

НАРОДНАЯ ДИПЛОМАТИЯ: ОТКРЫТЫЙ ДИАЛОГ



Сергей Аксёнов рассказал зарубежным журналистам о позитивных изменениях в российском Крыму за последние пять лет.

Представители СМИ затрагивали тему международного признания Крыма.

Глава Республики Крым Сергей Аксёнов провёл встречу с представителями СМИ влиятельных стран Европы, Азии и Африки: Италии, Словакии, Франции, Великобритании, Португалии, Узбекистана, Вьетнама, Индии, Замбии, Кении, ЮАР.

Приветствуя журналистов, Сергей Аксёнов поблагодарил их за позицию, а также за то, что приехали оценить реальную обстановку в регионе.

По мнению Сергея Аксёнова, приезд зарубежных журналистов символизиру-

ет важную часть стратегии народной дипломатии, которая помогает прорывать информационную блокаду Крыма.

«Факт вашего нахождения здесь показывает желание увидеть крымскую реальность своими собственными глазами и получить необходимую информацию, так сказать, из первых рук, то есть от самих жителей полуострова. Мы благодарим те страны, которые поддержали выбор крымчан в 2014 году, и надеемся именно с вашей помощью донести до иностранных граждан то, что на самом деле происходит в российском Крыму и, соответственно, привлечь для работы на территории полуострова представителей бизнеса», - сказал Глава Крыма.

Сергей Аксёнов подчеркнул, что власти Крыма открыты к сотрудничеству по различным направлениям.

Председатель Государственного Совета Республики Крым Владимир Константинов также поприветствовал иностранных гостей и от имени крымского парламента выразил слова признательности за приезд журналистов в Крым. Владимир Константинов отметил, что в ходе поездки представители прессы смогут своими глазами увидеть ситуацию на полуострове.

Журналисты также интересовались тем, какие попытки были предприняты для ускорения процесса признания Крыма российским на международной арене. Глава республики отметил, что Глава государства и Правительство Российской Федерации используют все возможные инструменты для этой цели. В том числе, по словам Сергея Аксёнова, приезд иностранных журналистов в Крым является одним из важных шагов в данном направлении.

В ходе мероприятия представители СМИ интересовались вопросами межнациональных и межконфессиональных отношений в Крыму. Глава Крыма напомнил, что, по данным социологических опросов, более 90% крымчан положительно оценивают межнациональную обстановку в Крыму.

«Крым очень многонационален, но все жители республики объединены единой целью: развивать полуостров и сделать его успешным регионом Российской Федерации», - добавил Глава республики.

Помимо этого, журналисты спросили, о чём именно, по мнению Главы Крыма, стоит рассказать жителям других стран

Читайте в номере:

Укрепление межкультурных связей

Живая связь времён

Стр.2

Сохраняя народные истоки

Нельзя забывать свой родной язык!

Стр.3

Эльмара Мустафа: У таланта должен быть характер!

Стр.4

«Ватанымны, ана тилимни, миллетимни пек седем!»

Стр.5

Молочная история

Телепрограмма «Миллет»

Стр.6

Утерян паспорт – что делать?

Ради острого словца

Стр.7

Кухни народов Крыма: Креплах

Интересные места Крыма: Храм Солнца

Стр.8

после поездки в Крым, что ярко характеризует индивидуальность республики.

Сергей Аксёнов ответил, что главным достоянием Крыма являются его жители, и посоветовал представителям СМИ пообщаться с крымчанами и задать им интересные вопросы.

«Уверен, что люди, которых вы встретите, скажут вам примерно то же, что вы услышали в ходе этой встречи. Нам нечего скрывать, незачем врать, изворачиваться и придумывать небылицы о нашей жизни, как это делают наши оппоненты. Мы ясно осознаём как свою историческую правоту, так и абсолютную юридическую безупречность решения о воссоединении с Россией, принятого на мартовском референдуме 2014 года. Правда заключается в том, что нет ни аннексии, ни оккупации, а есть свободный выбор свободных людей. В том, что крымчане всегда ощущали себя частью России», - считает Глава республики.

По материалам
Управления информации и пресс-службы
Главы Республики Крым



УКРЕПЛЕНИЕ МЕЖКУЛЬТУРНЫХ СВЯЗЕЙ



13 ноября в Ливадийском дворце состоялась встреча представителей зарубежных СМИ с руководителями национально-культурных автономий РК.

В мероприятии приняли участие: председатель Комитета Государственного Совета Республики Крым по народной дипломатии и межнациональным отношениям Юрий Гемпель, председатель Государственного комитета по делам

межнациональных отношений и депортированных граждан Республики Крым Альберт Кангиев, а также, руководители национально-культурных автономий РК.

В открытом диалоге зарубежные гости получили ответы на интересующие вопросы о социально-экономическом, политическом и культурном развитии этносов, проживающих на полуострове.

В ходе встречи председатель Госкомнаца Альберт Кангиев рассказал о ре-

ализации государственной национальной политики и деятельности национально-культурных автономий, направленных на развитие и укрепление межкультурного диалога.

Также, в обсуждении были затронуты актуальные вопросы, связанные с информационной политикой, играющей важную роль в развитии и популяризации культур разных народов.

По материалам Госкомнаца



АЛЬБЕРТ КАНГИЕВ: В ДЕКАБРЕ ПЛАНИРУЕТСЯ ТОРЖЕСТВЕННОЕ ВРУЧЕНИЕ КЛЮЧЕЙ ОТ НОВЫХ КВАРТИР ЖИЛОГО ДОМА В КЕРЧИ

Председатель Госкомнаца провёл рабочее совещание по вопросу исполнения поручений дорожной карты по сдаче 72 - квартирного жилого дома по адресу: г. Керчь, ул. Блюхера, 27.

В декабре планируется торжественное вручение ключей от новых квартир жилого дома в г. Керчь. Об этом в ходе рабочего совещания заявил председатель Государственного комитета по делам межнациональных отношений и депортированных граждан Республики Крым Альберт Кангиев.

«Все технические вопросы, связанные с подключением к сетям газо-, водо- и электроснабжения, решены. Кроме того, хочу отметить, что все замечания, которые были выявлены в ходе проверки, также устранены. Таким образом, на сегодняшний день ответственные исполнители подтвердили, что нет никаких препятствий для того, чтобы уже в этом году граждане из числа реабилитиро-

ванных народов Крыма, состоящих на квартирном учёте в городе Керчи, получили жильё», - подчеркнул в своем комментарии Альберт Кангиев.

В ходе совещания, участниками которого стали представители администрации города Керчь, Министерства имущественных и земельных отношений РК, Государственного комитета по государственной регистрации и кадастру РК, ресурсоснабжающих организаций, обсудили этапы по завершению оформления 72 - квартирного жилого дома, а также обозначили сроки реализации.

Альберт Кангиев отметил, что благодаря сотрудничеству и взаимодействию коллег, все оставшиеся вопросы, связанные с оформлением необходимых документов по оформлению дома, будут решены в течение месяца.

Напомним, что строительство 72 - квартирного жилого дома в городе Керчь по адресу улица Блюхера, велось в рамках реализации федераль-



ной целевой программы по направлению VIII «Межнациональное единство».

Пресс-служба Госкомнаца

ЖИВАЯ СВЯЗЬ ВРЕМЁН

В столице Крыма откроется выставка «Этнокультурное наследие народов России и Шелковый путь» на основе коллекций Российского этнографического музея.

