

КЕРЛА ДАХАР

www.kerla-dahar.ru

t.me/gazeta_kerla_dahar

ВЫХОДИТ С 1938 ГОДА

СВОБОДНАЯ ЦЕНА

В АДМИНИСТРАЦИИ РАЙОНА

ОБСУЖДЕНЫ АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

19 июня, в понедельник, Шарпуди Абдулазизов провел аппаратное совещание с руководящим составом Администрации Веденского муниципального района по обсуждению актуальных вопросов развития муниципалитета.



В свете происходящих положительных изменений в республике и, в частности, в нашем районе под руководством Главы Чеченской Республики, Героя России Рамзана Ахматовича Кадырова глава Администрации района поручил начальникам отделов максимально ответственно отнестись к выполнению своих служебных обязанностей, отметив, в том числе, важность безотлагательного и ответственного выполнения протокольных поручений Главы Чеченской Республики.

В ходе совещания Шарпуди Абдулазизов заострил внимание коллег на необходимости активизации работы по участию сельских поселений во Всероссийском конкурсе «Лучшая муниципальная практика». Он также напомнил, что Конкурс проводится в целях выявления, поощрения и распространения примеров лучшей

практики деятельности органов местного самоуправления.

Помимо этого, руководитель администрации района акцентировал внимание руководителей отделов на необходимости, в соответствии со статьей 27 Федерального закона от 06.10.2003 №131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», активизации в наших поселениях деятельности территориального общественного самоуправления (ТОС) как формы участия населения в осуществлении местного самоуправления.

Поручил ответственным работникам аппарата администрации района оказывать инициативным группам по созданию и регистрации ТОС консультативную помощь и необходимое содействие.

А. ТАМАЕВ

ДЕНЬ МЕДИЦИНСКОГО РАБОТНИКА

19 июня в ГБУ «Веденская ЦРБ» в рамках реализации федерального партийного проекта «Здоровое будущее» депутат Парламента Чеченской Республики Магомед Ханбиев, исполнительный секретарь Веденского местного отделения Партии «Единая Россия» Зухра Дадакаева и заместитель главы администрации Веденского муниципального района Дауд Чимиков приняли участие в торжественном мероприятии, посвященном Дню медицинского работника.

Магомед Ханбиев тепло поздравил медицинский персонал с профессиональным праздником и поблагодарил за добросовестный и самоотверженный труд в период сложнейшей, за последний период, ситуации в борьбе за сохранение здоровья граждан. Он говорил о неограниченном вкладе медицинских работников за здоровье каждого гражданина.

«Здоровье нации всегда было и остается приоритетом партии «Единая Россия». Чтобы достигнуть этой цели, прилагается масса усилий для обеспечения гражданам качественной и доступной медицинской помощи, создаются условия и мотивация для ведения здорового образа жизни, увеличения продолжительности жизни населения.

Огромное вам спасибо за вашу самоотдачу и любовь к своей работе, иначе невозможно было бы достичь таких положительных результатов», - отметила З. Дадакаева.

«За многолетний добросовестный труд в системе здравоохранения, преданность своему делу, за заслуги в охране здоровья населения, повышения качества оказания медицинской помощи» Региональный исполком Партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» вручил Почетные грамоты своим членам и сторонникам:

Гехаеву Алхасту Шамильевичу, главному врачу; Ахматукаевой Ларисе Саид-Ахметовне, заместителю главного врача; Седиевой Луизе Хасановне, акушерке; Зубайраевой Захре Хасановне, медицинской сестре;



Маскаевой Зуре Аслудиновне, фельдшеру-лаборанту; Шамилевой Мархе Зелимхановне, врачу по медицинской реабилитации; Шамилевой Ларисе Ризвановне, врачу-неврологу; Магомадовой Залпе Макхажиевне, заведующей ФАП с. Марзой-Мохк; Батыргереевой Таус Козыевне, заведующей ФАП с. Сельментаузен; Даудовой Кульсум Билаловне, заведующей ФАП с. Хажии-Эвла.

