

## «Я вышла в адыгском платье...»

**Фатима Канаметова** («Газета Юга» №45) стала третьей в конкурсе «Miss Journalism World 2018» («Мисс Мира журналистики») в Танзании:

Из 60 заявок на участие было отсееено 30, но отбор на этом не закончился. В Танзанию на ко-

нечном этапе были приглашены 12 девушек из Украины, Польши, Испании, Франции, Зимбабве, Малави, Кении, Китая... Победу одержала представительница Украины, второе место у журналистки из Танзании.

Первое, что надо знать тем, кто хочет участвовать в междуна-

родных конкурсах: это изматывающий график очень плотный. Танцы, дефиле, тренажерный зал – необходимый минимум занятий во время конкурса, а после них зачастую фотосессии, посещение достопримечательностей... Дорога – самая длительная часть всех мероприятий, в целом заняла два дня. Мои рейсы: Нальчик – Москва, Москва – Вена, Вена – Аддис-Абеба, Аддис-Абеба – Килиманджаро. Оттуда еще около часа на машине до пентзвездочного отеля в городе Аруша,

вывозили, но самым запоминающимся для меня стало фотосафари в национальном парке Тарангире. Танзания – довольно благополучная для Африки страна. Конечно, мы видели, что люди там живут не так, как, скажем, в Европе. Но, если задуматься, у нас в России тоже есть территории, где живут на том же уровне.

Еще раз хочется уточнить, так как меня постоянно об этом спрашивают: выхода в купальниках на этом конкурсе нет. Помимо всех остальных дефиле, каждая

девушка должна была презентовать национальное платье своей страны. Я вышла в адыгском платье. Мы, считай, уже 460 лет как россияне, поэтому адыгский – такой же национальный костюм России.



где нас расселили по две девушки в номер. У нас была охрана и личный автобус, на который надели наши фотографии.

Кстати, в Нальчике так и не нашли места, где можно было бы сделать прививку от желтой лихорадки. Делать ее необходимо за 10 дней до въезда в страну, и как раз совпало, что в этот период я находилась на мероприятии в Волгограде. Отъехала на часик в клинику, где мне без проблем ввели необходимые вакцины.

Участниц приняли на высшем уровне. На третий день нас приветствовали в мэрии Аруша, где присутствовали главы разных министерств страны – просили сполна насладиться пребыванием в Танзании, чтобы затем всему миру рассказать, как у них здорово и хорошо. Нас много куда

девушка должна была презентовать национальное платье своей страны. Я вышла в адыгском платье. Мы, считай, уже 460 лет как россияне, поэтому адыгский – такой же национальный костюм России.

Для тройки победительниц запланирован оплачиваемый контракт с месячным пребыванием в Танзании: мы должны будем заниматься волонтерской работой, взаимодействовать с местными СМИ, участвовать в разных конференциях. Готова ли я к месячному пребыванию в Африке? Если ко мне будут относиться так же, как в этот раз, – только за.

## «Это дело не оставлю в память о сыне...»

### Письма с комментарием

Мед Ципиновых мы покупаем несколько лет – после того, как прочитали о нем в вашей газете (вы одно время активно продавали местные продукты). И он действительно был отличного качества. Мы даже детям в Москву отправляли, и как гостиницу для знакомых возили.

В прошлом году он уже стал каким-то другим. А в этом вообще его не узнаем.

Появился в магазинах поздно – в октябре. И «Горное разно-

травье» теперь не золотистое, а темно-коричневое, как гречишка. И вкус совершенно другой.

Это заметили не только мы. В магазине, где обычно покупали мед, стоит прошлогодний, а урожая 2018 нет. Говорят, не стали завозить: плохо берут.

Слышали разговоры, что Ципиновы теперь разливают не собственный мед, а со стороны. И что внуки с их знаменитой бабушкой уже даже не ведут совместный бизнес.

