

Издается  
с 4 июля  
1918 года

# ДЕНЬ РЕСПУБЛИКИ

**ХИРУРГИЯ ВЫСШЕЙ ПРОБЫ**  
В Черкесске прошла конференция по сердечно-сосудистой онкологии с. 2**ДВЕ ДЕВОЧКИ И ДВА МАЛЬЧИКА**  
Малыши появились на свет в новогоднюю ночь в Республиканском перинатальном центре с. 2**НЕ НУЖНО РОБОТА БОЯТЬСЯ**  
Интересный разговор о развитии мира высоких технологий с Игорем Есиним с. 3**ДЛЯ НАС ОН БОЛЬШЕ ЧЕМ ГЕНЕРАЛ**  
В СКГА прошли мероприятия, посвященные 105-летию со дня рождения Салтана Магометова с. 3

## На страже закона и справедливости

Сегодня Следственному комитету России исполняется 15 лет

**Дата**

Ежегодно 15 января свой профессиональный праздник отмечают сотрудники Следственного комитета РФ — люди, чей труд направлен на обеспечение законности, справедливости и безопасности общества. Накануне этой даты мы встретились с заместителем руководителя следственного управления СК России по КЧР, полковником юстиции Оицом Унгуновым и попросили рассказать об истории создания ведомства, людях, которые здесь работают, итогах работы за прошедший год.

— Оиц Бадма-Халгаевич, до создания Следственного комитета России прокуратура обладала обширными полномочиями: от возбуждения уголовного дела до поддержания обвинения по нему в суде...

— Совершенно верно. Сегодня же эти функции разделены и сбалансированы: Следственный комитет занимается возбуждением и расследованием уголовных дел, а прокуратура осуществляет надзор, то есть следит за качеством следствия, утверждает обвинительное заключение по делу и выступает в суде в качестве государственного обвинителя. Такое разграничение способствует большей объективности и законности.

Кроме того, современное следствие характеризуется постоянным развитием. СК России активно внедряет новые криминалистические методики, особенно для раскрытия преступлений прошлых лет, и использует передовую технику. Для приведения киберпреступлений введен специализация следователей.

— Назовите приоритетные направления в деятельности вашего ведомства.



Совместные учения региональных ведомств МЧС и СК по отработке действий сотрудников при взрывах и поджогах

— Приоритеты в работе органов СК России остаются неизменными: это противодействие коррупции, раскрытие и расследование тяжких и особо тяжких преступлений, преступлений прошлых лет, борьба с экстремизмом и терроризмом, защита прав и интересов несовершеннолетних, а также защита гарантированных Конституцией Российской Федерации прав и законных интересов граждан.

— С какими результатами следственное управление завершило 2025 год?

— В 2025 году окончено более 390 уголовных дел. В суд направлено больше 360 уголовных дел. Раскрываемость по уголовным делам по сравнению с прошлыми годами осталась на таком же высоком уровне.

За прошедший год следователями рассмотрено больше 3450 сообщений о преступлениях.

Отдельно следует выделить работу, проведенную следователями по возмещению причиненного преступлением ущерба. Так, благодаря принятым мерам на стадии следствия в государственный бюджет и гражданам

было возвращено более 90 млн руб. Кроме того, в целях возмещения причиненного ущерба следователями установлено наличие имущества обвиняемых на сумму свыше 350 млн рублей, и на него по ходатайству органа следствия судом наложен арест.

— Вы сказали, что одним из самых приоритетных направлений работы ведомства является раскрытие преступлений прошлых лет...

— В 2025 году раскрыто и расследовано несколько уголовных дел прошлых лет. Из них могут выделить буквально недавно

раскрытое убийство, которое было совершено больше 30 лет назад.

