

Издается
с 4 июля
1918 года

День Республики

3.07
2025

Четверг

№72/21022

denresp.ru

Каникулы с Росгвардией

Ребята из пришкольных лагерей узнали о непростой работе правоохранителей **с. 2**



Это был праздник творчества

В филармонии прошла защита дипломных работ студентов колледжа культуры и искусств **с. 3**

Прощай, любимая школа!

В Черкесске прошел выпускной бал для более шестисот вчерашних школьников **с. 3**



Жулик, не жульничай!

Сотрудники полиции рассказали о распространенных схемах обмана **с. 2**

Мы – часть большого сообщества

В субботу в России широко отметили День молодежи

Тема дня

В этот день по всей стране, в том числе и Карабаево-Черкесии, прошли сотни мероприятий, а Президент РФ Владимир Путин по видеосвязи открыл шесть молодежных центров в разных точках страны.

Видеоконференция Владимира Путина

Глава государства подчеркнул, что День молодежи наполнен энергией юности, духом надежды, созидания, новых возможностей, устремлен в будущее. Он отметил, что День молодежи широко отмечается в России. Страна динамично развивается, строит и реализует планы на десятилетия вперед благодаря молодому поколению. Власти будут уделять особое внимание вопросам поддержки молодежи – от этого зависит будущее страны. Власти будут оказывать поддержку развитию волонтерства, а именно молодежь – основная движущая сила многих добровольческих начинаний.

Путин отдельно поздравил с праздником молодых людей, которые выполняют свой долг в зоне СВО. Бойцы своей жизнью доказывают, какую силу придает любовь к Отечеству. Глава государства сказал, что чрезвычайно важно подключать героев СВО к работе с молодежью, чтобы молодые люди видели, на кого стоит равняться. Россия – страна безграничных возможностей. Движение Первых объединяет уже свыше 11 миллионов человек. Путин выразил радость, что движение российских студенческих отрядов живет и развивается. Также Президент положительно оценил открытие на новых территориях молодежных центров, поскольку они вносят вклад в общую работу по развитию регионов и страны.

В честь праздника было открыто шесть новых молодежных центров в регионах для работы с разными категориями молодежи, в том числе с творческим юношеством, молодежью



На площадке Компьютерной академии ТОП царил оживление

исторических регионов, малых городов и сельских территорий, участниками Движения Первых, студенческих отрядов, а также молодыми людьми, нуждающимися в психологической помощи. Новые центры появились в Хабаровском крае, Ямало-Ненецком автономном округе, Архангельской области, Дагестане, Карабаево-Черкесии, Аси Хакиорово, Азнаура Уртено-Кува, Камильи Шоштавой, Даниэллы Болгариной.

Новые перспективы

В Карабаево-Черкесии Многофункциональный молодежный

центр открылся в поселке Кавказском Прикубанского района. Встреча с Президентом РФ здесь прошла с участием министра по делам молодежи КЧР Ибрагима Тоторкулова, помощника директора АНО по поддержке молодежных инициатив «Новые перспективы» Анины Филимоновой, волонтеров и молодежных активистов из Карабаево-Черкесии: Аси Хакиорово, Азнаура Уртено-Кува, Камильи Шоштавой, Даниэллы Болгариной.

Анна Филимонова поделилась

с главой государства своими впечатлениями от открытия центра

для сельской молодежи в Кавказском: «Это не просто здание – это настоящий дом для идей, встреч, инициатив и поддержки». В центре созданы уникальные пространства и площадки для развития и самореализации молодежи: зоны 3D-моделирования, досуга, идей, созидания, пространства для работы Движения Первых, «Добро. Центр», творческие мастерские. Здесь также есть учебные классы, читальный зал, танцевальная студия, тир и кулинарная студия.

Создание центра стало возможным благодаря победе во

Всероссийском конкурсе комплексных программ развития молодежной политики «Регион для молодых», который проводился по поручению Президента с 2022 года. В этом году аналогичные центры появятся в Карабаево-Черкесии в а. Хабез, с. Зеленчукской, с. Курджиново.

Знай, люби, гордись

Глава Карабаево-Черкесии Рашид Темрезов в своем официальном ТГ-канале сообщил, что в День молодежи в парке

«Зеленый остров» состоялось самое яркое событие этого лета – фестиваль «День молодежи-2025», который собрал свыше 20 тысяч участников и стал настоящим праздником молодежи, объединив людей разных интересов и увлечений! Глава Карабаево-Черкесской Республики рассказал, что в течение дня на площадке функционировали 39 станций, разделенных по четырем смысловым направлениям: «ЗНАЙ, ЛЮБИ, ГОРДИСЬ, ПРИУМНОЖАЙ».

с. 2

О бюджете и развитии креативных индустрий

В Парламенте КЧР состоялась очередная, 12-я, сессия VII созыва

Актуально

Под председательством спикера НС (Парламента) Карабаево-Черкесской Республики Александра Иванова депутаты рассмотрели 16 вопросов повестки.

Рассмотрели и утвердили кандидатуры на должности мировых судей: Джамили Таушаевой на должность мирового судьи по судебному участку № 5 г. Черкесска на трехлетний срок полномочий, Алима Джирикова – по судебному участку № 1 Усть-Джегутинского района на трехлетний срок полномочий, Марину Атмайкину – по судебному участку № 2 Прикубанского района без ограничения срока полномочий.

