ТЕЛЕПРОГРАММА НА СЛЕДУЮЩУЮ НЕДЕЛЮ

ПРИСТУПАЕМ К ОБРЕЗКЕ ДЕРЕВЬЕВ В САДУ 12

ПЕКИНСКАЯ КАПУСТА ПЛЮС ОГУРЧИК РАВНО... САЛАТ 12

Общественно-политическая газета Карачаево-Черкесии

ДЕНЬ РЕСПУБЛИКИ

Издается с 4 июля 1918 года

denresp.ru

04.03.2023
Сб
№ 22/20673

Завершился конкурс отчетных концертов 9

Важные советы Руфины Байчоровой 4

Герой СВО Роман Козаев 3

Весенняя поэзия Миры Михайловой 9

Кто станет лучшим воспитателем года-2023?

В последний день зимы стартовал региональный этап Всероссийского конкурса профессионального мастерства

В нем участвуют победители муниципального этапа конкурса. Первыми свое мастерство в ходе проведения конкурсного занятия с воспитанниками другой дошкольной образовательной организации продемонстрировали воспитатели из Малокарачаевского, Ногайского, Урупского муниципальных районов. Финал творческого состязания запланирован на 17 марта. Победитель, который будет определен по итогам конкурсных испытаний регионального этапа, представит нашу республику на заключительном этапе конкурса, который в этом году пройдет в Волгограде. Имя победителя будет названо 27 сентября — в День дошкольного работника.

Почтили память земляков

ТЕМА ДНЯ

В память о молодом поколении героев, проявивших мужество и отвагу, защищая интересы Отечества, в Среднепрофессиональном колледже СКГА в Черкесске состоялось памятное мероприятие. Здесь в честь двух выпускников колледжа: Азамата Салпагарова и Назара Гочияева, погибших при выполнении воинского долга в зоне СВО и награжденных орденами Мужества, — установили Парты Героев. Почтить память земляков пришли представители органов власти, политических партий, общественных организаций, ветераны боевых действий, военнослужащие, родные и близкие ребят.

Готовимся к посевной кампании

АКЦЕНТ

Машинно-тракторный парк в республике ежегодно обновляется новой сельскохозяйственной техникой, которая позволит в запланированные сроки завершить обработку и подготовку почвы к посеву, в оптимальные сроки провести весенний сев. В 2022 году хозяйствами региона приобретено 50 единиц техники, среди которой 21 колесный трактор, 4 зерноуборочных и 1 кормоуборочный комбайны, а также 24 единицы другой техники.

Сыграем в игру королей

СПОРТ

В республике избран президент Федерации шахмат. Им стал Батыр Джанкезов, заместитель директора комплексной спортивной школы «Победа». В качестве приоритетных задач Федерации шахмат обозначены формирование сборной Карачаево-Черкесии по шахматам и утверждение календарного плана шахматных соревнований. Сейчас шахматами в регионе занимаются больше 1000 детей.

Как улучшить жизнь на селе

Глава КЧР Рашид Темрезов провел рабочую встречу с исполняющим обязанности главы администрации Прикубанского района Ахматом Семеновым. Обсудили вопросы социально-экономического развития населенных пунктов района.

Так, в районе в текущем году продолжатся строительство и реконструкция социальных объектов. Начнется капремонт еще 3 школ в рамках программы «Модернизация первичного звена здравоохранения в КЧР» в 2023 году, а также строительство фельдшерских пунктов в селах Пригородном и Пристань, и фельдшерско-акушерского пункта в селе Ильичевском. В поселке Октябрьском уже готова к сдаче врачебная амбулатория. Начнется строительство спортивной площадки в поселке Заречном. В этом году сдается новый физкультурно-оздоровительный комплекс в селе Чапаевском.

Прикубанский район традиционно аграрный, уже сейчас сельхозтоваропроизводители активно готовятся к весенне-полевым работам. Также большие планы и по дальнейшему развитию промышленного садоводства.

По обращению Ахмата Семенова Рашид Темрезов дал поручение Минстрою республики в текущем году отремонтировать участок дороги с. Счастливое–Аленовка.

Рашид Темрезов подчеркнул, что «самое главное в работе любого главы муниципалитета — это общение с жителями». Ахмат Семенов побывал уже во многих населенных пунктах района, вникает в проблемы на месте.

«Это хорошая практика, которой надо следовать и далее. Жители района — это главный ориентир для главы района и его команды», — подчеркнул Рашид Темрезов.

Руководитель региона выразил уверенность, что «опыт, знания, жизненная мудрость и тактичность помогут Ахмату Семенову справиться со всеми поставленными задачами, и жители района будут чувствовать результаты этой работы».

Пресс-служба Главы и Правительства КЧР

Еще больше интересного и нового на сайте **denresp.ru**

С Днём Конституции КЧР!

Уважаемые земляки!

Поздравляем вас с Днем Конституции Карачаево-Черкесии!

Принятие в 1996 году Основного закона республики стало одним из самых значимых событий в истории Карачаево-Черкесии, ее становления как самостоятельного региона.

Вот уже 27 лет Конституция КЧР остается базовым документом для нашей республики, является надежным гарантом прав и свобод граждан, основой социально-экономической стабильности региона, слаженной и эффективной работы всех ветвей и органов власти. И это неудивительно, ведь большую роль в ее создании, помимо представителей законодательной и исполнительной власти, юристов, экспертов, лидеров общественного мнения, сыграл сам народ многонациональной Карачаево-Черкесии, внеся предложения и замечания в представленный общественности проект Конституции.

В этот праздничный день примите искренние пожелания благополучия, стабильности, процветания, счастья и добра! Пусть единство, сплоченность, инициативность, чувство общей ответственности за настоящее и будущее региона всегда будут основой основ, скрепляющей наше общество. С праздником!

Р. Б. ТЕМРЕЗОВ
Глава Карачаево-Черкесской Республики
А. И. ИВАНОВ
Председатель Народного Собрания (Парламента) Карачаево-Черкесской Республики
М. О. АРГУНОВ
Председатель Правительства Карачаево-Черкесской Республики

Фотофакт

Сотрудники Карачаево-Черкесского поисково-спасательного отряда МЧС России им. В. М. Дзераева отработали тренировочное десантирование на вертолетной площадке Черкесска. Спуски проходили беспарашютным способом — спасатели десантировались из вертолета МИ-8 МЧС России с помощью спусковых устройств в зону условной ЧС с высоты 30–40 метров. В практической тренировке приняли участие 10 спасателей, каждый из них выполнил по 6 спусков, были отработаны все возможные элементы. Спасатели показали отличные результаты. Экипаж вертолета в очередной раз продемонстрировал мастерство в точности и удержании воздушной машины на заданной высоте.

ЭХО НЕДЕЛИ

СЕРГЕЙ ТРОФИМОВ
пенсионер

— В своем Послании Федеральному Собранию наш Президент решительно высказался за необходимость честного партнерства, категорически отрицающего любую исключительность, тем более агрессивную. Да, в современном мире не должно быть деления на так называемые цивилизованные страны и все остальные, но кто же добровольно захочет воплотить в жизнь данную модель межгосударственных отношений? Точно, что не прогнивший насквозь Запад, воинствующий и всеми средствами защищающий свою «исключительность». Все эти страны не желают и боятся стать равноправными, чтобы не утратить своих позиций. И все они будут и дальше стараться насмерть загрызть ненавистную им Россию, но им это не удастся.

ДЕНИС СТРУГОВЦОВ
член регионального штаба Народного фронта в КЧР

— На днях были подведены промежуточные итоги большого благотворительного телевизионного марафона «Всё для победы!», в котором я принимал непосредственное участие. Для поддержки участников СВО из Карачаево-Черкесии была собрана значительная сумма, а сам марафон длился гораздо дольше запланированного времени. Спасибо всем, кто захотел помочь. Но я хочу сказать о другом. Любая помощь такого рода делится на две составляющие — материальную и духовную. И вторая часть не менее важна первой. Когда-то я сам служил в армии и знаю, как порой важно получить весточку из дома. И те письма от детей, близких, друзей и даже просто от чужих людей, которые уходят в зону СВО, они очень важны, ожидаемы и вдохновляют невероятно. Как говорится, носки греют тело, а слова — душу.

КАМИЛЛА ШЕБЗУХОВА
молодая мама, Черкесск

— В республике проходит первый тур дополнительной иммунизации детей против полиомиелита, и очень много вокруг этого разного шума, родительских споров, сомнений и волнений. То, что раньше даже не обсуждалось и воспринималось как должное, сейчас вызывает громкий резонанс. Мнения порой кардинально разные от «Ни за что не буду прививать своего ребенка!» до «А как же иначе детей от болезни уберечь?». Каждый вправе выразить собственное мнение, но и возвращения смертельных болезней никто не хочет. Хочется спросить, а какая у нас альтернатива? Сидеть и надеяться, что все обойдется, или все-таки не ставить на кон детскую жизнь? Ведь, если случится непоправимое, эти «протестанты» в первую очередь обвинят в бездействии тех самых медиков.

ДАХИР КОЙЧУЕВ
экономист

— Всегда слежу за новинками технического прогресса, но не всегда они меня радуют. На днях прочитал, что ученые из США и Европы занимаются созданием компьютера на человеческих нейронах и даже провели испытания первой системы «органоидного интеллекта». По их словам, биокомпьютерные технологии многократно ускорят и улучшат сложные вычислительные операции. Но почему-то с трудом верится в столь благие намерения, зато на ум приходит преступная деятельность западных лабораторий на территории Украины и других стран. И ничего хорошего от такого очеловечивания техники уже не ждешь.