По делу установлено, что 2 ноября 1996 года в правоохранительные органы поступило сообщение об убийстве местного жителя, тело которого с множественными огнестрельными ранениями было найдено в багажном отделении легкового автомобиля на окраине села Кичи-Балык Малокарачаевского

района совместно с сотрудниками МВД по КЧР велась планомерная работа, направленная на установление и изъятие злоумышленников. Сотрудниками следственного отдела совместно с криминалистами регионального следственного управления

уголовное дело было детально изучено, по-

вторно проведен анализ имеющихся доказательств.

»

С. 2

## Заседали парламентарии

**Сессия**

В Народном Собрании КЧР в конце ушедшего года состоялись две сессии VII созыва.

На внеочередной, 18-й, сессии, прошедшей в формате аудиоконференции-связи, рассмотрен и одобрен проект закона КЧР «О внесении изменения в статью 14 Закона КЧР о статусе лиц, замещающих государственные должности Карачаево-Черкесской Республики». Также парламентарии рассмотрели отзывы на 23 федеральных законопроекта, из которых 20 поддержали, 3 отклонили.

Накануне Нового года в Парламенте КЧР состоялась экстренная, 19-ая, сессия VII созыва.

Пленарное заседание под председательством спикера Парламента КЧР Александра Иванова прошло в формате аудио-конференции-связи.

Рассмотрен и одобрен проект закона КЧР «О внесении изменения в статью 20 Закона Карачаево-Черкесской Республики «О Правительстве Карачаево-Черкесской Республики», внесенный в повестку Министерством труда и соцразвития республики. Законопроект разработан в целях реализации норм федерального законодательства и в соответствии с планом нормативно-правовой деятельности Прави-

тельства КЧР на декабрь 2025 года.

Этим законопроектом в статью 20 Закона КЧР «О Правительстве Карачаево-Черкесской Республики» вносятся изменения, предусматривающие утверждение пункта 7 данной статьи в новой редакции, согласно которой полномочия Правительства КЧР в социальной сфере дополняются правом по установлению дополнительных мер соцподдержки в виде единовременных выплат отдельным категориям лиц, осуществляющих деятельность в сфере контроля за соблюдением антионопольного законодательства, размера и порядка осуществления указанной выплаты. По информации Парламента КЧР

**Школа фермеров**

В конце 2025 года в Северо-Кавказской государственной академии завершился второй сезон образовательного проекта Россельхозбанка «Школа фермера» в КЧР. Дипломы о повышении квалификации получили 30 выпускников проекта. Обучение проходило по традиционному для региона направлению «Садоводство» и новому направлению «Коневодство», которое впервые было реализовано в рамках проекта. Всего же за время реализации проекта выпускниками программы стали 60 человек. Среди них действующие фермеры, начинающие предприниматели, ветераны СВО и члены их семей.

**Открыта после капремонта**

В преддверии Нового года в поселке Кавказском Прикубанского района после капитального ремонта открылась СОШ имени Героя Советского Союза Д. А. Старикова. Кабинеты и учебные пространства полностью обновлены. Созданы комфортные условия для учебы, отдыха и развития детей. Здорово начинать новый год в новой, светлой и современной школе!

**Выплата на улучшение жилищных условий**

Семьям с восьмью и более детьми в Карачаево-Черкесии с 2025 года полагается единовременная выплата в размере 1 млн рублей на улучшение жилищных условий. По данным Министерства труда и соцразвития республики, в первый год реализации этой меры соцподдержки такие выплаты получили 87 многодетных семей региона. Напомним, в прошлом году по инициативе Главы КЧР Рашида Темрезова в республике были введены пять новых мер поддержки семей с детьми.

**Впереди — новые гастроны**

Уже несколько лет подряд Государственный ансамбль танца КЧР «Эльбрус» становится участником Всероссийского гастрольно-концертного плана, оператором которого выступает ФГБУК «Росконцерт». В 2026 году наш ансамбль снова вошёл в число участников этой важной и престижной программы. «Для нас это большое признание, доверие и возможность снова представить культуру родной республики на разных сценах страны», — отметили в коллективе.

