



# АССАЛАМУ ГЯЛАЙКУМ!

## К ИЗОБИЛИЮ

УЧРЕДИТЕЛЬ:  
Сергокыяла районна администрация. МБУ  
«Эркиндешличи» газетала редакция»

1931 ибил дула  
сентябрьчибад  
дурабулхуси саби

# ЭРКИНДЕШЛИЧИ

№35 (4961) \Районна жамигятла-политикала газета\; жумягI, сентябрьла 1, 2023-ибил дус

### Мубарак



## 1 СЕНТЯБРЯ

Хурматла багудила хянчизарти, школабала дучантI ва илдала бегIти! Къабулдарая дила шайзирад бегIлара дуцарти, белчудила сагаси дус бехIбихниличил дархдасунти, мубаракла дугьби! Сентябрьла цаибил бархIи – хяланала гIибкъдешличил сунес биштIагара халатара гьунбиуси, цахIнабси (бархси) байрам саби. Ил гIямрулизиб паргатагардешуначил ва разидешуначил бархбасунси бетарули саби. Хасданра, нуша школализир нуша дегIси дунъяличил дархдалсутили детарухIели. Илаб саби нушани гьарли-мартI юлдушунI бургутIра. Школализир нуша челякьбализив нушала баркъудлумала умцIлали ветаруси адамличил – учительличил гьундибулра. Ил бархIи – бегIлара хьумхIертусили, гIямрулизиб

### Мубарак

АхIерти, школабала дучантI, ва илдала бегIти! Къабулдарая дила шайзирад бегIлара дурхъати ва уркIи-уркIиларадти, иш хьумхIертуси байрамличил – багуддумала БархIиличил дархдасунти мубаракла дурхъати дугьби. Иш, гIебшнила цаибси бархIи нушаб лелтасалра илцадра дурхъасили каби-зурли саби. ил бархIилилизир сагадан мицIирдирули сари школабала классуни, ил бархIи жагадикIули чедасе виар цаибти классуназибтала някьбазирти ранг-рангла вавнала халуи, халатани биалли, уркIилилизиб паш-мандешличил гьанбиркахъули бургар чули бегI гьалаб школабала унабурхI ахIибси бархIи. Гьайгьай гьандиркур илдас саби школализиб бучIухIелила жагдешла пергер дусмира. БегI гьалабси яргалис, наб мубаракбарес дигахъира сентябрьла 1-личир чула гIямрулизир, школаличил дархдасунти, тамашала минутуни дехIдирхъути никIа дурхIни – нушала цаибти классунала бучIантI. Илдас ишбархIилилизир, марлира сагати гIямрула бурхIни дехIдирхъули сари. Илди – биштIатас гIядатлати ахIентили, чучила ва алави дунъяличил сагати гьарбаркъуначил, бегIтас – сагати кьайгьначил дархдасунтили детарули сари...  
Хурматла учительти!

халаси мер буцибсилван кавлули саби хаслира бара багуддумала дунъялизи бурхIнахIибтала, илар цаибти гунзри кацIибтала, бекIлил сагати, гьачамлис тянишли ахIенти, амма гIячихъти хьуланачилти, челякьбализичи умутла бурхIнабала асарлиуб хIербирес бехIибхьуд касибтала уркIбазиб...

АхIерти дурхIни! ХIушаб гьамли школабала цаибти зянкъ зайдулхъан. Наб хIушаб белчудилилизир гьира ва иштIахI, тамашала гьаргбаркъуни, пикричегти учительти, мартI гьалмагьуни къадарбиубли дигулра. БегIтас – сабур ва хIушала дурхIнабала гьарбизуначили, уркIиличи хьурабируси разидеш имцIабикIаб.

УркIилилизир гьалаксаурти пикрумачил хIерли саби белчудила заведениебала унабурхI ихъути дурхIначи районна школабала учительти. Хурматла мугIяллимти, хIушала педагогикалашлси пагьмуличибли, гIякьлуличибли ва сабурличибли районна челякьбала пасихIтала, бажардичебтала ва кьайгьичебтала, балбуцибси бетурхахъес къасчебтала някьбазиб бирниличи чIумали вирхулра. Вирхулра хIуша бузерилис – сагаси наслу багудди-баркъеличи биркахънилис мартили кавниличичи.

**ХIушаб чIумаси арадеш, санигIятлашлати гьарбизуни, багудди кайсахънила пагьмулизир сархIибдешуни ва мурталара уркIила гIяхIти хIялани диубли дигуси – районна БекI: МяхIяммад ГIямаров**

ХIушаб бузерилизир гьарбизуни ва санигIятлашлати устадешла цIакьбани, сабур ва кьайгьичебси бузери дигулра. ИмцIабикIаб бучIантала ва бегIтала ургаб хIушала гьар бархIиласи хIурмат. Гьарли-мартIи учителькIун дурхIни бучIахъанцунра ахIенну, сунезибад цархIилтира гIякьлуличибиркан (багудди



ГIебисан) сай.  
**Мубаракдирулрая хIушара, хIурматла дурхIнабала бегIти!** ХIушаб ва хIушала дурхIнас сагаси ибси гIебиснилизир сархIибдешуни дугулра. ХIушала гIямрула бурхIни пасихIти, уркIи гьаргти, кумекличи музабухъес мурталара хIядурти мугIяллимтачил, дурхIначила пахруличил дархдасунтили детааб. **Лелтасалра чIумаси арадеш ва белчудила сагаси дуслизир дигести сархIибдешуни диубли дигуси, хIушала Ханум Набигуллаевна ГIисаева – районна багуддила Управлениела начальник.**

### Гьалар – гIурра халати мурадлуми (районна учительтала совещаниеличибад)

Августла 30-йчиб, районна Администрацияла заседаниебала залличиб бетурхуси районна педагогический хIянчизартала совещаниеличи чукурбикитачи салам-

личникла, 1-ли ДР-ла физическая культурала урибси хIянчизарла, уми дихули сари. Районна учительталазикад 19-ли РФ-ла Президентла грант сархIибсири, 1 педа-



тала гьайличил дугьайлзули, районна БекI МяхIяммад ГIямаровли буриб: «ХIурматла учительти, пурбанбарая, белчудила сагаси дус бехIибхъниличил хIуша мубаракдарахъес! ХIушала, илцадра нушаб хIяжати ва мягIничебси бузери даим районна Администрацияла пикрилла байлаб кавлули саби. Нуша мурталара кьайгьилилизир районнизи багудди тIинтIбирниличил бархбасунси хIушала бамсри агарси бузери гIеббуцес, илис лайикдикести шуртIри алахъес. Иш дуслизиб нушани Миглакьасимахъилизиб сагаси школа белшунра, Мурегала шилизисиб дурхIнабала анхъли сагаси юрт балкъаахъурлира. Районнизирти шел школализиб капитальный ремонт дураберкIилра, шел гьатIи школализиб илгьуна ремонт дураберкIили бирар. Терроризмла анцIбукуни хIедиахънила мурадлис гIяхIцад арц харждарилра. ХIушала бузери гьамадиси биахъес нушазибад лякьбусигьуна бирехIе. Вирхулра хIушанира лайикьси даражаличиб багудди-баркъ бедлугнила шайчиб хIянчи дурабуркIниличичи.

гогли ГIилмуртала кандидатла у бихули саби. Районна цахIнабси багуддила системализи 22 школа кадурхули сари, чузибра 3691 бучIан багуддумачил бегIбируси.

ШалгIеббухъунси белчудила дуслизиб нушани багуддила системализи кадурхути бузерила лерилра кьалубазиб халаси хIянчи дураберкIибсири, - буриб совещаниеличи цалабикитала гьалар докладдичил гьавйрулхъули, районна багуддила Управлениела начальник Ханум Набигуллаевна ГIисаевани. - Иличила бурули саби ишди гIертгити баянтани. Районнизирти цахIнабси багуддила школабазиб, школабала гIямруличи ахIебикити дурхIнас багудди-баркъ бедлугнила шайчирти ва чеимцIаси багудди бедлугнила шайчирти организациябазиб 759 педагогический хIянчизар бузули саби. школабазиб бузути 595 педагогизикад – 205 бузерила устадешла чебяхIси даражала категорияличилти саби. 101 учителяла цаибил даражала бузерила устадешла категория леб. 289 учитель чули бузахъуси хIянчиличи лайикьбикити саби. Илдала лугIилизибад 86 педагогли РФ-ла цахIнабси багуддила хIурматла хIянчизарла, 9-ли ДР-ла урибси учителяла, 25-ли ДР-ла багуддила отличникла, 5-ли РСФСР-ла халкъла багуддила от-



БекIлибузисиб (хьулчиси) багуддила шайчиси программа гIямрулизиб бетурхахънила мурадличичи каибтазир 19 дурхIнабала анхъ лер, чузибра 119 педагогический хIянчизар бузуси. Районнизибти 2440 биштIатазибад 1184 дурхIнабала анхъанази башули саби.

