

ТХЪАКІУЩЫНЭ Аслъан: «Медицинэ ІэпыІэгъоу цІыфхэм арагъэгъотырэр джы хэпшыкІэу нахышІу зэрэхъущтым сицыхъэ тель»

Адыгэ Республикэм и Лышхъэу Тхъакіущынэ Аслъан муниципальнэ гъэпсыкІэ зилэ «Теуцожь районым» хэхъэрэ къуаджэху Аскъэлаерэ Пчыхалы-къуаерэ тыгъуасэ ащылагъ. Социальнэ мэхъанэ зилэ псэуалъэу мыхэм ащэгъэпсыгъэхэм якъызэлухын фэгъэхыгъэ мэфэкІ зэхыхъэхэм ахэлэжъагъ. Республикэм ипашэ игъусагъэх АР-м и Премьер-министрэу КъумпІыл Мурат, министрэхэм я Кабинет хэтхэр, нэмыкІхэри.



Аскъэлэе гурыт еджапІэу N 2-м хэтэу Іоф зышІэщт кІэлэцІыкІу ІыгъыпІэу «Пшысэ» зыфилорэм икызыэлухын фэгъэхыгъэ зэхыхъэм АР-м и Лышхъэу хэлэжъагъ. Псэуалъэм изетегъэпсыхъан сомэ миллиони 9,5-рэ фэдиз пэІуагъэхъагъ. Сомэ миллиони 5,5-р район администрацием, миллиони 4-р республикэ бюджетым къагІупшыгъэх. Мыщ фэдэ ІэпыІэгъу ишІуагъэкІэ, гъэсэнэгъэм иучреждениеу къоджэдэхэр, ны-тыхэр бэшлагъэу зыкІэхъопсыхъэрэ зтырагъэпсыхъан алъэкІыгъ. Сабый 50-мэ ар ателгытагъ.

къэу ыуж тит, — къыІуагъ Тхъакіущынэ Аслъан. — Мы аужырэ илъэхъэр пштэмэ, мыщ фэдэ псэолъэ пчыагъэ тшыгъэ, зэтэдгъэпсыхъагъ, непэ Аскъэлае къыщызэлутхырэри ахэм зэу ащыщ. Республикэм ирайонхэм ыкІи икыалэхэм социальнэ мэхъанэ зилэ псэуалъэхэр зэфэдэу ащыдгъэпсыныр, цІыфхэм ящыІэкІэ-псэукІэ нахышІу шыгъэныр ары пшырель шхъаІэу зыфэдгъэуцужырэр.

МэфэкІ зэхыхъэм республикэм ипашэ пэублэ псалъэ къыщышІыгъэ кІэлэпІухэм, ны-тыхэм, кІэлэцІыкІухэм афэгъушІуагъ, дахэу къыпэгъокІыгъэ къоджэдэхэм зэрафэразэр ариІуагъ.

— Непэ кІэлэцІыкІу ІыгъыпІэхэм япчыагъэ зэрымкыурэр къыдэтлгытгъэ, а гумэкІыгъом идэгъэзыжын тишъып-

КъоджитІумэ псэолъакІэхэр къащызэлуахыгъэх

пэпчэ социальнэ мэхъанэ зилэ псэуалъэхэр адэтынхэ фае. А пшырельгъыр гъэцкІэгъэным пае мы аужырэ илъэхъэм еджапІэхэр, сымэджэщхэр, кІэлэцІыкІу ІыгъыпІэхэр, нэмыкІхэри мымакІэу къызылутхыгъэх, зыщылагъэхэм гъэцкІэгъэынхэр ятэшІылэх, а Іофыр джыри лытэгъэкІуатэ, — къыІуагъ Тхъакіущынэ Аслъан къоджэдэхэм зафигъазгъэ.

Пчыхалыкъуае щыпсэухэрэм ащыщхэр зэхыхъэм къыщыгушІуагъэх, ІэпыІэгъу къафэхугъэ АР-м и Лышхъэу рэзэныгъэ гушІыІэхэр къыпагъохыгъэх. Къуаджэм хэхъоныгъэхэр ышІынхэм илахышІу зэрэхэлъым фэшІ «Пчыхалыкъуае ищыф гъэшІуагъ» зыфилорэ щытхуцІэр Тхъакіущынэ Аслъан къыфагъэшшошагъ.

Аужырэ шапхъэхэм адиштэу ашІыгъэ фельдшер-мамыку пунктыр мэфэкІ шыкІэм тетэу нэужым къызэлуахыгъ. Ар зэрэзэтырагъэпсыхъагъэм республикэм ипашэ зыщыгъэгъозагъ, ылъэгъугъэм осэшІу фишІыгъ, амалэу щыІэмкІэ тапэ-кІи ІэпыІэгъу зэрафэхъущтыр къоджэдэхэм ариІуагъ.

Мы Іофтхъабзэм ыуж АР-м и Лышхъэу Тхъакіущынэ Аслъан къуаджэу Хьалъэкъуае еблэгъагъ. Мы псэупІэм шапшырэ гурыт еджапІэр зынагъэсыгъэр зэригъэлъэгъугъ, пшырель шхъаІэхэр къыгъэнэфагъэх.

ТХЪАРКЪОХЪО Адам.
Сурэтхэр А. Гусевым тырихыгъэх.

хэм ясовет итхъаматэу Бэгъушъэ Хьарунэ, ны-тыхэм ащыщхэм рэзэныгъэ гушІыІэхэмкІэ республикэм и Лышхъэу зыкъыфагъэзагъ, къуаджэм ІэпыІэгъу къызэрэфэхъурэм фэшІ «тхъауегъэпсэу» раІуагъ.

Тхъакіущынэ Аслъан лентэ плыжыыр нэужым зэпиупкІи, кІэлэцІыкІу ІыгъыпІэр къызэлухыгъ. Ащ ыкІоцІ зэрэзэтырагъэпсыхъагъэм зыщыгъэгъозагъ, ящыкІагъэр рашэфыным фэшІ сомэ мин 300 шІухъафтынэу афишІыгъ.