Упдрор «Кавказ» в усиленном режиме проводит работы по содержанию автодорог

**Актуально**

Не секрет, что снежные заносы, гололёд и плохая видимость повышают риск аварий, а в морозы машины иногда могут застрять на трассе. Поэтому, чтобы поездки в холодный сезон были безопасными, нужно готовиться к зиме заранее и соблюдать важные правила.

Снежные колеи, ухабы, накатанные участки дорог, снежные заносы и сугробы, глубокий снег создают препятствия, для преодоления которых необходимо отлично владеть техникой вождения автомобиля и иметь надлежащий опыт. Малейшая оплошность, допущенная водителем при управлении автомобилем, может затруднить продвижение и привести к столкновению или наезду. Вождение автомобиля зимой требует большей концентрации внимания, чем в другой сезон. И именно зимой не только у сотрудников госавтоинспекции увеличивается объем дорожных работ, но и у дорожников, которые всегда стоят на страже безопасности дорожного движения, а также качественного содержания автодорог.

На федеральных дорогах Ставрополья, Кабардино-Балкарии, Карачаево-Черкесии, Ингушетии, Чечни и Дагестана задействовано 526 единиц дорожной техники и заготовлено более 200 тонн песко-соляной смеси. В случае возникновения экстремальных погодных усло-

**Снег и вынужда — все нипочем**

Упдрор «Кавказ» в усиленном режиме проводит работы

по

содержанию автодорог

**Дорожная техника в действии**

вий дорожники применяют противогололедные материалы с высокой концентрацией соли — до 50 %. Как правило, для обеспечения безопасности и бесперебойного движения наши службы ведут круглосуточную работу, однако мы призываем водителей, что зимой не только у сотрудников госавтоинспекции увеличивается объем дорожных работ, но и у дорожников, которые всегда стоят на страже безопасности дорожного движения, а также качественного содержания автодорог. В управлении также напомнили о некоторых пунктах правил дорожного движения. В случае выезда на зимнюю трассу важно держать дистанцию и снижать скорость, избегать резких маневров, обгонов по встречной полосе и всегда использовать сигналы поворота. Кроме того, обязательно следует соблюдать скользкий режим и требования дорожных знаков.

При любых ДТП для выяснения причин выезжают специальные дорожные службы, которые работают совместно с местной автоинспекцией. Нередко заключения по поводу аварийной ситуации выносятся сообща, поэтому дорожники как ответственные за содержание автодорог в точности осведомлены о нюансах эксплуатации зимних автотрасс.

Скользкая дорога не прощает неожиданностей, поэтому другие водители заранее должны знать о ваших намерениях.

»

С. 2

## Рождество приносит радость

**Добро**

На Рождество во всех православных храмах и церквях Карачаево-Черкесии прошли торжественные богослужения. А еще этот светлый праздник был отмечен добрыми делами.

Так, дети ветеранов СВО и сотрудники фонда «Задачники Отечества» в КЧР стали участниками рождественского мероприятия в соборе святителя Николая Чудотворца в Черкесске.

После Рождественской службы и молитвы о защитниках Отечества иерей собора святителя Николая Чудотворца Александр Гурин рассказал собравшимся об истории светлого праздника Рождества. Он назвал это временем объединения, добра и веры в настоящее чудо.

Затем гости посетили музеи «История Церкви и казачества», посвященный памяти героев СВО, совершили экскурсию по собору с посещением звонницы, где дети услышали, как звучит каждый колокол.



На традиционной Рождественской ёлке в Черкесске

И, конечно, для ребят были подготовлены музыкальные представления, интерактивные игры и чаепитие. А еще каждый ребенок получил сладкий подарок.

А на следующий день в Черкесске прошла традиционная Рождественская ёлка. Праздничное мероприятие в городском Дворце культуры собрало более 400 воспитанников воскресных школ республики, детей из малообеспеченных и многодетных семей, детей участников СВО, Соб. инф.

