

ТЫЗЭКЬОТМЭ — ТЫЛЪЭШ!

Адыгэ Макъ



Бэдзэогъум и 27-р — Адыгеим
къэралыгъо гъэспыкъе из зыхъугъе Маф

1923-рэ ильсэм
гъэтхалэм
къышегъэжъагъеу къыдэкъы

№ 231 (22680)

2022-рэ ильс

ШЭМБЭТ

ТЫГЪЭГЪАЗЭМ и 17

ОСЭ ГҮЭНЭФАГЪЭ ИЭП
тисайт
WWW.ADYGVOICE.RU

тисоциальне нэклубъохэр



6 +

Адыгэ Республикаем и Правительствэ игъэзет



Сурэлтийр: А. Гусев.



Ящыңыгъэ сымаджэхэм афатыгъ

Пандемилем зыщыпэуцужыштыгъехэ лъэхъаным коронавирусым ыпкъ къикыкъе зидунай зыхъожыгъе врачхэм ялахъылхэм республикэм икъэралыгъо тынхэр защаратыжыгъе юфтхъабзэ АР-м и Правительствэ зычээт унэм тыгъуасэ щыкуагъ.

Адыгеим и Лышъхъаэу Къумпъыл Мурат медицинэ юфышэхэу зышъхъамысъжъэу зипшъэрьлэ зыгъэцэкагъехэм янаугъохэм арысхэм зафигъэзагъ. Республикаем ипащэ зэрэхийгъэнэфыкъыгъэмкъе, псауныгъем икъяухъумэнкъи, экономикэхэмкъи, Адыгеим исхэмки пандемиер ушэтигъэшхо щытыгъ. Медицинэ юфышэхэм япсэемыблэжъыныгъе, ялэпэлэснэгъе, ялоф зэрэфшьыпкъехэм бэдэд ялтыгъягъээр.

«Тиврачхэмэр медицинэ сестрахэмэр чэчи мафи шъолъыр плъижъым

зэрэшылажъэштыгъехэр, ягупсэхэр альгъунэу ахэм амал зэрэмдэгъэр зэкиэмэ дэгъюо къэтэшэжжы. Ишпилэгъу псынкээм ибригадэхэм, рентгенолаборантхэм, студент волонтерхэм яшьыпкъэу юф зэршэштгэгъэр тыгу къэжжы. Авшээ бэдээ зэрэдафштгэгъэм нэмийкъе, ящыңыгъы, япсауныгъи ямыгупшигъехэр, ахэм япшъэрьлэх халлэлэу агъэцэдагъ. Аш фэдэ цыиф шалгъохэм, ялэласэхэм яшуагъэкъе чыпилэ къиним тыкыкыжын тлъэкыгъ.

(Икъух я 2-рэ нэклуб. ит).

Уасэ къыфашыгъ

Урысием и Президентэу Владимир Путиним иунашьокэ Адыгэ Республикаем ыцлэкъе Урысые Федерацием исенаторэу, Федерациемкъе Советым экономикэ политикэмкъе и Комитет итхъаматэ игуадзэу Хъопсэрыкъо Мурат къэралыгъо тынэу Зэкъошныгъэм и Орден къыфагъэшьошагъ.

УФ-м и Президент и Администрации ипащэ иапэрэ гудзэу Сергей Кириенкэм ар сенаторым къыритьжыгъ.

«Сыгу къыздэлэу сүфэгушшо Адыгэ Республикаем ыцлэкъе Урысые Федерацием исенаторэу, Федерациемкъе Советым экономикэ политикэмкъе и Комитет итхъаматэ игуадзэу Хъопсэрыкъо Мурат къэралыгъо тын льаплээр къызэрэфагъэшьошагъэмкъе. Хэбзэгъэуцуным ихэхьоньгъэ иахьышко зэрэхильхъяэм, аш чанэу зэрэдэлжъягъэм, ильсэйбэ юфшэним апае ар къыхагъяшыгъ.

Хъопсэрыкъо Мурат Адыгеим ихэхьоньгъэ тегъэпсихъягъэу бэ зэшүүхьыгъэр ыкыли ышшэрэр, мэхъянэшхо зиэ лъэнинь

къохэм — инфраструктурнэ проектхэм ялхырышын, къоджэ псэуплэхэм яхэхьоньгъэ, спортым ылпыгъэгүе егъэгъотыгъэным, студентхэм, Москва щеджэрэтиныбжыкъэхэр зэрэхэтхэу, адэлгэлэгъэным алэппльэ. Хэбзэгъэуцум илоффшэн иахьышко, зэрэхабзэу, республикэм къырихыжъэрэ юфыгъохэр УФ-м и Федеральнэ Зэлүкъе Федерациемкъе и Совет Ѣылхырыкынхэмий фэгъэхыгъ.

«Джыри за сүфэгушшо Хъопсэрыкъо Мурат ыкыли рэзэньгъэ гүшүэхэр фэсэгэзээх ти Адыгее пae мафэ къэс зэшүүхьырэ юфхэм афэш!» — къашитхыгъ икоциальне нэклубъохэр Къумпъыл Мурат.

Рэзэньгъэ тхылъхэр аритыжыгъэх

Медицинэм иофишэхэу Херсон хэкум и Геническэ район ипсэуплэхэм ашылагъехэу апэрэ медико-санитарнэ ялэпилэгъу цыфхэм язытыгъехэм шүхъасфтынхэр афэгъэшьошэгъэнхэм фэгъэхыгъе юфтхъабзэ АР-м и Правительствэ зычээт унэм тыгъуасэ щыкуагъ.

Адыгеим и Лышъхъаэу Къумпъыл Мурат ахэм закынтигъазээ къыуагъ юфшэнэу

агъэцэкагъэм, а районым щыпсэухэрэм ишпилэгъу зэрафэхууцэхэм, ялэпэлэснэгъэ ахэльэу япшъэрьлэх зэрэгэцэлгээ апае зэрафэрээр.

«Хэгъэгум и Президентэу Владимир Путиним пчагъэрэ къыхигъэштыгъ УФ-м ишьольырыкъе хъугъэхэм ашыпсэухэрэм апае Урысием фэлъэкынштыр зэкиэ зэришэштгэ. Шъори шъузэрэштыгъуазэу, Адыгеим аш фэдэ юфшэнэхэн иахь хешьхъэ, Херсон хэкум и Геническэ район ишуагъэхэгъэхээр бэ мэхъух. Лъэнэхъо зэфэшхъафхэм-

къе ишпилэгъур ятэты, псауныгъэм икъяухъумэн ахэм ээу ашыщ. Шышьхъэу мазэм партиеу «Единэ Россием» ыпкъ къикыгъе юфтхъабзэу «Псауныгъэм имэшшоу» зыфиорэм Адыгеим икыгъе врачхэр хэлэжьагъэх, Геническэ районым щыагъэх. Мэзищым къыкыоц нэбгырэ мини 10-мэ ахэр яплыгъэх ыкыли ялэзагъэх, аш щыщэу нэбгырэ 1300-р къэлэцьыкъуух, пстэумки операции 35-рэ ашыгъ.

Геническэ район сымэджээхим иврачхэм ялэуыкъе Адыгеим иофишэхэм яшуагъэ къагъэуагъ

медицинэ оборудование иным иоффшэн зыпкъ игъэуцогъэнимкъе, джащ фэдэу чыпилэ врачхэмэр сымаджэхэмэр пэлдэзигъэ шыкъиэм тетэу яшуагъе арагъэцкынымкъе», — къыуагъ Адыгэим и Лышъхъаэу.

Республикэм ипащэ къытотагъ хэгъэгум ишьольырыкъе хъугъэхэм ишпилэгъу Адыгэим аритырэр зыфэдэм фэгъэхыгъэ. Иэзэгъу уцхэмкъе, нэмийк медицинэ пкыгъохэмкъе Геническэ сымаджээхим яшуагъе рагъэкъы.

(Икъух я 2-рэ нэклуб. ит).

ЯЩЫІЭНЫГЪЭ СЫМАДЖЭХЭМ АФАТЫГЬ

(Икъех.