Дигесили кавлули саби сентябрьла 1-лис районнизирти сагали делшунти багуддила кIел объекти дурхIнас чула унзурби гьаргдирули дигьни: мурегала шилизисиб 120 урши-рурсилис хасбарисиб дурхIнабала анхъли ва 150 бучIаннис хасбарисиб Миглакьасимахъилизисиб школали. Иларти мебельличичи, цархIил журнал гIягIниахълумачи, школа техникалашал гIеббуциличичи Россияла дахъал шагьургала школабала бучIантира бархли мяштIбикIес асубирар. Иш дула августличир районна лерилра школабас, миллатлати хасдешуни пикрилизичи касили, цахIнабси кьимат – 423990,6 кьурушличи кабилзути 1410 учебник касес имкан бакIиб. РФ-ла Президентли гьаладихъити масъултазибад мягIничебсиле бетарули саби – педагогический

хIянчизартас кабилзуси алапа имцIабарни. Педагогический хIянчизартала ца ургабси базла алапа, 2023 ибил дула II ибил кварталлизиб (учительтас) – 39200 кьурушличи, дурхIнабала анхълизиб бузутас – 23800 кьурушличи хIисаббиубсири. Пачалихъла цати имтихIян ункъли детерхахъес ибси пикриличил районнизири хIяжатсила къадар лайикьти далдуцунни дурадеркIибтири. ИмтихIянти къабулдируси пункт хIяжатсила къадар ункъли гьар-се секIайчил гIеббуцибсири. Илар пачалихъла цати имтихIян (ЕГЭ) дурадуркIнила мурадлис районна бюджетлизирад 1800000 кьуруш арцла декIардарибтири. «ИшхIелила школа» проектла дазурбазисиб «Багудди» миллатласи проектлизичи кадурхули, районна школабазир, «Точка роста» или чус ирути 17 центр дузули сари. Белчудила сагаси дуслизир илдигьунти Центрти дузесаили дирар ХIурхъила ва БалтIамахъила школабазирра. Пикрилла байлаб саби чеимцIаси

багудди кайсахънила масъалара. ЧеимцIаси багудди кайсахънилизичи дурхIни алабуцилра, ил мурадличичи дяхIчаибти учреждениебазибцунра ахIи, цахIнабси багуддила 17 школализиб ва дурхIнабала 5 анхълизи. Совещаниеличи гьайбухъунти Мурегала школализисиб «Точка роста» багуддила Центрла руководитель Раисат ХIусеновани, ГIяймаумахъила школабала директор Гулжанат ХIямидовани, багуддила управлениела хIянчизар Сарат МяхIяммадовани, Сергокыялала цаибил школабала директорла заместитель Элвира Мутаевани, райцентрлизисиб цаибил дурхIнабала анхъла заведующая Умажат Рашидовани Х. ГIисаевала докладла черкад чула пикруми дуриб. Совещаниеличиб районна школабала гIяхIитигьунти педагогуни михъирличичи биршуси «ДР-ла багуддила отличник» лишанничил, ДР-ла багуддила ва ГIилмула Министерствела Баркаллала кагьарличил, районна БекIла ХIурматла грамоталичил шабагьатлабарибтири.  
**XI. Амирчупанов**

## Педагог, наделенный замечательными качествами

Для чего в школе нужны уроки русского языка и литературы? Каждый ученик ответит, что знание русского языка делает человека грамотным, интеллигентным и обязательно пригодится в будущей работе. А знание литературы помогает стать душевно богатым человеком, учит сопереживать, мыслить и чувствовать. Конечно, и другие предметы в школе необходимы, я ни в коей мере не хочу уменьшить их значение в обучении и развитии детей. Просто сегодня речь пойдет об учителе русского языка и литературы МКОУ «Сергокалинская СОШ №1», нашей коллеге – Исаевой Патимат Магомедовне – талантливом педагоге, прекрасном человеке и мудром наставнике. Ее любят и уважают как грамотного учителя в школе, селе, районе.

Какая она Патимат Магомедовна? Общительная, скромная, мудрая, спокойная, великодушная... К её образу можно подобрать огромное количество эпитетов. На мой взгляд, главная её черта в том, что она неравнодушный человек и очень добрый. Сколько любви, сил, доброты, знаний, упорного труда потребовалось, чтобы за годы своей деятельности дать прочные, глубокие знания сотням учеников. Она – учитель, который находится в вечном поиске, вечном труде. В семейном альбоме есть фотография, на которой маленькая Патимат сидит на коленях мамы-педагога и «помогает» проверять тетради. Наверное, уже тогда всё было предопределено.

В 6 лет пошла в школу в республике Калмыкия, училась хорошо, особенно легко давались уроки русского языка и литературы. Уже в те детские школьные годы Патимат мечтала о профессии учителя. В старших классах семья Патимат переехала в Сергокалу и она окончила Сергокалинскую СОШ №2.

И вот 1993 год. Школа позади. Она поступает в ДГУ на учителя русского языка и литературы. Патимат Магомедовна начала свою трудовую деятельность в МКОУ «Сергокалинская СОШ №1» являясь студенткой.

Это человек, наделенный замечательными качествами: эрудированностью, простотой, доступностью в общении, открытостью, бескорыстием, готовностью реально прийти на помощь. Патимат Магомедовна в педагогике не по должности, а по качеству души и призванию. Заботливо следит за развитием каждого ученика, исходя из индивидуальных особенностей, воспитывает наблюдательность, умение самостоятельно работать. Ее ученики отличаются особой любознательностью, охотно читают, декламируют, решают исследовательские задачи, любят рассказывать и сочинять.

Важную роль на уроке отводит самоконтролю и самооценке, умению осознавать значение предстоящей работы, подвести итоги выполненной. На уроках Патимат Магомедовна всегда интересно и царит особая обстановка. Урок построен так, что все невольно становятся его участниками. Разнообразные формы и методы работы, исследовательская, проектная деятельность практически на каждом уроке. Уроки русского языка ученикам Патимат Магомедовны никогда не кажутся скучными. А на уроке литературы учащиеся знакомятся с творчеством писателей, с шедеврами отечественной и мировой литературы. На уроке царит какой-то свой особый

климат, атмосфера доверия, искренности и симпатии в взаимоотношениях учителя и ученика.

Исаева П.М. обладает многими положительными качествами, присущими лучшим учителям: высокой методичностью, требовательностью, умением активизировать познавательные интересы учащихся и умением интересно преподнести учебный материал. Она стремится не только дать учащимся знания, но и учит их учиться, приобретать знания самостоятельно из учебников и других источников. Уроки Исаевой П.М. достигают результата, структура



уроков отличается систематичностью и продуманностью всех этапов, а также выбором содержания учебного материала, исходя из индивидуальных особенностей класса. Она постоянно уделяет внимание нахождению способов активизации и повышения интереса детей к учебе. С этой целью она проводит разные нестандартные уроки в виде научно-практических конференций, круглых столов, игр. Чтобы вызвать интерес детей при изучении тем, особое значение придает проблемному обучению. Исаева Патимат Магомедовна является заведующей кабинетом русского языка и литературы.

Всегда добивается положительных результатов в обучении. Ученики Патимат Магомедовны являются постоянными участниками и призерами школьных, районных олимпиад по русскому языку и литературе, научно-практических конференций, конкурсов этнопов. Ученики Исаевой П.М. успешно сдали ЕГЭ по русской литературе в 2014, 2015 г.; ЕГЭ по русскому языку в 2019 учебном году. Имеют самый высокий балл по району, поступают в учебные заведения, в том числе и на факультеты, в которых профилирующим предметом является русский язык и литература. Средний балл по русскому языку выше, чем по району и по Республике.

Она всегда в курсе всех педагогических новинок, щедро делится с коллегами опытом. Это опытный наставник молодых, думающий, плодотворно работающий, великий труженик и просто надежный друг, умный коллега.

Ежегодно для повышения образовательного уровня, обучения детей самостоятельности и творчеству, для развития интереса к русскому языку и литературе, она проводит общешкольные мероприятия: «КВН», игра «Кто хочет стать миллионером», «Поле чудес», «Брейн-ринг», игра «Умники и умницы», тематические викторины и др. Во время месячника русского языка и литературы учащиеся пишут доклады, рефераты. Исаева Патимат Магомедовна как классный руководитель 8а класса проводит большую работу в воспитании детей, в тесном контакте с родителями. Проводит личностно-ориентированные классные часы, дискуссии, диспуты.

Для профилактики правонарушений, наркомании, повышения правовой культуры ежемесячно проводятся классные часы. С учетом желаний детей и родителей проводит с ними вечера, экскурсии. Учащиеся класса очень привязаны к классной руководительнице. Родители тоже довольны работой классного руководителя.