Почетными грамотами главы Администрации Веденского района «За высокий профессионализм и пример высокого служения во благо людей» награждены медицинские сестры Закараева Хеди Ахмедовна, Кусиева Малика Жалиловна и старейший врач-терапевт Веденской ЦРБ Насуева Разита Сайд-Бековна.

С. ДОККУЕВ

СОВЕТ ДЕПУТАТОВ ВЕДЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ ЧЕТВЕРТОГО СОЗЫВА

РЕШЕНИЕ № 12

24. 04. 2023г.

с. Ведено

«О внесении изменений и дополнений в Устав Веденского муниципального района»

В целях приведения Устава Веденского муниципального района в соответствие со статьей 3 Федерального закона от 6 февраля 2023 года №12-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об общих принципах организации публичной власти в субъектах Российской Федерации» и отдельные законодательные акты Российской Федерации» Совет депутатов Веденского муниципального района решил:

1. Внести в Устав Веденского муниципального района Чеченской Республики следующие изменения и дополнения:

1.1. Часть 1 статьи 7 (Вопросы местного значения Веденского муниципального района) дополнить подпунктами 42-49 следующего содержания:

«42) создание и организация деятельности административных комиссий в соответствии с Законом Чеченской Республики от 4 февраля 2009 года №3-РЗ «Об административных комиссиях и наделении органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов государственными полномочиями Чеченской Республики по созданию и организации деятельности административных комиссий»;

43) осуществление отдельных полномочий в сфере образования в соответствии с Законом Чеченской Республики от 18 июня 2012 года №11-РЗ «О наделении органов местного самоуправления отдельными государственными полномочиями Чеченской Республики в сфере образования»;

44) назначение и выплата компенсации части родительской платы за содержание детей в муниципальных и иных негосударственных образовательных учреждениях, реализующих образовательную программу дошкольного образования, в соответствии с Законом Чеченской Республики от 30 декабря 2011 года № 53-РЗ «О наделении органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов отдельными государственными полномочиями Чеченской Республики по назначению и выплата компенсации части родительской платы за содержание детей в муниципальных и иных негосударственных образовательных учреждениях, реализующих образовательную программу

дошкольного образования»;

45) создание комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав в соответствии с Законом Чеченской Республики от 26 июля 2011 года № 27-РЗ «О наделении органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов Чеченской Республики отдельными государственными полномочиями по созданию комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав»;

46) организация мероприятий при осуществлении деятельности по обращению с животными без владельцев в соответствии с Законом Чеченской Республики от 27 декабря 2022 года №72-РЗ «О наделении органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов Чеченской Республики государственными полномочиями Чеченской Республики по организации мероприятий при осуществлении деятельности по обращению с животными без владельцев»;

47) организация и осуществление деятельности по опеке и попечительству в соответствии с Законом Чеченской Республики от 15 ноября 2010 года № 55-РЗ «О наделении органов местного самоуправления муниципальных районов и городских округов отдельными государственными полномочиями Чеченской Республики по организации и осуществлению деятельности по опеке и попечительству»;

48) расчет и предоставление дотаций на выравнивание бюджетной обеспеченности поселений в соответствии с Законом Чеченской Республики от 30.03.2018 года №8-РЗ «О наделении органов местного самоуправления муниципальных районов Чеченской Республики государственными полномочиями по расчету и предоставлению дотаций на выравнивание бюджетной обеспеченности поселений»;

49) расчет и предоставление субвенций бюджетам поселений, входящих в состав муниципального района, на реализацию полномочий по осуществлению первичного воинского учета на территориях, где отсутствуют военные комиссариаты.».

