



ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

В АДМИНИСТРАЦИИ РАЙОНА

ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 478-п

Об утверждении Порядка установления причин нарушения законодательства о градостроительной деятельности на территории сельских поселений Терского муниципального района КБР

На основании части 4 статьи 62 Градостроительного кодекса Российской Федерации, части 6 статьи 43 Федерального закона от 6 октября 2003 года № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации» и Устава Терского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики, принятого решением 39-ой сессии 6-го созыва Совета местного самоуправления Терского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики от 27.01.2020 года № 221, местная администрация Терского муниципального района КБР **п о с т а н о в л я е т:**

1. Утвердить Порядок установления причин нарушения законодательства о градостроительной деятельности на территории сельских поселений Терского муниципального района КБР.

Глава местной администрации Терского муниципального района КБР

20 ноября 2024 года

(Постановление № 478-п и приложения к постановлению размещены на сайте местной администрации Терского муниципального района в сети Интернет <https://terek.kbr.ru>)

2. Утвердить Положение о технической комиссии по установлению причин нарушения законодательства о градостроительной деятельности на территории сельских поселений Терского муниципального района.

3. Опубликовать настоящее постановление в районной газете «Терек-1» и разместить на официальном сайте местной администрации Терского муниципального района КБР в сети «Интернет» <https://terek.kbr.ru/>.

4. Настоящее постановление вступает в силу с момента его опубликования.

5. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя главы местной администрации Терского муниципального района КБР Оразаева А.Х.

А.Хуштов

В НОМЕРЕ

ПРОЕКТ «ПАРТА ГЕРОЯ» СТАРТОВАЛ В ШКОЛАХ РОССИИ



с. 2

СЕМЬЯ ЧЕМПИОНА



с. 3

С ЛЮБОВЬЮ ОБ УЧИТЕЛЕ



с. 4

АР ХУЭДЭШ НЭМ, АР ХУЭДЭШ ПСЭМ



с. 6

ЧЕТВЕРТЬ ВЕКА УНИКАЛЬНОМУ ЧЕМПИОНСТВУ



с. 7

УСПЕХ УРОЖАЙНЕНСКИХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ



с. 7

В администрации района состоялось чествование игроков и тренеров ФК «Тэрч»



В администрации района состоялось чествование игроков и тренеров ФК «Тэрч», который показал высокие результаты по итогам завершившегося чемпионата КБР по футболу.

Основная сборная команда ФК «Тэрч» под руководством тренера Марата Болотокова заняла второе место на чемпионате КБР, а также стала финалистом

Кубка Главы КБР.

Команда ветеранов заняла третье почетное место (тренер - Казбек Шамаев).

Юношеская команда ФК «Тэрч» (тренер - Рамазан Кумыков) завоевала 1 место чемпионата КБР.

Глава администрации Терского района Асланби Хуштов вручил ребятам и тренеру Благодарственные письма и денежную премию.

Отметили и юношей, ставших победителями Всероссийского турнира по футболу «Осенний кубок ImSport 2024», который проходил в городе Геленджик (тренер - М.Болотоков). Команда будет экипирована новым комплектом формы для выступления в следующем сезоне.

Также денежными призами от президента футбольного клуба «Тэрч» Аслана Болова поощрены

тренеры.

Асланби Хуштов поблагодарил игроков и тренеров за хороший футбол.

- Наша цель - приобщить к этому популярному виду спорта как можно больше молодых людей, - подчеркнул руководитель района.

Пресс-служба местной администрации Терского муниципального района

ИНФРАСТРУКТУРА

Представители Общественной палаты проверили ход работ на улице Шауцукова

Взаимодействие с населением является неотъемлемой частью реализации национального проекта «Безопасные качественные дороги» и имеет ключевое значение для успешного выполнения задач нацпроекта. В Кабардино-Балкарской Республике общественные организации активно участвуют в обсуждении и мониторинге выполнения проекта, что позволяет эффективно учитывать нужды и пожелания жителей региона.

Представитель регионального отделения ОНФ в Кабардино-

Балкарской Республике и специалисты регионального дорожного управления осуществили выезд на автодорогу Дейское-Верхний Акбаш-Терекское в селении Дейское.

Во время прямого эфира с главой КБР К.В. Коковым жители попросили отремонтировать улицу Шауцукова в селении Дейское, в результате чего было принято решение включить эту улицу в план работ с началом реализации уже в 2024 году. Ремонтные работы на улице Шауцукова направлены на повышение прочности дорожно-

го покрытия, что особенно важно для интенсивного грузопотока, проходящего через данное поселение. Протяженность участка составляет 4,1 км.

В настоящее время завершены работы по разработке основания и устройству нижнего слоя из песчано-гравийной смеси.

Специалистами сейчас выполняются работы по разработке грунта под тротуары, установке бортовых камней и закладных деталей под дальнейшее устройство освещения.

«В июне 2025 года дорожники планируют завершить капитальный ремонт на автодороге Дейское-В.Акбаш-Терекское. На этом участке работы в самом разгаре, установлены предупредительные знаки, в настоящее время дорожники обустривают тротуары. На участке соблюдаются все нормативные требования в рамках выполнения работ», - отметила координатор по организационным вопросам Регионального отделения ОНФ в КБР Косумова Изабелла Сафарбиевна.

Б. Азикова,
руководитель пресс-службы
министерства транспорта и
дорожного хозяйства КБР

ПАТРИОТИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ

ПРОЕКТ «ПАРТА ГЕРОЯ» СТАРТОВАЛ
В ШКОЛАХ РОССИИ

Патриотический проект партии «Единая Россия» под названием «Парта героя» стартовал в школах России. Право сидеть за такой партией получают ученики, имеющие успехи в учебе, принимающие активное участие в жизни школы.

В МКОУ СОШ № 3 им. Т.К.Мальбахова г.п. Терек состоялось торжественное мероприятие - открытие Парты Героя.

В начале мероприятия был организован живой коридор из числа обучающихся (юнармейцы, активисты, волонтеры) для гостей, приглашенных участвовать в важном событии, после чего все прошли к парте, за которой сидел школьником погибший в ходе СВО Адам Хатов, где их ожидала остальная часть обучающихся в количестве 50 человек.

Мероприятие началось с выноса государственных флагов РФ и КБР. Прозвучали гимны РФ и КБР.

На мероприятии присутствовали директор Многофункционального молодежного центра КБР А.М. Дзагаштов, представители рода Хатовых, местной администрации Терского муниципального района, Управления образования местной администрации Терского муниципального района, филиала фонда «Защитники Отечества» в Терском районе, общественных организаций, молодежных движений.

Ведущие мероприятия читали стихи по тематике. Много теплых слов было сказано об Адаме Заурбиевиче Хатове А.М. Дзагаштовым, заместителем главы местной администрации Терского муниципального района А.А. Алхасовым, председателем Общественной палаты в Терском районе М.А. Керемовым, председателем районного Совета ветеранов В.Н. Ашижеевым, классным руководителем



героя Жанетой Кабановой Тимижевой и старшим рода Хатовых - Мухарби Батиевичем.

Адам с 1 по 11 классы учился в 3-й городской школе. Он был прилежным учеником, прекрасным спортсменом, активным членом военно-патриотического клуба «Молодая гвардия». После окончания школы Адам поступил в Высшее командное училище в г. Москве. Юноша проходил службу в Воронежской области, командовал гранатометно-пулеметным взводом. В конце февраля 2022 года Адам стал участником СВО. Во время выполнения боевой задачи 24 апреля 2022 года в селе Сулиговка Харьковской области Адам

Хатов погиб. За мужество и героизм, проявленные при выполнении боевого задания, Адам Заурбиевич Хатов награжден Орденом Мужества (посмертно).

Для учителей и учеников школы выпускник Адам Хатов является гордостью, примером отваги, мужества и героизма.