**Открыта после капремонта**

В преддверии Нового года в поселке Кавказском Прикубанского района после капитального ремонта открылась СОШ имени Героя Советского Союза Д. А. Старикова. Кабинеты и учебные пространства полностью обновлены. Созданы комфортные условия для учебы, отдыха и развития детей. Здорово начинать новый год в новой, светлой и современной школе!

**Выплата на улучшение жилищных условий**

Семьям с восьмью и более детьми в Карачаево-Черкесии с 2025 года полагается единовременная выплата в размере 1 млн рублей на улучшение жилищных условий. По данным Министерства труда и соцразвития республики, в первый год реализации этой меры соцподдержки такие выплаты получили 87 многодетных семей региона. Напомним, в прошлом году по инициативе Главы КЧР Рашида Темрезова в республике были введены пять новых мер поддержки семей с детьми.

**Впереди — новые гастроны**

Уже несколько лет подряд Государственный ансамбль танца КЧР «Эльбрус» становится участником Всероссийского гастрольно-концертного плана, оператором которого выступает ФГБУК «Росконцерт». В 2026 году наш ансамбль снова вошёл в число участников этой важной и престижной программы. «Для нас это большое признание, доверие и возможность снова представить культуру родной республики на разных сценах страны», — отметили в коллективе.

**Кстати,**

протяжённость федеральной дорожной сети, за исключением автодорог, переданных в доверительное управление Государственной компанией «Автодор» (платные дороги), составляет 50 133,822 километра. В России, согласно данным Федерального дорожного агентства «Росавтодор» на 2024 год, насчитывается 129 дорог федерального значения.



# Наша общая гордость и наш маяк

20 декабря 2025 года исполнилось 105 лет со дня рождения генерал-полковника Салтана Магометова

## Помним

Торжественное мероприятие, посвященное знаменательной дате, прошло накануне нового, 2026, года в Северо-Кавказской государственной академии.

Приветственный адрес Главы КЧР

В связи с проведением памятной даты Главой КЧР Рашидом Темрезовым был направлен приветственный адрес, который огласил на мероприятии первый заместитель руководителя Администрации Главы и Правительства КЧР Марат Хубиев: «Для нас, для Карабаево-Черкесии, Салтан Кеккёсович больше, чем генерал. Он — наша общая гордость и наш маяк. В год 80-летия Великой Победы и Год защитника Отечества, когда мы с особой гордостью произносили имена наших героев, имя Салтана Магометова и его биография — лучший учебник патриотизма для нашей молодёжи, наглядный пример того, как через труд, знание и преданность делу можно достичь самых высоких вершин, прославив при этом свою малую родину. Сегодня мы не просто вспоминаем его, мы отдаём дань величайшегоуважения его славному пути и благодарности за то, что он навсегда вписал свое имя золотыми буквами в историю России и Карабаево-Черкесии».

Участник четырех войн

Муфтий КЧР, председатель Духовного управления мусульман Республики Мухаммад-хаджи Эркенов отметил, что Салтан Магометов — достойный сын Кавказа, участник четырех войн, и сегодня служит примером для подрастающего поколения. Уже в 19 лет командовавший взводом разведки, прошедший горнило Великой Отечественной войны, мудрый стратег, служивший военным советником вооруженных сил в Афганистане, блестящий дипломат, выполнивший свою миссию в Сирии, — таким вошел в



Салтан Магометов (слева) с коллегами

историю Отечества генерал-полковник Магометов.

## Легендарное явление

Ректор Северо-Кавказской государственной академии Руслан Кочаров в своем выступлении отметил, что Салтан Магометов — это уникальное и поистине легендарное явление в истории карабаевского народа и нашего Отечества.