Мы мэфэ дэдэм АР-м и Лышхъэу къуаджэу Пчыхалыкъуае шапшыгъэ фельдшер-мамыку пунктым икызыэлухын фэгъэхыгъэ Іофтхъабзэм хэлэжъагъ. Федеральнэ программэу «Къуаджэм хэхъоныгъэхэр егъэшІыгъэныр» зыфилорэм мыр къыдхэлъытагъэу щытыгъ, мэзищым къыкІоцІ ашІыгъ, сомэ миллиони 2,7-рэ пэІуагъэхъагъ.

— Республикэм ит псэупІэ

тапэки ІэпыІэгъу тыкышгу-фэхъузэ тшыщт.

Муниципальнэ гъэпсыкІэ зилэ «Теуцожь районым» иадминистрацие ипашэу Хьачмамыкыо Азэмагъ, Аскъэлае иветеран-

ЩыкІагъэхэр зэрэщыІэри дэгъоу къыдгурэлэ, ахэр дэгъэзыжыгъэнхэр тинэплэгъу идгъэкІырэр, амалэу щыІэмкІэ



Адыгэ Республикэм и Къэралыгъо Совет — Хасэм

Илъэсыбэ хьугъу гуетыныгъэ фыриуэ Иоф зэришлэрэм, Адыгэ Республикэм и Къэралыгъо Совет — Хасэм ихэбзэгъуэу Иофшлэн чанэу зэрэхлажьэрэм ыкIи ыныбжэ илъэс 50 зэрэхьурэм афэшI Адыгэ Республикэм и Къэралыгъо Совет — Хасэм и Щытхуэ тхылъ фагъэшъошагъ **Гоманенко Иринэ Анатолий ыпхъум**, Адыгэ Республикэм и Къэралыгъо Совет — Хасэм и Аппарат иофхэр зыгъэзеклорэ Гъэлорышлэлэм икъэбар-аналитикэ отдел иупчIэжьыгъу шъхьалэ.

ЯмэфэкI хагъэунэфыкIыгъ

Урысыем ихыкум приставхэм якъулыкъу зыщылэр илъэси 147-рэ зэрэхъугъэм ыкIи хыкум приставым и Мафэ афэгъэхьыгъэ зэхыхъэ тыгъуасэ Адыгэ къэралыгъо университетым щыкIуагъ. Ащ хэлэжьагъ АР-м и Премьер-министрэу Къумпыл Мурат, федеральнэ ыкIи республикэ хэбзэ къулыкъухэм япащэхэр, хэбзэхъумэкIо къулыкъум иллыкIохэр, нэмыкIхэри.

Иофтхьабзэр къызэIуихызы, АР-м и Премьер-министрэу Къумпыл Мурат зимэфэкIхэм афэгъушIуагъ. Адыгэ Республикэм хэхъоныгъэхэр ышIынхэмкIэ хыкум приставхэм Иофышхо зэрашлэрэр, ащкIэ ахэм зэрэфэразэхэр ащ къыхигъэщыгъ. Непэ Гъэлорышлэлэм гумэкIыгъо шъхьалэу илэхэм ащылц ежэ иеу административнэ унэ зэримылэр. Ар дэгъэзыжьыгъэным фэшI чIыгу Iахъ къызэрэратырэр, псэуалтэм ишIын 2013-рэ илъэсым зэрэрагъэжьэщтыр АР-м и Правительствэ и Тхьаматэ къыIуагъ. Нэужым хыкум приставхэм я Федеральнэ къулыкъу и Гъэлорышлэлэу Адыгэ Республикэм щылэм ипащэу, хыкум пристав шъхьалэу Дмитрий Ткаченко зимэфэкI хэзыгъэунэфыкIырэ иофшIэгъумэ афэгъушIуагъ, хыкум приставхэм гъогу къа-кIугъэм, япшъэрылхэр непэ

зэрэзэшIуахыхэрэм къатегушыла-гъ. Цыфхэм яфитыныгъэхэр къэухъумэгъэнхэр, УФ-м изаконодательствэ къыдилыгътэрэ лъэныкъо пстэури шIокI имы-Iэу гъэцкIэгъэныр — джары анахъ мэхъанэшхо зилэ лъэныкъохэу пашэм къыгъэнэфэгъэхэр. Гъэлорышлэлэм епхыгъэу Иоф зышлэрэ къулыкъушIэхэм япшъэрылхэр щытхуэ хэлъэу зэрагъэцакIэхэрэм ишIуагъэкIэ, цыфхэм ыкIи организациехэм чIыфэу ателхэр къызэкIагъэ-кIожьын зэралтэкIырэр къыхигъэщыгъ. Тапэки ахэр ыпэкIэ лыкIотэнхэм зэрэфэхьазырхэр Ткаченко кIэухым къы-щылэуагъ.

Хыкум приставхэу гъэхъэгъэшIу зышIыгъэхэм щытхуэ ыкIи рэзэныгъэ тхылъхэр, шIу-хьафтынхэр Иофтхьабзэм ашаратыжьыгъэх, мэфэкI концерткIэ ар аухыгъ.

ПАТИКЪО Анет.

ПСАУНЫГЪ

Ыпэрэхэм атекIы

Урысые Федерацием и Правительствэ чъэпы-огъум и 22-м ыштагъ «2013-рэ илъэсым ыкIи 2014 — 2015-рэ илъэсхэм ячэзэу пIалъэ ыпкIэ зыхэмылэ медицинэ Iэ-пылэгъу цыфхэм ягъэ-гъотыгъэнымкIэ шэсхэм (гарантиехэм) япрогра-мэ ехьыллагъ» зыфилорэ Унашор.