Мафэ къэс сымаджэхэм ахэтхэм узхэм ащаухьаныр къин мэхьу. Пандемией ильэхьан Адыгэим имедицинэ юфышэ мини 3,5-м ехъумэ коронавирусыр къязыгы, 18-мэ ядунаи зэрхъожыгъэр гукъеошко щыт. Тэри, тимедицини члэнгэшхо тфэхъугъ. Уигупсэ идунай зихъожыкэ гуузлыуэ зэхапшээрэр птезыхын зыльэкыщт гүшүэ щыэп. Ау сэ къасомэ сшюонгъор тиврачхэм лыгъеу къахэфагъэр егъашы зэрэцтымыгъупшэштияры. Зидунай зыхъожыгъыгъ врачхэм зэрэцыиф, зэрэлээсэ шыпкъэхэр къагъэлэгъягъ. Тэ ахэм тарэгушко», — къыуагъ Күмпил Мурат.

АР-м и Лышъхээ лыгъэ зезихъэгъэ врачхэм ацэ къыриуагъ. Ахэр республике клинике сымаджэшым иториноларингологическе отделение ипащэу, иврач-оториноларингологэ Боджэкью Адам, Мыекъопэ къэралыгъо технологическе университетын Иэзэнимкэ ифакультет идеканэ Хятхъоху Майе, медицинэ Иэпилэгъу псынкъэмкэ ыкы тхъамыкъагъхэм ахэфагъэхэм медицинэ Иэпилэгъу язъегъотыгъэнимкэ Адыгэ республика гупчэм ипащэу, иврачэу Олег Черниковыр ары. Коронавирусны пеуцужыгъэнимкэ ахэм псеемыблэжыныгъешо къизэрэзыхагъэфагъэм фэш ядунаи захъожь нэуж республикэм иапшээрэ къэралыгъо тынзу медалзу «Адыгэим и Щитхъузехь» зыфиорэр къафагъэшьошагъ.

Мыекъопэ къэлэ клиникэ сымаджэшым итерапевтическе отделение ипащэу, иврач-терапевтэу Марина Радионовами медалэу «Адыгэим и Щитхъузехь» зыфиорэр идунай зехъожь нэуж къыфагъэшьошагъ. Адыгэим и Лышъхээ пшьэрэль зэрэфишыгъэм тетэу АР-м псаунгырэ къэхъумэгъэнимкэ иминистрэу Мэрэтияко Рустем медалыр Маринэ игупсэхэм аритыжыщт.

Иофхъабзэм икъех республикэм ипащэ врачхэм яунагъохэм арысхэм адэгүшьагъ. Күмпил Мурат ахэр къыгъэгъягъэх якъелэцыкъухэм ягъэдэжэнимкэ ыкы иофшалыгъ къафагъотыгъэнимкэ республикэм ипащэхэр сыйдигуу Иэпилэгъу къазерафхъущхэмкэ.

АР-м и Лышъхээ ипресс-къулыкъу

РЭЗЭНЫГЪЭ ТХЫЛХЭР АРИТЫЖЫГЪЭХ



Сурэтыр: А. Гусев.

(Икъех.

Гъэмафэм Адыгэим изыгъэпсэфынгэхэм къэлэцыкъухэр ашылагъях, еджаплэхэм, къэлэцыкъу ыгыпгэхэм, чыыэ къызыкъу гъэм къыщуяблагъеу унхэм ягъэфэбэн епхыгъе иофхъабзэхэм ахэлажъях, чыгулэхъэм, инфраструктурэ, зэхакъутэгъе унхэр зыпкэ игъэуцожыгъэнхэм, къэлэцыкъу джэгупгэхэр шыгъэнхэм, санитарием ишагхъэхэм адиштэу иофхэр зэшохыгъе хъунхэм анаэ атырагъяты.

Джыри мэхъанэхшо зиэ лынныкъохэм ашыщ зышхъе къезыхъяжъэхъгъэхэм, къэкошыжыгъэхэм Иэпилэгъу ятыгъэнир. Волонтерхэр, предпринимательхэр, общественнэ иофшалыгъ, республикэм иорганизации зэфэшхъафхэр а лынныкъомкэ зэхажэрэ иофхъабзэхэм чанэу ахэлажъях, Донбассре Херсон хэкумрэ ашыпсэухэрэ алаекъагъяхшт шүшлэхъильхъэр гъэхъазырыгъэнхэмкэ адеэх. Джашаа иофшалыгъ дээ къулыкъу шэхъэхэй хэушхъафхыгъе дээ операцием хэлжэхъэрэхи адеэх.

«Талеки джахаа фэдэу тишүагъэ ядгъэцьицт, непэкэ Геническе районым шыиэ тимедицинэ иофшалыгъ эхийнэ атэтицт. Джыри ээ къынхэзгъэцьинэу сыйфай ахэм сыйзерафэрэзэр. Тэ ахэм тарэгушо, сэнххатэу хихыгъэм фэшьыпкъеу непэ иоф зышээрэ медик пэччь тифэрэз. Лынныкъо зэфэшхъафхэмкэ Иэпэлэсэнгыгъе ин зыхэль иофши

шэхъэр тисымэджэшхэм, типоликиникъхэм нахыбэу ашылжээнхэм тегъэпсихъагъеу Адыгэим бэ щызэшшуяхырэр. Аш пае ящыкэлэгъэ амалхэр эзкэ ядгъэгъотыщт. Сышыуфэльоо псаунгыгъе пытэ, щызэшшу шыуилэнэу, Адыгэимрэ тихэгъэгурэ ашыпсэурэ цыфхэм яфедэ зыхъе иоф къинеу жыгъэцакээрэ гъэхъэгъакэхэр щышшушихъеу шыуфесэо!», — къыуагъ Адыгэим и Лышъхээ.

Аш нэужым Геническе районым иофшашаарэ фэгъэхъыгъеу медицкэм къалтагъ, къынныгъо зэуталхэхэрэ, къадэхъхэрэри шыхъэхыгъеу къалуагъях. Псаунгыгъэм икъеухъумэнкэ а чыыплэ щыиэ учрежденихэм иоф адашэ, зэгуроныгъе ахэльеу зэсэнххатэгъуухэр зэдэлажъях.

Иофхъабзэм икъех Адыгэ Республика и Лышъхээ и Рэзэнгыгъе тхъльхэмрэ Адыгэим къэралыгъо гъэпсикъе илэ зыхъуягъем ия 100-рэ ильэс фэгъэхъыгъе нэпээлэп медальхэмрэ аратыжыгъях. Ахэм ашыщих: медицинэ Иэпилэгъу псынкъэмкэ ыкы тхъамыкъагъхэм ахэфагъэхэм медицинэ Иэпилэгъу ятыгъэнимкэ Адыгэ республика гупчэм игараж иавтомобиль иводителэу Азэшык Азэммат, Мыекъопэ къэлэ поликлиникэм иврач-терапевтэу, поликлиническе отделением ипащэу Анжелика Альпинар, Аптечнэ базэм транспорт-хызымет иофхэмкэ иводитель-экспедиторэу Хъакимыээ Пышмаф, Адыгэ республика къэлэцыкъу клиническе сымэджэшым иврач-травматолог-ортопедэу Кыкыл Рустлан, Мыекъопэ къэлэ поликлиникэм иврач-терапевтэу Шкелжэ Сэтэнай.

АР-м и Лышъхээ ипресс-къулыкъу

Къэралыгъомрэ цыфхэмрэ язэпхыныгъэ фэлорышэнэу

Социальнэ хъытыухэм ахэт пстэуми зэдэгъэфедэн алъэкырэ нэклубгъохэр къэралыгъо къулыкъухэм ялэнхэ зэрэфагъ ыкы ахэм иоф зэрэшашшэштим афэгъэхъыгъе зэхахь Адыгэим щыкъуагъ.

Ар зэхээзийгъэхэр Адыгэим шьольтыр эзэлэхъэныгъэмкэ ыкы хэхъоныгъэмкэ ифонд, АР-м и Лышъхъэрэ АР-м иминистрэхэм я Администрации, шьольтыр гъэлорышэнимкэ республикэм и пащэхэр сыйдигуу Иэпилэгъу къазерафхъущхэмкэ.

Хэбзэгъэуцугъеу къэралыгъо ыкы муниципальне къулыкъухэм, ахэм япхыгъэхэм ыкы хыкъумху Урысыем итхэм социальнэ хъытыухэм нэклубгъохэр къащызэуахынхэш, зигъо иофхъохэр къарагъэхъанхэу пшьэрэль афэзышырэм мы ильэсэм итыгъэгъээ мазэ и 1-м къыщуяблагъеу куачэ илэ хүгъе. Аш къыдыхэлтигъэхэрэ иофхъабзэу тиреспубликэ цызэхшагъэрэ мэфитүрэ куагъэ ыкы гъэсэнгыгъе шапхъэм ильэу зэхажагъ. Ар къызэуихыгъ АР-м и Лышъхъэрэ АР-м иминистрэхэм я Кабинетрэ я Администрации ипащэу Владимири Свеженец.