Также депутатский корпус, согласно действующему законодательству, назначил представителей общественности в квалификационной коллегии судей Карабаево-Черкесской Республики.

В двух чтениях одобрен законопроект «О внесении изменений в Закон Карабаево-Черкесской Республики «Об административных правонарушениях» – внесены мэрией г. Черкесска и касающиеся благоустройства республиканской столицы.

Законопроект установлено ответственность за самовольное осуществление деятельности в сфере торговли, выполнение работ и оказания услуг неустановлен-

Общий объем доходов бюджета республики на 2025 год составит 41 044,8 млн рублей

мидесячи тысяч рублей.

Если нарушение в течение года совершено повторно, размер штрафа увеличивается: на граждан в размере пяти тысяч рублей; на должностных лиц – от двадцати тысяч до тридцати тысяч рублей; на юридических лиц – в размере от семидесяти тысяч до ста тысяч рублей.

Рассмотрен ряд вопросов бюджетной направленности. Внесены изменения в Закон КЧР «О Республиканском бюджете Карабаево-Черкесской Республики на 2025 год и на пла-

На пульсе

На контроле у Главы

Глава республики в режиме видео-конференц-связи принял участие в личном приеме граждан, который по поручению Президента России провел полпред Президента РФ в СКФО Юрий Чайка. С вопросом о необходимости проведения капитального ремонта здания детского сада № 6 «Ручеек» в Черкесске обратилась жительница республиканской столицы Фарида Джабарова. Как отметил Рашид Темрезов, ремонт детского сада будет завершен до 20 ноября 2026 года.

Встреча с выпускниками

Рашид Темрезов встретился с выпускниками, набравшими высокие баллы на ЕГЭ, и призерами Всероссийской олимпиады школьников. В числе стобалльников Амина Аджиева (СОШ № 4 ст. Зеленчукской), Алан Акбаев (СОШ п. Правобаканский), Арсений Вояцкий (гимназия № 9 г. Черкесска), Алия Кабардова (СОШ а. Эркен-Халк), Лиана Кеворкова (СОШ № 1 ст. Зеленчукской), Аслан Кубеков (гимназия № 4 г. Черкесска), Александра Заикина (гимназия № 5 г. Черкесска) и Никита Цабрия (гимназия № 13 г. Черкесска) стали призерами заключительного этапа Всероссийской олимпиады школьников.

К акции присоединилась молодежь

В парке культуры и отдыха «Зеленый остров» в Черкесске сотрудники УНК МВД по КЧР провели профилактическую акцию «Чистый лист». В мероприятии приняли участие волонтеры «Молодой гардии Единой России». Полицейские совместно с волонтерами расставили столы с чистыми листами бумаги, на которых можно было написать пожелания, пожелания о здоровье, о безопасности, о любви. Молодежь активно участвовала в акции, выражая свои чувства и эмоции.

Сборы ветеранов спецоперации

В столице Дагестана стартовали Сборы ветеранов СВО СКФО. Карабаево-Черкесию представляют наши земляки-ветераны СВО во главе с депутатом Парламента КЧР, руководителем Ассоциации ветеранов СВО КЧР Дахиром Мутчаевым. Ключевые направления сборов посвящены: обмену опытом и лучшим практикам региональных отделений ассоциации, выработке законодательных инициатив участниками спецоперации.

Кадровые парадоксы и реальные шансы

Нужные рабочие профессии всегда в почете, а сами работники почему-то в вечном дефиците

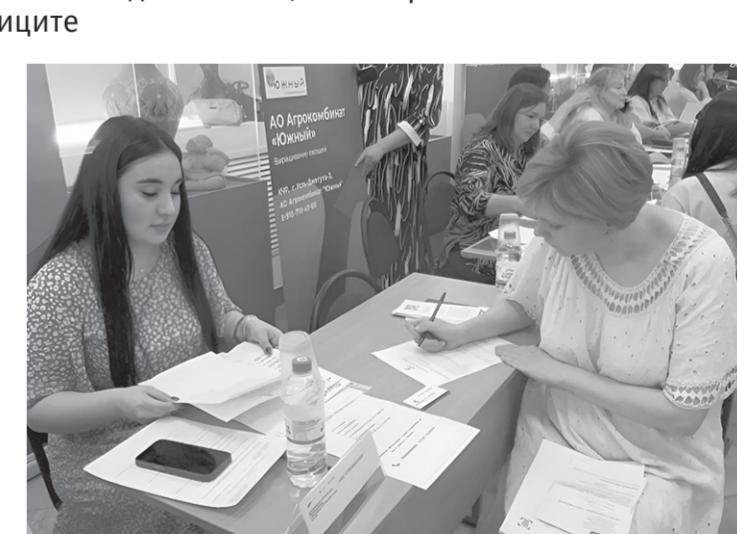
Ярмарка вакансий

Федеральный этап Всероссийской ярмарки труда и трудоустройства «Работа России. Время возможностей» стал реальным возможностью для работодателей КЧР решить свои кадровые проблемы, а для ищущих работу – узнать о рынке труда как можно больше.

Все – для всех!