Торжественная презентация состоится в Крымском этнографическом музее 22 ноября.

В Симферополе в Крымском этнографическом музее 22 ноября в 15:00 состоится торжественное открытие выставки «Этнокультурное наследие народов России и Шелковый путь», подготовленной на основе коллекций Российского этнографического музея (Санкт-Петербург) – крупнейшего собрания этнографического профиля в Европе, насчитывающего более полумиллиона предметов быта, фотографий и рисунков. Межрегиональный проект организован при содействии Министерства культуры Республики Крым.

Как отметили организаторы, идея Шёлкового пути как магистрали, соединявшей страны и народы Евразии во имя их процветания, ныне приобретает все большую актуальность. На современной карте России здесь выделяются такие культурные ареалы как Южная Сибирь, Южный Урал, Прикаспий, Западный Казахстан, Северо-Западный Кавказ, Приазовье и Подонье, Крым и Причерноморье. Как торгово-транспортные магистрали все участки Великого Шелкового пути имеют «вечное» функционирование, и поэтому их культурное наследие всегда будет актуально,



как ценный опыт взаимодействия разных народов, способствующий их развитию.

Экспонаты выставки помогут посетителям ощутить живую связь времён и народов, познакомиться с историей тех вещей, многие из которых сегодня существуют как символы национальных культур. Среди выставяемых предметов находится значительное число раритетов – это чайная утварь народов Южной Сибири, башкирские деревянные и кожаные соуды для кумыса, войлочные ковры Северного Кавказа, кустарные шёлковые ткани Средней

Азии, русская медная посуда и золотное шитьё крымских татар. Комплексы костюмов создают картину удивительного разнообразия этнических культур презентуемой территории. Большинство из них в контексте темы выставки подчёркивают роль шелка (местного производства или импортного) в формировании облика материальной культуры того или иного народа.

Самостоятельный тематический блок составляют предметы культа, относящиеся к практикам северного буддизма, северного ислама и православия. Посетители смогут увидеть такие уникальные экспонаты, как буддийская культурная скульптура и ступа субурган, Коран и принадлежности для обучения арабскому письму, киотные кресты и листовки старообрядцев.

Центральное место на выставке занимает раздел «Ярмарка». Издавна городские базары и рынки являлись не только торговой зоной, но и сосредоточением общественной жизни, местом встречи культур и обмена информацией. В этом тематическом блоке экспонируются те предметы, которые неизменно пользовались особым спросом у разных народов, как престижные и дорогие товары – это ковры, медь, шёлковые ткани.

Выставка будет работать в Крымском этнографическом музее до 25 февраля 2020 года.

Пресс-служба Министерства культуры Республики Крым

КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

Осенний бал

В Музыкальном салоне Ливадийского дворца-музея при поддержке Министерства культуры Республики Крым состоялся традиционный бал, приуроченный ко дню рождения великой княжны Ольги Николаевны Романовой, старшей дочери императора Николая II.

В мероприятии приняли участие специалисты, изучающие исторические балльные танцы и танцевальные коллективы, среди которых: Студия исторического танца «Цветок Тавриды» (г. Ялта), Клуб исторического танца и этикета «Феерия» (г. Ялта), Клуб «Па-де-грас» (г. Феодосия), Клуб «Modus vivendi» (г. Севастополь), Клуб «Исторический бульвар» (г. Севастополь). Коллективы исполнили балльные танцы, популярные в начале XX века: полонез, вальс, па-де-труа, галоп гибсона, русская кадрили и другие. В качестве музыкального сюрприза прозвучали отрывки из опер в исполнении солистки Крымской государственной филармонии Елены Захаровой.

Праздник был организован отделом научно-просветительских программ Ливадийского дворца-музея совместно с Клубом исторического танца «Цветок Тавриды».

Справка. Первый бал в Ливадийском дворце состоялся осенью 1911 года, он был приурочен к 16-летию старшей дочери императора Николая II великой княжны Ольги.

Психологический тренинг для подростков

В культурно-просветительском центре «Файдалы илим» прошёл психологический тренинг для девочек-подростков, организованный Духовным управлением мусульман Крыма совместно с Крымским представительством Ассоциации Психологической помощи мусульманам.

В мероприятии приняли участие 15 девочек в возрасте 10–15 лет.

Цель тренинга — развитие коммуникативных навыков, повышение самооценки, обучение коллективному взаимодействию и преодолению страха перед публичными выступлениями.

Тренинг провела психолог, член АППМ в Крыму Надика Измаилова. По её словам, дети зачастую нуждаются в психологической помощи, которая необходима для успешной самореализации, уверенного общения со сверстниками.

«У каждого ребёнка свой характер. Одни дети раскованные и общительные, другие замкнутые и скрытые. Но и тем и другим иногда требуется психологическая помощь чтобы поверить в свои силы, познать и понять себя и тем самым принять, что все люди разные и надо научиться принимать себя и других такими, какие они есть», — отметила Надика Измаилова.

В рамках совместной работы ДУМ Крыма и Ассоциации психологической помощи мусульманам запланирован ряд тренингов для подростков.

Легендарному оружейнику

12 ноября в симферопольской школе №26 прошла торжественная церемония открытия бюста Михаила Калашникова, посвящённая 100-летию со дня рождения легендарного конструктора-оружейника.

В торжестве приняли участие заместитель главы администрации города Симферополя Дмитрий Иванов, заместитель председателя Симферопольского городского совета Надежда Аксёнова, депутат Государственного Совета Республики Крым Валерий Аксёнов, председатель Регионального отделения ДОСААФ России Республики Крым Андрей Попов, председатель Симферопольского городского Союза ветеранов войны, труда и военной службы Николай Коробчук, председатель общественной организации «Объединённый крымский Союз ветеранов Афганистана и других локальных войн - воинов интернационалистов» Юрий Щербинский, лётчик-испытатель, Герой Российской Федерации Анатолий Кнышов, директор общеобразовательной школы №26 Павел Арефьев, участники боевых действий Великой Отечественной войны и локальных войн, а также преподаватели и учащиеся школы.

Бюст Михаила Тимофеевича Калашникова создал скульптор Салават Щербаков, который является автором памятника Калашникова в Москве. Бюст конструктора не похож на остальные подобные скульптуры. На пьедестале Михаил Калашников изображён под грудь с руками, которые держат автомат. Бюст школе подарил Михаил Леонидович Сердюков, автор патриотического проекта «Аллея Российской Славы».

В память о легендарном конструкторе присутствующие возложили цветы к бюсту Михаила Тимофеевича Калашникова.

Газета не вступает в переписку с читателями, рукописи не возвращаются и не рецензируются. Точка зрения авторов публикуемых материалов может не совпадать с позицией редакции. За точность изложенных фактов ответственность возлагается на автора, рекламного объявления – на рекламодателя. При перепечатке ссылка на газету обязательна.

№ 45 (204),
15 ноября
2019

Тираж: 1000 экз.
Индекс: 64565
Заказ: № 2299

Учредители: Государственный комитет по делам межнациональных отношений и депортированных граждан Республики Крым, ГАУ РК «Медиацентр им. И. Гаспринского»

Издатель: ГАУ РК «Медиацентр им. И. Гаспринского»

Газета издаётся на средства, выделенные Государственным комитетом по делам межнациональных отношений и депортированных граждан

Свидетельство о регистрации: ПИ № ТУ91-00245, выдано 18 января 2016 г. Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Крым и городу Севастополю

Адрес редакции и издателя:
295048, Республика Крым,
г. Симферополь, ул. Трубоченко, 23-а
Тел.: (978) 276-91-90

Главный редактор, ответственный
за выпуск Л. Н. Селёнова

Газета набрана и сверстана в
редакции газеты «Мераба», отпечатана в типографии «Новая Эра»:
Симферополь, ул. Ж. Дерюгиной, 4, офис 1.
Подписано в печать по графику: 14:00. Фактический: 13:30, 14 ноября 2019 г.
Способ печати – офсетный.
Объем – 8 полос.