Зэхахьэм иалэрэ мафэ хэлжэхъагъэ Адыгэим цифре хэхъоныгъэмкэ иминистрэ игудзээ Михаил Семенцовыр, мысатыу организациеу «Диалог Регионы» зыфиорэр къэралыгъо пабликхэмкэ проектнэ иофшалыгъим ипащэу Илья Емен-

льяненкэр, мы организацием адреснэ зэпхыныгъэхэмкэ испециалист шхъялэу Александр Ковалевыр, Красногвардейскэ районым иадминистрации ипащэ Иэпилэгъу Екатерина Дидимовар.

Урысыем цифремкэ и Министерстве къытыгъ шьольтырэху къэралыгъо нэклубгъохэр анахыбэу къызэузыхыгъэхэмкэ федералын хэбзэгъэуцугъер анахэ дэгъо зыгъэцкагъэхэм Адыгэир зэрашчишыр. Джыре уахътэм республикэм ишьольтыр хэбзэ къулыкъухэм, чыыпэ зыгъэлорышэхъуягъе, ахэм япхыгъэхэм янжкубгъо 2023-рэ къызэуягъыгъ. Къэралыгъо пабликхэм ясистемэ организацье 719-м щыщэу 676-рэ епхыгъ. Нэклубгъохэм къарыхъэрэм идэгъуягъэхэм тишильтыр я 38-рэ чыыплэ еубыты къэралыгъом исубъект 83-мэ ашышэу. Мы иофшалыгъ эзшозыхыхэрэр ыкы зэхээзхэхэрэ шьольтыр гъэлорышэнимкэ Гупчэхэр ариш.

Адыгэимкэ мыш фэдэ Гупчэм ипащэу Къоджэшьэ Казбек къызэуягъэхэмкэ, иофшало зэшшуягъыгъ. Непэрэ мафэм ехъулэу Адыгэим иорганизацьеу къэралыгъо пабликхэм яшапхъэ итэу иоф зышэхэрэм япроцент 80-м нахыбээм ясоциальнэ хъытыухэм къэралыгъо тамгъэхэр атет, джыр пшьэрэльэу къэуцурэх къэбар гъэшшэгъонхэр къарагъяхъэхэрэ республикэм щыпсэ-

ухэрэх ахэм нахыбэу ахэгъэхъэгъэнхэр ари.

— Министерствэхэм, муниципальна псаунгэхэм, ахэм япхыгъэ къулыкъу хэм апае гээсэнгыгъе иофхъабзэхэр эзэхэтэшхэх социальнэ хъытыухэм нахэ дэгъо иоф зэрэдэшшэх фэм фэгъэхъыгъэу. Къихъацт ильэсэм мы лынныкъ тэркэ шхъялэшт, — къыуагъ Къоджэшьэ Казбек.

Зэхахьэм иофшалыгъ щагъэшшуягъеэх апэрэ республикэ зэнэхъокъоу «Къэралыгъо нэклубгъо анахь дэгъу 2022-рэ» зыфиорэрэм шатекуягъэхэр.

Лынныкъоу «АР-м икъэралыгъо къулыкъу икъэралыгъо нэклубгъо анахь дэгъу» зыфиорэмкэ апэрэ чыыплэ къыдээзыхыгъер Адыгэим псаунгыгъэр къэхъумэгъэнимкэ и Министерстве социальнэ хъытыухэмкэ администраторэ Жанна Кривых.

«АР-м чыыпэ зыгъэлорышэнимкэ иэнклубгъо анахь дэгъу» зыфиорэр зыгъэшшуягъэрэ Шэуджэн район гадаадаа иадминистрацием къикыгъе Сиху Бэл.

АР-м иеджаплэхэмкэ нэклубгъо анахь дэгъу зыгъэхъазырэу альтаатайгааэрээ Джэдже районим ит лъэпкъ культурэмкэ гупчэр ари. Администраторыр Екатерина Рыбкина.

Лынныкъоу «Спортымкэ нэклубгъо анахь дэгъу» зыфиорэмкэ къихагъэшыгъигъэрэ Бзаго Рустам, Мыекъуапе физическе культурэмрэ гупчэр ари. Администраторыр Анна Асеева.

«Ромашка» зыфиорэр иофшалыгъ Астанасия Котловар ари.

Псаунгыгъэр къэхъумэгъэнимкэ иситемкэ нэклубгъо анахь дэгъу зиэу альтаатайгааэр Адыгэ республика клиническе сымэджэшыр ари, администраторыр Мэхъюш Элл.

АР-м социальнэ ухъумэнимкэ инэклубгъо анахь дэгъу зыгъэхъазырэу къихагъэшыгъигъэрэ Беджэлд Оксан, аш къэралыгъо ыкы муниципальне фэофашэхэр афэзигъэцэхэрэ гупчэм иофшалыгъэр.

Гъэсэнгыгъэм исистемэхэр анахь нэклубгъо дэгъо альтаатайгааэр республика естественне-хисап еджаплэ иер ари. Ар зезишэрээр — Марина Игнатова.

Культурэм иучрежденихэмкэ анахь нэклубгъо дэгъу зиэу агъэнэфагъэрээ Джэдже районим ит лъэпкъ культурэмкэ гупчэр ари. Администраторыр Екатерина Рыбкина.

Лынныкъоу «Спортымкэ нэклубгъо анахь дэгъу» зыфиорэмкэ къихагъэшыгъигъигъирэ Бзаго Рустам, Мыекъуапе физическе культурэмрэ спортымрэхэрэ гупчэм иер ари. Администраторыр Анна Асеева.

Журналистхэм афэгушIуагъэх

Адыгэ Республикаан лъэпкъ 1оффхэмкъэ, 1экъыб къэралхэм ашыпсэурэ тильэпкъэгъухэм адиряэ зэпхыныгъехэмкъэ ыкли къэбар жъугъэм иамалхэмкъэ и Комитет ильэс къэс зэхищэрэ зэнэкъокъухэм якъеуххэр зэфихысыжыгъэх.



Комитетын итхаматэу Шхъэлэхъо Аскэр мыш фэдэ зэнэкъокъухэм мэхъэнэ ин зэрэлэр ипэубл гушигъэ къышы хигъэштигъ.

— Сэнаущыгъэ ин зыхэл журналистхэр тиIэх, ахэм япчагъэ джыри хэхонен туфай. Мигъэ Адыгейр зызэхашаагъэр ильэс 100 зэрэху-

гъэм фэгъэхыгъэ материал гъэшэгъонхэр къэштухыгъэх, къэжкугъэлэгъуагъэх, мобилизациими шъунаэ тет, ауджыри 1оффшэнэр нахь гъэ-

тынхэр анахь дэгъоу алтыгаагъ.

«Патриот» зыфиорэмкъэ Кошхъэблэ районым 1оффшэнэр «Зыкъ къэбарлыгъээс гупчэм» пшьэдэкъыжь зыхыре исекретарэу Болэкъо Риммэ итхыгъэ апэрэ чыпIэ фагъэшшошагъ, ятлонэрэ хъугъэ гъэзетэу «Единство» зыфиорэм иофшэнэр, социальнэ хытыухэм, сайтын иредакторэу Пхъэчышшэ Суандэ, тиофшэнэр Мамырыкъо Нуриет итхыгъэу «Псэр ашэ напэр ашфы» зыфиорэм ящэнэрэ чыпIэ кынфагъэшшошагъ.

Джащ фэдэу мы аужырэ ильэсхэм социальнэ хытыухэм 1оффшэнэр, ашкъэ пшьэрэхъэр зэрифшэшуашу шъюгъэцакъэх, — къынагъ Шхъэлэхъо Аскэр.

«Адыгейр — зэдтиун» зыфиорэм тъэныкъом тиофшэнэр Емтыйль Нурбый кыгъэхъязырыгъэ тхыгъэу «Огур ренэу орэкъаргъо!» зыцэл апэрэ чыпIэ къыхыгъ. Гъэзетэу «Майкопские новости» зыфиорэм ибозревателэу Александра Балабась ятлонэрэ чыпIэ фагъэшшошагъ. «Советскэ Адыгейм» ибозревателэу Валерия Врублэя ящэнэрэ чыпIэ къыхыгъ.

Теле-радиокъэтынхэмкъэ Тыгъужь Санынет, Хъакъунэ Заремэ, Нэгъэрэкъо Саниет якъэ-

ДЛЭКЬО Анет.

