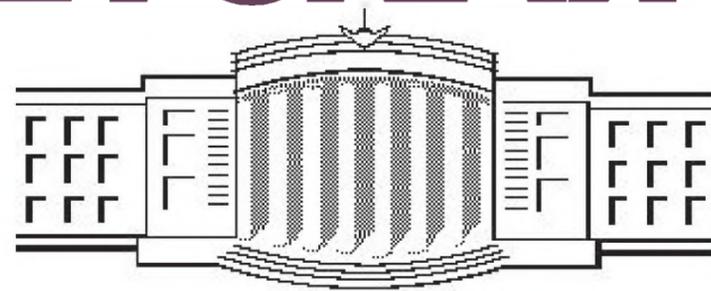


УНИВЕРСИТЕТСКАЯ ЖИЗНЬ



№4 (1602) 4/03/16

press.kbsu@mail.ru

ФГБОУ ВО «Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х.М. Бербекова»

8 МАРТА - МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЖЕНСКИЙ ДЕНЬ



Дорогие наши дамы!

*Искренне поздравляю вас с замечательным праздником –
Международным женским днем!*

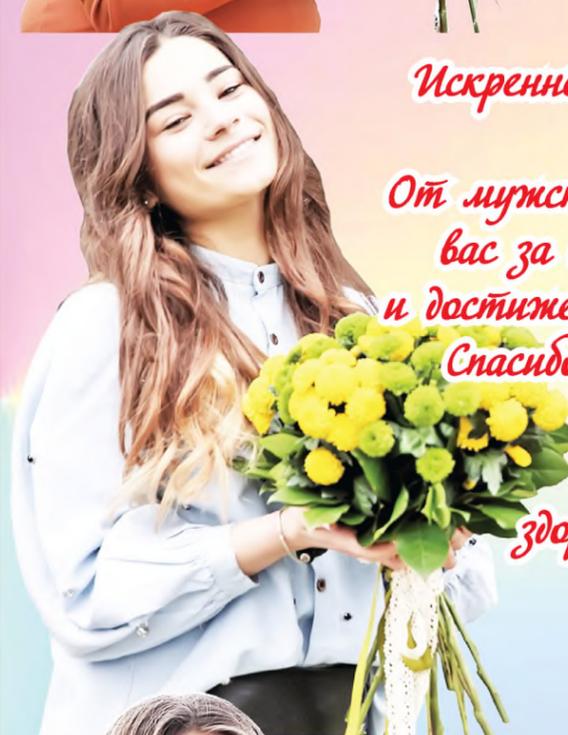
*От мужской половины коллектива университета благодарю
вас за вклад в развитие КБГУ, за добросовестный труд
и достижения в науке, за инициативность и успехи в учебе.*

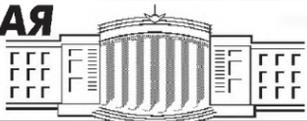
*Спасибо за то, что вы насыщаете наши рабочие будни
атмосферой доброты, красоты и уюта!*

*Желаю вам творческого вдохновения,
здоровья, любви, настоящего женского счастья
и весеннего настроения!*

С праздником!

*Ю. Альтудов,
ректор КБГУ*





ПУТЬ БОЛЬШОГО ЧЕЛОВЕКА



В феврале 1916 года в селении Аушигер родился будущий известный ученый, общественный деятель, первый ректор Кабардино-Балкарского государственного университета Хатута Бербеков. История его жизни уникальна. В 1931 году Хатута Бербеков окончил сельскую школу, и с этого момента начинается путь большого человека. А каким он был, первый ректор КБГУ? Этот вопрос задавали себе студенты, принимавшие участие в торжественных мероприятиях, посвященных 100-летию со дня рождения Хатуты Мутовича.

Торжество началось перед главным учебным корпусом университета. Многочисленные гости, представители Правительства республики, Парламента КБР, администрации ректората, профессора, сотрудники университета, работники средств массовой информации и студенты – все присутствовали на митинге, приуроченном к открытию памятника Х.М. Бербекову. Вспоминая ректора в этот светлый и солнечный день, ветераны университета отмечали его ораторские способности, умение совмещать руководящую и хозяйственную работу в управлении вузом, отдали должное его усилиям, предпринятым для открытия первого университета на Северном Кавказе.

«Горец научится читать, писать и станет образованным человеком», – говорил Хатута Бербеков.

– За столь короткий срок работы Х.М. Бербеков сумел открыть государственный университет, который на сегодняшний день стал центром науки, культуры и образования Кабардино-Балкарской Республики, – отметил руководитель Администрации Главы КБР Мухамед Кодзоков. Заурби Алимурзаевич Бербеков, представитель рода, поблагодарил за красивое чествование своего предка, за идею создания памятника, который теперь украшает главный корпус КБГУ. Он признался, что с большой гордостью вспоминает родной университет.

В митинге приняли участие заместитель Председателя Правительства Кабардино-Балкарской Республики – министр образования, науки и по делам молодежи Нина Емузова, заместитель Председателя Парламента КБР Салим Жанатаев, министр культуры КБР Мухадин Кумахов, председатель комитета Парламента КБР по образованию, науке и молодежной политике Светлана Азикова, ветераны науки и образования, представители других учебных заведений республики, сотрудники и студенты КБГУ.

Ректор КБГУ Юрий Альтудов поблагодарил руководство республики, род Бербековых, всех, кто принимал участие в изготовлении и установке памятника, и добавил: «Сегодня мы празднуем столетие одного из самых ярких представителей нашего народа, известного ученого, общественного деятеля. Светлую память о Хатуте Бербекове и глубокое уважение к нему мы навсегда сохраним в наших сердцах».

После открытия памятника участников митинга пригласили на фотовыставку, которую организовали в вестибюле социально-гуманитарного



института университета. Директор института истории, филологии и средств массовой информации КБГУ Муслим Тамазов провел экскурсию по стендам. Показывая старинные фотографии, он рассказал о достижениях Хатуты Бербекова, его вкладе в становление образования Кабардино-Балкарской Республики и его особенном увлечении – путешествиях.

В этот день состоялось торжественное заседание ученого совета КБГУ, посвященное 100-летию Х.М. Бербекова. Самым волнующим на заседании стало выступление близкого друга и соратника Бербекова Хазратали Хоконова. Участники заседания вспоминали интересные случаи из жизни Хатуты Мутовича: каким он был, что говорил, где шутил, в каких вопросах был принципиален.

Подробнее узнать о жизни и деятельности первого ректора гости смогли в актовом зале КБГУ, где был показан документальный фильм, посвященный Х.М. Бербекову. Завершилось мероприятие большим праздничным концертом.

Хатута Мутович Бербеков – человек, заслуживающий самого глубокого уважения и почитания. Всю жизнь он полностью отдавался делу, которым занимался. Выходец из обычной сельской семьи, он получил высшее образование. Став ректором КБГУ, Бербеков сделал его одним из лучших классических университетов страны. Масштабное празднование 100-летия со дня рождения Хатуты Бербекова в родном вузе стало благодарностью за огромные заслуги этого уникального человека.

Инна ДОЛОВА

СОЕДИНИТЬ ТЕОРИЮ С ПРАКТИКОЙ

Важным событием для КБГУ стало подписание договора об открытии кафедры конкурентного права и антимонопольного регулирования.

О новой кафедре, которая будет входить в состав ИПЭиФ вуза рассказывает директор института права, экономики и финансов КБГУ Мурат Гукепшонов

– Мурат Хасанбиевич, расскажите, что представляет собой базовая кафедра?

– Конкурентоспособность современного высшего учебного заведения во многом зависит от степени практической направленности проводимых мероприятий, а также от того, насколько в учебный процесс вовлекаются специалисты-практики соответствующей сферы деятельности.

Сегодня абитуриенты и студенты предъявляют высокие требования к учебным заведениям, ожидая, что по окончании учебы они будут хорошо ориентироваться в практических вопросах специальности и смогут найти подходящую работу. Способы усиления практической направленности учебного процесса хорошо известны. Их сочетание обеспечивает наилучший результат. Один из способов – создание базовых кафедр.

Базовая кафедра – это площадка, иногда находящаяся не в вузе, а на предприятии, учреждении, организации, для сотрудничества вуза с одной конкретной компанией или научным институтом, причем рамки сотрудничества в каждом случае формируются индивидуально. Она учреждается для обеспечения связи между вузом, подготовкой специалистов и потребностями наших базовых организаций, рынка труда или государственных структур, то есть станет той площадкой, которая будет связывать университет с работодателем. Для вуза главная задача заключается в совершенствовании учебного процесса, включении в него лучших практик ведущих компаний, а в конечном счете – в том, чтобы образование лучше соответствовало потребностям экономики и общества в целом.

Базовые и научные организации тоже в них заинтересованы: благодаря работе базовых кафедр они получают выпускников вузов с теми компетенциями, которые им сейчас нужны. Также будет проводиться переподготовка, повышение квалификации, обучение сотрудников на базе нашего вуза. Чем теснее сотрудничество, тем выше качество подготовки.

– Расскажите о целях базовой кафедры конкурентного права и антимонопольного регулирования.

– Целью создания базовой кафедры конкурентного права и антимонопольного регулирования является усиление практической направленности образовательного процесса в КБГУ. Иными словами, это база, где мы будем оттачивать специалистов под требования, которые есть на сегодня у наших базовых организаций, в частности, у Федеральной антимонопольной службы России. Учитывая темп экономического развития, информационного прогресса, развития правового регулирования, возникает необходимость держать связь с работодателем и выпускать специалистов, которые ему нужны и уже будут готовы к трудовой деятельности. Наша кафедра соединит теорию с практикой, а это возможно только на совместных площадках. Наша задача состоит в том, чтобы сделать нашего выпускника конкурентоспособным.

– Когда начнется работа этой кафедры?

– Нужно понимать, что эта кафедра не традиционная, как все привыкли себе представлять. Мы уже договорились с УФАС по КБР, что в марте-апреле проведем несколько мастер-классов по коммерческому и предпринимательскому



праву, по проблемам государственных закупок. Их будут проводить представители управления. Преподавательский состав также будет сформирован из сотрудников Федеральной антимонопольной службы университета. Управление ФАС России по КБР будет участвовать в формировании тематики курсовых и дипломных работ, в дальнейшем руководить ими и т.д.

– Какое влияние будут оказывать эти базы при трудоустройстве студента?

– На совещании по созданию базовой кафедры конкурентного права и антимонопольного регулирования обсуждался этот вопрос. Начальник управления контроля размещения государственного заказа Федеральной антимонопольной службы России Татьяна Демидова и руководитель УФАС КБР Казбек Пшиншев говорили о заинтересованности в подготовке кадров и приеме на работу, а также принятии на стажировку, в том числе в Москве, в Федеральную антимонопольную службу России.

– Расскажите, как будет проходить обучение на кафедре?