В 2018 году Исаева П.М. выпустила 11 класс, в котором 2 учащихся закончили школу с медалью. В 2015 году Исаева П.М. приняла участие в конкурсе «Самый классный классный» и стала победителем конкурса на муниципальном этапе. В 2016 году Исаева приняла участие в конкурсе «Учитель года» и заняла второе место на муниципальном этапе.

Исаева Патимат постоянно совершенствует свое профессиональное мастерство: посещает уроки коллег школы, изучает передовой опыт учителей района. Знания, приобретенные на курсах при изучении новых методик, посещениях занятий своих коллег Исаева П.М. применяет на своих уроках. Ежегодно Исаева П.М. дает открытые уроки по предмету для коллег школы, района, проводит открытые мероприятия: предметные недели, месячники русского языка и литературы, участвует в научно-практических конференциях, семинарах. Собственный опыт передает учителям на заседаниях методических объединений, педагогического совета, административных совещаниях, районных семинарах учителей русского языка и литературы.

За многолетний безупречный труд награждена значком «Почетная грамота Министерства просвещения РФ», от 10.08.2021 г., многочисленными грамотами и благодарностями краевого, муниципального и школьного уровней.

Но самая главная награда – это мнение коллег. Вот как они отзываются об Патимат Магомедовне. Салманова Заира Магомедовна, учитель русского языка и литературы: «Исаева Патимат Магомедовна – очень эрудированный специалист с широким кругозором, глубоким знанием не только предмета, но и детской психологии, отмечает все тонкости поведения детей. На родительских собраниях с юмором рассказывает о том, что иногда происходит на уроках, даёт дельные советы. Никогда не откажет ребёнку в помощи, если необходимо, то объяснит несколько раз, постарается, чтобы каждый понял материал и мог практически применить его. Требовательный педагог, на уроках старается заинтересовать каждого, любит «изюминки» на уроках поощряет творческие, нестандартные работы. Патимат Магомедовна – надёжный товарищ, всегда поддержит, поможет в любой ситуации. Говорит с ней приятно, интересно. Она предана своей профессии, отдаёт ей всё своё время, и свободное в том числе. Являясь классным руководителем, всегда очень заботливая, объективно требовательная к своим питомцам. Никогда не забывает и о творческом потенциале класса. Под её руководством ребята часто занимают призовые места. Каждому ученику очень внимательная. Много лет проработав в школе, Патимат Магомедовна не израсходовала свой потенциал. Творческих ей успехов!»

Еще Л.Н. Толстой сказал: «Если учитель соединяет в себе любовь к делу и к ученикам, он совершенный учитель», – эти слова с уверенностью можно отнести к Исаевой Патимат Магомедовне.

**Мутаева Э.А. – зам. директора по УВР МКОУ «Сергокалинская СОШ №1»**

## Юным сергокалинцам торжественно вручили паспорта

23 августа юные школьники Сергокалинского района получили главный документ гражданина России. Паспорта им вручили начальник паспортного стола района Ислам Абаядаев и начальник ОМВД России

успехов. Уверен, у вас всё получится, и наш район будет гордиться вами», – подчеркнул И. Абаядаев.

В этот день в здании ОМВД были приглашены дети из



по Сергокалинскому району Арсен Магомедов

«Сегодня вы получили паспорт гражданина Российской Федерации – путёвку в жизнь сначала юношескую, затем молодёжную, а потом и взрослую. Вы стали настоящими гражданами России, а это огромная честь и гордость. Впереди у вас новые победы, свершения на благо нашего района и Российской Федерации. Поздравляю вас и ваших родителей с этим радостным событием и желаю

многодетных семей. В рамках государственной акции «Собери ребёнка в школу», работники ОМВД России по Сергокалинскому району вручили детям рюкзаки и школьные принадлежности. Также детям была проведена экскурсия по территории здания ОМВД. Были возложены цветы к мемориалу погибшим работникам ОМВД района при боевых действиях.

**Наш корр.**

## Извещение

В зале заседаний Администрации МР «Сергокалинский район», 7 сентября 2023 года, в 10.00 состоится сессия (заседание) Собрания депутатов МР «Сергокалинский район» со следующей повесткой дня:

1. О внесении изменений и дополнений в решение Собрания депутатов МР «Сергокалинский район» №83 от 30.03.2023 г. «Об утверждении муниципальной целевой программы «Антитеррористическая защищенность образовательных учреждений МР «Сергокалинский район» на 2023-2027 годы» (Информация: Меджидова Б.А. – заместителя Главы Администрации МР «Сергокалинский район»)
2. Об увеличении расходов на питание в дошкольных образовательных учреждениях МР «Сергокалинский район» (Информация: Алиевой Р.О. – начальника отдела по финансам и налоговым вопросам Администрации МР «Сергокалинский район»)
3. Об установлении размера родительской платы за присмотр и уход за ребенком в государственных и муниципальных образовательных организациях, реализующих образовательную программу дошкольного образования, в зависимости от условий присмотра и ухода на территории МР «Сергокалинский район» (Информация: Алиевой Р.О. – начальника отдела по финансам и налоговым вопросам Администрации МР «Сергокалинский район»)
4. О внесении изменений в решение Собрания депутатов МР «Сергокалинский район» №76 от 27.12.2022 г. «Об утверждении муниципального бюджета МР «Сергокалинский район» на 2023 год и плановый период 2024 и 2025 годов» (Информация: Алиевой Р.О. – начальника отдела по финансам и налоговым вопросам Администрации МР «Сергокалин-

ский район»)

5. Об утверждении отчета об исполнении муниципального бюджета МР «Сергокалинский район» за первое полугодие 2023 года (Информация: Алиевой Р.О. – начальника отдела по финансам и налоговым вопросам Администрации МР «Сергокалинский район»)

6. О внесении изменений и дополнений в решение Собрания депутатов МР «Сергокалинский район» от 30.12.2013 г. №31 «О создании дорожного фонда МР «Сергокалинский район» (Информация: Алиевой Р.О. – начальника отдела по финансам и налоговым вопросам Администрации МР «Сергокалинский район»)

7. Об утверждении положения о бюджетном процессе в МР «Сергокалинский район» (Информация: Алиевой Р.О. – начальника отдела по финансам и налоговым вопросам Администрации МР «Сергокалинский район»)

8. Об утверждении членов Общественной палаты МР «Сергокалинский район» (Информация: Меджидова Б.А. – заместителя Главы Администрации МР «Сергокалинский район»)

9. Об утверждении положения о Молодежном совете при Собрании депутатов МР «Сергокалинский район» Республики Дагестан (Информация: Мусаева М.А. – ведущего специалиста по делам молодежи Администрации МР «Сергокалинский район»)

10. Разное.  
**Явка всех депутатов обязательна.**

## Здоровое пищеварение

Питание – залог здоровья, силы и красоты человека. Однако многие из нас подвержены вредным привычкам и легкомысленно относятся к питанию, недопонимая огромное значение этого фактора человеческого существования. Одни считают, что рациональное питание определяется только количеством продуктов, другие просто полагаются на свой аппетит, забывая при этом, что пища является не только источником энергии, но и важнейшим строительным материалом для формирования сложных структур организма.

Энергетический баланс – соответствие поступающей в организм с пищей энергии количеству затрачиваемой организмом энергии в процессе жизнедеятельности. Основным источником энергии для организма является потребляемая пища. Организм расходует энергию на поддержание температуры тела, функционирование внутренних органов, течение обменных процессов, мышечную деятельность.

При недостаточном поступлении энергии с пищей организм переключается на внутренние источники питания – жировую клетчатку, мышечные ткани, что при длительном дефиците энергии неизбежно приводит к истощению организма. При постоянном избытке питательных веществ организм запасает жировую клетчатку в качестве альтернативных источников питания.

Баланс питательных веществ, необходимых организму для нормальной жизнедеятельности. Энергетическая ценность рациона взрослого человека, проживающего в умеренном

климате и не вовлеченного в тяжелый труд, должна распределяться в последовательности 13% белковой пищи, 33% жиросодержащих продуктов, а также 54% углеводов.

Соблюдение режима питания – один из основных принципов рационального питания. Режим питания охватывает время приема пищи, ее количество, интервалы между приемами пищи. Рациональное питание предполагает четырехразовое питание, что способствует достаточному насыщению организма и подавлению чувства голода, отсутствие перекусов между основными приемами пищи, определенные интервалы между завтраком и обедом, обедом и ужином.

Источниками пищевых веществ являются продукты питания, которые условно разделяют на несколько основных групп:

Молоко и молочные продукты; Мясо, птица, рыба, яйца; Хлебобулочные, макаронные и кондитерские изделия, крупы, сахар, картофель;

Жиры; Овощи, фрукты, ягоды, зелень; Пряности, чай, кофе и какао.

