Ассаламу гIалайкум!

АХИХЪАН

№ 31 (7432)
13 Август 2020 сон
Хамиз
sadovoduns@yandex.ru
Багьа эркенаб

Газета бахъизе байбихьана 1937 с. УНСОКОЛО РАЙОНАЛЪУЛ ГАЗЕТА «САДОВОД»

РакI – ракIалъ баркула!

Гьал къоязда жиндирго 80 сонилаб юбилей кIодо гьабулеб буго Дагъистаналъул тIоцебесев президент МухIу Гьиматович ГIалиевас.

Унсоколо районалъул администрациялъул, районалъул Собраниялъул депутатазул, ЖамгIияб палатаялъул, районалъул гIадамазул ва дирго рахъалдасан ракI – ракIалъ баркула Дуда юбилей!

МухIу ГIалиев ккола Дагъистаналъул тарихалъулъ гъваридаб лъалкI тарав республикаялъул тIанегIанал гIадамаздасан цояв. Гьесул гIумроялъул ва захIматалъулги нухазул бицуна щварал шапакъатаз; гьезда гьоркьор руго «Дагъистан республикаялда цере гьарурал хъулухъазе гIоло», «Инсул ракьалда цере гьарурал хъулухъазе гIоло» II – III – IV степеназул орденал, Александр Невскиясул орденги.

ХIурматияв МухIу Гьиматович, гIагараб республикаялъе гIоло гIемераб хIалтIи гьабуна Дуца. Дур хIаракаталдалъун щулалъана ва гIатIилъана халкъазда гьоркьосел бухьенал, гIумруялде рахъинаруна инвистиционниял проектал, хIисабалде росана гIемерал политикиял суалал. Гьарула, Дуе, щулияб сахлъи, хъизаналъулаб талихI, халатаб гIумро.

ХIурматгун ва лъикIал къасдалгун Унсоколо районалъул бетIер ГI. НурмухIамадов.

ЖамгIияб палатаялъул данделъи

7 августалда Унсоколо районалда ЖамгIияб палатаялъул пред. М. ГIабдулаевас данделъи тIобитIана гьеб палатаялъул советазул. Гьенир гIахьаллъана зам. председателасул XI. МухIамадсайгидов, социалиял, культуриял лъай кьеялъул миллиялгун межконфесионалиял, политикаялъул советалъул пред. ГI-К. ГIабдурахIманов, 2020 - 2022 саназ чияда раралльун гьечIел организациязул гьарулел хъулухъазул рахъалъ пред. М. Султановаги.

Къойил темалъун балагьиялде росун рукIана рищиязул участкабазда РФялъул Конституциялда хиса - басиял гьарулаго жамгIиял хадуб хал ккveялъул хIалтIул суал.

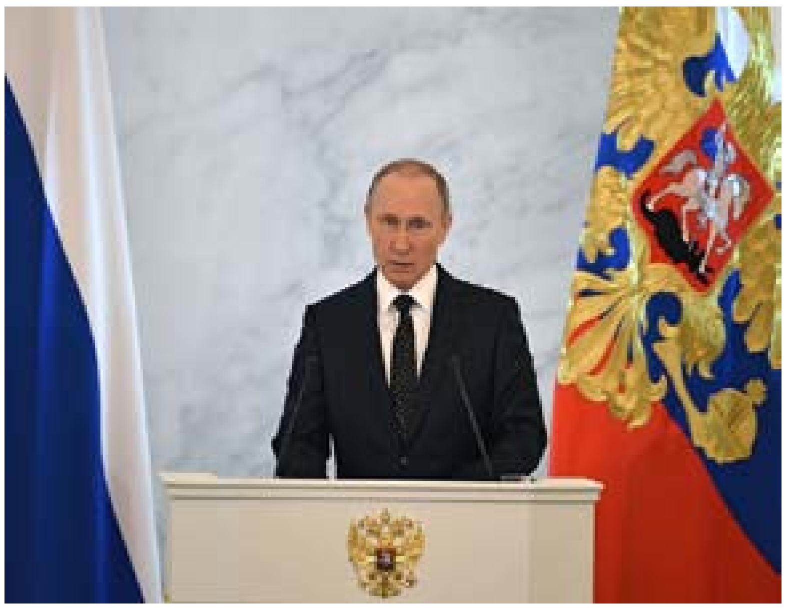
Жиндирго кIалъаялда палатаялъул пред. М. ГIабдулаевас бихьизабуна РФялъул Конституциялда хиса - басиял гьарулаго гьаркьал кьеялъулъ ЖамгIияб палатаялъ хIаракатаб хIалтIи гьабунин, гьаркьал кьей тIадегIанаб даражаялда анин.