Ар зыфэдэм, къышхьидэлъы-тэгъэ Иофыгъохэм ыкIи мыл-коу пэуагъэхъанэу рахъухэрэм тащылц пэпчкIэ мэхъанэшхо иI. Ащ къыпкъырыкIыхэзэ, къэралыгъом щыпсэхуэрэм ыпкIэ хэмылгъэу афагъэцкIэшт медицинэ фэлэ-фашIэхэр зыфэдэштхэр агъэнафэх ыкIи ахэм атефэнэу щыт мылкъури къагIупшы. Мы программэу зигугъу тшIырэм ыпэкIэ аштэщыгъэхэм ыкIи илъэс псаум медицинэ къулыкъур зэрыгъуазэщтыгъэхэм атекIы пIалъэу ар зытелытагъэмкIи, Иофыгъоу къышхьэнэфэгъэхэмкIи. Пстэ-



умкIи апэу къэлэгъэн фае мыщ фэдэ программэхэр илъэс къэс аштэщтыгъэхэмэ, мы аужырэр илъэсищым зэрэтелытагъэр. Ащ изэхэгъэуцон Иоф дзэышIа-гъэхэм къызэрэхэагъэщырэмкIэ, псауныгъэр къэухъумэгъэнымкIэ къулыкъум нахъ зыпкъ итэу Иоф ышIэнымкIэ амалышIу ар хьушт. ЕтIани ащ къышхьидэлъытагъэх, «Урысые Федерацием щыпсэхуэрэм япсауныгъэ къэухъумэным фэгъэхьыгъ» зыфилорэ Законэу мы илъэсым ищылэ мазэ и 1-м къышхьабзэгъуэ кIуачIэ зилэ хьугъэм къы-

Губгъо ИофшIэнхэр гъунэм фэкIуагъэх

Мафэ ошлоу зэлыкIуагъэхэм чIыгулэжьхэр анахъэу зыпыллыгъэхэр гъэтхэсэ зэфэшъхьафхэу къагъэкIы-гъэхэм яIухыжьынырэ бжыхъасэхэм япхъынырэ. Мы ИофшIэнхэмкIэ районхэм ащыщхэм гъэхъагъэхэр ашыгъэх.

Республикэм мэкъу-мэ-щымкIэ и Министерствэ къы-зэритыгъэмкIэ, шэклогъум и 1-м ехьулэу зинахыбэ къагъэ-кIыгъэ тыгъэгъазэм ипроцент 99-м фэдызыр Iуахыжьыгъ. Гектар мин 80-м ехъоу аугъо-ижыгъэм гектар телытэу центнер 16,2-рэ къырахи, пстэумкIи тонн мини 130-рэ Iэпэ-цыпэ къахыжьыгъ. Районхэм тыгъэгъэзэ гектар пчъа-гъэу ащылэуахыжьыгъэр ыкIи гектар телытэу центнер пчъа-гъэу къащырахыгъэр: Джаджэр — 23613-рэ, 17,1-рэ, Кошхьаблэр — 12826-рэ, 12, Красногвардейскэр — 15069-рэ, 20,3-рэ, Мыекъуапэр — 4470-рэ, 12,6-рэ, Тэхьутэмы-къуаер — 3569-рэ, 11, Теуцо-

жыыр — 5037-рэ, 14,6-рэ, Шэу-джэныр — 12872-рэ, 18,3-рэ, къалэу Мыекъуапэ ихьызмэт-шIапIэхэр — 2474-рэ, 11,4-рэ. Лэжьыгъэм пэIухьащт на-трыфым иIухыжьыны хьазырэу гъунэм нагъэсыгъ. Гектар мин 20,6-м ехъоу Iуахыжьыгъэм изы гектар центнер 35,7-рэ къырахыгъ, пстэумкIи къахы-жьыгъэр тонн мин 73,7-м хьа-зырэу лыкIэхьагъ. Натрыф гектарым утыжьыгъэм телы-тагъэу анахыбэ къызщыра-хыжьыгъэ районхэр: Шэуджэ-ныр — 46,6-рэ, Джаджэр — 43,5-рэ, Тэхьутэмыкъуаер — 37,9-рэ, Красногвардейскэр — 36-рэ, Теуцожьыр — 33-рэ.

Пындж гектар 5209-у къа-гъэкIыгъэм щыцэу тыгъуа-

сэ ехьулэу Iуахыжьыныу къафэнагъэр гектари 150-м нахъ макI. Аугъоижыгъэ гек-тар пэпчэ центнер 50 фэ-диз къырахи, пстэумкIи тонн мин 24-м лыкIлахэу къахы-жьыгъ.

Соем иIухыжьыны республи-ликэм щаухыгъ. Гектар мини 4-м ехъоу аугъоижыгъэм изы гектар центнер 11,6-рэ къы-рахыгъ, пстэумкIи тонн мини 4,6-рэ фэдиз къахыжьыгъ.

Гъэтхасэхэр зэрэIуахыжьы-хэрэм дакIоу бжыхъасэхэм яп-хынкIи республикэм щашла-гъэр макIэп. Лэжьыгъэм пэIу-хьащт бжыхъасэхэм япхыны апэу ащаухыгъ Джэджэ, Шэу-джэн районхэм ыкIи къалэу Мыекъуапэ къепхыгъэ хьыз-мэтшIапIэхэм. Анахъ мэхъанэ зилэ лэжьыгъэу бжыхъэ коцым ипхынкIэ агъэнэфэгъэгъэ гек-тар пчъагъэр апэу ащыхалъ-хьагъ Джэджэ, Красногвар-дейскэ, Шэуджэн районхэм. ПстэумкIи коцэу апхыгъэм гектар мин 73,7-рэ фэдиз рагъэ-убытыгъ, ар пстэумкIи апхыны фаем ипроцент 94-рэ.

ЛЭХЪУСЭЖЪ
Хьаджэрэтбый.

2012-рэ илъэсыр — КIЭРЭЩЭ ТЕМБОТ и ИЛЪЭС

Адыгэкъалэ щызэнэкъокъугъэх

Адыгэкъалэ лъэпкъ культурэм и Гупчэу дэтым анахъ дэгъоу усэхэм ыкIи прозэм къяджэрэ кIэлэеджакIо-хэр джырэблагъэ щызэнэкъокъугъэх. Ар республикэ зэнэкъокъоу «Бээр лъэпкъым ылапс» зыфилоу КIэ-рэщэ Тембот и Илъэс къыдилыгътэрэ Иофтхьабзэхэм ащыцэу кIуагъэ. Ащ Адыгэкъалэ пэблэгъэ районхэри хэлэжьагъэх.