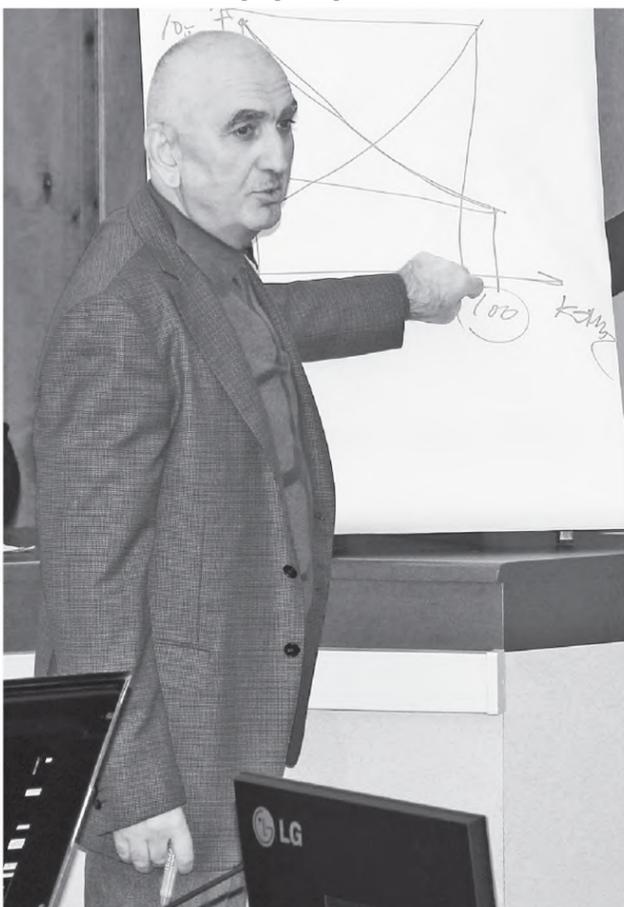
– Программа обучения студентов будет включать в себя организацию мастер-классов по разным темам, будут проводиться совместные круглые столы, научные и практические семинары, конференции. Предполагается организация стажировок, практик студентов и преподавателей. Также в дальнейшем планируется открытие магистерской программы «Конкурентное право»; «Предпринимательское право». Планируется введение новых спецкурсов на уровне бакалавриата.

В этой связи хотелось бы выразить признательность и благодарность руководителю Управления ФАС России по КБР Казбеку Галимовичу Пшиншеву за инициативу и поддержку в создании базовой кафедры конкурентного права и антимонопольного регулирования. Уверен, что наше сотрудничество будет весьма плодотворным.

Беседовала Фатима ШАЛОВА

✓ Встреча

МУХАМЕД ЦИКАНОВ ПОДЕЛИЛСЯ ОПЫТОМ СО СТУДЕНТАМИ КБГУ



В первый день весны в зале заседаний ученого совета Кабардино-Балкарского государственного университета состоялась встреча с одним из членов попечительского совета КБГУ Мухамедом Цикановым.

– Уже стало доброй традицией, что люди, добившиеся успеха в сфере политики, экономики, культуры и спорта, делятся опытом со студентами нашего университета, – сказал ректор КБГУ Юрий Альтудов, открывая мероприятие. – Мы глубоко уважаем и гордимся составом нашего попечительского совета. Он является одним из лучших в вузовской системе России, а возглавляет его Глава нашей республики Юрий Ковов. В его состав входят такие именитые люди, как художественный руководитель Санкт-Петербургской академической филармонии Юрий Темирканов, директор Государственного Эрмитажа Михаил Пиотровский, директор Российского этнографического музея Владимир Грусман, президент Российской академии наук Владимир Фортов, известный российский кинорежиссер Александр Сокуров, профессор Нью-Йоркского университета в Абу-Даби Георгий Дерлугьян,

академик РАН Михаил Залиханов и другие крупные российские общественные и политические деятели. Сегодня у нас в гостях один из членов нашего совета, хорошо известный в нашей стране, долгое время занимавший пост министра экономики Кабардино-Балкарской Республики и заместителя министра экономики Российской Федерации Мухамед Циканов.

На встрече присутствовали профессор, преподаватели и студенты экономических, юридических и инженерных направлений. Свое выступление Мухамед Циканов начал с мини-лекции, где говорил о принципах экономической теории, современных потребительских отношениях человека и теории вероятности. Бывший министр экономики КБР рассказал студентам, что успех любой компании зависит от трех вещей: конкурентов, рынка и от того, как ты ею управляешь, и всего 20 процентов, по его наблю-

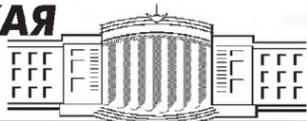
дениям, занимает последнее.

Молодые люди задавали вопросы о мировой политике, экономике, прогнозах и системе подачи знаний. Гость отметил, что на его предприятии работает большое количество выпускников КБГУ, и сегодня рассматривается вопрос о принятии на стажировку студентов университета.

– Человек всегда в поиске своего кредо, но найти его очень сложно, надо все время развиваться и пробовать себя в разных направлениях. Важно найти работу по душе, чтобы не просто иметь высокий заработок, но и получать от своего дела удовольствие – вот к чему должен стремиться специалист, – прокомментировал один из вопросов Мухамед Циканов.

Студенты отметили, что встреча была очень поучительной, и поблагодарили гостя за обстоятельную беседу.

Наш. корр.



– Вы побывали и преподавателем, и профессором, теперь вы – депутат. Нашли себя в этой профессии?

– Мне очень нравится новая работа: даже занимаясь преподаванием и наукой, я находилась в гуще политической и общественной жизни республики. Эта деятельность для меня очень органична. Началось все с детства: была активной пионеркой, комсомолкой, всегда имела активную гражданскую позицию. Мне эта должность нравится еще и тем, что не пришлось расставаться с молодежью, студенчеством: ведь комитет, который я возглавляю, курирует работу Молодежной палаты при Парламенте.

– Радует ли вас общение с молодежью?

– Очень. Работать с молодежью для меня – удовольствие: это и креатив, и новый взгляд на вещи, такая работа всегда держит тебя в тонусе.

– Приятно слышать, ведь мы больше привыкли к упадническому взглядам на современную молодежь.

– Есть такое понятие – «потерянное поколение 90-х». Китайцы считают, что родиться в эпоху перемен – проклятие. Поколение 90-х прошло через многое, но, тем не менее, хочу сказать, что молодежь нас никогда не подводила. И не подведет. Я в нее верю.

– Каким принципом вы руководствовались как преподаватель в работе со студентами?

– Всегда старалась видеть в каждом личность. Чтобы научиться замечать в людях нечто особенное, надо с ними общаться не только на официальном уровне, нужно стараться заглянуть глубже. Я, к примеру, дружила и с троечниками, и с двоечниками, часто именно они оказывались самыми позитивными, ответственными и отзывчивыми людьми в университете.

– Можете выделить типичный образ современного студента?

– Пожалуй, это очень самоуверенный человек, немного самодовольный, есть в нем и некоторая леность. Он часто нуждается в том, чтобы ему указали

Справедливое представительство женщин в политике и государственной власти – это идеал, за который выступают все организации по развитию и к которому стремится каждая западная страна. Женщины составляют более 50 процентов населения в мире, однако они недостаточно представлены на постах политических лидеров и выборных руководителей. Восемь парламентов по России возглавляют женщины, раньше их было три. Образование, здравоохранение, банковское дело – вот основные сферы деятельности дам в правительстве.

В преддверии 8 Марта корреспондент «Университетской жизни» встретила с председателем комитета Парламента КБР по образованию, науке и молодежной политике, руководителем фракции регионального отделения политической партии «Справедливая Россия» Светланой Азиковой и поговорила с ней о современной молодежи, тенденциях высшего образования и роли женщин в политике.



ЖЕНСКИЕ ЧЕРТЫ ХАРАКТЕРА ПОРОЙ ПОМОГАЮТ В РАБОТЕ

путь, подтолкнули к тому или иному шагу.

– Возможно ли попасть в парламент молодому человеку, который не имеет родственных или дружеских связей?

– Конечно, начать следует с себя. Не сидите на месте, оторвитесь, наконец, от мониторов и смартфонов. Существует Молодежная палата: человек, которому есть что сказать, проходит отбор, высказывает свои мысли. Работая освобожденным председателем комитета второй год, замечая, что депутаты с удовольствием идут на контакт с членами Молодежной палаты, со СМИ, и для этого не обязательно иметь в родословной дядю-министра. Необходимо поменять ментальность молодых людей, чтобы они могли свободно высказываться, делиться проблемами.

– Какие вопросы поднимаются молодежью чаще остальных?

– Вопросы трудоустройства и образования, социальной и

экономической защищенности, часто обсуждаются перспективы для молодых специалистов.

– Какой путь ждет высшее образование республики?

– Главная тенденция – ориентация на повышение уровня образования. Переход от количества к качеству. Мы должны стремиться выпускать конкурентоспособных специалистов.

– В сознании большинства закрепился определенный образ женщины-политика: железная леди. Неужели исключительно такие дамы нужны в парламенте и правительстве?

– Совсем не обязательно. Я себя, к примеру, железной леди не считаю. Безусловно, определенная твердость и принципиальность необходима, но перегибать палку тоже не стоит (смеется).

– Разве эмоции и чувства, которые так свойственны женщинам, не мешают в политике?

– Напротив, чисто женские черты характера порой помо-

гают в работе: интуиция, проницательность и даже хозяйственность не раз выручали меня в профессиональной деятельности.

– Нельзя отрицать существование гендерной асимметрии в Парламенте. Что с этим делать? И стоит ли в принципе что-либо предпринимать?

– Действующий Парламент КБР пятого созыва увеличил количество депутатов-женщин. Это процесс постепенный, но неуклонно возрастающий. Сегодня женщины возглавляют важнейшие социальные блоки: здравоохранение, образование, спикер Парламента – женщина. Считаю, что при таком составе говорить о дискриминации не приходится. Я с ней не сталкивалась и не замечала ее по отношению к другим.

– Немного углубимся в историю: суфражистки выступали за предоставление женщинам избирательных прав, феминистки 60-70-х ратовали за равные условия труда и сексуальную

свободу. За что приходится бороться современным женщинам?

– За право быть женщиной в первоначальном, самом прекрасном смысле. По моему мнению, главное – состояться как мать.

– Вы себя считаете в первую очередь матерью, семейной женщиной?

– Да. К счастью, удалось совместить семью и карьеру. Рождение двоих детей не помешало мне защитить кандидатскую и докторскую диссертации, преуспеть в общественно-политической жизни.

– Вы дома и вы на работе – это разные личности?

– Думаю, лучше спросить об этом у моих родных (смеется). Наверное, различия все-таки есть: здесь я руководитель, а дома царит патриархат. Принятие окончательных решений всегда за мужем. Считаю, что в семье все должно быть устроено именно так. Эмансипация в семейных отношениях, по моему убеждению, вообще не нужна, она, скорее, вредит.

– Британии когда-то была нужна железная леди, а что нужно нашей стране и нашей республике в частности?

– Считаю, что нынешние руководители – это именно те люди, которые нужны республике. Уже давно вычленила для себя основной тезис из всех выступлений Юрия Кокова: главное в нашей работе – справедливость. Думаю, Главу республики с таким отношением к делу надо поддерживать.

– Что поможет достичь справедливости, о которой вы говорите?