СОХРАНЯЯ НАРОДНЫЕ ИСТОКИ

12 ноября в Симферополе в Крымскотатарском государственном академическом музыкально-драматическом театре состоялось празднование Дня крымскотатарской письменности и культуры.

Его организаторы, - Государственный комитет по делам межнациональных отношений и депортированных граждан РК и Государственное бюджетное учреждение РК «Дом дружбы народов», при создании мероприятия одной из основных задач ставили перед собой сохранение и развитие крымскотатарской культуры, популяризацию народного творчества крымских татар.

Перед началом концерта гости торжества познакомились с работами мастеров декоративно-прикладного творчества Народного творческого объединения «Региональный центр народных ремёсел «Орнек», картинами крымскотатарского художника

Сервера Аблизова; выставкой книг Республиканской крымскотатарской библиотеки им. Исмаила Гаспринского и изданий Медиацентра им. И. Гаспринского.

В этот день со всех уголков Крыма приехало большое количество гостей. Казалось, гостеприимное фойе и зал театра, едва ли смогут вместить огромное количество желающих познакомиться с выставками и красочным концертом, ставшим для всех настоящим праздником.

В адрес истинных ценителей крымскотатарской культуры, со словами приветствия обратился – заместитель Муфтия Мусульман Крыма Айдер Исмаилов, который выступил с напутственной речью ко всем присутствующим в зале. Также к гостям праздника обратился председатель Государственного комитета по делам межнациональных отношений и депортированных граждан Республики Крым Альберт Кангиев. Он подчеркнул значимость проведения мероприятия в сохранении исто-



рической памяти народа и вручил подарки директорам школ №44 им. Алим Абденановой и №42 им. Эшрефа Шемьи-заде, которые провели диктант для школьников и преподавателей. Так же он вручил ценные призы, победителям в номинации «Юный талант» Шевкету Сулейманову и Айше Джанаевой.

В зале тетра был аншла! Яркая концертная программа перенесла всех в атмосферу загадочных крымских легенд, зажигательных танцев и чарующих мелодий.

Своё творчество зрителям представили: Заслуженный артист АРК, солист Государственного крымскотатарского ансамбля песни и танца «Хайтарма» Рустем Абильтаров, Бекир Адилов, Заслуженный артист Узбекистана, За-

служенный деятель искусств РК Риза Юсуф; хореографический ансамбль «Йылдызлар», ансамбль народного танца «Несиль», детско-юношеский народный ансамбль «ТЕSELLI», крымскотатарский ансамбль танца «Джемиле».

Когда концерт подошёл к своему завершению, все стоя аплодировали его участникам и ещё долго не расходились, обмениваясь впечатлениями. У многих на глазах были слёзы радости от соприкосновения с прекрасным, и той атмосферой доброты, которая на протяжении всего праздника переполняла людские сердца. Спасибо всем, кто ценит и хранит самобытную крымскотатарскую культуру!

Материал подготовила Маргарита Попандопулу



НЕЛЬЗЯ ЗАБЫВАТЬ СВОЙ РОДНОЙ ЯЗЫК!



12 ноября в Республике Крым состоялось празднование Дня крымскотатарской письменности и культуры. В рамках мероприятия был проведён диктант по крымскотатарскому языку в двух школах города Симферополя – МБОУ СОШ № 44 им. Алим Абденановой и МБОУ СОШ № 42 им. Эшрефа Шемьи-заде. Как проходила подготовка к празднику, кто принимал участие и какие вопросы вошли в диктант мы попросили рассказать учителя крымскотатарского языка, МБОУ СОШ № 44 Исмаила Аминова.

«Письменность для крымских татар имеет очень важное значение. Это один из основных источников, по которому можно судить об уровне развития народа. Нельзя забывать свой родной язык! Необходимо поддерживать его развитие, говорить на нём и постарать-

ся привить детям любовь к родному языку», - говорит Исмаил оджа.

В честь Дня крымскотатарской письменности и культуры мы с учителями СОШ № 44 составили тематический диктант в виде тестов. В него вошли 22 вопроса, начиная от нашей религии, культуры, обычаев языка, заканчивая нашими великими деятелями. К примеру - сколько букв в крымскотатарском алфавите? Кто является нашим олимпийским чемпионом? Священная книга крымских мусульман? Задание не сложное, но как показала практика, к сожалению, не все знают на них ответы. Думаю, что если мы начнём проводить подобные диктанты ежегодно, ситуация изменится в лучшую сторону», - подчеркнул Исмаил Аминов.

Подготовила Эльмаз Сариева

ЯРКИЕ ГРАНИ КРЫМСКОТАТАРСКОЙ КУЛЬТУРЫ

В рамках празднования Дня крымскотатарской письменности и культуры мероприятия прошли в Республиканской крымскотатарской библиотеке им. И. Гаспринского.

Для гостей мероприятия ансамбль крымскотатарских народных инструментов исполнил прекрасную мелодию танца девушек из музыкального спектакля «Алтын бешик» (Золотая колыбель). Старший преподаватель кафедры крымскотатарского и турецкого языкознания КИПУ Зекие Мамутова рассказала о периодах развития крымскотатарского языка и его историю. Прекрасный подарок преподнесла библиотекам Симферополя автор проекта, руководитель культурно-этнографического центра «Одун базар къапысы» (Ворота Одун-базар) Диляра Якубова. По ее признанию, она осуществила свою давнюю мечту – вышел в свет арт-бук «Той. Севги ар-

феси» (Свадьба. Преддверие любви) на 4 языках. Красочно оформленная, с необычным полиграфическим исполнением книга представляет удивительное сочетание красоты и глубокого содержания, имеющего цель вернуть прекрасные древние культурные традиции крымских татар.

Небольшую сценку на крымскотатарскую бытовую тему исполнили молодые очаровательные артистки, воспитанницы театра-студии «Руя» (Грезы), (руководитель, режиссёр – Лейля Усеинова) Алим Аметова и Алие Бибишева (ученицы 3 класса школы №44).

К Дню крымскотатарской письменности в библиотеке была подготовлена выставка редких книг и книжных памятников «Къырымтатар тазылы меденинин йылнамеси» (Летопись крымскотатарской письменной культуры).

Никто не остался равнодушным к выступлению 85-летней Адиле Мустафае-

вой, которая очень эмоционально прочитала свое стихотворение «Ишанч» (Надежда).

В рамках совместного проекта РКБ им. И. Гаспринского и Медиацентра им. И. Гаспринского осуществляется издание книг на крымскотатарском и русском языках. Это книги разных жанров – проза и поэзия известных крымскотатарских авторов, детские книги, исторические материалы а также переводы. С 2016 г. Медиацентр издал более 130 наименований книг. Об этом рассказали и презентовали последние издания и.о. директора Медиацентра им. И. Гаспринского Руслан Бекиров и начальник издательского отдела учреждения Александра Сироткина.

Арсен Алиев



ЭЛЬМАРА МУСТАФА: У ТАЛАНТА ДОЛЖЕН БЫТЬ ХАРАКТЕР!