Зэнэкъокъум кIэщакIо фэ-хъугъэх Адыгэ Республикэм культурэмкIэ и Министерствэрэ народнэ культурэм иреспубликэ Гупчэрэ. Адыгабзэм хэхъо-ныгъэ егъэшIыгъэным, жанрэу художественнэ гушыIэм нахъ зыкъегъэлэтыгъэным, усэхэм ыкIи прозэм къеджэхэрэр къы-хэгъэщыгъэнхэм, литературэр бгъэфедэзэ ныбжьыкIэхэм ячIыгу, яхэгъэгу шIу альэгъоу пIугъэнхэм Иофтхьабзэр афэ-гъэхыгъагъ.

Зэнэкъокъум хэлэжьагъэх художественнэ гушыIэм зы-щыфагъэсэрэ кружокхэм ыкIи студиэхэм яИофшIэн хэлэжьэ-рэ кIэлэеджакIохэу зыныбжэ илъэс 16-м нэмысыгъэхэр. Ахэр адыгэ тхакIохэм яусэхэм, япро-

зэ адыгабзэкIэ къяджагъэх. Мыш къекIолIэгъагъэх Адыгэ-къалэ, Теуцожь, Тэхьутэмы-къое ыкIи Красногвардейскэ районхэм якIэлэеджакIохэр.

Ахэм ялэпэлэсэныгъэ уасэ фэзышIыгъэ жюрим итхьамэ-тагъ Адыгэкъалэ иадминист-рации ипащэ игуадзэу Джа-мырзэ Гошнагъо. Жюрим хэ-тыгъэх народнэ культурэм ирес-публикэ Гупчэ иИофышIэхэу Пафэ Нурыет, Блэгъожь Разы-ет, къэлэ гъэзетэу «ЗыкIыны-гъэм» иредактор игуадзэу Ку-шъу Аслъан ыкIи нэмыкIхэр.

Зэнэкъокъур рамыгъажьэзэ, ащ хэлажэхэрэм ыкIи зэкIэ къекIолIагъэхэм Джамырзэ Гошнагъо афэгъушIуагъ, ныб-жьыкIэхэм яныдэльфыбзэ,

якультурэ ашIэнэу ыкIи шIу альэгъунэу ариIуагъ, ялэпэлэ-сэныгъэ къагъэлээгъонэу, чIы-пIэ дэгъухэр къахыныхэу афэ-лэлэуагъ.

КIэлэеджакIохэр дэгъу дэдэу къяджагъэх КIэрэщэ Тембот, Жэнэ Къырымызэ, МэщбэшIэ Исхьакъ, Бэрэтэрэ Хьамидэ, Нэхэе Руслъан, Лыхъэсэ Мухъ-динэ яусэхэм. Ахэр мамырны-гъэм, ныбджэгъуныгъэм, яны-дэльфыбзэ шIулэгъоу фыря-Iэм афэгъэхыгъагъэх. Усэхэм анэмыкIэу, кIэлэеджакIохэм спектаклэ цыкIухэр адыгабзэ-кIэ къагъэлээгъуагъэх.

КIэуххэр зызэфэхьысыжъ-хэм, а I-рэ степень зилэ диплом-хэр афагъэшъошагъэх Адыгэ-къалэ Хьодэ Суандэ, Шумэн Русет, Теуцожь районмкIэ ГъонэжьыкIо Бислъанрэ Блэгъожь Динарэрэ, Красногвар-дейскэ районмкIэ Бысыджэ Нурыет, Тэхьутэмыкъое рай-онмкIэ ШъхьаплъэкIо Аль-берт.

Зэнэкъокъум изэхэщэнкIэ Адыгэкъалэ иеджапIэу N 3-м адыгабзэмрэ литературэмрэкIэ икIэлэегъаджэу Хьалэлэ Свет-ланэ Иофышхо зэришIагъэр жюрим къыхигъэщыгъ.

(Тикорр.).

къащызэIуахыхэу аублагъ, ау а ИофшIэныр джыри зыпкъ иуцуагъэу пфэлэштэп. Арэу щытми, щэч зыхэмылтыр ти-сымэдждэщхэм яотделениехэм янахыбэхэр щэджэгъоужым къышегъэжьагъэу пчыхъэ нэс хэшIыкIэу нэкIы зэрэхъухэрэр ары. Арышъ, мэфэ стационар-хэр нахыбэ ашIынэу зэрэра-хъухэрэр тэрэз, а ИофшIэныр тэрэзэу зэхэшагъэ хьумэ.

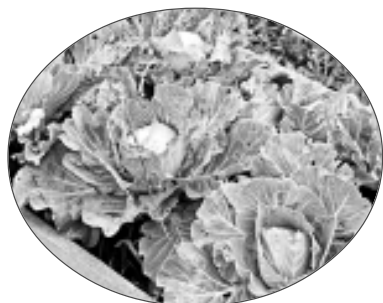
Къыхэгъэхъожьыгъэн фае нэбгырэ пэпчэ ыпкIэ хэмылгъэу медицинэ Iэпылэгъу рагъэгъо-тыным къэралыгъом мылкъоу пэлуигъахэрэр нахыбэ шIы-гъэн фаеу мы программэм къы-зэрэщыдэлъытагъэри.

ЖАКIЭМЫКЪО Аминэт.



УПСАУНЭУ УФАЕМЭ

Тэгъоты, тыщыкIэрэп, ау икьюу кызыфэтэгъэфедэ?



Ильэс псаум, тызыщыфэе уахтэм, тихатэхэм, тибэдзэр-шыпIэхэм, тичIыунэхэм ащыд-гъотын тIэкIышт хэтэрыкIэу псауныгъэмкIэ шIогъабэ зы-хэлъ кыбаскьэр («белокочан-ная» зыфалорэр) ары непэ зи-гугъу кьэтишы тшIонгъор. Ар цыфым ыгъэфедэмэ, иланэ на-хыбэрэ тыригъуэуомэ, пса-уныгъэмкIэ фэдэ зэрэфэху-щтым ишыхъат ащ глюкозэр, фруктозэр, клетчаткэр, пкы-шъоным псынIкIэу хэхэрэ ви-таминхэу А-р, С-р, В-р зэрэ-хэлхэр, минеральнэ элемент-хэмкIэ, органическэ кислотэ-хэмкIэ ар зэрэбаир. Кыбаскьэр IэпыIэгъушIу афэху атеро-склероз зIэхэм, витаминхэр ба-щэу е мэкIащэу зипкышъол хэлхэм, зыкыпшхьэ зэрыты-пIэхэр узыхэрэм (подагра зI-эхэм), зэмыжъо узым ыгъэ-гумэкIыхэрэм. Пшэрыщэ ху-хэрэмкIи ар шхын дэгъу, сыда пIомэ углеводхэмрэ гъомылап-хьэхэм кыахэкIыр дагъэмрэ (е шэмрэ) пкышъоным хэхьан-хэм пэрыохуу фэху.

