

КАРАБУЛАК
ОТМЕТИЛ ДЕНЬ
РОЖДЕНИЯ



2 страница

ЕСЛИ ПАЦИЕНТ НЕ
ИДЕТ К ДОКТОРУ...



3 страница

ГОРБУША
В ДУХОВКЕ
С ГРИБАМИ



4 страница



В «ШКОЛЕ 21» В МАГАСЕ ЗАВЕРШИЛСЯ АВГУСТОВСКИЙ ОТБОРОЧНЫЙ ИНТЕНСИВ

В кампусе «Школы 21» в Магасе завершился августовский отборочный интенсив - последний летний «бассейн» этого года. Следующие отборочные этапы запланированы на осень.

За две недели участники выполнили семь индивидуальных и два командных проекта, прошли два экзамена и научились работать в условиях ограниченного времени. На индивидуальное задание отводилось 38 часов, на групповое - 68. Свои решения участники представляли во время взаимных проверок и оценки кода.

В августовском интенсиве приняли участие 159 человек из Ингушетии и еще 26 участников из Дагестана, Ставропольского края, Москвы и Новосибирска. Некоторые участники преодолели несколько тысяч километров, чтобы пройти обучение в кампусе Магаса и попробовать себя в ИТ.

«Для республики важно, что «Школа 21» дает молодым людям возможность получить востребован-

ные цифровые навыки, попробовать себя в новых направлениях и построить профессиональную траекторию. Такие образовательные проекты создают дополнительные возможности для развития кадрового потенциала Ингушетии», - отметил Глава Ингушетии Махмуд-Али Калиматов.

Участники пришли в школу с разным уровнем подготовки: 44% уже имели опыт в цифровой сфере, а 55% только начинали свой путь в ИТ. Среди участников - 70% мужчин и 30% женщин.

По словам участников, особенность обучения заключается в самостоятельной работе и взаимопомощи. Пиры и волонтеры не дают готовых решений, а помогают разобраться в задаче и найти собственный путь ее решения. За время интенсива участники также развивают четыре ключевых навыка - креативность, критическое мышление, кооперацию и коммуникацию.

После «бассейна» участники переходят к основ-

ному обучению и выбирают профессиональное направление. В «Школе 21» представлено более 20 направлений, среди которых разработка программного обеспечения, UX/UI-дизайн, DevOps и SRE, кибербезопасность, управление проектами и продуктами, тестирование и другие.

Следующий отборочный интенсив стартует 14 сентября. Для участия необходимо до 9 сентября зарегистрироваться на сайте «Школы 21», выбрать регион и пройти отборочную игру. Обучение бесплатное, количество мест ограничено.

Кампус «Школы 21» в Магасе работает в рамках образовательного проекта «Академия цифрового развития», реализованного по инициативе президента группы «САФМАР», предпринимателя и мецената Михаила Гуцериева.

Пресс-служба Главы и Правительства РИ

ГОРОДСКАЯ ЖИЗНЬ

Успехи Карабулака
налицо

Город Карабулак отмечает очередной этап своего развития важными достижениями в сфере благоустройства. За последнее десятилетие благодаря федеральной программе, которая стала частью масштабного национального проекта «Инфраструктура для жизни», инициированного Президентом России, городская среда кардинально преобразилась. Здесь были успешно обновлены 43 общественных пространства и 9 дворовых территорий, делаясь в Карабулакской мэрии в преддверии важной вехи в истории города – 31-ой годовщины придания ему нового административного статуса. Символично, что к очередной годовщине образования Карабулака городские службы досрочно завершили все запланированные на текущий год объекты. Главным подарком для жителей и гостей города стало комплексное обновление четырех ключевых общественных зон, расположенных на улицах Осканова, Первомайской, Гулиева и Дьякова.