Каждая группа продуктов, являясь уникальной по своему составу, участвует в преимущественном снабжении организма определенными веществами. Поэтому одним из основных правил рационального питания является разнообразие.

В природе нет идеальных продуктов питания, которые содержали бы комплекс всех пищевых веществ, необходимых человеку (исключение составляет материнское молоко). При разнообразном питании, то есть смешанной пище, состоящей из продуктов животного и

растительного происхождения, в организм человека обычно поступает вполне достаточно питательных веществ. Разнообразие продуктов питания в рационе положительно влияет на его пищевую ценность, так как различные продукты дополняют друг друга недостающими компонентами. Кроме того, разнообразное питание способствует лучшему усвоению пищи.

Главные правила здорового и правильного питания

Сократить жиры животного происхождения.

Увеличить в рационе продукты, богатые насыщенными жирными кислотами.

Употреблять продукты, которые содержат клетчатку.

Употреблять в пищу свежеприготовленные блюда.

Не жарить на сливочном масле и полностью ликвидировать из рациона маргарин.

Отказаться от чрезмерно соленых продуктов.

Вместо молока употреблять молочнокислые продукты.

Мясо, рыбу и птицу употреблять свежеприготовленными и только с травами и овощами.

Каждый день есть салат из свежих овощей или фруктов, свежие овощи.

Пища оказывает влияние на состояние здоровья, работоспособности, умственного и физического развития, а также на продолжительность жизни человека. Можно с уверенностью сказать, что здоровье человека во многом зависит от питания.

Очень важно обращать внимание на формирование и воспитание рациональных пищевых привычек с раннего возраста, чтобы в зрелом возрасте проблем со здоровьем, связанных с питанием, у человека уже не возникало.

*Врач-терапевт СЦРБ  
Азизова Шахризат  
Хизриевна*

### Дербентская межрайонная природоохранная прокуратура разъясняет возможность получения решений по установлению санитарно-защитных зон на Едином портале государственных и муниципальных услуг

Прокуратура информирует о возможности получения государственной услуги «Решение об установлении, изменении или о прекращении существования санитарно-защитной зоны» (далее – Услуга) на Едином портале государственных и муниципальных услуг (функций) (ЕПГУ).

Заявитель теперь может подать на ЕПГУ заявление о выдаче такого решения. Услуга опубликована по адресу: <https://www.gosuslugi.ru/609959>.

Обращаем внимание на то, что услуга предоставляется в электронном виде в рамках эксперимента, проводимого в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 30.07.2021 № 1279 «О проведении на территории Российской Федерации эксперимента по оптимизации и автоматизации процессов разрешительной деятельности, в том числе лицензирования».

При подаче заявления и получение результата оказания

Услуги в электронной форме посредством ЕПГУ заявитель соглашается с условиями эксперимента.

Результатом Услуги является выдача решения об установлении, изменении или о прекращении существования санитарно-защитной зоны и внесение сведений о выданном решении об установлении, изменении или о прекращении существования санитарно-защитной зоны в единый электронный реестр Роспотребнадзора.

### Вниманию перевозчиков и руководителей объектов транспортной инфраструктуры (автовокзалов, автостанций)!

Общественный транспорт и объекты транспортной инфраструктуры должны соответствовать строгим требованиям и иметь необходимое оснащение, чтобы быть пригодными для перевозки пассажиров с ограниченными возможностями (инвалидов).

Требования эти регламентируются статьей 15 Федерального закона от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации», статьей 21.1. Устава автомобильного транспорта и городского наземного электрического транспорта.

Приказом Минтранса России от 20.09.2021 № 321 утвержден Порядок обеспечения перевозчиками условий доступности транспортных средств для пассажиров из числа инвалидов, предоставляемых услуг автовокзалами, автостанциями, а также оказания им при этом необходимой помощи.

В частности, автовокзалами,

автостанциями обеспечивается оборудование низкорасположенными телефонами с функцией регулирования громкости, текстфонами, без дополнительной платы оказания помощи при их передвижении по территории, в том числе при входе - выходе в (из) транспортное (го) средство (а), до места посадки и от места высадки, при оформлении, получении багажа, допуск собаки-проводника при наличии специального документа.

Перевозчиком в транспортном средстве, в том числе при перевозке по заказу, без взимания дополнительной платы обеспечивается их высадка – высадка в (из) транспортное(го) средство(а), провоз собак-проводников при наличии специального документа, перевозка кресла-коляски.

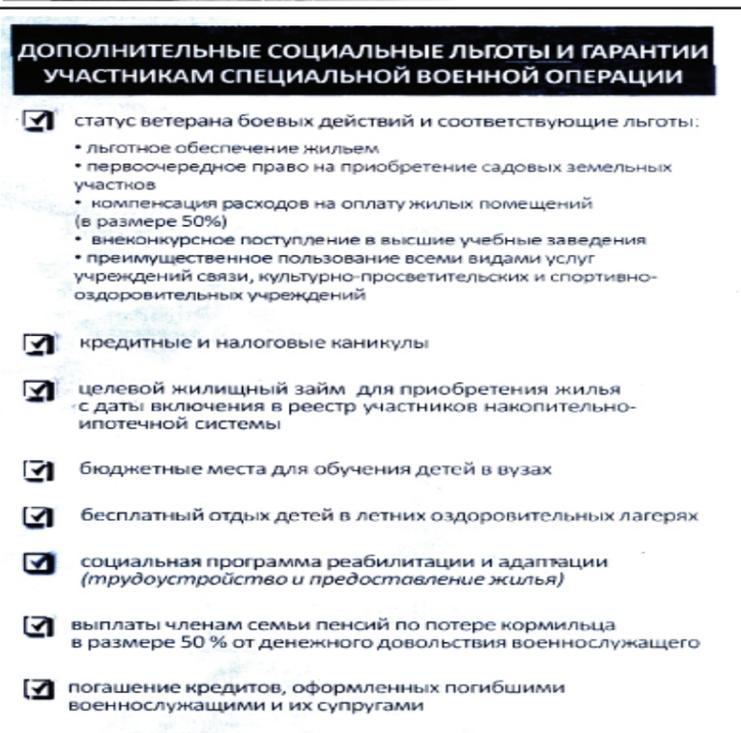
Транспортное средство оснащается надписями, иной текстовой и графической информацией, выполненной крупным шрифтом, в том числе с

применением рельефно-точечного шрифта Брайля.

В соответствии с утвержденным Порядком с 1 марта 2023 г. предусмотрено звуковое и визуальное информирование о расположении на территории автовокзала, автостанции кнопки вызова персонала, об остановке ТС в остановочных пунктах маршрутов регулярных перевозок для посадки и высадки.

За уклонение от исполнения требований по обеспечению доступности для инвалидов объекты транспортной инфраструктуры (автовокзалы, автостанции) и перевозчики несут административную ответственность в соответствии с Кодексом Российской Федерации об административных правонарушениях

*Территориальный отдел государственного автодорожного надзора по Республике Дагестан МТУ  
Ространснадзора по СКФО*