Кыбаскьэ кыиупкIыгъа-кIэр егъэ узхэм (нэгъум е кIэ-тIыим) яIэзэгъэнымкIэ дэгъу, пскэ «гъушхэр» нахь шъабэ ешы. Кыбаскьэ гъэшIолугъэр витаминэу С-мкIэ бай, аскор-бинэу кислотэу ащ кыах-нэрэр бэ.

Шуфэсакь! Кыбаскьэр ашхы хуэцтэп (нэгъуе-тэн (гастрит), кIэтIэи-шхо етагъэ (колит) зIлэ-хэм. НэгъуцIэгъчIэлъ железэр (поджелудочнэ железар) етагъэмэ, нэмыкIэу кьэпIон хIумэ, цыфым панкреатит илэ-мэ, кыбаскьэ иупкIы-гъакIэр ыгъэфедэ ху-эцтэп.

Кыбаскьэр цэнаут мы-хуным фэшI ар хуэгуэ-федэным, кыэшхуэ-фыным ыпэкIэ шъуеплэ ащ ышхьэ купкI зыфэ-дэм. А шхьэ купкIым игъумагъэкIэ шIуцIэ ху-рае кыдеклокIэу, тхьа-пэхэм ежъэшъо е шIуцIэ чыпIэхэр яIэхэмэ, ащ нитратэу хэлхыр бэ дэ-дэшъ, пшхы хуэцтэп. Кыбаскьашхьэр пытэу (гъатхэм пасэу кыагъэ-кIырэ кыбаскьэм нэ-мыкIырэр), фыжъэу щытын фае.

ИзэкIэ амалэу кыбаскьэм иIэхэм ащыщхэр

Чыхыхэр (ангинэр)

* Шыгъу зыхэмилъ псым кыищытебгъэжъошт кыб-баскьэ тхьэпэ грамм 300 (шъабэ охуфэхэ). Псыр нэ-ужым узынышъ, градус 30 — 35-м нэсэу бгъэуцъыIышт. Ащ фэдэ псы стэчаным шъоу цайджэмышхышхьыи хэ-плхьащт. Дэгъоу ар псым хэбгъэкIухъанышъ, ушхэным ыпэкIэ стэчанникъо ишIуэзэ шIышт.

* Кыбаскьэпс фабэр чы-им ибгъэчъыхьэми шIуагъэ кьэкIо.

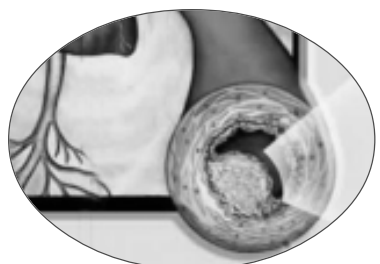
* Кыбаскьэпс стэчанни-къомрэ лимоным кыиIэпфы-гъэ псы стэчанымрэ зэхэб-гъэхъонышъ, чыим ибгъэ-чъыхьащт.



* Кыбаскьэ тхьэпэ зау-лэ бгъэушъэбынышъ, чыим теплхьащт, фабэ горэ ащ кьепицкIышт.

Атеросклерозыр (лъы кыабзэр зэрыкIорэ лъынтфэхэр Iужьу, пытэ хуьнхэр)

* Кыбаскьэ иупкIыгъакIэм псыр кыиIэпфынышъ, ушхэн-кIэ зы сыхъат иIэу стэчан-никъо зырызэу цэгъогъоу мафэм уешъошт. Тхьамафэ-р арэуцтэу узешъорэм ыужэ мэфI 5 зыбгъэпсэфынышъ,



етIани мэфI 10 уешъошт. Ащ ыужэ мазэкIэ ар зэныб-гъэунышъ, етIани ебгъэжъэ-жъышт ыпэкIэ узэрешъо-щтыгъэм фэдэу.

* Кыбаскьэпс стэчанни-къом хэбгъэхъоштых лимо-ныпс джэмышхышхьэ ыкIи шъоу цайджэмышхышхьы-тIу. Ахэр дэгъоу зэхэбгъэкIу-хъанхэшъ, ушхэным ыпэкIэ сыхъат-сыхъатIу иIэу ма-фэм 2 — 3 уешъошт. Арэу-

цтэу тхьэмэфитIурэ узешъорэм ыужэ зы тхьэмафэ-р зыбгъэпсэфынышъ, етIани тхьэмэфитIурэ ар бгъэ-федэшт. Нэужым мазэрэ зыбгъэпсэфынышъ, етIани уублэжъышт ыпэкIэ зэрэ-пIыщтыгъэм фэдэу.

Къупшхьэ зэрытыпIэхэр мэузыхэмэ, къупшхьэ зэпыкIыгъэ уилэмэ

* Ащ фэдэ узырэ чIыпIэ-хэм кыбаскьэ иупкIыгъакIэм ытхьапэ е цэм кыищыгъэ-жъогъэ кыбаскьэ тхьапэ теп-лхьэмэ, узыр хегъэжъукIы.

Бронхитыр (жэлэетагъэр)



* Кыбаскьэ иупкIыгъакIэм псыр кыиIэпфынышъ, шъо-уцыгъу тIэкIу хэптэкъошт (зы стэчаным изым — цай-джэмышхышхьыи). Ма-фэм тIогъогъоу уешъошт стэчаным из зырызэу.