В ходе реконструкции специалисты существенно улучшили качество дорожного покрытия и построили удобные пешеходные тротуары. На объектах установили современное уличное освещение, новые скамейки и урны. Эти преобразования создали безопасные и комфортные условия для движения пешеходов и транспорта, сделав общественную инфраструктуру современной и привлекательной.

КАРАБУЛАК ОТМЕТИЛ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

На днях Карабулак погрузился в праздничную атмосферу - один из самых молодых и динамично развивающихся городов Ингушетии отмечал 31-ю годовщину со дня своего образования. По сложившейся традиции, эпицентром всеобщего торжества и главным местом притяжения горожан стал благоустроенный городской Парк Славы. С поздравлениями к горожанам обратился глава Карабулакской горадминистрации Ахмед Дидигов.

ДЕНЬ ОБРАЗОВАНИЯ г. КАРАБУЛАК

СОБИНФ.



«День города - это, прежде всего, праздник его жителей, всех, кто здесь родился и вырос, кто приехал сюда и остался навсегда, кто любит Карабулак. Искренне благодарю всех, кто своим повседневным трудом способствует его развитию, активно участвует в общественной жизни. Пусть наш город продолжает расти и обновляться, оставаясь местом, где хочется жить, работать, создавать семьи и строить будущее. Желаю Карабулаку процветания, а



всем его жителям крепкого здоровья, мира и благополучия!», –

такие слова адресовал жителям города Ахмед Дидигов, подчеркнув, что главным богатством Карабулака всегда были и остаются его люди.

С самого утра в Карабулакском Парке Славы звучала музыка, проходили выставки мастеров декоративно-прикладного искусства и спортивные состязания. Пространство парка наполнилось улыбками местных жителей, которые пришли отпраздновать день рождения любимого города целыми семьями.



В КАРАБУЛАКЕ ПРОШЕЛ ОЧЕРЕДНОЙ РЕЙД ПО ПОВЫШЕНИЮ ПЛАТЕЖНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В Карабулаке продолжают рейдовые мероприятия, направленные на повышение платежной дисциплины населения за потребленные коммунальные ресурсы. Сегодня в центре внимания участников инспекционного выезда оказались многоквартирные дома, расположенные на улице им. С.С. Осканова. В совместном обходе абонентов приняли участие представители Карабулакского РЭС и сотрудники городской администрации.

ПЛАТЕЖИ

СОБИНФ.

«Основная цель подобных выездов заключается в снижении дебиторской задолженности и укреплении платежной дисциплины горожан. Совместная работа энергетиков и представителей власти позволяет оперативно выявлять неплательщиков, проводить с ними разъяснительные беседы о необходимости своевременного внесения платы за коммунальные услуги и последствиях формирования крупных долгов», – рассказали нашей газете участники рейда.

Для удобства горожан был организован мобильный формат обслуживания, позволивший решать актуальные вопросы прямо на месте. В ходе поквартирного

обхода граждане имели возможность без посещения офисов внести текущую оплату за пользование электроэнергией, произвести сверку счетов, уточнить наличие задолженности и получить квалифицированные ответы на все возникшие к поставщику услуги вопросы.

Подобная практика прямого взаимодействия с населением доказывает свою эффективность, помогая оперативно устранять разногласия по расчетам и мотивировать потребителей к своевременному выполнению своих обязательств. Рейдовые мероприятия на территории городского округа будут продолжены.





Полиция Карабулака
выяснила обстоя-
тельства травмиро-
вания ребенка петар-
дой

В Ингушетии полицейские выяснили обстоятельства инцидента с петардой, из-за которой травмировался ребенок. Сообщение о госпитализации 10-летнего местного жителя поступило в дежурную часть ОМВД России по городу Карабулаку 26 августа из Сунженской ЦРБ. У несовершеннолетнего диагностировали ранение кисти левой руки. Прибывшая на место следственно-оперативная группа установила, что травму мальчик получил во дворе своего дома. Пиротехническое изделие взорвалось прямо у него в руке. Медики оказали пострадавшему всю необходимую помощь, после чего отпустили домой на амбулаторное лечение.