Транспорталъул налогал ракIариялъе

Унсоколо районалда гIемераб хIалтIи гьабулеб буго транспорталъулаб налог бакIари лъикIлъизабиялъе. Гьеб мурадалда 6 августалда ведомствобазда гьоркьосеб Шамильхъалаялъул комиссиялъул группаялъ чIезебураб графикаялда рекъон хал гьабуна транспорталъул налог кьечIезул суалалъул. Гьелда гьоркьоре унаан райадминистрациялъул вакилзаби, налогазул хъулухъ, судалъул приставал ва ихтияр цIуниялъул органазул хIалтIухъаби.

РФялъул Конституция; редакторалъул калам

ЧIара-хьараб хIалалъе – Закон



Лъалеб букIалъе нилъер «Аслияб закон» къабул гьабун букIана 1993 соналда ва гьеб жакъа къоялде щвезегIанги хIакъикъияблъун, кIвар бугеблъун буго. Гьелдаса нахъе тIубанго батIияб рахъалде сверана нилъер гIумро. Умумаз би тIун гIуцIараб СССР бихханиги Россия улка хIисабалда цIунизе кIвейги жавабчилъиялъулаб иш буго гьелъул щивав гражданасе. Гьеб закон бахъаралдаса дагьабго батIияб рахъалде сверана нилер гIумро, амма эбелаб ВатIан нилъеца цIунун буго. Гьедин бугеб мехалъ хасал хиса-басиял Конституциялда гьариги жакъа къоялде цIакъго хIажаталлъун ккола. Гьелдаго цадахъ араб заманаялъул хIисаб гьабулаго тIубанго бихxун иналда хIинкъи букIараб Россиялъул Федерациялъул пачалихъги чияда бараблъун гьечIолъи ва политикияб курс ахирияб заманалда гIезегIанго щулалъана .

Нилъеда бихьулеб букIахъе гьеб кинго къабуллъулеб гьечIо Западалъе, гьез тIад чIун бачунеб буго Россиялъе кисанго квал-квал гьабулеб политика, лъугьунел руго гьелъул жанисел суалазда гьоркьоре, жидецаго бахчараб хъублъи балеб буго нилъеде.

Бихьулеб букIахъе киналго экономикиял рычагаз тIадецуйги гьабун нилъер обществалда гIуцIулеб буго хIалуцараб хIал, гIемермиллатазул ва гIемер конфессиналияб Россиялъул халкъалъул цолъи биххизабизе хIаракат бахъулеб буго. Нахъ ралагьичIого мекъи бихьизабулеб буго дунялалъулго тарих, хасго тIадчIей гьабулеб буго КIудияб ВатIанияб рагъул хIакъикъат тIубанго батIияб рахъалде сверизабизе. Гьеб киналдаго цадахъ бачунеб буго нилъер жанисеб къуват чIинтIиялъе санкциял лъеялъул политика.

Гьедин жиндир заманаялъулаблъун бихьула дида Аслияб законалда гьарурал хиса-басиял. Гьелъ щула гьабизе буго суверинитет, территориалияб щвалде щвей, пачалихъалъул жанисел ишазда гьоркьоре лъугьине тунгутIи ва тарихияб ритIухълъи цIуни.