1.2. В статье 37 (Досрочное прекращение полномочий депутата Совета депутатов Веденского муниципального района) дополнить подпунктами 13, 14 следующего содержания:

а) в случае отсутствия депутата без уважительных причин на всех заседаниях Совета депутатов Веденского

муниципального района в течение шести месяцев подряд»;

б) депутат законодательного органа субъекта Российской Федерации, осуществляющий свои полномочия без отрыва от основной деятельности, представляет указанные в части 4 настоящей статьи сведения о доходах, об имуществе и обязательствах имущественного характера в течение четырех месяцев со дня избрания депутатом, передачи ему вакантного депутатского мандата. Депутат законодательного органа субъекта Российской Федерации, осуществляющий свои полномочия без отрыва от основной деятельности, в случаях, предусмотренных частью 1 статьи 3 Федерального закона от 3 декабря 2012 года № 230-ФЗ «О контроле за соответствием расходов лиц, замещающих государственные должности, и иных лиц их доходам», и иных лиц их доходам», представляет сведения о доходах, расходах, об имуществе и обязательствах имущественного характера в соответствии с законодательством Российской Федерации. В случае, если в течение отчетного периода сделки, предусмотренные частью 1 статьи 3 Федерального закона от 3 декабря 2012 года № 230-ФЗ «О контроле за соответствием расходов лиц, замещающих государственные должности, и иных лиц их доходам», общая сумма которых превышает общий доход данного лица и его супруги (супруга) за три последних года, предшествующих отчетному периоду, не совершались, депутат сообщает об этом в комиссию законодательного органа субъекта Российской Федерации по контролю за достоверностью сведений о доходах, об имуществе и обязательствах имущественного характера, представляемых депутатами законодательного органа субъекта Российской Федерации, в порядке, установленном законом субъекта Российской Федерации.

2. Настоящее решение подлежит официальному опубликованию в районной газете «Керла дахар» и размещению на официальном сайте администрации Веденского муниципального района в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

3. Настоящее решение вступает в силу со дня его официального опубликования (обнародования), произведенного после его государственной регистрации.

Глава района
В. ХАМЗАТОВ

ХЪЕХАМ

БАЪТТИА ТЮЪРМИГ

Цхъана бӀаьстенан хазачу дийнахь школера цӀа йогӀуш йара Медина а, Амина а. Йоблуш, самукъане йара и шигь. ЦӀеххъана Медина элира:

– Амина, Седин тӀоьрмиг гирий хьуна?

– ХӀун хиллера цунна?

– ХӀун хиллера? ХӀун хиллера? БӀаьттиа бар-кха, – элира Медина.

Аминина чӀогӀа новкъа деара цо аьлларг. Иза сецира. Леррина шен доттагӀчун бӀаьргаш чу хьаьжира. Цуьнан дагахь дерг гур долуш санна.

– ХӀун хилла? – хаьттира Медина.

КӀеззиг йист ца хуьлуш а Ийна, гӀайгӀане хуьлуш, цо элира:

– Айхъа хӀинцца динарг хӀун дара хаьий хьуна?

– Ца хаьа. ХӀун дина ас?

– Седех вон дош эли ахь! ГӀийбат ди!

Хьуна ма ца хаьа Седата баьттиа тӀоьрмиг а бохьуш школе хӀунда йеана. Бахъана тайп-тайпана хила ма тарло. Нагахь санна ахь и олуш хезнехь мел чӀогӀа халахетар дара цунна.

– Хьажахь, моьттар ду хьо цхьа малик ду. ХӀа-хӀа, – моха а йина дӀайолайелира Медина.

ШолгӀачу дийнахь Амина а, Медина а, хӀинцалц санна, школе цхьаьна йаха йезаш йара. Медина мелла а хьалхе арайелира, шен доттагӀчуьнца цхьаьна цахкетархьама. По шеге бехк баккхар цадезаделлера цунна.

Седин цӀенна йуххеула чеххӀолучу хенахь Мединина хезира цо шен жимах волчу вешина дов деш:

– Хьо йуха а берех хӀунда летта? Хьажахь айхьа йатгӀийначу хече. Мамина мел чӀогӀа халахетар ду ахь хеча йатгӀийний хигьча. Хьуна ма хаьа, цунна хӀинцца мел хала

ду. КӀант вист ца хуьлуш, гӀийла корта а оллийна, льят-таш вара.

Мединина чӀогӀа хаа лира цаьргахь долу хьал. Царна тӀе а йахана Седе цхьацца хаттарш дан йолайелира иза, ненан а, кхечуьнан а хьокъехь. ТӀаккха хира цунна церан доьзал халонаш ловш хене болуш хилар. Седин нана цомгаш хилла хиллера, ур-атталла молханаш эца а ахча ца тоьаш.