Пэтху-лутхуэр, гриппыр

* Кыбаскьэр зыхэгъэжъу-кIыгъэ псы стэчаным хэптэ-къошт бжъыныф цэлэ заулэ жэгъэеу упкIэтагъэу. Та-кыкь 30-рэ ар щыбгъэты-нышъ, цайджэмышхышхьыи тIурытIоу мафэм 5 — 6 уешъошт.

* Кыбаскьэр зыхэгъэжъу-кIыгъэ псым стэчанникъо кыиIэпфынышъ, ащ хэбгъэ-хъошт хьакъужьыр кыиIэ-щыбгъэжъогъэ псым щыц стэчанникъо. А зэхэкIухъа-гъэм хэлхьащт шъоу джэ-мышхышхьыи. Мафэм цэгъо-гъоу стэчаным ызыцанэ фэ-диз уешъозэ шIышт узы-шыхахэрэм ыужэ. Гриппыр, пэтху-лутхуэр кыиIэуиуи-кIынкIэ ащ шIуагъэ кыаIоу народнэ медицинэм кьелэ.

Лыпцэхэр лалэхэмэ (липотониер)

* Кыбаскьэ тхьэпэ упкIэ-тагъэу зы джэмышхышхьыи изым кIэпкIэшт псы гъэжъо-гъэ стэчан ыкIи сыхъати-плырэ ар щыбгъэтышт. Нэ-ужым узыжъынышъ, ушхэн-кIэ такыкь 30 иIэу джэ-мышхышхьыи тIурытIоу ма-фэм 3 — 4 уешъошт.

Пскэныр

* МыщкIэ амалышIу дэгъоу народнэ медицинэм елытэ кыбаскьэпсэу шъо-уцыгъу тIэкIу зыхэлхьым уешъоныр.

* Кыбаскьэпс стэчан-

никъомрэ пхьым (морко-вым) кыиIэпфыгъэ псы стэ-чанникъомрэ ахэбгъэхъошт шъоуцыгъу цайджэмышхы-шхьыи. Ахэр дэгъоу зэхэбгъэ-кIухъанхэшъ, джэмышхы-шхьыи 3 — 4-м мафэм уешъошт.

* Кыбаскьэпс стэчанни-къом хэбгъэхъошт бэлэджэ шIуцIэ иным кыиIэпфырэ псыр. Ащ хэлхьащт шъоу е шъоуцыгъу джэмышхы-шхьыи. Ушхэным ыпэкIэ такыкь 30 иIэу джэмы-шхышхьыи 2 — 3 уешъозэ шIышт.

Лыпцэр етэныр («миозит» зыфалорэр)

* Фыкьогъэ лыпцэхэр пы-гъукIыхэу, лыпцэр гъэретын-чъэ хъоу, узэу зыхъукIэ, шIуа-гъэ кьэкIо кыбаскьэшхьэ фыжъым итхьэпIоу пэ-шIорыгъэшъэу сабын зыцы-фагъэхэм содэ тIэкIу атеп-такъоу, узырэ чIыпIэхэм атеплхьэмэ. Ахэр мыкощын-хэу ыкIи ыгъэфэбэнэу зыгор-рэ теплхьащт.

Артритыр (къупшхьэ зэрытыпIэхэм яплъыр- стыр узхэр)

* Кыбаскьашхьэм (зы ки-лограмм) купкIыр кыиIэ-нышъ, адырэ кьэнагъэм кIы-мэфэ мыIэрысэ лъэпкхэм



ащыцэу зы килограмм (кIэ-хэр ихыгъэу) игъусэу лып-кIатэм кыиIэпфынышъ. Ащ хэбгъэхъошт жъоны-гъокIэ шъоу («майский» зы-фалорэр) стэчан ыкIи хьа-бзэгупэ гъэушъэбыгъэ стэ-чаным изэу. Ахэр зэкIэ дэгъоу зэхэбгъэкIухъанхэшъ, гъэ-уцъыIалэм дэгъэуцошт. Ушхэным ыпэкIэ такыкь 20 — 30 иIэу джэмышхышхьыи зырызэу мафэм цэгъогъоу

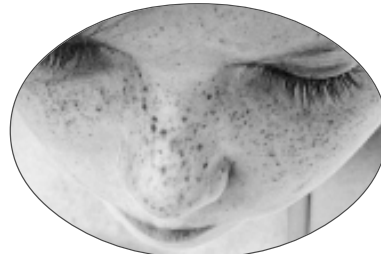
ар пыхышт. МэзитIурэ арэу-цтэу зыпIырэм ыужэ мэфI 5-рэ зыбгъэпсэфынышъ, етIани ебгъэжъэжъышт. ЯтIонэрэ курсыр зыуухырэм ыужэ мэфI 10 тебгъэшIэ-нышъ, икIэрыкIэу уублэ-жъышт.

Косметикэр

Къамцычхэр

* Ахэр гъэкIодыгъэнхэм фэшI кыбаскьэм кыиIэпфы-гъэ псыр ащыпфэ хуэцт.

Шъорыогухэр (веснушкэхэр)



* Нэгум тет шъорыогухэр хэгъэкIокIэгъэнхэмкIэ ама-лышIоу народнэ медицинэм кыиIэпфын ащыц кыбас-кьэпсыр. Хьэдэн шъабэр (е салфеткэр) кыбаскьэпсым хэбгъэжъошхьыи, шъорыогухэм атеплхьащт. Мафэм цэгъогъоу арэуцтэу шIышт такыкь 10-рэ тебгъэлъызэ.

* Кыбаскьэм ыкIи зэры-джэм (рябинэм) кыиIэпфыгъэ псыр зэфэдизэу (1:1) хэбгъэ-хъоштыхъум (цэ гъэцIа-гъэм). Ащ фэдэу зэхэбгъэкIу-хъагъэр нэгум щыпфэу та-кыкь 10 — 15 тебгъэлъызэ шIышъ, шъорыогухэр нахь кыиIэпфынхэу хуэцт.

Шхьацыр екIымэ

* Кыбаскьэм, шпинатым ыкIи лимоным кыиIэпфыгъэ псыр зэфэдизэу (1:1:1) зэхэб-гъэжъошхьыи, ар зыхэкIэгъэ псыр шхьац фыкIэгъакIэм пыбгъэчъыжъышт.

