

Табасарандин

СЕС

ТАБАСАРАН РАЙОНДИН
ЖЯМЯАЪТЛУГЪДИННА - ПОЛИТИКАЙИН ГАЗАТ



Голое
Табасарана

№32 (868) Жвуми, 17-пи август, 2018-пи йис (2001-пи йисан 5-пи майдианмина удубчвур).

Тебрикар

Урусатдин Государствойин пайдгъин йигъаз тълукъ вуди

Къурбан - машкврахъди!

Гьюрматлу ватанагълийир! Учву, мусурмарин гирами машкварикан саб вуйи улубкъурайи Къурбан – машкврахъди кIваантIан тебрик аплури, учвуз вари ужудар ляхнариъ заан хъуркъувалар, жандин многкам сагъвал, ярхи уьмур, ичв ва ичв хизанарин уьмриъ хушбахтвал ккун аплураза.

Гъит гьарган ихъ кIул'ин ислягъвалин укIу зав алди дюн'ийин вари халкъарин арайиъ мясляаът ади ишри.

«Табасаран район»
МР – ин Глава
А.Н.МИРЗАБАЛАЕВ.

Гьюрматлу динагълийир! Учву улубкъурайи Къурбан – машкврахъди кIваантIан тебрик аплураза. Аллагъдиз ибадатвал аплбан рякъюъ хъуркъувалар ишричвуз.

Гъит гьарган уьмриъ жандин многкам сагъвал, уьмриъ хушбахтвал гъисс аплручва.

Учвуз – вари ужувлар!

Райондин имамарин
советдин председателъ
Рамазан – Гъажи
ПИРМЯГЪАМЕДОВ.

Урусатдин пайдгъин йигъахъди!

Гьюрматлу ватанагълийир! Август вазлин 22 – пи йигъра ихъ улкейиъ адлу машквар йигъарикан саб ву. Думу йигъан ухъу ихъ Ватан вуйи Урусатдин Федерацияин Государствойин шубуб рангнан пайдгъин йигъ къайд аплурхъа.

Думу машкврахъди кIваантIан тебрик аплури, учвуз дюн'ийиъ айибкъан вари ужувлар, жандин многкам сагъвал, уьмриъ хушбахтвал ккун аплурза.

Гъит гьарган дюн'ийиъ ислягъвал, халкъарин арайиъ мясляаът ади ишри. Гъит ихъ улке гьарган кюкю адабшвурайи улкйирин жергейиъ ади гъубзри.

«Табасаран район»
МР – ин Глава
А.Н.МИРЗАБАЛАЕВ.

Асиллу дарувалин лишнарикан саб

Гьюрматлу ватанагълийир! 1994 – пи йисхъанмина ухъу Урусатдин Федерацияин Государствойин пайдгъин йигъ къатI'и вуди август вазлин 22 – пи йигъан къайд аплурхъа. Думу машкварси къайд аплувал 1991 – пи йисан 22 – пи августди урусатдин тарихи шубуб рангнан пайдагъ цIийи алапIувалихъди алакьалу ву.

Мялум вуйиганси, фунубра асиллу дару гьюкуматдиз чан асиллу дарувал улупру асас лишнара: государствойин герб, гимн, пайдагъ. Думу лишнари чпи сагъибар вуйи улкейин тарихи рякъюн хусусивал, дидин жара улкйирихъан тафавутлувал улупру.

Урусатдин тарихи пайдгъин рангари фу улупруа?

Лизи ранг. Рангарин женгнаъ, аьдат вуйиганси, дидиз арсран ранг кIуру, гъаци, «арс» дупнура гъитру. Лизиб ишлетмиш аплбан мяна: тахсиркарвал, марцивал. Думу рангну гъацира аькъюллувал, умудлувал, дугъривал, ачухъвал ва жара ужудар лишнара улупру. Алхимияйиъ арс гевгъриз барабар гъисаб аплура, хъа астраномияйиъ – вазлиз. Табиаътдин къуватарикан лизиб шид ву.



УкIуб. Думу завун ранг. Уччушнан, заанвалин, адлувалин ва намуснан, гъюдливалин, дугъривалин, намуслувалин, кIваантIан вуйи лишнара улупру ранг вуди гъисаб шула. Дидланна савайи, айибсузвал, аьхювал, гъяйбатлувал улупулару укIу рангназ хас ву. Табиаътдин къувват мушваъра шид ву. Планетйирин арайиъ Юпитер, хъа алхимияйиъ укIу рангну къялан, люгъюм улупру.

Уьруб. Аьдат вуйиганси, диди къягъялвалин, кIубанвалин, дирбаш'валин, гучI дарувалин лишнара, гъацира

мюгъюббат, жумартвал (мяргъяматлувал) улупру. Гъацира уьру рангнан мянайикинди ихтияр, цIа, манишин кахъра. Алхимияйиъ уьру рангнан вуди яькут ва рукъ гъисаб аплура.

Аьдат вуйиганси, ухъу пайдгъикан улхруган, гъаци, рангар ктухну гъитурхъа. Хъа рангарин мяна гъисабназ гъадабгъурдархъа. ВуйиштIан, думу аьхю эгъемиятлу ляхин ву.

Къайд дапIну ккундуки, аьхиримжи вахтна пайдгъин йигъ ихъ улкейиъ лап яркьуди къайд аплура. Сач гъам Мягъячгъалайиъ, гъамсана

районарин центрариъ думу йигъаз тълукъ вуйи яркьу ва марагълу серенжемар кIули гъушнийи. Дурарин арайиъ китабарин выставкйир, викторинийир, мялуматарин сьятар, спортдин талитар, жюрбежюр конкурсар ади гъахъну.

Цци Государствойин пайдгъин йигъ гъяфтайин гьербе йигъаз алабхъура. Иншаллагъ, машквар хъана эгъемиятлу ва марагълуди къайд аплур. Асас фикир культурайин серенжемар кIули гъахъаз тувнийишра, ужу вуйи.

Р.КЪУРБАЛОВ.

Урусатдин Гъавайин Флотдин йигъаз тълукъ вуди

Гъар йисан август вазлин шубубпи элгъет йигъан ихъ улкейиъ Урусатдин Гъавайин Флотдин йигъ къайд аплуру. Машкваран тарих 1933 – пи йислан ккебгъра. Цци думу 19 – пи августдиз алабхъура.

Машкваран бинайиъ 1933 – пи йисан 28 – пи апрели адабгъу СССР – ин халкъдин комиссарарин Советдин 859 – пи нумрайин «СССР – ин Союздин Гъавайин Флотдин йигъ» къайд аплбан гъякънаан Къарар а. Думу йигъ къайд аплбан аьдат СССР гъадабгъхъанминара гъубзну.

Гъадму йигъан гъацира улкейин Гъавайинна Дявдин Къуватариз бахш вуйи серенжемарра кIули гъахури шулу. Думу авиацияйин цирклиъ лихурайи пишекларин, думу пишеклар гъязур аплру урхбан заведенйирин мялимарин ва студентарин машквар вудира гъисаб аплура.

Сифте машквар 18 – пи августди къайд аплуз ккебгънийи. Хъасин думу шубубпи элгъет йигъазди дивну.

СМИ – йиан.

Подписка – 2018

Ав, давам аплуз шулу

Ццийин къюбпи гъацIаз подписка аплуз хъудрукъдарикан сар – швнури гьерхну: «Гъаму йискан имбу вазариз ихъ «Табасарандин сес» газатдиз подписка аплуз шулин?» Жаваб туврача:

- ав, шулу. Анжах газат учву подписка гъаплу вазлин къяляхъди гъюрайи вазлихъантина адабгъидичва.

Саб вазлиз подпискайин къимат: 49 манатна 33 кепек.

Индекс: 51375.

Редакция.

Всё о сахарном диабете

Питание при диабете

Сахарный диабет - распространенное эндокринное заболевание, обусловленное недостатком в организме инсулина (гормона поджелудочной железы) или его низкой активностью. Вследствие этого при сахарном диабете в крови возрастает содержание глюкозы (гипергликемия), что приводит к нарушению обмена веществ и постепенному поражению практически всех функциональных систем организма.