Дефицит рабочих кадров в России по-прежнему остается насущной проблемой современной экономики и промышленности. И дело не только в нехватке топ-менеджеров и IT-специалистов. В условиях современного производства и развития технологий сохраняется потребность в квалифицированных специалистах самых обычных и привычных рабочих профессий – слесарей, сварщиков, токарей, фрезеровщиков и т. д. И пришедшая ярмарка труда и трудоустройства в Черкесске подтвердила это еще раз.

Мероприятие проходило на шести площадках, главная из которых была организована в помещении Карабаево-Черкесского колледжа культуры и искусств имени А. А. Даурова. В его открытии приняли участие федеральный инспектор аппарата полномочного представителя Президента России в СКФО по КЧР Юрий Ясько, представители Правительства республики, министерств и ведомств, а также образовательных организаций и кадровых



На ярмарке было представлено большое количество вакансий

свой штат ценных сотрудниками.

С заместителем главного врача по кадрам Карабаево-Черкесской республиканской клинической больницы Натальей Помозановой за первые полчаса ярмарки уже побеседовали шесть человек, намеренных работать в сфере медицины.

– Мы постоянно участвуем в таких ярмарках. Нам очень нужны врачи, врачи-терапевты, врачи приемного отделения, работники медицинской сферы. Очень надеемся на постановление, что после окончания учебного заведения каждый должен будет отработать определенное место в бюджете. А то вроде как учили молодежь, выпускавшуюся, а на деле – нет специалистов.

с. 2

Кадровые парадоксы и реальные шансы

Нужные рабочие профессии всегда в почете, а сами работники почему-то в вечном дефиците

» Может сейчас студенты-выпускники все же придут, — выражает надежду Наталья Григорьевна.

Многие работодатели делают ставку на студентов. Старший инспектор по кадрам ЗАО «Известия» Сергей Ловчиков хоть и отмечает, что семейные династии помогают частично утешить кадровый голод, но вариант с заведомо обученными специалистами тоже считает перспективным:

— Мы заключаем договора с учебными заведениями нашего города, на нужные нам рабочие специальности, и в этом году уже трое работников пришли на предприятие таким образом. В следующем году тоже ждем, они и практику у нас проходят.

Старейшее предприятие, вопреки всем трудностям сохранило лучшие свои традиции, но и от современности не отстает — изменились технологии добычи, более современные методы переработки добываемого сырья, оборудование тоже совершенствуется. Спрос на продукцию растет, поэтому есть нужда в дополнительном персонале.

— Трассы новые открываются, поэтому необходим обслуживающий персонал. Мужчины рабочих специальностей нарастают; операторы и электромеханики канатных дорог, слесари по ремонту водопровода и канализационного оборудования, машинисты крана-манипулятора и проч. Женскому полу тоже есть, что предложить — бухгалтеры, операторы колл-центра и инфо-центра, гостиный персонал. Всех ждем, всем рады!

Уже действующем рабочем коллективе компании разброс по возрастам — от 17 до 73 лет. Кого-то находят на ярмарке вакансий, других обучают прямо на месте. Но такой подход все-таки актуален для тех вакансий, где работникам не нужны специальные знания и углубленная подготовка.

«Топик, вперед!»

Сегодня многие работодатели принимают на работу специалистов без опыта и должного образования, отправляют этих сотрудников на курсы профорганизации, которые оплачивают компании. Взамен предприятие получает работника с нужным образованием, который по ученическому договору должен отработать на приобретенной должности определенный срок — до нескольких лет. Сейчас это наиболее эффективный способ получить квалифицированные кадры, особенно, когда речь идет о профессиях будущего.

— Готовы принять даже без образования — в течение двух недель опытный наставник поможет получить необходимые науки. Нужны электрогазосварщики, агрономы, водители автобусов, — рассказывает заме-

День открытых дверей провели для ребят росгвардейцы

Каникулы

В Управлении Росгвардии по КЧР в рамках акции «Каникулы с Росгвардией» прошел День открытых дверей для ребят из пришкольных лагерей Черкесской Республики.

С ребятами встретился заместитель начальника территориального органа полковник Виталий Повелева, который рассказал школьникам об истории создания и основных задачах войск национальной гвардии, а также об особенностях службы сотрудников и военнослужащих ведомства.

Соб. инф.

Праздник на Зеленом острове

Парк в этот день наполнился музыкой и смехом. Выступления молодежных творческих коллективов, мастер-классы по современным видам искусства, спортивные соревнования и интерактивные площадки привлекли сотни участников, желающих попробовать себя в чём-то новом и интересном.

Особое внимание было удалено интеллектуальным и образовательным мероприятиям. Лекции, посвященные актуальным вопросам, собрали молодых лидеров, учеников и представителей власти для обсуждения перспектив и возможностей. Выставки инновационных проектов и стартапов показали, что у молодежи Карабаево-Черкесии есть стремление к созиданию и внедрению своего вклада в будущее региона.

Также состоялась встреча молодежи с ветеранами и участниками СВО. Ребята писали «письма солдату», вдохновляясь



Представители Управления Росгвардии по КЧР знакомили претендентов с условиями службы

Собака-робот Топик надолго стала на ярмарке центром притяжения всевобущего внимания. В тесном кругу благодарных зрителей Топик демонстрировал все свои «соки» навыки.

— Цель таких игрушек — ознакомить студентов с робототехникой, показать, какие технологии уже имеются.