– Открытость. Диалог власти с обществом, который можно выстроить всегда.

– В заключение беседы можете поделиться своим основным кредо жизни?

– Нужно уметь быть благодарным. Судьбе, родным, людям вокруг тебя. Я бы хотела, чтобы у наших женщин было право выбора. Во всем. Человеку это необходимо.

Беседовала
Анжела СЕКРЕКОВА

✓ Событие

В рамках комплексных мероприятий по формированию межэтнической и межконфессиональной толерантности, а также по противодействию идеологии терроризма и религиозного экстремизма, проводимых в КБГУ, в институте истории, филологии и средств массовой информации был проведен семинар на тему «Народные правила совместного проживания». Организаторами выступили студенты 2-го курса направления «Русский язык и литература» вместе с куратором М.Ч. Кремшокаловой.

В своих выступлениях студенты отметили, что с терроризмом следует не только бороться, но и предупреждать его возникновение. Основой таких превентивных мер является культурный опыт Северного Кавказа, где исторически сосуществуют около сотни народов, исповедующих разные религии. Студенты акцентировали внимание на роли в семейном воспитании ребенка терпимого отношения к людям другой национальности и религии. Было отмечено, что толерантность как проявление терпимости занимает одно из ведущих мест в уникальном этикете кавказских народов («Таулу адет» у балкарцев и карачаевцев,

«Адыгэ хабзэ» у кабардинцев, адыгейцев и черкесов). На мероприятии обсуждалось проявление толерантности в художественных произведениях русских и национальных писателей, в пословицах и поговорках, а также в культуре, традициях и этикете народов Северного Кавказа.

Динамики семинару придала театрализованная постановка по произведению студента группы. В ней затрагивались морально-нравственные аспекты взаимоотношений между людьми разных конфессий.

Студенты 2-го курса института истории, филологии и средств массовой информации

ДОБРОТА СПАСЕТ МИР



СТУДЕНТАМ КОЛЛЕДЖЕЙ КБГУ ПОКАЗАЛИ РАБОТУ СПЕЦТЕХНИКИ СПАСАТЕЛЕЙ

В рамках месячника безопасности в КБР состоялся учебно-показательный сбор студентов колледжей КБГУ по вопросам обеспечения безопасности жизнедеятельности.



На мероприятии присутствовали ректор КБГУ Юрий Альтудов, преподаватели кафедры «Основы военной службы и безопасности жизнедеятельности» среднего профессионального образования, сотрудники МЧС и ГПС КБР и студенты колледжей.

— Сегодня в Кабардино-Балкарском государственном университете проходит замечательное событие. Обеспечение безопасности МЧС только в 2015 году позволило сохранить более двухсот жизней. Каждая жизнь — это работа и заслуга спасателя. Хотелось бы выразить огромную благодарность за подготовку и проведение этого мероприятия организаторам и участникам сегодняшней встречи, — обратился к собравшимся Альтудов.

Работники МЧС показали всю спецтехнику и спецобмундирование, провели инструктаж, продемонстрировали комплекс специального оборудования

для оснащения аварийно-спасательных действий. В частности, ребята увидели возможности коленчатого автоподъемника, предназначенного для обеспе-

чения эффективного проведения спасательных работ и тушения очагов пожара на высоте до 50 метров. Также были продемонстрированы автомобили,

предназначенные для подвоза огнетушащих веществ к месту пожара. Пожарные рукава и соединительные головки, стволы и генераторы пены, гидравли-

ческие инструменты, средства защиты органов дыхания и дыхательные аппараты, боевая одежда пожарного — все это многие студенты видели разве что в фильмах и на фотографиях. Некоторые из них воспользовались представившейся возможностью и примерили обмундирование спасателей.

Сотрудники государственной противопожарной службы республики рассказали ребятам как не допустить пожар, что делать, если он все-таки произошел, и какие меры принять для его тушения на начальной стадии.

В течение следующих пяти дней студентам предстоит прослушать лекции, посвященные военной и спасательной тематике на базе Главного управления гражданской обороны МЧС России по КБР, военной части 2013, ДОСААФ КБР, военных комиссариатов и районов КБР.

Пресс-служба КБГУ

✓ Безопасность

О ПОДГОТОВКЕ К ВЕСЕННЕ-ЛЕТНЕМУ ПОЖАРООПАСНОМУ ПЕРИОДУ

С наступлением весенне-летнего пожароопасного периода происходит рост количества пожаров в жилых домах, дачах, садовых домиках и хозяйственных постройках граждан.

Это происходит в первую очередь по причине сжигания сухой травы и мусора на приусадебных участках граждан и на сельхозугодьях.

Основной причиной пожаров является несоблюдение требований пожарной безопасности. При этом условиями, способствующими распространению пожаров на строения, являются позднее обнаружение пожаров, неудовлетворительное противопожарное состояние поселений, возможные неисправности средств связи, отсутствие необходимых запасов воды для пожаротушения, низкая боеспособность или отсутствие добровольных пожарных дружин.

Успешная защита городского округа Нальчик от пожаров во многом зависит от обеспечения первичных мер пожарной безопасности.

В целях предупреждения пожаров и обеспечения безопасности населения городского округа Нальчик в

период весенне-летнего пожароопасного периода 2016 года призываем хозяйствующие субъекты, а также граждан провести ряд мероприятий, включающих:

— проведение субботников по очистке от горючих отходов (мусора, тары, сухой травы) территории населенных пунктов, предприятий, а также участков, прилегающих к жилым домам, дачным и иным постройкам;

— запрет на сжигание мусора и сухой травы на территориях, прилегающих к населенным пунктам. Горючие отходы, мусор и т. п. следует собирать на специально выделенных площадках в контейнеры или ящики;

— организацию вывоза горючих отходов (мусора) с территорий населенных пунктов на специально отведенные площадки (свалки, полигоны);

— принятие мер по содержанию в исправном состоянии пожарных гидрантов, очистке водоемов, при-

способленных для пожаротушения, и обеспечению подъездов к ним, оборудованию и ремонту пирсов для забора воды из естественных водоемов, оборудованию водонапорных башен приспособлениями для забора воды пожарной техникой;

— обозначение мест расположения водоемов. На период закрытия дорог в соответствующих местах должны быть установлены указатели направления объезда или устроены переезды через ремонтируемые участки и подъезды к водоемам.

Обеспечение вышеуказанных и иных первичных мер пожарной безопасности позволит должным образом защитить городской округ Нальчик от пожаров, сохранить жизнь и здоровье граждан, а также обеспечить сохранность материальных ценностей в весенне-летний пожароопасный период 2016 года.

Основные показатели деятельности отдела надзорной деятельности по г. Нальчику управления надзорной деятельности и профилактической работы Главного управления МЧС России по КБР за 2015 год

В 2015 году на территории городского округа Нальчик произошел 141 случай пожаров, подлежащих государственному статистическому учету (за АППГ — 143 пожара), снижение на 2 случая. При пожарах погибли 3 человека (за АППГ — 1), увеличение на 2 случая, получили травмы 9 человек (за АППГ — 6 человек), увеличение на 3 случая. Гибель и травмирование на пожарах детей в текущем году не допущено, как и за АППГ. На пожарах спасено более 150 человек, спасено материальных ценностей на сумму более 390 млн. рублей. За инспекторским составом отдела надзорной деятельности по г. Нальчику закреплено 4625 объектов.

В 2015 году запланировано 1039 проверок, из общего числа которых проведено 987. По итогам проверок вынесено 394 предписания органа государственного пожарного надзора с 2888 мероприятиями, предложенным к устранению.

Проведено 157 внеплановых проверок, выявлено устранение 546 ранее предложенных мероприятий. Совместно с органами прокуратуры проведено 82 проверки. Составлено 999 административных дел, вынесено 252 постановления о назначении административного наказания.

В рамках профилактических мероприятий отделом надзорной деятельности по г. Нальчику на противопо-

пожарную тематику проведено 979 бесед с охватом 10825 человек, 498 противопожарных инструктажей с охватом 6094 человек, 566 лекций на противопожарную тематику с охватом 6468 человек, 86 викторин, игр с охватом 3268 человек. Проведено более 1500 подворных обходов, сходы с населением четырех микрорайонов г.о. Нальчик. Распространено более 5000 экземпляров наглядной агитации.

На телевидении продемонстрировано 4 сюжета, на радиовещании выделено 66 эфиров, в печатных изданиях опубликовано 24 статьи.

Отдел надзорной деятельности по г. Нальчику УНДПР ГУ МЧС России по КБР

О МЕРАХ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В БЫТУ

Как правило, в осенне-зимний пожароопасный период осложняется обстановка с пожарами. В это время происходит массовое использование населением электронагревательных приборов, печей и другого отопительного оборудования.

В связи с этим отдел надзорной деятельности по г. Нальчику управления надзорной деятельности и профилактической работы Главного управления МЧС России по КБР информирует о необходимости соблюдения правил пожарной безопасности.

ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ ЭЛЕКТРОПРИБОРОВ:

- ✓ не оставляйте включенные электроприборы без присмотра;
- ✓ не перегружайте электросеть, включая одновременно слишком много электроприборов;
- ✓ не применяйте для отопления нестандартные электронагревательные приборы;
- ✓ не используйте самодельные аппараты защиты от перегрузки и короткого замыкания;
- ✓ не доверяйте ремонт электрооборудования случайным людям;
- ✓ не пользуйтесь неисправными розетками, вилками, выключателями;
- ✓ не оставляйте электрические нагревательные приборы вблизи штор, мебели;
- ✓ не устанавливайте электробытовую технику вплотную к отопительным приборам.

ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ ПЕЧНОГО ОТОПЛЕНИЯ:

- ✓ своевременно очищайте печи и дымоходы от сажи, не допускайте трещин в дымоходах;
- ✓ не оставляйте горящие печи без присмотра, не поручайте надзор за ними малолетним детям;
- ✓ не располагайте топливо и другие горючие материалы на предтопочном листе;
- ✓ не перекаливайте печь.

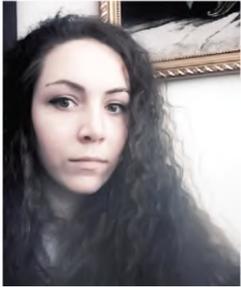
БЕРЕГИТЕ СВОЙ ДОМ ОТ ПОЖАРА!

Телефоны пожарной охраны — 01, 112.
Телефон доверия Главного управления МЧС России по Кабардино-Балкарской Республике — 39-99-99.



С НЕДАВНЕГО ВРЕМЕНИ ТЕРРИТОРИЮ КБГУ УКРАШАЮТ МОЛОДЫЕ ДЕРЕВЦА, СКАМЕЙКИ, ФОНАРИ. ВЕДУТСЯ РАБОТЫ ПО БЛАГОУСТРОЙСТВУ И ОЗЕЛЕНЕНИЮ СТУДЕНЧЕСКОГО ГОРОДКА. ИЗМЕНЕНИЯ ЗАТРОНУЛИ ИНСТИТУТЫ И ДРУГИЕ СТРУКТУРНЫЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ ВУЗА, ПОЯВИЛИСЬ НОВОВВЕДЕНИЯ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ. А КАК К ЭТИМ ПЕРЕМЕНАМ ОТНОСЯТСЯ СТУДЕНТЫ?