Главная лечебная цель мероприятий при сахарном диабете - нормализовать обменные процессы в организме. Показателем нормализации является снижение уровня сахара в крови. Одновременно улучшается и общее самочувствие больного: уменьшается жажда, повышается работоспособность.

Основные правила питания при диабете

- Питание должно быть дробным (5 - 6 приемов в сутки), что способствует более равномерному всасыванию углеводов из кишечника с резким повышением уровня глюкозы крови.

- Пищу необходимо принимать в определенные часы, тогда будет легче регулировать сахар крови и дозу инсулина.

- Надо исключить или ограничить продукты, высоко поднимающие сахар в крови: сахар, кондитерские изделия, варенье, джем, виноград.

- В рацион питания должна быть включена пища с достаточным содержанием клетчатки, «пищевых волокон» (овощи, мучные изделия), так как эти продукты в меньшей степени повышают сахар.

- Желательно, чтобы приготовленные блюда содержали небольшое количество жира (30%), причем более половины (до 75%) его должно быть представлено растительными маслами (подсолнечное, кукурузное, оливковое и др.).

- Калораж пищи больного ребенка должен быть одинаковым изо дня в день (особенно при подборе дозы инсулина) и соответствовать его возрасту. Очень важно поддерживать также одинаковый калораж в одни и те же приемы пищи (завтрак-завтрак, обед-обед и т.д.).

- В остальном диета больного СД не должна отличаться от нормального (физиологического) питания

Особенности питания при диабете

При сахарном диабете требуется в первую очередь диетическое лечение. Количество энергии в пище должно равняться потерям энергии больного, сбалансированное поступление белков, жиров, углеводов, прием пищи - 5 - 6 раз в день. Расчет питания проводится в хлебных единицах. 1 хлебная единица = 12 г глюкозы. В сутки в организм должно поступать 18 - 24 хлебных единиц, которые распределяются так: завтрак 9 - 10 ед.,

второй завтрак и полдник по 1 - 2 ед., обед 6 - 7 ед., ужин 3 - 4 ед.

Для больных диабетом с избыточным весом нужно включать в диету такие овощи, как свежая и квашеная капуста, шпинат, салат, зелёный горошек, огурцы, помидоры. Это усиливает чувство насыщения. При диабете значительно страдает печень. Для улучшения ее функции нужно вводить в диету продукты, содержащие липотропные факторы (творог, овсянка, соя и другие), и ограничивать жареные блюда, а так же мясные и рыбные бульоны.

Имеется несколько вариантов диет для больных сахарным диабетом, однако в домашних условиях можно пользоваться одной (диета 9), которую можно легко приспособить к лечению любого больного, исключая или добавляя отдельные блюда или продукты.

Пища больного сахарным диабетом должна быть богата витаминами, поэтому полезно вводить в рацион витаминносители: дрожжи пекарные, пивные, отвар шиповника, ССП, БАД.

Запрещено употреблять в пищу: кондитерские изделия, сдобу, варенье, конфеты, шоколад, мед, мороженое и прочие сладости, острые, соленые, пряные, копченые закуски и блюда, свиной и бараний жир, алкогольные напитки, бананы, виноград, изюм. Сахар допускается лишь в небольших количествах по разрешению врача.

Сахарный диабет без сопутствующей избыточной массы тела и ожирения.

Основной вариант стандартной диеты (таб. 1, приложение №4, инструкция по организации лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях, приказ МЗ РФ №330 от 05.08.2003).

Сахарный диабет при сопутствующем ожирении.

Вариант диеты с пониженной калорийностью (низкокалорийная диета) (таб.1, приложение №4, инструкция по организации лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях, приказ МЗ РФ №330 от 05.08.2003).

Рекомендуемые продукты и блюда:

Хлеб преимущественно черный.

Супы преимущественно на овощном отваре. На слабом мясном или рыбном бульоне с овощами 1 - 2 раза в неделю.

Блюда из мяса, птицы, рыбы. Говядина, телятина, курица, индейка в отварном и заливном виде, нежирные сорта рыбы в отварном виде.

Блюда и гарниры из овощей. Капуста белокочанная, цветная, салат, редис, огурцы, томаты, кабачки. Картофель, свекла, морковь (не более 200 г в день). В сутки рекомендуется 900 - 1000 г овощей в сыром, вареном и печеном

виде.

Фрукты и ягоды, сладкие блюда и сладости. Кислые и кисло-сладкие сорта фруктов и ягод (яблоки антоновские, лимоны, апельсины, красная смородина, клюквы и др.) до 200 г в день в сыром виде, в виде компотов на ксилите, сорбите.

Блюда и гарниры из круп. В ограниченном количестве.

Яйца и блюда из них. Цельные яйца (не более 2-х штук в день) всмятку, в виде омлетов, а также для добавления в другие блюда.

Молочные продукты. Молоко, кефир, простокваша, творог в натуральном виде или в виде сырников и пудингов, сыр, сметана, сливки в ограниченном количестве.

Напитки. Чай, чай с молоком, кофе некрепкий, томатный сок, фруктово-ягодные соки (лучше свежеприготовленные) из кислых сортов ягод и фруктов, особенно из черники, вишни, клюквы, брусники, клубники, земляники, облепихи, ежевики, костяники, цитрусовых, тыквы, черной смородины, красной смородины, малины, крыжовника.

Жиры. Сливочное масло, растительное масло - всего 40 г (в свободном виде и для приготовления пищи).

Запрещаются продукты, богатые легкоусвояемыми углеводами (сахар, мед, варенье, кондитерские изделия и т.д.) в т.ч. сладкие фрукты и ягоды (виноград, изюм,

дыни, арбузы, груши, абрикосы и т.д., алкогольные напитки.

Питание при сахарном диабете I типа

Имея ряд общих целей (устранение симптомов высокого сахара крови, сведение до минимума риска гипогликемий, профилактика осложнений), пути лечения инсулинзависимого и инсулиннезависимого сахарного диабета существенно различны.

Основной метод лечения при сахарном диабете 2 типа - нормализация массы тела с помощью низкокалорийной диеты и повышения физической активности.

При сахарном диабете 1 типа (СД1), возникновение которого связано с гибелью бета-клеток с поджелудочной железы и инсулиновой недостаточностью, основным методом лечения служит заместительная инсулинотерапия, а диетические ограничения, согласно современным воззрениям, носят вспомогательный характер и должны даваться лишь в той мере, в какой их инсулинотерапия отличается от выработки инсулина у здорового человека.

Усовершенствование режимов инсулинотерапии и самоконтроль обмена веществ по уровню сахара в крови дают больному СД1 возможность регулировать потребление пищи только в зависимости от чувства голода и насыщения,

подобно здоровым людям. Но введенный инсулин «не знает», когда и сколько вы едите. Поэтому вы сами должны позаботиться о том, чтобы действие инсулина соответствовало питанию.

Следовательно, вам необходимо знать, какая пища повышает сахар крови.

Пищевые продукты состоят из трех компонентов: белков, жиров и углеводов. Все они обладают калорийностью, но не все повышают сахар крови. Жиры и белки не обладают сахароповышающим действием. Из этого следует, что большой СД1 может потреблять - белки и жиры (мясо, рыбу, птицу, морепродукты, яйца, масло, сыр, творог и др.) в таком же количестве как здоровый человек, в зависимости от своего аппетита, привычек и т.д., при условии нормального веса тела. Реальным сахароповышающим действием обладают лишь углеводы. Но это не значит, что их нужно ограничивать. Это значит, что углеводы нужно учитывать, чтобы правильно рассчитать дозу инсулина короткого действия. Какая пища содержит углеводы? Это легко запомнить: все растительные продукты, а из животных - только жидкие молочные продукты. В то же время есть такие виды углеводистых продуктов, после которых сахар крови либо не повышается совсем, либо повышается незначительно. К ним относятся почти все виды овощей, употребляемые в обычных количествах.