ЛАРИСА НИКОЛАЕВА

Панорама

В МИРЕ

•

Конфликт на Украине может длиться годы, а переговорный процесс будет хрупким и зависимым от вмешательства третьей стороны. Об этом в материале для The Atlantic пишет обозреватель Ури Фридман, ссылаясь на мнение американских аналитиков, которые спрогнозировали исход украинского кризиса. Об этом сообщает «Рамблер».

•

Киев перебрасывает в населенный пункт Часов Яр в районе Артемовска вооружение, технику и личный состав, прошедший обучение в Европе на полигонах НАТО, сообщил РИА Новости военный эксперт подполковник ЛНР в отставке Андрей Марочко.

В СТРАНЕ

•

Несмотря на то, что заболеваемость коронавирусом в феврале 2023 года увеличилась более чем вдвое по сравнению с январем, смертность от ковида оказалась минимальной с марта 2020 года. Об этом сообщает федеральный оперативный штаб по борьбе с коронавирусом.

•

Авария на магистральном водоводе оставила без воды около 700 жилых домов Евпатории, в которых проживает более 120 тысяч жителей, сообщили в Министерстве информации республики. В городе ограничили водоснабжение и решили приостановить занятия в школах и детских садах. В населенных пунктах днем будут работать водовозки.

В РЕСПУБЛИКЕ

•

В республиканском центре в рамках нацпроекта «Образование» запланировано начало строительства нового корпуса СОШ № 6 на 400 ученических мест. Его ввод позволит существенно сократить число детей, обучающихся во вторую смену в одной из старейших школ города. Всего на этот год в республике запланирован капремонт 19 образовательных школ.

•

Сотрудники СОБР Управления Росгвардии по КЧР провели памятное мероприятие по случаю 17-й годовщины со дня гибели коллеги, старшего оперуполномоченного криминальной полиции старшего лейтенанта милиции Алексея Бортникова. 26 марта 2006 года в ходе задержания вооружённого преступника в Черкесске офицер погиб от полученных множественных ранений. Росгвардейцы почтили память офицера минутой молчания и возложили цветы к мемориальной доске.

•

МЧС России в седьмой раз проводит Всероссийский героико-патриотический фестиваль детского и юношеского творчества «Звезда спасения». С начала февраля принято уже более тысячи заявок на участие. Тематика творческих произведений — это отражение ежедневной работы пожарных, спасателей и других специалистов службы спасения. К участию в фестивале допускаются учащиеся образовательных организаций, детских кружков и секций.

На пульсе

Социальная газификация будет продолжена

Об этом сообщил Президент страны Владимир Путин в ежегодном Послании Федеральному Собранию. В рамках данной программы от жителей Карачаево-Черкесии уже поступило 3506 заявок на подключение к сетям газоснабжения, газопроводы построены до границ 3025 (88 %) домовладений, из них 1489 (44 %) фактически пользуются газом. Жители Черкесска подали 504 заявки, исполнено до границ земельного участка заявителя — 437 (97 %).

Россия — Родина моя

Сотрудники ОМОН Управления Росгвардии по КЧР совместно с председателем Совета ветеранов терорган подполковником милиции в отставке Сергеем Кузнецовым приняли участие в патриотическом мероприятии «Россия — Родина моя», которое прошло в одной из школ Усть-Джегуты. В ходе встречи росгвардейцы рассказали ребятам интересные факты из истории Отечества, а также о Героях Советского Союза и России и подвигах своих сослуживцев.

Гордимся земляком!

Военнослужащий Адам Адамоков, уроженец а. Хабез, за проявленные мужество и отвагу при выполнении боевых задач в специальной военной операции Указом Президента РФ награждён медалями Георгия Жукова и «За боевое отличие».

Он шагнул в бессмертие

5 марта 2022 года в ходе СВО на Украине погиб Роман Козаев

Помним!

Мемориальная доска нашему земляку открыта в Коста-Хетагуровской СОШ в завершение месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы. Теперь здесь наряду с именами Героев Советского Союза Александра Козаева, Георгия Бутаева, Александра Калоева, Героя Социалистического Труда Захара Цахилова увековечено и имя славного сына Отечества Романа Козаева.

...В этой школе он учился с первого по седьмой класс и учителям запомнился своей добродушной улыбкой, готовностью выполнить любое поручение, отличной учёбой и чувством ответственности. А ещё Рома увлекался вольной борьбой, прекрасно читал стихи и подавал большие надежды. И позже, когда Козаевы переехали в Карачаевск, Рома, взрослея, не порывал связи с родным селом, одноклассниками, школой. И часто, поднявшись с друзьями к древнему храму и любуясь панорамой села, раскинувшегося внизу, с сыновьей гордостью осознавал, как ему дорога эта земля.

Обо всём этом взволнованно рассказывала его бывшая «классная мама» Танзиля Магомедовна Хубиева, держа в руках групповые фотоснимки класса, где учился Рома Козаев. И на всех фотографиях он запечатлён все с той же белозубой улыбкой, а в его широко распахнутых глазах отражались безмерная доброта и любовь к окружающему миру. Фотографии, переходя из рук в руки односельчан, пришедших на митинг, посвящённый открытию памятной доски Роману Козаеву, были преподнесены его маме, Людмиле Владимировне.

«Я благодарна всем, кто увековечивает память героев открытием парт в их честь, патриотическими акциями, — сказала Л. Козаева. — Особая благодарность — Центру образования № 11 Черкесска, где по инициативе Общественной палаты КЧР состоялось открытие стенда и экспозиции, посвящённых воинам, погибшим в ходе СВО. Среди портретов этих ребят и портрет моего сына».

А народ на митинг со всех улиц и кварталов большого села всё стекался к школьному двору. Приехали и все главы сельских поселений Карачаевского района. И пока Людмила Козаева в окружении женщин вновь и вновь принимала соболезнования и отвечала на участливые вопросы о том, как растёт 4-месячный Алан, сын Романа, родившийся после его гибели, мужская часть во главе с руководителем администрации Карачаевского района Спартаком Кущетеровым обменивалась крепкими рукопожатиями с Анатолием Юрьевичем, отцом героя СВО. Что ж, мужское сочувствие и скупая на эмоции немногословность обычно замкнуты в своём внутреннем сострадании, и от того более весомы...

Воин-десантник, ветеран боевых действий, он с первых же дней начала СВО ушёл на передовую

ЛЮДМИЛА ОСАДЧАЯ

Море цветов принесли благодарные земляки в память о Романе Козаеве

Звучат Гимны РФ и КЧР. Перед школой застыли в шеренгах учащиеся, педагоги, жители села и города, почётные гости.

— Жизнь 32-летнего Романа Козаева трагически оборвалась в ожесточённом сражении на Украине. За мужество и отвагу наш земляк посмертно удостоен ордена Мужества, — звучат слова ведущей Фатимы Азаматовой. — Воин-десантник, ветеран боевых действий, за плечами которого были 9 лет безупречной службы, командировка в Сирийскую арабскую республику, награждённый медалью «За воинскую доблесть», он с первых же дней начала СВО не колеблясь ушёл на передовую.

В своём выступлении Спартак Кущетеров отметил значимость данного события и поблагодарил родителей Романа Козаева за воспитание достойного защитника Отечества:

— Мы сделаем всё, чтобы память о достойнейших сынах России навсегда осталась в жизни нашей страны, — заверил он.

А заместитель военного комиссара КЧР подполковник Виталий Аксиев сказал:

— Каждое время рождает своих героев, и они не уходят от нас навсегда. Подвиг воина — это подвиг веры, долга, присяги. Молодое поколение должно чтить героев и любить свою Родину так, как Роман Козаев. Память о нём мы сохраним в своих сердцах.

На митинге также выступили: настоятель храма Св. Пантелеимона Карачаевска отец Сергий Фоменко, учительница Коста-Хетагуровской СОШ Танзиля Хубиева, школьники Залина Дзанаева и Арсен Джашаккуев.

Право открыть мемориальную доску участнику СВО Роману Козаеву было предоставлено главе АКМР С. Кущетерову и главе Коста-Хетагуровского СП А. Каргинову. И уже через минуту это место утопало в цветах, а родители Романа, гладя чёрный мрамор, долго вглядывались в любимые черты сына, шагнувшего в бессмертие.

ЛЮДМИЛА ОСАДЧАЯ

ФАКТ

Роман Козаев сражался в составе прославленного 247-го гвардейского десантно-штурмового полка. В одном из кровопролитных столкновений боевая машина бесстрашного замкомвзвода, вызвавшая вражеский удар на себя, была подожжена прямым попаданием артиллерийского снаряда. Ценой своей жизни сержант Р. Козаев защитил боевых товарищей.

Был надежным другом, любящим сыном и братом

Кирилл Конорезов останется в нашей памяти навсегда

В Технологическом колледже в республиканской столице открыли Парту Героя в честь выпускника Кирилла Конорезова.

После окончания лицея № 1 в Усть-Джегуте Кирилл поступил в училище МЧС. Затем была служба в армии, сперва срочная, потом — по контракту. В феврале прошлого года Кирилл Конорезов в составе 34-й отдельной мотострелковой бригады был командирован в зону СВО. Был ранен, но снова вернулся в строй.

В июне 2022 года Указом Президента России Владимира Путина за отвагу и самоотверженность Кирилл Конорезов награжден орденом Мужества посмертно.