«Мать подростка привлечена к административной ответственности за неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по их содержанию и воспитанию (ст. 5.35 КоАП РФ). Сотрудники полиции установили место приобретения пиротехнического изделия и изъяли из магазина, где осуществлялась их реализация, все петарды (8 упаковок, по 60 единиц в каждой). В отношении владельца торговой точки составлены административные протоколы по статьям 14.1 (осуществление предпринимательской деятельности без государственной регистрации в качестве индивидуального предпринимателя или без государственной регистрации в качестве юридического лица) и 14.2 (незаконная продажа товаров (иных вещей), свободная реализация которых запрещена или ограничена законодательством) КоАП РФ», – рассказали в пресс-службе МВД России по Ингушетии.

ЕСЛИ ПАЦИЕНТ НЕ ИДЕТ К ДОКТОРУ...

То доктор идет к пациенту. Врачи Ингушетии проводят выездные осмотры жителей в населенных пунктах региона. Мобильные клиники на колесах позволяют людям проходить диагностику рядом с домом, экономя время на поездки в больницу. К пациентам, которые не могут передвигаться самостоятельно, медицинские специалисты приезжают лично.

МЕДИЦИНА

СОБИНФ.

Буквально на минувшей неделе в Карабулаке врачи местной больницы развернули мобильный пункт здравоохранения прямо возле центральной мечети. Во время пятничной молитвы верующие получили возможность проверить свое здоровье, измерить давление, уровень сахара и насыщение крови кислородом, а также сделать электрокардиограмму и пройти росто-весовые измерения. Дополнительно врачи провели с гражданами разъяснительные беседы о принципах здорового образа жизни.

Основная задача мероприятия - привлечь внимание жителей к регулярному контролю состояния здоровья и раннему выявлению факторов риска. Своевре-

менная диагностика позволяет при необходимости обратиться за медицинской помощью и принять меры для предупреждения развития заболеваний.

Медицинские работники поблагодарили имама и прихожан за содействие в организации профилактического мероприятия.

Практика регулярных выездов нацелена на раннее обнаружение патологий и минимизацию рисков развития хронических болезней. Для Ингушетии мобильный формат работы врачей у религиозных и общественных объектов уже стал традиционным, обеспечивая максимальную доступность качественной медицинской помощи без визитов в поликлиники.



ВО ВСЕХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ КАРАБУЛАКА
ПРОЗВУЧАЛ ПЕРВЫЙ ЗВОНОК

В школах Карабулака 1 сентября состоялись праздничные мероприятия, приуроченные ко Дню знаний и старту нового учебного периода. Во всех учебных заведениях города были организованы торжественные линейки.

ОБРАЗОВАНИЕ

СОБИНФ.

Как сообщили газете «Кердах» в муниципалитете, церемонии открывались поднятием государственных флагов и звучанием гимнов России и Ингушетии. На празднике собрались ученики, их родители, педагоги и приглашенные гости, чтобы разделить радость этого события.

С поздравлениями к школьникам обратились представители городской администрации, сотрудники региональных министерств и ведомств, активисты фонда «Защитники Отечества», члены общественных организаций, заслуженные жители города и ветераны специальной военной

операции. Гости поздравили всех с началом учебного года, сказали тёплые слова родителям, дали ребятам наставления на успешную учёбу, а учителям пожелали выдержки и терпения.

В каждой школе для праздника была подготовлена разнообразная концертная программа: учащиеся выступали со стихами, песнями и танцами. После завершения торжественной части во всех учебных заведениях прозвучал первый звонок. Ученики отправились в свои классы, а самые маленькие - первоклассники - впервые сели за парты на своём первом уроке.