Нэшхъэй макIи гушIогъуаби хэлъыгъ

Тыгъэгъазэм и 13-м Адыгэ Республикаан и Лъэпкъ тхыльеджапIэ «Гупшисэ блэрыпс» цэу зыфашыгъэ усэ тхыль цыкъкоу Къэралыгъо телерадиокомпаниеу «Адыгейм» ижурналисткэу, Теуцожь Цыгъо имедаль кызыфагъэшшошагъэу Дышьэкл Хъабидэт ыкли Адыгэ Республикаан изаслуженнэ журналисткэхэу Тэу Замирэрэ Хъакъэмийзэ Сусанэрэ ятхыгъэхэр кызыдэхъэгъэ тхыльым ильэтегъэуцо щыагъ.

2021-рэ ильэсийн зэлофшэгъу-зэпхыгъэлэгъу бзыльфыгъищим ашыщэу Дышьэкл Хъабидэт идуний ыхъожьыгъ. Ныбджэгъум ишэжь агъельапIэу Сусанэрэ Замирэрэ япшьэшшээтигъэхээр мы тхыльым кыдэгъэхъэгъэнхэм дэлжьагъэх. Мы сборник цыкъкум Дышьэкл Хъабидэт иусэ зыгъузыпш ыкли ипесэу «Шүлтэгъу къабзэм ихъишь» зыфиоу ижьыре тхыдэр зылтапсэр кыдэхъагъэх.

Бзыльфыгъэ нэбгырищим щынэнгъэм хэллээр ашIеу ыкли ягупшигъэхэр, зэрэлжээхэр агъэунэфэу, усэнэмкъэ гъэзагъэу 1оффашыгъ, аш шыхыат фэхъу мы тхыль кышшо шхонтэ дахэу, ошьогу къабзэр гум къэгъэхъырэр.

Лъэтегъэуцор посэльэ кIэкл фабэкэ кызызэуихыгъ мэфэкъыр зыщикирэ Лъэпкъ тхыльеджапIэм иофшэнэр чанэу Кучмэз Аминэт.

Зигъо 1оффхъабзэм адигэ гушигъэр, адигэ тхыгъэхэр, лъэпкъ гупшигъэр зылобылымхэр хэлжьагъэх. Ахэр ежь Адыгэ телевидением иофшэнэр, тхыльым иавтор нэбгырищимэ нахь алоблагъэхэр, Дышьэкл Хъабидэт ипшьашьэр иклалэрэ ыкли хэкужьым бэшлагъэу къэзигъэзэжьыхи щыщ хъужыгъэхэу Мэшфешу Нэдждэт, Чэтэо Ибрахим, Едыдж Мэмэт, тхыльеджапIэм иофшэнэр, журналистхэр.

Тхыльым ильэтегъэуцо дахэу зэришагъ зэлтшашэрэ тележурналистиу Тэшь Светланэ. Аш мы хъугъэ-шэгъэ гуалэр япшьэшшээту, 1оффшэнэм эмьизэшьжэу, творческэ мэшшоча ин ашкъэ зыхэлтыгъэ Хъабидэт къызыхъугъэ мафэм (щылагъэм ильэс 56-рэ хүщтэгъэ) лъэтегъэуцор тьраглафи, ыцэклэ зэрээхашаагъэр цыфхэм къариуагъ, лъэуж нэфэу аш кыгъэнагъэм непэ зэрэрыгъэжьыгъхэр.

Автор нэбгырищим ашыщэу Хъабидэт (Тхээм джэнэт лъапIа кырет), ипшьашьэгъэ дэдагъэу Хъакъэмийзэ Сусанэрэ, Тэу Замирэ яцыфыгъэ хабзэ, творческэ гуфэшэнгъэшху яэр, яоф шхъалэу — журналистикэр рамыгъэкъоу, ежь

ягупшигъэ, ягущыгъэ зафэ тхыапэм охьтэ зэгъоц-гумэкъыгъо лъэхъаным зэрэргэгъэхэм, ябзыльфыгъэ шыкъэ-локъэ дахэхэм кIэкл С. Тэшьур къатегуущылагъ. Артистизмэгъэ ин хэльеу Дышьэкл Хъабидэт иусэ сатыр шьабэхэу, гульчээм къикыгъэхэм lypkIэу, афэсакъэу лъйтэнгъэу, гукIэгъоу фырягъээр къигъэхъэу Светэ къяджагъ.

Тхыльым Хъакъэмийзэ Сусанэрэ ягупшигъэ зыфиорэр цэ зэрэфашыгъээр, Сусани Тэу Замири ятэхэр зэрэсэккяуагъэхэр, аш ельтыгъэу ежхэммы мы лъэнэхъомкъэ сэнаущыгъэу ахэлтыр къызэрэлгъэшуагъэм Тэшьу Светланэ къэзэрэгүйгъэхэм анаэ тыратигъэдзагъ. 1оффым ыкли тхэн-усэнэм гумэкъыр зэрэлтирихырэр, угукIэ зыкызэрэуигъэгъотэу, шум узэрэшгъэгъуырэр Сусани Замири къауагъ. Апэрэмкъэ, атхыхэрэх хытыгъум зэрэргэгъэхъэхэр, ахэм яджхэрэхэр къызэрэфатхэштэгъэхэр къауагъ. Адыгэ усакъоу, Адыгэ тхыльеджапIэм иди-ректорэу Къуикъо Шыхъамбый нэбгырищим яусэхэр къыдэгъэкъыгъэхэр игьюу ытгъэгүй къызэрэджаагъэр, ежхэр аш фэдэ 1оффым егушигъасягъэхэу зэрэшмытыгъээр хагъэунэфыкъыгъ, ямуради къадэхъуугъ.

Ежь Къуикъо Шыхъамбый гушигъэр зынэсийм, дэгъоу ышIэрэ журналист бзыльфыгъэ нэбгырищим яусэхэр ыгы зэрэрихыгъэхэр, ахэр къызэрэрикъо дэдэ фэдэхэм, гупшигъэ куу ахэлхэу зэрэштихэр, Хъабидэт щээфэ 1оффшэнэр къызэрэштэгъэхэм, ихъупхэгъагъэр, ишэншылгъэццыфшигъэшуагъэм, джащ фэдэу, Сусани Тэу Замири творческэ 1оффшэнэхуу агъэцакъэрэм хотэу, ежь ягущыгъ, яшшош, яшыгъэнагъэ ильэлгъагъэ зэхашшэу ылтыгъат. Тхыльэу «Гупшисэ блэрыпс» зыфиорэр ипчагъэхъэ 200 хьюу Мыекъуапэ къышыдэхъыгъ.

Лъэтегъэуцор мызэу, мытюу, еклюу, зэкIэлтыкъоу, зэгъэзэфагъэу Дышьэкл Хъабидэт игүүгъ Сусани, Замири къышыдэхъыгъ. АР-м күлтурэмкъэ иминистре



игуадзэу, Адыгэ телевидением ильэсбэрэ 1оффшэнэр зылтэгъэхъэ, къэтын зэфэшхъафхэр зылтэгъэхъязырыгъэу Күшүу Светлани къэгушыагъ. Тыгъусээ къыбогтыгъэ бзыльфыгъэ гушубзыу лэжкакор пхэкъыжыныр зэрэкинир, аш дакъоу непи псам фэдэу аш игүүгъ зэрашырэр ахэм къыралотыкъыгъ, усэхэм къяджагъэх. Ахэм явторэрэу тхыдэр зылтэгъэхъязырыгъэу, нэмийк дунаеу зыдэхъафхэрэхъэм ишу щыфэбэгъонеу фалуагъ. Дышьэкл Хъабидэт гуэтныгъэшхо хэлээр иоффшэн зэрекуулэштэгъэр видеокъэгъэлэгъонеу зэрэгэлтирихъэхэм къышыдэхъыгъ.

Тэу Замири къызэрэриуагъэу, нэмийк цыфшигъэ бэшшагъэу зэрэхъязырыгъэу, усэхэм тхыльеджапIэм иди-ректорэу агъэцакъэрэм хотэу, ежь ягущыгъ, яшшош, яшыгъэнагъэ ильэлгъагъэ зэхашшэу ылтыгъат.

Мэшфешу Нэдждэт мэфэхъэхэм гушыгъэ фабхэр къышыдэхъыгъ, зэрихабзэу «Осыр къесы» зыфиорэр усэхэм хигъэтийхъэу, гум нэсэу къеджагъ, лъэпкъимкъэ бзэм имхъанэ зэрэинири ашкъэ къигъэхъыгъ. Лъэтегъэуцор гушигъэр къышыдэхъыгъ Чэтэо Ибрахимэрэ Едыдж Мэмэтэр.