Добрый и отзывчивый, уважал старших, помогал младшим, — так о нем отзываются все, кто его знал. Педагоги отмечают, что юношу всегда отличала высокая степень ответственности. Он был надежным другом, любящим и заботливым сыном и братом, хорошо учился, ставил перед собой высокие цели.

— Он обучался у нас с 2016 по 2020 год. За это время проявил себя как очень ответственный, порядочный студент. Учился на «хорошо» и «отлично». Участвовал в учениях ГУ МЧС РФ по КЧР. Получил квалификацию техника-спасателя. За все годы обучения у него не было ни одного конфликтного случая. Педагоги не уставали благодарить родителей и школьных учителей за его воспитание. Мы все его очень любили, для нас его уход — невосполнимая утрата, — рассказала заместитель директора КЧР ГБПОО «Технологический колледж» Марина Багаева.

Родные Кирилла: родители, сестра и маленький брат — в этот день одновременно с горечью утраты были переполнены гордостью за сына и брата, настоящего героя, которого воспитали мужественным и храбрым человеком. Он отдал жизнь, защищая интересы своей страны. Никто и никогда не мог подумать, что к фамилиям ветеранов Великой Отечественной войны, высеченным на памятниках, добавятся имена молодых ребят, которые погибают сегодня на передовой в борьбе с украинскими националистами.

В этот день почтить память героя пришли не только родные, друзья, сослуживцы и педагоги, а также депутат Парламента Карачаево-Черкесии, директор Лицея № 1 Усть-Джегуты, выпускником которого был Кирилл, Татьяна Черняева и региональный координатор партийного проекта «Единой России» «Историческая память», депутат МО Черкесска Альберт Дзугаев.

— Трудно найти слова, чтобы описать горечь утраты, которую понесли родные героя, друзья, все жители республики. Кирилл останется в нашей памяти навсегда, и самые достойные из вас будут удостоены чести сидеть за партой героя, — сказал Альберт Дзугаев.

Кирилл был добрым юношей, любил свою Родину, мечтал вернуться домой и создать семью. Но этим мечтам не суждено было сбыться. Совсем юное лицо на фотографиях, биография в несколько строк и жизнь, прожитая не зря. Таким мы его запомним, ведь память не подлежит забвению.

Мать погибшего солдата поблагодарила присутствующих за то, что ее сына помнят, а его подвиг чтут. Пожелала скорейшего окончания спецоперации, а всем матерям солдат — дождаться своих сыновей.

АРМИДА КИШМАХОВА

НАПОМНИМ

«Парта Героя» — это образовательный проект партии «Единая Россия», цель которого — создание условий для формирования у детей уважительного отношения к истории Отечества и героическому прошлому нашей страны. Всего в школах страны открыто уже более 10 тысяч парт, посвященных героям различных войн и военных конфликтов, выдающимся спортсменам и деятелям культуры.

О будущем нужно думать в настоящем

Каждая пятая российская пара сталкивается с проблемой бесплодия

Многие молодые семьи уверены, что могут иметь детей, когда захотят, тем не менее, по статистике, каждая пятая российская пара сталкивается с проблемой бесплодия. О том, что такое репродуктивное здоровье, почему его нужно беречь и как правильно это делать, мы поговорили с заведующей центром планирования семьи Республиканского перинатального центра Руфиной Байчоровой.

— Руфина Рамазановна, что такое репродуктивное здоровье, говоря простыми словами?

— Репродуктивное здоровье — это не просто отсутствие болезней или недугов, касающихся репродуктивной системы, ее функций и процессов, а состояние полного физического, умственного и социального благополучия. Гармоничное соотношение всех этих факторов и позволяет говорить о благоприятных условиях для появления малыша.

— Статистика показывает, что зачастую молодые россияне больше озабочены карьерой, образованием, жильем, иными вещами. И гораздо реже они тщательно планируют появление собственного ребенка.

— Да, чаще всего наша молодежь в этом вопросе просто плывет по течению, что в корне неверно. И хотя почти все семейные пары в будущем все же планируют рождение детей, пройти обследование своего здоровья лучше заранее, чтобы понимать свой репродуктивный запас и не столкнуться с серьезными проблемами, когда будет слишком поздно.

— Сейчас стало модно сначала «пожить для себя», а уже потом обзаводиться потомством...

— С одной стороны, такая тенденция понятна — в наше неспокойное время лучше быть заранее уверенным в том, что вы сможете не только произвести на свет здорового малыша, но и обеспечить ему все необходимое для счастливого детства. С другой стороны, у каждой женщины свой репродуктивный запас, который после 35 лет начинает снижаться, а, следовательно, шанс наступления беременности с каждым годом всё меньше. Как ни крути, а «часики тикают», и это тоже нельзя скидывать со счетов.

— И все же в последние годы все больше женщин, которые рожают первого ребёнка в возрасте 35–40 лет, и пока это развивающаяся тенденция.

— Тем более в таком случае важно заранее обращать внимание на своё здоровье, особенно если у вас повышенная масса тела, какие-то хронические заболевания или вам проводили операции на органах малого таза. А также если у кого-то из родственников есть нарушения в репродуктивной системе. Для начала нужно хотя бы сдать анализ на гормональный статус.

— Что больше всего влияет на репродуктивное здоровье?

— Еще во время внутриутробного развития у плода закладываются все системы органов, в том числе и репродуктивная. Получается, что ребенок еще не родился, а его здоровье, с точки зрения репродукции, либо вполне благополучно, либо уже получило свою долю негативного воздействия. Также его репродуктивное здоровье напрямую зависит от образа жизни матери во время беременности и от здоровья отца.

— Как влияют на наш организм неблагоприятные условия среды обитания и вредные привычки?

— Влияют очень сильно. Так, курение увеличивает риск бесплодия в 1,6 раза, а ежедневное употребление алкоголя — на 60 %. Кроме этого, в число факторов, разрушающих репродуктивное здоровье, входят слишком раннее начало половой жизни и его негативные последствия; инфекции и заболевания, которые передаются половым путем; аморальное поведение; некачественные продукты питания; генетические сбои и гормональные нарушения.

— Как современной женщине сохранить свое репродуктивное здоровье?

— Для этого тоже необходимо сочетание нескольких факторов: понимание семейных ценностей будущими матерями, активное вовлечение в занятия физкультурой, избегание вредных привычек, соблюдение распорядка дня и сбалансированное питание. И, конечно, достаточная информированность о принципах планирования семьи.

— Говоря о репродуктивности, чаще всего подразумевают слабый пол. А как часто страдают бесплодием мужчины?

— Судите сами, в России только с 2000 по 2020 год количество мужчин, кому поставлен диагноз «бесплодие», увеличилось в 2,1 раза. Причины такого роста аналогичны — алкоголь, курение, экология плюс психоэмоциональный фон. Век рыночной экономики диктует свои правила — мы все силы и нервы тратим на то, чтобы зарабатывать деньги. А ведь психоэмоциональные нагрузки оказывают огромное негативное влияние на состояние репродуктивного здоровья.

— Если у молодой пары есть желание, но не получается завести ребенка, можно ли пройти какое-то обследование по полису ОМС?

— Безусловно, для пар с ограниченными репродуктивными возможностями обследование, подготовка к ЭКО (экстракорпоральное оплодотворение) и, конечно же, сама процедура ЭКО доступны по полису ОМС.

— Где можно пройти эту процедуру?

— Супружеская пара может получить процедуру ЭКО и ПЭ (перенос эмбриона) в любом регионе России, а также в любой клинике на территории Российской Федерации, которая работает в системе ОМС. Результативность этого метода в разных регионах — от 28 до 40 %.

— Насколько востребованы подобные программы в нашем регионе? Много ли семей страдает бесплодием?

— Здесь статистика приближается к общероссийской — в среднем 15–20 % пар выставляется диагноз «бесплодие». И, увы, эта цифра пока не имеет тенденции к снижению, несмотря на все современные достижения медицины. Вот почему о важности сохранения репродуктивного здоровья так много говорится.

— Какие рекомендации вы дадите парам, у которых пока нет детей?

— Если беременность по каким-либо причинам откладывается на неопределённый срок, рекомендую все же сходить на консультацию к специалисту, который проведёт обследование, оценит репродуктивный статус, выявит отягощённые гинекологические факторы. Чтобы женщина могла понимать, как долго можно откладывать планирование беременности. Также контролируйте свои хронические заболевания, не забывайте про возраст и не затягивайте с рождением детей.

ЛАРИСА НИКОЛАЕВА

КСТАТИ,

наиболее высокие показатели первичного бесплодия (неспособности родить первого ребенка) — свыше 2,5 % всех женщин — получены для ряда развивающихся стран и для Молдавии. Самые низкие — 0,5–0,7 % — для стран Южной Америки и Польши. В России вторичное бесплодие охватывает 3,2 % всех женщин 20–44 лет (для сравнения: в США, Норвегии и Финляндии эта доля — 1 %, то есть втрое ниже). От вторичного бесплодия в наибольшей степени страдают жительницы африканских стран (9–12 % всех женщин).

Коротко

Почет и уважение педагогам и наставникам

В республиканском Центре дополнительного образования детей торжественно открыли Год наставника и педагога. Здесь был организован круглый стол «Роль наставничества в сохранении традиций и в дальнейшем развитии туристско-краеведческой направленности в дополнительном образовании». Затем состоялось награждение педагогов-наставников, победителей и призеров республиканского этапа Всероссийского конкурса методических материалов в помощь педагогам, организаторам туристско-краеведческой и экскурсионной работы с обучающимися и воспитанниками. А под конец мероприятия педагоги Людмила Джабаева и Людмила Борлакова провели мастер-класс по туризму и краеведению.