Аслияб документалда хиса-басиял гьариялъ рес кьезе буго улкаялда политикиябгун социалияб чIара-хьараб хIал, гIаданлъиялъулал рахъал ва рагIи данде ккей букIинабиялъе, экономикияб цебетIеялъе, культураялъул, рухIиял, гIамал-хасиялъулал къиматал рахъал цIуниялъе, гьелъул къучIалда улка цебетIеялъе.

Цо пикру буго бичIчIулареб. Гьедин нилъер кинабго рахъ щущазабулеб политика къватIисел хIукуматаз бачунеб мехалъ, щай гьезул продукцияги къайи-цIаги улкаялъ босулеб, санкциязда рекъон гьез нилъехъа батIа гьабулебщинабги улкаялдаго тун, заводал, фабрикал ва цогидалги низамалда щай хIалтIизабуларeб,-абун. Гьелде кантIизабеги хадубккун нилъер нухмалъи!

Ахихъан

Районалъул газета
№ 31 (7432)
Хамиз
13 Август 2020 сон

2 гъумер

Нужее руччаби, бералъ гуребги
БухІараб каранда канлъи гьарула,
Киналго тІуралел тІадал ишазулъ
ТІолалго хІайранаб махщел гьарула!

Кин йигей, мун, магІарулай!?

Кин йигей, мун, чІужугІадан?

2018 соналъул 11 декабралда къватІибе бачІараб, №706 бугеб Россиялъул Федерациялъул Президентасул «Союз женщин России» - абураб ТІолгороссиялъул общественниябгун пачалихъияб организация гІуцІиялъе хъвараб Указалда гъоркь гъулбасунаго В.В. Путиница пачалихъияб политикаялде руччаби цІалел гІемерал масъалал цере лъун руго. Гьениб бихьизабун буго; а) руччабазул ихтиярал ва интересал цІунизе; б) борхизабизе росабалъ гІумро гьабулел руччабазул общественнияб статус, политикияб, экономикияб, социалияб, культурияб гІумроялъулъ гьезул роль, руччабазул церетІеялъулал ресал гІатІилъизаризе; в) 2017-2022 соназ руччабазул интересазе гІоло цере рахъунезе миллияб стратегиялда гІахьаллъизе рес кьезе; г) хъизаналъулаб политика щулалъизабизе, демография лъикІлъизабизе ва цогидалги руччабазул гІумру-яшав лъикІлъизабизе гІемерал лъикІал ишал рихьизарун руго гьеб документалда. Хасго кІвар кьолеб буго хъизаналъулаб гІумро лъикІлъизабиялде.

Районалда руччабазда гьоркьоб хІалтІи гьабиялъул хІурматияб иш тІубазабулеб буго районалъул администрациялъул саназде рахинчІел лъималазулгун хІалтІи гьабиялъул специалист П. НурмухІамадовалъ. Районалъул руччабазул советалъ гьезие тІоритІула рекІел гъеялъулал, дандчІваялъулал тадбирал, гьезул гІумроялъул захІматал суалал тІуразариялъе квербакъула.

Сахлъиялда тІад месед-гІарацалъ гьабулеб асар

Месед – гІарацалъ, бриллиантаз ва цогидалги рекІелгъеялъе ралел жалаз гІадамазул сахлъиялъе цІикІкІараб асар гьабула.

* Меседил тІагІелаз гІумроялде гъира - цІа, лебаллъи бачІинабула, ракІ бакъвай тІаса инабула, гьелъ кумек гьабула гІодоре риччаялъе. * КІудияб килщида хураб меседил баргъичалъ кумек гьабула тІадехунисел хІухьел босулел нухазул унтуе, гьоркьохъеб килщида хуни – варикоз унтуеги. Гипертониказ гІарцул баргъич хезе ккола чІикІарулеб, ай указательнияб килщида, тахикардиялъ кІвекІулез рикІкІад тезе ккола месед.

* КІилкІал разе гІундузда рахъарал картІаз лъикІаб асар гьабула берзул канлъиялъе, рукІалиде бачІинабула давление, миндалиназул хІал лъикІлъизабула.