Продукты, повышающие сахар крови и требующие подсчета, делятся на 4 группы:

1. Зерновые (злаковые) - хлеб и хлебобулочные изделия, макаронные изделия, крупы, кукуруза.
2. Фрукты.
3. Картофель.
4. Молоко и жидкие молочные продукты.

5. Продукты, содержащие чистый сахар, так называемые легкоусвояемые углеводы.

Чтобы питаться разнообразно, нужно научиться заменять одни блюда, содержащие углеводы, другими, но так, чтобы сахар крови при этом колебался незначительно. Такую замену легко делать с помощью системы хлебных единиц (ХЕ). Одна ХЕ равна количеству продукта, содержащего 10 - 12 граммов углеводов, например одному куску хлеба. Хотя единица носит название «хлебная», выразить в них можно не только количество хлеба, но и любых других углеводсодержащих продуктов. Например, 1 ХЕ содержит один апельсин средней величины, или один стакан молока, или 2 столовых ложки с горкой каши. Удобство системы ХЕ заключается в том, что больному нет необходимости взвешивать продукты на весах, а достаточно оценить это количество визуально - с помощью удобных для восприя-

тия объемов (кусочек, стакан, штука, ложка и т.д.). Таблицы ХЕ можно получить в школах для больных или найти в специальной литературе. Зная, сколько ХЕ вы собираетесь съесть за прием, измерив сахар крови до, вы можете ввести соответствующую дозу инсулина короткого действия, и затем проверить сахар крови после еды.

Среди больных диабетом бытуют заблуждения относительно влияния на сахар крови тех или иных продуктов. Так, очень часто больные считают, что можно есть только черный хлеб. Как можно выяснить из справочников, существенных различий в содержании углеводов белом и черном хлебе нет. То же самое касается и гречневой каши - продукта, который на протяжении десятилетий почему-то считался лечебным для больных диабетом. На самом деле по содержанию углеводов гречневая каша не отличается существенно от других круп. Содержание же в ней большого количества каких-то полезных веществ (железа, витаминов) никакого отношения к диабету не имеет. Подобная ситуация возникала и с фруктами: больному разрешали есть только, зеленые кислые яблоки, хотя известно, что содержание углеводов в разных сортах яблок примерно одинаковое.

Хорошо обученному больному СД1, который часто (несколько раз в день) измеряет сахар крови и правильно изменяет дозу инсулина, разрешается употреблять даже сладости в разумном количестве, подсчитав их в ХЕ.

Какие же существуют ограничения в питании у больных СД1:

1. Рекомендуется съедать на каждый прием пищи более 7 - 8 ХЕ.

2. Запрещены для больных сладости в жидком виде (лимонад, чай с сахаром, фруктовые соки), поскольку подъем сахара после них особенно быстрый. Но эта проблема легко решается при использовании сахарозаменителей.

Приготовление пищи и виды кулинарной обработки при диабете могут быть любыми. Рекомендации готовить на пару, избегать жареного, острого и т.д. должны даваться только тем больным, у которых, помимо диабета, имеются заболевания желудочно-кишечного тракта.

Такое свободное питание может осуществлять только обученный больной, проводящий частый самоконтроль и находящийся на многократных инъекциях инсулина. Соответствующее обучение можно пройти в специальных школах для больных диабетом.

Э.ГАМЗАЕВА,
эндокринолог ЦРБ.

Отметили грамотой

На прошедшем недавно в Республиканском МФЦ совещании были подведены итоги работы этой организации за 2 квартал. Участвовал в мероприятии и министр экономики и территориального развития РД Осман Хасбулатов.

На совещании было отмечено, что с начала года филиалы МФЦ республики оказали гражданам более миллиона услуг. Обработано более 700 тысяч обращений. Осман Хасбулатов отметил работу филиалов в части поддержки кадрового конкурса «Мой Дагестан». Были обсуждены и другие рабочие вопросы.

В завершении совещания отличившимся работникам



МФЦ были вручены награды. В том числе Почетной грамотой от Председателя Правительства РД Артема Здунова за достигнутые трудовые успехи и высокий профессионализм был отмечен Абдулжеллилов Абдулжелли

Абдурогимович, начальник юридического отдела ГАУ «МФЦ в РД».

А. ИСАЕВ.

На фото: Осман Хасбулатов вручает Почетную Грамоту Абдулжеллилу Абдулжеллилову.

Тикилишарин ляхнар яваш шулдар

Ихъ аьхюдари к1уруганси, дюнья бина гьабхьхьанмина тикилишар тикмиш аплурайиб ву. Ав, инкар аплдархьа, гьарсаб девриз чан сягьнан, жюрейин тикилишар тикмиш аплуб алабхьну ва алабхьура. Улихьдин девриз гьулан агьалйир шагьриз гьагьгьовал гьамуськан гизаф шулдаи. Дурар шагьрариз гьушиган, иллагьки сабпи ражну, душвариь тикмиш даплнаи ва аплурайи аьхю хулар, тукар, базар гьаркьыган, мюгьгал духьну гьузуйи. Гьи дици дар, гьам жигьилар, гьамсана кьабидар гьуларийт1ан шагьрарий гизаф шулу, дицдар тикилишарихь дурариз лихубра алабхьура.

Хьа эгер, варисабишв'инди гьисабназ гьадабгьиш, реформийрин деврихьан читинвалар алахьнушра, аьхиримжи йисари ихъ уьлкейинси, райондин агьалйирира гьийин деврин т1алабариз жаваб тувру тикилишар тикмиш аплуз хьогьна. Агьалйир деьру хуларикан улхуруш, гьи дурар ми – мидарди вари ди яшайишдиз вари шараритар айидар тикмиш аплура. Хулаь кюмек айидар лихуз гьагьгьори, жикьби вахтнан арайиь ц1ийи хулар, алверин точкйир тикмиш аплура. Хьа ухьуз гизаф даршра, дилавар ксарра ахьуз. Дурари чпин хусуси дакьатарихь ва кьувватаринди мал – кьарайиз фермийр тикмиш аплуру, бицли заводар тикмиш аплрударра ц1иб адар. Улихьдиси гьюкуматди вари тикмиш даплну туврушв имдар гьаддиз, тикилишдин ляхнар агьалйири чпи к1улизи адагьура. Ав, инкар аплдархьа аьхю шагьрарий яшамий шули, деьру хуларин нубатнахь дийигьнайи агьалйириз гьюкуматдин терефнаан гизаф мертебйирин хулар тикмиш даплну, ишлетмиш'вализ тувру аьдат гьеле хайлин йишварий ими. Совет уьл-



кейин девриь дициб аьдат жара районариьси, ихъ райондиьра айи. Гьадмуган тикмиш даплну, агьалйириз яшамий хьуз ишлетмиш'вализ тувру хуларин дараматарий гьира агьалйир яшамий шули ими. Совхозар айишварий гьара совхоздиь лихури деьру хулариз игьгьяж айи рабочйириз яшайишдин хулар тикмиш даплну тувуйи. Гьайифки, думу аьдат гьийин реформийрин читин деври ихъ йишварий давам аплуз мумкинвал туврадар.