Новые подходы в области охраны труда

Филиал «Россети Северный Кавказ» — «Карачаево-Черкесскэнерго» продолжает внедрение новых подходов в области охраны труда и производственной безопасности на предприятии в рамках реализации концепции «нулевого травматизма» среди своего персонала. Данный проект объединяет сразу три направления: гигиену труда, безопасность и создание благоприятных условий для всех сотрудников. В этот раз участниками тренинга стали коллективы Карачаевских районных электросетей и Карачаевского энергосбытового отделения. Участники тренинга в форме игры отработали свои навыки в смоделированных ситуациях, максимально приближенных к реальным.

О выплатах пособий, индексации пенсий

В 2022 году в Карачаево-Черкесское Отделение СФР поступило 158,2 тысячи обращений от жителей республики, из них более 98,4 тысячи граждан принято специалистами клиентских служб. Наибольшее количество обращений — порядка 50 тысяч — поступило на телефон горячей линии, 2001 человек обратился на личный прием к руководителям и специалистам отделения, 1997 обращений поступило письменно, из них 924 — через онлайн-приемную на официальном сайте. Свыше 5000 консультаций было оказано интернет-пользователям через страницы отделения в социальных сетях (ВКонтакте и Telegram).

Проверь прибор учета газа

В 2023 году необходимость поверки приборов учета газа наступает у 7,3 тысячи абонентов «Газпром межрегионгаз Черкесск». Наибольшее число абонентов, у которых заканчивается межповерочный интервал приборов, проживает в Черкесске и Прикубанском районе — 2,5 тысячи, в Зеленчукском районе — 1,6 тысячи, Усть-Джегутинском районе — более 900. Демонтаж газовых счётчиков, их поверку и установку на территории республики может оказывать только АО «Газпром газораспределение Черкесск». Если прибор учёта проходит поверку на очередной срок, то абоненту выдается «Свидетельство о поверке». Если поверка не пройдена, выписывается «Извещение о непригодности».

Весна! Неужто наяву?!

Литературная суббота

Весенний сезон нашей литературной гостиной мы рады открыть стихами Миры Михайловой, известной поэтессы, тонкого рефлексирующего человека и просто патриотки Карачаево-Черкесии, славящей наш регион за его пределами.

Встречи с Мирой ждут почитатели её таланта во всех уголках огромной России.

В декабре состоялся её персональный творческий вечер в Доме архитектора в Москве. В июле прошлого года проходил фестиваль хайку в Горно-Алтайске, где собрались хайдзины со всех уголков бывшего СССР, и в их числе Мира Михайлова из КЧР. В 2014 году, приглашённая в Японию в составе делегации русскоязычных хайдзинов, Мира подняла флаг КЧР на Фудзияму.

Поэтому кому как не Мире Михайловой открыть долгожданную весну своими чистыми и радостными стихами, дарящими, как капель, хорошее настроение и счастливый взгляд на мир?

ШАХРИЗА БОГАТЫРЁВА

***

Весна!..
Неужто наяву?!
Асфальт пружинит под ногами.
И веток юных оригами
так оттеняют синеву,
что хочется глаза зажмурить,
под нос тихонько заурчать,
затеять с ветром шуры-муры,
растаяв в собственных лучах.
И захлебнуться синевой,
и снова ощутить — живая!
Блеск. Птичий гомон.
Звон трамвая.
И солнца круг над головой.

***

Неужели дожила до весны?..
В холода спасло тепло твоих губ.
Мы с тобой теперь навек спасены,
Все печали — дымом из труб!

Я одна во всей Вселенной
не сплю...
Не нашла пока на камень коса,
И в глазах моих счастливых,
хоть плюнь, —
Всё равно искрится божья роса.

Ах, какой же нынче выдался
март!..
Шлю ответные я солнцу лучи.
В облака цветные, стиля поп-арт,
Не взлететь нам — просто
нету причин!

И бегу я по проталинам вскачь —
Южный ветер крепко
взялся за гуж,
Чтоб сосулек умирающих плач
Превратился в песню
звонкую луж.

И опять не сплю до самой зари,
Возвожу повыше замки-
дворцы...
Улетели снегири, снегири...
Прилетели им на смену скворцы.

***

Похоже, в этом мире
все уснули!..
Трель телефона,
а не птичья трель.
В долинах площадей,
в ущельях улиц
встречать мне восхитительный
апрель?!
В пампасы, на свободу,
в лес и горы —
чтоб стал прекрасным
день и час любой!
Чтоб в этой сини
растворилось горе
и жизнь пошла с поправкой на
любовь.

***

Весна плетётся еле-еле —
нет ни азарта, ни идей...
Грачи саврасовские сели
на гнёзда памяти моей.

Приду в сознание с повинной,
ещё куда-нибудь приду,
где дух хмельной,
сладчайше-винный,
где шёпот страстный, как в бреду.

А счастье — птенчик
желторотый —
глаза в глаза, рука в руке...
Деепричастным оборотом
оставлю грусть в черновике.

***

Вот жизнь опять чему-то учит...
Пусть ставит два! Важней куда
изящный контур цапли, тучи
на глади сонного пруда.
Луна в межоблачном просвете
висит, как спелый апельсин, —
бери и ешь. Весенний ветер
так сладок, Господи еси,
порыв его прекрасен каждый.
И вот у этого пруда
понятно стало — сердцу важно,
чтоб так осталось навсегда.
Чтоб звёзды падали, как капли
в сплетенье ив и краснотала,
ведь если б вдруг исчезла цапля —
чего-то б в мире не хватало.

***

Зашлись с утра пичуги трелями,
проблемы — в пыль и порошок!
Пусть неприятности застрелятся,
увидев, как нам хорошо!

Бегу в весну зелёной улицей —
прыжок!.. прыжок и разворот!
Пускай прохожие любуются,
раскрыв от удивленья рот!

Мне ветер кудри
треплет ласково —
ещё посмотрим, who is who!
А я скачу, скачу по классикам,
туда, где «солнышко» вверху.

***

Когда мечты ещё туманны,
но ясно слышен щебет птиц,
когда озябшие тюльпаны,
росу стряхнув, склонились ниц —
проснуться, потянуться сладко,
понять — вот самое оно —
и чётко записать в тетрадке.
Открыв в звенящий мир окно,
хлебнуть весеннюю заразу –
чтоб бесшабашно и светло,
чтоб во все стороны, всё сразу
взметнулось, спелось, повело!

***

Фонтанчиком разбрызгивая
счастье,
лечу я по весенним тротуарам!
И солнце рассыпается на части,
и клумба вспыхнула
тюльпановым пожаром.
А все вокруг наполнилось
вдруг смыслом,
всемирная гармония — на блюде:
и радуга цветастым коромыслом,
и все ромашки кончились на
«любит».

***

Ещё чуть-чуть, и зацветёт сирень!..
Фонтанчиком разбрызгивая счастье,
бегу!..
Мозги и шляпка — набекрень,
и солнце рассыпается на части.

Есть в кисти каждой некий
тайный смысл —
постигнешь, и гармония на блюде!
А вместо «ты» и «я» —
поставим «мы»,
и лепестки закончатся на «любит».

***

Мой Кавказ!..
В мире мало мест, где бы
столько чистой жило красоты.
Посмотрите, какое здесь небо
и какие на склонах цветы!..
И, как Маленький Принц
на планете,
Наведём мы порядок в душе.
Улыбнёмся, как могут лишь дети
и как мы разучились уже.

На одном дыхании

В Карачаево-Черкесии подошел к концу республиканский конкурс отчетных концертов

Акцент

Республиканский конкурс отчетных концертов творческих коллективов отделов культуры муниципальных городов и районов Карачаево-Черкесии перед населением «Три цвета флага: державность, верность, героизм» проводился с 16 февраля по 2 марта в рамках Республиканского фестиваля народного творчества «Дорогами памяти, дорогами мира!».

И на суд жюри и зрителей были представлены яркие творческие программы. Одну из таких мы увидели во Дворце культуры Черкесска. Открыл отчетный концерт творческих коллективов управления культуры мэрии Черкесска сводный оркестр камерного и духового коллективов. Музыканты исполнили сюиту российского композитора Георгия Свиридова «Время, вперёд!», написанную еще в 1965 году.

Еще больше интересного и нового на сайте **denresp.ru**

Коллективами Дворца культуры была подготовлена программа из новых и давно уже полюбившихся всем концертных номеров. Все они были разные, и каждый творчески интересен. Концерт прошел как одно мгновение. Творческие выступления зрители принимали дружными продолжительными аплодисментами.

Свое уникальное мастерство зрителям и жюри представили вокальные ансамбли «Нарт», «Песни России», ансамбль казачьей песни «Любава», а также вокалисты: Ачар Меремкулов, Алика Богатырева. Особый восторг публики вызвала хореографическая композиция «Дружба народов КЧР» народного детского хореографического ансамбля «Кавказ». Художественным руководителем и постановщиком танцев коллектива является заслуженный работник культуры РФ, заслуженный артист Карачаево-Черкесии Эдуард Хугаев.

— Наши коллективы представляют сегодня свои новые номера. Каждый из них мы готовим, стараясь не упустить деталей, чтобы презентовать в лучшем виде. У нас в этом году совместные номера с казачьим хором, а также с Ачаром Меремкуловым. Кстати, мы готовим сюрприз для любителей нашего искусства, — рассказал Эдуард Хугаев.