* Минералаз кумек гьабула нервабазул системаялъе зарал ккун бугони, лъикІаб асар гьабула гІадалзул нахулъ ругел бидурихьал лъикІ хІалтІиялъе.

* ГІодоре риччазарула сапфиралъ, лазуриталъ, бирюзаялъ, жаденталъ, нефриталъ. Невролгиялъе, ботІронах шуриялъе квербакъула аметисталъ, сиреневияб халцероналъ ва гь.ц. Нервабазул система гІодобе биччазабула гранаталъ, рубиналъ, сердоликалъ.

* Жемчугалъ борхизабула бидул свери. Миокардиялъул унтаби лъугІизарула, бидурихьазул тонус рекъезабула.

* Янтаралъул кумек буго щитовиднияб железо унтараб мехалъ.

* Топазалъ бахъула стресс, тІагІамазул лъай цІикІинабула ва щитовидка щула гьабула. Гьезул баргъичал хезе лъикІал руго кваранаб кверзул указательнияб килщида.

* Бриллиантаз инабула ботІрол унти, лъикІлъизабула ракІалда жо чІей, бачІинабула гъира – цІа, шлаказдаса бацІад гьабула организм, тІом цІунула чІегІерал тІанкІаздаса.

* Гранаталъ лъикІлъизабула иммунитет.
* Изумруд ккола лъимаде ругел эбелазе лъикІаблъун бихьизабураб, кумек гьабула тІул, кванирукъ унтаразе, рукІалиде ккезабула давление.

Классцоязде

Жакъа нилъ киналго данде руссиндал
БачІана тІад буссун дир гІолохъанлъи,
ГІумрудул рекарал соналги кІочон
КІарчанлъи бачІана дир рукІелъ рештІун.

Асиятгун ГІазраъ, Зазал ПатІимат
Гьайбатал ясазул букІинчІищ къокъа,
Бакъул нур суней Сапилги бицун
Бегьилищ кІочене ай Балаева.

Басирил Жавгьарат, жий чІаго таяй
ЧІоролоялъ гІадал бакънал рачуней,
Чанил бурутІ гІадай Зумурат-бика
Зодил тІайпусалъул тІабигІат бугей.

Ханасул ясазул халипа бугел
Хадижатгун, Маму берцинал чагІи,
МоцІрохъе кунчІулел гІарцул канарко
ГІунайзтил ПатІимат кинандай йигей?

Кинида йикІадго рекІел тІегь тІурай
РикІкІадулъ рехселин хадуй дунгоги,
Рехъалъа билараб кьагІрида релъун
Лъимерлъи гІумрудулъ нахъе босарай.

Къвалал къокъал гурдал, мини юбкаби
Копое къотІарал къокъал чолкаби,
Черхалда рекъараб узданаб ретІел
Эркенаб букІана, нилъер лъимерлъи.

ГІарацги нилъее хІажат букІинчІо
ЧІобого кепкаде букІана щибго,
Киноялде ине гІабаси щвани
ГІун букІанин нилъей киназегоцин.

Васалги, ясалги вац – яцалгІадин
Цадахъ рилъунаан хьещтІезе лъарахъ,
ХьештІеродул бакІихъ портфелалги лъун
Лъаларищ мухъалда унел рукІарал.

Экзамен кьелалде ХІамзадалъул гохІ
БацІад гьабулаан тІегь хералдаса,
Росулъ ратанщинал вазабиги цІун
ЦІезабулаан класс тІогьол махІаца.

МухІканаб букІана нилъей къураб лъай
Лъабилал къиматал рукІананиги,
РукІана лъай кьезе учительзаби
Аллагьас Алжан кьун рохун ратаял!

Суайбат ХІамзатова, Рихьуни росу

Ахихъан
Районалъул газета
№ 31 (7432)
Хамиз
13 Август 2020 сон

3 гьумер

Садовод

Страница в номере

ЧЕМ ЖИВУТ ЧАМАЛЫ И ИЖОРЦЫ: ЧТО МЫ ЗНАЕМ О КОРЕННЫХ НАРОДАХ РОССИИ?