Эццахь цунна дагадеара Аминина хилла шен кьамел. Мединина чӀогӀа эхь хийтира. Иза дохко йаьллера ша селхана аьллагунна. Школе схьакхачьца цо шена хигьнарг дерриге а Амине дӀадийцира. Шина йоӀа сацам бира Седина гӀо дан. Цуьнга хӀумма а ца олуш, классерчу берриге а йоӀарша а, кӀенташа а ахча вовшахтаха долиьра. Массо а Седина гӀо дан лууш вара.

Йуха, цхьана дийнахь, школера бевлча, уьш берриге а цхьаьна а кхетта Седатаьрга бахара. ЙоӀ чӀогӀа эхь хетта хьаьвзира. Делахь а, цунна хазакхетера уьш шайга баькхича.

– ДӀаэца, оха хӀара хьуна гулдина, догаха шуна гӀо дан лууш ду тхо, – аьлла Медина цуьнга цӀена тӀоьрмиг а, ахча йукъахь долу кехат а дӀакховдийра. – КъинтӀера йалахьа суна, селхана хьан хьокъехь вон ойла кхоллайеллера сан. Цхьадика, Аминас кхетийра.

– Со къинтӀера йаьллакха хьуна а, массарна а. Аш дуккха кампеташ а йеана, цхьаьний чай мала вай? ХӀа... – элира самукъадаьллачу Седас.

– Дера, мала, – маьхьарий девлира берийн.

Я. ДАДАЕВА

ПО НОВОМУ ГРАФИКУ

С апреля 2023 года офисы клиентских служб Отделения СФР по Чеченской Республике работают по новому графику – с понедельника по субботу с 08:00 до 20:00. За это время в будние дни было принято - 1950 человек, в субботу - 816 человек.

Основными темами обращений граждан стали: назначение единого пособия, назначение ежемесячного пособия по уходу за ребенком (до 1,5 лет), оформление заявлений о доставке пенсии, а также получение сведений о состоянии индивидуального лицевого счета.

«Я очень благодарна тем, кто создал и внедрил этот проект. Так как я работаю в садики няней, мне удобно и комфортно посетить клиентскую службу СФР в свой выходной день. Оставить свой рабочий пост даже на один час в будние дни не удается. Спасибо специалистам СФР, которые меня проконсультировали, помогли. Вся процедура посещения заняла у меня 10 минут, так как

очереди не было.», - отметила жительница г. Аргун Магомадова Зейна.

Экспериментальный график приема обрабатывается также в клиентских службах Тверской области, Республике Татарстан, Калининградской и Кемеровской областях и в Санкт-Петербурге. Если новый график будет востребован у граждан, его введут на постоянной основе во всех территориальных отделениях Социального фонда.

Напомним, записаться на прием, а также задать вопросы специалистам единого контакт-центра можно по бесплатному региональному номеру 8-800-200-08-70.

Отделение СФР
по Чеченской Республике

САИДОВ БИЛАЛ – ДРАМАТУРГ, ПОЭТ, ЙАЗДАРХО

Нохч-ГалгIайн халкъан поэта Арсанукаев Шайхис иштта аьлла Саидов Билалан хьокъехь: «Нохчийн литературин а, искусствон а хьостанехь лаьттинчу Бадиев Саида, Исаева Асета, Бадиев Мовждис, Зубайраев Ярагис, Батукаев ХIарона гIо а лоцун Саидов Билала карайерзийра актерийн искусствон къайленаш, цара гIо дира цунна къоман театрахь гочдархо а, режиссер а хилла дIахIотта. Амма шен башха похIма Саидов исбаьхьаллин литературина, къаьсттина поэзин хала жанр кхиорна тIехьажийра... Б.Саидовн поэзин коьрта тематика йара Даймохк, майралла, доттагIалла, безам. Цунна дика хьара Даймакхакъ къастор стагана хIун ду. Сталинан тIазарийн муьрехь махках ваккхаран хало лайна вара иза, цунна дика хьара даймакхе сатийсар хIун ду. Билал шен дайн мехкан, шен халкъан бакъволу кIант вара. Иза оьзда, гIиллакхе, догцIена, майра стаг вара, дерриге а дуйне, дерриге а адамаш дезаш волу».