На сцене ДК выступали коллективы, которые постоянно обновляют репертуар, радуя зрителей своим творчеством. В этот день солисты знаменитой «Любавы» исполнили одну из своих новых композиций «Умом Россию не понять» на слова Тютчева и музыку Захарченко. Чистый и звонкий голос заслуженной артистки России и народной артистки КЧР Лидии Луценко было слышно даже за пределами ДК. Стоит отметить, все композиции в ее исполнении полюбились нашему зрителю давно. С первой секунды голос певицы завораживает. В репертуаре ансамбля более ста песен терских, кубанских и донских казаков, а также русские народные песни.

— Наш коллектив старается не только для старшего поколения, но и для молодежи. Все наши песни в той или иной степени о мире на земле, о дружбе народов. Давайте жить и делать добро друг для друга, — сказала Лидия Луценко.

Творческие коллективы Дворца культуры Черкесска — это одна большая и дружная семья, и в этот день они, волнуясь и поддерживая друг друга, творили на благо зрителя, создавая праздничное настроение.

АРМИДА КИШМАХОВА

КСТАТИ,

отчетные концерты проводились по утвержденному графику в городах и районах республики. Как рассказали в РЦНК, лучшие концертные программы будут отмечены дипломами и памятными подарками.

Выступает ансамбль казачьей песни «Любава»

Коротко

Дни литературы и искусства

Вчера в ГНБ КЧР им. Х. Б. Байрамуковой начались Дни литературы и искусства народов Карачаево-Черкесии. В этом году организуемые мероприятия посвящаются родному языку, традициям и обычаям народов нашей республики и Году педагога и наставника в России. На них выступят писатели, ученые, преподаватели, известные артисты, музыканты и популяризаторы книг.

Уроки английского от волонтеров

Студенты факультета дизайна и лингвистики Северо-Кавказской государственной академии выразили желание стать участниками благотворительной акции, проводимой лингвистическим центром при СКГА для детей с ограниченными возможностями здоровья. Еженедельно студенты проводят бесплатные занятия по английскому языку в центре «Счастливое детство» для детей от 3-х лет.

УВАЖАЕМЫЕ РАБОТОДАТЕЛИ И ГРАЖДАНЕ, ИЩУЩИЕ РАБОТУ!

РГКУ «Центр занятости населения
по Урупскому муниципальному району»
приглашает вас принять участие 6 марта 2023 года
В МИНИ-ЯРМАРКЕ ВАКАНСИЙ
с целью подбора работников для ваших предприятий
и вакантных рабочих мест для граждан.

Служба занятости предоставляет при этом необходимые канцелярские товары, помещение, транспорт для всех работодателей, подавших заявки на участие в ярмарке.

Для проведения мини-ярмарки вакансий просим работодателей до 3 марта 2023 года подать заявки на участие в ярмарке и предоставить перечень имеющихся вакансий на вашем предприятии.

Обращаться: Центр занятости населения
по Урупскому муниципальному району,
ст. Преградная, пер. Пионерский, д. 30, тел. 8(878-76) 6-23-86.

*

КЧРГУП «БТИ Малокарачаевского района» в лице кадастрового инженера Гаппоевой Светланы Магометовны (адрес: КЧР, Малокарачаевский район, с. Первомайское, пер. Зеленый, д. 13, mkbti@mail.ru, тел.: 8(878-7)72-23-01, реестровый номер: 26464) выполняются кадастровые работы в отношении земельного участка с кадастровым номером 09:08:0180103:640, расположенного по адресу: РФ, КЧР, Малокарачаевский район, с. Учкекен, ул. Интернациональная, 15, в квартале 09:08:0180103). Заказчиком кадастровых работ является Чомаев Заур Махмутович (адрес: РФ, КЧР, Малокарачаевский район, с. Учкекен, ул. Интернациональная, д. 15, кв. 4, тел.: 8(903)799-23-60). Смежные з/у, в отношении местоположения границ которых проводится согласование: 09:08:0180103:1091, РФ, КЧР, Малокарачаевский район, с. Учкекен, ул. Интернациональная, д. 17.

Собрание по поводу согласования местоположения границы состоится по адресу: КЧР, Малокарачаевский район, с. Учкекен, ул. Ленина, 120 (4 этаж), каб. 68 через 30 дней со дня опубликования извещения в 10 часов 00 минут. В течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу проведения собрания можно ознакомиться с проектом межевого плана, там же принимаются обоснованные возражения относительно размера и местоположения границ з/у. При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

*

Кадастровый инженер Каппушева Мадина Лудовна (КЧР, г. Черкесск, ул. Космонавтов, 27г, 3 этаж, офис 8, тел.: 8(928)925-27-19, e-mail: madina_kappusheva@mail.ru) выполняет кадастровые работы по подготовке проектов межевания земельных участков с кадастровыми номерами: 09:05:0000000:1268; 868; 1154; 1158; 1189; 831;861; 862; 866; 1294; 1190; 1191; 1192; 998, расположенных по адресу: РФ, КЧР, Урупский район, СПК «Уруп», поле №32п, №34п, №24п, №14п (пастбища), поле №30с, №23с, №5с, №6с, №7с, №8с (сенокосы), поле №48, №49, №47, №50, №51, №58, №54, №63, №68 (пашни). Заказчиком кадастровых работ является Айбазов Эльдар Магометович (КЧР, Урупский р-н, ст. Преградная, ул. Урупская, д.13а, тел.: 8(999)340-25-35).

С проектами межевания земельных участков можно ознакомиться по адресу: г. Черкесск, ул. Космонавтов, 27г, 3 этаж, офис 8. Возражения, дополнения, предложения по доработке проектов межевания земельных участков принимаются в течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу: г. Черкесск, ул. Космонавтов, 27г, 3 этаж, офис 8.

В объявлении кадастрового инженера Каппушевой М.Л., опубликованном в газете «ДР» №143/20644 от 15.12.2022 г., вместо «поле №40п» следует читать «поле №53п», далее по тексту.

*

Кадастровым инженером Салпагаровым Ильясом Мекеровичем (квалификационный аттестат № 09-11-30, КЧР, Усть-Джегутинский район, г. Усть-Джегута, ул. Ленина, 122, тел.: 8(918)713-30-09) выполняются работы по подготовке проекта межевания земельных участков путем выдела в счет доли в праве общей долевой собственности на земельные участки с кадастровыми номерами:

09:07:0000000:5581, :5582, расположенные по адресу: РФ, Карачаево-Черкесская Республика, Усть-Джегутинский район, КДСХП Кубанский, поле №18 (сенокос по 0,23 га).

Заказчиком кадастровых работ является Джашеев Казбек Абдул-Мудалифович (КЧР, г. Черкесск, ул. Космонавтов, д. 22, кв. 46, тел.: 8(988)710-00-00).

С проектом межевания земельного участка можно ознакомиться по адресу: г. Усть-Джегута, ул. Богатырева, д. 46.

Возражения, дополнения, предложения по доработке проектов межевания земельных участков принимаются в течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу: г. Усть-Джегута, ул. Богатырева, д. 46.

*

Кадастровый инженер Койчев Али Сагидович (квалификационный аттестат № 09-13-53, КЧР, г. Черкесск, ул. Октябрьская, 301А, комната 404, тел.: 8(928)397-99-21; e-mail: zemlya_pravo@mail.ru) выполняет кадастровые работы по образованию земельных участков из земель, находящихся в государственной или муниципальной собственности, расположенных по адресам: РФ, КЧР, Зеленчукский р-н, ст. Кардоникская, ул. Яковенко, 45 А, и РФ, КЧР, Зеленчукский р-н, ст, Кардоникская, ул. Яковенко, 45 Б.

Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границ:

1. РФ, КЧР, Зеленчукский р-н, ст. Кардоникская, ул. Яковенко, 49, с кадастровым номером 09:06:0120241:29;
2. РФ, КЧР, Зеленчукский р-н, ст. Кардоникская, ул. Яковенко, 47, с кадастровым номером 09:06:0120241:30;
3. РФ, КЧР, Зеленчукский р-н, ст. Кардоникская, ул. Яковенко, 45, с кадастровым номером 09:06:0120241:9;
4. РФ, КЧР, Зеленчукский р-н, ст. Кардоникская, ул. Яковенко, 43, с кадастровым номером 09:06:0120241:7.

Заказчиком работ по подготовке межевого плана является Фролова Светлана Петровна (РФ, КЧР, Зеленчукский р-н, ст. Кардоникская, ул. Крестьянская, 8, тел.: 8(988)718-47-66).

При проведении согласования при себе иметь документы, удостоверяющие личность, а также документы о правах на свой земельный участок либо оформленную надлежащим образом нотариальную доверенность. Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ земельных участков состоится по адресу: РФ, КЧР, Зеленчукский район, ст. Зеленчукская, ул. Леонова, 157, 04.04.2023 года в 12:00 часов.

С проектами межевания земельных участков можно ознакомиться по адресу: РФ, КЧР. г. Черкесск, ул. Октябрьская, 301А, комната 404, ООО «Земля и право». Возражения, дополнения, предложения по доработке проектов межевания земельных участков, а также требования о проведении согласования местоположения границ земельного участка на местности принимаются в течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу: РФ, КЧР, г. Черкесск, ул. Октябрьская, 301А, комната 404, ООО «Земля и право».