ВЫ ГОТОВЫ К ПЕРЕМЕНАМ?



Екатерина Меньшикова, 4-й курс:

– Наш университет идет в ногу со временем. Мне это всегда нравилось! Думаю, что реорганизация факультетов сослужит добрую службу продуктивной работе университета. Благоустройство – это просто замечательно! Гораздо приятней возвращаться в общежитие по освещенной аллее. Облагораживание территорий студгородка и университета сделало наш родной КБГУ еще более привлекательным для абитуриентов.

Зульфия Ахматова, 2-й курс:

– Изменения в учебном процессе меня устраивают. Мне кажется, все это делается только во благо. Вполне устраивает и все дальнейшие изменения. Если они еще будут, я буду только приветствовать.



Аскер Мацухов, 4-й курс:

– Я считаю, что реорганизация факультетов и их объединение – важный шаг к тому, чтобы сделать университет более компактным и избавиться от лишнего. Но в то же время это что-то слишком новое, к чему студенты должны привыкнуть.



Мадина Урусова, 4-й курс:

– К изменениям отношусь только положительно, хотя они коснулись нас недавно. Насчет реорганизации не могу ничего сказать, меня и так все устраивает. Что касается благоустройства – конечно, заметно. Особенно радует территория нового корпуса. В КБГУ я ничего не хотела бы менять... Ну, разве только увеличить размер стипендии.)



Фатима Анаева, 4-й курс:

– Насчет учебного процесса пока не все понятно, прошло мало времени. Благоустройство в целом заметно, и это здорово!



Джамия Кучукова, магистрант, 1-й год обучения:

– Один мой друг поменял свое имя и фамилию. Я не понимаю, зачем он это сделал: у него была отличная фамилия, да и к имени не придерешься! Но, по его словам, ему так легче! Наш вуз – словно мой друг... Скорее всего, ему так комфортнее и лучше!

Инна Долова, магистрант, 1-й год обучения:

– Сегодня в нашем вузе происходит много изменений, это видно по нынешней реорганизации. Приятно, что руководство заботится о студентах и не оставляет без внимания сферу молодежной политики как в вузе, так и во всей республике. Что касается благоустройства вуза – на территории студгородка стало намного чище и уютнее.



Подготовила Зарина АДЖИЕВА

✓ Дама

1 МАРТА – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ИММУНИТЕТА

Студенты 2-го курса 13-й подгруппы медицинского факультета (специальность «Лечебное дело») провели презентацию, посвященную Всемирному дню иммунитета. Ребята подготовили лекцию и прочитали ее студентам 1-го курса той же специальности. Будущие медработники рассказали об иммунитете, о признаках его сбоя и способах укрепления, а также о значимости Дня иммунитета.

Выбор первого дня весны не является случайным, ведь именно в начале весны наш организм особенно нуждается в поддержке. Начало весны – это время, когда проблемы, связанные с ослаблением функций иммунной системы, выражены особенно ярко. В этот период очень важно оказать помощь своей иммунной системе, укрепить ее всеми возможными способами.

По данным Ассоциации клинических иммунологов, в разных странах мира от 8 до 15% населения имеют нарушения иммунной системы, которые могут частично проявляться в детстве, молодом и среднем возрасте. Человеческий организм – сложная биохимическая машина, в которой все процессы взаимосвязаны, и если происходит сбой, страдают все органы. Противостоять неблагоприятному воздействию окружающей среды человеку помогает иммунитет.

Иммунитет (лат. *immunitas* – освобождение, избавление от чего-либо) – сопротивляемость, невосприимчивость организма к воздействию чужеродных веществ, обладающих антигенными свой-



ствами. Иммунитет представляет собой защитно-приспособительную реакцию организма против различных болезнетворных агентов. В медицинской терминологии слово «иммунитет» начали использовать во второй половине XIX века. Впервые понятие «иммунитет» было предложено И.И. Мечниковым и Пастером. Но представление об иммунитете существовало у медиков задолго до введения термина. Гиппократ называл это свойство организма «самоисцеляющей силой». Еще древние врачи отмечали, что некоторыми болезнями человек дважды не болеет. В современной медицине это называют приобретенным иммунитетом. Врожденный иммунитет обеспечивает нам невосприимчивость к болезням животных. Изначально считалось, что иммунитет человека – это невосприимчивость организма к каким-либо инфекционным

В первый весенний день по инициативе Всемирной организации здравоохранения с 2002 года отмечается Всемирный день иммунитета. Его главная цель – информирование населения о значении, особенностях функционирования иммунной системы и важности сохранения и укрепления иммунитета как главного защитника организма человека.

заболеваниям. Но сейчас стало известно, что иммунная система не только осуществляет защиту организма от разнообразных инфекционных и неинфекционных чужеродных агентов, но и участвует в регуляции активности клеток разных органов и систем организма. Освобождение от вирусов, бактерий, болезней и тяжелого состояния – вот главная задача, которую выполняет иммунитет человека.

Иммунная система сложна и многолика. Сила иммунитета, как и наше самочувствие в целом, примерно на 50% зависит от образа жизни, который мы выбираем. Специалисты считают, что главные разрушители иммунитета – частые стрессы, неправильное питание, постоянные недосыпания, долгое пребывание на солнце, слишком большие физические нагрузки и, наоборот, сидячий образ жизни, табакокурение, алкоголь, наркотики.

ПРИЗНАКИ СБОЯ ИММУНИТЕТА:

Частые простудные заболевания, продолжительное повышение температуры, синдром хронической усталости,

болевые ощущения в суставах и мышцах, нарушения сна, частые головные боли, появление высыпаний на коже – всё это проявления нарушений в работе иммунной системы и повод укрепить защитные силы организма и обратиться к врачу.

Главная составляющая здоровья – правильный образ жизни. Он даст возможность повысить сопротивляемость организма воздействиям внешних неблагоприятных факторов и атакам болезнетворных микроорганизмов.

КАК МОЖНО ПОМОЧЬ ИММУНИТЕТУ?

Для того чтобы укрепить иммунитет, необходимо:

- физическая активность;
- прогулки на свежем воздухе;
- правильное питание;
- соблюдение питьевого режима;
- хороший сон;
- витамины;
- приём препаратов, укрепляющих иммунитет;
- чистое и проветренное помещение;
- благоприятное внутреннее состояние;
- отказ от вредных привычек.

Всемирный день иммунитета – это возможность напомнить о значимости здорового образа жизни, необходимости сохранения главного ресурса человека – здоровья. Крепкий иммунитет позволяет человеку избежать большинства заболеваний, прожить здоровую и полноценную жизнь.

Заира КАРМОКОВА

НА БОГА НАДЕЙСЯ, А САМ НЕ ПЛОШАЙ

ПЕРЕД ЗАЧЕТОМ ИЛИ ЭКЗАМЕНОМ НЕЛЬЗЯ СТРИЧЬСЯ. Вместе с волосами отрезаешь свои скудные познания предмета. Ортодоксальным двоечникам приходит в голову, что лучше не стричься вообще с самого начала учебы. Под роскошной шевелюрой можно преспокойно упрятать микрофон (hands free), а то и преподаватель больше не захочет видеть вас на многочисленных пересдачах и нарисует в зачетке заветный троячок.)))

ЗА ДЕНЬ ДО ЗАЧЕТА ИЛИ ЭКЗАМЕНА НЕЛЬЗЯ МЫТЬ ГОЛОВУ. Это, скорее всего, объясняется тем, что все знания, накопленные за этот маленький промежуток времени, просто-напросто смываются водой и шампунем... Послабление – мытье половинки головы: если экзамены по точным наукам, то нельзя мыть левую половину, чтобы не вымыть знания, осевшие в левом полушарии, если по гуманитарным – соответственно, нельзя мыть правую половину.)

ЛЕВОСТОРОННЯЯ ЖИЗНЬ. Проснулись – не торопитесь вставать с постели. Вспомнили, что где-то через час наступит «студенческий апокалипсис» – и встаем с левой ноги, зубы чистим левой рукой. Ею же и причесываемся, и едим, и кружку с чаем-кофе держим. Здраваться и прощаться левой рукой не рекомендуется: просто помашите «шуйцей» провожающим. Если таковых нет, то придется дверь запирать тоже левой рукой. В автобус или машину заходим с левой ноги, в аудиторию тоже.)

ЧТЕНИЕ КОНСПЕКТА. Если у вас осталось время для подготовки к экзамену, то вот несколько поверий, чтобы ваши усилия не свелись к нулю: не читайте конспекты за едой (заедаешь память), не смотрите телевизор при чтении конспектов (мощнейший отвлекающий фактор). В перерывах запрещено оставлять конспекты и учебники открытыми, чтобы усвоенное не выветрилось!)))

ОТЛИЧНИК, АУ! Примета заключается в следующем: для успешной сдачи экзамена необходимо подержаться за человека, только что сдавшего его на «отлично»! Может быть, помогают остатки светлой энергии не успевших еще испариться знаний. Подержались, скрестили указательный и средний пальцы на руках, да и на ногах на всякий случай, чтобы не слазить, загадали оценку – и вперед за билетом!)))

БЫТОВЫЕ ПРИМЕТЫ. Нельзя возвращаться после того, как вышел из дома. Если ситуация вынуждает вернуться – забыты конспекты, шпоры, работающий утюг, еще хуже, когда забыта зачетка (как вариант – в морозилке), то противодействие этой примете – посмотреть в зеркало и показать самому себе язык :). Если возникла причина вернуться домой – значит, вы недостаточно собраны, излишне нервничаете перед экзаменом. В таком случае статистика успешных сдач явно будет не на вашей стороне.)

ПОХОД ЗА ОЦЕНКОЙ МОЖЕТ

ГЛАВНАЯ СТУДЕНЧЕСКАЯ ПРИМЕТА ГЛАСИТ: «ЕСЛИ ПРИ ВХОДЕ В АУДИТОРИЮ ТЕБЯ ПРОСЯТ ВЫТАЩИТЬ БИЛЕТ, ТО, СКОРЕЕ ВСЕГО, ТЫ НА ЭКЗАМЕНЕ». САМАЯ ЛУЧШАЯ ПРИМЕТА УСПЕШНОЙ ЕГО СДАЧИ – УСЕРДНОЕ ГРЫЗЕНИЕ ГРАНИТА НАУКИ В ТЕЧЕНИЕ СЕМЕСТРА. А ЧТО ДЕЛАТЬ ТОМУ БОЛЬШИНСТВУ, КОТОРОМУ ЭТО НЕ ПО СИЛАМ? СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ НИХ СТУДЕНЧЕСКАЯ БРАТИЯ РАЗРАБОТАЛА ДЕСЯТКИ (ЕСЛИ НЕ СОТНИ) МАГИЧЕСКИХ УЛОВОК.