* Шхьэхадэр гъэкIодын пIэкIышт кыбаскьэр зыхэ-гъэжъукIыгъэ псыр шхьа-шъом чэзыу-чэзыуу щыпфэ-зэ шIышъ.

Зыгъэхъаырыгъэр
ЖАКIЭМЫКЪО Аминэ.



Нарэхэр

ИкIэлэцIыкIу игъусэу бзылфыгъэ ныбжыкIэр врачым дэжэ кIуагъэ.

— СиIэцтыр сиIэрэп,
— еIо ащ, — сисабыи
пшахъо бзу ышхыгъ. Сэри
псыбэ резгъэшъугъ. КысаIу
джы сиIэн фаер.

— Лъыплъ джы ащ це-
мент ымышхыным.

Зыцэ узырэ хуулыфыгъэр
цашIэм дэжэ чIэхъагъ.

— Сцэ мэузы зэпымыоу,
зыгорэ кысфешI, — реIо
врачым.

Бэрэ емыгупышэу Iазэм
ищыкIэгъэ Iэмэ-псымэхэр
зэкIэ кыиIэпфын цэр Iуи-
чыгъ. ТIэкIурэ цытыгъэу
кьелэ:

— Угу кысэмыгъабгъ, цэ
псаур Iусчыгъ. Джы узырэ
цэр Iучыгъэн фае.

— Синасын нэхэм узэрэ-
мыIазэрэр.

Нарэхэр
кыиIэпфынхыгъэх
УДЫКIЭКО Казбек.



ИСКУССТВЭМРЭ ДУНЭ ФЕСТИВАЛЬХЭМРЭ

«Нартым» щытхъур фал

«Кавказыр зэдытиун». Дунэ фестивалэу Ростов-на-Дону шыкыуагъэм джары зэреджагъэхэр. Къыблэ шьолъырым, Темыр Кавказым, Азербайджан, Грузиём, Армениём ястудент ансамблэхэр зэнэкьокъугъэх. Адыгэ къэралыгъо университетым ильэпкъ къэшъокло ансамблэу «Нартыр» фестивалым лауреат щыхъугъ. Къамэхэр ылыгъэу «Лъэпэчласэр» къэзышыгъэ Гьырбы Сэлым шлухъафтын шъхалэу «Гран-при» зыфилорэр къыфагъэшъошагъ.

— Ансамблэ 30 фэдиз фестивалым щызэнэкьокъугъ, — Ростов-на-Дону шыкыгъэ зэлыкэгъухэм ташегъэгъуазэ «Нартым» ихудожественнэ пашэу, Адыгэ Республикэм културэмкIэ изаслуженнэ ЮфышIэу Шагудж Казбек. — Грузиём, Армениём, Азербайджан, нэмыкIхэм къарыкIыгъэ студентхэм яльэпкъ шэн-хабзэхэр гъэшIэгъонэу къагъэлэгъуагъ. Тызэнэкьокъуэз, тызэкIырыплты-



щтыгъ. Адыгэ къэралыгъо университетым иректорэу Хьунэго Рэщидэ зэхэщэн ЮфхэмкIэ лъэшэу ишIуагъэ къытигъэкIыгъ, гъэзетымкIэ «тхъауегъэпсэу» етIожьы тшIоигъу.

Къашъохэу «ЗэфакIор», Кавказым щыпсэурэ лъэпкъхэм язэкъошныгъэ фэгъэхьыгъэр тиреспубликэ икIыгъэ ныбжьыкIэхэм фестивалым къыщагъэлэгъуагъэх. Гьырбы Сэлымэ къамэхэр ылыгъэу пчэгум кIыхьы, «Лъэпэчласэр» къызыришIыгъэр еплъыгъэмэ агъэшIэгъуагъ, Iэгу къыфитеуагъэх.

«Нартым» икышъуакIохэу Нешэ Нэфсэт, Унэрэкъо Суандэ, ПэшIо Элизабетэ, ДыдыкI Залинэ, КIыкI Адыиф, Аульэ Бэлэ, Нэгъой

Джэнэт, Еутых Джэнэт, Вэдыжэ Лимэ, Кьонэ Мыхъамэт, ЗекIогъу Бислъан, ХьокIо Рэмэзан, Тхьаркъохьо Адам, нэмыкIхэу фестивалым щытхъуцIэхэр къыщыдзыхыгъэмэ тигъзетеджэмэ ацIэкIэ тафэгущIо, лъэпкъ искусствэм изыкыгъэлэтын ялахышIу зэрэхашыхьэрэм фэшI тафэраз.

Ансамблэм Тыркуем, Къыблэ шьолъырым концертхэр къащитыгъэх, Адыгэ Республикэм имэфэкл зэхыхьэхэм, зэлыкэгъу гъэшIэгъонхэм ахэлажэ, щытхъур фал.

Сурэтым итыр: Адыгэ къэралыгъо университетым ильэпкъ къэшъокло ансамблэу «Нартыр».

ТИКЪЭГЪЭЛЪЭГЪОНХЭР

Адыгэ шъуашэр дэхэ къодыеп



ТелефонкIэ къатыгъ. ПсышIуапэ щызэхашэгъэ зэхыхьэм дунэ мэхъанэ иI. «Благъэхэр» зыфилорэ ЮфхэмкIэ Абхъазым, Армениём, Москва, Украинэм, Къыблэ шьолъырым, Темыр Кавказым искусствэхэмкIэ ялофышIэхэр хэлажэх. СурэтышI-модельер цIэрылоу, Адыгэ Республикэм културэмкIэ изаслуженнэ ЮфышIэу СтIашъу Юрэ ышыгъэ адыгэ шъуашэхэр, лъэпкъ тхыпхъэхэр зэхыхьэм къыщагъэлэгъагъох.

ЗэхэщэкIо купым хэтхэм къызэрэталуагъэмкIэ, цыф лъэпкъ зэфэшъафхэр нахьышIоу зэгурылонхэм, искусствэкIэ зэлыгIэсынхэм, къэбар жьугъэм иамалхэр агъэфедэнхэм афэшI ПсышIуапэ щызэхашэгъэ ЮфхэмкIэ зыфилорэу.