Присутствующие минутой молчания почтили память о нем.

Затем состоялась церемония возложения цветов и выноса знамен.

В этот же день в МКОУ СОШ им. Х.Т.Карашаева с.п. Верхний Акбаш также состоялось открытие Стены памяти героев СВО Ратмира Хабаловича Кудаяева, Алана

Олеговича Гедгагова, Рустама Романовича Иругова, Батраза Муаедовича Камботова, Хизира Олеговича Карданова, Кантемира Муаедовича Катаева и Кантемира Мухамедовича Тлиашинова.

Проведение подобных мероприятий способствует формированию у детей и подростков уважительного отношения к истории Отечества, героическому прошлому и настоящему нашей страны, к героям боевых действий и доблестного труда на примере героических образов ветеранов Великой Отечественной войны, участников боевых действий, ветеранов труда.

Ирина ЖЕЛИХАЖЕВА

В ПРОКУРАТУРЕ РАЙОНА

УГОЛОВНОЕ ДЕЛО В ОТНОШЕНИИ ЛИЦ,
ОБВИНЯЕМЫХ В ПОКУШЕНИИ НА НЕЗАКОННЫЙ
ОБОРОТ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ
В КРУПНОМ РАЗМЕРЕ, НАПРАВЛЕНО В СУД

Прокуратурой Терского района утверждено обвинительное заключение по уголовному делу по обвинению Ц. и С. в совершении преступления, предусмотренного ч. 3 ст. 30, ч. 2 ст. 228 УК РФ (покушение на незаконное приобретение, хранение без цели сбыта наркотических средств, совершенные в крупном размере), которое направлено в Терский районный суд Кабардино-Балкарской Республики для рассмотрения по существу.

Органами предварительного расследования Ц. и С. обвиняются в том, что 10.09.2024 г. по обоюдному согласию решили приобрести наркотическое средство - производное N-метилэфедрон (1 -фенил-2-пирролидин-1-илпентан-1-он) для личного употребления без цели сбыта, тем самым вступив между собой в преступный сговор.

В осуществление общего преступного умысла, используя сотовый телефон, в многофункциональном мессенджере «Telegram» заказали указанное наркотическое средство в крупном размере, оплатив его стоимость путем перечисления денежных средств на банковскую карту неустановленного лица.

Получив текстовое сообщение с указанием географических координат (широта, долгота) и снимок места расположения тайника - «закладки» с наркотическим средством на сотовый телефон, действуя согласованно с целью поднятия тайниковой закладки с наркотическим средством, на автомашине такси, водитель которого не был осведомлен об их преступных намерениях, прибыли на участок местности, расположенный в Терском районе КБР, где примерно в 18 часов 40 минут при поиске тайниковой закладки были задержаны сотрудниками полиции ОМВД России по Терскому району, в связи с чем не смогли довести свой преступный умысел до конца по независящим от них обстоятельствам.

За совершение данного неоконченного преступления Уголовным кодексом Российской Федерации предусматривается наказание в виде лишения свободы на срок до 7 лет 6 месяцев.

С 1 ЯНВАРЯ 2025 ГОДА МИНИМАЛЬНЫЙ
РАЗМЕР ОПЛАТЫ ТРУДА СОСТАВИТ
22 440 РУБЛЕЙ (ВМЕСТО 19 242 РУБЛЯ)

В соответствии с изменениями, внесенными Федеральным законом от 29.10.2024 года № 365-ФЗ в статью 1 Федерального закона от 19.06.2000 года № 82-ФЗ «О минимальном размере оплаты труда», минимальный размер оплаты труда установлен с 1 января 2025 года в сумме 22 440 рублей в месяц.

Вместе с тем ряд выплат нельзя включать в расчет минимального размера оплаты труда. К ним относятся:

- оплату сверхурочной, ночной работы, работы в выходные и праздники;
- «северные» надбавки и районные коэффициенты;
- зарплату внутренних совместителей (ее выплачивают по отдельному трудовому договору);
- доплату за совмещение должностей;
- оплату доплаты педагогам (за классное руководство, проверку письменных работ, заведование кабинетами, лабораториями и др.);
- выплаты, которые не являются элементом оплаты труда, поскольку носят социальный, а не стимулирующий характер (к ним могут отнести, к примеру, премии к праздникам).

КОНСТИТУЦИОННЫЙ СУД РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ ОБОБЩИЛ СВОЮ ПРАКТИКУ
ЗА III КВАРТАЛ 2024 ГОДА

В «Обзор практики Конституционного Суда Российской Федерации за третий квартал 2024 года» вошла позиция о том, что в ряде случаев можно уплачивать штрафы со скидкой 50%, даже если нарушение обнаружил прокуратор.

Так, Конституционный Суд Российской Федерации постановил признать положение части 1.3 - 3 статьи 32.2 КоАП Российской Федерации не соответствующим Конституции Российской Федерации, ее статьям 19 (части 1 и 2), 34 (часть 1), 35 (части 1, 2 и 3), 55 (часть 3) и 75.1 в той мере, в какой оно не предоставляет возможности льготной (в половинном размере) уплаты административного штрафа в случае выявления административного правонарушения в ходе проверки, проведенной органами прокуратуры.

В соответствии с Постановлением Конституционного Суда Российской Федерации от 18.07.2024 года № 39-П федеральному законодательству надлежит, исходя из требований Конституции Российской Федерации и с учетом правовых позиций Конституционного Суда Российской Федерации, выраженных в настоящем Постановлении, внести в правовое регулирование необходимые изменения - впредь до внесения изменений в правовое регулирование в случае выявления административного правонарушения в ходе проверки, проведенной органами прокуратуры, должна предоставляться предусмотренная положением части 1.3 - 3 статьи 32.2 КоАП Российской Федерации возможность льготной (в половинном размере) уплаты административного штрафа.

М. Хутатов,
заместитель прокурора района,
советник юстиции

УПРАВЛЕНИЕ ФНС РОССИИ ПО КБР ИНФОРМИРУЕТ:

Уплатите налоги не позднее 2 декабря 2024 года

УФНС России по КБР напоминает, что срок уплаты имущественных налогов (земля, недвижимость, транспорт) физических лиц за 2023 год - не позднее 2 декабря 2024 года.

Налоговые уведомления по имущественным налогам и НДФЛ теперь можно получить не только в Личном кабинете налогоплательщика для физических лиц, но и на портале «Госуслуг». Для подключения данной услуги, необходимо направить согласие на получение налоговых документов (ранее на портале отображалась только сумма задолженности по налогам).

С 1 января 2023 года уплата налогов осуществляется в качестве единого налогового платежа по новым реквизитам. Все необходимые реквизиты для уплаты имущественных налогов отражены в налоговом уведомлении в разделе: «Информация, необходимая для перечис-

ления налогов в качестве единого налогового платежа в бюджетную систему РФ (реквизиты платежа)».

Оплатить налоги можно любым удобным способом:

- в «Личном кабинете налогоплательщика» на сайте ФНС России (www.nalog.gov.ru);
- в личном кабинете на портале Госуслуг;
- с помощью сервиса «Уплата налогов и пошлин» на сайте ФНС России;
- через мобильное приложение «Налоги ФЛ»;
- в любом отделении банка, платежных терминалах или почтовых отделениях.

Ответы на многие вопросы, связанные с получением и исполнением налоговых уведомлений, можно получить на сайте ФНС России www.nalog.gov.ru на странице «Налоговое уведомление 2024 года».

ПРИЕМ ГРАЖДАН

Проведение 29 ноября 2024 года заместителем прокурора
Кабардино-Балкарской Республики личного приема граждан
в местной администрации Терского муниципального района
Кабардино-Балкарской Республики

В соответствии с планом работы мобильной приемной прокурора Кабардино-Балкарской Республики на второе полугодие 2024 года заместителем прокурора республики Жуковым Д.Г. будет проводиться личный прием граждан в здании администрации Терского муниципального района.