ИТАК, СТУДЕНЧЕСКИЕ ПРИМЕТЫ

ЗАКОНЧИТЬСЯ НЕУДАЧЕЙ, ЕСЛИ НА ПУТИ ВАМ ПОПАЛАСЬ БАБУШКА С ПУСТЫМ ВЕДРОМ. Можно нейтрализовать суеверие, бросив в ведро фантик. Если черная кошка перебежит дорогу (пересекающего этот путь достигнет неудача), то нужно пойти другой дорогой. Наилучший вариант – успеть перебежать дорогу раньше кошки, и пусть бедному четвероногому другу сегодня не везет!)))

СЛЕДУЮЩИЕ РИТУАЛЫ ТРЕБУЮТ ПЛАНОМЕРНОЙ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ. Загадывать сдачу экзаменов при получении счастливого билета в автобусе, загадать желание, сидя между двумя тезками, близнецами или однофамильцами. Лучше предварительно спросить разрешения, а то ведь всякое бывает: как-то две тезки наотрез отказались, чтобы между ними кто-нибудь сиделся, мотивируя это так: «У вас желание сбудется, а у нас неприятностей прибавится». Желать хороших оценок на падающую звезду!)

ПОРУГАЙТЕ СТУДЕНТА ЗАОЧНО. Пока студент находится на экзамене, сидящие дома родные, знакомые, приятели, друзья ругают его всякими нехорошими словами, припоминая все плохое, что он успел натворить. Эффективность этого метода повышается при мысленном представлении морды лица сдающего или при чтении на фотографию.)

КУЛАЧКИ. В день экзамена нужно попросить друга или подругу во время сдачи вами экзамена «держат за вас кулаки». Пусть просто сожмут в определенный интервал времени кулаки (не обязательно сильно). Не уверены, что успех экзамена будет увеличиваться с ростом числа держащих за вас кулаки :), поэтому наиболее действенным будет вариант, когда кулаки будет сжимать ваш друг-боксер!)))

ОДЕЖДА И ЭКЗАМЕНЫ. На экзамен нельзя приходить в обновках или в одежде, которую вы долго не надевали. Смысл этой заповеди, вероятно, объясняется тем фактом, что преподаватель в новом наряде вас просто не узнает и будет утверждать, что вы – злостный прогульщик и пропустили все лекции. Парировать эти нападки девушкам можно, заявив: «Да вы что! Я просто подстриглась и покрасила волосы!»)

«К ЧЕРТУ, ПОЙДИТЕ К ЧЕРТУ!» Примета стара как мир, но ей пользуется большинство респондентов... Перед экзаменом провожающие и соболезнующие желают отправляющемуся на экзамен ни пуха, ни пера, на что и так уже изнервничавшийся студент должен ответить «К черту!» и с гордо поднятой головой идти сдавать... Как говорится, чем черт не шутит...)

БЕРЕГИ ЗАЧЕТКУ, КАК ЗЕНИЦУ ОКА. Во время сдачи сессии не показывайте никому свою зачетку, чтобы не слезили! Исключением являются только преподаватели... Кстати, неплохая отговорка, чтобы не демонстрировать свои успехи родителям :) И еще одно наблюдение: ставить первым зачет по физкультуре нельзя, набегаетесь потом...)

ПИЩЕВЫЕ ЭТЮДЫ. Всем знаком студенческий наркотик шоколад, который восполняет умственные силы, позволяя за один день выучить на десяток билетов больше! Приводим ритуал поедания шоколада: на ночь укладываем плитку шоколада в район ног, всю ночь шоколад впитывает знания, выходящие через нижние конечности, а утром съедается проголодавшимся студентом, дабы вернуть все знания на место... Откуда ночью у студента берутся знания, вы узнаете, прочитав следующее поверье. Вспомните, как в детстве все приставало к липким рукам. А как хо-

рошо скреплялись пластмассовые детали конструктора, если окунуть их в варенье или компот! Так вот следующее поверье: перед экзаменом потереть в руках что-нибудь сладкое (чернослив, изюм, курагу) и тянуть билет, чтобы прилип только хороший...)))

ДИФФУЗИЯ ЗНАНИЙ. В ночь перед экзаменом, если предполагаете лечь спать, нужно положить под подушку конспект лекций или парочку учебников по предмету. Смысл заповеди, вероятно, объясняется тем, что в сонном состоянии информация из конспекта или учебника через подушку беспрепятственно проникает в головной мозг! Главное – не забыть утром захватить конспект в универ...)

«ЛОВИСЬ, ХАЛЯВА!». В ночь перед экзаменом или зачетом раскрываем зачетную книжку (свою! Открытие чужой может носить непредсказуемый характер) и кладем ее на пол, затем хватаем веник и, провернувшись вокруг оси пять раз (либо любое количество раз, кратное пяти), метем соринки, пыль, бытовой мусор на нашу книжицу (открыта на странице, куда должен проставляться зачет или экзамен), приговаривая: «Халыва, ловись!». Потом, не отряхивая, закрываем и ждем завтра. Самое главное, чтобы в момент призывания халывы никто не отпугнул ее криками «Учить надо!».)))

ТАЛИСМАНЫ. Талисман – вещь в хозяйстве студента полезная и даже незаменимая... Случайным талисманом может служить номерок в раздевалке с цифрами, кратными пяти, счастливый билетик в автобусе или с суммой первых трех цифр, кратной пяти. Вообще все, что связано с цифрами, кратными пяти, может являться вашим личным талисманчиком, вот только никто про него не должен знать, иначе эффективность падает!)))

А вообще для того чтобы успешно сдать экзамен, студенту нужно иметь знания и находиться в хорошей психологической форме, чтобы все изложить грамотно и по делу. Отсюда вывод: знания – самая лучшая примета! Как сказал один из великих, «экзамен – последняя возможность получить хоть какие-то знания по предмету». А то ведь всегда не хватает времени прочитать все лекции во время сессии (скажите, а сколько раз после сдачи экзаменов вы божились, что в следующем семестре возьметесь за ум и будете учиться в период сессии? Ну-ну, не отмазывайтесь – сами знаем, что было, а в следующем семестре ничего особенного не происходило, и лекции скопом прочитывались в ночь перед экзаменом... Поэтому считаем, что экзамены – это справедливая форма помощи студенту в получении новых знаний! :)

По материалам сети. Автор сего опуса неизвестен

Питание является одним из основных условий существования человека. Правильное питание – это важнейший фактор здоровья, оно положительно сказывается на работоспособности и активности человека, в значительной мере определяет длительность жизни и ее качество.

НЕМНОГО ИСТОРИИ

Еще в давние времена наблюдали, что во время длительных плаваний, пребывания в местах заключения и в период неурожая часто имели место тяжелые массовые заболевания, причина которых долго была неизвестна. При переходе на разнообразное питание свежими продуктами болезни быстро излечивались.

В XVII веке адмирал английского флота Джордж Ансон в сражениях с испанской флотилией не потерял ни одного солдата, а от вспыхнувшей на кораблях цинги у него погибли 800 человек из 1000.

ЧТО ТАКОЕ ВИТАМИННАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ?

При определенных условиях может возникнуть более (авитаминоз) или менее (гиповитаминоз) выраженная витаминная недостаточность. Авитаминозы проявляются тяжелыми заболеваниями из-за длительного отсутствия в рационе того или иного витамина. Достаточно распространенной остается частичная витаминная недостаточность, т.е. гиповитаминозы. Они протекают легче, их проявления нечетки, менее выражены и могут принимать скрытые формы. Ухудшается работоспособность, концентрация внимания, самочувствие.

ЧТО ТАКОЕ АНТИВИТАМИНЫ?

Витаминную недостаточность может вызывать прием антивитаминов. Они по структуре схожи с витаминами, но обладают противоположным биологическим действием. Самым популярным антивитамином является кофеин, содержащийся в кофе и чае. Это вещество расщепляет витамины группы В и витамин С. Аскорбиновая разрушает витамин С – аскорбиновую кислоту.

ВЕСЕННИЕ ГИПОВИТАМИНОЗЫ

Весна – это не только восхитительная погода, прекрасное настроение, долгие прогулки по парку, но еще и ослабленный осенне-зимней порой организм. И мы все ждем наступления весеннего авитаминоза, будь он неадаптирован! Только для вас, ваших друзей, близких и родных – краткий курс по подготовке к встрече с авитаминозом от к.м.н., доцента кафедры микробиологии, вирусологии и иммунологии медицинского факультета КБГУ Алины Эльбаевой. Берите на вооружение и наслаждайтесь весной!



ЧТО ПРОИСХОДИТ ВЕСНОЙ?

Причиной весеннего гиповитаминоза, как правило, является несбалансированное питание, в котором отсутствуют витамины. Зимний рацион питания включает сладкую, мучную, жирную пищу. Поэтому к весне витаминные запасы организма истощаются. Весной в рацион добавляются свежие овощи, ягоды, фрукты, поэтому ни летом, ни осенью гиповитаминоз не развивается.

КОРОТКО О ГЛАВНОМ.

ГДЕ СОДЕРЖАТСЯ ВИТАМИНЫ?

Витамин А (ретинол) содержится в мясе, рыбе, особенно в печени; желтке куриного яйца, молоке, овощах и фруктах, особенно в моркови, луке, петрушке. Необходим для хорошего состояния кожи, волос и глаз.

Витамины группы В содержатся в мясе, проросших зерновых, отрубях, пивных дрожжах, овощах (салат, шпинат, помидоры, морковь), говяжьей печени, почках, яйцах, сыре. Эта группа витаминов участвует в клеточном обмене и необходима для поддержания высокой умственной и физической работоспособности человека.

Витамин С (аскорбиновая кислота) содержится в капусте, помидорах, моркови, облепихе, черной смородине, киви, рябине, цитрусовых (лимонах, грейпфрутах, апельсинах). Этот витамин укрепляет иммунную систему организма и помогает ему бороться с разного рода инфекциями.

Витамин D (эргокальциферол) содержится в рыбьем жире, масле, яйцах, молоке, проросших зернах. Этот витамин участвует в регуляции кальциево-фосфорного обмена. Его недостаток ведет к размягчению костей и рахиту. Образуется в коже после солнечного или кварцевого загара.

Витамин Е (токоферол) содержится практически во всех продуктах. Особенно много его в растительных маслах, орехах, мясе, печени и зерновых ростках. Поддерживает в норме слизистую оболочку верхних дыхательных путей и деятельность половых желез, обладает антиатеросклеротическим и антиоксидантным действием. Вероятно, из-за этого витамин Е называют эликсиром молодости XX века.

Витамины группы К (фито-

менадион) содержатся в растениях (шпинат, капуста, тыква, зеленый чай), печени. Интенсивно их синтезируют микроорганизмы толстой кишки. Участвуют в процессах свертывания крови.

Витамин Р (рутин) содержится в цитрусовых, плодах шиповника, ягодах черноплодной рябины, зеленых листьях чая. Он уменьшает ломкость капилляров и участвует в окислительно-восстановительных процессах.

Витамин РР (никотинамид) содержится в печени, яйцах, почках, рыбе, спарже, арахисе, семенах подсолнечника, моркови, гречневой крупе. В организме синтезируется частично из триптофана. Витамин участвует в синтезе гормонов, эритроцитов, при его недостатке развивается заболевание пеллагра, которое проявляется поражением кожи, слабоумием и т.д.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИЮ ГИПОВИТАМИНОЗОВ. С ЧЕГО НАЧИНАТЬ?

