабардино-Балкарской Республике в 2022 году (на 11,9 %, по данным Росстата).

## Госавтоинспекция МВД по КБР напоминает

Госавтоинспекция МВД по КБР напоминает автолюбителям, что нанесение пленочного покрытия на передние боковые и ветровое стекло автомобиля ухудшает видимость, а в ночное время и при плохих погодных условиях практически лишает водителя обзора. Кроме того, превышение норм светопропускаемости стекол влечет за собой административную ответственность.

Помимо штрафа в размере 500 рублей, водителю предлагается на месте устранить тонировку, а в случае отказа, инспектор выносит документальное требование. Если законное требование сотрудника полиции не выполняется, то при повторном выявлении данного нарушения, выносится соответствующий протокол, который уже рассматривают судебные органы и водителю может грозить административный арест до 15 суток.

Любителям устанавливать на автомобили всевозможные «шторки», съёмные пленки и прочие предметы, ограничивающие видимость, напоминаем, что подобные действия так же нарушают законодательство и влекут за собой наложение штрафа и изъятие данных предметов.

Государственная инспекция безопасности дорожного движения МВД по КБР ежедневно проводит работу по выявлению нарушителей! Не полагайтесь остаться незамеченными в транспортном потоке, выявление подобных нарушений находится на особом контроле Госавтоинспекции.

\* \* \*

Государственная инспекция безопасности дорожного движения призывает родителей-водителей использовать ремни безопасности и детские удерживающие устройства во время перевозки детей.

- Если в салоне вашего автомобиля находится ребенок, выбирайте «детский режим» вождения, - снижайте скорость, избегайте резких маневров, обязательно пристегивайтесь сами и пристегните ребенка по Правилам, - это сохранит жизнь и здоровье малыша, - призвали автоинспекторы.

Ребенок до 7 лет обязательно должен находиться в автокресле, либо в специальном удерживающем устройстве и быть пристегнутым ремнем безопасности. Рекомендуется устанавливать кресло на заднем сиденье. Наиболее безопасное место в машине – середина заднего сиденья.

Детей от 7 до 12 лет можно перевозить на переднем сиденье, но только с использованием детского кресла, которое соответствует росту и весу ребенка. Если ребенок едет на заднем сиденье автомобиля, то допускается использование штатного ремня безопасности или иного детского удерживающего средства.

Детей старше 12 лет можно перевозить на любом месте в автомобиле без использования детских кресел или бустеров, пристегивая штатным ремнем безопасности. Использование заменителей кресел – таких как адаптеры ремней безопасности – не допускается.

При установке детского удерживающего устройства на переднем пассажирском кресле нужно отключить переднюю подушку безопасности!

За нарушение правил перевозки детей, в соответствии с частью 3 статьи 12.23 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях предусмотрен штраф в размере 3000 рублей.

**ТРЕБУЕТСЯ** техник в бассейн Физкультурно-оздоровительного комплекса г.п.Чегем.  
Обращаться по телефону: 8-909-487-82-80

## По результатам месячника оборонно-массовой работы

26.02.2024

В течение месяца в образовательных учреждениях района проводились различные мероприятия, направленные на укрепление патриотизма среди молодежи, повышение их знаний об истории своей страны и Вооруженных Сил, а также развитие физических и моральных качеств, необходимых для службы в армии.

Сегодня в с.п.Шалушка прошло торжественное закрытие месячника оборонно-массовой работы и военно-патриотического воспитания молодежи, в котором приняли участие почетные гости из числа представителей ветеранских организаций, администрации района и сельского поселения, регионального отделения "Движение Первых", участники специальной военной операции, со-



циальные координаторы фонда "Защитники Отечества", а также образовательные учреждения.



## Наставники обмениваются опытом

С 22 по 25 февраля в Центре знаний "Машук" прошёл форум Всероссийского сообщества наставников - просветителей. В нем приняла участие учитель истории МКОУ СОШ №5 г.п.Чегем Сижажева Карина Басировна, которая является председателем данного сообщества в Кабардино-Балкарской Республике.

Основная цель форума – обучение педагогов новым медиатехнологиям и последующее создание единого образовательного пространства в сети Интернет.

## Успешное выступление на чемпионате СКФО

С 22 по 25 февраля в г.Грозный проходили чемпионат и первенство Северо-Кавказского федерального округа по тхэквондо.

В составе сборной КБР в этих соревнованиях при-

няли участие и успешно выступили, показав хорошую технику и тактику боя, воспитанники МКУ ДО «Спортивная школа г.п.Чегем».

Победителями чемпионата в своих весовых категориях, заняв первое место, стали Карданов Кантемир, Назранов Инал, Кочкаров Магомед, Кочкаров Азамат.

Серебряные призеры - Сасикова Динара, Пеков Амир, Наршаов Эмир, Мамбетов Айдар, Асланов Аслан.

Бронзовыми призерами чемпионата стали Катханов Дамир, Барокова Даяна, Кишев Дамир, Шаваев Эмирхан.

Отличившихся спортсменов к соревнованиям подготовили тренеры-преподаватели по тхэквондо Аслан Мамбетов и Эльдар Балахов.

**М. СУЛТАНОВ**



Учредитель, издатель - местная администрация Чегемского муниципального района  
Адрес издателя: 361401, Кабардино-Балкарская Республика, г.п.Чегем, ул. Баксанское шоссе, 3.

Телефоны: редактор - 4-13-91; отделы экономики и социальных проблем, нравственности и права - 4-11-83; бухгалтерия - 4-13-97.

Адрес редакции: 361401, Кабардино-Балкарская Республика, г.п.Чегем, Баксанское шоссе, 8

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Кабардино-Балкарской Республике.  
Регистрационный номер ПИ №ТУ 07-00080 от 16.07.2013г.  
Индекс 31224

Редакция не несет ответственности за распространение сведений, не соответствующих действительности. Ст.57 Закона РФ от 27.12.1991г. "О средствах массовой информации"

Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30

Главный редактор  
М.Ч. КЯСОВА

Отпечатано в АО «Издательство «Кавказская здравница»  
357212, Ставропольский край, г. Минеральные Воды, ул.50 лет Октября, 67  
Тираж 1381 Заказ №246189