Усэ сборникым къыдэхъэгъэ бзыльфыгъэ-авторищэу Хъабидэт (Тхээм джэнэт кырет) ыкли Замирэрэ Сусанэрэ зэфэдэу агъагбээ, адыгэ литературэм, адыгэ шэн-хабзэхэм ыкли цыфыгъээдэбым, лъэпкъ гукIэгъу-шүлтэгъумы мы усэ тхыльыжыемкъэ хэхъо ин фашшыгъэу зэралтынэрэ къагъэтхыгъ. Лъэтегъэуцор хэлжьагъ музикант-орэдьоо лэпэлэсэу Нэгъой Заур ыкли мэжэмэ зэкIэубытэгъэ нэшхъэир къамылым къыригъэуагъ.

Зэлтшашэрэ артист-орэдьоо Бытштэко Азэмэт игуалэрэ, Хъакъэмийзэ Сусанэрэ игүүшүэхэм арьльэу «Адыгэ пшьашь» зыфиору ежь мэжэмэ зыфишигъээр ыгыжынчыгъ, цыфхэрэ Iэгү фытеуагъэх. Хэти зэрильэхъэу ыбзэ, ихабзэ, инамыс ылхуумэмэ, лъэпкъыр зэрэптиштийр ыпкъыр ыпкъырэхъэу ыпкъырэхъэу тхыльым ильэтегъэуцор гушигъэшхо хигъэшшэу, фабхэр голоу, нэшхъэй маки, гушогууби хэлжьагъ. Зэфэгумэхъижь-зэрэлтийтэр къигъэшшэу, фабхэр голоу, нэшхъэй маки, гушогууби хэлжьагъ. «Гъогу маф!» тхыльыкъэм фалуагъ, зэгъусэ авторхэм яшуу къятэжынэу афалуагъ.

МАМЫРЫКЪО Нуриет.

Тыгъэгъазэм и 18-р — граждан Iофхэм язытет тхыгъэнымкIэ (ЗАГС) къулыкъухэм яIoфышIэхэм я Maф

«Гъырэм тыдэгьы, гушлорэм тыдэгушло»

Граждан Іоффхэм язытет тхыгъэнымкіэ отделэу Адыгэкталэ щылэм мэфэкъым ипэгъокіэу теблэгъагъ. Мыщ ипащэу Цопсын Бэлэрэ аш илэпьїэгъоу Цуекъо Маринэрэ нэгушшоу кытпэгъокыгъэх.

Бэлэ отдельтм зипащэр ильэси 9 хүущт. Урысын юстици-емкэ и Министерствэ и Гъэло-рышлэпэ шыхьеэ Краснодар краим щылэм лэнэтлэ дэгьоу щырилагьэр ыгъетыльи, бзыль-фыгъэр мыш къеклохынэу хууль э ыки кіэлжохыгъэп.

диштэу тхыгъэнхэр ЗАГС-хэд афэгъэзагь. Сабыир къызын хъурэм къыщегъягьэу цыфым идунай зихъожырэм нээмыхэр лъэгльэх. Къэралыгъо гъэпсыгъэным, цыфхэм яфиты ныгъэхэр ыкчи яшлонгынгъэхэд къеухумгъэнхэм ЗАГС-м исл

— Йофэу пшээрэр угу римыхы зыхъукэ, гухахьо хэбготэштэп, — кьеулы Цопсын Бэлэ. — Мыш сыкызыэрэктожыгъэм сырыкігъожьэу зы мафи кыхэкыгъэп, сыда помэ сицыкльом кыщегъэжьагъэу ЗАГС-м йоф щысшэнным сыкіхъопсыщтыгъ. Мыш йоф щыпшэнным пшъэдэккыжышишо пыль, пшъэрьш шыхьаалэр — хэбзэгъэуцу гъэм диштэу граждан йофхэм язытет тхыгъэнэйр, цыфхэм яфитыныгъэхэр ыкыя яшлонийныгъэхэр къэухумэгъэнхэр ары. Йовшэныр анахьэу зыфгэгъэзагъэр цыфхэр, ахэм ящыгъеныйр ары. Тыгу изы Iахь цыкly нэмыгъэми кытэуалгэхэрэм алтыдгъэгэсниэу щыт. Сишэнкэ цыфхэм йоф адэсшэныр, гүшгэгъу сафэхъуныр сиклас.

Къэухумэгъэнхэрээ иго м ишфышэ пепчт илахьшту хэлэ.

— Бэрэ къыхэкы цыфхэм зэрэштымгэжжыр къэзыушхыа тыре тхыльыр ыхыжжынэу зы шхъэгүсэр къызыкоктэ, чадырынчьеу «мы чыплем дахээ тышцэзгүатхэгъагь, тикилэ къын зэхжум свидетельствэр кыщын татыгъагь» зылохэрэр, — кьеула тэ Бэлэ. — Аш фэдэ уахьтээ ЗАГС-м иофиши щэлагь кызхигъэфэн, цыфхир зыгъэлэсэн гүшгэгъэхэр кыифигъотынхуудаа. Зигупсэ чээзынаагъэхээ ямызакъоу, зиунагьо зышлоктээ дыгъэхэри кытэуалгэх, бэм яунэгьо шээфхэр кытфалуатээ. Ахэм ягукаехэр адэбгощын зыштый гүшгэгъэхэр къафэгбготынм мэхъанешхо ил. Зэхэкыжьоу зышлонгьюу кытэуалгэхэрээ тазыдэгүшгээкти, ашыщхээ

ЗАГС гүшүээр зызэхэтхыкээ, джэгур, къэзэрэцхэрэр, унэгьшэнээр зэй шыхэм къехъэх. Ежь отдельм ипачи ныбжыкэхэр зэгуйтхэнхэр нахь ыгуу рехьы. Ахэм ягушуагьо адигощыныр, янасып зэхэль хуунымкэ ишшуагьэ къызырькюрэм рэгушхо ыки къэзэрэцхэр пэпчь унэгьо зэгурьлохъяа, щыненгьэ къыхъэ къызэлакумэ шлонгъу.

Гасырдот ушынгээ, ашынгээ кэлэжьожыхэу къыхъэх.

Къиним гушуагьор готээ зэдэклох. Граждан юфхэм язьтет тхыгъэнымкээ отдельм илофышэхэр зэрэпсихологхээ даклоу сценаристых ыки гъэццааклох. Сыда помэ, къэзэрэцхэрэр зэгүатхэхэе в ильсэсбийн къызэдээзыгъяшгэхээм афзашуагьо зыхыкэ къафаалошгүү гушуагьо фабэхэр ежхэм атхын.

Ау, а пшъэрыйль закъор арэп мыш щагъэцаклэрэр. Йоффхэм язытет лъэныкъуи 7-мэ афэгъэзагъэу ЗАГС-м щатхы: сабыеу къэхъухэрэр, зидунай зыхъожьхэрэр, къээрэцхэрэр, зэхэкъяжхэрэр, сабый зыпунэу зыштэххэрэр, ятэ зэрилэр гъенэфэгъэныр, цээр зэблэхъугъэныр. — ЗАГС-м йофф щыпшлэныр

— О, С. М. юрьшилтээр мэфэк зээлтэй бэхэм къащхыу, — elo ильяс 14 хүгъэу мы отделым Ioф щызышлэрэ Цуекъо Marinэ. — Ay ар зэрэштыр нэмыхи шыыпкъ, ти Ioфшэн ekkolлekкэ пъэнэфаръе, пшъэдэ-къыжь ин фыуиэн, аш dakлоу хэбзэгъеуцугъэхэм ахэпшыкын, гултытэ чан пхэлтын фае.

Шыыпкъэ, цыфым ищылэнүүгээ мэхъянэ зиңэ хъугъэ-шлагъэу хэхүүхъэхэрээр хэбзэгъянуулгын

фэзгээрэлсынк!агъэхэм аялж
Үрсүүлэх и ЗАГС-хэм якулы-
күхэр системак!эм зэрэхтэхъа-
гъэхэр — Зык! къэралыгъо
реестрэ (ЕГР) щы!э хуугъэ.
Тхапэм тетхагъэу аялгыгъе
документхэр зэк!э электроннэ
шык!эм ралхъягъэх. Аш ишуа-
гъэк!э федеральнэ базэ щы!э
хуугъэ. Гүщү!эм пае, цыфрым
документ горэ шлокодыгъэмэ,
ар кызыцшыратыгъэгъе отдельным
клон ишкү!эгъэжьэл, зыштыгсэурэ
чылг!эм щы!э ЗАГС-м иотдел
кызыцдихыжын ыльэк!ыщт.