1. Начинать профилактику и лечение гиповитаминозов необходимо с изменения рациона

Человек есть то, что он ест.
Л. А. Фейербах

питания. Витамины из продуктов всасываются легче и полноценнее, чем из лекарственных форм. Обычно в растениях они находятся в неактивной форме, т.е. в форме провитаминов.

2. Необходимо тщательно соблюдать правила кулинарной обработки продуктов. Предпочтение лучше отдавать блюдам, приготовленным на пару. Чтобы сохранить витамины в продуктах, следует придерживаться некоторых несложных правил:

- ✓ хранить продукты в прохладном темном месте;
- ✓ за исключением продуктов длительного хранения впрок продукты не покупать;
- ✓ минимизировать период термической обработки.

3. Для профилактики и лечения гиповитаминозов рекомендовано применение настоев калины, рябины, отвара шиповника, содержащих большое количество витаминов. Готовят также поливитаминную массу из кураги, клюквы, лимона, изюма, грецких орехов, меда. Большое количество витамина С содержится в квашеной капусте. Также богаты витаминами проросшие зерна пшеницы, гороха, фасоли. Очень полезны при гиповитаминозах свежевыжатые соки (яблочный, морковный, свекольный, апельсиновый и т.д.).

4. На сегодняшний день фармакологической промышленностью выпущено большое количество синтетических витаминов. Они выпускаются в виде монопрепаратов, содержащих один компонент, или в виде поливитаминов, содержащих несколько витаминов, минералы и биологически активные вещества. Из поливитаминов применяют «Дуовит», «Геримакс», «Компливит», «Мульти-Табс», «Алфа-Вит», «Витрум», «Алвитал», «Кальцинова», «Сана-Сол», «Берокка», «Супрадин». При выборе поливитаминного препарата необходимо обращать внимание на состав препарата и дозу каждого компонента в нем.

✓ Наш пьедестал

СДЕЛАЛА СЕБЕ ПОДАРОК К 8 МАРТА

Студентка 3-го курса факультета физической культуры и спорта КБГУ Марта Лабазина завоевала бронзовую медаль в женском этапе серии Открытых турниров Европы.

В конце февраля в Варшаве прошел один из основных предолимпийских кубков мира по дзюдо – Открытый турнир Европы. В нем приняли участие около 150 дзюдоистов, представлявших 34 государства. Российская сборная, состоявшая из семи спортсменов, добилась на варшавском татами пяти наград.

Студентка нашего вуза Марта Лабазина завоевала бронзовую медаль в весовой категории 63 кг. После победы в первом круге над хорваткой Андреа Дакович во второй встрече дня она уступила «шидо» в дополнительном периоде чемпионке молодежной Европы венгерке Цабо. В «группе утешения» наша спортсменка была лучшей – за тридцать секунд справилась с голландкой Ирис Ивема, а затем нанесла поражение еще одной представительнице Нидерландов Дженифер Вичерс в поединке за «бронзу».



Студент КБГУ, дзюдоист клуба «Грин Хилл» Олег Бабгоев стал победителем международного мастерского турнира на призы Президента Белоруссии в Минске.

Студенты КБГУ будут представлять страну на международных турнирах

В финале весовой категории до 82 кг наш спортсмен одержал уверенную победу над Никитой Мошенко и стал победителем турнира. Теперь подопечный Руслана Кима готовится к чемпионату России. По результатам этого старта будет сформирована сборная страны для участия в первенстве Европы и мира. Еще один представитель клуба «Грин Хилл», студент КБГУ Ахмед Мусов (до 90 кг) готовится к первенству России среди спортсменов до 23 лет. Право участвовать в российском финале ему дала победа на всероссийском турнире, прошедшем в Нальчике.

Около 700 спортсменов из 70 субъектов РФ оспаривали в Новосибирске право на включение в состав главной команды страны в возрастной группе до 18 лет. Тимур Уянаев, выступающий в категории до 50 кг, и Исмаил Мисиров (до 55 кг) стали бронзовыми призерами. По итогам первенства оба спортсмена включены в состав юношеской сборной России и будут представлять нашу страну на международных турнирах. Тимур Уянаев является воспитанником школы дзюдо КБГУ и клуба «Грин Хилл».

Залина СУАНОВА

Анжела Секрекова – студентка 4-го курса института филологии, истории и СМИ, направление – журналистика:

«КАЖДОМУ ИЗ НАС ДАНА ИСКРА БЕЗУМИЯ. ПОПЫТАЙТЕСЬ НЕ ЗАГАСИТЬ ЕЕ»

Обычная девчонка «с Горняка», которая любит свой город, друзей. Я – дочь, сестра, подруга, ну, и студентка.

Я верю в женскую дружбу и в дружбу между девушкой и парнем.

За четыре года я стала более спокойной.

Раньше я могла ходить в платьях, но сейчас хожу исключительно в джинсах.

«Кто на тебя посмотрит?» – любимая фраза моих тетушек.

Если я понравлюсь, я понравлюсь такая, какая я есть. И это отнюдь не юношеский максимализм, мне 21, черт возьми!

В 11-м классе я поняла, что пойду учиться на журналистику.

Определившись с тем, чего ты не хочешь, ты поймешь, что тебе действительно нужно.

Я точно не могла бы стать экономистом, юристом, медиком. Это все не по мне.

В памяти остались занятия по зарубежной литературе.

Гессе, Хемингуэй, Фицджеральд, Довлатов, Булгаков

– мои любимые авторы.

Я смеюсь, когда смотрю «В джазе только девушки».

После бакалавра я хотела сделать перерыв, но сейчас понимаю, что в течение года что-то может круто поменяться, и лучше не терять времени.

Мне нравится заниматься телевидением: быть оператором, звукорежиссером, режиссером и т.д. Мне бы хотелось узнать обо всем досконально и определить, что же мне ближе всего.

Esquire, Rolling Stone – печатные издания, в которых я бы хотела поработать.

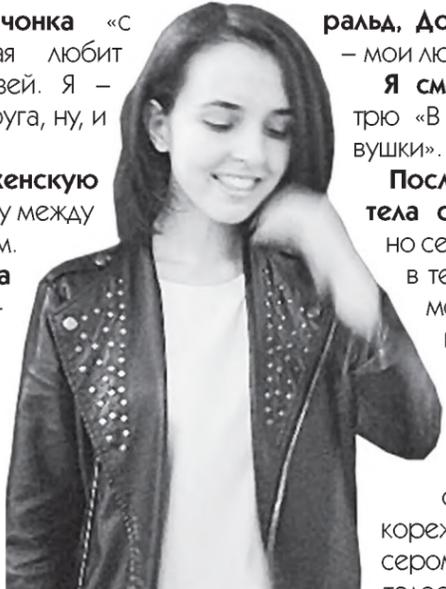
Мне нравится подача «Дождя».

Все сводится к уверенности, смогу ли я это сделать.

Я хочу жить в мире, где я могу быть самой собой, где я могу делать то, что хочу, где я не мешаю другим и где никто не мешает мне.

Сейчас я не думаю, сколько я буду зарабатывать по своей профессии.

Мы всегда стервозные, если верить гороскопам.



Гульсу Дадали – студентка 1-го года обучения магистратуры института истории, филологии и СМИ, направление – журналистика:

«ВСЕ, ЧТО У МЕНЯ ЕСТЬ, – ЭТО МОЯ ЖИЗНЬ, И МНЕ НАДО ЧТО-ТО С НЕЙ ДЕЛАТЬ ИЛИ ВЫЙТИ ЗАМУЖ»

Не хочу обидеть других мам, но моя мама – лучшая мама на этой планете.

Все меняются после школы, и я в том числе.

Лучшие мысли приходят ниоткуда.

Я еще не придумала толком, чем буду заниматься дальше.

Знания нам дал Роман Лисеев.

До поры до времени существует женская дружба.

Никому нельзя доверять. Таков закон жизни.

Идеальный муж – это твой лучший друг.

Шутки про блондинок совсем не смешные, потому что и брюнетки порой творят глупые вещи.

Хочу швейную машинку. Если бы существовала эффективная книга о том, как выйти замуж, я бы ее купила.

Я не умею зарабатывать деньги. Могу что-то делать своими руками, но на этом зарабатывать не могу.

Девочке из семьи Дадали нельзя задавать вопросы о количестве детей.

Когда я пойму, в чем смысл моей жизни, я умру.

Для меня важнее быть отдельным миром.

Красота человека – это умение улыбаться. Когда человек искренне улыбается и смеется, я хочу с ним познакомиться.

Мое завтра – это моя тайна.

В 11 лет я собиралась в 18 выйти замуж. Сейчас мне грустно вспоминать об этом.

Я уже достаточно крутая, и идти учиться на дизайнера уже не имеет смысла.

Если бы я умерла и могла быть рядом с людьми, я бы не приходила к своей семье. Я бы просто ходила возле дома.

В гороскопы я не верю.

Согласна с фразой «Все, что ни делается, к лучшему».

Ничего страшного не происходит сейчас в мире. Так было, так есть и так будет всегда.

У меня традиционное воспитание, хотя...



Зарина Аджиева – студентка 1-го года обучения магистратуры института филологии, истории и СМИ, направление – журналистика, режиссер монтажа КБГУ ТВ, корреспондент «Университетской жизни»:

«Я НЕ НАШЛА СВОЙ СМЫСЛ ЖИЗНИ. В ЭТОМ Я ПОХОЖА НА ФАУСТА...»

Я подвержена своему настроению.

8 марта для меня – обычный день. Если я не на работе (не в пресс-службе, не на КБГУ ТВ), значит, я драю кафель на кухне или стираю занавески.

У меня есть один, всего один молодой человек.

Я могла бы долго говорить, что главное в мужчине – это честность, доброта и бла-бла-бла..., но по опыту выяснилось, что это юмор и жизнелюбие.

Я считаю всех людей светлыми и добрыми, но иногда я так не считаю.

Поступая на журналистику, я не думала, что настолько изменюсь.

В школе я была хулиганкой, которая не любила читать. Для меня было круто жить «по понятиям», ибо в моей 27-й школе так было принято.

С тех пор, как у меня появился парень, я стала понимать, что деградирую.

Еще недавно взалхлеб читала Ницше и Шопенгауэра, но недавно, взяв Канта, поняла, что ничего не поняла. Тут я села и зарыдала.

Мой молодой человек – Телец, как и мой папа. Они обалденные!



На необитаемый остров я взяла бы с собой: «Фауст» Гете, «Бремя страстей человеческих» Сомерсета Моэма, «Мартин Иден» Джека Лондона и в конце утопилась бы, как и Мартин.

Университету я благодарна за людей, которых он мне подарил.

После написания материала просыпаюсь ночью и думаю: что-то плохо получилось.

Если бы я создавала свой продукт, это был бы телевизионный продукт.

Я бы хотела стать литературным критиком, но кому нужен критик?

Хочу поехать учиться в Китай.

Больше всего на свете я люблю читать и анализировать то, что прочла.