Его жизненный путь, охвативший 45 лет безупречной воинской службы, является ярчайшим примером беззаветного служения Родине. В этом человеке органично соединились личная отвага воина, стратегический гений полководца и редкий дипломатический дар. Он был одним из достойнейших сыновей своей эпохи, по-казавшим, что вершина дости-

гается не протекцией, а исклучительно личным достоинством, интеллектом, неутомимым трудом, талантом и постенным стремлением к новым знаниям.

Юноша из горного аула, он не мечтал о подвигах, но шаг за шагом выстраивал свой путь, путь воина, государственного деятеля, путь, приведший его к вершинам славы.

## Его видели ученым

После переезда с родителями в Кисловодск в 1928 году юный Салтан увлекся шахматами. Возможно, это было основой масштабного стратегического мышления, которое впоследствии высоко оценили в генеральном штабе. С ранних лет он приобщался к труду. Работал с отцом в колхозе, косил сено,

ухаживал за лошадьми, участвовал в полевых работах.

Особое впечатление на него произвели скачки в Красном Кургане, где выращивали лошадей для Красной Армии. Именно там он впервые увидел легендарного маршала Семена Михайловича Будённого.

В 1938 году он с отличием завершил обучение на факультете педагогического института в Милютин-Шахаре (ныне Карабаевск). А в 1939 году без экзамена был принят на физико-математический факультет Ростовского государственного университета. Его преподаватель математики видел в нем будущего ученого.

## Боевой путь

Однако судьба распорядилась иначе. В октябре 1939 года Сал-

тан был призван в ряды Красной Армии. Боевой путь Магометова начался в ноябре 1939 года на советско-финской войне.

С первых же дней Великой Отечественной войны сержант Магометов участвовал в боях на Западном фронте. В составе 16-й армии генерала Рокоссовского проявил себя как умелый и храбрый командир. За оборону Москвы был награжден медалью «За боевые заслуги» и представлен к ордену Красной Звезды. Участвовал в Курской битве. В июле 1943 года старший лейтенант Магометов командовал батареей на одном из самых тяжелых участков фронта.

В ходе боев его артиллеристы подбили шесть немецких танков, заставив противника отступить.

В двух учётных карточках, хранящихся в Центральном архиве Министерства обороны Российской Федерации, в числе других наград значатся ордена Отечественной войны I и II степени, два ордена Красной Звезды, медаль «За боевые заслуги» и др. Его боевые заслуги были стали значимы, что командир полка после депортации настоял на сохранении одного из лучших офицеров в боевом строю. Войну Магометов завершил в звании майора, пройдя путь от Москвы до Прибалтики и Восточной Пруссии.

## Добавим

Сегодня, в сложные для нашей страны времена, мы говорим о важности героизма во имя Отечества. Подлинный героизм на полях сражений проявляют наши воины в зоне СВО. Многие отдали свою жизнь за суверенитет нашего Отечества. Для каждого из нас важно и значимо помнить их имена. Салтан Магометов — один из тех, чьими наследниками являются современные герои.

Неоднократно по указаниям руководства страны Магометов приезжал в Монголию, оказывая помощь войскам и поддерживая дружественные связи с правительством Монголии. За этот период он был награжден орденом Красного Знамени. В феврале 1978 года ему было присвоено звание генерал-полковника. В ноябре 1979 года Магометов был назначен главным военным советником в Афганистане. Перед назначением состоялась продолжительная беседа с Андроповым. Магометов изначально был против ввода войск и открыто излагал свою позицию политическому руководству страны. Он писал: «Основную задачу главного военного советника я видел в стабилизации военной обстановки. Афганское общество не было готово к демократическим преобразованиям. Военное вмешательство подо-

## Основную задачу главного военного советника я видел в стабилизации военной обстановки

рвет авторитет СССР. Ведение войны в горной стране — дело затяжное и бесперспективное, единственный выход — немедленный отыск контингента, надо положить конец бессмысличному кропотливанию». Несмотря на несогласие с решением правительства, он был обязан исполнить приказы и блестящим организовал размещение и снабжение ограниченного контингента в Афганистане.