Дата: 29.11.2024, время: с 10:00 до 16:00.

Запись на прием осуществляется по телефону: 8(86632)44-2-45.

ГОД СЕМЬИ

Семья чемпиона

2024
ГОД СЕМЬИ

В каждом селе найдутся десятки семей, которые могут претендовать на то, чтобы быть ориентирами для остальных, особенно для тех семей, которые создаются в настоящем и будут создаваться в будущем. Конечно, охватить все семьи своим вниманием мы не можем, да и не ставилась такая задача, но

в течение года постарались рассказать о них с охватом разных сел, в том числе города. И вот рассказ о новой семье, на этот раз из с.п. Нижний Курп. Это супружеская пара Унежевых Володи Хамишова и Зои Натрибовны, в этом году отметившая 34-ю годовщину совместной жизни.



Кто-то скажет, что не такой уж большой срок совместной жизни у них, чтобы продемонстрировать достижения данной семьи. Но дело ведь не только в семейном стаже, не только этим измеряются факты, определяющие статус той или иной семьи, есть и другие параметры. На первый взгляд, это среднестатистическая семья, каких в селе немало. Но если капнуть чуть глубже, то раскроешь такие горизонты личностей, что диву даешься, откуда у сельской семьи берется такое!

Оба супруга - земляки, из одного села. Но по признанию Володи Хамишова, их знакомство состоялось в довольно позднем для жениховства времени. Мы уже не раз писали о Володе, его достижениях в спорте, тренерской работе, а вот в семейном ракурсе раскрывается не менее удивительный портрет человека.

Но сначала о предыстории. В семье тракториста Хамиши Мухамедовича и Хазизет Хацуковны росли три сына и одна дочь. Средний из сыновей был настоящим богатырем. Свою упитанность, над которой подтрунивали ровесники, мальчик сумел правильно реализовать. Физически сильный, он стал заниматься тяжелой атлетикой, что поощрял, поддерживая его во всем, его учитель физкультуры Индерби Батырбекович Хупов. Уже в самом конце выпускного класса Володя выиграл республиканское первенство по тяжелой атлетике.

Затем были годы учебы в Терском сельскохозяйственном техникуме в г. Прохладный, где он учился на ветеринара. За три года учебы он трижды становился чемпионом России по тяжелой атлетике, выполнив норматив мастера спорта, но ему почему-то присудили кандидата в мастера спорта РФ. По распределению его направили в с. Арик в сельскую ветлечебницу. И вот здесь-то он проявил свой тренерский талант. Организовал в подвале Дома культуры спортзал с тренажерами, которые в основном сам сооружал и делал, набрал желающих ребят и стал заниматься с ними. И так десять лет.

В промежутке этого времени, когда в течение трех месяцев был дома, познакомился с будущей своей женой. Зоя Натрибовна к тому времени была вдовой. Рано потеряв мужа, жила с двенадцатилетним сынишкой. Молодая женщина пережила немало трудностей. Она выучилась на швею, работала в Доме быта г. Терек, затем в селе в совхозе «Курпский», позднее - в сельском швейном цехе и, выйдя на пенсию, еще два года - в БТК г.Терек.

Молодые люди где-то два-три года присматривались к друг другу. Володя Хамишович честно признался, что девушка покорила его своей красотой, и он делал все, чтобы завоевать ее сердце. Это оказалось не трудно, так как Володя был спокойным, добродушным человеком, казался серьезным, как и его профессия. А еще, и это сыграло, наверное, главную роль, он очень любил детей. В беседе с ним заметила, как только речь заходила о детях, у него начинали светиться глаза, любовь к ним он, если даже и хотел бы скрыть, не смог бы. Сына Заура он принял как родного, в дальнейшем пытался приобщить его к своему любимому спорту.

В общем, когда родились совместные с женой дети, а это сын и дочь, ничем не выделял их, все росли в равных условиях. Себя Володя Хамишович считает более твердым по сравнению с супругой в плане воспитания детей, во что верится с трудом. Эффект их воспитания состоял в том, чтобы на собственном примере взаимоотношений учить детей жизни, готовить их к будущему. Спокойные взаимоотношения, взаимопонимание, в которых немалую роль играло, по словам Володи Хамишова, терпеливое отношение его жены к его частым поездкам на соревнования, как будто по наследству передались детям. Генетика есть генетика.

Конечно, как и в каждой кабардинской семье, большой акцент в воспитании делался на национальных обычаях и традициях. Это было бесспорным фактором.

Когда Володя Хамишович окончательно вернулся в родное село и стал работать в участковой ветлечебнице, то участь молодых была решена, и они поженились. Володя, как и в Арике, стал заниматься с детьми, приобщая их к тяжелой атлетике и особенно к пауэрлифтингу. В 39 лет начинать семейную жизнь для мужчины не настолько проблематично, как женщине. Лучше поздно, чем никогда. А может быть, позднее счастье оценивается как нечто особенно дорогое, как подарок судьбы. Он по-особенному ценил рождение собственных детей. Его радовало и то, что этим видом спорта увлекся его сын Марем. Несмотря на то, что после школы он решил связать свою судьбу с сельским хозяйством, спорт не бросал. Сейчас, живя с родителями в селе, переквалифицировался в тренера и работает в школе, занимаясь с детьми тяжелой атлетикой. У него у самого уже двое

детей дошкольного возраста, и пятилетний сынишка подает надежды, приобщаясь к занятиям с отцом.

Дочь Марьят пошла по другой линии. Окончила в свое время музыкальный колледж в Нальчике, затем Пятигорский лингвистический университет, выучилась на преподавателя английского языка, но в данный момент не работает, так как у нее маленькие дети. Вместе с мужем, а теперь она Аксорова, живет в г. Нальчике.

Отдельно в своем доме живет старший сын Заур Хатохов (фамилия его родного отца). Будучи в Москве на заработках, он встретил свою будущую жену, калмычку по национальности. Он также взял себе в жены молодую женщину, у которой было уже двое детей, а теперь добавилось еще совместных два сына. Семья занимается откормом скота на собственном подворье, что дает им определенную прибыль на пропитание.

Сын Марем на сегодня является чемпионом мира по пауэрлифтингу (2014 год), обладателем кубка Евразии, мастером спорта по пауэрлифтингу и кандидатом в мастера спорта по тяжелой атлетике. То есть, уверенно идет по стопам отца. Что касается Володи Хамишова, то он несколько отошел от тренерства, передав бразды правления сыну. Однако по-прежнему участвует в соревнованиях. В прошлом году выиграл чемпионат мира в Москве. В этом году трижды занял первые места на чемпионатах мира и в целом является пятикратным чемпионом мира по пауэрлифтингу и двукратным чемпионом Европы.

Занимаясь спортом, а это, прежде всего, ходьба по утрам по просторам родного села и тренировки, он держит себя в прекрасной физической форме. Есть еще силы заниматься и трудом. Дома у него сад, виноградник, огород, 20 голов крупнорогатого скота на откорме. Сын Марем арендует 5-6 гектаров сельскохозяйственной пашни, что помогает в создании рациона питания животных. В общем, привычный сельский труд позволяет жить неплохо в материальном плане, и бюджет семьи поддерживается всеми коллективно. Ведь и Зоя Натрибовна, занимаясь в основном домашними женскими делами, вносит в него свою лепту. Она не забыла о своей профессии швеи, обшивает не только родных, но и соседей. И хотя в июне этого года Володя Хамишович ушел из профессии как бы окончательно, к его услугам нет-нет да и прибегают односельчане.