Говорят, талантливые люди, талантливы во всём. И это не просто слова. Уже несколько раз нашла им подтверждение, готовясь к выходу этого номера газеты «Мераба». Сегодня хочу поближе познакомить наших читателей с неординарной и многогранной личностью – молодой поэтессой, писательницей, журналистом, переводчиком, членом Союза крымскотатарских писателей и просто хорошим человеком Эльмарой Мустафа.

- Эльмара, расскажите, пожалуйста, о себе, о своем творчестве.

Говорить о себе достаточно сложно, ведь это стезя людей. Но если коротко, я люблю пешие прогулки, горы, моду и шоколад (улыбается). Ещё я обожаю свою работу, путешествия, знакомства с интересными людьми, продвигаться вперед и открывать для себя что-то новое. Люблю, когда новый день не похож на предыдущий. В настоящее время я работаю редактором на телеканале «Миллет». У меня есть своя авторская рубрика «Миллий хазине» («Народная сокровищница»), которая посвящена традициям, культуре, истории, литературе крымских татар. Она выходит в рамках утренней программы «Саба». Также, я снимаю ролики, документальные фильмы, некоторые были презентованы в Москве. Среди них «Небо – стихия орлов!» (об Амет-Хан Султане) и «Алиме» (об Алиме Абденановой). Жизнь великих людей всегда меня вдохновляет и мотивирует.

- Насколько мне известно, у вас есть ещё и авторская колонка на сайте МИА «Россия сегодня» (РИА новости Крым). О чем она?

Совершенно верно. Я – колумнист РИА Новости Крым. В своей колонке пишу информационно-аналитические статьи о жизни, традициях, истории и культуре крымских татар.

- На ваш взгляд, какая из ваших работ, получилась наиболее удачной?

Полагаю, это «Знай своего соседа: особенности характера крымских татар». Ма-



Всё начиналось с детской мечты – стать певицей. Я писала тексты песен, сочиняла к ним мелодию и воображала себя солисткой группы. Исписала три общие тетрадки, где набралось около 300 песен. А вот в 2002 году, когда я училась в десятом классе, мой учитель крымско-

победа меня очень вдохновила и окрылила. Я стала писать с ещё большим энтузиазмом и песни стали стихотворениями.

К выпускному классу, у меня уже было более ста стихотворений. Некоторые были опубликованы в джанкойской газете «Заряжайка». Я благодарна судьбе, что в этот период жизни, она свела меня с замечательным человеком, поэтом, прозаиком, публицистом Юнусом Кандымом. Он восхищался моим творчеством. Помню, как он сказал, что внутри меня есть настоящий огонёк, которому нужно помочь вспыхнуть! После школы я поступила в КИПУ на филологический факультет. Когда я училась на последнем курсе поэт, переводчик, писатель-сатирик и журналист Аблязиз Велиев предложил мне написать статью в газету «Янъы дюнъя», я послушала его, и её напечатали. Со временем, это издание стало первым официальным местом моей работы.

Так, певицей я не стала, но частично детская мечта осуществилась, песни с моими текстами исполняют – Д. Махмудова, З. Кенжикаева, Л. Османова, Э. Мустафеев, АлСейда, З. Халитова, А. Абдураимова, Ф. Ибраимова, Гузель, Э. Эмирасанов, Э. Бибишева, Э. Юлдашева, «Тань йылдызы», «Севинч», «Бельбек» и многие другие.

В 2007 году благодаря председателю правления ОО «Союз писателей Республики Крым» Валерию Басырову в издательстве «Доля» увидел свет мой первый сборник стихотворений «Гоньюлимнинь левхалары» («Пейзажи сердца моего»). В 2013 году при спонсорской поддержке Ильвера Аметова был издан второй сборник «Эгер мен кьуш олса эдим...» («Если бы я была птицей»).

- Где можно познакомиться с вашим творчеством?

Мои книги есть в Республиканской крымскотатарской библиотеке им. И. Гаспринского, в библиотеке им. И. Франко. Произведения размещены на интернет площадке крупнейшего российского литературного портала «Стихи.ру», а также в моих группах в соцсетях. Стихотворения встречаются также в национальных газетах, журналах, альманахах.

- Скажите, пожалуйста изменился ли характер вашего творчества с момента его начала?

Помните диалог из фильма «Хорошо быть тихоней», где спрашивают у героини: «А ты ведь пишешь стихи?». А та в ответ: «Это стихи меня пишут». Я это к тому, что поэт, писатель, обычно пишет то, что чувствует. Наше творчество отражает, внутреннее состояние нашей души. Сейчас, видимо я повзрослела, стала сильнее, мудрее. Смотрю на мир более оптимистически, общаюсь с людьми, которые приносят мне радость, и соответственно, благодарю их за это.

- Эльмара, кто ваши любимые поэты и прозаики?

Эшреф Шемьи-заде, Омар Хайям, Эльчин Сафарли, Иосиф Бродский, Пауло Коэльо, Чингиз Абдуллаев.

- Многие пытаются писать стихи, рассказы, песни. А чтобы стать поэтом или писателем нужен ли талант?

Да, в этом я, пожалуй, соглашусь с Бродским. Можно разобраться, как слова складываются в предложения, и понять, как рифмовать эти самые предложения. Но пропускать через себя вряд ли научишь.

- А, чтобы добиться успеха, одного таланта недостаточно?

Говорят, что алмаз нужно гравировать и шлифовать, так и с талантом. Необходимо постоянно работать над собой, развиваться, больше читать, знакомиться с другими авторами, их творчеством. Всегда найдется человек, который тебе рад, и такие кто нет. Поэтому мало иметь талант, его надо ещё уметь правильно использовать. У таланта должен быть ещё и характер, а характер – это умение стоять и не падать, когда в тебя кидают камни.

- Эльмара, спасибо вам за интервью, я хотела бы попросить вас, представить нашим читателям, одно из своих самых любимых стихотворений.

С радостью.

«Терек»

Омюр – бу дженк дегиль, омюр – залым оюн,
Кок кьушагьын ёллар я да шайтан тоюн...
Бу тек санъа багълы, сенинь алейминъе,
Сенинь сёнип-сёнмез ички алейвинъе!
Лякин такъдириме кьаршы чыкътым аман,
Баш эгмедим онъа. Кечер деп бу заман.
Терен юкьулардан уяндырдым бахтны,
Кенди эллериме алдым юдже тахтны.
Кьар боранлар ичинде гуль киби ачтым,
Кельгенге, кечкенге нурларымны сачтым,
Кьара дертни безз кьуванч иле урдым,
Юз кере йыкъылдым, юз бир кере турдым.
Биль, эр хасталыкьынъ кенди иляджы бар,
Базан хаял кучюнден йыкъыла дивар.
Амма онъа сабыр, кьавий ишанч керек,
Чюнки тек ярыкьтан осип чыкъа терек!

Подготовила Эльмаз Сариева



...Биль, эр хасталыкьынъ кенди иляджы бар,
Базан хаял кучюнден йыкъыла дивар.
Амма онъа сабыр, кьавий ишанч керек,
Чюнки тек ярыкьтан осип чыкъа терек!

(«Терек» ширинден парча)

...Bil, er hastalığın kendî ilâcı bar,
Bazan hayal küçüнден yıkyla divar.
Amma onъa sabır, qavily işanç kerék,
Çünkü tek yarıktan osip çıqa terék!