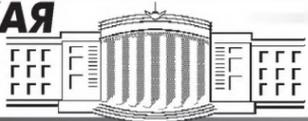
Я смотрю на другие группы, на другие факультеты и думаю, что таких, как мы, нет нигде.

Иногда мне кажется, что вот сейчас проснусь, а я все еще в 11-м классе и пью «ягуар» (шутка! Не пила я, это плод моих фантазий).

Я верю в существование души. Мне близки буддизм и даосизм. Я хочу, чтобы после смерти мой прах использовали как удобрение. Пусть благодаря мне вырастет ива.

Я не нашла свой смысл жизни. В этом я похожа на Фауста, который говорил, что смысл жизни в том, чтобы искать его.

Человек должен развиваться. Человек – созидатель, а не разрушитель. Простите за банальность.



✓ Литературный перекресток



Алина Карова – студентка 2-го курса института истории, филологии и СМИ (направления – филология; русский язык и литература). Первые стихи сочинила в восемь лет и посвятила бабушке. Является волонтером и участником клуба «Альтернатива», тьютором иностранных студентов КБГУ, недавно вошла в состав Молодежного совета при Общественной палате КБР. Живет по принципу «Уж лучше ни одной свободной минуты, чем жизнь Премудрого Пескаря». Хочет помочь свершению любого хорошего дела. Увлекается плаванием, шашками, шахматами, музыкой, дизайном, вышивкой и изучает язык жестов. Хочет, чтобы родители всегда были здоровы, все люди счастливы, а мир стал бы чуточку добрее.



Наступит вот когда весна,
И будет аромат цветов,
Поэта запоет душа,
Пропоеет о маме вновь:
«Пойте, птички! Солнца свет,
По стволам беги, играйся!
Мам людей достойней нет,
Мамам дань отдайте гласный.
Вот придешь домой – и сразу
К маме милой поспеши,
Поцелуй, цветы и ласку
Ты родимой подари!».
Восьмое. Праздник просто?
Бесконечности он знак.
Вспоминай про маму часто,
В свет приди, оставив мрак.
Бесконечность – это значит
Маму в сердце все хранить:
Хоть зима, хоть осень, лето;
Горячо ее любить!
Неправа душа поэта,
Петь ей надобно ВСЕГДА!
Мамами миры согреты!
Мамами жива земля!

Маленькие милые детишки,
Маму любите всегда.
Она в ночь бессонный вам мишка,
Голодать не даст вам она.
Проблемные подростки, юные,
Маму любите всегда.
За ваши истории любовные
Переживает только она.
Совершеннолетние, взрослые дети,
Маму любите всегда.
Все вам прощает на свете,
Хоть по вам плачет тюрьма.
И совсем взрослые дети,
Маму любите всегда.
В ваших семейных проблемах
Жилетка для слез навсегда.
Поколение старшее, прошу вас,
Маму любите всегда.
Навеки для вас она Ангел,
Молитвы посвящайте мамам,
Все дети мира, прошу я,
Маму целуйте хоть раз!
Признавайтесь в любви не тая,
Ведь живет она только для нас!

Эмма Шогенова, магистр 2-го года обучения института истории, филологии и СМИ. Поступила в КБГУ, потому что любовь к литературе преобладала над другими дисциплинами. В будущем видит себя преподавателем. Жизненная позиция – смело идти вперед, преодолевая трудности, достигать поставленных целей.



СИ НАНЭ

Блэклахэр си гум кыгьэкьжу
Аргуэру уэ сынопщыхьаш,
Си сабиигуэм кыгьэзэжри,
Нанэ, уи деж нысфэклуэжаш.

Си нанэ, гьащлэр кьэбгьэщлэхуклэ
Уэ «тынш» жыхуалэр умышлэ.
Дыщысабийм дызэраншту
Уи нэ-лэ кыптымьгэклэ.

Балигь дыкьэхьуу дэ еджаплэ
Дыщыклуэм гуклэ утщыгыуаш,
Ди луэу ефлаклуэмэ, нэхь кьапштэу
Уэ куэдрэ гугьу укьыддехьаш.

Ауэ блэклаш ди сабий гьащлэр,
Абы кьэгьазэ имылэж.
Дысабиижкьым дэ куэд щлауэ,
Дунейм тетари темьтыж.

Иджы ди пщантэм сыдыкьэжым
Блэklar хэт сигу кыгьэкьжын.
Шхын лэфл ищлауэ нанэ хуэдэу
Илыгыуу лэгуклэ кьыспежьэн.



НАНЭ

Игьэжьауэ лэжым тхьуэпльыр
Си гум кьохьэ нанэ.
Жэщклэ тхуилуэта таурыхьыр
Икьым си гум, кьонэ.

Нартыху цьынэм клэртлофыщлэр
Гуэдзэ хуищлауэ нанэ
Лэгьупышхуэм ирекьлутэр
Зым хуимыщл гукьанэ.

Щлэтщ гуэщ клапэм стлал кьыхьышхуэр
Бгьэдэсщ сабийхэр.
Тшхаш щлакхьуэзэтеупэщыкьыр,
Дэжьэ и лэгьупым.

Си гум кьохьэ мэрамысэр,
Тхьу, фохыгыу дыщыгыуу,
Е нэхь псынщлэу хьэр тхуищлэу
Нанэ и хьынклэлыр.

Гьэщлэгьуэнкьэ, и хьыв шатэр
Нанэ щигьэпщтыкьырт,
Абы щыгыуу тшхамэ пластэр
Цыкьлэхэм кьэуат тхуэхьурт.

Льэпкь шхыныгыуэм и лэфлагыр
Дигьэщлэщ ди нанэ.
Льэпкь луцыгыуэм и пэжагыр
Зыхэсщлэщ сабийуэ.

Балигыплэ сиувами
Сыхуэныкьуэщ нанэ.
Луэрыуатэу ди льэпкь гуэазэр
Си шхьэщыгум щоблэр.

Карина Малкарова, студентка 2-го курса института истории, филологии и СМИ (направления – филология; карачаево-балкарский язык и литература). Любит литературу, кино и музыку. Главная жизненная позиция – не поддаваться панике, смело идти вперед и честно трудиться. Уверена, что результат зависит от действия. Главное – стараться видеть в людях хорошее, быть внимательнее и добрее.



АНАЛАГЪА

Кимге чабабыз жарсыуубуз болса?!
Кимге тарыгьабыз жаныбыз кьыйналса?!
Кимни тобукьларында сюебиз жукьларгьа,
Жюрек кьызыл от бла жанып барса?

Ким кьурагьанды «Ана» деген сёзню?!
Ариулугьу бла кьууандырад жюрекни, кёзню.
Ким чыгьаргьанды биринчи аууздан аны?
«АНА» деген дуня байлыгыды хар адамны.

Ананы кьоллары – бизге кьанатла,
Хар кьыйынлыкьдан сакьлайдыла ала.
Саулык тилейме Ана кьолагьа.
Кьанатланы да бек кьыйнамасынла балала.

Ананы жюреги уа – от жагьа!
Жылыуу бла жылыта суукь кюнде.
Ол жюреке кьайгы кьурумаз балагьа,
Кечелени ётдююр, жукьу болмай кёзде.

Кёзлери уа Ананы – башыбызда кёк,
Сабийин кьайда болса да кёред.
Сизге бир тилегим барды, балала,
Жаудурмагьыз ол кёкден жауунла.



Соня Озрокова, студентка 3-го курса института истории, филологии и СМИ. Мечтатель и хороший человек. Любит изучать языки и считает, что все в жизни возможно, если этого сильно захотеть. Мечтает много путешествовать.

She's unpredictable by nature
She is inexplicable and wild
Her heart full of love's stretching
To every piece of World she finds
She desires sacred treasures
Though doesn't get them as she should
Each life's moment is a pleasure
Love, dreams, freedom are her food.
She's perfect, gorgeous
Mad a bit
She can cheat and she can force
She's a woman, that is it
She's on the top of universe.



Подготовила Арина ВОЛОГИРОВА

ВЫСТАВКА НОВЫХ КНИГ

В новом корпусе Информационного центра КБГУ прошла традиционная выставка новых книг университетской библиотеки, среди которых – востребованные на сегодняшний день издания по многим отраслям знаний.

Те, кто не успел посетить выставку, имеют возможность ознакомиться с новинками литературы на страницах газеты или же на сайте библиотеки КБГУ. Напоминаем всем читателям, что выставка книжных новинок будет всегда проходить в Информационном центре КБГУ, где расположена библиотека (фойе, 2-й этаж). Выставка проводится каждую последнюю пятницу месяца.

**ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В БИБЛИОТЕКУ!
МЫ УВЕРЕНЫ, ЧТО КАЖДЫЙ ЧИТАТЕЛЬ
БИБЛИОТЕКИ УНИВЕРСИТЕТА МОЖЕТ НАЙТИ
СВОЮ КНИГУ.**



КНИЖНЫЕ НОВИНКИ БИБЛИОТЕКИ КБГУ (ФЕВРАЛЬ 2016 г.)