Узу зиихь кьайд гьаплганси, тикилишар фунуб девриьра, гьаммишан тикмиш аплурайидар ву. Ухьуз айи гьядар, рякьяр ва жара идарийр тикмиш аплури, хайлин тикилишчйир лихура, гьаддиинди чпин хизандин дуланажагь аплура. Ав, ухьуз мялум вуйиганси, гьамусьяьтна тикмиш аплурайи рякьяр, гьядар гьийин деврин т1алабариз жаваб туврудар вуди тикмиш аплуз чалашмиш шула. Дурар тикмиш аплуз удуч1вру пулин дакьатарра бицлидар дар. Мисалназ, гьаму йисан Дагьустан Республикйин хулар тикмиш аплбан артмиш'вализ федералин бюджетдиан 1,2 миллиард манатт1ан зина пулин дакьатар деетну. Пишекрари кьайд аплурайиганси, ухьуз лазим вуйи кьадар тикилишар тикмиш аплуз думу пу-

лин дакьатар гьурк1урдаршра, думура хайлин кюмек ву. Дилавар ксарин кюмекниинди тикмиш аплру тикилишарра ц1иб адар. Дурари аьхирихьси, мектебарин, спортзаларин дараматар, рякьяр тикмиш аплуру, гьуларий айи штун булагьар расва ц1ийидар тикмиш аплуру, гьулаз шид зигуру. Гьадмура гьулан агьалйириз аьхю кюмек ву. Аьхиримжи вахтари дилавар ксари гьуларий мистар тикмиш аплувалра аьдатнаь абхьна. Думу ляхнира гьулан динагьлийириз мистаз душну, гьудган аплуз мумкинвал тувра. Саспи гьуларий хизандин дуланажагьдиз читинвал кайи хизанариз, гьулан жигьилари чпи яшайишдин хулар тикмиш даплну тувра. Дюз гьапиш, дицдар жумарт юк1в айидарин кьадар думукьан аьхюбдар, вушра дурар ихъ арайиь а.

Кьайд аплуб лазим шулуки, тикилишдин ляхнар пулин дакьатар гизаф харж шлудар ву. Гьацци вушра, тикмиш аплувал саб йишваьра яваш шулдар. Йислан – йисаз гьуларий, шагьрарий тикмиш аплру дараматарин кьадар артухь шула.

Угьлангерек АБДУЛЖЕРИМОВА,
отделин редактор.
Н.РЯГЬИМОВДИ
гьиву шикил.

Гьулан мяишат

Йисандин сабпи гьац1ан натижйир гьивну

Хьадан аьхиримжи ваз улубкьна. Гьулан мяишатдин цирклиь лихурайидар чпи битмиш гьаплу продукция саб пуч'вал адарди уч аплуз чалашмиш шула. Гьавайин шарайтарра писди дар. Цийин мяишатлугь йисандин натижйир йивуз гьеле ухди ву, хьа гьац1 йисандин гьаплу ляхнин натижйир харжидар дар.

Мисалназ, ихъ республикайин гьулан мяишатдин ва ит1ру – ухру сурсатарин промышленностдин министерствойин мялуматдиинди, гьаму мяишатлугь йисан сабпи гьац1аз вуйи улубариинди, республикайиь саб миллион тоннт1ан артухь кьордуз мал – кьарайиз кьуру аьлафар гьазур гьаплну, гьадму гьисабнаан, 891,2 агьзур тонн ук1, 20,2 агьзур тонн сенаж, 54,4 агьзур тонн лембе, 1,2 агьзур тонн силос ва жара аьлафар. Думу улупуб ккудубшу йисан тялукь вахтнат1ан 24,2 агьзур тонндинди артухьди ву. Варит1ан гизаф кьуру аьлафар (109,3 агьзур тонн) Кьизлар райондин аграрникари гьазур аплуб гьисаб шула.

Республикайин аграрникари чвлин мягьсулар уч аплувал давам аплура. Июлин аьхириз вуйи улупбариинди, республикайиь 71,3 агьзур гектар хут1лариь дурзнайи игнар гьургну ва душвариан 143,6 агьзур тонн тахил уч гьаплну (гьарсаб гектариан бегьерлувал 20,2 центнер). Варит1ан гизаф тахил (16,7 агьзур тонн) Кьизлар райондин экинчйири уч гьаплну.

Республикайин бистнариан бистнин мейвйир уч аплувалин ляхинра гьизгьинди к1ули гьабгьюра. Гьацци, гьаму йисан июлин аьхириз вуйи улупбариинди, республикайиь варисабишв'инди 14,7 агьзур гектариан (485,3 агьзур тонн бистнин мейвйир уч гьаплну гьарсаб гектариан 328,8 центнер), бегьер уч аплувал давам шула. Думут1анна савайи, 4,6 агьзур гектариан 93,7 агьзур тонн картфар уч гьаплну (гьарсаб гектариан бегьерлувал 201,1 центнер). 9,4 агьзур гектариан 59,2 агьзур тонн йимишар уч гьаплну (гьарсаб гектариан 63,2 центнер). Улупбари субут аплурайиганси, варит1ан гизаф бистнин мейвйир Дербент районди, хьа йимишар Мягьрамкент районди уч гьаплну.

Республикайин малдарвалин циркли аьхиримжи йисари ужудар натижйир улупура. Гьацци, гьаму йисан сабпи гьац1аь республикайин малдарвалин цирклиь лихурайидари 65,7 агьзур тонн йикк гьасил гьаплну (ч1иви гьагь гьисабниинди). Думу улупуб ккудубшу йисан тялукь вахтнат1ан 0,4 процент артухьди ву. Никк 427,1 агьзур тонн (1,9 процент артухьди) гьасил гьаплну. Хьа муртйир гьасил аплувал ккудубшу йисант1ан ц1иб гьабхьну, яни гьаму йисан сабпи гьац1аь ихъ республикайиь 108,2 миллион аьдад муртйир (0,9 процент ц1ибди) гьасил гьаплну.

Республикайин статистикайин улупбариинди, гьаму йисан сабпи гьац1аь ккудубшу йисан тялукь вахтнат1ан 1,3 процент артухьди, яни 22,107 миллиард манатдин гьулан мяишатдин продукция гьасил гьаплну.

Ихъ райондин кевшанариьра бистнин мейвйир, йимишар уч аплувалин ляхин ужуйи гьабгьюра. Кьуру аьлафар уч даплну ккудук1ну. Кьуру аьлафарт1ан савайи, райондиь кьордуз мал – кьарайиз гьажибугьдара убзуру. Думу куьлтурайинра ужуб бегьер битмиш дубхьна. Ихъ кевшанариин гьелелиг картфарин



бегьер уч аплуз хьогьнадар. Багахь вахтари думу куьлтура уч аплбан кампания ккебгьди. Пишекрарин гафарининди, гьаму йисан райондин хут1лариь картфарин ужуб бегьер битмиш дубхьна. Ихъ кевшанариь битмиш аплру хайлин жара куьлтурйирра уч даплну ккудук1дар а, уч аплуз имбударра ц1иб адар. Гьюру йисандин бегьериз кевшанар гьазур аплувализра гьам республикайин гьамсана райондин мягьсулдарари, бистанчйири, багьбанчйири асас фикир тувра, хьа малдарар кьордуз мал – кьара аьру йишвар гьазур аплбиин машгьул духьна. Саб гафниинди, гьулан мяишатдин цирклиь гьегьмет зигурайидариз йисандин фону вахтнара тамам аплуз ляхин а.

Гьулан мяишатдин отдел.

Назначен новый заместитель прокурора

В конце июля в прокуратуре Табасаранского района произошли кадровые изменения - назначен новый заместитель прокурора. Им стал Казимов Садулла Надирович.



Назначение произошло в соответствии с приказом прокурора Республики Дагестан Попова Дениса Геннадиевича. Садулла Казимов родился в городе Дербенте в 1988 году. В 2005 после окончания школы № 19 в Дербенте поступил в Институт прокуратуры РФ Академии права в городе Саратов, который с отличием закончил в 2010 году. Службу в органах прокуратуры РФ начал в должности помощника прокурора Курахского района. В 2013 г. работал на должности старшего прокурора управления правовой статистики в прокуратуре РД. В прошлом году был назначен на должность прокурора отдела управления по надзору за следствием, дознанием и оперативно-розыскной деятельностью прокуратуры РД, с которой и был назначен в прокуратуру Табасаранского района.

А. ИСАЕВ.
Фото Н. РАГИМОВА.

Цель - реабилитация несовершеннолетних

По инициативе Министерства труда отделение реабилитации несовершеннолетних с ограниченными возможностями в КЦСОН в МО «Табасаранский район» было переименовано в отделение дневного пребывания детей и семей с детьми.

Помимо названия отделения, поменялись структура, штаты и должностные обязанности работников отделения.