(«Терек» ширинден парча)

Elmara Mustafa
EGER MEN QUŞ OLSA EDİM...



Эльмара Мустафа
ЭТЕР МЕН КЪУШ
ОЛСА ЭДИМ...

Elmara Mustafa
EGER MEN QUŞ
OLSA EDİM...



териал прочли около 13000 человек, было много положительных отзывов. Я всегда самокритично отношусь ко всему, что делаю, но результатом этой статьи довольна.

- Эльмара, давайте ненадолго перенесёмся в прошлое. Читателям было бы интересно узнать, как начался ваш творческий путь.

татарского языка и литературы Хатидже Шевкетовна, объявила о том, что стартует Всеукраинский литературный конкурс «Къырым - меним Ватаным!» («Крым - моя Родина!»). Я решила испытать судьбу и отправила пару своих работ. Каково было моё удивление, когда в номинации «Поэзия» я получила третье место! Эта

«ВАТАНЫМНЫ, АНА ТИЛИМНИ, МИЛЛЕТИМНИ ПЕК СЕВЕМ!»

Элиме кълем алдым

Элиме кълем алдым,
Ве чызмагъа башладым.
Бир тийгеннен кягъыткъа
Пейда олды бир нокъта.
Бир къач нокъта япкъан сонъ,
Оларны бирлештирдим.
Бир нокътадан нокътагъа
Индже ёлчыкъ кечирдим.

Юксек – алчакъ

Чокъ къатлы юксек бина,
Санки мазаллы бир дев.
Янында боджек киби
Тура бир алчачыкъ эв.

Узакъ ве якъын

Эки битам бар меним,
Бири пек узакъ менден.
Оны корьмек ичюн мен
Машнагъа минип кетем.
Дигер битам пек якъын,
Арамыз тек бир адым.
О янымда отура,
Ве чорап оре манъа.



Тар ве кенъ

Эвимизнинъ янында
Бир ёлчыкъ бар-о пек тар.
Андан зордан кечемиз
Мен ве копегим Чубар.
Машина ёлу башкъа-
Тегиз, догъру эм де кенъ.
Андан сербест кечерлер
Геми, учакъ ве трен.

Учыкоше

Учы серник чёп алдым мен,
Къойдым маса устуне.
Уджларыны экледим,
Учыкоше олды менде.
О ошай эв дамына,
Учакънынъ къанатына.
Козюм тюшти кошеге,
О бенъзей учыкошеге.

Терджиме эткен Диляра Ибрагимова



САЙГЪЫЛЫ БАЛАЧЫКЪЛАР, ТАПМАДЖАНЫНЪ ДЖЕВАБЫНЫ ТАПЫНЪЫЗ!

ГЕДЖЕ УЗАНА, КУНЪ КЪЫСКЪАРА,
ЭР КЕС КЪЫШЛЫКЪ АЗЫРЛАЙ
ЕЛЛЕР ЭСЕ, АВА СУВУЙ.
ЯГЪМУР ЯГЪА, КОК АГЪЛАЙ.

(ЧЕЛХ)

АТАЛАР СЁЗЮ-АКЪЫЛНЫНЪ КОЗЮ!

АТАЛАР СЁЗЛЕРИНИ ЭЗБЕРЛЕНЪЫЗ!

БУЛУТ ОЛМАЙ, ЯГЪМУР ЯГЪМАЗ.
АНА ЮРТУНЪ - АЛТЫН БЕШИК.
ВАТАНСЫЗ АДАМ - ЙЫРСЫЗ БУЛЬБУЛЬ.
ТИЛИНИ УНУТЪАН, ИЛИНИ УНУТЫР.

ДОГЪРУ ЯЗАЙЫКЪ ВЕ ЛАФ ЭТЕЙИК!

кузь - осень
ель - ветер
ягмур - дождь
кунеш - солнце
гедже - ночь
ава - воздух
тапмаджа - загадка
аталар сёзю - пословица
шиир - стих
козь - глаз
бала - ребёнок
учыкоше - треугольник
тиль - язык
лугъат - словарь
къол, эль - рука

Саифени Назифе Абибулаева азырлады

МОЛОЧНАЯ ИСТОРИЯ

«Пейте дети молоко – будете здоровы» эта строчка из песни знакома абсолютно всем. Но чем же на самом деле полезно молоко и с чем связано понятие «молоко за вредность»? Можно ли однозначно говорить о пользе молока, если существуют люди с его непереносимостью? И если всё-таки пить молоко, то в пользу какого сделать выбор? На эту тему поговорим с врачом гастроэнтерологом больницы №7 г. Симферополя Алие Мамутовой.

- Алие Сейдаметовна, скажите пожалуйста, что же представляет собой молоко и полезно оно всё-таки или нет?

Молоко - это водный раствор, в котором содержится, в основном, сахар – лактоза, легко усваиваемые белки – казеин, и молочный жир, также в составе молока присутствуют сывороточные белки, минеральные вещества, витамины, ферменты, гормоны и пигменты.

В любом молоке, как в коровьем, козьем так и грудном, есть все необходимые питательные вещества, которые сбалансированы природой. Вспомним о том, что до полугода ребёнок питается одним грудным молоком и полноценно растёт и развивается, так как в составе молока есть всё, что ему необходимо.

То есть если продолжать употреблять молоко уже во взрослом возрасте, оно всё также будет приносить только пользу. Конечно есть люди с так называемой непереносимостью молока, но лишь по этой причине говорить о том, что молоко не полезно – конечно же нельзя.

- А из-за чего может быть непереносимость молока и в чём она выражается?

Это связано с тем, что у таких людей есть лактазная недостаточность – недостаток фермента лактазы, который расщепляет молочный сахар (лактозу). В связи с этим в толстом кишечнике происходит брожение и как следствие возникают неприятные ощущения – метеоризм, вздутие и боли в животе.

Такая особенность организма, как правило, появляется с возрастом.

- То есть, людям с лактазной недостаточностью не рекомендуется употреблять как молоко, так и кисломолочные продукты?



Как раз таки нет. В кисломолочных продуктах находятся бактерии, которые перерабатывают молочный сахар – лактозу в молочную кислоту. То есть людям с лактазной недостаточностью можно употреблять в пищу кисломолочные продукты без всяких опасений.

- Правда ли, что на производствах молока дают «за вредность», потому что оно способно выводить тяжёлые металлы?

Да, это действительно так. Всё дело в том, что содержащийся в молоке белок казеин, образует с солями тяжёлых металлов нерастворимые соединения, которые не могут всасываться в кишечнике, и таким образом выводятся из организма.

Кроме того, если взять такой металл как кадмий, то ему в свою очередь не даёт всасываться кальций, содержащийся в молоке, который является его конкурентом.

- То есть молоко за вредность можно давать всегда?

На самом деле нет. Если, допустим, человек работает на химическом, или другом производстве, где есть контакт с органическими веществами, такими как толуол или фенол, то молоко в этом случае не только не поможет, но может ускорить всасывание этих токсических веществ.

Это объясняется тем, что многие органические вещества являются липофильными ядами – то есть они легко усваиваются в жирах. И в данном случае молоко, поскольку в нём содержится достаточное количество жира, может приводить к ускоренному всасыванию этих токсинов.

- А молоко различной обработки одинаково полезно?

Практически. Самым полезным всё-таки считается парное молоко (как говорится «из под коровы»), так как оно сохраняет все полезные свойства. Естественно при условии соблюдения всех санитарных норм.

Единственное, у неподготовленных людей, из-за высокой жирности такого молока может возникать дискомфорт в желудке.