Сегодня в мире насчитывается около 370 миллионов представителей коренных народов. Это 5% населения планеты. Хранители культурных традиций предков и редких языков, они расселены по всем континентам почти в 90 странах. Как правило, это малочисленные народы, которые проживают на небольших территориях — в исконной среде обитания.

В России коренными малочисленными признаются народы, проживающие на территориях традиционного расселения своих предков, сохраняющие традиционные образ жизни, хозяйствование и промыслы, насчитывающие менее 50 тысяч человек и осознающие себя самостоятельными этническими общностями. По данным последней Всероссийской переписи населения 2010 года, в нашей стране 47 таких этносов. В их составе выделяются 40 коренных малочисленных народов Севера, Сибири, Кавказа и Дальнего Востока. Они компактно проживают более чем в 30 субъектах России, более 65% из них — в сельской местности, где особенно бережно хранят традиции и быт предков. Перепись населения позволяет узнать, как меняются численность и жизнь этих народностей, чтобы определить, какую поддержку им необходимо оказать, как сберечь их уникальные культурные обычаи, традиции, язык. Изменения численности коренных народов зачастую определяются не только демографическими показателями в стране, но и национальной самоидентификацией — эти данные можно получить исключительно по итогам переписи населения. Каждый гражданин России вправе самостоятельно определить свою национальность, ориентируясь, например, не только на этническое происхождение, но и на близость к определенной культуре и языку, а также другие возможные причины.

Так, в Дагестане и Чечне зарегистрированы 24 человека, считающих себя чамалалами, которых относят к андийским народам Кавказа и субэтносу аварцев. Но еще в XIX веке их насчитывалось не менее 3889 человек, компактно проживающих в девяти аулах. Такие данные показала Посемейная перепись населения Дагестана 1886 года. В начале XX века первая Всесоюзная перепись населения 1926 года определила 3438 чамалалов, а в 1967 году их насчитали более 4000 человек. В конце XX века многие чамалалы стали покидать родные селения в поисках новых возможностей для заработка, переселялись в города и другие регионы. Смена места проживания, вероятно, отразилась и на самоидентификации. По данным Всероссийской переписи населения 2002 года, лишь 12 жителей страны отнесли себя к чамалалам. К 2010 году их число увеличилось вдвое. Сколько их сейчас — мы узнаем уже в 2021 году, когда пройдет очередная перепись и будут подведены ее первые итоги. Кстати, в 2010 году около 500 россиян заявили, что знают чамалинский язык. Свои редкие народности есть в Ленинградской области: 1380 вепсов, 169 ижорцев и 33 представителя народности водь проживали здесь на момент переписи 2010 года. Хабаровский край родной регион для нанайцев, 91,7% которых (или 11 009 человек) были зафиксированы в 2010 году именно здесь. Соседство им составляли 480 негидальцев, 2149 нивхи, 441 орочи, 2621 ульчи, 1128 эвенов, 620 удэгейцев и еще ряд коренных дальневосточных этносов.

Расширить круг солидарности с коренными народами и совместно работать над тем, чтобы обеспечить им возможности для развития — одна из целей учреждения Международного дня коренных народов мира. Он был установлен в 1994 году резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН и отмечается ежегодно 9 августа, в день первого заседания Рабочей группы ООН по коренному населению. Уточнение данных (демографических, лингвистических, экономических) по коренным народам в рамках переписей населения позволяет государствам точнее ставить задачи по решению проблемных вопросов малых этнических групп.

Всероссийская перепись населения пройдет с 1 по 30 апреля 2021 года с применением цифровых технологий. Главным нововведением предстоящей переписи станет возможность самостоятельного заполнения жителями России электронного переписного листа на портале Госуслуг (Gosuslugi.ru). При обходе жилых помещений переписчики будут использовать планшеты со специальным программным обеспечением.

Также переписаться можно будет на переписных участках, в том числе в помещениях многофункциональных центров оказания государственных и муниципальных услуг «Мои документы».