Студенты могут потом сами придумывать и новые функции управления. Надеюсь, мы и вперед будем пополнять наш город уникальными роботами, чтобы Черкесия развивалась прогрессивно, а наша молодежь не отставала от высоких технологий, — говорит директор филиала Московского международного колледжа цифровых технологий «Академия ТОП» Игорь Есин.

Каждому — свое

Для тех, кто всерьез настроен добросовестно трудиться были организованы мастер-классы,

образовательные семинары, творческие и интерактивные площадки, а выпускники вузов презентовали свои проекты эксперимент и инвесторам и попутно старались привлечь молодежную аудиторию.

Вот Марат Айбазов из КЧГУ им. У. Алиева г. Карабаевска увлеченно рассказывает обступившим его старшеклассникам и выпускникам школ о возможностях, которые студенты могут получить в этом университете. Рядом три улыбчивые студентки — Аси, Латифа и Алина ловко втыкают крупные душистые ягоды клубники пенопластовой абрисерватории вуза и хотят делиться эмоциями — у них замечательная и очень активная студенческая жизнь.

Агитбригада из СКГА тоже все подробно разъясняет потенциальным абитуриентам про учебу и досуг. Студенты 3-го и 1-го курсов Герман Каппушев и Марат Урусов николько не жалеют

о своем выборе, тем более, что в академии предоставлена отличная возможность заниматься научной деятельностью.

С теми, кто готов связать свою жизнь с армией, представитель пункта отбора на военную службу по контракту г. Черкеска младший сержант Али Шабанов проводит разъяснительную агитационную работу, отвечает на вопросы об условиях контракта и выплатах:

— За прошедший час больше 10 человек подошло. У кого-то родные или знакомые участники СВО, поэтому они тоже врутся в бой. Кто-то таким образом намерен поправить свое материальное положение. И все же

СПРАВКА

В Федеральном этапе Всероссийской ярмарки труда и социальной занятости в КЧР приняли участие около 700 выпускников и школьников, 295 безработных и ищущих работу, из них — 8 участников СВО. Дистанционное взаимодействие охватило 24 человека. Численность граждан, получивших предложения от работодателей, составила 38 человек. Общее число участников мероприятия — более 1000 человек.

большая часть с патриотическим настроем — хотят защищать честь Родины.

Все профессии важны

На протяжении всего дня любой желающий мог пройти карьерное консультирование, получить помощь в регистрации на портале «Работа в России», узнать о мерах государственной поддержки и перспективах труда и социальной занятости в КЧР.

— За прошедший час больше 10 человек подошло. У кого-то родные или знакомые участники СВО, поэтому они тоже врутся в бой. Кто-то таким образом намерен поправить свое материальное положение. И все же

— В Индустриально-технологическом колледже состоялся «Фестиваль профессий», где школьники и студенты в интегрированной форме знакомились с востребованными специальностями. Для жителей удаленных населенных пунктов была организована онлайн-площадка с возможностью дистанционного общения.

Отдельный интерес у посетителей вызвали экскурсии на промышленные предприятия региона — ОАО «Хабезский гипсоплатник», ООО «Астория» и ООО «Сады Карабаево-Черкесии», где участники смогли познакомиться с производственным процессом и условиями труда.

— С каждым разом мы наблюдаем все более активное участие обеих сторон, так что идея с ярмаркой труда и социальной занятости в КЧР приносит реальный результат. — С каждым разом мы наблюдаем все более активное участие обеих сторон, так что идея с ярмаркой труда и социальной занятости в КЧР приносит реальный результат.

Директор Кадрового центра КЧР Альберт Уруков тоже считает, что правильный выбор рабочей профессии может стать хорошим стартом для карьеры. — Таким образом, ярмарка труда и социальной занятости в КЧР в очередной раз стала масштабной площадкой для жителей региона, которые хотят что-то изменить в своей жизни и работе, а работодатели получили еще один шанс укомплектовать свой штат нужными и долгожданными работниками.

ЛАРИСА НИКОЛАЕВА

О бюджете и развитии креативных индустрий

»

С 1 на реализацию Указов Президента РФ, связанных с оплатой труда работников бюджетной сферы и СВО.

На 2026 год увеличены ассигнования республиканского бюджета: на мероприятие по переселению из аварийного жилого фонда, признанного таковым по решению суда (микрорайон «Московский» Усть-Джегуты, дом № 13); на разработку проектно-сметной документации для строительства объектов по обработке твердых коммунальных отходов; перенос лимитов с 2025 года для завершения работ по ремонту социальных объектов и др.

На 2027 год увеличены ассигнования республиканского бюджета на приобретение учебников по обновленным ФГОС.

Таким образом, общий объем расходов республиканского бюджета на 2025 год составит 42 211,2 млн рублей, на плановый период 2026 и 2027 годов 39 441,1 млн рублей и 43 185,6 млн рублей соответственно.

Дефицит республиканского бюджета на 2025 год и на плановый период 2026 и 2027 годов составляет 1166,4 млн рублей, 53,8 млн рублей и 48,7 млн рублей соответственно.

Также парламентарии приняли проект Закона КЧР «Об исполнении республиканского бюджета Карабаево-Черкесской Республики за 2024 год» и отчет Правительства КЧР об итогах исполнения республиканского бюджета КЧР за I квартал 2025 года.