Унагъом ыкің къэзэрәшчәнхәм янинститут гъэптигъеңым фэгъэхъыгъе һофшәнәу ағъәцакәрәм Цопсын Бэлэ къатегуышы 1999, граждан һофхәм язытет тхыгъенүмкә отдельым икыгъе ильесым пстэумкї акт 776-рэ, мы ильесым имээ 11767-рэ зэратхыгъэр къыхигъэшыгъ.

Сыд фэдэрэ лъэхъани унагъом имэхъанэ зэхъокырэп, ары цыфыр насыпышо зыщыхъурэр.
— Сынгэлжээ унагъошчаным

— Сыдигъоки унэгъоштэним мэхъанэшхо илэу щыт, — къеяутэ Бэлэ. — Хэзгъэунэфыкы

19-рэлээ. — Хэзүүнэфүркүү
шшоогийн тиньжбыжык! Эхэр ми
лофим ажлыгээ хэлжээ къекуя-
лэхээ зэрхэхүгээр. Ар къэзы-
ушыхыатыхэрэм ашцыц къээрэ-
щэхэрэм аныбжь ильэс 23-м
шшокыгъеу ильэс 30-м нахь
къекуулалеу зэрэштыр. 2021-рээ
ильэсийн унэгүүни 120-рээ зэгот-
тхагь, 67-р зэхэкйыжыгь. Дэлх
мы ильэсийн имээз 11 шштэмэ,
къээрэшгэхээм яичьагээ на-
хыбыэ хъугьэ — унэгүүни 158-рээ,
джааш фэдээ зыки къыхэмькы-
гъаа зэхэкйыхыатыхэрэм яичьаги-

ТҮЭУ ЗЭХЭКҮЙЖЫХЭРЭМ ЯЛЧЫА БИ

льэшэу хэхьуаг – 99-рэ. Хэтки шъэфэп, а зэхэгчийхээр нахыбэ зык!эхьуугъэр күлэццы-клюхэм апае къежьэгъэ ахьщэтынхэр ары.

Гушуагъорэ насыпыгъэрэ унагьом кызыльхъэрэр, лъясэр зыгъэптырээр сабыир ары. Гүшүйэжкым къело: «Сабыим насыпир къыдэкло». 2021-рэ ильясым Адыгэкъалэ и ЗАГС сабый 275-рэ щатхыгъ, даащ фэдизмэ ядунаи ахъожыгъ. Тызыхэт ильясым мээз 11-м сабый 237-рэ къэхъуль, а уахтэм къыкъоц нэбгырэ 234-рэ дунаим ехижьыгъ. Цэ гъашэйонхэри непэ афаусых: Аиша, Айза, Линара, Нарт, Манвел, Амирхъан, Джантемыр...

Унагъор, зэшъхъэгъусэхэм

гүфэбэнгьээу азыфагу илтыр нахь пытэ хъунхэм афешл иофтьэбзэ зэфэшхъяфхэр ЗАГС-м илофышлэхэм Адыгэхъалэ щизахшэх. Унэгьо ныбжыкілэхэр зыкыныгьэм фэцгэгъэнхэм фэгъехыгьээ зэхэхээ гьэшлэгъонхэри рагъеклокыих.

Хабээ зэрхьхүгьеу, ильэсцы-
клем агуу къеххүгье сабыйхэм
ятыхъильжэр мэфэки шыким тетэу
ны-тыхэм аратыжбы. Цопсын
Бэлэ къызэри угажэмкэ, жьо-
ныгъуаклэм и 15-м, унагъом и
Дунэе мафэ төфөу, зэгүрьохэу
ильэсцыбэ къызэдээгъэшлэгъэ
зэшхъягтусэхэм афэгушлох.
«Унагъом иджэныкъо машло»
имафэ епхыгъеу Адыгэкталэ
хэхъэрэ псэүпэхэм яадмини-
страциежэм ялтыклохэр ЗАГС-м
иофышэхэм ягъусэхэу куль-
турэм и Унэ мэфэки тофхъаб-
зэшко щызэхашэ. Анахь мэхъянэ
зилэ мэфэки «Ным и Мафэ»
игъэкотыгъеу хагъэунэфыкы-
хэрэм ашыц, сабыибэ зыгурэ
ныхэр рагъэблагъэх, афэгушлох,
агъэлъаплэх, шүхъафтынхэр
афашых.

Граждан 1оффхэм язытет тхы-
гъэнымкэ отдельим ипащэу
Цопсын Бэлэ мэфэктымкэ 1офф-
шэгтүхэм гүшүэ фабрхэр афи-

— Тисэнэхъат епхыгъэ мэфэктымкэ сыгу къыздэлэү сышу-фэгушо! Шызфэгээзэгъэ тофшатныр щитхуу хэльээр жүүгэцэклэнэу, псауныгъэ пытэ шьуй-лэнэу сышууфэлтэй! Къэралынгъом лялapse фээшишыре унгэбьо пытэхэр нахыбыез төрэлэх, ахэм күлэццыкly насыпышлохэр бэү изарчын чухал!

ІЭШЬЫНЭ Сусан-



ҮПСАУНЭУ УФАЕМЭ



КЫМАФЭМ ПКЬЫШЬОЛЫМ ІЭПЫІГЬУ ИЩЫКІАГЬ

Ильесым исыд фэдэрэ уахти дэхагьэ горэ хэль, кымафэри бэмэ яклас. Ау гумэкыгью ащ кызыдихырэри маклэп. Ахэм ашыщ кымафэр кызэрхьэу тисауныгъэ зэшыкъоним ишынагьо нахь зэрэзехатшэрэр, зэпахыре узхэр жуупгэу кызэрежьэхэрэр.



Пкьышьолым куачиу хэлтым кымафэм кыщэкіэш, цыфыр псынкіэу пшьэу, зимыгъечьыекіэу, чэфынчьеу мэхь. Специалистхэм кызэрхагъэшырэмкэ, мыхам афэдэ нэшанэхэр шьуйиэхэу гуцаф шьушыгъэмэ, пкьышьолым іэпүгэйу ишыкъагь, ащ ыкыучэ хэжүгъяхьон, шьунииммунитет жуугъэптиэн фae.

Иммунитетым кыкырэр зэкими ашэу кытшоши — пкьышьолыр вирусхэм, бактериехэм, грибок зэфэшхяфхэм защиухумэн куачиу илэр ары, псауныгъэр ащ бэкэе ельтигэй. Еджалім кыщыублагьэу тэши иммунитетир тлоу зэрэзетефыгъэр, цыфым ежь кыдэхьугъэу илэр («врождённый» зыфалорэр) ыкы эригъэгьотын ыльягъигъэр («приобретенный»). Алерг генетикескэу щит, зэблэхьун птээкытшт, цыфым ар кыдэхьугъэмэ, узхэр псынкіэу «кыепкыхэрэр». Ятлонэрер цыфым узэу пэктэгъигъехэм, при вивкхэм кытээзэе пкьышьолым кызэлокэ, ыкыучиу мэхь.

✓ Иммунитетыр кымафэм сидэущтэу къенітэн пльекынта?

Мы упчээм специалистхэм джэуапэу кыратыхэрэм ашынхэу нахь кызэрхьохэм, нахь лэрифэгхьуу нэбгыре пэпчэ амал зыфхьущтхэм шьуащыд гэгьуазэ тшоигын.

Гъомылапхъэ-хэм якъыхэхын мэхъянешхо и!

Цыфир зэрэшхэрэм, ыгъэ федэрэ гъомылапхъэхэм бэкэе ялтыгъ ащ изытет, куачиу илэр. Иммунитетир къэзыгъетын,



ыкы псы кызэрхьо ары. Етлани гъашэгъоныр псым бэу уешон фaeу кызэрхагъэтхырэр ары. Пкьышьолым куачэ илэнимкэ лэшэу федэх лимоныр, имбирыр, бжыныфыр,



къебескэ гъашоугъэр, къэбыр. Гъомылапхъэхэм ашынхэм иммунитетир кырагъэйхы, арыш, ахэр нахь маклэу цыкыни ини агъафеднхэ фae. Ахэм ахажхэх фастфудхэр, газ зыхэт псыр, ышлы-ышуухэр.