Думаем, вам не составит труда выяснить, что же произошло

с медом шестого поколения пчеловодов Ципиновых.

Заранее спасибо,  
**Шогеновы**

**Цаца Ципинова:**

Раньше мед мы качали в Верхнем Куркужине. И находились там самое позднее до августа. Теперь решили переехать в Кенделен – там цветение идет с августа до конца сентября. И огромное разнообразие меда, чабреца много, лес. Из-за ливей мед стал темнее, но он не

уступает по качеству тому, к которому привыкли покупатели.

Внуки действительно решили больше не заниматься со смертью Аслана прошло года четыре, они мне сказали, что хотят заниматься другим бизнесом. Я не возражала, но сама это дело не оставлю. В память о сыне – он так любил пчел...

## Гороскоп 14–20 января

### КОЗЕРОГ (21 декабря – 19 января)

Излишняя напористость – отнюдь не ваш союзник на данном этапе. Не тратьте зря нервы. На работе будьте рациональны, экономны, рачительны. Не давайте родственникам и близким друзьям денег в долг. Они не смогут вовремя вернуть ваши кровные, а отношения с вами испортят окончательно. Выходные дни проведите с семьей, отдохните активно! Не забывайте о родителях.

### ВОДОЛЕЙ (20 января – 18 февраля)

Не самый удачный период. Критика в ваш адрес не всегда верна и тактична. Остерегайтесь близких отношений с коллегой. Наберитесь терпения, постарайтесь заняться индивидуальным творчеством, если есть возможность – отдохните пару дней. Уделите также внимание здоровью, возможно проявление хронических недугов. Позаботьтесь о семье и детях.

### РЫБЫ (19 февраля – 20 марта)

К реализации самых важных дел можно приступать со среды, когда начнет повышаться творческий потенциал. Старайтесь придумать пораньше с работы, чаще гладить сына или дочь по голове, проявляйте нежность к супруге или супругу, говорите больше добрых слов. Для одиноких дам наступает время серьезных размышлений и пересмотра мнений о прежних связях, нового взгляда на будущее.

### ОВЕН (21 марта – 20 апреля)

Удачные дни будут перемежаться с проблемными, но все

же постарайтесь извлечь максимальную выгоду для себя. Как видите астрологи, на вашей стороне – творческий потенциал, личная активность и прекрасная интуиция. Но будьте осторожны: при принятии решений не допускайте спешки, хорошо обдумывайте каждый шаг. И будьте оптимистом, радуйте себя!

### ТЕЛЕЦ (21 апреля – 20 мая)

Тщательно обдумывайте каждый шаг: не допускайте, чтобы неизбежные в жизни трудности отнимали у вас энергию. Проявите особую бдительность в отношениях с коллегами и партнерами. Делайте поправку на козьи тайных недоброжелателей, которых немало. Возможны осложнения в отношениях с друзьями, поэтому старайтесь поступать предельно внимательно и тактично, чтобы не допускать конфликтов.

### БЛИЗНЕЦЫ (21 мая – 20 июня)

Возрастают творческий потенциал, активность, работоспособность, интуиция, что дает возможность людям этого знака более энергично включаться в любые планы и проекты. Это позволит повысить авторитет среди коллег и начальства, продолжить путь вверх по профессиональной лестнице. Одиноким дамам и кавалерам просто необходимо романтические встречи, в которых можно черпать неограниченную энергию.

### РАК (21 июня – 20 июля)

Неплохо бы остановиться, оглянуться, осмыслить прожитое. Остерегайтесь любых новых проектов и начинаний, появления незапланированных партне-

ров и инвесторов, случайных выигрышей. Не заводите романтических связей, особенно если оборемны узами брака. Пустой флирт вообще противопоказан. В то же время предстоящий период принесет одиноким дамам приятные сюрпризы на личном фронте.