Ободрен в двух чтениях законопроект «О внесении изменений в Закон КЧР «Об архивном деле в Карабаево-Черкесской Республике». Им установлено, что Росархив создает, а уполномоченные органы исполнительной власти субъектов РФ в сфере архивного дела и органы местного самоуправления вправе создавать



Идет заседание сессии

власти КЧР с целью создания благоприятных условий для творческих индустрий в КЧР.

Далее парламентарии утвердили ряд некоторых руководителей республиканских периодических печатных изданий в связи с истечением срока их полномочий. На должности директоров-главных редакторов назначены: Республика КЧР — Редакция газеты «Абазашта» — главного редактора периодического печатного издания «Абазашта» Фардуа Кулова; Республика КЧР — Редакция газеты «Ногай давысы» — главного редактора периодического печатного издания «Ногай давысы» Алтын Атюва; Республика КЧР — Редакция газеты «Черкес хэзэ» — главного редактора периодического печатного издания «Черкес хэзэ» Лисана Абидкова; Республика КЧР — Редакция газеты «Ногай давысы» — главного редактора периодического печатного издания «Ногай давысы» Асан Найманов.

Соответствующие постановления вступают в силу со дня принятия и распространяются на правоотношения, возникшие с 10 июня 2024 года. Срок полномочий — 3 года.

По информации пресс-службы Парламента КЧР

ДОБАВИМ

Два вопроса по поводу касались туристской деятельности на территории КЧР. В Закон КЧР «О некоторых вопросах туристской деятельности в Карабаево-Черкесской Республике» внесены изменения, обусловленные изменением федерального законодательства. Уточнены такие понятия, как «туризм въездной в Карабаево-Черкесской Республике», «туризм внутренний в Карабаево-Черкесской Республике», «сельский туризм». Еще один вопрос касался изменениями в законопроектом приводится к общему знаменателю на территории Р

В добный путь, ребята!

В столице Карачаево-Черкесии состоялся масштабный городской выпускной бал «Выпускник 2025»

Событие

В минувшее воскресенье в парке культуры и отдыха «Зелёный остров» состоялся масштабный общегородской выпускной бал «Выпускник 2025», в рамках которого во взрослое жизнь вступили более 600 вчерашних школьников республиканской столицы. Для тех, кто в этом году прощается со школой, была подготовлена обширная праздничная программа с участием звезд Северного Кавказа.

Нарядные, со счастливыми ульбками на устах и с легкой грустью в глазах вчерашние школьники, их взволнованные родители и педагоги... — в этот вечер в парке культуры и отдыха «Зелёный остров» царила особая атмосфера. Конечно же, школа для каждого из нас — один из самых важных этапов в жизни. И, естественно, смешанные чувства переполнили молодых людей. Ведь эти одиннадцать школьных лет казались такими долгими, и только теперь ребята понимают, как же быстро они пролетели. И по сложившейся традиции выпускники выпустили в небо разноцветные шары, символизирующие прощание со школой.

— Я не могу описать свои чувства, радостно от того, что все экзамены позади, грустно прощаться со школой, с друзьями, неожиданно быстро пролетели. И по сложившейся традиции выпускники выпустили в небо разноцветные шары, символизирующие прощание со школой.

— Я не могу описать свои чувства, радостно от того, что все экзамены позади, грустно прощаться со школой, с друзьями, неожиданно быстро пролетели. И по сложившейся традиции выпускники выпустили в небо разноцветные шары, символизирующие прощание со школой.

— Я хочу стать врачом, на мой взгляд, это одна из самых востребованных во все времена, а

пускник гимназии № 16 Черкеска Дмитрий Славинский.

— Огромное спасибо всем нашим учителям за их труд, за их терпение, за любовь. Я знаю, что весь наш 11 «А» будет очень сильно скучать по своей родной школе, в стенах которой мы провели целых одиннадцать лет. За эти годы мы все стали как родные. Много было хороших моментов. Очень жаль, что всё так быстро закончилось. Я с удовольствием поучилась бы еще, но только без ЕГЭ, — ульбаясь, поделилась с нами выпускница СОШ № 8 Черкесская Дарина Чукоева.

В памяти выпускников школьные годы останутся как самые беззаботные и веселые. Но, как считают сами ребята, с окончанием школы наступила пора, когда нужно всерьез задуматься, как самореализоваться и показать всё, на что ты способен. Многие из них уже выбрали для себя профессию. В их числе выпускница гимназии № 5 республиканской столицы Фатима Тамбивея.

— Моя мама хотела, чтобы я пошла по стопам папы и стала врачом, но я для себя выбирала другую профессию. Меня всегда привлекала юриспруденция, а так как мне легко даются иностранные языки, я бы хотела стать международным юристом. Я получила 98 баллов по английскому и надеюсь, что у меня есть шанс пройти по конкурсу, — говорит девушка.

— Я хочу стать врачом, на мой взгляд, это одна из самых востребованных во все времена, а

главное — нужная профессия. Очень надеюсь стать высококвалифицированным специалистом в этой сфере. Всем ребятам желаю легкого поступления и отличной учёбы уже в высших учебных заведениях, — поежалась в школе, в стенах которой мы провели целых одиннадцать лет. За эти годы мы все стали как родные. Много было хороших моментов. Очень жаль, что всё так быстро закончилось. Я с удовольствием поучилась бы еще, но только без ЕГЭ, — ульбаясь, поделилась с нами выпускница СОШ № 8 Черкесская Дарина Чукоева.