Для исключения риска заражения различными возбудителями, можно употреблять кипячёное молоко – в бактериальном смысле оно самое благожелательное.

- А в чём отличие пастеризованного молока от стерилизованного, и какое лучше?

Пастеризованное молоко проходит температурную обработку при 67 градусах Цельсия в течение 30 минут. Стерилизованное при температурах выше 100 градусах в течение 15 минут.

В отличие от стерилизованного молока, которое может храниться до месяца, - пастеризованное хранится в среднем около недели, максимум две. В пастеризованном молоке всё-таки сохраняется большее количество витаминов чем в стерилизованном, именно это молоко используется для детской молочной кухни.

Поэтому если выбирать между этими двумя видами молока, то конечно, лучше сделать выбор в пользу пастеризованного молока.

- А что насчёт жирности молока? Какую выбрать?

Дело в том, что в 100 мл молока содержится в среднем 3 грамма белка. Лучше, если количество жира в молоке не будет превышать количество белка. С этой точки зрения молоко с жирностью 2,5% является наиболее сбалансированным, также оно является профилактикой атеросклероза.

Хотелось бы добавить о таких полезных свойствах молока, как: улучшение деятельности головного мозга, успокаивающее действие, желчегонный эффект.

Беседовала Элина Анисимова

МИЛЛЕТ

18.11 ПОНЕДЕЛЬНИК

0:30 – Т/с «Мисс Фрайни Фишер» (16+)
2:00 – ТВ-шоу «Вокруг смеха» (12+)
3:30 – Мультфильмы
4:45 – Кр. тат концерт (6+)
5:30 – Яйля бою (12+)
6:30 – Хаберлер. Неделя (16+)
7:00 – САБА (6+)
9:00 – Хаберлер. Неделя (16+)
9:30 – Хэштег, иште (6+)
10:00 – Т/с «Воскрешение» (16+)
11:30 – Кр. тат Спектакль (12+)
13:00 – Повестка дня (16+)
13:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
13:45 – Д/ф «100 чудес света» (12+)
14:45 – Кр. тат. концерт (6+)
15:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
15:45 – Маматеке (6+)
16:15 – Мультфильмы (6+)
16:45 – Т/с «Луна» (16+)
17:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
17:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
18:30 – Д/ф «Гении и злодеи» (12+)
19:00 – Бизим акъкъмызы (16+)
19:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
20:00 – Т/с «Воскрешение» (16+)
21:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
22:00 – Х/ф «Не бойся темноты» (12+)
23:45 – Х/ф «Где находится нофелет» (12+)

19.11 ВТОРНИК

1:15 – Д/ф «Гении и злодеи»
2:00 – Т/с «Луна» (16+)
2:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
3:30 – Мультфильмы (6+)
4:45 – Кр. тат концерт (6+)
5:30 – Яйля бою (12+)
6:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
7:00 – САБА (6+)
9:00 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
9:30 – Рецепты Шефа (12+)
10:00 – Т/с «Воскрешение» (16+)
11:30 – Жанна, помоги (12+)
12:15 – Т/с «Криминальная полиция» (16+)
13:00 – Бизим акъкъмызы (16+)
13:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
13:45 – Д/ф «100 чудес света» (12+)
14:45 – Кр. тат концерт (6+)
15:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
15:45 – Тарих излери (12+)
16:15 – Мультфильмы (6+)
16:45 – Т/с «Луна» (16+)
17:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)

17:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
18:30 – Д/ф «Легенды мирового кино» (12+)
19:00 – Ачыкъ лаф (16+)
19:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
20:00 – Т/с «Воскрешение» (16+)
21:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
22:00 – Х/ф «Вас ожидает гражданка Никанорова» (12+)
23:45 – Жана пожени (16+)

20.11 СРЕДА

0:30 – Т/с «Криминальная полиция» (16+)
1:15 – Д/ф «Легенды мирового кино» (12+)
2:00 – Т/с «Луна» (16+)
2:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
3:30 – Мультфильмы (6+)
4:45 – Кр. тат концерт (6+)
5:30 – Яйля бою (12+)
6:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
7:00 – САБА (6+)
9:00 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
9:30 – Чалгыджы LIVE (6+)
10:00 – Т/с «Воскрешение» (16+)
11:30 – Жанна, помоги (12+)
12:15 – Т/с «Криминальная полиция» (16+)
13:00 – Ачыкъ лаф (16+)
13:30 – Хаберлер (на рус. яз.) (16+)
13:45 – Д/ф «100 чудес света» (12+)
14:45 – Кр. тат концерт (6+)
15:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
15:45 – Хэштег, иште (6+)
16:15 – Мультфильмы (6+)
16:45 – Т/с «Луна» (16+)
17:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
17:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
18:30 – Д/ф «Гении и злодеи» (+6)
19:00 – Миллет ве заман (12+)
19:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
20:00 – Т/с «Воскрешение» (16+)
21:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
22:00 – Х/ф «Дамы приглашают кавалеров» (12+)
23:45 – Жана пожени (16+)

21.11 ЧЕТВЕРГ

0:30 – Т/с «Криминальная полиция» (16+)
1:15 – Д/ф «Гении и злодеи» (12+)
2:00 – Х/ф «Вас ожидает гражданка Никанорова» (12+)
3:30 – Мультфильмы (6+)
4:45 – Кр. тат концерт (6+)
5:30 – Яйля бою (12+)
6:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
7:00 – САБА (6+)
9:00 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
9:30 – Крымомания (12+)
10:00 – Тек Арзум Ватан (12+)

11:30 – Жанна, помоги (12+)
12:15 – Т/с «Криминальная полиция» (16+)
13:00 – Миллет ве заман (12+)
13:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
13:45 – Д/ф «100 чудес света» (6+)
14:45 – Кр. тат концерт (6+)
15:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
15:45 – Мы едины (12+)
16:15 – Мультфильмы (6+)
16:45 – Т/с «Луна» (16+)
17:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
17:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
18:30 – Д/ф «Легенды мирового кино» (+6)
19:00 – Стратегия развития (12+)
19:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
20:00 – Крымский консенсус (12+)
21:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
22:00 – Х/ф «Часный детектив или операция «Кооперация»» (12+)
23:45 – Жана пожени (16+)

22.11 ПЯТНИЦА

0:30 – Т/с «Криминальная полиция» (16+)
1:15 – Д/ф «Легенды мирового кино» (12+)
2:00 – Т/с «Луна» (16+)
2:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
3:30 – Мультфильмы (6+)
4:45 – Кр. тат концерт (6+)
5:30 – Яйля бою (12+)
6:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
7:00 – САБА (6+)
9:00 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
9:30 – Диний Субет (12+)
10:00 – Крымский консенсус (12+)
11:30 – Жанна, помоги (12+)
12:15 – Т/с «Криминальная полиция» (16+)
13:00 – Стратегия развития (12+)
13:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
13:45 – Мы едины (12+)
14:15 – Д/ф «Пряничный домик» (6+)
14:45 – Кр. тат концерт (6+)
15:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
15:45 – Крымомания (12+)
16:15 – Мультфильмы (6+)
16:45 – Т/с «Луна» (16+)
17:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
17:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
18:00 – Тарих излери (12+)
18:30 – Диний Субет (12+)
19:00 – Повестка дня (16+)
19:30 – Хаберлер на кр.-тат. яз. (16+)
20:00 – Тек Арзум Ватан (12+)
21:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
22:00 – Х/ф «Жизнь в розовом цвете» (16+)
23:45 – Жана пожени (16+)