### ЛЕВ (21 июля – 21 августа)

У вас все будет замечательно. Работа спорится. Организм не дает сбоев, поэтому особых поводов для врачебной помощи нет. Однако остерегайтесь простуды и инфекции. Дети перестанут огорчать, а супруг или супруга станут образцом нежности и долготерпения. Повышающаяся сексуальная привлекательность для особ противоположного пола позволит вас на подвиги. Будьте осторожны.

### ДЕВА (22 августа – 23 сентября)

Жизненный потенциал и оптимизм начнут возрастать. Все станет ладиться, работа пойдет в гору. Вы заработаете прекрасные деньги, сможете непрекаемый авторитет среди коллег. Повысится ваш рейтинг и у начальства. Хотя много времени тратится впустую. Несмотря на свет, подумайте и о своем организме, который, возможно, нуждается в повышенном внимании.

### ВЕСЫ (24 сентября – 23 октября)

Возможно совершенно неожиданное развитие событий, которое наполнит вас оптимизмом. Продолжится позитивные изменения в карьере. Людей, родившихся под этим знаком, вероят-

## «Мне интересно заниматься спортом»

### Дина Бугова предпочитает фитнес конкурсам красоты:



С детства увлекаюсь единоборствами: мой папа – Ахмед Бугов («Газета Юга» №42, 2012) – был тренером по ушу. С малых лет, как только начала ходить, попала в спортивный зал. Выступала на европейских и международных турнирах, становилась чемпионкой... По окончании школы в 2009 должна была ехать в Москву: хотела выучиться на зубного врача, но судьба распорядилась иначе. Поступила в родном Калининграде на физическое воспитание. Решила: раз родители меня никуда не отпускают, пойду по стопам отца.

Увлечлась спортивной аэробикой, фитнесом... И полностью окунулась в тренерскую профессию. Раз в год еду на повышение квалификации, получаю сертификаты. Мечтаю работать в сети «World Class» и однажды перебраться в Москву.

А титул «Мисс Калининград – 2018»... Не планировала участвовать в конкурсе – меня позвала с собой подруга. Заполнила анкету, мне позвонили, пригласили... То, что выиграла, было большим сюрпризом. После первого этапа был второй – «Жемчужина России – 2018». Ехала за эмоциями, впечатлениями – без желания выиграть. Я не эмоциональный

человек (единоборства оставили своей о печаток), но была рада победе... Будущее в модельном бизнесе – слишком круто сказано. Нужно ходить по кастингам, де-

лать портфолио... Если буду востребована, пойду, но мне интересно заниматься спортом и той работой, которая у меня есть.

## «Имя само напрашивается»

### Хобби

### Надежда Сарокваша считает, что творчество необходимо каждой женщине:

По образованию я медсестра. Родилась и выросла в Нальчике, но шесть лет назад после замужества переехала в Прохладный, где мы с семьей и живем.

После рождения второй дочки меня посетила мысль, что не могу просто так сидеть в декрете – нужно занятие для души. Так стала делать аксессуары для волос, шить подушки-буквы: сначала для себя, потом для подруг, знакомых... Со временем появились заказчицы из других городов. Как-то в интернете наткнулась на фотографию куклы Тильды, и у меня появилось огромное желание сделать такую же.



Есть выражение, что кукла – это душа, завернутая в ткань. Думаю, так оно и есть. Не могу шить, если расстроена или нет настроения: знаю, что ничего не получится. На пошив одной малышки у меня может уйти от двух дней до месяца. Бывает, садишься и

все готово. А бывает, перебираю ткани, ленты, кружево – вроде что-то шью, но все не то... Как будто кукла сама не хочет быть в этой одежде. В итоге меняю все ткани – и процесс сдвигается с места. Для каждой куклы у меня есть имя, оно само напрашивается. Когда малышка готова, у нее своя история.