Медиаофис ВПН-2020

media@strana2020.ru

www.strana2020.ru

+7 (495) 933-31-94

https://www.facebook.com/strana2020

https://vk.com/strana2020

https://ok.ru/strana2020

https://www.instagram.com/strana2020

youtube.com

Нацпроект «Образование»

В 2018 году в нашей стране начал реализовываться национальный проект «Образование», который был принят согласно Указу Президента РФ от 07.05.2018г №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года», и который является развитием одноименного приоритетного нацпроекта, стартовавшего еще в 2016 году.

Паспорт проекта был утвержден 24 декабря 2018 года. Реализация проекта рассчитана на 2019-2024 годы.

Развитие и реализация данного нацпроекта преследует две основные задачи. Первая – обеспечение глобальной конкурентоспособности российского образования, конкретно – вхождение в десятку ведущих стран мира по качеству образования. Вторая задача - воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов России, исторических и национально-культурных традиций. Исходя из этого мы можем сказать, что это нацпроект с двойной задачей (внешней и внутренней), которые друг друга не исключают.

В рамках национального проекта «Образование» во всех субъектах РФ реализуются следующие федеральные проекты: «Поддержка семей, имеющих детей», «Цифровая образовательная среда», «Современная школа», «Успех каждого ребёнка», «Учитель будущего», «Молодые профессионалы», «Новые возможности для каждого», «Социальная активность», «Экспорт образования».

Бюджет нацпроекта составляет 784,5 млрд рублей, треть из которых направлена на реализацию федерального проекта «Современная школа».

Куратором нацпроекта выступает Заместитель Председателя Правительства Российской Федерации Татьяна Голикова, а куратором является Министр Просвещения Российской Федерации Сергей Кравцов.

В рамках нацпроекта к 2024 году планируется полная ликвидация обучения в третью смену, модернизация профессионального образования, в том числе посредством внедрения образовательных программ, охват 80% детей от 5 до 18 лет дополнительным образованием, проведение мероприятий по различным направлениям добровольчества и многие другие.

Более подробную информацию вы сможете найти на сайте р05.навигатор.дети и rmcrd.ru

Редакциялде кагъат

Нужедаса Аллагь разилъаги!

Даимго хутIуларо нилъгун сахлъи, гIолохъанлъиялъ тедал тола гьелъ нилъ, гьедин хъахIаб халгIат ретIарал гIадамазул кверщаликье ккечIого хутIуларо инсан. Мугъзада захIматаб унтиги чIван гьал къоязда дунги вегизе ккана Унсоколо централияб больницаялъул терапиялъул отделениялда. Заманго иналде анализалги гьарун байбихьана гьениб дие сах гьариялъулал тадбирал гьаризе. Лъуна капельницаби, гьаруна уколал, кьуна дараби. Къокъго абуни къокъаб заманалда дун гьез лъикIаб сахлъиялде вачIинавуна.

Рази гьавуна дун больницаялда врачаз гьабулеб сах гьариялъ гуребги, санитарияб ахIвал – хIалалъги, медхIалтIухъабазул бербалагьиялъги, кьолеб тIагIамаб квеналъги.

Больницаялъул гIуцIиялъулаб хIалтIи камилго гIуцIун буго гьениб бетIерай врач ГIайишат МухIамадовалъ. Колектив буго гIолохъанаб, камилаб, хIалтIи бокьулеб, унтаразулъ хIеренаб.

РакI – ракIалъулаб баркала загьир гьабизе бокьун буго гьезие бетIералда ГI. МухIамадовагун. Нужедаса Аллагь разилъаги, кумекалъе ратулел гIадамал!