ТЕЛЕПРОГРАММА

23.11 СУББОТА

0:30 – Т/с «Криминальная полиция» (16+)
1:15 – Д/ф «Пряничный домик» (12+)
2:00 – Т/с «Луна» (16+)
2:45 – Т/с «Мужчина во мне» (16+)
3:30 – Мультфильмы (6+)
4:45 – Кр. тат концерт (6+)
5:30 – Яйля бою (12+)
6:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
7:00 – М/ф «Маша и Медведь» (6+)
8:30 – Чалгыджы LIVE (6+)
9:00 – Ватан иле САБА (6+)
11:00 – Bala Land (6+)
11:30 – Рецепты Шефа (12+)
12:00 – Крымомания (12+)
12:45 – Д/ф «Детёныши диких животных» на кр. тат. яз. (6+)
13:30 – Хаберлер на рус. яз. (16+)
14:00 – Спектакль (12+)
15:30 – Мультфильмы (6+)
16:00 – Д/ф «100 чудес света» (12+)
17:45 – Х/ф «Письма джувлетте» (12+)
19:30 – Хаберлер. Афта (16+)
20:00 – Яйля бою (12+)
21:00 – Х/ф «Миф» на кр.-тат. яз. (16+)
22:45 – Т/с «Мисс Фрайни Фишер»

24.11 ВОСКРЕСЕНЬЕ

0:30 – Вокруг смеха (12+)
2:00 – Д/ф «Крик души депрессия» (12+)
3:30 – Мультфильмы (6+)
4:45 – Кр. тат концерт (6+)
5:30 – Яйля бою (12+)
6:30 – Хаберлер. Афта (16+)
7:00 – Тек Арзум Ватан (12+)
8:30 – Чалгыджы LIVE (6+)
9:00 – Ватан иле САБА (6+)
11:00 – Bala Land (6+)
11:30 – Рецепты Шефа (12+)
12:00 – Крымомания (12+)
12:45 – Д/ф «Детёныши диких животных» на кр. тат. яз. (6+)
13:30 – Хаберлер. Афта (16+)
14:00 – Спектакль (12+)
15:30 – Мультфильмы (6+)
16:00 – Д/ф «100 чудес света» (16+)
17:45 – Х/ф «Миф» на кр.-тат. яз. (16+)
19:30 – Хаберлер. Неделя (16+)
20:00 – Яйля бою (12+)
21:00 – Х/ф «Отрабление по - американски» (16+)
22:45 – Т/с «Мисс Фрайни Фишер» (16+)

ВОПРОС – ОТВЕТ

УТЕРЯН ПАСПОРТ – ЧТО ДЕЛАТЬ?

У моей приятельницы неприятность – она, по неопределённой случайности, потеряла свои документы, среди которых был её гражданский паспорт. Подскажите, что делать в подобной ситуации?

По статистике каждый сотый гражданин имел неосторожность оставить на определённое время без основного документа, удостоверяющего личность. Одно дело, когда паспорт был уничтожен вследствие определённых обстоятельств, и совсем другое, когда он оказался в руках других лиц. Тому причиной может быть ваша невнимательность, наивность или злой умысел третьих лиц. Паспорта оставляют на остановках, на стойках государственных учреждений, теряют в общественном транспорте. Иногда этот документ оставляют в качестве залога. Зачастую документы вытаскивают вместе с кошельками из карманов изворотливые воры.

Потеря паспорта на сегодняшний день является серьёзным происшествием. Не зря на просторах бывшего СССР давно существует преступный рынок утерянных документов.

Злоумышленники, используя чужой документ, могут взять значительную сумму в банке. Оформить кредит на опреде-



лённый товар в магазинах, которые предлагают такую услугу для своих покупателей. Возможно, на утерянный документ оформят предпринимательскую деятельность или даже целое

предприятие. В любом случае использование чужого документа принесёт его законному владельцу массу хлопот. В случае возникновения проблемы с непонятными кредитами лучше всего нанять недорогого адвоката.

Перво-наперво при утере основного документа нужно незамедлительно обратиться в милицию. В наше время уже не стоит уповать на доброжелателей, которые принесут пропажу к вам домой. Многие просто побоятся братья за столь благородное предприятие, руководствуясь поговоркой сулящей неприятности тем, кто пытается оказать услугу незнакомым людям. Некоторые дают объявление с просьбой вернуть утерянные документы за вознаграждение. В этом случае нужно хотя бы пользоваться услугами печатных СМИ, а не расклеивать их на близстоящих столбах и заборах.

В случае обнаружения пропажи не стоит рисковать своим здоровьем и нервами. Возможно, бюрократическая волокита по восстановлению документа принесёт меньше хлопот, чем судебные процедуры по доказыванию вашей непричастности к махинациям нечистоплотных людей, использующих чужой документ.

Ради острого словца

Недавно мой парень во время прогулки по городу шокировал меня произнесённым неприличным словом, от чего я готова была провалиться, как говорится под землю, ведь мы находились в общественном месте? Как с этим бороться и как сделать так, чтобы он, находясь среди людей «следил за своим языком»?

Чтобы помочь в этом актуальном для всех вопросе нам помогут советы психолога.

Одним из самых распространенных заблуждений является то, что большинство людей сквернословят из-за небольшого словарного запаса. Любой найдёт слова, чтобы выразить мысль культурно, тем более что подобные слова описывают достаточно узкую область жизни.

Острое словцо вовсе не свидетельствует о проблемах с мозгами. Выдающаяся лингвистка Галкина-Федорук стала притчей во языцех на филологических факультетах всего бывшего Советского Союза. Каждый раз,



когда на МГУшном филфаке останавливался лифт, в котором ехала пожилая профессор, учёная обкладывала ситуацию такой руганью, что, по слухам, лифтеры факультета иногда специально останавливали кабину, чтобы послушать профессора и перенять у неё опыт. Матерщинниками были и Пушкин, и Раневская.

Психологический смысл сквернословия
Как угроза

У людей оно играет роль рычания животных. Кошка предупреждающе зашипит, пытаясь решить конфликт мирно, человек ругнётся, предупреждая, что он уже на взводе.

Как символ доминирования
Эта функция распространена в иерар-

хических обществах самого разного типа. Существуют компании, руководители которых могут добавить в свою речь «перцу», но подчинённые должны следить за языком.

Как разрядка

Исследования показывают, что оно уменьшает боль и снимает накопившееся напряжение.

Чувство принадлежности

У подростков сквернословие делает «своим». Употребляющий «запрещённые» слова становится «взрослым», а не «маленьким сыночком», к которому нет доверия. Родительский запрет делает ругань особо привлекательной.

«Сплачивающие» свойства брани полезны и на работе: уместное употребление матерных слов сплачивает коллектив и мобилизует на решение сложной задачи.

Даже если вы считаете, что материться ужасно, не делайте слишком много замечаний виновнику острого словца, следите за своей речью.)

Спокойно, это – ограбление!

Ко мне в дом залез вор. До сих пор нахожусь в шоке от этого кошмара. Когда грабитель вошёл, я его оглушила повалившись под руку ведром, ведь надо же было дать ему хоть какой-то отпор, не дав проникнуть в комнаты. Вор пробурчал что-то невнятное и убежал из дома в ворота. Я вызвала полицию, а потом всю ночь провела в страхе от свершившегося. Расскажите пожалуйста, как следует правильно действовать, когда в дом проникают грабители? Как себя обезопасить?