КООРДИНАТОРЫ ФОНДА «ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА»
НАВЕСТИЛИ ВЕТЕРАНОВ СВО В КАРАБУЛАКЕ

Социальные координаторы Ингушского филиала фонда «Защитники Отечества» посетили ветеранов СВО в Карабулакском реабилитационном центре. Сейчас участники спецоперации находятся там на комплексном лечении и реабилитации. Представители фонда приехали, чтобы лично проверить, как проходит процесс восстановления защитников, узнать об их текущих нуждах и обсудить вопросы дальнейшей социальной поддержки и адаптации.

СВО

СОБИНФ.

«Встреча прошла в очень теплой, доверительной обстановке. В ходе патронажного обхода сотрудники фонда проверили условия пребывания

ветеранов, провели индивидуальные беседы с каждым пациентом и их родными, приняли в работу обращения, касающиеся предоставления

региональных мер поддержки, оформления документов на ТСР и содействия в получении санаторно-курортного лечения. Сотрудники фонда также обсудили с руководством и лечащими врачами центра ход реабилитации военнослужащих», – рассказали нам в фон-

де «Защитники Отечества».

По словам собеседника нашего издания, процесс реабилитации ветеранов носит строго персональный характер. Комплекс процедур подбирается индивидуально, исходя из характера ранений бойца. Параллельно с физиче-

ским восстановлением в центре организована серьезная психологическая поддержка. Квалифицированные специалисты проводят со своими подопечными индивидуальную работу, которая облегчает им возвращение к привычной жизни.

ГОРБУША В ДУХОВКЕ С ГРИБАМИ



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Горбушу чистим, промываем, удаляем внутренности, отрезаем голову, плавники и хвост и удаляем все мелкие косточки и хребет. Получаем филе, которое режем на порционные кусочки.

Жаропрочную посуду для запекания смазываем растительным маслом, выкладываем на него кусочки горбуши, которые солим и смазываем сметаной. Таким образом рыба при запекании получится невероятно сочной и мягкой.

Сверху укладываем немного протертой моркови и нарезанного полукольцами лука, которые предварительно обжарили на растительном масле.

Следующим слоем выкладываем грибы.

Натираем сыр на крупной терке и посыпаем им все получившееся блюдо.

Форму с горбушей и грибами отправляем в разогретую до 200 градусов духовку.

Запеченная горбуша с грибами - отличное блюдо к любому столу. Очень сытное и в то же время изысканное. Гостям обязательно понравится ее насыщенный вкус и визуальная красота, если получится как на фото.

Приятного аппетита!



ИНГРЕДИЕНТЫ

- Горбуша - 1 кг
- Грибы - 150 граммов
- Сыр - 150 граммов
- Лук репчатый - 2 штуки
- Морковь - 2 штуки
- Сметана - 150 мл.
- Соль по вкусу

ЗДОРОВЬЕ

ДОМАШНЕЕ ЛЕЧЕНИЕ ПРОСТУДЫ

КАК ЛЕЧИТЬ НАСМОРК?

Прежде всего, нужно понять, что насморк — это нормальная реакция организма на вирусную инфекцию. Если насморк вам очень досажает, то неприятные ощущения можно облегчить натуральными средствами. Но подавлять его полностью не стоит, достаточно несколько раз в день промывать нос морской водой с алоэ, чтобы несколько уменьшить выделения.

Смягчит насморк чай с имбирем, корицей и гвоздикой. Заварите чайную ложку молотого имбиря, 1/2 чайной ложки молотой корицы и 1/4 чайной ложки молотой гвоздики стаканом крутого кипятка и процедите чай через 5 минут. Пейте имбирный чай очень горячим — это исключительно сильное согревающее средство.

На следующей стадии болезни выделения из носа становятся густыми, слизистая оболочка отекает и нос закладывает, а в дальнейшем может развиваться синусит, особенно у людей со слабой иммунной системой, разрушенной частым приемом антибиотиков или хроническими заболеваниями.

Ощущение давления у корня носа, во лбу или в районе скул и головная боль могут свидетельствовать о том, что воспалительный процесс перешел в синусы.