*

Кадастровым инженером Джатдоевой Аминат Казбековной (квалификационный аттестат № 09-11-20, e-mail: amina_aybazova@mail.ru, г. Черкесск, ул. Лободина, 47/57, тел.: 8(928)388-88-32) выполняются работы по подготовке проекта межевания земельных участков с кадастровыми номерами: 09:07:0000000:1910, 1961, 1962, 1909, расположенных по адресу: КЧР, Усть-Джегутинский район, СПК «Джегутинский», поле № 117 (пастбище по 2,91 га). Заказчиком кадастровых работ является Батчаева Зоя Борисовна (КЧР, Усть-Джегутинский район, а. Новая Джегута, ул. Советская, д. 217, тел.: 8(938)031-04-28). 09:07:0000000:3635, 3695, 3803, расположенных по адресу: КЧР, Усть-Джегутинский район, ЗАО « Эльтаркач», поле № 9 (сенокос по 2,5 га), поле № 8 (пашня по 1,1 га), поле № 17 (пастбище по 1,43 га). Заказчиком кадастровых работ является Боташев Азрет Анзорович (КЧР, Усть-Джегутинский район, а. Эльтаркач, ул. Октябрьская, 62, тел.: 8(928)031-88-10).

*

Кадастровым инженером Урусовой Аланидой Асланбековной (КЧР, Карачаевский район, с. Коста Хетагурова, ул. М. Баскаева, 5, кв. 1; e-mail: mejevik09@mail.ru, тел.: 8(928)026-64-66) выполняются работы по уточнению границ земельного участка с кадастровым номером 09:09:0060104:1110, расположенного по адресу: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Карачаевский р-н, а. Верхняя Теберда, ул. Тебердинская, д. 61. Заказчиком кадастровых работ является Узденов Роберт Хасанбиевич (РФ, Ставропольский край, г. Ставрополь, ул. Лермонтова/Пушкина, д. 199, корп. 29, кв. 47). Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ состоится по адресу: Россия, КЧР, г. Карачаевск, ул. Ленина, 56/5в, 03 апреля 2023 г в 10.00.

С проектом межевания земельных участков можно ознакомиться по адресу: Россия, КЧР, г. Карачаевск, ул. Ленина, 56/5в. Возражения относительно размеров и местоположения границ земельных участков принимаются в течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу: Россия, КЧР, г. Карачаевск, ул. Ленина, 56/5в.

*

Кадастровым инженером Байчоровым Муратом Олеговичем (КЧР, г. Черкесск, ул. Красноармейская, д. 144, строен. 2, оф. 8, 9, тел.: 8(963)283-36-66, e-mail: kc-zemlya@mail.ru, реестровый номер 9028) выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границ земельного участка, расположенного: РФ, КЧР, Прикубанский район, с. Знаменка, пер. Речной, д. 27, к. н. 09:02:0120102:121.

Смежные земельные участки, в отношении местоположения границ которых проводится согласование, расположены по адресу: РФ, КЧР, Прикубанский район, с. Знаменка, пер. Речной, 9, с кадастровым номером 09:02:0120102:505. Заказчиком кадастровых работ является Хабова Халимат Абуюсуфовна (КЧР, Прикубанский район, с. Знаменка, пер. Речной, д. 27, тел.: 8(938)033-86-46).

При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ состоится 04.04.2023 г. в 10 часов 30 минут по адресу: г. Черкесск, ул. Красноармейская, д. 144, строен. 2, оф. 8, 9. Обоснованные возражения по проекту межевого плана и требования о проведении согласования местоположения границ земельного участка на местности принимаются в течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу: г. Черкесск, ул. Красноармейская, д. 144, строен. 2, оф. 8, 9.

*

Извещение о возможном предоставлении в аренду и собственность земельных участков в соответствии со ст. 39.18 ЗК РФ

Администрация Малокарачаевского муниципального района информирует о возможности предоставления земельных участков из категории земель населенных пунктов в аренду сроком на 20 лет:

1. с разрешенным видом использования — для ведения личного подсобного хозяйства (приусадебный земельный участок):

1.1. с кадастровым номером 09:08:0120103:1356, расположенный по адресу: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, с. Красный Курган, ул. Луговая, д. 20е/1, площадью 5000 кв. м;

1.2. с кадастровым номером 09:08:0020103:1513, расположенный по адресу: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, с. Красный Курган, пос. Коммунстрой, ул. Центральная, 1а/3, площадью 1003 кв. м;

1.3. с кадастровым номером 09:08:0100101:250, расположенный по адресу: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, с. Красный Курган, пос. Коммунстрой, ул. Центральная, 9/1, площадью 818 кв. м;

1.4. с кадастровым номером 09:08:0100101:251, расположенный по адресу: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, с. Красный Курган, пос. Коммунстрой, ул. Центральная, 11/1, площадью 2848 кв. м.

2. с разрешенным видом использования — для ведения садоводства:

2.1. с кадастровым номером 09:08:0120102:2499, расположенный по адресу: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, с. Красный Курган, ул. А.Хапаева, уч. 7а, площадью 5000 кв. м.

3. Граждане или крестьянские (фермерские) хозяйства, заинтересованные в предоставлении земельных участков, указанных в пунктах 1 и 2, в течение тридцати дней со дня опубликования извещения вправе подавать заявления о намерении участвовать в аукционе на право заключения договоров аренды и купли-продажи земельных участков.

4. Заявления принимаются по рабочим дням с 10 до 16 часов в виде бумажного документа по установленной форме, непосредственно при личном обращении при предъявлении паспорта или через представителя по доверенности по адресу: с. Учкекен, ул. Ленина, 120, каб. 42.

5. Дата начала приема заявлений: **06.03.2023 г. 10-00.**

6. Дата окончания приема заявлений: **06.04.2023 г. 17-00.**

*Формы и перечень всех необходимых документов приведены в извещении, с которым можно ознакомиться на официальном сайте торгов www.torgi.gov.ru или на официальном сайте администрации www.mkarachay.ru

*

Кадастровым инженером Гурмиковой Аминат Нурбиевной (КЧР, Хабезский р-н, а. Али-Бердуковский, ул. Комсомольская, 13, тел.: 8(963)170-11-39) выполняются работы по подготовке проекта межевания з/у, выделяемого в счет земельной доли Карданова А. А.-Г. (наследство от Кардановой З. Н.), с местоположением: КЧР, Хабезский р-н, СХПА Бесленеевский, поля № 32 и 33 (пашня).

Заказчик работ: Тхагапсов Гарри Назирович (КЧР, Хабезский р-н, а. Бесленей, ул. Больничная, 13, тел.: 8(963)282-14-53).

С проектом межевания з/у можно ознакомиться по адресу: КЧР, Хабезский район, а. Али-Бердуковский, ул. Комсомольская, 13. Обоснованные возражения относительно размера и местоположения границ з/у принимаются в течение 30 дней со дня опубликования объявления по вышеуказанному адресу.

*

Кадастровым инженером Нагаевым Романом Мухамедовичем (КЧР, Хабезский район, а. Али-Бердуковский, ул. У. Хабекова, здание 57; nagaev.roman@gmail.com; тел.: 8(928)028-70-71) выполняются кадастровые работы для образования з/у, выделяемых в счет земельных долей: в отношении з/у с к. н. 09:03:0000000:5420, расположенного по адресу: КЧР, Хабезский район, СКП Кызыл-Юрт, примерно в 1,8 км западнее а. Кызыл-Юрт (пашня, сенокос); в отношении з/у с к. н. 09:03:0000000:5420, расположенного по адресу: КЧР, Хабезский район, СКП Кызыл-Юрт, примерно в 1,5 км западнее а. Кызыл-Юрт (пашня, сенокос). Заказчиком кадастровых работ является Кемов Аслан Нурбиевич (КЧР, Адыге-Хабльский район, а. Адыге-Хабль, ул. Комсомольская, д. 48а; тел.: 8(928)026-87-80).С проектами межевания з/у можно ознакомиться по адресу: КЧР, Хабезский район, а. Али-Бердуковский, ул. У. Хабекова, здание 57 (ООО «Геокад»). Возражения относительно размера и местоположения границ з/у принимаются в течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу: КЧР, Хабезский район, а. Али-Бердуковский, ул. У. Хабекова, здание 57 (ООО «Геокад»).

*

В объявлении кадастрового инженера Збарской Т. П., опубликованном в газете «ДР» от 30.04.2022 г. № 47/20548, вместо «поле № 13 (пашня по 1,24 га)» следует читать «поле № 23 (пашня по 1,24 га)», далее по тексту.

*

◆Утерянный диплом № 1123120147258, рег. № 659, выданный 02.07.2021 г. ГБПОУ «Краснодарский краевой колледж культуры» на имя Ткаченко Ульяны Сергеевны, **считать недействительным**.

*

От имени Карачаево-Черкесского регионального отделения Союза писателей России и от себя лично выражаю искренние соболезнования ответственному секретарю КЧРО Союза писателей России Татьяне Николаевне Братковой по поводу кончины её матери,

БРАТКОВОЙ Валентины Сергеевны.

Ислам Хубиев, председатель КЧРО Союза писателей РФ

ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ АУКЦИОНА

1. Продавец: администрация Малокарачаевского муниципального района.

2. Организатор аукциона: комиссия по проведению торгов (конкурсов, аукционов) по продаже находящихся в государственной или муниципальной собственности земельных участков или права на заключение договоров аренды таких земельных участков, участков, государственная собственность на которые не разграничена, и муниципального имущества на территории Малокарачаевского муниципального района.