Конечно, он гордится своими воспитанниками, особенно девочками, которых в основном тренировал последние годы. Это Карина Билимихова, ставшая чемпионкой мира по пауэрлифтингу в 2017 году, чемпионкой России, мастером спорта. Это и Кристина Кунтишева - чемпионка мира, двукратная чемпионка Европы, мастер спорта. Есть и другие. Он скучает по тому времени, когда тренировал их, как скучает по другой своей страсти - волейболу. Но жизнь есть жизнь. Она не стоит на месте, все течет, все меняется. Уходит в прошлое большой спорт, но остается рядом его семья - главная ценность, с которой ничто не сравнится. И это главное!

Галина КАМΠΑРОВА

КУЛЬТУРА

В честь Дня матери

В День матери повсеместно в районе прошли мероприятия, посвященные этой дате. Так, в отделе обслуживания Центральной районной библиотеки имени А.С.Пушкина г.п. Терек провели поэтический вечер "На любовь свое сердце настрою..."

На мероприятии присутствовали активные пользователи библиотеки и любители поэзии, которые делились воспоминаниями о своих замечательных мамах! На вечере прозвучали стихи известных поэтов и писателей на трёх языках: Р. Рождественского, С.Есенина, Н.Некрасова, Р. Казаковой, И.Кашежевой, Р. Гамзатова, А.Созаева, Б.Утижева, А. Кешокова, Л.Загаштоковой, Д. Шомаховой, А. Мукожева.

В исполнении участников мероприятия прозвучали песни "По-

говори со мною, мама" и "Письмо матери". Самым ярким было выступление Дисаны Едгуловой (ученицы 2 "А" класса, МКОУ «Прогимназия № 2» г.п. Терек), прочитавшей замечательное собственное стихотворение в адрес своей мамы, чем заслужила "Приз зрительских симпатий."

У книжной выставки "Мама - простое, казалось бы, слово..." проведён обзор литературы.

Общение продолжилось за дружеским чаепитием.

Ирина ЖЕЛИХАЖЕВА



ТВОИ ЛЮДИ, РАЙОН



С любовью об учителе

Жизнь в профессии и профессия в жизни - так можно сказать о моём бывшем учителе физкультуры, а в настоящем доценте кафедры физической культуры и спорта Кабардино-Балкарского государственного университета, кандидате педагогических наук, Заслуженном мастере спорта России, Заслуженном тренере России НАП (Независимая ассоциация пауэрлифтинга), мастере спорта России по пауэрлифтингу, мастере спорта России по гиревому спорту, человеке-легенде, вошедшем в Книгу рекордов Гиннеса, - и все это об Ингушеве Чериме Хажпаговиче.

в любую минуту. И мы доверяли ему, могли рассказать о сокровенном, попросить у него совета. Но также именно поэтому считали себя обязанными выполнять все требования по его предметам.

Помню такой случай. Один из моих одноклассников, угнав машину отца, решил с ветерком прокатить на ней своих друзей. Но, осознав содеянное, что они будут наказаны, ребята вечером спрятались в спортзале школы. Всю ночь их искали родители вместе с учителями, а они тем временем сладким сном спали на матах. Утром их обнаружил Черим Хажпагович. Поняв раскаяние ребят, он смог найти подход и к родителям, и к директору школы, и к классному руководителю. Благодаря ему конфликт между детьми и взрослыми не был раздут до драматизма, и этот случай не вышел за пределы школы.

Конечно, можно понять, что пережили взрослые в тот вечер. Сейчас, спустя 40 лет после окончания школы, мы со смехом вспоминаем об этом случае, а также о многих своих проделках и школьных шалостях. Сколько мудрости, терпения и доброты было в нашем учителе, чтобы понять и оправдать нас в глазах старших. Доброта и любовь - вот основные качества, которые присутствовали в нем. Строгий взгляд, четкий, поставленный командный голос и требовательность - таким традиционно представляется учитель физкультуры, но Черим Хажпагович разрушил эти стереотипы. Своим многолетним успешным трудом он доказывал, что именно любовь, доброта и взаимоуважение являются залогом успеха педагога.

Он находил подход к каждому ребенку индивидуально, учитывая не только его физические способности, но и желание научиться. И, если он видел искру в глазах ребенка, то, не нанося вред его организму, он не только приобщал его к спорту, но и раскрывал его способности в этом направлении.

Выпустив нас из школы, Черим Хажпагович перешёл в качестве преподавателя на факультет физической культуры и спорта Кабардино-Балкарского государственного университета, где до сих пор работает.

Инициативный, целеустремленный, профессиональный, собранный человек, влюбленный в свою профессию и умеющий увлечь за собой студентов, он за время работы подготовил немало воспитанников, которые достигли больших результатов по разным спортивным направлениям.

В 2008 году Черим Хажпагович защитил кандидатскую диссертацию на тему: «Технология тренировки спортсменов в условиях адаптированной к гиревому спорту машины управляющего воздействия», став кандидатом педагогических наук.

Он принимал участие в 12-ти соревнованиях Северного Кавказа по национальным видам спорта, где в восьми был абсолютным чемпионом.

Черим Хажпагович издал шесть методических пособий, три - по силовым видам спорта, опубликовал около трех десятков статей, используя в работе опыт сильнейших гиревиков России.

Достижений у нашего любимого учителя не счесть. Он не только профессиональ-

ный атлет, но и установил мировой рекорд по массовому синхронному подъему гирь. Имя Черима Хажпаговича Ингушева вписано в Книгу рекордов Гиннеса.

На чемпионате мира, Европы и Евразии по гиревому спорту среди мастеров (ветеранов) по коллективному занятию гиревым спортом под названием «300 спартанцев» участвовали спортсмены из многих регионов России, Западной Европы и Азии. Россия подала заявку на 300 спортсменов-гиревиков и пригласила представителей лондонской штаб-квартиры «Мировых рекордов Гиннеса» во главе с комиссаром Джеком Брокбэнком в Архангельск, где и удалось улучшить американское достижение по массовому синхронному подъему гирь на 28 человек. В результате 275 спортсменов-гиревиков, в числе которых был и наш Черим Хажпагович, вписали свои имена в знаменитую Книгу рекордов Гиннеса.

Помимо этого, в группе спортсменов в возрасте 60-64 года он стал чемпионом мира в двух номинациях: «Свободной номинации (рывок)» за 10 минут - 246 подъемов 16-килограммовой гири и в номинации «Произвольный способ поднятия гирь (толчок длинным циклом)» за 10 минут - 110 подъемов.

За последние три года Черим Хажпагович подготовил 47 мастеров спорта. Он гордится сегодня своими воспитанниками, которые достигли заметных результатов в соревнованиях по подъему тяжестей, а мы гордимся тем, что в нашей жизни был и остается такой наставник как Черим Хажпагович.

Несмотря на свой возраст (нашему герою 73 года), Черим Хажпагович находится в строю, в хорошей спортивной форме, пропагандируя здоровый образ жизни. Своим личным примером он убеждает своих воспитанников в пользе занятий физической культурой и спортом.

От себя лично и от своих одноклассников 1984 года выпуска я хочу пожелать Чериму Хажпаговичу Ингушеву здоровья, долгих лет жизни, благодарных воспитанников и еще долгие годы оставаться в строю активным, жизнерадостным пропагандистом здорового образа жизни.

А. Болова,
член Союза журналистов РФ

КОНКУРС

«Терские игрища»: муниципальный этап

С 18 по 20 ноября 2024 г. в соответствии с планом работы МКУ ДО ЦДТ Терского района в актовом зале ЦДТ был проведен муниципальный этап фольклорно-краеведческого конкурса «Терские игрища-2024».

ленным требованиям. Все участники конкурса были награждены призами и грамотами Управления образования Терского муниципального района.

Для участия на республиканском этапе конкурса «Моя Кабардино-Балкария» ре-

Мероприятие проводилось с целью сохранения национального фольклора, обычаев и традиций и было направлено на воспитание бережного отношения к культурному наследию своего народа и культурным традициям других национальностей.