СтIашъу Юрэ ышыгъэ адыгэ шъуашэхэр ятеплъэхэмкIэ зэфэшъафхэм, гупшысэу ахэлым зэфешэх. Адыгэ шъуашэмкIэ къэплотэн плъэкIыщтыр Ю. СтIашъым илэшIагъэхэм IупкIэу къагъэлэгъагъох. ЗэхэщэкIо купым хэтхэм адыгэ шъуашэхэр агъэшIагъох. Зэхыхэр мэфихэ кIощт.

Сурэтым итыр: СтIашъу Юрэ ышыгъэ адыгэ шъуашэхэр къагъэлэгъагъох.

АТЛЕТИКЭ ОНТЭГЪУР. УРЫСЫЕМ ИЗЭНЭКЪОКЪУ

Урысые Федерациём атлетикэ онтэгъумкIэ изэнэкьокъоу Волгоград шыкыуагъэм 1994-рэ ильэсым ыкI ащ ыуж къэхъугъэ кIалэхэр хэлэжъагъэх.

Адыгэ Республикэм атлетикэ онтэгъумкIэ икIэлэцIыкIу-ныбжьыкIэ спорт еджапIэ щагъасэрэмэ медальхэр зэлыкэгъухэм къащыхыгъэх, зы кIэлэеджакIо Урысыем спортымкIэ имастер хъугъэ.

Адыгэ Республикэм изаслуженнэ тренерэу Виктор Вороновым ыгъэсэрэ Игорь Ермиловыр килограмми 105-рэ къэзыщэчирэмэ якуп хэтэу янэкьокъугъ. ПощтэгъукIэ килограмм 345-рэ, 160+185-рэ, къыIэти, дышъэ медальыр къыфагъэшъошагъ.

Кобэщыч Аслъан Мыекъуапэ ия 7-рэ гурыт еджапIэ шеджэ, спортым хэгъозэгъэ тренерэу Уджыхъу Мэдин ипашэу зэнэкьокъум зыфигъэхъазырыгъ. А. Кобэщычым ящэнэрэ чIыпIэр къызэрэдиыхыгъэм дакIоу, Урысыем спортымкIэ имастер хъугъэ. Спортсмен ныбжьыкIэм тыфэгущIо, игъэхъагъэхэм ахигъэхъонэу тыфэлъао.

Адыгэ Республикэм атлетикэ онтэ-

Зыр дышъэ, ятIонэрэр...



гъумкIэ икIэлэцIыкIу-ныбжьыкIэ спорт еджапIэ идиректорэу, РСФСР-м изаслуженнэ тренерэу Хъуажэ Мэджидэ къызэрэтилуагъэу, Урысыем икомандэ 74-рэ зэнэкьокъум хэлэжъагъ. Адыгем иллыкIохэм я 13-рэ чIыпIэр къыдахыгъ.

Сурэтым итхэр: Уджыхъу Мэдинэрэ Кобэщыч Аслъанрэ.

СПОРТЫМРЭ ИЛЬЭСХЭМРЭ

Светланэ фэгъэхьыгъэ зэлыкэгъухэр

Спорт гимнастикэмкIэ дунаим идышъэ медальхэр къыдзыхыгъэхэм ацIэ къетIо зыхъукIэ, апэу къахэдгъэщырэр Кушъу Светлан. Ащ ыгу къытемыо-жырэми, ишIушIагъэкIэ къытхэт.

— Кушъу Светланэ фэгъэхьыгъэ зэнэкьокъухэр джырэблагъэ Бжыхъэ-

къоежъым шыкыуагъэх, — къеIуатэ АР-м гъэсэныгъэмрэ шIэныгъэмрэкIэ и Министерствэ испорт еджапIэ идиректорэу ХьакIэмыз Аслъан. — Зэнэкьокъухэр джыри зэхэщэщтых.

КIэлэцIыкIухэу спорт гимнастикэм пылхэм яIэпIэсэныгъэ зэнэкьокъум къыщагъэлэгъошт. Шэклогъум и 10-м зэлыкэгъухэр Бжыхъэжыгъым щаблэщтых.

НэкIубгъор зыгъэхъазырыгъэр
ЕМТИЛЬ Нурбий.

Зэхэзыщагъэхэр:
Адыгэ Республикэм лъэпкъ ЮфхэмкIэ, IэкIыб къэралхэм ащыпсэурэ тильэпкъэгъухэм адырIэ зэпхыныгъэхэмкIэ ыкIи къэбар жьугъэм иамалхэмкIэ и Комитет
Адресыр: ур.Крестыанскэр, 236

Редактор
шъхалэр
ДЭРБЭ
ТИМУР

Редактор
шъхалэм
иапэрэ гуадзэр
МЭШIЛЭКЪО
Сайд

ПшъэдэкIыж
зыхьырэ
секретарыр

ЖАКIЭМЫКЪО
Аминэт

Редакциер
зыхъышIэр:
385000,
къ. Мыекъуапэ,
ур. Первомайскэр,
197.
Телефонхэр:
приемнэр:
52-16-79,
редактор шъхалэм
иапэрэ
гуадзэр:
52-49-44,
редактор гуадзэр-
пшъэдэкIыж
зыхьырэ секретарыр:
52-16-77.
E-mail:
adygvoice@mail.ru

Зыщаушыхъатыгъэр:
Урысые Федерациём хэутым ЮфхэмкIэ, телерадиокъэтынхэмкIэ ыкIи зэлыгIэсыкIэ амалхэмкIэ и Министерствэ и Темыр-Кавказ чIыпIэ гъэорышIапIэ, зэраушыхъатыгъэ номерыр
ПИ №ТУ23-00916

Зыщыхаутырэр
ОАО-у
«Полиграф-ЮГ»,
385000,
къ. Мыекъуапэ,
ур. Пионерскэр,
268

Пчъагъэр
5007
Индексхэр
52161
52162
Зак. 3250

Хэутыным
узщыкIэгъэхэнэу щыт
уахътэр
Сыхъатыр 18.00
ЗыщыкIэгъэхэнэу
уахътэр
Сыхъатыр 18.00