Автор	Заголовок	Издание	Год	Стран.
Гиппенрейтер Ю. Б.	Введение в общую психологию	М.: АСТ	2015	352
	Возрастная психология	Ростов-на-Дону: Без издательства	2012	591
Молдовян А. А., Молдовян Н. А., Гуц Н. Д., Рубаник В. Е.	Криптография: скоростные шифры	СПб.: БХВ-Петербург 2014 496		
	История государства и права зарубежных стран	М.: Эксмо	2011	544
	Осмотр места происшествия	М.: Юрлитинформ	2013	376
Тёмкина Н. Е.	Россия и россияне	М.: Флинта:Наука	2013	112
	Уголовное право России. Части Общая и Особенная	М.: Проспект	2012	728
Власов В. И., Власова Г. Б., Денисенко С.	Теория государства и права	Ростов-на-Дону: Без издательства	2014	332
Микрюков В. Ю.	Безопасность жизнедеятельности	М.: КНОРУС	2013	336
Маклаков А. Г.	Общая психология	СПб.: Питер	2013	583
Новицкий И. Б.	Римское право	М.: Юрайт	2011	298
Варакута С. А.	Связи с общественностью	М.: ИНФРА-М	2013	207
	Теория статистики	М.: Финансы и статистика	2009	656
Исаев И. А.	История государства и права России	М.: Проспект	2011	800
Ждан А. Н.	История психологии: От античности до наших дней	М.: Академический Проект; Трикста	2012	587
	Психология	М.: Проспект	2012	752
	История отечественного государства и права	М.: Юрайт	2012	477
Дубровина И. В., Прихожан, А. М., Данилова	Психология	М.: Академия	2006	464
Омельченко О. А.	Всеобщая история государства и права. В 2-х т.	М.: Эксмо	2011	576
Агапов А. Б.	Административное право	М.: Юрайт	2012	874
Немов Р. С.	Психология	М.: Юрайт	2011	639
Борисов Е. Ф.	Экономическая теория	М.: Проспект	2011	544
	Гражданское право: В 3-х т.	М.: РГ-Пресс	2012	1008
Культин Н. Б.	Turbo Pascal в задачах и примерах	СПб.: БХВ-Петербург	2012	256
Мошкова И. Н.	Информатика	М.: Ред. изд. совет МОЦ МГ	2007	115
Маркова А. Н.	Культурология	М.: Проспект	2014	376
Борытко Н. П., Борытко Н. П., Соловцов И.	Педагогика	М.: Академия	2007	496
	История искусств	М.: КноРус	2012	680
Мельников И. В.	Гипсокартон в ремонте квартиры	Мн.: Харвест	2012	320
	История педагогики в России	М.: Издательский центр «Академия»	2002	400
Полежаева Ю. О.	Строительное черчение	М.: Академия	2011	336
Утехина А. Н.	Иностранный язык в дошкольном возрасте. Теория и практика	М.: Флинта:Наука	2013	186
Герцен Н. А., Николаева Н. А.	Есть женщины...в русской культуре	М.: Флинта:Наука	2013	188
	Дошкольная педагогика. Обзорные лекции по подготовке студентов к итоговому междисциплинарному экзамену	М.: ФОРУМ	2012	256
Шаов А. Х., Хараев А. М.	Основы токсикологии	Нальчик: КБГУ	2014	95
Кохановский В. П., Кохановский В. П., Жаро	Философия: конспект лекций	М.: КНОРУС	2013	192
	Общие основы химико-технологических процессов	Нальчик: КБГУ	2014	80
Шмойлова Р. А., Минашкин В. Г., Садовников	Практикум по теории статистики	М.: Финансы и статистика	2009	416
	Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения	СПб.: Питер	2013	464
Сабанчиева Ж. Х., Нагоев Б. С., Захохов Р.	Иммунный ответ и иммунологические нарушения при ВИЧ-инфекции	Нальчик: КБГУ	2014	102
Езаова М. Ю., Карданов М. Л., Шугушева Д.	Фонетика, морфонемика, морфология	Нальчик: КБГУ	2015	84
Кочесов Р. Х.	Философия: курс лекций для бакалавров. Для всех направ. и спец.	Нальчик: КБГУ	2014	335
Хочуев В. А.	Налогообложение участников внешнеэкономической деятельности:	Нальчик: КБГУ	2015	105
Хоконев М. Х.	Излучение релятивистских электронов в лазерном поле	Нальчик: КБГУ	2014	54
Абазов А. Х., Дышеков М. В.	Хрестоматия по истории государства и права Кабардино-Балкарской республики (последняя треть XVIII -начало XXI вв.	Нальчик: КБГУ	2015	268
	А.П.Кешоков:Творческая личность в поликультурном пространстве	Нальчик: Каб.-Балк.ун-т	2015	159
Аликаев Р. С., Аликаева Л. С., Ткаченко С.	Kreativts ltsen des Romans von Heinrich Boll «Gruppenbild mit Dame»	Нальчик: Каб.-Балк.ун-т	2016	243
Шауцуква Л. З.-Г	Языки и методы программирования. Часть 2-я	Нальчик: Каб.-Балк.ун-т	2015	160
Нахушева Ф. М.	Математика	Нальчик: Каб.-Балк.ун-т	2015	140
Жекамухов М. Б., Балкарова, С. Б., Шогенова	Роль турбулентности в атмосферных процессах	Нальчик: Каб.-Балк.ун-т	2015	123

НЕТ РАБОТЫ? ПРИДУМАЙ ЕЕ САМ!

«У вас есть вопрос? У нас есть решение!»

Таков незамысловатый слоган молодой организации под названием «Планета услуг».



Разыскать работу по душе, которая приносила бы прибыль, не так просто, но выпускники Кабардино-Балкарского государственного университета могут не только найти, но и придумать свое дело. Аскер Шериев и Азамат Хозаев окончили исторический факультет КБГУ. Встретившись с корреспондентом «УЖ», они рассказали, что такое «Планета услуг» и как студенческая дружба может помочь при создании бизнеса.

– Аскер, Азамат, что побудило вас открыть такую организацию?

– На сегодняшний день частных лиц, предоставляющих свои услуги,

очень много. Это няни, электрики, грузчики и многие другие. Номера их телефонов вы можете найти на различных сайтах, в газетах или же через знакомых, друзей. И каждый раз, когда требуется решить ту или иную задачу, приходится рыться в Интернете, рекламных газетах, расспрашивать друзей в поисках автомеханика, или, скажем, грузового такси. Мы же собираемся все это упростить и сделать жизнь легче. В настоящее время в нашем списке предоставляемых услуг более двухсот различных позиций. Также через «Планету услуг» можно заказать столик в ресторане или

кафе для проведения дня рождения или других событий.

– А есть ли у вас какие-нибудь специальные предложения для студентов?

– Да, конечно. Для студентов у нас есть хорошие скидки в некоторых книжных и канцелярских магазинах, на абонементы в лучшие тренажерные залы города, в различные спортивные секции. Также имеются услуги репетиторов. Наша компания сэкономит ваше время, нервы и деньги.

– Как прошли ваши студенческие годы?

– О-о-о, мы были активными студентами! Никогда не сидели на месте, принимали участие в «Студенческой весне». Веселое было время. Помнится, самых умных и активных отправляли на базу КБГУ в Приэльбрусье.

– Что бы вы пожелали нынешним студентам?

– Самое главное – это, конечно, не сидеть на месте, больше интересоваться окружающим миром, осваивать свою специальность и заниматься саморазвитием, благо в КБГУ есть условия и возможности для профессионального и личного роста. Жизнь любит активных, веселых и находчивых. Нет работы? Придумай ее сам!

Инна ДОЛОВА

«БЕЛЫЕ ЖУРАВЛИ»

Команда иностранных студентов КБГУ приняла участие в литературном вечере «Белые журавли», посвященном военно-патриотическому воспитанию подрастающего поколения. Вечер прошел в Кабардино-Балкарском музее изобразительных искусств им. А.А. Ткаченко.

Наши иностранные студенты приехали из разных уголков планеты и не понаслышке знают, что такое война, кровь и смерть. В нашем мире практически нет страны, которой бы не коснулось это бедствие.

В литературно-музыкальной композиции получила развитие тема Великой Отечественной войны. Ведущие рассказали иностранным студентам о том, что День Победы был и остается священной датой для всех людей нашей страны: «Сегодня мы собрались вместе, чтобы еще раз вспомнить о событиях военных лет и о тех людях, которые завоевали для нас мир на земле».

Началось мероприятие с демонстрации отрывка из кинофильма «Освобождение», затем прозвучал рассказ о тяжелых военных испытаниях, выпавших на долю нашей страны, о людях, ковавших Победу на фронтах Великой Отечественной и в тылу. Чтобы лучше прочувствовать эпоху тех огненных лет, участникам предоставили возможность совершить импровизированное военно-историческое путешествие по фронтовым до-



рогам. Звучали поэтические строки о горе и слезах, о мужестве и стойкости, о нежности и любви, о подвиге и победе. Ветераны поделились воспоминаниями, показали фотографии военных лет. Сегодня, когда фашизм вновь поднял голову, а его идеологические наследники пытаются навязать всем свои бесчеловечные принципы, мы должны понять главное: кто за мир, а кто за войну.

Гости и ветераны остались довольны мероприятием. «Вы пока-

зали яркую, незабываемую программу. Спасибо организаторам и студентам за этот праздник! Хочется пожелать успехов вам и процветания университету. Будьте счастливы, и дай бог вам никогда не знать войны!» – с улыбками на лицах и слезами в голосе говорили ветераны.

Татьяна РОМАНОВА,
ассистент кафедры общеобразовательных дисциплин для иностранных учащихся, куратор землячества иностранных студентов из разных стран

✓ **Educa te ipsum!**

ВЕСНА, УЧЕБА, ЛЮБОВЬ... или Любовь учебе не помеха?

Пришла весна! Все радуются пробуждению природы, впереди теплые весенние дни. Когда стоит прекрасная солнечная погода, студентам трудно усидеть в аудиториях, усердно учиться: хочется погулять в парке, пойти в кино. К тому же весной пробуждаются чувства, приходит любовь. Весна – пора любви!

Интерес к противоположному полу, поиски спутника жизни занимают значительное место в мыслях и поведении молодежи. Романтические отношения в студенческом возрасте естественны и закономерны. Это период юности и ранней молодости, когда юноши и девушки испытывают симпатию, влечение, любовь. Если чувства взаимны, любовь положительно влияет на учебу, общественные дела, молодые люди пребывают в счастливом состоянии и поддерживают друг друга во всем. Такие отношения часто способствуют повышению желания учиться, рабочему настроению, творческой активности.

Но если любовь безответна, студенты могут сильно переживать, страдать, порой забрасывают учебу. Не стоит обижаться, грустить, надо постараться понять и переключиться на более важные в данный период жизни сферы, а это, конечно, учеба. Помните, что любовь проходит, а диплом остается!

В студенческие годы закладываются основы будущей успешной жизни и деятельности. И от того, как вы проведете молодые годы, зависит ваше будущее. Главная цель обучения в вузе – получить качественное высшее профессиональное образование, стать высококлассным специалистом, и все, что вы делаете, должно приближать вас к этой цели, а не отдалять от нее. Все, что мешает, отвлекает от достижения важных целей, сбивает вас с толку, надо отбросить, игнорировать. Учеба должна быть приоритетом, доминантой во всех выборах и решениях. При этом, конечно, следует наслаждаться студенческой жизнью, уделять внимание веселым студенческим праздникам, спорту, фитнесу, здоровому образу жизни, т.е. продуктивно совмещать учебу и отдых.

В молодом возрасте нередко заключаются ранние студенческие браки, но они, как правило, недолговечны, т.к. материальные трудности, нестабильное финансовое положение, появление ребенка, жилищный вопрос и другие испытания, как правило, молодые семьи не выдерживают. Но главная проблема – психологическая незрелость молодых супругов. Не стоит торопиться с таким жизненно важным вопросом, надо более ответственно подойти к нему, получить диплом, найти хорошую работу, и когда вы будете в состоянии самостоятельно обеспечить семью, не полагаясь на родителей, тогда и стоит решаться на такой серьезный шаг. Ответственность в этом вопросе – признак зрелости.

Студенческий возраст – период профессионального и личного самоопределения, учебно-профессиональной самореализации. Успехов вам во всем!

С весенним праздником! Любите и будьте любимы, но пусть ваша любовь не мешает учебе, а помогает, окрыляет, вдохновляет!

Рита САБАНЧИЕВА,
кандидат психологических наук, руководитель психологического центра «Инсайт»



Благодарим магазин цветов и подарков «FlowerNalchik» за помощь в организации фотосессии!

Адрес редакции:

КБР, г. Нальчик,
ул. Чернышевского, 173, КБГУ
каб. 130, тел. 72-22-96

Издатель – ФГБОУ ВО
«Кабардино-Балкарский
государственный университет»,
ул. Чернышевского, 173

Тираж 1 000. Заказ №293

Время подписания по графику – 18.00
Подписано фактически – 18.00

Газета отпечатана
в ООО «Тетраграф»,
г. Нальчик,
пр. им. Ленина, 33

УНИВЕРСИТЕТСКАЯ
ЖИЗНЬ
e-mail: press.kbsu@mail.ru