Нохчийн поэт, драматург, гочдархо Саидов Билал вина 1914-чу шеран асаран беттан 10-чу дийнахь Веданан КIоштарчу МахкатIе йуьртахь. Дахаран халчу некъах, даккхийчу зерех чекхвала дийзира цуьнан. ТIехитина йолу халонаш лан цунна гIо дора шен Даймакхе, халкъе болчу боккхачу безамо, литература, культура, искусство кхион болчу лаамо. Цо шен хьехархой лорура нохчийн литературин бухбиллархо Бадиев Саид а, цIейахана волу актер Зубайраев Ярагис а, йаздархо Исаева Марем а, халкъан эшаршлакхархо Айдамирова Марем а. Цуьнан ирс хилира цаьрца цхьаьна болх бан. Цуьнан дахарехь йоккха лар йитира цаьрца хиллачу йукъаметтигаша. Оцу сий-ларамечу нахаца цхьаьна дика а, вон а лайра Билала, вайн цIахь а, махках даьхна Казахстане а, Йуккьерчу Азе а дIадигначул тIаьхьа а. Сталинан тIазарийн къизачу гурано лецира С.Бадиев, кхиберш. Оцу муьрехь боккхачу кхерамехь вара Бадиевца а, кхечаьрца а гергарло лелийнарг.

Казахстанехь а, Гиргизийохь а нохчийн халкъо хьегна бала, Iазап лан дийзира Саидов Билалан. И хийра мехкаш бакъонца концлагер хилла дIахIоттинера нохчашна. Цигахь къиза кхойтта шо а даьккхина дайн махка цIа даьккича а нохчийн хIокху мехкан дай лара лууш вацара цхьа а. Ма-дарра аьлча, Нохчийчу цIа даьккича вайга хьобжуш вайн лаьмнаш а, дайн кешнаш а доцург кхин цхьа а ХIума дацара. Поэтан дагна, синна боккха Iаткъам беш дара и хьал.

Амма дахаран халонаша вахчийна вара иза. МахкатIехь йуьззина йуккьера йоцу школа



чекхийаьккхинчул тIаьхьа Билал Соьлжа-ГIаларчу театральни студи деша вахара. 1933-чу шарахь иза чекхийаьккхира цо, актеран говзалла кара а йерзош. КIезигчу хенахь сцени тIехь болх бинчул тIаьхьа иза Тбилиси Ш.Руставелин цIарахчу театральни студи деша вахара. 1935-чу шарахь студи чекх а йаьккхина, Нохч-ГIалгIайн къоман театре йуха схьавеара. Цигахь актеран, режиссеран ассистентан белхаш бира. ТIаьхь республикин Тайнигин театрахь режиссеран болх бира.

Театрахь болх барца цхьаьна иза шен кхоллараллин ницкъаш зен волало литературехь а. 1938-чу шарахь шен дуьхьарлера «Зайнап» пьеса хIоттайо Б.Саидов. Иза бахъанехь республикехь йовза йолало цуьнан цIе. Пьеса театран репертуарана йукъайахийтира. Драматургин говзарийн республикин конкурсахь шолгIа меттиг йаьккхира пьесо. Кхоллараллехь хиллачу дуьхьарлерчу кхиамо Билал ир-карахIоттийра кхидIа а оцу

декъехь къахьеге. 1939-чу шарахь иза СССР-н Йаздархойн союзан декъашхошка тIейицира.

Саидов Билала шен дуьхьарлера байташ Тбилисехь доьшуш волуш йазийра. Цуьнан дахарехь уггаре а дика лар йитира Тбилисехь даьккхинчу шина шаро. Шира гIала, цуьнан башха архитектура, шира поэзи... Цунна йезайелира Гуьржийчоьнан авторийн поэзи, хIокхо церан говзарш нохчийн матте йохура.