В памяти выпускников школьные годы останутся как самые

беззаботные и веселые. Но, как

считают сами ребята, с окончанием школы наступила пора,

когда нужно всерьез задуматься,

как самореализоваться и показать

всё, на что ты способен.

Многие из них уже выбрали для

себя профессию. В их числе вы-

пускница гимназии № 5 респуб-

ликанской столицы Фатима

Тамбивея.

— Моя мама хотела, чтобы я

пошла по стопам папы и стала

врачом, но я для себя выбирала

другую профессию. Меня всегда

привлекала юриспруденция, а

так как мне легко даются ино-

странные языки, я бы хотела

стать международным юристом.

Я получила 98 баллов по анг-

лийскому и надеюсь, что у меня

есть шанс пройти по конкурсу, —

говорит девушка.

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой

взгляд, это одна из самых вос-

требованных во все времена, а

затем

— Я хочу стать врачом, на мой</

Лучшее питание школьников – сбалансированное

Пицца, бургер, газировка или мясо, рыба, овощи и фрукты – что предпочтительнее?

Интервью

Чем питаются наши дети и почему с каждым годом количество подростков с диабетом и ожирением все возрастает? Врач-гастроэнтеролог Татьяна Костур рассказала о правильном питании ребенка.

— Татьяна Алексеевна, Интернет переполнен различными советами о правильном питании, в которых не так просто разобраться современным родителям. Так какая же диета самая лучшая?

— Этого очень частого вопроса, который задают гастроэнтерологу. Но ответ всегда один – самая обычная: разнообразная, полноценная, привычная нам, соответствующая нашим традициям и образу жизни.

Самое главное, чтобы питание, как для детей, так и для взрослых, было сбалансированным.

— Что же все-таки означает понятие «сбалансированное питание»?

— В пище должно быть правильное соотношение белков, жиров и углеводов, она должна быть богата витаминами и минералами. А для растущего организма белки – это строительный материал. И самые полноценные содержатся в мясе, рыбе, молоке, яйцах. Например, мясо содержит те незаменимые 9 аминокислот, которые наш организм не может сам вырабатывать, но они ему нужны. Поэтому он будет разрушать сам себя, собственные ткани (мышцы, печень, плазму крови) с целью их добычи. Ничего хорошего в такой ситуации нет. Опять же при дефиците белка замедляются рост, умственное и физическое развитие. Ребенок становится раздражительным, быстро утомляется, снижается его работоспособность, успеваемость.

— А чем тут помогают жиры?

— Жиры – это не только энергия, из них мы получаем жирорастворимые витамины Е, Д, К, А, незаменимые аминокислоты, которые являются предшес-

твенниками всем известных полиненасыщенных кислот Омега-3 и Омега-6. Они, как и белки, способствуют развитию мозга, отвечают за нормальное зрение, хороший иммунитет, участвуют в здоровье сердца. Кромето, жиры дают нам пользу вкуса и чувства насыщения, благодаря им мы наслаждаемся едой.

— А как же разговоры о пользе обезжиренных продуктов?

— Когда так говорят, это не правильно. Ведь для того, чтобы получить вкус, производители будут добавлять в обезжиренные продукты сахар и усиливающие вкус вещества. И где тут польза?

— Чем хороши для ребенка углеводы?

— Углеводы – это та пища, которую мы получаем из растительного мира, молока, молочных продуктов. Это не только энергия, но и строительный материал. Например, ДНК содержит в своем составе дезоксигуанидин, которая оказалась идеальным сахарным компонентом благодаря своей молекулярной структуре. Также углеводы – необходимый ингредиент для работы кишечника, питание для микробиоты, важность которой для организма уже доказали ученые. А у нас ее 2,5 кг в организме, и от нее зависят полнота нашего здоровья, иммунитет в целом продолжительность жизни. От состояния кишечника напрямую зависит здоровье мозга, печени, сосудов и других органов. Еще великий биолог Илья Мечников говорил, что при здоровом кишечнике человек жил бы не менее 120 лет.

— Сколько должно быть белков, жиров и углеводов в пище ребенка?

— Соотношение этих факторов для детей должно быть 1:1:4, где 1 часть – белки, 1 часть – жиры и 4 части – углеводы. Углеводы в этой категории составляют наибольшую часть, чем в других возрастных группах, потому что дети тратят огромное количество энергии для роста и развития. И тут очень важно, что пра-



Каждый школьник должен соблюдать режим питания

вильное соотношение БЖУ в питании поддерживает эти энерготраты, которые выражаются в килокалориях. Ккал в разных возрастных группах требуются разные. Например, для младшей возрастной группы (6–9 лет) требуется 2300 ккал, от 10 до 13 лет уже больше – 2500–2700 ккал. А вот старшеклассникам необходимо от 3000 и выше, зависимо от их физических и умственных нагрузок и занятий спортом.

— Как обычному родителю не запутаться и грамотно разобраться в этих цифрах?

— Ученые уже подсчитали все сами и дали определенные рекомендации. Так, для разных категорий школьников должно быть соответственно 80 г, 90 г и 100 г белка в сутки. Жиров примерно столько же. Углеводов в 4 раза больше.