Его личная принципиальность проявилась и в отказе подписать собственное представление к званию Героя Советского Союза за афганскую деятельность. Он вычеркнул свою фамилию из списка представляемых к высоким наградам. После возвращения в Москву в 1983 году работал первым заместителем начальника Военной академии. Он читал лекции, участвовал в научных конференциях, организовывал обучение молодых офицеров.

ОЛЬГА МАЙЛОВА

# Не так страшен робот, как его малют

Восстание машин и нашествие терминаторов нам пока точно не грозят

## Интервью

Сегодня роботы служат человеку во многих областях — от цифровых, биологических и физических до образовательных и социальных. Они решают огромное количество трудных задач, не зная усталости. Но не слишком ли глубоко мы с разбега заходим в этот неоднозначный мир высоких технологий? Об этом и не только мы говорили с директором филиала Московского международного колледжа цифровых технологий «Академия ТОП» в Черкесске Игорем Есинаем.

— Игорь Юрьевич, думаю, не ошибусь, если назову самым ярким индикатором присутствия «Академии ТОП» в КЧР вашего робота-собаку Топика, который всякий раз собирает вокруг себя толпы взрослых и детей, где бы он ни появился.

— Да, наш Топик всегда вызывает интерес, часто смешанный с настороженностью из-за непривычности ситуаций. Однако достаточно пары минут общения, и робот уже вызывает дружелюбные улыбки. Топик — это отличная иллюстрация того, какими забавными, но полезными могут быть современные технологии. Мы регулярно берем его с собой на городские и региональные мероприятия, чтобы заинтересовать ребят и взрослых возможностями современного цифрового мира. Робот-прототип позволяет наглядно продемонстрировать перспективы, которые открывает робототехника. И нередко знакомство с такими устройствами становится первым шагом к выбору будущей профессии в IT-сфере.

— Наверное, молодежь гораздо быстрее взрослых адаптируется и проще относится к высоким технологиям...

— Разрыв в восприятии между поколениями не столь велик, как кажется, хотя каждая эпоха приносит свои вызовы и необходимость адаптации. Для нынешних взрослых цифровые технологии не столь близки, как для молодежи, которая выросла



Учащиеся колледжа с роботом Топиком

в эпоху глобального интернета, смартфонов и интерактивных устройств. Поэтому они гораздо быстрее привыкают к различным инструментам из области компьютерных наук, будь то искусственный интеллект или роботы.

— Какие эмоции вы наблюдаете у ребят при погружении в этот почти фантастический мир?

— Ребята искренне радуются любым техническим новинкам, играют с виртуальными ассистентами, общаются с чат-ботами и свободно используют гаджеты. Все это для них совершенно естественно и увлекательно!

Молодежь прекрасно чувствует потенциал этих технологий и готова экспериментировать, пробуя новые решения и идеи. Конечно, далеко не все одинаково заинтересованы именно в роботах или ИИ, но общая тенденция очевидна: современная молодежь встречает любые инновации с любопытством и свершениями великих дел!

— Насколько привлекает юное поколение перспективу получения специального образования в цифровой сфере?

— В Карабаево-Черкесии IT-отрасль только формируется, и многих ребят реально вдохновляет перспектива стать частью нового поколения профессионалов. Одни понимают, что от-

крыают дорогу туда, куда раньше путь казался закрытым, и это их привлекает. Другие хотят учитись вполне осознанно, потому что планируют развиваться в сфере высоких технологий, получать знания, которые позволят им успешно строить карьеру даже в условиях регионального рынка. В любом случае, у нас реально талантливая молодежь, и это невероятно приятно наблюдать.

— Стремительное развитие робототехники и технологий ИИ привели к опасениям, что роботы могут стать угрозой для человечества. В связи с этим появилось даже такое понятие как эффект «зловещий дядьки», когда человекокоподобные роботы вызывают резкое отторжение, чувство тревоги и страха. Есть ли сегодня для этого основания?