Понедельник 4 сентября	Вторник 5 сентября	Среда 6 сентября	Четверг 7 сентября	Пятница 8 сентября	Суббота 9 сентября	Воскресенье 10 сентября
<b>Первый</b> 05.00 Доброе утро 12+ 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.20 АнтиФейк 16+ 10.00 Жить здорово! 16+ 10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское / Женское 16+ 18.00 Вечерние Новости 19.55 Куклы наследника Тутти 16+ 21.00 Время 22.00 Т/с «Угрюм-река» 16+ 23.00 Большая игра 16+ 00.00, 00.40, 01.20, 02.00, 02.35, 03.05, 03.15, 03.50, 04.30 Подкаст.Лаб 16+	<b>Первый</b> 05.00 Доброе утро 12+ 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.20 АнтиФейк 16+ 10.00 Жить здорово! 16+ 10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское / Женское 16+ 18.00 Вечерние Новости 19.55 Куклы наследника Тутти 16+ 21.00 Время 22.00 Т/с «Угрюм-река» 16+ 23.00 Большая игра 16+ 00.00 Д/ф «Живу и вижу» 16+ 01.00, 01.35, 02.10, 02.50, 03.05, 03.30, 04.05 Подкаст.Лаб 16+	<b>Первый</b> 05.00 Доброе утро 12+ 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.20 АнтиФейк 16+ 10.00 Жить здорово! 16+ 10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское / Женское 16+ 18.00 Вечерние Новости 19.55 Куклы наследника Тутти 16+ 21.00 Время 22.00 Т/с «Угрюм-река» 16+ 23.00 Большая игра 16+ 00.00, 00.40, 01.20, 02.00, 02.35, 03.05, 03.15, 03.50, 04.30 Подкаст.Лаб 16+	<b>Первый</b> 05.00 Доброе утро 12+ 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.20 АнтиФейк 16+ 10.00 Жить здорово! 16+ 10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское / Женское 16+ 18.00 Вечерние Новости 19.55 Куклы наследника Тутти 16+ 21.00 Время 22.00 Т/с «Угрюм-река» 16+ 23.00 Большая игра 16+ 00.00, 00.40, 01.20, 02.00, 02.35, 03.05, 03.15, 03.50, 04.30 Подкаст.Лаб 16+	<b>Первый</b> 05.00 Доброе утро 12+ 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.20 АнтиФейк 16+ 10.00 Жить здорово! 16+ 10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+ 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское / Женское 16+ 18.00 Вечерние Новости 18.40 Человек и закон 16+ 19.45 Поле чудес 16+ 21.00 Время 21.45 Голос. Уже не дети 12+ 23.30 Д/ф «Шипы белых роз» 12+ 00.30, 01.10, 01.50, 02.25, 03.05, 03.40, 04.15, 04.50, 05.25 Подкаст.Лаб 16+	<b>Первый</b> 06.00 Доброе утро. Суббота 12+ 09.45 Слово пастыря 0+ 10.00, 12.00 Новости 10.15 Поехали! 12+ 11.05 ПроУют 0+ 12.15, 23.20 Х/ф «Я шагаю по Москве» 12+ 13.45 Х/ф «Еще раз про любовь» 12+ 15.35 Д/ф «Татьяна Дороницина. «Не люблю кино» 12+ 16.30 Х/ф «Три тополя на Плющихе» 12+ 18.00 Вечерние Новости 18.20, 21.35 Сегодня вечером 16+ 19.55 Кто хочет стать миллионером? 12+ 21.00 Время 00.50, 01.30, 02.10, 02.45, 03.25, 04.00, 04.35, 05.10 Подкаст.Лаб 16+	<b>Первый</b> 06.00, 10.00, 12.00 Новости 06.10, 00.15, 00.55, 01.35, 02.10, 02.45, 03.25, 04.00 Подкаст.Лаб 16+ 06.55 Играй, гармонь любимая! 12+ 07.40 Часовой 12+ 08.10 Здоровье 16+ 09.20 Мечталлион. Национальная Лотерея 09.40 Непутевые заметки 12+ 10.15 Жизнь своих 12+ 11.10 Повара на колесах 12.15 Видели видео? 0+ 13.50 Д/ф «Пленительное счастье» 12+ 14.50 Х/ф «Звезда пленительного счастья» 18.00 Вечерние Новости 18.50 Михаил Задорнов. Пророчества 16+ 19.50 Х/ф «Мужская работа» 16+ 21.00 Время 22.35 Х/ф «Небесная команда» 12+
<b>Россия</b> 05.00, 09.30 Утро России 12+ 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 О самом главном 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 12+ 14.55 Наши 12+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с «Спасская. Новые серии» 16+ 23.30 Праздничный концерт к 80-летию освобождения Луганска от фашистских захватчиков 16+ 01.00 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+ 03.00 Х/ф «Освобождение» 16+	<b>Россия</b> 05.00, 09.30 Утро России 12+ 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 О самом главном 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 12+ 14.55 Наши 12+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с «Спасская. Новые серии» 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+ 02.05 Т/с «Тайны следствия» 12+ 03.45 Т/с «Семейный детектив» 12+	<b>Россия</b> 05.00, 09.30 Утро России 12+ 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 О самом главном 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 12+ 14.55 Наши 12+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с «Спасская. Новые серии» 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+ 02.05 Т/с «Тайны следствия» 12+ 03.45 Т/с «Семейный детектив» 12+	<b>Россия</b> 05.00, 09.30 Утро России 12+ 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 О самом главном 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 12+ 14.55 Наши 12+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с «Спасская. Новые серии» 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+ 02.05 Т/с «Тайны следствия» 12+ 03.45 Т/с «Семейный детектив» 12+	<b>Россия</b> 05.00, 09.30 Утро России 12+ 09.00, 14.30, 21.15 Вести. Местное время 09.55 О самом главном 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 12+ 14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+ 16.30 Прямой эфир 16+ 21.30 Ну-ка, все вместе! 12+ 00.15 Истории Большой Страны 12+ 01.15 Х/ф «Мишель» 12+	<b>Россия</b> 05.00 Утро России. Суббота 12+ 08.00 Вести. Местное время 08.20 Местное время. Суббота 08.35 По секрету всему свету 12+ 09.00 Формула еды 12+ 09.25 Пятеро на одного 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.50 В кругу друзей 16+ 12.55 Доктор Мясников 12+ 14.50 Юморина 16+ 17.50 Привет, Андрей! 12+ 21.00 Х/ф «Комитет спасения» 12+ 00.35 Х/ф «Золотая осень» 12+ 04.15 Х/ф «Поздняя любовь» 12+	<b>Россия</b> 06.15, 02.30 Х/ф «Гостя из прошлого» 12+ 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 Когда все дома 12+ 09.25 Утренняя почта 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 17.00 Вести 12.00 Большие перемены 12+ 13.05 Х/ф «Срок давности» 12+ 17.50 Песни от всей души 12+ 20.00 Вести недели 22.00 Москва. Кремль. Путин 12+ 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым 12+ 01.30 Х/ф «11 сентября» 16+
<b>НТВ</b> 04.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня 08.25, 10.35 Т/с «Пёс» 16+ 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.50 За гранью 16+ 17.55 ДНК 16+ 20.00 Т/с «Заповедный спецназ» 16+ 22.10, 00.00 Т/с «Первый отдел» 16+ 00.45 Т/с «Братаны» 16+	<b>НТВ</b> 04.45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня 08.25, 10.35 Т/с «Пёс» 16+ 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.50 За гранью 16+ 17.55 ДНК 16+ 20.00 Т/с «Заповедный спецназ» 16+ 22.10, 00.00 Т/с «Первый отдел» 16+ 00.45 Т/с «Братаны» 16+	<b>НТВ</b> 04.45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня 08.25, 10.35 Т/с «Пёс» 16+ 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.50 За гранью 16+ 17.55 ДНК 16+ 20.00 Т/с «Заповедный спецназ» 16+ 22.10, 00.00 Т/с «Первый отдел» 16+ 00.45 Т/с «Братаны» 16+	<b>НТВ</b> 04.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня 08.25, 10.35 Т/с «Пёс» 16+ 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.50 За гранью 16+ 17.55 ДНК 16+ 20.00 Т/с «Заповедный спецназ» 16+ 22.10, 00.00 Т/с «Первый отдел» 16+ 00.50 Поздняков 16+ 01.00 Мы и наука. Наука и мы 12+ 01.50 Т/с «Братаны» 16+	<b>НТВ</b> 04.45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 06.30 Утро. Самое лучшее 16+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня 08.25, 10.35 Т/с «Пёс» 16+ 13.25 Чрезвычайное происшествие 16+ 14.00 Место встречи 16+ 16.50 ДНК 16+ 17.55 Жди меня 12+ 20.00 Т/с «Заповедный спецназ» 16+ 22.10 Т/с «Первый отдел» 16+ 00.00 Своя правда 16+ 02.00 Захар Прилепин. Уроки русского 12+ 02.30 Квартирный вопрос 0+ 03.25 Т/с «Братаны» 16+	<b>НТВ</b> 04.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 07.25 Смотр 0+ 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня 08.20 Поедем, поедим! 09.20 Едим дома 0+ 10.20 Главная дорога 16+ 11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым 12+ 12.00 Квартирный вопрос 0+ 13.15 НашПотребНадзор 16+ 14.05 Одняжды... 16+ 15.00 Своя игра 0+ 16.20 ЧП. Расследование 17.00 Следствие вели... 19.00 Центральное телевидение 16+ 20.20 Ты не поверишь! 21.25 Секрет на миллион 23.30 Международная пиорама 18+	<b>НТВ</b> 04.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+ 06.30 Центральное телевидение 16+ 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня 08.20 У нас выигрывают! 12+ 10.20 Первая передача 11.00 Чудо техники 12+ 11.55 Дачный ответ 0+ 13.00 НашПотребНадзор 16+ 14.05 Одняжды... 16+ 15.00 Своя игра 0+ 16.20 Человек в праве с Андреем Куницким 17.00 Следствие вели... 18.00 Новые русские сенсации 16+ 19.00 Итоги недели 20.20 Ты супер! Суперсезон 6+ 23.00 Звезды сошлись
<b>СТС</b> 06.00, 05.50 Ералаш 06.55, 05.15 Мультфильмы 0+ 07.25 М/ф «Простоквашино» 0+ 07.40 М/ф «Ну, погоди! Каникулы» 6+ 07.50 Итуристы 16+ 08.25 100 мест, где поесть 16+ 09.35 Шоу уральских пельменей 16+ 11.00 Х/ф «Люди в чёрном» 0+ 13.00 Х/ф «Люди в чёрном-2» 12+ 14.40 Х/ф «Люди в чёрном-3» 12+ 16.50, 19.00, 19.30 Т/с «Кибер Иван» 16+ 20.00 Х/ф «Бесконечность» 16+ 22.05 Х/ф «Я, робот» 00.20 Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком 01.25 Х/ф «Робот по имени Чаппи» 18+ 03.20 Т/с «Папины дочки» 16+	<b>СТС</b> 06.00, 05.50 Ералаш 0+ 06.55, 05.15 Мультфильмы 0+ 07.25 М/ф «Простоквашино» 0+ 07.40 М/ф «Ну, погоди! Каникулы» 6+ 08.00, 19.00, 19.30 Т/с «Кибер Иван» 16+ 09.05 Уральские пельмени. Смехbook 16+ 09.15 Х/ф «Вестсайдская история» 12+ 12.35 М/ф «Кошей. Начало» 6+ 14.25 М/ф «Кошей. Похититель невест» 6+ 16.00 Шоу уральских пельменей 16+ 20.00 Х/ф «Последний охотник на ведьм» 16+ 22.05 Х/ф «Вальгалла. Рагнарёк» 12+ 00.15 Х/ф «Дорогой папа» 12+ 02.00 Т/с «Папины дочки» 16+ 05.00 6 кадров 16+	<b>СТС</b> 06.00, 05.50 Ералаш 0+ 06.55, 05.15 Мультфильмы 0+ 07.25 М/ф «Простоквашино» 0+ 07.40 М/ф «Ну, погоди! Каникулы» 6+ 08.00, 19.00, 19.30 Т/с «Кибер Иван» 16+ 09.05 Уральские пельмени. Смехbook 16+ 10.10 М/ф «Академия магии» 6+ 11.50 Х/ф «Вальгалла. Рагнарёк» 12+ 14.00 Х/ф «Мара и носитель огня» 12+ 15.55 Шоу уральских пельменей 16+ 20.00 Х/ф «Пятая волна» 16+ 22.15 Х/ф «Бесконечность» 16+ 00.20 Х/ф «Белый снег» 6+ 02.45 Т/с «Папины дочки» 16+ 05.00 6 кадров 16+	<b>СТС</b> 06.00, 05.50 Ералаш 0+ 06.55, 05.15 Мультфильмы 0+ 07.25 М/ф «Простоквашино» 0+ 07.40 М/ф «Ну, погоди! Каникулы» 6+ 08.00, 19.00, 19.30 Т/с «Кибер Иван» 16+ 09.05 Уральские пельмени. Смехbook 16+ 10.15 М/ф «Золушка и тайна волшебного камня» 6+ 12.05 Х/ф «Мой волк» 6+ 13.45 Х/ф «Пятая волна» 16+ 16.00 Шоу уральских пельменей 16+ 20.00 Х/ф «Штурм белого дома» 16+ 22.45 Х/ф «Последний охотник на ведьм» 16+ 00.45 Х/ф «Трудности выживания» 16+ 02.25 Т/с «Папины дочки» 16+ 05.05 6 кадров 16+	<b>СТС</b> 06.00, 05.50 Ералаш 0+ 06.55, 05.20 Мультфильмы 0+ 07.25 М/ф «Простоквашино» 0+ 07.40 М/ф «Ну, погоди! Каникулы» 6+ 08.00 Т/с «Кибер Иван» 16+ 09.05 Х/ф «Штурм белого дома» 16+ 11.45 Уральские пельмени. Смехbook 16+ 13.20 Шоу уральских пельменей 16+ 22.30 Х/ф «Друг на продажу» 16+ 00.35 Х/ф «Асфальтовое солнце» 12+ 02.15 Т/с «Папины дочки» 16+	<b>СТС</b> 06.00, 05.50 Ералаш 0+ 07.00 М/ф «Три кота» 0+ 07.30 М/ф «Отель у овечек» 0+ 07.40 Шоу уральских пельменей 16+ 09.00, 09.30 Просто кухня 12+ 10.00 100 мест, где поесть 16+ 11.00 Итуристы 16+ 11.40 Уральские пельмени. Смехbook 16+ 12.40 Х/ф «Мой волк» 6+ 14.20 М/ф «Коати. Легенда джунглей» 6+ 16.05 М/ф «Неисправимый Рон» 6+ 18.15 Х/ф «Круэлла» 12+ 21.00 Х/ф «Малефисента. Владычица тьмы» 6+ 23.20 Х/ф «Аллея кошмаров» 18+ 02.15 Т/с «Папины дочки» 0+ 05.10 6 кадров 16+ 05.20 Мультфильмы 0+	<b>СТС</b> 06.00, 05.50 Ералаш 0+ 07.00, 08.00 М/ф «Детектив Финник» 0+ 08.20 Уральские пельмени. Смехbook 16+ 09.00 Рогов в городе 16+ 10.00 Шоу уральских пельменей 16+ 11.05 М/ф «Золушка и тайна волшебного камня» 6+ 12.55 М/ф «Коати. Легенда джунглей» 6+ 14.40 Х/ф «Мара и носитель огня» 12+ 16.35 Х/ф «Малефисента. Владычица тьмы» 6+ 19.00 М/ф «Энканто» 6+ 21.00 Х/ф «Аладдин» 6+ 23.35 Х/ф «Дракулов» 16+ 01.20 Х/ф «Аллея кошмаров» 18+ 03.40 Т/с «Папины дочки» 0+