На данный момент отделение выполняет разносторонние задачи: всестороннее обследование и оздоровление подопечного; помощь подопечным в овладении коммуникативными навыками; помощь подопечным в учебном процессе; приобщение подопечных к труду; организация работы с семьей. К категориям граждан, имеющих право на обслуживание в отделении дневного пребывания, относятся: дети и семьи с детьми, нуждающиеся в социальной помощи и комплексной реабилитации: дети оставшиеся без попечения родителей, или иных законных представителей; малообеспеченные семьи: неполные семьи; многодетные семьи; семьи, принявшие ребенка на воспитание; семьи, воспитывающие детей – инвалидов и детей с ограниченными возможностями. В отделении дневного пребывания детей и семей с детьми могут получать следующие виды услуг: социально – бытовые, социально - медицинские, социально – психологические, социально – педагогические, социально - трудовые, социально – правовые, социально - коммуникативные.

Данные виды услуг оказывают квалифицированные специалисты, такие как: врач – невролог, учитель – логопед, психолог в социальной сфере, медицинская сестра по массажу и по физиотерапии, социальный педагог и другие специалисты.

Сотрудники отделения создают условия, способствующие достижению максимального эффекта в результате комплексной реабилитации. О работе отделения можно услышать только положительные отзывы.

Несмотря на это, сотрудники не перестают совершенствоваться, не останавливаются на достигнутых результатах.

Мы будем рады принять всех, кому необходима наша помощь.

Телефон горячей линии – 8-963-427-35-66

Телефон заведующего отделением дневного пребывания – 8- 960-421-72-10.

АБДУЛКЕРИМОВ Н.З,
заведующий отделением дневного пребывания детей и семей с детьми.

Поздравляем Тимура!

В последнее время все чаще приходят новости об успехах уроженцев района в спортивных единоборствах на юношеском уровне. И вот очередная приятная новость, на днях на III юниорском чемпионате мира по киокишин каратэ в городе Караганде (Казахстан) победителем стал наш земляк Тимур Гасанов.

Ему 14 лет, в настоящее время он проживает в городе Махачкала и является воспитанником тренера ДЮСШ № 2 Маммы Омара, у которого тренируется уже 10 лет. Рассказать о своем успехе в редакцию нашей газеты Тимур пришел с отцом Султаном Гасановым и дедушкой - хорошо известным в районе, бывшим председателем Табасаранского районного суда Алимйрозой Гасановым.

Как рассказал Султан Гасанов, помимо Тимура у того же тренера тренируются и два его младших сына - Мохаммед (9 лет) и Ахмед (6 лет). Сам он тоже в свое время занимался единоборствами в ДЮСШ № 1 в селении Хучни. Так что, можно вести речь о целой династии спортсменов.

Перед тем, как попасть на чемпионат в Казахстане, Тимур участвовал в Чемпи-



онате России в Москве и завоевал первое место в своей весовой категории. Эта победа дала ему право представлять нашу страну на III юниорском чемпионате мира по каратэ в Караганде. Этот традиционный турнир проводится раз в два года в различных городах этой среднеазиатской страны. На этот раз он прошел в Караганде. В соревновании приняли участие более 200 спортсменов из 23 стран. Участники соревновались в трех возрастных группах и 15 весовых категориях. В группе до 14 лет и категории до 45 кг Тимур оказался сильнее всех своих оппонентов. На награждении он был удостоен почетной грамоты, золотой медали и специально-

го кубка. Помимо индивидуального зачета, проводился и командный розыгрыш. Здесь вне конкуренции были родоначальники каратэ из Японии. Второе место досталось команде хозяев соревнований. Третье почетное место у сборной России.

«Это был очень интересный турнир, но нужно уже готовиться к следующему. Осенью этого года предстоит очередная чемпионат нашей страны, и хочу достойно представить нашу республику и район», - поделился Тимур своими ближайшими спортивными планами. Что же, пожелаем ему удачи.

А. ИСАЕВ.
Фото Н. РАГИМОВА.

Навели чистоту

В районе продолжают экологические акции. По большей части они направлены на наведение чистоты на туристических объектах, но на этой неделе был приведен в порядок и районный стадион.

С инициативой убрать самый крупный спортивный объект района выступил Молодежный центр (МЦ) администрации, который провел акцию в рамках объявленного в 2018 республике Года экологии. Сбор мусора был осуществлен членами общественных молодежных организаций - «Волонтерами Победы», юнармейцами и др.

Еще несколько лет назад стадион был известен как летнее нелегальное пастбище для крупного рогатого скота. Буренки предпочитали использовать его для полуденного или вечернего отдыха в жаркую погоду. Тем более на футбольном поле трава росла исправно. Но после того, как доступ коровам туда перекрыли, районный стадион приобрел большую популярность среди любителей здорового образа жизни. Они занимаются на нем оздоровительной физкультурой, спортивной ходьбой или силовыми упражнениями на спортивных снарядах. Обратной стороной популярности является большое количество мусора, который оставляют за собой посетители: пластиковые и стеклянные бутылки из под минералки, упаковки от фаст-фуда и прочее.



Как сказал директор МЦ Рамис Рамазанов активисты молодежи убрали весь мусор в мешки и приготовили к вывозу. Помогали и находившиеся на стадионе физкультурники. Но, главное, конечно, здесь не сорить, поскольку регулярно на стадионе никто не убирает.

После уборки на стадионе пришел черед и статусных достопримечательностей, которые в летние месяцы посещает большое количество туристов из других регионов республики. Речь идет о Ханагском (Хучнинском) водопаде и крепости Семи братьев и одной сестры. Недавно волонтеры уже убирали территории прилегающие к этим достопримечательностям, но силами недисциплинированных посетителей мусор появляется вновь. Кроме того, на территории водопада после каждого разлива наносит дополнительный мусор с верховой

реки, который плавает на его водяном зеркале. Поэтому сбор мусора у крепости и водопада напоминает борьбу Геракла с Лернейской гидрой. Вместо одной собранной бутылки появляется три новые. На этот раз «уловом» волонтеров стали 10 мешков мусора, которые были позже утилизированы.

Принявший участие в акции заместитель главы администрации Абдулвагаб Абдулов отметил, что субботники и экологические мероприятия на объектах культурного наследия и у памятников природы проводятся регулярно, поскольку все понимают их значимость для привлечения туристов в район, но важно также и культурное воспитание отдыхающих, которые должны понимать, что за собой надо убирать.

А. ИСАЕВ.
Фото Н. РАГИМОВА.

Жикъиди

10-тлан 24-пи августдиз Пятигорск шагъриь СКФО-йин жигъиларин форум «Машук-2018» к1ули гъабгъиди. Думу форумдин сабпи сменайин ляхний Дагъустан Республикайин 180 касдикан ибарат вуйи делегация иштирак шула. РД-йин жигъиларин министерствойин студентарихъди ляхин гъабхбан отделин к1улин специалист-эксперт, форумдин делегацияйин сабпи сменайин руководитель И.Лелаевди туву мялуматаринди, щийин йисан «Машук» форумдиь кюби сменйирь 360 кас иштирак хъиди, 160-рилан зина физический ксарин ва 25 - дихъна юридический ксарин коммерцияйин дару тешкилатарин проектар форумдиь эксперттарин улихъ уърхиди.

Дупну ккундуки, ккудубшу йисан к1ули гъубшу форумдиь гъалиб гъахъи грантарин арайиь ахъюну пай ихъ республикайин вуйи.

Форумдин иштиракчи, ихъ ватанагъли Физули Сефербеговра, чан проект хъади, кюбпи сменайиь иштирак хъиди. Ф.Сефербегов форумдиь кюбпи ражари иштирак шула ва ич сюгъбатнаь форумдиь учв иштирак хъувалин натижйир уждар хъпак умудлу вуйиваликан гъапнийи.

IX СКФО-йин «Машук -2018» жигъиларин форумдиь юк1уд агъзуртлан зина кас иштирак хъиди, гъадму гъисабнаан кюуд агъзур кас Кафари Кавказдин вари субъектариан, Урусатдин жюрбежор п1ип1ариан ва жара уьлкйириан жюрбежор конкурсарин нажитйирь гъалиб гъахъидар ву.