✓ Мы чыпгээм джыри зыльэнкъо шъуна! тэшьодгъадзэ тшоигын: зыхээгъекы, оды зызыи! зыши! охорон: кымафэм ащ фе-

мыжъэхэм нахьин! *юу медицинэм илофын! Ихэм кыхагъэцы, пкьышьолуу зык! Уачи! Кыщык! Эрэм нахь лэшэу шууягъэ-кынним фэи!*

Жы къабзэм нахьыбэрэ шъухэт



Шыпкъэ, ащ псауныгъэмкэ лэшэу ишуагъэ кызэрхэклю-щтыр тэшэми, бэмэ ар агъэцакіэу пфэтощтэп. Непэрэ щылекіэ-псэукэх эхъягъяа аш фэдэ амал маклэ зэртигэр. Иофышэ икыжыхэрэр псынкіэу унэм зэрэнсажыкъишхэр ары, анахьэу унагьо зилэ бзыльфыгъэр, зыптыхэр, хульфыгъэхэм янахьыбери ащ дэшхыхаах, диваныимрэ телевизорыимрэ ахэри дахыхых.

Жы къабзэм ухэтиныр пшхьапэ къодын, псауныгъэм ишыкіэгъэ дэдэу щит. Зы сажхатрэ къэпкхъэмэ, пкьышьолым «зеужыжы», куачэ кыхэхь, жыкъяащэнир нахь ишэх мэхь.

Цыфым жы къабзэ кызэрищэрэм, ар зэришыкагъяа фэдэу унэу узэрьсими мафэм зытло-зыщэ «жы къебгъяа» зэрэфаар зыщыгъяаупшэ хуу-щтэп.

Игъом зыбгъэпсэ-фын фae

Чэшым цыфир зэрэчьеирэм (дэгьоу мэччияя, бэрэ къэуща, хэмччиешьура) бэ ельтигъэр. Пкьышьолым зызэригъэпсэфырэм имызакью, ащ узхэм защиухумэн ылъякынымкэ, иммунитетир къемыяхынымкэ, мэхъянешхо ащ ил.

Шэныгъэлэххэм кызэрхэмкэ, пэтхуу-утхуум, птээр-стэр узым защиухумэн, кымэфэ «хандра» зыфалорэм узэллимыубытын алае игъом угольфыжын, дэгьоу зыбгъяаекын, пкьышьолым зебгъяаэпсэфын фae. Тэрээу мыччьеирэм цыфым



ыкыучэ псынкіэу кыщык! зуублэ. Мэфэ заупэрэ арэущтэу зытешэкіэ, вирусыр «кыппыр-кіэним» ишынагьо хэхь.

Шэныгъэлэххэм кызэрхагъэшырэмкэ, чыленымкэ анахь охтэ дэгьур чэшым сыхьатыр 11-м кыщыублагьэу пчэдыхым сыхьатыр 7-м нэс. Ау нахьыжэу укээтэджын фaeу щитмэ, сыхьатыр 10-м блэмыкіэу угольфыжын фae. Цыфир сыхьати 7-м кыщымыкіэу чылен фae пкьышьолым ыкыучэ зэтэуцожынным фэш. Зыгъэпсэфыгъо мафэхэм чывер изыгъэкъужынэу зылхэрэр хэуукъо, мафэ къэс игъом угольфыжынэу, ишыкъагъяа фэдээр учыненэу зебгъасэмэ нахьышү.

Пкьышьолыр псыхъэгъэныр

Ар мышшэхэу зытыйтэхэрэми адемыгъэштэнэу щитэп, ау псауныгъэмкэ шуагъэ кызыз-



рихырэр гъэнэфагъэ. Щылэнгъэм кызэригъэльгъяафырэмкэ, «моржевание» зыфалорэм пыльхэм иммунитет дэгьу зэрээм ишуагъяаэ пэтхуу-утхуум, птээр-стэр къятуцкырэр.

Лынтифэхэр гъэлэгъэнхэмкэ, иммунитетир къэпэтинымкэ «контрастный душ» зыфалорэм нахь шуагъэ кыхэу щымы! ары специалистхэм кызэрхагъэшырэр. Псы чын-иэрэе псы стыримрэ зэблэхьунхээ пчэдыхыж къэс зыбгъэпсэфын эшлэгээ, иммунитетир зэрэ-



Нэкүбгъор зыгъэхъазырыгъэр ЖАКІЭМЫКЬО Аминэт.

пытэцтим имызакью, ори мэфэ псаум кочэ дэгьу уиэштэу ары ахэм алорэр. Ачи зебгъасэмэ, псауныгъэмкэ шуагъэ кызэрхагъыщтыр нафэ.

Ащ изакьоп, косметикэм ыльэныкъоки шуагъэу пыльхэм кыхагъэшы: цэллюлит умынэ-нимкэ, шьор зэлъагэ мыху-нимкэ ащ фэдэ зыгъэпсэкъокиэр іэпүгэшшоу альтыэ.

«Контрастнэ душым» шо-кынэу, лыкылотэнхэу фаехэм специалистхэр упчэхъэгъэгъу ашынхэ фae япсауныгъекэ «моржеваниер», мылыпсыр зыткэгъэнэир къякушт-къамы-куштим ехыгъэу.

Мы зигугуу къэтшыгъэ амалхэр пстэуми агъэцэкіэн альэкынэу тлорэп. Ахэм зафэгъэхъазырын, зафытебгъэпсыхъан, тэубытагъэ уиэн фae. Арыш, нахь кызэрхыкъо шык-кіхэр кыхээхъыщхэр нахьыбэштэу тшоши. Ахэм ашыщих пчэдыхыж къэс такыкы 10-м зарядкэ пшыныр, къэчыхынаныр, хамамэм укынэир. Специалистхэм кызэрхагъэшырэмкэ, пкьышьолыр лэшэу бгээ-плынным, пэхъэ стырим ухэсийн иммунитетым игъэ-птиэнкэ яшогъэшхо къеко.

Шыгук! Шыурэхъатынным шъупыль

Цыфир бэрэ губжэу, гумэ-кіэу, мырэхьат зыхъукъэ, им-мунитет нахь хыбэй мэхь.

Шэныгъэлэххэм зэрэгзүнэ-фыгъэмкэ, цыфир бэрэ шхыхэрэм, гушор зынэгу кэлххэм «гормон счастья» зыфалорэр (эндорфин) апкышишьол хэл мэхь, ащ иммунитетир къеэты.

Шыурэхъатынным, шыгупсэ-фынным пae мэхъэм дахэхэм, анахь шыгу рихыхэрэм шуя-дэу, ау мыльш дэдэу.

✓ Зыщышьумыгъэгъупш: тутынным, ильон пытэхэм иммунитетир рагъэлхы, пкьышьолым ыкыучи! кыща-гъак! зуухэм азу-цужыныр нахь къин кыщэхь.

Сымэджэнэу зыпари фae. Ащ пae тииммунитет дгээлтиэн, пкьышьолым іэпүгэгъу тыфэхъун фae. Врачхэр упчэхъэгъу шьушых, прививкхэм, вак-цинхэм защищуумызь, шу-лхэр бэрэ шутхъакъы, тэрээу шьушх. Лъэхъаным кытырэ амал пстэури жуугъэфедэ шуи-псауныгъэ къэшуюхъумэнным фэш.

Самбо

ЯЩЫТХҮҮЦЭ ХАГЬАХЬО

Кыблэ шьолтырым самбэмкэ изэнэкьюку Ермэлхаблэ тыгъэгъазэм и 13 — 15-м щыкүагь.



Бзыльфыгъэхэр, хульфыгъэхэр якупхэм ахэтхэу апэрэ чыпэхэм афэбэнагъя. Адыгэ Республика михашыпкыгъе команда медали б кыдиҳыгъ.

Нащэ Расул, кг 71-рэ, апэрэ чыпэхэр кыфагъэшьошагь. Тре-

нерхэу Джарымэкъю Рустамэкъю Азмэтрэ илашх. Бат Аскэр, кг 78-рэ, дышье медаль кыдиҳыгъ. Тренерхэу Джарымэкъю Рустамэкъю Хыабый Байзэтрэ агасэ.

Лъэустэнхаблэ щаптугъ Ека-

терина Соловьевам, кг 80-м къехъу, апэрэ чыпэхэр кыфагъэшьошагь, тренерхэу Нэнъижъ Байзэт. Кыхэдъяшты тшонигъу Екатерина Соловьевам мыгъэ Европэм ятлонэрэ, дунаим апэрэ чыпэхэр самбэмкэ къазэрэшихыгъэр.