ХIалтIулел пенсионеразе…

Санайил, хIалтIулел пенсионеразул пенсия гIага – шагарго лъабго баллагъ цIикIкIинабула. 2019 соналъ цо баллалъухъ бихьизабун букIана 87 гъур. 24 коп., 2020 соналда 93 гъур. Гьелъ, пенсиялде тIаде бачIунеб гIарцул къадар 279 гъур. тIаде бахунаро. ХIалтIудаса гIодор чIарал пенсионеразе пенсия, 2016 соналдаса байбихьун цIикIкIинабуна. Гьедин 2020 соналъ хIалтIи тарал пенсионеразул пенсиялде тIаде 5686 гъур. 25 коп. бачIана. Гьезие пенсионеразда щибниги цIех – рехги гьабичIого, щибаб санайил пенсия цIикIине бегьула. Пенсионерасе хIалтIизе бокьани, гьесул пенсия хисизабуларо.

Гьединго бицен буго хIукуматалъ хIалтIулел пенсионеразе пенсия кьезе гьечIеб закон хIадурулеб бугинги. ХIакъикъаталдаги гьединаб закон хIадурулеб бугин абулеб буго пенсиябазул Фондалъул хIалтIухъабаз, амма гьеб законалде гъоркье киналго хIалтIулел пенсионерал гуро кколел. ХIалтIулел пенсионеразул къадар улкаялда 8 млн. чиясде гIагарлъун буго.

ГьединлъидаI лъагIалие 1 млн. 200 азарго гъур. харж щолел пенсионеразе пенсия кьечIого тезеги рес буго.

Районалъул «Ахихъан» газеталъул ва ЕИСалъул хIалтIухъабаз гъваридаб пашманлъиялдалъун зигара балеб буго ГьаракIуниса **МухIамадов ГIабдурахIман** Аллагьасул къадаралде щвеялда бан, гьесул хъизаналда ва тIолабго гIагарлъиялда.

Аллагьас гьесие Алжан насиб гьабун батаги!

Нужер рес буго киналго унтаби хIатIикь лъезе

(Азарил саназ хIалбихьараб къагIида)

Россиялда магнитал жанир лъурал стелькал хIалтIизаризе лъугьаралдаса чанго анцIго сон буго. Кин нужеда ракIалде кколеб, щай магнитнниял стелькаби пайдаял ругел? Кин гьез асар гьабулеб чиясул организмалъе? Нилъер умумал рилъанхъулаан натуралиял хьитазда – хъарщуникIазда. Сундалъун гьел лъикIал рукIарал? Гьединал хьитазда жанир угъдуздагун гъоркьхIатIазе лъикIго гьава ва массаж щола, энергия щолаан эбелаб ракьалдасанги. ГIадамазда свак лъачIого ине кIола рикIкIаде. РакIалде щвезабе лъимерлъуда гIицIго рилъанхъулел рукIараб куц. Бокьилищ дол рохалил лахIзатал такрарлъизе, бокьилищ гьеб тIад буссине, гьелъие рес буго. Стелькаби абуни руго сахлъи тIад буссинабизе тIад калам гьабизе бакI гьечIел. 60 активиял точкабазда ва 72 азарго нервабазул окончаниязда тIад асар гьабула гьез гьелгун хьвадани.

ГIадада гуро агъида «кIиабилеб ракIин» абулеб, гьездасан гIадалзул нахулъе ва батIи-батIиял органалъе кьолелъул сигналал. БичIчIизе кIолеб бугищ, кинаб рес гьелъ организм гIадлу-низамалде бачIиналъе кьолеб бугебали!? Стелькабаз гIадин сунца гьеб гьабилеб?

Нилъеда гIемер абулеб рагIула цо речIчIаралъ кIиго чIвалин, яги цоялъулъ кIиго, цоялъулъ лъабго буго,-ян. Гьединго медицинаялъул стелькабазги цадахъал разрабодчиказул кумекалдалъун кIиго-лъабги тIад калам гьабизе рес гьечIел тIадецуял гьарула организмалда тIад. Магнитотерапиялъ акунструктураялъ цоцазе асар кьолаго гьелъул асар цIикIкинабула.