В муниципальном этапе конкурса приняло участие 14 образовательных учреждений района.

В жюри конкурса вошли: председатель Совета ветеранов Терского муниципального района В.Н. Ашижев; заместитель председателя «Адыгэ хасэ» Терского муниципального района Т.Л. Гязова; методист ЦДТ Д.П. Бельгушева.

Конкурс проводился по зонам, и его результаты выглядят так:

Урожайненская зона:
1 место - МКОУ СОШ с.п. Урожайное
2 место - МКОУ СОШ с.п. Арик
2 место - МКОУ СОШ с.п. Новая Балкария
3 место - МКОУ СОШ с.п. Красноармейское
3 место - МКОУ СОШ с.п. Терекское
Курпская зона:
1 место - МКОУ СОШ с.п. Тамбовское
2 место - МКОУ СОШ с.п. Дейское
2 место - МКОУ СОШ № 2 с.п. Плановское
3 место - МКОУ СОШ с.п. Нижний Курп
3 место - МКОУ НШДС с.п. Верхний Акбаш
Городская зона:
1 место, ГРАН-ПРИ - МКОУ «Прогимназия № 1» г.п. Терек



2 место - МКОУ «Лицей №1» г.п. Терек
2 место - МКОУ СОШ № 2 г.п. Терек
3 место - МКОУ «Прогимназия № 2» г.п.

Терек
Жюри конкурса отметило, что выступление конкурсантов соответствовало заяв-

комендована команда МКОУ «Прогимназия № 1» г.п. Терек.

Ирина ЖЕЛИХАЖЕВА

К ВСЕМИРНОМУ ДНЮ БОРЬБЫ СО СПИДОМ

Профилактика СПИД: факты о ВИЧ и СПИДе

Сегодня вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) - один из самых изученных вирусов. За 40 лет мы узнали его строение, эпидемиологию, жизненный цикл, функции его белков и многое другое. Несмотря на все вышеуказанные достижения, ВИЧ остаётся серьёзной глобальной проблемой общественного здравоохранения. Передача вируса продолжается во всех странах мира.

Информированность - лучшее средство против иррационального страха и паники. Сегодня мы расскажем вам о 10 фактах о ВИЧ и СПИДе. Итак:

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) - это вирус, который поражает иммунную систему организма. Вирус наносит удар по иммунной системе в течение первых недель инфекции, но симптомы нарушения иммунитета в среднем проявляются через 6-8 лет в виде синдрома приобретённого иммунодефицита (СПИД). Это происходит, когда иммунная система, до этого лихорадочно восполняющая потери лимфоцитов-хелперов, истощается и проигрывает борьбу с вирусом. Важно: можно быть носителем ВИЧ-инфекции, но не болеть СПИДом.

ВИЧ-инфекцию невозможно вылечить, однако с помощью антиретровирусных препаратов можно остановить размножение вируса в организме.

Современная антиретровирусная терапия (АРТ) не излечивает ВИЧ-инфекцию, но позволяет иммунной системе человека окрепнуть. Это помогает бороться с другими инфекциями.

В настоящее время АРТ необходимо принимать каждый день до конца жизни.

АРТ снижает количество вируса в организме человека. Это устраняет симптомы и позволяет людям жить полноценной и здоровой жизнью. Люди, живущие с ВИЧ, которые принимают АРТ и у которых нет признаков вируса в крови, не передают вирус своим половым партнёрам.

Беременные женщины с ВИЧ должны как можно скорее получить доступ к антиретровирусной терапии и принимать её. Это защитит здоровье матери и поможет предотвратить передачу ВИЧ плоду до рождения или через грудное молоко.

Запущенные случаи ВИЧ-инфекции остаются постоянной проблемой в борьбе с ВИЧ. ВОЗ оказывает поддержку странам в реализации комплексного подхода к лечению запущенных случаев ВИЧ-инфекции для снижения заболеваемости и смертности. Разрабатываются новые лекарства от ВИЧ и краткосрочные курсы лечения оппортунистических инфекций, таких как криптококковый менингит, которые могут изменить подход к антиретровирусной терапии и профилактическим препаратам, включая доступ к инъекционным препаратам в будущем.

ВИЧ передается через кровь при незащищённом половом акте от матери к ребёнку при естественных родах и кормлении грудью. В быту при поцелуях, укусах, чихании, через укусы насекомых и рукопожатиях ВИЧ не передается.

Узнать о том, что ты болен, можно только, пройдя обследование (тестирование) на ВИЧ. Внешних признаков у заболевания нет. Человек может годами жить, не зная, что он болен. При этом он может продолжать заражать других - в этом и состоит коварство заболевания. Тестирование на ВИЧ нужно проходить раз в год. Пройти тест можно абсолютно бесплатно и анонимно в Центре профилактики и борьбы со СПИДом.

Благодаря лечению антиретровирусными препаратами (АРВ) вирус иммунодефицита человека можно контролировать и предотвращать его передачу, что позволяет людям с ВИЧ и тем, кто подвергается значительному риску, жить здоровой, долгой и продуктивной жизнью. Партнёры, которые принимают такую терапию,

могут рожать абсолютно здоровых детей.

Без лечения средняя продолжительность жизни человека после инфицирования ВИЧ оценивается в 9-11 лет. Сегодня ВИЧ-инфицированный человек при правильном приеме лекарств может прожить столько же, сколько в среднем живет человек без ВИЧ.

Согласно оценкам экспертов в настоящее время лишь 70% людей с ВИЧ знают о своем статусе. Остальные 30% нуждаются в получении доступа к услугам ВИЧ-тестирования.

У ВИЧ-положительных людей выше риск развития серьезных заболеваний, в том числе и онкологических. Некоторые виды онкологических заболеваний в десятки, а то и в сотни раз чаще встречаются у людей с ВИЧ. Например, саркома Капоши развивается в 500 раз чаще, неходжкинские лимфомы - в 12 раз, а инвазивный рак шейки матки - в 3 раза чаще, чем у ВИЧ-отрицательных. Эти три заболевания считаются ВИЧ-ассоциированными, и их наличие говорит о развитии стадии СПИДа у пациента.

Есть также онкозаболевания, которые значительно чаще развиваются при наличии вируса иммунодефицита человека, но их считают ВИЧ-неассоциированными или низкоиндикаторными. Например, болезнь Ходжкина, рак легких, некоторые виды рака кожи, включая злокачественные меланомы, и рак ротовой полости. К сожалению, смертность от онкологии среди больных ВИЧ также высока.

Если 30-40 лет назад психологический портрет человека, больного ВИЧ и СПИДом, выглядел так: молодой человек/девушка, ведущий (чаще всего) асоциальный образ жизни, принимающий наркотики и часто меняющий половых партнёров, то сегодня ВИЧ-положительный человек - это обычный социально-адаптированный человек, который не подумал о своей безопасности.

ВИЧ касается каждого. Предупреждение данного заболевания возможно только в случае прерывания путей передачи инфекции.

Мужчинам и женщинам следует иметь одного надёжного полового партнера или пользоваться презервативом при случайном сексуальном контакте.

Родителям обязательно необходимо заниматься половым воспитанием своих несовершеннолетних детей.

В медицинских учреждениях должны проводиться мероприятия по обеззараживанию инструментов, исследоваться все порции донорской крови. Иглы, используемые тату-мастерами и косметологами, всегда должны быть одноразовыми, иначе есть риск заражения.

Каждый человек имеет право бесплатно узнать свой статус и сохранить информацию о себе в тайне. В то же время, имея вирус иммунодефицита, он обязан оповестить своего полового партнера об опасности заражения. Такие меры необходимы для того, чтобы предотвратить бесконтрольное распространение заболевания и сохранить жизнь и здоровье граждан. Однако в Российской Федерации предусмотрено наказание за умышленное распространение ВИЧ-инфекции (статья 122 УК РФ).