Къоналлин шерашкахь дуьйна Билал чIогIа лууш вара къоман культура а, искусство а кхиорехь къахьеге. Оцу декъехь долчу хьолана сагатдеш вара иза. Къоман театран репертуар хьал долуш йаран Iалашонца цо нохчийн матте йоху оьрсийн а, дозана арахьарчу а авторийн говзарш. Царна йукъахь йара Ж.Мольеран «Хилаза ца ваьлла дарбанча», А.Островскийн «Йочана», Б.Витковичан а, Л.Соловьевн а «Молла-Несарт», кхечеран драмин говзарш.

Сийлахь-боккха Даймехкан тIом болабелча Б.Саидов ЦIечу Эскарехь гIуллакх дан вахара. 1941-1942-чуй шерашкахь фронтан «Красное знамя» газетехь жопаллин секретаран болх бира цо. Оцу шерашкахь йазийна цо кIоргера патриоталлин маьIна долу «Хаалахь», «КIанте», «БIаьхочуьнга», «Советийн эскар», кхин байташ. Оцу байташкахь Даймохк ларбархойн башха васташ кхуллу автора. Цул сов, го иза мостагI

эшориг хиларх чIогIа тешна хилар, иза мел онда велахь а, иза мел йамарт, тешнабехке велахь а.

Вайн халкъ махках даьккхинчу шерашкахь нохчийн йаздархойн а, поэтийн а говзарш зорбатохар дихкина дара. Амма Билала кхоллараллин болх дIа ца тесира. 1956-чу шарахь и бехкам дIабаьккхича, Алма-Атахь нохчийн маттахь арадолучу «Къинхьегаман байракх» газетехь зорбатоба йолийра цуьнан байташ. Иштта, уьш арайевлира «ДоттагIалла», «Къоначеран аьзнаш» гуларшкахь. Цул тIаьхьа оьрсийн маттахь цуьнан байташ арайийлира Москвахь, Ростовехь, Нальчикехь, Буру-ГIалахь арадовлучу газеташкахь а, журналашкахь а, коллективан гуларшкахь а.

Саидов Билалан байтийн дуьхьарлера гулар 1959-чу шарахь арайелира. 1963-чу шарахь арайелира цуьнан «Деган аз» байтийн а, поэзийн а книга, цул тIаьхьа – кхин а шийтта гулар. къаьсттина дукха дезара цунна берашна лерина йаздар. Къоначу йешархоша баккхийберца тIезцна а, ца Iебаш йоьшуш а йара цо туьйранин кепехь йазийна йолу «Майра Сулима», «Сулимин цIархо», «Сулимин лелар», «Сулимин цIархо седарчийн махкахь» байташ. Уьш оьрсийн а, гIалгIайн а меттанашка а йаьхна зорбатобхна йара.

Иштта, цуьнан говзарш гуьржийн а, эрмалойн а, украинхойн а, хIирийн а меттанашкахь зорбатобхна йара. Иза ша а вара говза гочдархо. Цо нохчийн матте йаьккхина шовзткъе итт сов драматургин говзар. Уьш Нурадилов Ханпашин цIарахчу Нохч-ГIалгIайн пачхьалкхан драмин театрахь а, республикин тайнигийн театрахь а хIиттийна. Б.Саидовс гочийна М.Ю.Лермонтовн «Вайн заманан турпал» роман а, цуьнан уггаре а дикачарах йолу шийтта байт а.

Цо дукха къахьегна республикин тайнигийн театр кхиоран Iалашонца. Нохчийн бохийначуьра цIабирзинчул тIаьхьарчу шерашкахь оцу театрана «Лаьмнаш самадовлуш ду», «Хьуьнаре тIаьхье», кхийолу пьесаш йазийна цо. Иза драматургин шийтта говзаран автор ву. Царна йукъахь йу: «Стагах теша веза, амма...», «И

саннарг а хуьлу», «Гергарнаш», «Iовдал шайтIа», кхийерш.