— На самом деле современные системы искусственного интеллекта — это большие помощники, чем потенциальные захватчики. Языковые модели, например, помогают людям общаться, решать задачи, автоматизировать рутинные процессы. Другие ре-

акции, которые я наблюдал, это то, что люди с любопытством и интересом изучают новые технологии, пытаются ими пользоваться, ищут способы их применения в различных областях. Я думаю, что это нормальная реакция на новые технологии.

## Кстати,

в марте 2025 года Сферум и проект «Твой Ход» в совместном исследовании выяснили, что 65 % молодых людей в России уверены, что без цифровых технологий в современном мире не обойтись и владение ими поможет в будущей карьере. Еще 28 % опрошенных представителей молодежи допускают, что цифровые технологии могут способствовать их карьерному росту, однако все будет зависеть от специальности.

## Получили знак качества

На заседании коллегии Министерства образования и науки КЧР были подведены итоги независимой оценки качества условий осуществления образовательной деятельности за 2025 год. Оценку проводила комиссия членов Общественного совета при министерстве. В результате проведенного мониторинга выделены пять лучших образовательных учреждений региона, которые достигли практических максимальных показателей по всем пяти критериям оценки, засчитав около 100 баллов каждый. Это: колледж индустрии питания, туризма и сервиса; аграрно-технологический колледж; индустриально-технологический колледж; СОШ № 7 села Учкекен; педагогический колледж

имени Умара Хабекова. Эти организации заслуженно получили специальный знак качества, учрежденный министерством в 2025 году.

## На практике в Артеке

В эти дни в Международном детском центре «Артек» проходит 15-я смена. И в качестве вожатых здесь сегодня стажируются 11 лучших студентов 3 и 4 курсов Карабаево-Черкесского педагогического колледжа имени Умара Хабекова. Нашим ребятам предоставлены уникальная возможность применить теоретические знания, приобретенные в стенах родного учебного заведения, непосредственно в работе с детьми, приехавшими в легендарный Артек из разных уголков страны, и пройти высшую школу вожатского мастерства!

## Наденьте шапку

### Будьте здоровы!

ДМИТРИЙ КАРПЕНКО  
доктор кафедры поликлинической терапии Института клинической медицины Пироговского университета

У опытных специалистов по выживанию есть поговорка: «Легче оставаться в тепле, чем согреться».

Согласно данным последних исследований, обморожение может произойти уже при температуре -3°C. Ткани с меньшим притоком крови (руки, ноги и голова), более уязвимы, особенно когда воздух чрезвычайно холодный (температура воздуха ниже -15°C).

В холодное время года следует носить теплоизоляционную одежду, которая имеет высокую влагоотводящую способность, чтобы отводить влагу от кожи. В связи с этим становятся очевидными факты необходимости ношения шапки в зимний период.

Расстягиваясь шапку, чтобы избежать обморожения, мы можем избежать проблем с кожей. В холодном воздухе снаружи влагоотводящие волокна оболочки носа, уменьшают выработку определенных белков, отвечающих за иммунный ответ, на 42%.

Итак, что же делать с этой информацией? Вот несколько советов. Когда на улице холодно, заставьте себя носить шапку и укутайте шею теплее, если очень холодно. Это не полностью защитит нос от переохлаждения, но поможет, сохранив голову в тепле.



Ребята ждали встречи с персонажами народных преданий

тиль житель аула, координатор проекта Мурат Джандаров.

Проект реализован при финансовой и информационной поддержке Международного объединения «Алашара». Личное софинансирование в размере 70 тысяч рублей выделил президент организации Мусса Эзеков.

Руководитель офиса «Алашара» в Черкесске Мурат Гедугов отметил значимость инициативы: «Этот проект важно сделать традиционным. Мы видели, с каким интересом жители Инжич-Чукуна участвовали в испытаниях народных преданий».

Проект реализован при финансовой и информационной поддержке Международного объединения