Серенжемдин иштиракчйириз форумдин гъюрматлу хъларихъди, политикарихъди, жмяяатлугъ ва дилавар ксарихъди, культурайин ва искусствойин вакиларихъди таниш хъуз мумкинвал хъибди.

Жигъил иштиракчйириз форумдиь тешкил дап1найи интеллектуалин, спортдин, яратмиш'валин 28 майдандин гъабгъру ляхнихъди таниш ва иштирак хъуз мумкинвал тувди.

Форумдин асас ляхин грантарин конкурс гъарсаб сменайин ахъирь к1ули гъабгъиди ва грант уьбхбан натижйир эксперттари йивиди. Проекттарин конкурсдиь гъалиб гъахъи физический ксари 300 агъзур манатдихъна, коммерцияйин дару тешкилатари 2,5 миллион манатдихъна вуйи грантарин сагъибар хъиди. Конкурсдин грантарин уьмуми фонд 83,8 миллион манат ву.

Жигъиларин мялуматар региондин арайиь туврайи ресурсди мялумат туврайиганси, Даггосфилармонияйи РД-йин культурайин министерствойин кюемкниинди ихъ республикайиь «Ислягъ Дагъустан» киноконкурс к1ули гъабгъабкан хабар дебккнуду. Фестиваль «Дагъустан Республикайиь 2018-2020 йисариз терроризмийн идеологияйиз къаршу вуйи комплексдин программайиз» асас вуди гъабхурайиб ву. Му фестивалиь 2010-пи йисхъамина вуйи ва хъуб дакъикъайин вахтан фильмйирихъан иштирак хъуз шулу. Фестивалиь гъалиб гъахъидариз Дипломар ва пулин пешкешар тувди.

Дагъустандин кардиологияйин ва юк1внанна- дамарарин центрин пресс-гъуллугъну хабар туврайиганси, чпи тешкил гъап1хъамина, урч1вуд йисандин арайиь, 7 агъзурпи операция гъап1ну.

Центрин (ДЦК) директор О.Махачевди туву мялуматаринди, Центр тешкил дап1ну сабпи юк1уд йисан(2009-2012-пи йисари) 460 операция гъап1ну, 2013-2018-пи йисари - 6540 операция. Центриь юк1внин ва юк1внан дамариин гъап1у 7 агъзур операцияйикан 2626 операция медицинайин заан технологйирин кюемкниинди гъап1дар ву. Ккудубшу йисан центриь 504 операция коронарный артерйирь стентар гъидкъиккамина ивру саягъининди дап1найидар ву. Гъаци вуйивали Дагъустандин кардиологияйин ва юк1внанна- дамариин центрра РФ-йин тълукъ медицинайин тешкилатарин арайиь кюбпи группайиь ап1ра.

Дупну ккундуки, багарихъди центриь юк1внин ва юк1внан дамариин операйир ап1руган искусственно беденди ифи либхбан къайда ишлетмиш ап1иди. Му къайдайи щийи жюрейин операйир ва дурарин къадар аргухъ аплуз мумкинвал тувди.

Юк1внан дамариин стентирование ап1бан вари жюре операйир Дагъустандин кардиологияйин ва юк1внан дамариин хирургияйин центриь к1ули гъабханди вуйиваликан ихъ республикайин сагъламвалин министр Ж.Гъажибрагъимовдира улихънаси мялумат тувну.

РД-йин ит1ру-ухру сурсатарин ва гъулан мяшатдин министерствойин пресс-гъуллугъну мялумат туврайиганси, Дагъустан республикайиь агрологистический центриь бистнин мейвйир уърхру йишвар тешкил аплуз планламиш дап1на. Министерствойи туврайи мялуматниинди, Мягъячгъала шагърин гъирагъдихъ 10 агъзур тонн бистнин ва бахчайин мейвйирин къадар уърхру дарамат, 21 гектариин теплица тикмиш, 10 гектариин ухди бегъер тувру бахча ибтну ккудук1ура. Дербент райондиь 10 гектар йишв'ин теплицйир, 10 агъзур тонн бистнин ва бахчайин йимишар уърхрушвар, тартиб аплуру цех айи гъасил ап1бан логистикайин комплекс тикмиш дап1ну ккудук1ура; Гергебиль райондиь 2,4 агъзур тонн бахчайин ва бистнин мейвйир уърхру йишв щийин йисан ахъириз тикмиш дап1ну ккудук1уз планламиш дап1на. 4,5 агъзур тонн йимишар уърхру йишвар Новолак райондиь, 5 агъзур тонн йимишар уърхру йишвар, складра хъади, Мягъячгъалайин Ленинский райондиь айи промзонайиь 2019-пи йисан инвесторарин кюемкниинди тикмиш аплуз кка. Гъацира 2020- пи йисаз Сулейман Ст1ал райондиьра 10 агъзур тонн мейвйир, Каспийск шагъриь 58 агъзур тонн гъулан мяшатдин продукция уърхру йишвар; Мягърамкент райондиь 53 агъзур тонн мейвйир уршру оптовый центр, Къарабудахкент райондиь 30 агъзур тонн йимишар уърхру центр тикмиш аплуз планламиш дап1на.

МХД-йинан гъазур гъап1ур
Кумсият МЯГЪЯМЕДОВА.

Ич биц1идариз урхай

Эльмира АБШУРБЕГОВА.
Дербент шагъур.

ВАРИ АБГЪЮ ТЮТЮГЪУШ

Ккудук1убси
гъюлягъ кьюрдун
ахълушнар,

Тютюгъушраз
гизаф гъахъну
гъайгъушнар:

Айвандиккан
салам туври кьефсиан,
Диди гъушар къабул
ан1ура йигъан.

Инглиш, француз,
аьраб, мумкин ву, гуржи
Ва жакъварин
имбу ч1алар харижи
Сегъриндиан
йишв хъайиз, ижи-харжи,
Текрар аплуб
дубхъна Тютюйин буржи.

Гъамци дидихъ,
улубкъиган хъадукар,
Дубхъна ахъю
мяна айи ляхин-кар.
Текрар аплубу
вари жакъварин мукъмар,
Чан мукъмариз
дидиз вахт гъубк1ри
имдар.

Вуйи вахтна
магъа гъамциб агъвалат,
Айвандиккна
гъабхну Замири саб датт.
«Бабу тувуб
гъибтундарза гъи убккуз,
Гъапну бали.
- Магъа, Тютю, дуст увуз».

Гук1ни гъабхъну
Тютю: «Фициб уьжсиб вуш
Кагъзин ишк1иь
йиз дук1ип1урайи гъуш!»
Саб-къюбан ч1игъ
гъап1ну диди,
дубхъну дерд,
Ва ккебехъну,
дар пиди, к1ури, учв мерд.

Фици вушра,
гъунши аплуз диндирмиш,
Гафар каъри,
хъуз хъюбгъний
думу таниш.

Амма даттли
Тютю гъясбикк аплурдар –
Уьлихъ хъюбгъру
думу, ккудук1ну удар.

Хъасин даттлиз,
юк1в дяхъяйиз,
тувну шид,
Къул иливну,
Замири хъабкъну ишик1.

Тютюгъушру,

гъуншдиз гъабхъиган
мажал,
Щийи к1ул'ан
ккбгъну дидихъди
гаф-ч1ал.

Саб жавабра
даршулайган ишк1иан,
Гъаври ахъри
адаршул, дупну, ч1алнан,
Тютю хъюбгъру
ч1алар'инди харижи
Даттлиз ктибтуз
чаз агъю ужуб-харжиб.

Амма даттли
саб ч1алназра йивдар иб.
Гъаддиз, вуш пну
думу ибарин гъагъиб,
Сес идипну
хуш-беш ккебгъру
Тютюйи –
Дидин ч1игъар
ярхларизкъан ерхъуйи.