Нохчийн драматурги а, поэзи а кхиорна йоккха хазна йукъайиллина волу похIме драматург а, поэт а, гочдархо а Саидов Билал кхелхина 1994-чу шеран гIуран беттан 15-чу дийнахь Соьлжа-ГIалахь.

САИДОВ Билал

Дахаран новкъахь

Дахаран сан новкъахь
Дерриг шера хилча,
Стенах тасавелла,
Галвер вара тIаккха?
Дахаран сан новкъахь
МостагIа ца хилча,
Суна сайн доттагIа
Муха вевзар вара?

Нагахь лазар суна
Девзина ца хилча,
Могашаллин хама
Ас муха бийр бара?
Шадерриг даим а
Цхьабосса и хилча,
Дахаран чам суна
Муха къаьстар бара?

Дагахь доцу зулам
Девзина ца хилча,
Зуламах ларвала
Муха Iемар вара?
ЦIехьханчу балано
Iовжийна ца хилча,
Сайн ирсан мах хадо
Муха хуур дара?

Безамах хадаро
Хьегийна ца хилча,
Безаман кIоргене
Муха кхочур вара?
ДоттагIачун тешнабехк
Ас лайна ца хилча,
Тешнабехк нажжаз бан
Муха Iемар вара?

Хало а, атто а
Хийцалуш ца хилча,
Уьш вовшашца юста
Муха Iемар вара?
Хийцалуш уьш хиларх
Даггара теша а,
Цаьршинна юккьерчу
Муьрах ца теша а.

Цундела оьший те
Ца хиндолче гIерта,
Аттанна хьесталуш
Ша осал хетийта,
Я вонна кIел телаш
Цуьнга ша хьешийта...
И дерриг ца лайнчух
Къонаха хуьлуш вац.

**Т. ЧАГАЕВА,
С. ЦАДАЕВ**

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ - КАЖДОМУ ИЗ НАС

В современном мире физическая активность населения продолжает снижаться, каждый четвертый взрослый человек двигается недостаточно. Это связано с нашим образом жизни, что создает благоприятные условия для возникновения физической инертности. Даже продукты можно заказать, не выходя из дома.

Низкая физическая активность, наряду с курением, избыточной массой тела, повышенным содержанием холестерина в крови и повышенным артериальным давлением является модифицируемым фактором риска развития заболеваний:

- ишемической болезни сердца на 30%;
- сахарного диабета II типа на 27%;
- рака толстого кишечника и рака молочной железы на 21-25%.

Физическая активность жизненно необходима каждому из нас не только для хорошего самочувствия. Доказано, что регулярные занятия снижают риски развития заболеваний, а также уменьшает симптомы тревожности и депрессии, улучшает мыслительную деятельность. Как мы видим, позитивных причин больше двигаться достаточно много, но многие люди не делают этого из-за

отсутствия привычки, нехватки времени или сил.

Помните! Любая активность лучше, чем её отсутствие, поэтому выберите для себя подходящие варианты и постепенно работайте над укреплением новой привычки двигаться больше.

Несколько простых советов для тех, кто хочет увеличить свою физическую активность:

- старайтесь как можно больше двигаться.
- три раза в день потратьте по 10 минут на простое упражнение: встаньте, распрямитесь и походите.
- поднимайтесь и спускайтесь по лестнице пешком.
- попробуйте проходить часть обычного пути на работу или с работы пешком.
- если Вы ездите на машине, старайтесь парковаться так, чтобы пройти лишние 100-200 м.
- участвуйте в активных играх своих детей или детей Ваших друзей и родствен-



ников.

- прогуливайтесь до магазина и обратно пешком.
 - старайтесь регулярно выполнять посильную физическую работу, например, на даче.
 - чаще бывайте на природе.
- Распространенные виды физической активности.
- Ходьба. Для людей среднего и старшего возраста это самое простое и доступное средство оздоровления. Ходьба в медленном темпе (3-4 км/ч) по 30-50 минут в день 4-5 раз в неделю значительно повышает функциональные возможности организма. Лучший оздоровительный эффект

даёт быстрая ходьба — по 30 минут в день 3-5 раз в неделю. К нагрузкам такой интенсивности следует переходить постепенно и поэтапно.