## Мубарак

Хурматла районнизибси ветеринарияла кьулдукьуни дузахьниличил бархбасунси бузерила хЯнчизарти! Пурбанбарая хУшала санигЯтлашалси



байрамличил, ветеринарияла БархИличил урки-уркиларад мубаракдарахъес. Нушала районнизиб ветеринарияла кьулдукьуни бархбасунси бузерила мягИничеси мер бурцули саби. Бузерила ил кьяли нушачиб гьалабхИ башусили

## Мубарак

Хурматла бузерила дархъяби, гьалмагьуни! Кьабулдарая бегЛара ванати мубаракла дугьби нушала санигЯтлашалси бузерили чил бархбасунси челябкъуси байрамла – ветеринартала БархИлилизир.

Иличил бархбасахъи гьамадли ахЛенси, илцадра бахълис хЯжатсили сабси бузери багьандан, хУшаб лебтасалра баркалла багьахъес дигулла. ХУшачи сагати гьарбизуни

ва хУрматлизиб ахъбикьусили бетаурли кавлулра саби. ХУшала гьар бархИлиласи ва кьайгъичебси бузери районнизибти мицИраг деклар-декларти излумазирад мяхИкамдирнилисунра ахИ, экономикала шайчиб илцадра хЯжатсили ва багаласилира бетаурли саби. Дебали мягИничесили кавлули саби ветеринарияла хЯнчизартала хИрудилиуб мицИраглизибад сархуси продукцияла качество ункъбикьусили бетаурни. Районна ветеринарияла системализиб, сегьунти-дигара бузерила шуртИразиб чула кьулдукьула чебла ункъли таманбарес бажардичебти хЯнчизарти бузули саби. ХЯйвантала тухтурла илцадра хЯжатсили ва чараагарсили бетаурси, санигЯтлашалси бузери кьиматлабурули, наб бурес дигулла: хУшала гьар бархИла бузерилизир сархибдешуни, жагЯлла бархИличи умутчебдеш, чархлизибси арадеш, хЯнчиличи иштхИ имцИадиклаб!

Районна БекИ: МяхИяммад ГЯмаров

ва жагЯлла бархИличи умутла хьулани хьурадираб! Лебтасалра члумаси арадеш, хУшазиб цалини итилла урки иргъни, хъалибарглизиб ва коллективлизиб цабалгундеш, игьбар дулгулла.

Хурматличил, РФ-ла ГБУ-лизибси «Сергокьалала РВУ»-ла начальник МяхИяммадхИябиб ГЯбдуллаев

## Мубарак

Хурматла гьалмагьуни, районна газла хозяйствала хЯнчизарти! Ихтияр барая хУшала санигЯтлашалси байрамли-



чил мубаракдарахъес. Иличил бархбасахъи, хУшала, адамтас илцадра багаласи ва чараагарли хЯжатси бузерилизир сархибдешуни, хУшаб гЯхЛси арадеш, гьар бархИла баркъудлумазир гьарбизуни диубли дигулла. Бурес чебиркур, ил байрам

чула санигЯтлашалси бузери илцадра ункъли кьелгьеббикес балутала, гьаларти мурадлуми ва масьулти ункъли бекИдирутала байрам биъниличила. Дирхалачебси, хУшала санигЯтлашалси бузери гьамадгазибад хьебиъни нуни балулла. Иллини хУшазирад, гьариллизирад халаси сабур, яхИ, чихъти устадешла лишанти ва цлакьани тлалабдирули сари. ХУшала бузерила сархибдешуначил илцадра уржили ва члумали бархбасунси саби нушала районна жагЯлла бархИла экономикалашалси челябкъула. ХУшазибдеш дигахъуси саби районнизиб хИрирусилла, гьарилла юртлизиб ванадеш ва ункъти тяхЯркьайда дигьнира. Байрамличил гьалмагьуни! Гьачам гьатИ, хУшаб бузерилизир гьатИра халати чебидешуни, гьаларти масьулти ирзниллизир, жагЯлла бархИличи умутбихъести гьарбизуни, чархлизиб члумаси арадеш диубли дигниличила балахъулла.