«Къютткъюд!»- жикъи
жаваб шулу ишк1иан –
Даттли ери
к1урайи ч1ал'инди чан.
Амма Тютю
дюзди гъаври шуладай.
Вушул, к1урай
диди, даттлин ч1ал китай.

«Ибшири, гъунши,
закур йивурза мяъли –
Ахру вахт ву,
сарун ккебгъну а ахъли», -
К1ур Тютюйи.
Амма нивк1
дыргъюри гъич
Шулу думу,
гъунши гъюб'ан
дубхъну гиж.

Сабц1иб мани
шулайган дидин улар,
Вуйишт1ана,
хъубкъру дишла
гъац1ишвар.
Вагъ! Датт хъюбгъру
ч1имрарси йишван завуз
Саб-сабдихъди
уч1ру уьйир деетуз.

Юк1в дут1рубк1ди,
саб нуфт гъюзру
Тютюгъуш.
«Ккебехъ,- к1уру
диди,- ккебехъ, я бейгъуш!
Гъамусаят
хъибгува вари уба.
Мушв яв ахъ дар,
ву урч1увубпи мертеба!»

Даттли гъаспи
ккаурдар гафар дидин.

Вари хизан,
хъиргну, шулу ликриин.
«Баладайи, - к1ур
гагайиз дадайи,-
Закур аьрзназ
ихъ гъуншийр
гъафундайиш».

Амма даттлиз
ктайи сабдинра вижна –
Гъач1индизкъан
алдабгъундай чан зурна.
Гъач1нин хъана
Замири думу надинж,
Женгнаь гъабхъи игитси,
гъап1нийи динж.

Даттлин хъюлу
абц1найи Тютюгъушраз
Гъархну айи
вари ч1алар, агъю чаз.
Дадайи датт
айвандиккан гъабхбахъан
Сабц1иб гъалназ
гъюз хъюбгъний думу
лихъан.

Дидин му йигъ
гъубшну нивк1уз
гъабгъюри,
Чан вазифйир
Гъурк1уз, амриз дыргъюри;
Сарун дидиз
затра иштагъ имдайи
Текрар аплуз
ч1ат жакъвари к1урайиб.

Тек саб-къюбан
диди, абхури, ккебри,
Чакна гъап1ний
даттлин ч1ал'инди «ери!».
Ва, гъамци йигъ
дубшну, гъафний
вахт йишван –
Акв кут1убшну,
улубкънийи гъац1ишвар.

Сан гъудубжву
вахтна гъюз
хъюгъну уьгъйир,
Хъибгну Тютю.
Вагъ, уьгъйир дар -
ву уьйир!
Му йишванра
хизанар, духъну бейкеф,
Хъурк1ну мина,
хъипну гъарди чан лезф...

Сарун мушваь
фу гъабхънушра,
агъдарзуз.
Хъа к1арзачвуз
къанди гъеебхъуб узуз:
Ихъ Тютюйи
телефондиси зенгар
Йивура, к1ур,
вари аплури зигар.

Абдулмажид КЪУРБАНОВ.

ШЛИЗ ФУ ККУНДУ?

Сюгъбатнаь а биц1и
дустар,
Улхури а фасларикан.

- Фу ккундувуз увуз,
Рустам?
- Ккундузуз узуз хъадукар:
Хъадукра ерц1уру йифар,
Удуч1уру садпи кюкйир,
Йиччв уч аплуз
хъюгъру арфар,
Ккергъру жакъвари
мяълийир.

Хъа Надири к1уру: «Узуз
Варт1ан гизаф хъад
ккундузуз:
Хъадну шулу нирик
жик1уз,

Абайихъди хъарь
гъягъюз».

Чвул кадабгъну
Тимури чаз
Ва к1уру, лигури ярхлаз:
«Улубкъиган
гъизилин чвул.
Яркварар шулу гъаци
уччву!
Булди шулу гъарсаб
йимиш:

Ккундуш т1умут1,
ккундуш кумиш,
Жихрар, вичар...
Ва хумурзгар,
Ккундуш гъамци зурба
гугар».

Хъа Абдули
гъапну: «Узуз

Варт1ан гизаф
къюрд ккундузуз:
Къюрдну шулу
ккундуш ертуз,
Ккундуш нир'ин
хоккей аплуз»
Сюгъбатнаь а биц1и
дустар...

Вагъ! Рамисдиз фасил
имдар!
- Фу ккундувуз,
Рамис, увуз?
- Ккундузуз узуз
вари йис!

СКАНВОРД

Каменные джунгли	Официальное звание	Главный приз для рисаков	Лечащий врач в больнице	Груда, которая мала	Поющая Лайма	Жена Осириса
Рубль украинца	Индийская валюта	Неправда по детски	Вид гарантии по чеку	Орава рыбешек	Складная перероска	Лариска старухи Шапокляк
Внесение денег за покупку	Пельмени в Италии		Пояс в старину			Здоров как...
Крупный голубь	Привычный "путь" жизни		Народ в Европе		Выдающаяся в море суша	
			Подкупленные зрители			

УГАДАЙ СЛОВО



Ответ см. на стр. 66



Мать — дочери:
— **Выбирать мужа надо с умом. Вот твой папа может починить все что угодно: машину, электричество, сантехнику. И мебель, если поломается, тоже починит... Так вот, если ты найдешь себе такого мужа, то у тебя никогда не будет ничего нового!**

Только попав в новых китайских джинсах под дождь, Катя убедилась: одежда красит человека!

Сказка перед экзаменом «Тысяча билетов и одна ночь».

Их ватана глыбери гьулугь аплура

Гьардшарин рьякьюьди гьягьюри

Чпин велед аькьюллу, бахтлу, инсанарин арайиь гьюрматлу хьувал фунур абайинра, бабанра шадвал, бахт ву. Ихь райондин Бугьнагь гьул ан вуйи Камил ва Кьяяханум Пироваризра гьяциб шадвал ва бахт а. Дурариз хьур велед а — юькур бай ва сар риш. Дурарикан шубур бали Ватандин яракьлу кьуватариь гьулугь аплура. Гьад-рарикан сар Ренат Пиров ву.



Ренат Пиров, Халгьарин кьялан мектеб ккудубк1ну, чан ватандаш-валин буржи тамам ап1уз армияиь гьушну. Ватандаш-валин гьулугь аьхирихьна гьюри, мугьу, чан уьмур РФ — йин яракьлу кьуватарин айт1ан кьушмариь гьулугьназ бахш ап1уз кьаст ади, йикьрар гьийит1ну. Аьхю гьардшарин пишекарвалин рьякьюьди гьягьюз кьаст айи Ренат Пировди Владикавказдиь, Ингушетияиь, Цхинвалиь гьулугь ап1ури гьяхьну. Гьамус му аьхюну прапорщик Ренат Пировди аьхиримжи вахтна Кафари Осетияиьн Владикавказ шагьриь гьулугь ап1ура. Мугьан дада Кьяяханум Пировайи гьапиганси, Цхинвалиь улихьна йисари к1ули гьушу гьярма- гьяришар гьяхь вахтна Ренат Пиров гьадушваь гьулугь ап1урди гьяхьну. Душваь ва жара йишвариь гьулугь ап1ураиь вахтна чан буржийр намуслуди тамам ап1 баз лигну Ренат Пиров саб жерге наградирихьди лишанлу дап1на. Мугьан абийр — бабариз, ужуб тербия хьайи, низамлу бай тербияламиш ап1 баз лигну, чухсагьулин кагьзар гьяфну.

Ав, гьарсар абайин ва бабан шадвал ва уьмрин мяна чпин веледар инсанарин арайиь гьюрматлудар, абурлудар хьуб ву. Гьит абийр — бабарин к1ван умудар к1улиз удуч1ври. Ренатдизра гележегдиьра хьуркьувалар ишри.

Ф. РАЖАБОВА.

Шиклиь: Ренат Пиров.

Конкурс

Общественная палата Российской Федерации продолжает прием заявок на ежегодный конкурс социально значимых проектов «Мой проект - моей стране!». Прием заявок осуществляется до 26 августа текущего года.