Большинство грабителей, которые вламываются в жилища, надеются быстро поживиться: вынести из дома электронику, драгоценности и другие ценные вещи. Как правило, у них нет цели причинить вред вам или вашим близким, но некоторые имеют более гнусные намерения. Многие преступники совершают налёты на пустующие дома, но они могут проникнуть в жилище и в вашем присутствии, если посчитают, что никого нет дома или добыча будет слишком соблазнительной. Услышав звук разбитого стекла или выломанной двери посреди ночи, у вас нет времени обдумывать намерения грабителей. Нужно действовать.

Итак,

1. Составьте план действий. План просто необходим, если в доме живёт больше одного человека, особенно дети. Выберите безопасное место, которое можно легко запереть и забаррикадировать, если в дом проникли грабители. В безопасном помещении должен быть работающий телефон, будь то стационарная связь или заряженное мобильное устройство.

Обдумайте маршрут эвакуации на случай, если вор проник в безопасное помещение.

2. Повышайте безопасность дома. Для некоторых потребуются время и деньги, тогда как другие варианты подразумевают лишь повышенную внимательность. Запирайте двери и окна. Не оставляйте потенциальному грабителю лёгких путей.

3. Познакомьтесь с соседями. Так они смогут присматривать за домом в ваше отсутствие и охотно содействовать полиции в случае происшествия.

4. Позаботьтесь о наружном освещении. Особенно важно обеспечить освещение в местах входа в дом. Реагирующие на движение прожекторы способны удивить и даже отпугнуть потенциальных грабителей.

Закрывайте шторы. Это поможет скрыть от посторонних глаз ценные вещи и помешает выяснить, дома ли хозяева.

Оставляйте свет включённым, даже когда вас нет дома.

5. Ведите себя тихо. Не издавайте ни звука. Ни при каких обстоятельствах не кричите на грабителя. Так вы лишь раскроете свое местоположение и вас быстро найдут.

6. Позвоните в полицию и опишите ситуацию. Дождитесь приезда полиции.

7. Не вступайте в открытое противоборство. Если грабитель лишь хочет забрать ценные вещи и требует открыть сейф, то следует уступить. Материальные блага не стоят вашей жизни!

8. Вооружитесь. Не стесняйтесь взять любой предмет, который можно метнуть в противника или нанести удар. В качестве оружия можно использовать разные предметы домашнего обихода.

9. Перцовый баллончик является весьма эффективным средством, но в некоторых случаях он может оказаться вне закона. Если баллончик разрешён, то купите и научитесь им пользоваться.



10. Если вам удалось увидеть грабителя, то постарайтесь запомнить, как можно больше деталей его внешности. Если он скроется, то вы сможете сообщить полиции все необходимые приметы!

Кроме всего перечисленного, как можно себя ещё обезопасить до ограбления?

Заведите крупную собаку. Даже лай и злобный рык могут отпугнуть преступника, тогда как вы будете чувствовать себя в безопасности. Также можно записаться на занятия по самообороне. Это позволит вам ощутить уверенность и дать отпор потенциальному грабителю. Изучите законы, чтобы знать допустимые меры самообороны. Важно знать свои права, чтобы самому не оказаться в тюрьме.

Подготовил Люмар Джихангиров

КУХНИ НАРОДОВ КРЫМА

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

- Мука пшеничная – 1 стакан (200 мл);
- Яйцо куриное (желток) – 1 шт.;
- Вода – 70 мл;
- Соль – 2 гр.

Для начинки:

- Куриное филе – 300 гр;
- Лук репчатый – 1 шт.;
- Белок яичный – 1 шт.;
- Растительное масло – 1 ст. л.;
- Соль – по вкусу;
- Чёрный молотый перец – по вкусу.



КРЕПЛАХ

Представляем вашему вниманию традиционное еврейское блюдо - вкусные пельмени с начинкой из вареной курицы – Креплах.

Итак, отвариваем в подсоленной воде куриное филе. Даем ему немного остыть и перекручиваем его на мясорубке.

В глубокую миску просеиваем пшеничную муку, добавляем соль, воду и добавляем яичный желток. Перемешиваем ингредиенты и замешиваем руками эластичное гладкое тесто. Убираем его в холодильник.

В миску с куриным фаршем добавляем порубленный репчатый лук, припущенный на растительном масле. Добавляем оставшиеся куриный белок, соль и черный молотый перец.

Тесто вынимаем из холодильника, делим его на части и раскатываем на подпыленной рабочей поверхности в тонкий прямоугольный пласт, разрезаем его на квадраты, размером примерно 6х6 см.

В центр каждого квадрата теста выкладываем немного приготовленного фарша. Скрепляем края теста – получаются треугольники.

Опускаем в кипящую воду заготовки пельменей. С момента закипания воды варим креплах около 5 минут. Вынимаем пельмени из воды шумовкой, выкладываем в глубокую тарелку, заливаем их горячим бульоном, добавляем зелень. Приятного аппетита!

Храм Солнца или Каменный цветок

Ещё одно необычное место, которое стоит посетить в Крыму, - храм Солнца, или крымский Стоунхендж. Находится он рядом с бухтой Ласпи, в которую можно попасть либо на автомобиле, либо на автобусе.

Точная дата образования храма Солнца неизвестна, но появился он в результате обрушения вершины горы Ильяс-Кая. Семь огромных каменных глыб рухнули вниз и случайно образовали форму цветка. Отсюда у храма возникает ещё одно название – «Каменный цветок».

Места, похожие на храм Солнца, принято называть местами силы, поскольку они напрямую связаны с энергией космоса. Правда это или нет, никому не известно, но то, что крымский Стоунхендж является необычным местом, - это факт. Сильная энергетика объясняется ещё и тем, что здесь, точнее на вершине горы Ильяс-Кая, греками был построен православный храм Св. Илии, так что можно утверждать - место это намоленное с древних времён место.

В основном люди едут сюда, чтобы найти ответы на свои вопросы, загадать желание, излечить своё тело и душу. И действительно, существует множество отзывов о том, что после посещения храма Солнца человек излечивался от той или иной болезни либо же его мечты исполняются.

ИНТЕРЕСНЫЕ МЕСТА КРЫМА



Храм Солнца или Каменный цветок

Координаты: 44°40'688"N 33°743'068"E

Фото недели: Воронцовский дворец



Поздравляем
Алима и Сусану Меметовых
с появлением на свет третьего ребёнка – сына!
Желаем родителям терпения и успехов в воспитании детей, а малышам – беззаботного детства и яркого счастливого будущего.
Счастья и благополучия вашей семье!
Любящие мамы, сёстры и племянники.

Внимание, конкурс!

Редакция газеты «Мераба» объявляет старт еженедельного конкурса на лучшее фото недели от подписчиков! Тема: Фото в красивых уголках Крыма.

Чтобы принять участие, Вы можете отправить своё фото, сделанное в хорошем качестве, на почту meraba2018@mail.ru.

Итоги будут подводиться в конце каждой рабочей недели. Фото победителя будет опубликовано в новом номере газеты «Мераба».

РАСЦЕНКИ НА РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМНЫХ МАТЕРИАЛОВ В ГАЗЕТЕ «МЕРАБА»

Вид печатной рекламы	Цена
Рекламный блок	20 руб. за кв. см
Рекламное текстовое объявление до 50 слов	5 руб. за кв. см

Приём объявлений и рекламы по тел. +7 918 024 46 24