МР-ла БекИ М. ГЯмаров

## Редакциялизи кагьар Баркалла балахъулла

Хурматла редакцияла хЯнчизарти, наб иш кьантИси белкИлизиб нушала шилизирси социальный хЯнчизар Марьям МяхИяммадовас ва ил сунезир рузуси районна КЦСОН-нис урки-уркилабад баркалла багьахъес дигулла.

... Дила кьулдукь лебли, Избербашлизиб рьякьунхИли, набра хабагарли, хапли кьурдрухъи дила кьаш бячунсири. РахъИли калес чебуркъуб наб илхИли ухъала караркъили. Дила дурхИни дураб сабри, мурул зигИшлери. Набчи хИреси чилра аги. Амма,

баркалла биаб сунес, Марьямли ну цунни хИратурра, халаси кьулдукьули алавурунличирли, иллини набзи урши рурсила агри хьебагьахъур.

Марьямлисван, ну нушала пачалихъисра баркалла риклулла, нушагьунтачи хИруди бирахъес, социальный кьулдукьули кади-зурти организацияби аклахъни багьандан.

Хурматличил: ГЯялизи махъила шилизиради-Сажият Сайдиева, Украинализиб дурабуркъуси СВО-ла бутлакьанчилила неш

## Районна Администрациялизиб АТК-ла заседание дураберкИиб

Августла 29-личиб районна БекИ, районнизибси АТК-ла (хИллуртачи кьаршиси комиссияла) председател МяхИяммад Амирович ГЯмаровли сунела кабинетлизиб заседание дураберкИиб. Заседаниеличив гьай-ухъунси районна БекИла заместитель, АТК-ла комиссияла жавабла секретарь Баркакьади Мажидовли районнизиб РФ-лизибси терроризмла идеологияличи кьаршиси 2019-2023 ибти дусмала бархси план бетурхахъниличила ва ДР-ла НАК-ла, АТК-ла ва районнизиб кьабуддарибти АТК-ла хлукмурти детурхахъниличила буриб. Заседаниела бутлакьанчиби районнизибси АТК-ла бекИсигьуна хЯнчизар (специалист) ЖабрагИли М у с т а ф а е в л а «Белчудила сагаси дус бехИбихъес гьалаб багьудила учреждение-бала жамигЯтла ва бахъал адимти учибиркути, цархИлти мермуса терроризмличил дархдасунти анцИбукуьуназирад мяхИкамдирнила хИекьлизибси» докладличира лехлахъибтири.

жигарчеббарес, жагьилгазир Россияла Ярагьладарибти Цлакьани Гердурцнила шай-

криличил, гЯдлу-зегъа далтахънилизир дузути органтала бутлакьандешличилти их-



чир патриот пикруми адикьес, экстремизмличил, миллатчидешличи ва терроризмла идеологияличи кьаршидеш цлакьбарес хЯжатли биъниличила буриси пикриличил

тилатуни дурадеркИес хЯжатли биъниличила бурибсири.

Багьахънибала ва иргьахънила хЯнчи дурабуркИнила дазурбазиб, районна газетала редакцияличил бархси, районна бахълизи арзу-хЯл тИнтИли далахънилизир дузути гЯгИниахълумала икьайчил, районнизиб терроризмличил кьаршиси бузери жигарчеббарес, СВО-лизир бутлакьандеш дирути дагь-истантантала, гьабзадешличила, игитдешличила, СВО гьебурцули, бургьантас берк-бержличил кумек гьебурцутас баркалла балахъути багьахъниби имцИадиклахъес хЯжатли биъниличилара гьай дегуар.



Б. Мажидовли илаб терроризмла асарли имцИали бикибтачил, илди терроризмличил бархбасунси баркъуди дурахьеберкИлахъес ибси пикри

ГЯйбухъунтани гЯдлу-зегъа далтахъути органтачилси, 2023 ибил дусла ахирличи бикуйчилси, экстремист-террористла, тлабигЯтличил балхьебикьис пикриличилтачил иргьахънила хЯнчи цлакьбарес хЯжатли биъниличилара бурибсири. Заседаниеличир пикридарибти масьултала черкад жавабардеш районна БекИла заместитель Баркакьади Мажидовличи хьардариб.

ХИ. Амирчупанов

## Августла 31 – ветеринарла БархИли

### СанигЯтличил дигичебти

Районна ветеринарияла Управлениела начальник МяхИяммадхИябиб ГЯлиевнич ГЯбдуллаевлизиб мицИраг излумазирад мяхИкамдирнила

тарди дурабуркИули узули, Мухтарли сай багьудичевси хЯнчизар виъни марбариб, барх бузутала хУрматличи лайикьикиб. Гьалабван ДР-ла

диги аклуб. Илди дигили сайри жагьил урши, школа таманабмад Дагьиста шила хозяйствала институтла ветеринарияла факультетлизи кибсира. 1985-1990 ибти дусмазир ил хЯйвантала тухтурла санигЯтличил вегИрули, институтлизиб учули, 1990-1994 ибти дусмазир «Сергокьала» совхозлизиб хЯйвантала тухтурли узули калун. 1994 ибил дуслицивад районна ветеринарияла Управлениелизиб узули сай.



- М. Кьурбановли ва ГИ. БяхИяммадовли чучи хьарси хЯнчи чебета-ахъили дурабуркИу, - вики М. ГЯбдуллаев. Эмкарличи, Сибирская язваличи, цархИлти излумачи кьаршити вакцинабала уколти дирухИли, хала хЯйвантала хИ кайсухИли, бруцеллезличи кьаршити уколти дирухИли илди жигарчебдешличил бузар, - буриб Управлениела начальникли. - Гьар дусла ахирличиб илди нушани арцла савгьатуначил, Управлениела грамотабачил шабагьатлабирулла. Келра тухтур, хЯжатбикьИли, дуги-хИрира сегьуна-дигара замана районна шимазиб хИрбирутала мицИраг сагьдарес башар.

Нушала корр. Суратлизиб: М. ГЯбдуллаев, М. Кьурбановличил ва ГИ. БяхИяммадовличил варх

шайчибси бузерилизиб имцИали декларбухъунти, чула санигЯтлашалси чебла ункъли балути Управлениела хЯнчизартачила бурахъес тиладибарихИли, иллини набзи бегИ гьалар Кьурбанов Мухтар Исламовичла ва БяхИяммадов ГумарасхИяб ГЯлиевичла уми гьандушиб. Мухтар Кьурбанов ил Управлениелизиб 1984 ибил дуслицивад узули сай. Дезотрядлизиб, УбяхИ МулебкИла ветучастокла заведующийла, Сергокьалала базарличир дирцути мицИрагла продуктунала качестволашалси ва излумала шайчибси ах-

ветеринарияла Комитетлизиб дураберкИибси аттестацияличирра иллини гЯхИти багьудлуми чедаахъиб.

Сунела санигЯт дигахъуси хЯнчизар сай БяхИяммадов ГумарасхИяб ГЯлиевичла. Илала дудеш 40 дусцадхИ «Сергокьала» совхозлизибси хала хЯйвантала фермализиб заведующийли узусири. Иличил рарх, фермализир дояркали рузусири ГумарасхИябла неш – Уму-салиматра. БегИтачил варх гьаман фермализи вашниличибли, камти гЯмруличив левалли, ГумарасхИябла уркилизир мицИрагличил

Миллатла Гядагунни ва мез калахъес

ИштяхИличил бетерхур

ВегIла нешла мез, далуйти, гядагунни, хала бегIгани дузахъули калунти шантиургар дурадуркIути байрумтачил дархдасунти далдуцунни хъумхIертахъес, илди жагъил наслула вакилтази ГIерсахъес ибси пикриличил, гялабван районна КIЦСОН-низиб (халкълис бекIахъудилашалси къуллукъ гIеббурцилизиб бузуси бархис центрлизиб), сунечи бахъал адамти цалабикибси «Буркъунзала» бикIуси балбуц дураберкIиб.