Хронический синусит хорошо поддается лечению, а с однократным воспалением можно справиться и самостоятельно.

Взрослому здоровому человеку реко-

мендуется принимать для этого витамин С по 200 мг каждые два часа и делать четыре раза в день ингаляции с эфирным маслом тимьяна. Добавьте в литр кипящей воды две капли масла, накройте голову и дышите паром в течение 10 минут. Если в течение суток облегчения не наступило, возможно, вы нуждаетесь в профессиональной помощи. Как лечить кашель?

Ингаляции с маслом тимьяна могут помочь и в том случае, если вы страдаете от кашля, особенно от самой неприятной его формы — сухого удушающего кашля, мешающего заснуть ночью.

ПИТАНИЕ ПРИ ПРОСТУДЕ

При простуде, как и при любых воспалительных заболеваниях, воздерживайтесь от молочных и соевых продуктов, сладкого, пшеницы и любых искусственных добавок в пищу. Ешьте легкие калорийные блюда со специями — почти все натуральные приправы обладают антивирусными и антибактериальными свойствами, согревают и укрепляют иммунитет.

Лук, чеснок, имбирь и перец особенно полезны при простудных заболеваниях. Пейте как можно больше жидкости и регулярно проветривайте помещение.

Беременные и кормящие женщины и дети до года нуждаются в особых рекомендациях, поскольку многие натуральные средства им запрещены.

САМЫЕ СМЕШНЫЕ АНЕКДОТЫ

НЕМНОГО ЮМОРА

Маленькая девочка закапывает ямку в песочнице, когда проходящий мимо сосед ее спрашивает, - Что ты там закапываешь, девочка? - Мою золотую рыбку, - всхлипывая, отвечает маленькая девочка. - Какая однако большая ямка для такой маленькой золотой рыбки. Маленькая девочка, со злостью, отвечает: - Это все потому что она внутри Вашего глупого кота.

Женщины, помните! Вы - не прачки, не посудомойки, не кухарки, не уборщицы... Вы - ангелы чистоты! Жрицы порядка! Материцы клининга! Богини уюта! Дом — это ваш храм! Вам просто не объяснили...

В кафе поужинали:участковый, омоно-

вец и гаишник. Официант выписывая счет рассуждает: - Участковый наш, кафе на его участке, мало ли, что сделаю скидку 20%. Омоновец тоже лихой парень вдруг пойдет обратиться, сделаю скидку 50%. Я же водитель иногда нарушаю ПДД, да и работа такая, что бывает выпимиши еду домой, не буду брать с гаишника за ужин. Участковый и омоновец рассчитываются и уходят, а гаишник сиди. Проходит 10-15 минут официант обращается к гаишнику: - А Вы знаете за Вас расплатились! Гаишник: - Знаю, Я сдачу жду!

- Ты кем работаешь? - Ландшафтным дизайнером! - Ух ты! На компьютере? - Нет... На бульдозере...

СКАНВОРД

Порода собак	↓	Сорт яблоки	↓	Хлыщ, шеголь	↓	Моторная ...	↓	Болотная птица
						↓		
Оконная задвижка		Надпись на кадре		Переменный ...	→			Сырье для sake
Эстонский певец	→	↓		... бумаги	Роман Набокова	→		↓
Моллюск	Танец с раздеванием		Криминальная ...	↓	Греческая буква	→		
↓	↓		↓				Бог солнца у древних египтян	
Лестница на корабле	→				Человек, выдающий зарплату	Ларец для мощей святых	↓	Вентерь
Символ святости		Место в амбаре для хранения зерна	→		↓	↓		↓
↓				Река в Берне	→			
Галоген		Центр области	→				Показная роскошь	
↓				Сумочка для носовых платков	→		↓	
Часть конской сбруи		Русский композитор	→			Река в Удмуртии	→	
↓				Водный поток	→			