3. Место, дата, время проведения аукциона: аукцион является открытым по составу участников и открытым по форме подачи заявок. Аукцион проводится по адресу: КЧР, Малокарачаевский район, с. Учкекен, ул. Ленина, д. 120, малый зал заседаний, 07.04.2023 в 14 час. 00 мин.

4. Основание продажи: распоряжения администрации Малокарачаевского муниципального района от **19.12.2022 г. №200-р, 01.02.2023 г. №14-р, 16.02.2023 г. №24-р, №26-р, 21.02.2023 г. №32-р.**

5. Предмет аукциона — право на заключение договора аренды земельного участка по следующим лотам:

Лот № 1: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0020103:1571, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский р-н, Краснокурганское СП, примерно в 4,12 км от с. Красный Курган по направлению на юго-запад, участок № 14, площадью 20000 кв. м, из категории земель сельскохозяйственного назначения, с разрешенным видом использования — природно-познавательный туризм. Срок договора аренды — 2,5 года. На земельном участке предусмотрено строительство капитальных объектов. Предельное количество этажей и максимальный процент застройки не подлежат установлению. Обременения и ограничения в использовании земельного участка не установлены. **Начальная цена предмета аукциона — 19128 руб. 00 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 5739 руб. 84 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 19128 руб. 00 коп.**

Лот № 2: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0020103:1560, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский р-н, с. Красный Курган, мкр. Нарсана, 40д/1, площадью 1723 кв. м, из категории земель населенных пунктов, с разрешенным видом использования — отдых (рекреация). Срок договора аренды — 2,5 года. На земельном участке предусмотрено строительство капитальных объектов. Предельное количество этажей и максимальный процент застройки не подлежат установлению. Обременения и ограничения в использовании земельного участка не установлены. **Начальная цена предмета аукциона — 11286 руб. 51 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 338 руб. 59 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 11286 руб. 51 коп.**

Лот № 3: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0020103:1318, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, с. Красный Курган, мкр. Нарсана, 66, площадью 4000 кв. м, из категории земель населенных пунктов, с разрешенным видом использования — природно-познавательный туризм. Срок договора аренды — 2,5 года. На земельном участке предусмотрено строительство капитальных объектов. Предельное количество этажей и максимальный процент застройки не подлежат установлению. Обременения и ограничения в использовании земельного участка не установлены. **Начальная цена предмета аукциона — 3825 руб. 60 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 114 руб. 76 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 3825 руб. 60 коп.**

Лот № 4: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0020103:762, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, Краснокурганское СП, примерно в 1350 м от с. Красный Курган по направлению на юг, площадью 10000 кв. м, из категории земель сельскохозяйственного назначения, с разрешенным видом использования — скотоводство (размещение зданий, сооружений, используемых для содержания и разведения сельскохозяйственных животных). Срок договора аренды — 2,5 года. На земельном участке предусмотрено строительство капитальных объектов. Предельное количество этажей и максимальный процент застройки не подлежат установлению. **Начальная цена предмета аукциона — 583 руб. 50 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 16 руб. 15 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 583 руб. 50 коп.**

Лот № 5: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0000000:12303, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, Краснокурганское СП, примерно в 4,77 км от с. Красный Курган по направлению на юго-восток, участок 5, площадью 26807 кв. м, из категории земель сельскохозяйственного назначения, с разрешенным видом использования — природно-познавательный туризм. Срок договора аренды — 2,5 года. На земельном участке предусмотрено строительство капитальных объектов. Предельное количество этажей и максимальный процент застройки не подлежат установлению. Обременения и ограничения в использовании земельного участка не установлены. **Начальная цена предмета аукциона — 17041 руб. 20 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 511 руб. 23 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 17041 руб. 20 коп.**

Лот № 6: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0020106:765, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский р-н, с Кичи-Балык, примерно в 600 м от с. Кичи-Балык по направлению на северо-восток, участок 1, площадью 12000 кв. м, из категории земель сельскохозяйственного назначения, с разрешенным видом использования — природно-познавательный туризм. На земельном участке не предусмотрено строительство капитальных объектов. Обременения и ограничения в использовании земельного участка не установлены. Срок договора аренды — 20 лет. **Начальная цена предмета аукциона — 624 руб. 60 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 18 руб. 73 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 624 руб. 60 коп.**

Лот № 7: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0020103:1504, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский р-н, с Красный Курган, мкр. Нарсана, уч. 85, площадью 25639 кв. м, из категории земель населенных пунктов, с разрешенным видом использования — природно-познавательный туризм. Срок договора аренды — 20 лет. На земельном участке не предусмотрено строительство капитальных объектов. Обременения и ограничения в использовании земельного участка не установлены. **Начальная цена предмета аукциона — 14548 руб. 85 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 436 руб. 45 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 14548 руб. 85 коп.**

Лот № 8: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0020106:785, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, Краснокурганское СП, примерно в 2 км от п. Коммунстрой по направлению на юго-запад, площадью 121206 кв. м, из категории земель сельскохозяйственного назначения, с разрешенным видом использования — природно-познавательный туризм. Срок договора аренды — 2,5 года. На земельном участке предусмотрено строительство капитальных объектов. Предельное количество этажей и максимальный процент застройки не подлежат установлению. Обременения и ограничения в использовании земельного участка не установлены. **Начальная цена предмета аукциона — 115921 руб. 41 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 3477 руб. 64 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 115921 руб. 41 коп.**

Лот № 9: земельный участок с кадастровым номером 09:08:0020106:780, адрес участка: Российская Федерация, Карачаево-Черкесская Республика, Малокарачаевский район, Элькушское СП, примерно в 2500 м от с. Элькуш по направлению на юго-восток, площадью 20000 кв. м, из категории земель сельскохозяйственного назначения, с разрешенным видом использования — скотоводство. Срок договора аренды — 2,5 года. На земельном участке предусмотрено строительство капитальных объектов. Предельное количество этажей и максимальный процент застройки не подлежат установлению. Обременения и ограничения в использовании земельного участка не установлены. **Начальная цена предмета аукциона — 1665 руб. 60 коп. Шаг аукциона — 3 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 49 руб. 96 коп. Размер задатка для участия в аукционе — 100 % от начальной цены предмета аукциона, что составляет 1665 руб. 60 коп.**

6. Форма заявки на участие в аукционе, порядок приема, адрес приема: заявитель в установленном порядке подает организатору аукциона по адресу: с. Учкекен, ул. Ленина, д. 120, каб. 42–43, заявку на участие в аукционе по установленной форме.

*Формы и перечень всех необходимых документов приведены в условиях аукциона, с которыми можно ознакомиться на официальном сайте торгов www.torgi.gov.ru

7. Дата начала приема заявок на участие в аукционе: **06.03.2023 г.**

8. Дата окончания приема заявок: **03.04.2023 г.**

9. Время приема заявок: рабочие дни, понед.–пятница, с 10.00 до 17.00 часов, обед с 13.00 до 14.00 час.

10. Определение участников аукциона состоится: **05.04.2023 г. в 11 час. 00 мин.** в месте приема заявок без участия заявителей.

11. Победителем аукциона признается участник аукциона, предложивший наибольшую цену.

*

день республики

Учредители Народное Собрание КЧР, Правительство КЧР

Главный редактор, директор Е. В. Кратов

Общественно-политическая газета Карачаево-Черкесии. Издается с 4 июля 1918 года. В 1968 году награждена орденом «Знак Почета». Выходит три раза в неделю

Дежурная бригада номера Полина Семенченко, Всеволод Ливандовский, Антонина Ткачук, Марина Латышева, Динара Бабоева, Елена Лемешева, Юлия Мельникова

denresp.ru | **Подписной индекс** П6809

Редакционная коллегия Полина Семенченко, Татьяна Иванова (заместители главного редактора)

Журналисты Раиса Арнаутова, Шахриза Богатырева, Аминат Джаубаева, Светлана Килба, Армида Кишмахова, Ольга Михайлова, Лариса Николаева, Людмила Осадчая
Фотокорреспондент Светлана Осецкая
Финансы Анна Якушева (главный бухгалтер)
Корректоры Динара Бабоева, Елена Лемешева, Юлия Мельникова

Адрес редакции и издателя 369000, Черкесск, пл. Кирова, 23, Дом печати, 2-й этаж. dr-09@mail.ru. Тел. (8782) 26-36-01
Реклама Татьяна Ольховская. Тел. (8782) 26-36-34

Доставка Управление федеральной почтовой связи КЧР Тел. (8782) 20-04-13

© «День республики», 2023. Авторы опубликованных материалов несут ответственность за точность приведенных фактов, цитат, экономико-статистических данных, собственных имен, географических названий и прочих сведений, а также за то, что в материалах содержатся данные, не подлежащие открытой публикации. Точка зрения редакции не обязательно совпадает с мнением авторов. Редакция вправе не вступать в переписку. Рукописи и другие оригиналы не возвращаются и не рецензируются. Перепечатка публикаций и их фрагментов возможна с разрешения редакции, ссылка на «День республики» обязательна. За достоверность информации в рекламе и объявлениях редакция «ДР» ответственности не несет. Материалы со словом «Реклама», а также под рубриками: «Бизнес-пресс», «Цена успеха», «Объект внимания» и со знаками * и ® публикуются на правах рекламы. Газета зарегистрирована Южным окружным межрегиональным территориальным управлением Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № 10-4272 от 17 декабря 2001 года

Дизайн-проект Александр Костриков

Отпечатано ООО «Издательство „Южный регион“». 357600, Ставропольский край, Ессентуки, ул. Никольская, 5А. ИНН 2626030157. Печать офсетная. Заказ Тираж 3500 экз. Цена в розницу — свободная

Время подписания в печать 17:00 (по графику), 17:00 (факт)

Фотофакт

Во второй месяц года в заповедной зоне, расположенной на территории Краснодарского края, Адыгеи, Карачаево-Черкесии, зацвели подснежники. Об этом сообщили в пресс-службе Минприроды РФ. Впрочем, ничего удивительного в этом нет — в первые дни нынешней недели в Черкесске было по-летнему тепло. А у многих дачников из-под снега не только появились подснежники и пролески, но и проклюнулись ростки нарциссов. Если так пойдет и дальше, будем собирать урожаи два раза в год.