Цель этого мероприятия - выявление и распространение лучших практик, поддержка и вовлечение их авторов в развитие конструктивной гражданской активности в России.

В конкурсе 14 номинаций: «Социальное обслуживание и социальная поддержка граждан», «Поддержка молодежных инициатив», «Развитие науки, образования и просвещения» и другие. Для победителей номинаций учреждены призы в сумме 200 тысяч рублей каждый.

Активное участие представителей гражданского общества в конкурсе Общественной палаты Российской Федерации в номинации «Межнациональные отношения» призвано представить широкую картину вклада гражданского общества в гармонизацию межнациональных и межрелигиозных отношений. Одновременно это позволит нам всем увидеть направления, требующие наращивание усилий.

Более подробная информация - на сайте <https://проектстране.рф>.

Председатель А.МАЧАЕВ.

Стол фици албагуруш...

Машквраз стол балгуз фтилан хьюьгьру? Гьелбетда, суфрайлан. Суфра лизиб, яни аьу ранган, уччвуйи рьякьюю. Ути йивбан ц1ар столин гьяц1 кьял'ан исина дубшнадиди ккунду. Хьа к1ак1ар столин мучварилан исина 25 сантиметрт1ан исина дарди эрхнади ккунду. Суфра лап ярхиб вуйиганра, душвахь дььру хьлариз гьулайсузвалар шулу. Эгер хулаь столихьна саб жюрейин стулар адарш, саб

гьвалахьинди, гизафси улиьк рьякьюю терефназди, сабсар, хьа тмуну терефназди жюре-жюрейиндар стулар вушра хай шулу. Столиин дивру гьабарра саб жюрейин кешре кайидар вуш, ужу ву. Столиин тарелка дивруган, стуларин улихь сабси, стулиин дусурин хилар чиб-чпик курукьруси манзил ади, дивуб лазим ву. Тарелкайин арч1ул терефнахьинди, муьз тарелкайихьинди, гарк1ал, дидин гьвалахь

муччвур, гагул терефнахьинди шиш дивру. Тарелкайин улихь штуз вуйи бакалар ясана астанкан дивру. Крахмал кап1найи ирин салфеткйир, уччвуйи дидиржну, тарелкайиь ирчру, ясана гьвалахь дивру.

Хьлар гьяйиз 1-2 сьаьт улихьна стол албагну, гьазур гьап1иш, кейванийихьанра ц1ибди вушра рьягьят ап1уз хьибди.

(Хулан календарин).

Аденома айиган

Клутран, уьру чугьундрин ва арфанийин шире (сок), сабсиб кьадарнаьди кибикьну, гьаддикан йигьан шубуб ражари уьл ип1ру саб муччвриь айиб убхьуру. Думу убхьувал хайлин вахтна давам ап1уру.

Сивраь ва дидин табарь гьванар айиган

Зейтундин (оливайн) ччим вая лимондин, ясана грейфрутдин шире, сабсиб кьадарнаьди кибикьну, йигьан гьач1нин уьл ип1ру саб муччвриь айиб убхьуб лазим ву.

Фунить, йиц1икьюб жарнан жаржалайиь зиян айиган

Мегь бегьемди кадап1найи шур (мегьнис), хахдихь-

Чру аптека

ди кибикьну, ужуйи хьит1ибшну, ясана ашсюзнихьан хьадап1ну, ип1уб хайирлу ву.

Бронхиальный астма айиган

Урхьар кади гьубхьу шид марци йичвухьди, уьл ип1ру 1-2 муччвриь айиб, йигьан шубуб ражари, мани шидра хьубгьри, убхьуб ужу ву. Диди уьгьйир ц1иб, бронхийр марщ ап1уз кюмек ап1уру.

Гьурдларин уьзур айиган

Ухди вахтари Грецияиь гьурдларин уьзур хифарин гьярэгью кинц1ар шубуб пай йичвухьди кибикьну, вазлин

арайиь, суткайиь кюьб ражари уьл ип1ру саб муччвриь айиб гьач1нин, саб муччвриь айиб хьабьхьган ип1ури, сагь ап1ури гьяхьну.

Гьязм гьабхьиган

Гьеерщу вичарин ва уч1-вру беьлийирин компот, 200 миллилитр йигьан 3-4 ражари убхьури, сагь ап1уру.

Ифдин камди вуйиган

Ифдин камди вуйиган, к1ару турфлин, кьут1ран ва уьру чугьундрин сабсиб кьадарнахьди шире кибикьну, ругдикан вуйи гьабрахьди, убцу духовкайиь 2 сьаьтди ивру. Гьаддикан уьл ип1ру саб муччвриь айиб, 3-4 ражари йигьан убхьуру.

Зарафтар

Бизар духьну, ляхнилан гьафи адашдиан саб жерге чан биц1идар, тамшир ап1ури, илт1ик1уру. Мурариккан кьадархьуз дархьи адашди к1уру: Гьачай "Мавзолей" тамаша ап1идихьа. Узу Ленин хьидиза, хьа учву гьаврлар».

Студентдиз мялимди имтигьяндиь к1уру: «Гьаз — вуш, узуз уву йиз лекцириь затра гьяркьюндарзуз».

- Уву фу к1урава! Узу колонайихь дььназа.

Мялимди, фикрихь кахьну: - Мюгьтал вуза... Миржир кас - саб колонайихь.

Фирузка, узуз саб насыгьят тува: гьаму шубурикан фунуриз шушвди гьягьюруш, мюгьтал духьназу. Сари ужуйи гьазанмиш ап1уру, тмунур фикурлур ву, хьа шубурпири ужуйи ялхьвнар ап1уру.

- Хьа гьадму сарпирихьан ялхьвнар ап1уз аьгью ап1уз шулдарин?

- Фима, уву фу ип1ури шулва, фукьан т1арамди вува?

- Уву ип1руб узур ип1урза, амма гьац1 бедре камди.

Мага ва Русик таксидихьна гьюру ва к1уру:

- Вокзликкна шубур кас гьахидива?

- Хьа учву кьюрт1ан дарчва, аьхир?!

- Вагь, хьа уву учухьди гьюрдарва?

Мага ва Русик гьюрюшмиш шулу.

- Мага, эгер уву йиз швнуб гьййван аш гьапиш, кюьбредра тувурзавуз.

- Кюьб, - к1уру Магайи.

- Вагь! Уву кьяржур вуваки, - мюгьтал шулу Русик.

Футболин тамашийиан гьюрарийи Аьгьмаддихьан Сяидди, гьисаб фициб гьабхьнуш, гьерхру.

-Кюьб ноль! -к1уру Аьгьмадди.

-Вагь! Хьа фуж гьалиб гьяхьну?-к1уру Сяидди.

-Вагь! Уву ахмакь духьнава дарш, кюьб ноль! Мураринра, тураринра нолар!

(Ответы на скан. в №31).



Учредитель:
МУ Администрация МР
«Табасаранский район».

И.о. главного редактора
Р.Р.Курбанов.
Табасаранский язык.

Позиция редакции может не совпадать с точкой зрения авторов, которые несут ответственность за достоверность и объективность представленных для публикации материалов. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций по РД от 12.12.2008 г
Регистрационный номер:
ПН № ФС 05-0013.
Цена - 8 руб.

ИНДЕКС-51375.
Адрес редакции и издателя:
368650.РД, Табасаранский район, с.Хучни, «Редакция газеты «Табасарандин сес» ("Голос Табасарана")».
Срок подписания в печать по графику - 17.00
Подписано в печать - 17.00

Телефон:
Главного редактора - 22-0-64.
Адрес электронной почты:
golostab@mail.ru

Газета набрана и сверстана на базе компьютерной техники МБУ «Редакция газеты «Табасарандин сес» и отпечатана в ООО «Типография -М» 368600, г.Дербент, ул.С.Курбанова, 25.
По всем вопросам качества печати обращаться в типографию
Тираж 2945
Заказ №