Беру кукольный трикотаж, хлопок, синтепух для набивания

и любые ткани, которые понравятся, ленты, кружево – вроде что-то шью, но все не то... Как будто кукла сама не хочет быть в этой одежде. В итоге меняю все ткани – и процесс сдвигается с места. Для каждой куклы у меня есть имя, оно само напрашивается. Когда малышка готова, у нее своя история.

К сожалению, времени на увлечение остается мало: семья, работа, домашние дела... Поэтому своим творчеством занимаюсь в основном по вечерам, когда дети уже спят. Бывает, процесс настолько затягивается, что сижу над кукольными платьями до глубокой ночи. Вообще, считаю, что творчество – неважно, какое, – просто необходимо любой женщине. Морально отдыхаю, когда что-то делаю: процесс освобождает все мысли, и появляется ощущение спокойствия...

## 5 мест в доме, которые таят опасность

### Здоровье

**Исучая поверхности, которые облюбовали микроорганизмы, ученые обнаружили, что обитают на них самые разные микробы. Это и кишечная палочка, и стафилококк, и стрептококки, и даже палочка Коха, вызывающая туберкулез. Ведущий эксперт Центра молекулярной диагностики CMD Центрально-го НИИ эпидемиологии Роспотребнадзора Наталья Беглярова назвала места и предметы – потенциальные источники инфекций.**

- Прихожая**  
Коврик в прихожей первым принимает на себя удар – вся грязь с ботинок, которую принесли с улицы, остается на нем. Впрочем, коврики ковры – также отличные пылесборники и могут стать причиной если и не инфекции, то аллергии.
- Книги**  
Разносчиком инфекций может стать и библиотека, в которой книги хранятся со времен вашего детства. Книжки, которые стоят на полках несколько десятков лет, не только покрываются вековой пылью, но и являются пристанищем самых разных микроорганизмов.
- Холодильник**  
Самая большая проблема – нарушение правил хранения продуктов. В итоге сырое мясо соседствует с готовыми блюдами, недели хранятся открытыми консервы и пакеты с молоком... Серьезную опасность для человека таят ящики для овощей: начиная подгнивать, они «раскидывают» вокруг болезнетворные бактерии. Все это чревато кишечными инфекциями для всей семьи.
- Ванная**  
Микробы обожают не только туалет, но и раковины, а особенно дверные ручки и смесители: ведь это первое, чего мы касаем-

ся, приходя с улицы. Необходимо регулярно протирать их антибактериальными салфетками.

Занавеска в ванной чаще всего тоже покрыта грибковыми порами и бактериями – ведь она постоянно соприкасается с водой. Как вы ее сушите? Обычно – никак, просто сдвигая в сторону. А влажная теплая среда – идеальное место для размножения бактерий. Шторку нужно хорошо просушивать и менять хотя бы раз в год.

Важно: микроорганизмы не выживают при влажности воздуха меньше 10 процентов. Поэтому не допускайте, чтобы какие-то вещи или предметы оставались во влажном состоянии.

Важно: домашнюю библиотеку лучше содержать на застекленных полках. Но даже в этом случае книгам необходима регулярная влажная уборка. Только в этом случае вы застрахуетесь от появления вредного жучка – хлебного точилицка, который питается клеем на корешках книг. Его экскременты опасны для детей и людей с аллергией.

Некоторые исследования утверждают, что на мобильном те-

лефоне микробов даже больше, чем на обложке унитаза. Не меньше микробов и на пульте телевизора, который мы часто хватаем, едва войдя в дом и даже не успев помыть руки. Чуть меньше, чем на телефоне, бактерий на мышке и клавиатуре компьютеров и ноутбуков. Но и на них неизбежно скапливаются пыль и крошки. Все это прекрасная питательная среда для микроорганизмов.

Важно: протирать технику антибактериальными салфетками, особенно это необходимо в простудный сезон. И не кладите на обеденный стол и вообще рядом с едой предметы, которые путешествовали с вами по городу: телефон, ключи, кошелек, сумку...