Здравствуй, долгожданный март!

Сад-огород

Вот и весна, а с нею — новые заботы-хлопоты. Главное в этой суматохе — ничего важного не упустить. А тем, кто не уверен в своих силах, помогут рекомендации специалистов филиала РГБУ «Россельхозцентр» по КЧР.

О посевах нужно подумать заранее

Здесь лучший ориентир — возраст высаживаемой в грунт (или в теплицу) рассады. Баклажаны и сельдерей высаживаются в 70-дневном возрасте (от момента всходов), сладкий и горький перец, томаты, лук — в 60-дневном, капуста — в 45-дневном, бахчевым хватает месяца. Но не стоит сеять раньше времени — переросшая рассада хуже приживается, из-за чего отодвигается плодоношение. Сроки для каждой культуры нужно посчитать назад от момента высадки в грунт или в теплицу, добавить неделю на прорастание семян — и можно сеять.

Создаем условия для растений

Оптимальное проращивание — на влажном материале, чтобы семена не были полностью под водой. Посев наклюнувшихся семян делаем на глубину, равную трём диаметрам семечка. Так растения сразу плотно «сцепляются» с почвой. Света должно быть много, но не чрезмерно. Тюль на окне отлично справится с задачей рассеянного света.

Закалка растений тоже должна быть изначально. При появлении «петелек» — сразу же отправляем на подоконник с обилием света и пониженной температурой. Для паслёновых она должна быть не ниже +20, а лук, капусту и сельдерей вполне можно содержать при 10–15 градусах тепла. И помним, что ночные температуры для рассады должны быть ниже дневных.

Немного информации о проращивании

Март — время массового проращивания посадочного материала. И снова ориентируемся на сроки высадки в грунт. Каллы, канны, гладиолусы, ацидантеру, крокосмию высаживают с 40-дневными ростками, значит, за 1,5 месяца до высадки их пора будить, если сами не проснулись. Георгины сажают с 30-дневными ростками. Бордюрные можно посадить в контейнеры пораньше для высадки в грунт уже хорошо сформированных растений — так они намного раньше зацветут. Клубневые бегонии также можно заранее прорастить в контейнерах. Лилии довольно легко переносят пересадку луковиц на всех стадиях роста, хотя лучше развиваются, зимуя в грунте. За месяц до посадки пора начинать проращивать и клубни картофеля, которым нужны рассеянный свет, влага и умеренная температура.

И о другом не позабыть

Грядки для ранних посевов следует хорошо посыпать золой и пока накрыть прозрачной плёнкой, чтобы проросшие за это время сорняки замёрзли. В теплицах уже можно проводить очистку и обработку. В парниках это нужно делать, когда позволит погода. Сразу же в парнике и в теплице можно посеять сидераты и холодостойкие культуры. С ростом сидератов начнут размножаться и работать почвенные микроорганизмы, которые обеспечивают плодородие грунта.

В марте особого внимания требуют укрытые с осени растения. Пора устраивать им проветривание. Для этого следует их приоткрывать с торцов, а в тёплую пасмурную погоду можно уже полностью открывать — пусть привыкают к воздуху и свету.

Теперь идем в сад

Садовую обрезку плодовых можно совместить с осмотром деревьев на предмет повреждений и последующим лечением. Сюда же можно добавить необходимую формировку, ускоряющую плодоношение. Затем идёт ранневесенняя обработка сада — традиционное опрыскивание культур растворами бордоской жидкости или медного купороса, а также побелка штамбов и скелетных ветвей известковым раствором с добавками (зола, медный и железный купорос, зелёное или дегтярное мыло, молочная сыворотка, глина, навоз или помёт). Добавки вносят, учитывая особенности участка и деревьев.

После набухания почек следуют прививки, которые позволяют обзавестись новыми сортами или гибридами

После набухания почек следуют делать прививки, которые впоследствии позволят обзавестись новыми сортами или гибридами, не загромождая сад дополнительными деревьями.

Подготовила **ЛАРИСА НИКОЛАЕВА**

Постно, но вкусно

Рецепты

Приход весны почти совпал с началом Великого поста, но, читая рецепты из нашей почты, еще раз убеждаешься, что поститься тоже можно со вкусом. И, конечно же, свежие витаминные закуски и блюда сейчас наиболее предпочтительны.

Суп с фасолью по-крестьянски

Пенсионерка Любовь Филимонова узнала этот рецепт еще от своей бабушки. И в каждом поколении их семьи суп становится одним из любимых блюд.

Ингредиенты: (на 3 л воды) 350 г сухой красной фасоли, четверть стакана риса, 2 картофелины, 1 репчатая луковица, 1 средняя морковь. 1 ст. л. пшеничной муки, 30 г растительного масла, соль и перец по вкусу, любая свежая зелень.

Фасоль заранее нужно замочить: промыть, залить холодной водой и оставить в холодильнике на 10–12 часов или на ночь. Затем варим ее до готовности около часа. Картофель чистим, моем и нарезаем небольшими кубиками. Лук и морковь тоже очищаем и моем. Лук режем кубиками, морковь — соломкой или натираем на крупной терке. Рис тщательно промываем. В отдельной кастрюле доводим до кипения воду. Помещаем туда отварную фасоль, снова доводим до кипения и закладываем в будущий суп картофель, рис, половинки моркови и лука. Варим 20 минут.

В это время в разогретой сковороде на растительном масле обжариваем 4–6 минут на среднем огне вторые половинки моркови и лука до золотистого цвета. Подсыпаем к овощам на сковороде заранее подготовленную муку, перемешиваем и обжариваем еще одну минуту. Опускаем нашу зажарку в суп, солим и перчим по вкусу. Варим суп до готовности 7–10 минут. Последним акцентом станет рубленая зелень, добавляем ее в суп и даем блюду немного настояться.

Гречневые котлетки с грибами

Как утверждает Снежана Кравицкая, эти котлеты можно готовить в любое время года, ориентируясь лишь на собственный аппетит. И каждый раз вы будете получать гастрономическое удовольствие.

Ингредиенты: 1 стакан гречневой крупы, 800 г шампиньонов, 2 картофелины, сваренные в «мундире», 2 средних репчатых луковицы, пучок укропа, масло растительное для жарки, мука для панировки, соль и перец по вкусу.

Гречневую крупу перебираем и промываем в холодной воде, заливаем двумя стаканами холодной воды и ставим на огонь. Доводим до кипения, огонь уменьшаем и варим гречку до полного испарения воды (около 20 минут). За это время мелко нарезаем лучок, вареный картофель очищаем от кожуры и натираем на крупной терке. Шампиньоны промываем и режем небольшими кусочками, затем обжариваем с луком на масле до полного испарения жидкости.

Вареную гречку соединяем с картофелем и измельчаем в пюре с помощью блендера. Жареные шампиньоны с луком тоже измельчаем блендером или в мясорубке. Хорошенько перемешиваем гречку с картофелем, грибами и зеленью. Солим и перчим.

Руками, смоченными в воде, формируем из полученной массы котлеты и обваливаем их в муке. Жарим на разогретой сковороде с маслом с двух сторон до образования румяной корочки.

Салат из пекинской капусты с огурцом

Это легкое и полезное блюдо рекомендует Татьяна Осина из Черкесска. Ингредиенты можно варьировать, но вкус всегда будет великолепным.

Ингредиенты: 2 свежих огурца, 300 г пекинской капусты, пучок зеленого лука, пучок любой зелени, горсть кедровых орешков, 2 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. меда, 1 ст. л. кунжутного масла.

Огурцы вымыть, просушить бумажным полотенцем и срезать кончики с двух сторон. Далее нарезаем их кружками, а затем поперек — тонкими брусочками. Капусту разделяем на листья, промываем и шинкуем тонкой соломкой. Мелко рубим также промытые и просушенные лук и зелень. Все заготовки помещаем в глубокую посуду.

Отдельно в небольшой миске готовим заправку. Для этого соединяем мед, соевый соус, кунжутное масло и лимонный сок. Хорошенько все перемешиваем и добавляем кедровые орешки. Заправляем овощи полученным соусом, даем настояться и подаем к столу.

В этот же салат можно добавить при желании консервированную кукурузу или горошек, лук, томаты, фасоль, сладкий перец, авокадо, яблоки, кальмары, грибы или сухарики. Каждый ингредиент привнесет свою изюминку в полученный результат.

Подготовила **ЛАРИСА НИКОЛАЕВА**

ОКАЗЫВАЕТСЯ,

и это мнение врачей-диетологов, постное питание полезно для работы желудочно-кишечного тракта. При переходе на вегетарианскую пищу из организма выводятся шлаки и токсины, восстанавливается полезная микрофлора кишечника. А именно там – 70% нашего иммунитета. А еще при постной кухне снижается уровень сахара и уровень холестерина, выводится лишняя жидкость.