Нащэ Расул Европэм иныбжыкъэхэм самбэмкэ язэнэкьюку дышье медальр кышидихыгъ. Тэхутэмкыуа щыщ нарт шаом Ермэлхаблэ хульфыгъэхэм язэнэкьюку щыкүагъэм апэрэ чыпэхэр кызэрэштидихыгъэр бэмэ агъешгъуагь. Ильэс пчагъэкъ нахыжъжем Р. Нащэр атекиагь.

Кобл Рэмэзани, кг 58-рэ, Европэм иныбжыкъэхэм самбэмкэ язэлукъэгъухэм апэрэ чыпэхэр кыашихыгъ. Хульфыгъэхэм язэнэкьюку щыкүагъэм апэрэ чыпэхэр кызэрэштидихыгъ. Тренерхэу Джарымэкъю Рустамэкъю Азмэтрэ нарт шаор агасэ.

Четыржъ Нурбый, кг 71-рэ, яцнэрэ чыпэхэр кыхыгъ, тренерхэу Джарымэкъю Рустам, Хыакъуй Амир, кг 79-рэ, джэрзыр кыфагъэшьошагь. Тренерхэу Делекъо Адамрэ Гъомлэшк Алыйрэ илашх саамбэр ишызэнгъэ щыщ хуунэу зегасэ.

Хульфыгъэхэм, бзыльфыгъэхэм язэнэкьюку тибэнаклохэр чанэу хэлэжьагъэх. Тиньбжыкъэхэм ясэншыгъэ кызызлахын фэш! егъэжъепшүхэр ашыгъя, — кытигуагь Адыгэ Республика михашыпкыгъэр.

Хагъеунэфыкъирэ чыпэхэр кыдээшхыгъэхэр Урысъем икэх зэнэкьюку ю калэу Пермь 2023-рэ ильэсэм мэзаем щыкъоштым хэлэжьэштых.

Сурэтым итхэр: кг 78-рэ къэзышчыхэрэм якуп хагъеунэфыкъирэ чыпэхэр кызызлахыгъэхэр, тренерхэу.

Зэхээшагъэр ыкъи кыдээзэгъэхъирэ:
АР-м лъэпкъю Йоххэм-къэ, Іэкъыб къэралхэм ашыпсэурэ тильэпкъэгъухэм адыярэз эзпхынгъэхэмкъэ ыкъи къэбар хъугъэм иамалхэмкъэ и Комитет
Адрессыр:
385000
къ. Мыекъуапэ,
ур. Крестьянскэр, 236

Редакциер зыдэшылэр:
385000,
къ. Мыекъуапэ,
ур. Первомайскэр, 197.

Телефонхэр:
приемнэр:
52-16-79
Редакцием авторхэм къаихырэ А4-къэ заджэхэрэ тхъапхэу зипчагъэхъэ 5-м емыхъхэрэр ары. Сатырхэм азыфагу 1,5-рэ дэлгээу, шрифтыр 12-м нахь цыкъунэу Ѣытэп. Мы шапхъэхэм адимыштэрэ тхъгъэхэр редакцием зэкигъэжъокъых.

E-mail: adyvoice@mail.ru

Зыщаушхъятыгъэр:
УФ-м хэутын Йоххэмкъэ, телерадиокъэтынхэмкъэ ыкъи зэлъи-Іэсикъэ амалхэмкъэ и Министерствэ и Темир-Кавказ чыпэ гъэлорышам, зэраушхъятыгъэ номерыр
ПИ №ТУ23-00916

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

Зэкіэмкі
пчагъэр
4654
Индексхэр
П 4326
П 3816
Зак. 2245

Хэутынным
узышыкъэтихэнэу
щыт уахътэр
Сыхъатыр
18.00
Зыщыкъэтихъэхъэ
уахътэр
Сыхъатыр 18.00

Редактор шхъялэр
Мэшлэкъо С. А.

Редактор шхъялэм
игуадзэр
Тэу З. Дз.

Пшъэдэкъыж
зыхъыре
секретарыр
Тхъаркъохъо А. Н.

Гандбол. Суперлигэр

«Ошъутенэм» щешлэцтых

«Кубань» Краснодар — «АГУ-Адыиф»
Мыекъуапэ — 40:23 (23:10).
Тыгъэгъазэм и 12-м Краснодар щызэлукъагъэх.

«Адыиф»: къэлэпчэштхэр: Якупова, Баскакова; өшлаклохэр: Краснокутская — 2, Никулина — 1, Кириллова, Колодяжная — 1, Морозова — 4, Мещерякова, Вигуржинская — 1, Кузцевалова — 3, Казиханова — 1, Голунова, Дворцевая — 5, Краснова — 5.

«Кубань» къыхэштыгъэхэр: Шавман — 6, Морозова — 5, Лебедева — 5.

«Кубань» теклонигъэм нахь фэхъязырэу ёшлагъ. Мыекъуапэ щаптугъя, Урысъем гандболымкъэ иныбжыкъэ хэшшыпкыгъэ командэ хэтхэу А. Морозовар илэпээсэнгъэхэр «Кубань» къыхэштыгъ, зыщагъэсэгъе гандбол клубэу «Адыифым» икъелапчъэ Ѣогогьи 5 Ѣгуаор дидзагъ.

Тыгъэгъазэм и 17-м «Феникс» Китай, и 19-м ЦСКА Моск

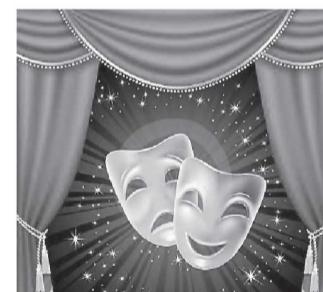
ква «Адыифыр» алукъэшт, ёшлагъхэр спорт Уншшоу «Ошъутенэм» щыкъоштых, — кытигуагь клубэу «Адыифым» итренер шхъялэу, Урысъем изаслучженэ тренерэу Александр Ревве.

Чыпэхэр

1. ЦСКА — 36
2. «Ростов-Дон» — 30
3. «Астраханочка» — 25
4. «Лада» — 24
5. «Звезда» — 20
6. «Кубань» — 17
7. «Динамо» — 17
8. «Ставрополье» — 14
9. «Университет» — 12
10. «Феникс» — 9
11. «АГУ-Адыиф» — 4
12. «Луч» — 4
13. «Балтийская заря» — 2.

Шъукъеблагъэх, шъуяппл

Лъэпкъ театрэр, уахътэр



Адыгэ Республика михашыпкыгъэр Цэй Ибрахимэ ыцэ зыхъырэм къэгъэльэгъон гъэшлэгъонхэр тыгъэгъазэм и 20 — 22-м щыкъоштых.

Дэрбэ Тимур ытхыгъэм техыгъэ спектаклэу «Шыу маффэр» тыгъэгъазэм и 20-м театрэм къышагъэльэгъошт. Режиссеры Емклюж Андзор.

Мамый Ерэджыбэ ильесэу «Псэлтыхъохэр» жыс хуурэл. Адыгейим иартист цэрыгохэу Зыхъэ Заурбий, Зыхъэ Мэлайчэт, Кукэнэ Мурат, Кушъу Светланэ, нэмийкхэри хэлажьэх. Тыгъэгъазэм и 21-м искусствэр зышлэгъэшлэгъонхэр къэгъэльэгъоним еглыштых.

Адыгейим и Лъэпкъ театрэр Цэй Ибрахимэ ыцэ зыхъырэм ильэс 85-рэ зэрэхъурэм фэгъэхыгъэ концертэр тыгъэгъазэм и 22-м зэхээтэшэ, — кытигуагь театрэм ихудожественнэ пащэу, Адыгэ Республика михашыпкыгъэмкъэ изаслучженэ Йофишлэшхогу Ацумыж Рустам. — Искусствэр зыгу рихыхэрэр театрэм къетэгъэблагъэх, спектаклэхэм, концертим ылкъэ амьтэу яллыгьтых.

Пчагъэхэм сыхъатыр 7-м зэхахьэхэр Лъэпкъ театрэм щырагъэжьэштых. Шъукъакъу, шъуяппл къэгъэльэгъонхэм.

Нэктубгъор зыгъэхъазырыгъэр ЕМТЫЛЪ Нурбий.

Къатхэхэрэм яшюшлээ редакцием иеплъыкъэхэмрэ зэтемыфэнхэ альэкъышт.