Оздоровительный бег. Регулярный бег в медленном темпе не менее 20 минут укрепляет иммунную систему, увеличивает содержание гемоглобина в крови и улучшает настроение.

Даже при отсутствии жалоб обязательно необходимо провести электрокардиографическое исследование не только в покое, но и при физической нагрузке, что может позволить выявить скрытую коронарную недостаточность.

Перед тем как приступить к тренировкам, важно выяснить, каково состояние Вашего позвоночника и суставов. Многие невинные, на первый взгляд, упражнения могут привести к серьёзным последствиям.

Больные ишемической болезнью сердца и с артериальной гипертонией при регулярных занятиях физкультурой должны систематически консультироваться с врачом.

М. ШАМИЛЕВА,
зав. отделением
медицинской
профилактики
Веденской ЦРБ

ИЗВЕЩЕНИЕ

Администрация Веденского муниципального района, руководствуясь ст. 39.18 Земельного кодекса РФ от 25.10.2001г. № 136-ФЗ, на основании распоряжения от 17.05.2023 г. №335 извещает о возможности предоставления на праве аренды следующих земельных участков для индивидуального жилищного строительства и предпринимательства:

№	Адрес земельного участка	Категория земель	Вид разрешенного использования	Площадь	Кадастровый квартал
1	ЧР, Веденский р-н, с. Ведено .	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	2067	20:02:2601003:577
2	ЧР, Веденский р-н, с. Дышне-Ведено.	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	374	20:02:2401005:795
3	ЧР, Веденский р-н, с. Сельментаузен, ул. Кадырова А-Х., д.103	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1800	20:02:3301001
4	ЧР, Веденский р-н, с. Сельментаузен, ул. Кадырова А-Х., д.105	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1800	20:02:3301001
5	ЧР, Веденский р-н, с. Тевзана, ул. Х. М. Метсаева, д. 69	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1463	20:02:2001004

6	ЧР, Веденский р-н, с. Хаттун, ул. А. С. Мезиева, д. 17	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1492	20:02:1801007
7	ЧР, Веденский р-н, с. Махкеты, ул. А. А. Джабраилова, д. 75	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1000	20:02:2801002
8	ЧР, Веденский р-н, с. Махкеты, ул. Восточная, д.76	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1000	20:02:2801002
9	ЧР, Веденский р-н, с. Махкеты, ул. А-Х. Кадырова, д. 320	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1000	20:02:2801002
10	ЧР, Веденский р-н, с. Махкеты, ул. А. А. Джараилова, д. 36	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1000	20:02:2801002
11	ЧР, Веденский р-н, с. Махкеты, ул. С. Мужаидова, д. 50	Земли населенных пунктов	Индивидуальное жилищное строительство	1000	20:02:2801002

Граждане, заинтересованные в предоставлении данных земельных участков, в течение тридцати дней со дня опубликования и размещения настоящего извещения могут подавать письменные заявления в имущественно-строительный отдел и ЖКХ администрации Веденского муниципального района с 10.00 ч. до 17.00ч., кроме субботы и воскресенья.

<p>Главный редактор А.Ш. Радуев</p> <p>Тел.: 8 (938) 021-51-70 Сайт: www.kerla-dahar.ru E-mail: kerla_dahar@mail.ru</p>	<p>Учредитель: Администрация Веденского муниципального района Чеченской Республики. Адрес учредителя/издателя: 366337, Чеченская Республика, Веденский район, с. Ведено, переулок А.-Х. Кадырова, д. 5</p>	<p>Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Чеченской Республике. Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ 20-00057 от 05.08.2011 г.</p>	<p>Отпечатана в АО ИПК «Грозненский рабочий», 364021, г. Грозный, ул. Интернациональная, 12/35. Подписано в печать: по графику - 22.06.23 г., в 10.00 по факту - 22.06.23 г., в 10.00 Заказ № _____</p>
	<p>Адрес редакции: 366337, Чеченская Республика, Веденский район, с. Ведено, ул. М. Ушаева, д. 2.</p>		