— Как перевести все это на еду, которую мы готовим для своих детей?

— Возьмем, к примеру, мясо. Для 6–9 лет это 140 г, ребенку постарше нужно 150–170 г, старшему возрасту требуется уже 200–220 г. Для каждой категории в день 1 яйцо, 0,5 л молока, 50 г творога, 50 г рыбы. Для младшей и средней группы 300–350 г овощей, до 400 г – для старшей. Фрукты – 150–300 г – для любой категории. В день ребенок должен получить 5 порций фруктов и овощей. Порция – это, например, 1 банан,

1 груша или яблоко, 50 г овощного салата, стакан свежевыжатого сока, 3 ст. л. отварных овощей, 1 ст. л. сухофруктов. Кроме того, в обязательном порядке должна быть в меню масло расщительное и сливочное. Рыбные блюда – не менее 1–2 раза в неделю: 250–300 г младшей и старшему возрасту. Не менее одного–двух раз в неделю ребенок должен получить бобовые, сечечки и орехи.

— Можно ребенку часто есть сладости и в каком количестве?

— Сладости тоже нужны в детском рационе, но умеренно и не на регулярной основе, иначе мы уйдем от правильного питания в другую сторону. В лучшем варианте это зефир, мармелад, сухофрукты, шоколад, мед, пастбища.

— Что лучше исключить из детского рациона и как правильно готовить пищу?

— Лучше уменьшить количество жареной пищи, большеварить, тушить, запекать. Больше давать жидкости – вода, молоко, некрепкий чай, какао по утрам или цикорий. Старатся исключить из рациона переработанные продукты промышленного производства (сосиски, колбасы, консервы), фастфуд (самые вредные трансжиры содержатся именно в нем). Также все, что сопровождается майонезом, кетчупом, готовится во фритюре, соки в пакетах. Фрукты не по сезону тоже не рекомендуются.

— Какие пищевые приоритеты необходимо соблюдать в течение дня?

— Богатые белком мясные продукты и рыба должны приходить на первую половину дня – завтрак, обед, потому что именно белки животного происхождения тонизируют ребенка в активной фазе дня, покрывая все его энерготраты. Мясо должно сопровождаться гарниром, напитком, хлебом, обязательно ржаной давать тоже. На полдник лучше давать кисломолочные продукты или фрукты. Можно добавить печенье или домашнюю выпечку. На ужин – легкую пищу: творог, омлет, картофель с овощами, напиток, немного сладостей.

— Как лучше построить график дневного питания своему ребенку?

— Режим питания каждого школьника напрямую зависит от того, в какую смену он учится и какие кружки посещает. Основных приемов пищи три – завтрак, обед и ужин. И обязательно 1–2 дополнительных. Это может быть 2–3 завтрак в школе, полдник и др.

— Многие дети капризничают и отказываются разнообразно питаться...

— Если ребенок получает хотя бы один вид мяса, рыбы и овощей, то перекивать не стоит – он все равно будет развиваться гармонично, будет активным, и гастроэнтеролог ему не понадобится.

— И потом, очень многое зависит от родителей – если они питаются регулярно и сбалансированно, то и ребенок будет пить так же.

Лариса Николаева

Крим-инфо

Остался без денег и без товара

На уловки мошенников попался житель г. Усть-Джегута, который решил приобрести автоматическую коробку передач для своего автомобиля через Интернет. Он связался с продавцом по мобильному телефону, обсудил детали покупки и способ оплаты. Затем заявитель на электронную почту пришел договор купли-продажи с реквизитами для платежа. Прочитав договор, потерпевший перезвонил злоумышленникам и дал согласие на приобретение товара, перечислив денежные средства. После этого мошенники предложили ему приобрести трансмиссионное масло, которое у них было в продаже, по выгодной цене, и мужчина снова согласился, совершив еще один перевод через мобильное приложение. Однако на следующий день аферисты перестали выходить на связь. Сумма ущерба составила 33176 рублей. Возбуждено уголовное дело.

Изъяты свертки с наркотиками

По подозрению в дистанционном распространении наркотических средств сотрудники ОМВД России по г. Черкеску задержали двоих жителей Ставропольского края. В результате личного досмотра у подозреваемых, а также из оборудованных ими тайников-закладок изъяты 32 свертка с веществом, которое, согласно справке об исследовании, является синтетическим наркотическим средством общей массой 49,46 грамма. Задержанные отказались выполнять законное требование сотрудников полиции пройти медицинское освидетельствование на состояние наркотического опьянения и были привлечены к административной ответственности в виде ареста.

Завышались объемы выполненных работ

Следственным отделом ОМВД России по Усть-Джегутинскому району расследуется уголовное дело в отношении 52-летнего руководителя строительной организации, подозреваемого в мышленичестве при ремонте школы. Факт его противоправной деятельности выявили сотрудники Управления экономической безопасности и противодействия коррупции республиканского МВД. По данным полиции, в июне 2022 года между региональным Министерством образования и науки и компанией подозреваемого был заключен контракт на капитальный ремонт спортивного зала школы в городе Усть-Джегута в рамках реализации национального проекта «Образование». В августе 2022 года, когда кадримонт был завершен, исполнитель предоставил заказчику акты, содержащие завышенные сведения об объеме выполненных работ. На основании этих документов подрядчику были перечислены около пяти миллионов рублей. Однако оперативники установили, что отраженная в актах информация не соответствует действительности, а своими действиями бизнесмен причинил государству ущерб в размере 953 тысячи рублей.