Гядагунначула чули гъанбушибти КIЦСОН-на, райцентрлизиб хIербирутас (хъулиб) бекIахъудилашалси (социальный баркъудилизиб) кумек гIеббихънилизиб бузуси отделениела заведующая Зубайдат Гязизова, КIЦСОН-на культорганизатор Раисат Ибрагъимова, районнизибси музыкала школала преподаватель Сапият Умалатова, Хъар МахIаргила шилизирадси социальный хIянчизар Салимат Ражабова, КIЦСОН-низиб чус социальный къуллукъ



Дахъал ва гъар журала (гъарур дубурлантани хIядурдирули дубити) берклумани, кепдеш хIебихути держли жагада-рибти столти-алав кабинбти, районна шимазибад, райцентрлизирти деклар-декларти учреждениебазибад, организацIя базибадил балбуцличитIалаббарибти КIЦСОН-на хIянчизартани пикрибарибси илгъуна, бахълис багалабиэси балбуцличи разили калун. ГIяхIлас разидешличил ва ункъли гъунибаэс къайгъилизи бикибти, гъунибаэни чихъси даражаличиб калахъес (бетерхахъес) цIакъани ва имканти мяштIхIедарибти КIЦСОН-на хIянчизартас ишаб, чараагарли, баркалла багъахъес чебиркур.

хIяжатбиркули гъаман дугъабилзути Паризат Идзиева, Раисат МяхIяммадова, Рашидат ДинбяхIяндова, Элмира ШяхIбанова ва цархIилти.

Балбуцличиб чукурбикибти бетIулизибад дахни балкъарахънила дигIяндешуначил тьянишбариб КIЦСОН-на хIянчизар Луара ГIялиевани. Лебтанилра илар лерти, даргантала цархIилти миллатлати берклуми (чуду, мучари, мянчикI, курегала дахни) ункъли къиматладариб.

Балбуц ункъли бетерхур. Иличи цалабикибтала уркIби разидариб районна культурала Центрла хIянчизар Муслимат Ханакаевани делчIунти далуйтани.

Сирила каркъибси виштIасилис бучIуси «Лайла» ункъли зайбухъахъун Салимат Ражабовани.

Нушала корр.

Тарихличил дархдасунти уми

Нушала улкала тарих машгъурти анцIубукъуначилиб давлачебси саби. Россияла бургъантала гъабзадешла баркъуди, нушала ярагъла цIакъ лерилра замунта-

Илаб балкъаахъурси, жагати суратуначилиси жузала выставкалара дурабуркIуси балбуцла мягIничебдешличила бурулри. Цалабикибтас, би-



зиб Россияла пачалихъла чебяхIдешла ца бутIали дегарули кавлутири.

Бургъантала Асилдешла дазурбазиб, районна библиотекализиб дураберкIибси, патриот пикриличил бархасунси балбуцра тарихла баркъудилизи чула пай кабихъибтас багъишлабарибсири. Ил балбуцличиб лебри школабала бучIанти - нушала библиотекала жузи дучIанти. Иличир бутIакъяндеш дарахъес жирарибсири гидэкскурсовод, ГIяякъакъала къадаличила буруси видеороликла автор Ирина Седельникова.

ГIяякъакъала дергъ АхIульгохI балтахъути дубурлантани дакIударибти гъабзадешла баркъудиличил, Андаллализив Надиршагъ вячIниличил, нушала ГIяхIгъабза дубурлантани, жихIебарибти ГIяхIлазибад (хъямчибазибад), дурала улкалан зулкукартазибад Неш-ватIан мяхIкамбирули, чучирли дубуртала азадеш калахъунти вецIани цархIилти дургъбачил къыйли чебаэс лайикъли саби.

библиотекала жузи дучIан ХIусейнова ПатIиматли Багъаудин Арсланбековла «Дебилра къада абитIунси ханжайчи мешубикиб» жузлизибад бутIа белчIун. Ил балбуцличир ХIурхъила шилизибси КIДЦ-ла хIянчизартани патриот далуйти зайдухъахъун.

ГIяякъакъализиб кабикибси дергъли Дагъистайзиб ва арагIебли Северный Кавказлизиб халкъаниургабси интервенцияличи къаршиси дявила баркъуди цIакъбикIахъниличи халаси асар барибсири. Ил дергълизиб даргала округлизибад пунтбиубтани Деникинна саби гIяхIулалатала, тупачил ва пулеметуначил ункъли гIеббуцибси, сунезиб азирличиб имцIакъ дявила шуртIразиб бургъахъес бурсибарибти, Кавказла ахъдешуни дуцили, ГIелабяхI хIебирути, мутIигIдеш агарти дубурлантани буцес къаслизибси гIярмияличибад игитласи гъунарличил бархасунси чедибдеш сархибсири.

З. ГIямарова, ЦБС-ла директор

БекI редактор

ГIумаров З. Б.

Нушала издательла ва редакцияла адрес: 368510, Сергокъалала район, Сергокъалала ши, 317 Стрелковая дивизияла уличилси къакъа, хъали 7

«Эркиндешличи» газетала редакцияла Электронный адрес: kizobilyu@mail.ru

Телефонти:

Редакторла - 8 906 447 04 83 Редакторла заместительла, 8 967 409 45 81 Корреспондентла 8 960 421 8562

Тираж 1 232экз.

Газета къулбасбирул сягIят 15:00. Къулбасбарибси сягIят 15:00

Газета халкълизи мягIни-хIял далахъути, лукIуси ва илдалара печатлара хIекълизибси РФ-ла Закон бузахъниличи хIеруди бируси ДР-лизибси мерла Управлениелизиб белкIунси саби.

КахIедяхъибти кагъурти ва макъалаби къиматладирути ва чардирути ахIен.

Адрес учредителя: Администрация муниципального района «Сергокалинский район», 368510, РД, Сергокалинский район, с.Сергокала, ул.317 Ст-

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по РД ПИ №ТУ5-00209 19 сентября 2012 года.

Газета отпечатана в ООО «Издательство «Лотос». Адрес типографии: г. Махачкала, пр-кт Петра I, 61

Газета дубурлхъуси саби жумягIли гъачам

Газетала багъа 4 къуруш

Авторлара редакциялара пикри цугIхIебиркули бирар

№ заказа:

Электронную версию издания вы можете прочесть на сайте www.sergokala.ru в разделе «Райгазета «К изобилию».

Подписной индекс издания: 63311 - на год, 51367 - на полугодие

Газетализи кадыхъибти материалтала авторгани чула белкIаназир гъандушибти баянтала, далилтала, экономика, статистикала шайчирти лугIурбалла, адамтала, мермусала умала ва цархIилти мисалтала дурусдешунала шайчир жавабардеш духути сари, дакIу-гъаргли кадыхъес асу-хIебирути баянти материалтазир хIедяхънила шайчирра.

БелчIудила итогунни каиб

ДуцIрумла каникултала замана райцентрлизибси мижитлизир дурхIни къуръай бучIахъес, дехIибала дархъли дирахъес, бегIтала (халатала) учительтала ва саби алавтала

ГIялихIяжи ГIялиевли мижитлизиб дурхIни къуръайчи ва дехIибайчи бурсибирнила баркъуди (багъа агарси) дураберкIни лебIеб дигесили бетаур. ГъатIира

ти ва ГIялихIяжигъунти адамти лебли биъни. Гъаларван, къуръайчи бурсибирнила курсани тамандьниличил дархдасунти итогунни белгидарибтири. Ислам



хIурмат бирахъес бурсибирнилис хасдарибти къантIти курсани дурадуркIибтири. Районна мижитла имам Абулмуслим Расуловла сипталичирли, илала заместитель Ислам ГIисаевли ва

дигеси саби районнизиб чеалкIути наслубала вакилти багъудиличил бегIбирнилис, илди бяркъличи биркахънилис чула цIакъани ахIерахIедирути Исламгъун-

ГIисаевли гъуни чебиахъуси къукъялизибти жагъилтиургаб гъаларти мераначи лайикъбикибтири МяхIяммадкарим ГIяхIабдуллаев, узб и МуртузагIяли ва Рашид Па-

шавхъали, МяхIяммадрасул Ражабов, Закарига Закаригаев. ГIялихIяжи ГIялиевли бучIахъули калунти дурхIназиб ункъли бажардибикибти саблин, декларбухъун Рабазан Жанаев, Амир МяхIяммадов, МикагIил Каймаразов, Руслан Сулайбанов ва МяхIяммадрасул МяхIяммадов.

КIелра къукъялизибад гъаларти (цаибти) мерани дуцибтас велосипедунни, гIурилтазибад гъарил, къуръан делкIунси жузличил шабагъатлаварибтири.

ДуцIрумла манзиллизир илдигъунти, багалати курсани дурадуркIибтас, чеалкIути наслубазир рухIлашалти дурхъадешуни хъурадирнилизи ва илди гъатIира тIинтIдикIахъули калахънилизи чули кабихъибси мекелли халаси пай хIисаблизи касили, нушани районна БекI МяхIяммад ГIямаровла шайзибад баркалла багъахъурсири.

Мурад Мусаев, Районна Администрация-лизибси жагъилтас бяркъ бедлугнила шайчибси бузери къелгIеббикан