Еще раз напоминаем, что ВИЧ (как и онкология) не имеет никаких симптомов на раннем этапе! Поэтому только регулярное тестирование поможет вам узнать свой ВИЧ-статус.

В случае положительного результата тестирования, необходимо обратиться на консультацию к врачу-инфекционисту для дальнейшего лечения и получения антиретровирусной терапии.

Будьте здоровы! Берегите себя!

А. Ошроев,
начальник территориального отдела
Управления Роспотребнадзора по КБР
в г.Прохладном, Прохладненском,
Терском и Майском районах



1 декабря
Всемирный день борьбы со
СПИДом



Управление Роспотребнадзора по КБР
с 25 ноября по 6 декабря 2024 года организует работу
горячей линии



Управление Роспотребнадзора по
Кабардино-Балкарской Республике
42-19-83, 42-26-78

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в КБР»
74-28-32

Единый консультационный центр
Роспотребнадзора
8 800 555 49 43



ГОРЯЧАЯ
ЛИНИЯ

ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

В России стартовал патриотический конкурс "Освободители Европы"

ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС



Освободители ЕВРОПЫ

Общероссийское общественное гражданско-патриотическое движение «Бессмертный полк России» запускает проект «Освободители Европы», целью которого - рассказать широкой аудитории о воинах Красной Армии, в годы Великой Отечественной войны освобождавших Европу от нацизма.

Для увековечения памяти освободителей Европы будет проведен конкурс семейных историй, в котором участники смогут рассказать о своих предках, принимавших участие в освобождении Европы в годы Великой Отечественной войны; о героях, ценой своей жизни спасавших мирное население европейских стран, о наших солдатах - участниках движения Сопротивления в странах Южной и Западной Европы.

Победители конкурса смогут поучаствовать в мероприятиях, посвященных 80-летию Победы, а герои их историй будут изображены на картине известного художника. Также фотографии героев и их истории, присланные участниками конкурса, будут увековечены на интерактивном панно, созданном на основе картины. Панно будет размещено на сайте Движения для подготовки уроков и методических материалов педагогам школьного и внеклассного образования.

Конкурс проводится в следующих форматах:

1. История (рассказ) об участнике военных и освободительных операций на территории Европы в 1944-1945 гг.

2. Видеоролик об участнике военных и освободительных операций на территории Европы в 1944-

1945 гг.

3. История в фотографии и документах об участнике военных и освободительных операций на территории Европы в 1944-1945 гг.

4. Рисованная история об участнике военных и освободительных операций на территории Европы в 1944-1945 гг.

Заявки принимаются на сайте конкурса с 13 ноября 2024 года по 30 января 2025 года по ссылке: <https://osvoboditeli.pravniki-pobediteli.ru/> 28 февраля 2025 года на сайте конкурса будет опубликован список победителей, которые будут приглашены в марте 2025 года в г. Москву для награждения.

Внесите свой вклад в сохранение истории о наших освободителях Европы!

(Источник - kbrria.ru)

ИЗ ИСТОРИИ ТЕРСКОГО ФУТБОЛА

Четверть века уникальному чемпионству

В 1993 году «Шагди» впервые выиграл чемпионат КБР, одержав в 38 матчах 25 побед, сведя вничью 11 игр и проиграв всего лишь две встречи. Разница забитых и пропущенных мячей - 98:42.

В следующем году плановцы, как чемпионы республики, выступали в первенстве России среди любительских команд (зона «Юг»). В остром соперничестве с чемпионами Дагестана («Автомобилист», Кизилюрт) и Северной Осетии («Торпедо», Владикавказ), а также «Автодор-Транссервис» (Чиколла), «Альмарк» (Владикавказ), «Консервщик» (Ардон) и «Нарт» (Алтурд) наши футболисты заняли второе место, уступив владикавказскому «Торпедо» пальму первенства лишь по дополнительным показателям.

Не добившись повышения в классе, в 1995 году «Шагди» вновь заявился в чемпионат КБР. Однако в течение следующих двух лет занимал только 14-е место.

...В 1994 году по инициативе начальника отдела кадров департамента налоговой полиции КБР (впоследствии - его руководителя) Мухадиной Аркасовой, выходца села из Плановское, была создана команда «Денаполи». Идею создания футбольного клуба поддержал заместитель директора Федеральной службы налоговой полиции России, генерал-лейтенант Асланбек Хаупшев, сделавший впоследствии очень много для становления и развития команды. Если бы не его постоянная поддержка в течение многих лет, «Денаполи», может быть, и не состоялась как команда. Необычное название вызывает ассоциации с Италией в созвучии со знаменитой командой «Наполи». В данном случае «Денаполи» - производное сокращения: «де» - департамент, «на» - налоговой и «поли» - полиции. Придумал столь оригинальный брэнд Мухадина Аркасов. «Денаполи» сразу же зарекомендовала себя командой с характером, завоевав достойный рейтинг в республиканском футболе, занимая высокие места в чемпионатах КБР и первенстве общества «Динамо».

В 1997 году Мухадина Аркасов был назначен на пост начальника команды «Шагди». Он с первых же дней взялся за дело, конечной целью которого было завоевание чемпионского звания в ближайшие годы. Мухадина Абузе-

В этом году исполнилось 25 лет, как команда «Шагди-Денаполи» (Плановское) во второй раз в своей истории завоевала звание чемпиона Кабардино-Балкарии по футболу. До этого плановцы стали чемпионом республики в 1993 году. Но уникальность второго чемпионства в том, что ранее в истории проведения первенств КБАССР и КБР не было случая, чтобы команда, занявшая первое место, прошла бы весь сезон без единого поражения.

дович пригласил на тренерский мостик известных в футбольных кругах Шамиля Настаева и Виктора Кумыкова. Поменялось не только руководство команды, но и ее название: после объединения с налоговой полицией она стала именоваться «Шагди-Денаполи», а проводила домашние матчи у

Хамукова.

В первом «совместном» сезоне объединенная команда заняла 8-е место, а в следующем неожиданно опустилась на 13-е.

В сезоне-99 «Шагди-Денаполи», как было сказано выше, установил уникальное достижение, пройдя турнир без единого (!) поражения

Исаев, Сергей Трубицын и Алим Джансуев.

Отдельно стоит сказать про нападающего Владимира Гуртуева. Наверное, не было матча, чтобы он не забил хотя бы один, а чаще всего, два, три и даже четыре гола. В конечном итоге он и стал лучшим бомбардиром чемпионата

рал сильной на тот момент команде «Кенже». Правда, затем взяли у них реванш в матче за Суперкубок (1:0).

Основной костяк чемпионской команды-1999 до сих пор принимает участие (как «Шагди» либо «Шагди-Денаполи») в республиканских и региональных турнирах среди ветеранов. Они - многократные победители соревнований среди своих сверстников из Кабардино-Балкарии и Юга России.

К сожалению, сейчас в Плановском нет своей команды, выступающей в чемпионате КБР. Тем не менее есть надежда, что в обо-



себя на поле в Плановском.

Тренерам удалось сколотить боеспособный коллектив, состоявший из воспитанников местного футбола (Роберт Аслануков, Анзор Едгулов, Шамиль Ервасов, Олег Макоев, Мурад Пшиажев, Алик Сабанов, Феликс Сарахов, Мурат Шикляшев), налоговой полиции КБР (Руслан Куготов, Аслан Кунижев, Аслан Мамхегов, Артур Татаров, Олег Хабачиров, Юрий Хамизов, Вадим Шоматов, Заур Яганов) и позже приглашенных Владимира Гуртуева, Рамазана Кабалоева, Тимура Пшихачева, Олега Рулова, Тимура Созаева и Хаджимурата

(первый случай в истории чемпионатов КБР), одержав 22 победы и сыграв вничью 6 матчей. Да, впоследствии чемпионат республики без поражений выигрывали такие команды как баксанская «Автозапчасть» (2004 г.), ФК «Баксан» (2006 г.), ФК «Кахун» (2015 г.), «Родник» из Псынадаха (2023 и 2024 гг.), но плановцы были первопроходцами!