По информации пресс-службы МВД по КЧР



Кадастровым инженером Гурмиковой Аминат Нурбиевой (КЧР, Хабезский р-н, с. Али-Бердуковский, ул. Комсомольская, 13, амат. gurmikova@mail.ru, тел.: 8(963)170-11-39) выполняются работы по подготовке проектов межевания земель, выделяемых в счет земельных долей з/у с к. н.: 09:06:0000000:9462:10626 по адресу: КЧР, р-н Зеленчукский, СПК Кардоник, поле № 81 (пашня), поле № 61 (сено-кос), поле № 29 (пастбище); 09:06:000000:10493:8821, по адресу: КЧР, р-н Зеленчукский, СПК Кардоник, поле № 81 (пашня), поле № 61 (сено-кос), поле № 29 (пастбище); 09:06:000000:1105:14577, по адресу: КЧР, р-н Зеленчукский, СПК Кардоник, поле № 61 (сено-кос); 09:06:000000:8733:8620, по адресу: КЧР, р-н Зеленчукский, СПК Кардоник, поле № 81 (пашня), поле № 61 (сено-кос); 09:06:000000:8219:10167:11133, по адресу: КЧР, р-н Зеленчукский, СПК Кардоник, поле № 29 (пастбище); 09:06:000000:11277, по адресу: КЧР, р-н Зеленчукский, СПК Кардоник, поле № 61 (сено-кос), поле № 29 (пастбище).

Заказчик работ: Шаманова Назиль Муссаевна (КЧР, Зеленчукский р-н, с. Хасат-Греческое, ул. Подгорная, 24, тел.: 8(928)392-09-09).

С проектами межевания з/у можно ознакомиться по адресу: КЧР, Хабезский р-н, с. 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.

Кадастровый инженер Гогуев Альберт Будынович (РФ, КЧР, Прикубанский район, с. Чапаевское, ул. Набережная д. 97, тел.: 8(928)030-21-09. E-mail: alliancplus09@mail.ru) выполняет кадастровые работы в связи с обраворованием земельных участков путем выдела в счет доли (долей) в праве общей собственности из земельных участков, расположенных: РФ, КЧР, Ногайский район, СПК им. Х. Кумкуова: с КН: 09:01:0030202:562, поле № 1c, участок № 6; с КН: 09:01:0030202:832, поле № 1c, участок № 5; с КН: 09:01:0030302:421, поле № 53, участок № 1; с КН: 09:01:0000000:2409:3072, поле № 8c, Зл. № 23. Заказчиком кадастровых работ является Кикичев Алибек Игоревич (КЧР, Ногайский район, п. Икон-Халк, ул. Советская, д. 2, тел.: 8(928)385-21-86); из земельных участков: с КН: 09:08:000000:2390:10782, расположенных: КЧР, Малокарачаевский район, СПК «Красновосточный», участок урочища Махучка; с КН: 09:08:000000:2481:12496, расположенных: КЧР, Малокарачаевский район, СПК «Красновосточный», участок урочища Махучка, участок урочища Мазан Ильицы; с КН: 09:08:000000:2178:2146, расположенных: КЧР, Малокарачаевский район, СПК «Красновосточный», участок урочища Махучка, участок примерно 1200 метров на север от окраины села Красный Восток. Заказчиком кадастровых работ является Хутов Игорь Хасамиевич (КЧР, Малокарачаевский район, с. Красный Восток, ул. Первомайская д. 16, тел.: 8(928)392-22-11).

Цели кадастровых работ: обраворование земельных участков путем выдела в счет доли (долей) в праве общей собственности из земель сельскохозяйственного назначения СПК им. Х. Кумкуова для сельскохозяйственного производства. Ознакомиться с проектом межевания земельного участка, а также внести возражения или предложение по доработке проекта межевания можно в течение 30 дней со дня опубликования объявления по адресу: КЧР, Прикубанский район, с. Чапаевское, ул. Набережная, д. 97.

denresp.ru

Адрес редакции и издателя 369000, Черкесск, п/п. 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)25-01-73

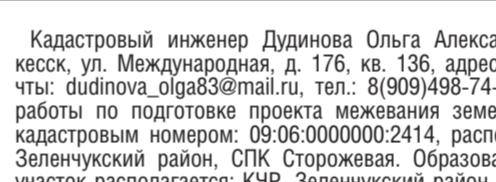
denresp.ru

Дежурная бригада номера Полина Семенченко, Всеволод Ливановский, Антонина Ткачук, Марина Латышева, Юлия Мельникова

Юлия Мельникова

denresp.ru

Подпись индекс П 6809



ПОДАТЬ ЗАЯВКУ МОЖНО:

ГОСУДАРСТВЕННЫХ УСЛУГ

НА ЕДИНОМ ПОРТАЛЕ

ГОСУДАРСТВЕННЫХ УСЛУГ

В ПУНКТЕ ОТБОРА НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ ПО КОНТРАКТУ

(г. Черкесск, ул. Консольская 31