Большой вклад в победу «Шагди-Денаполи» в чемпионате-99 внесли, кроме вышеназванных футболистов, известные по выступлениям за ряд команд мастеров и «Спартак» (Нальчик) Шамиль

99, отправив в ворота соперников 49 мячей (53% голов всей команды). До него столько голов за один сезон в чемпионатах КБР не забивал никто, хотя позже были и более результативные нападающие.

В 1999 году «Шагди-Денаполи» выпала редчайшая возможность: в течение сезона победить в чемпионате республики, Кубке и Суперкубке КБР. Длинный марафон чемпионата-99 плановцы смогли преодолеть без поражений, однако два кубковых финала сложились для них по-разному. В финале Кубка КБР «Шагди-Денаполи» со счетом 3:4 (доп. время) проиг-

зримом будущем «Шагди» вернется на бывшие позиции и не раз порадует своих поклонников искрометной игрой и красивыми победами на футбольных полях республики. Для этого есть все предпосылки: сельская команда стала бронзовым призером зимнего первенства КБР сезона 2023/2024 среди детей 2011 года рождения. А юношеская команда «Тэрч», костяк которой составляют выходцы из Плановского, стала чемпионом Кабардино-Балкарии по футболу в истекшем году.

А.Сабанов,
с.п.Плановское

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Успех урожайненских легкоатлетов

Двадцать третьего ноября в г. Владикавказе проходил открытый турнир по легкой атлетике памяти Игоря Владимировича Бобылева. В соревнованиях приняли участие около 200 человек.

Соревнования проводились по возрастным группам 2012, 2013, 2014 годов рождения и моложе. В соревнованиях достойно выступили и воспитанники спортивной школы с.п. Урожайное (тренер - А.Т. Хаширов).

В беге на 50 м с высоким результатом выступил Салим Абазов (2012 года рождения), занявший первое место, а также он занял первое место в прыжках в длину с разбега с результа-

том 4 м 75 см. В беге на 50 м занял третье место Залим Абазов (2014 года рождения), а в прыжках в длину - тоже первое место. Совсем юный Марат Хамов (2015 года рождения) занял второе место, удивив всех присутствующих высокими результатами в беге на 50 м, и третье место в прыжках в длину (он выступал в возрастной группе 2014 года рождения).

Всем участникам были вручены кубки, медали и грамоты.

Ирина ЖЕЛИХАЖЕВА



КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ПУНКТ СЕВЕРО-КАВКАЗСКОГО ФИЛИАЛА ФГБУ
«ЦЕНТР ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ЗЕРНА» СООБЩАЕТ:

ЖЕЛЕЗО В ПИТЬЕВОЙ И ГРУНТОВОЙ ВОДЕ: ПОЛЬЗА И ВРЕД

Вода - это источник жизни для всего живого на Земле. Она участвует во всех жизненно важных процессах функционирования организма: насыщение клеток кислородом, переваривание и усвоение пищи, выведение шлаков, регулирование температуры тела и др.

Качество и безопасность воды во всем мире имеет огромное значение для человека и окружающей среды. Только чистая качественная вода подходит для употребления в пищу. От химического состава воды зависит ее влияние на организм.

Специалисты Кабардино-Балкарского пункта Северо-Кавказского филиала ФГБУ - Центр оценки качества зерна» рассказали о таком обыденном, но очень важном показателе как повышенное содержание железа в воде - чем оно может быть полезно и чем опасно.

ПОЛЕЗНОЕ ВЛИЯНИЕ ЖЕЛЕЗА НА ОРГАНИЗМ

Важность железа для живых организмов, включая человека и растения, неоспорима, ведь это микроэлемент, незаменимый в небольших дозах для нормального функционирования. Он является компонентом крайне важных органических соединений, таких как кровяной гемоглобин и многочисленные ферменты, причем гемоглобин занимает около 70% от общего количества железа в теле. Его присутствие критично для образования крови, что подчеркивает его центральную роль в поддержании жизни.

Его значение так велико, что железо стало ключевым ингредиентом в составе многих поливитаминов, предназначенных для улучшения общего состояния здоровья. Источниками железа служат разнообразные продукты, в том числе говядина и различные фрукты и овощи, особенно те, что имеют красный цвет, например, яблоки и гранаты.

Если у беременных женщин обнаруживается дефицит гемоглобина, то им могут выписать железосодержащие средства для предотвращения анемии, вызванной падением уровня этого элемента в крови. При этом потребности в железе у людей различаются: взрослым мужчинам требуется около 10 мг в день, женщинам 20 мг, детям от 4 до 18 мг, в то время как беременным необходимо увеличить потребление до 30-35 мг.

Железо играет ключевую роль в теле человека: оно не только способствует кроветворению, но и влияет на здоровье кожи, волос, ногтей, помогает в функционировании щитовидной железы, способствует росту и развитию ребенка, а также укрепляет иммунную систему. От-

сутствие достаточного количества железа может существенно нарушить эти процессы и спровоцировать развитие различных болезней.

ЧЕМ ВРЕДНО ЖЕЛЕЗО

Избыток железа в организме человека может стать причиной серьезных проблем, включая сердечные и онкологические заболевания, при этом потребление более 200 мг в день способно привести к тяжелым случаям отравления, а употребление от 3 до 35 г - к смертельному исходу. Железо, полезное для нашего здоровья, мы находим в разнообразных фруктах и овощах, которые любят как взрослые, так и дети. Однако малоизвестно, что нежелательное для здоровья железо может попадать в наш организм через питьевую воду, которая не прошла должную очистку.

Нормы содержания железа в воде строго регламентированы правилами СанПиИ 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества», который устанавливает максимально допустимый уровень в 0,3 мг на литр, в то время как в европейских странах этот показатель еще строже и не должен превышать 0,1 мг на литр, - объясняет специалист Кабардино-Балкарского пункта Северо-Кавказского филиала ФГБУ «Центр оценки качества зерна» Юлия Толстова. Применение не прошедшей обработку от железа воды в готовке может привести к изменению цвета и ухудшению вкуса пищи, делая ее менее привлекательной. Визуальная прозрачность воды не исключает возможность ощущения нежелательного металлического послевкусия при употреблении блюд. Хотя однократное употребление такой воды обычно безвредно, постоянное питье загрязненной железом жидкости может спровоцировать проблемы со здоровьем, в частности, способствовать нарушению функций печени и дисбалансу в работе пищеварительной системы.

Недостаточное внимание к качеству воды может привести к различным негативным последствиям для здоровья, включая сложности с функционированием щитовидной железы и нарушения в сердечном ритме. Это также может усиливать чувство усталости, снижать остроту памяти, и увеличивать вероятность аллергических реакций в виде дерматита. Более того, существует возможность повышенного риска развития заболеваний онкологической природы.

СУТОЧНЫЕ ЦЫПЛЯТА БРОЙЛЕР, ВТОРОЙ СОРТ
Росс 308/ провакцинированные / высокая выживаемость. Продажа от 50 шт. каждые пять дней.
Тел.: 8-988-931-31-83.



**ЖАЛЮЗИ, РУЛОННЫЕ
ШТОРЫ, ОКНА ПЛАСТИКОВЫЕ,
РОЛЬСТАВНИ**
по низким ценам.
Тел.: 8-988-927-83-60.

Выполняем строительные работы: фундамент, кладка туфа, штукатурка, стяжка, шпаклёвка и любые черновые работы. Тел.: 8-960-425-42-60. Нур.



**ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
И ДВЕРИ.
УСПЕЙТЕ ЗАКАЗАТЬ
ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ!!!
АКЦИЯ ОГРАНИЧЕНА.
МОСКИТНЫЕ СЕТКИ - В ПОДАРОК.
ДОСТУПНА РАССРОЧКА.
ТЕЛ.: 8-962-650-12-81, 8-903-425-22-79.**

Готовим на заказ: домашнюю колбасу (тхэмщыгъу ныбэ, сохэтэ). Тел.: 8-906-189-70-32.

Услуги: штукатурка, стяжка, ступеньки, бетон, кладка туфа, красного кирпича. Тел.: 8-965-496-37-03.

Продаются пеноблоки, с доставкой. Обр.: г.Терек.
Тел.: 8-967-411-90-94.

Редакция газеты «ТЕРЕК-1» принимает от предприятий, организаций, а также населения **района заказы для размещения на страницах газеты платных материалов (с фотографиями), посвященных важным событиям в их жизни, юбилейных очерков о ваших близких, друзьях, коллегах по работе...**
Обращаться: редакция газеты «ТЕРЕК-1». Тел.: 41-1-39.

Администрация, Совет ветеранов, Союз пенсионеров, Совет старейшин, ВОИ с.п. Инаркой скорбят в связи с трагической гибелью в ходе СВО **Шидакова Казбека Медиковича** и выражают глубокое соболезнование родным и близким покойного.

РЕКЛАМА

ПРОДАЕТСЯ

1-комн.кв., 2-й эт., г. Терек, ул. Лермонтова, 80, цена 1млн. 900 тыс.руб. Срочно! Тел.: 8-960-429-09-07.

3-комн.кв., 4-й эт. в г. Терек, ул. Ногмова, 5, в кирп. доме, улучшенной планировки, цена 3 млн., 200 тыс.-руб. Срочно. Тел.: 8-960-429-09-07.

3-комн.кв., 2-й эт., ул. Бесланеева, 11. Тел.: 8-960-430-02-61.

3-комн.кв., 1-й эт., пл. 84 кв.м, г. Терек, ул. Теунова, индивидуальное отопление, подвал, с пристройкой, гараж во дворе. Тел.: 8-962-651-32-32.

4-комн.кв. в г. Терек, ул. Бесланеева, 1. Тел.: 8-965-102-31-90. Рустам, 8-967-411-99-14. Инесса.

Дом в с. Арик, уч. 42 сот. цена 350 тыс.руб. Тел.: 8-963-391-01-99.

Дом г.Терек, ул. Кирова, 108, с удобствами, кухня, навес, уч.9 сот. Торг. Тел.: 8-928-705-73-03.

Дом пл.124 кв.м в г. Терек, ул. Гагарина, 3/2, со всеми удобствами, уч.12 сот., гараж, сарай или **меняю** на 3-комн. кв. Торг уместен. Тел.: 8-964-034-91-37.

Кукуруза, 25 кг - 450 руб., **пшеница,** 25 кг - 450 руб.,

ячмень, 25 кг - 450 руб., **жмых** подсолнечный, 25 кг - 525 руб., **жмых** соевый, 1кг - 40 руб., **сечка пшеничная,** 1кг-15 руб., **корм** для кроликов, 40 кг - 1480 руб.,

мука из белой кукурузы, 1л - 60 руб., **сыр** копченый, 1кг - 500 руб., **курдюк** копченый 1кг - 900 руб. Услуги

вакуумирования продуктов. Обр.: г. Терек, ул. Кабардинская, 219. Тел.: 8-964-037-82-02.

Тёпки в кол-ве 2 гол., по 6 месяцев. Тел.: 8-909-489-44-43.

Пластиковые окна, двери по умеренным ценам, качественные, с гарантией + москитка - в подарок, жалюзи, рольставни. Тел.: 8-963-391-51-42.

Арбузный мёд. Тел.: 8-960-426-51-60.

Бараны. Тел.: 8-960-426-51-60.

Сено (суданка) в маленьких тюках; **кукуруза** в мешках - с доставкой на дом. Тел.: 8-964-033-18-03.

Вино домашнее. Тел.: 8-909-487-92-18.

РАЗНОЕ

Прокат столов и стульев. Тел.: 8-903-497-61-33.

Прокат столов и стульев. Тел.: 8-964-035-42-66.

Ремонт холодильников и стиральных машин. Тел.: 8-928-713-38-91, 8-967-423-11-10. Магомед.

Натяжные потолки. Тел.: 8-903-493-01-99. Залим.

Натяжные потолки любой сложности. Тел.: 8-960-423-33-90.

Установка систем видеонаблюдения. Тел.: 8-960-423-33-90.

Подключение Интернета. Тел.: 8-960-423-33-90.

Спил, распил деревьев. Тел.: 8-988-726-48-86. Славик.

Ремонт отделочных работ: обои, ламинат, шпаклевка, покраска, карнизы. Тел.: 8-965-020-89-99.

Доставка на а/м «ЗИЛ»: отсев, щебень, песок, камень, гравий, глина, пеноблоки. Тел.: 8-967-417-00-06.

Закупаем сыр обезжиренный, по сёлам по -120 руб., г. Терек, ул. Бесланеева, 22 «Г» - 130 руб., (скидка в зависимости от влаги). Тел.: 8-903-426-14-42. Андзор.

Требуется бухгалтер, работа в с. Опытное. Тел.: 8-909-487-56-06.

Услуги по ремонту: обои, багеты, шпаклевка. Тел.: 8-965-498-89-52. Аскер.

Требуется мойщик-разнорабочий в инкубатор, мужчина от 23 до 30 лет. Тел.: 8-988-931-31-83.

Требуется на продуктовый склад торговый представитель, график работы - 5/2, з/п % от продажи, **требуется водитель** на развозку товаров, график работы - 5/2, з/плата 30 тыс. руб. Тел.: 8-909-488-85-22. Хизир.

Закупаю пух, перо (мокрое, сухое) по хорошей цене, а также старые подушки, перины (сам беру). Тел.: 8-961-470-00-16.

Администрация, Совет ветеранов войны, труда, пенсионеров, ВОИ с.п. Плановское скорбят в связи с кончиной **Болова Ахмеда Алексеевича** и выражают глубокое соболезнование родным и близким покойного.

Адрес редакции:

361200, г. Терек, ул. Ленина, 11
gazetaterek@mail.ru

Газета выходит
в среду и субботу

Время подписания номера
по графику - 18.00
подписан - 18.00

За доставку газеты подписчикам отвечает почта

Учредитель газеты - МУ «Администрация Терского муниципального района КБР».
Издатель - МУ «Администрация Терского муниципального района КБР». Адрес: 361202, КБР, г.Терек, ул.Ленина,15.

Телефоны:

Гл.редактор - 41-3-65, факс 44-0-62.
Зам.гл.редактора - 44-5-79.
Отдел «Тэч и макъ» - 44-0-61.
Соц.-экономический отдел - 44-5-79.
Отдел культуры и писем - 44-0-61.
Отдел рекламы - 41-1-39.
Бухгалтерия - 41-0-33.



Над номером работали:

ответсекретарь **Г.Д.Кампарова**
корректор **А.А.Сохова**,
оператор ПК **Ф.К.Шериева**,
верстальщик **М.Б.Кожеева**.

Редакция не вступает в переписку с авторами. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за содержание и достоверность сведений в газетных материалах и рекламных объявлениях несут авторы. Их точка зрения может не совпадать с позицией учредителя и редакционной коллегии.

Газета зарегистрирована Управлением Роскомнадзора
по Кабардино-Балкарской Республике.

Газета отпечатана в АО «Издательство «Кавказская здравница»,
357212, Ставропольский край, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1.

И.о. главного редактора
Г.Д.Кампарова

Индекс - 51543. Тираж: 1945
Цена договорная. Газета распространяется только по подписке.

Регистрационный номер
ПИ №ТУ 07-00073 от 27.03.2013 г.

Заказ: 247149