Магнитотерапия бижана некIо заманаялъго. Гьеб нилъер гIасруялде щвезегIан 2000 соналъ цебего хIалтIизабулаан Египеталда, ва Китаялда ругъназ ва язваби сах гьариялъе. Клеопатра ханалъ магнитнияб камень бугеб ожерелье балаан бетIер унтараб мехалъ. Чорхолъе къуват ва гьира бачIинабиялъе Ньютоница ххолаан магнит бугеб курхьин. Россиялда магнитотерапия гIатIидго хIалтIизабизе лъугьана I9 гIасруялдаса нахъе. Гьанже гьеб лъикIго лъазабунги буго.

КIудияб сах гьариялъул асар гьабула магнитнияб полеялъ чиясул черхалъе, гьелъул кинаб букIаниги заралги гьечIо. Магнитниял стелькаби (СМБФялъ) черх тIамула тIад калам гьечIого ракьалдасан щолеб гIадаб къуват щвезе, лъикIлъула биополе, бигьалъула хIухьел босизе, уна рахIатхвеялъул асар, хIалуцарал ччорбал гIодоре риччазарула, тIубараб черхалъего гIодобе биччай лъугьуна.

Сахлъиялде – кIул

Апупунктура хIалтIизабулеб буго азарил саназ. Нагагь бакI тункани нилъеца гьелда квер бахъула, унтиги къотIула. Гьединго СМБФялъги тIубазабула суал. Стелькабазда руго гургинал эластычниял шипал. Гьез цоцада хъван гьабула массаж, ай нилъер хIатIазда хIалтIулел рукIуна тIадегIанаб бажариялъул массажист. Гьелъ кьола черхалъе сахлъиги. Рефлекторниял точкабазда, ай хасал органазде бухьен бугел точкабазда гьел хъваялъ хасал органазе асар гьабула. Масала, гьел ккола гъоркьхIатIазул бутIаби.

- килщазул кьучIал (берал ва гIундул),
- бакьулъа (подушка гIадаб бакI щитовидка, ракI гьуърул),
- эгъеялде щвечIого бакьулъ хIетIе (ургьисалаби, тIул ва поджелудочнияб железо),
- эгъе (жинсиял органал, макьу).

Шипаз эгъе лъухьулеб мехалъ гIадал нахуца команда кьола эндорфрониял рохалил гормонал рижизаризе. Гьелъ тIолабго организмалъул хIалтIиги лъикIлъизабула. Гьодил чIолоялда бугеб бакIлъи уна, чIунхутIи лъугIула, бакI-бакIазда ругони уна гьорорал бакIал, лъикIлъула иммунитет, поджелудочнияб железаялъул хIалтIи, бидул иш. Гьеб абуни кIвар бугеб рахъ ккола сахлъиялъе.

Стелькаби хIалтIизариялъ цIикIкIинабула бидул кьаби, цIикIкIуна гьезулъ кислород, гьелъ тIолабго организмалъе энергия кьола. Стелькаби лъезе бегьула бокьараб хьитазда жанир ва къо бахъанагIан чорхолъе чIаголъи бачIуна гьеб хIалтIизабулезул.

Нужеего жаваб кье; кваналищ бежараб картошка, маринованияб охцер, копченностал? ГIемер гьел кунел ратаникин бугеб тIул? гьеб абуни рес къотIиялъ буцIун чIун букIуна ва унти байбихьула кватIун. Стелькаби хIалтIизаруни тIул букIуна тIалаб бугел кверазукь.

Сахлъиялъул механизм хIалтIизе биччай

Сундасаго цебе гьелъие хIажалъула щвалде щвараб макьу. Кидагойищ нилъ бигьаго кьижулел. Макьу гIолеб гьечIолъиялъ рачIуна захIматал хIасилазде, жеги рак унти ккеялдецин. Макьуялъ рукIалиде бачуна чиясул къуват. Гьеб щолеб гьечIони, кьижулеб мехалъ ретIун те стелькаби, нужее макьу гIун батизе буго.

Нужеца кидаго хIаракатаб гIумро гьабулеб букIараб батани, гьанже гьеб гIодобе ккун бугони, цIехе аптекабазда стелькаби. Нужер хIаракат ва сахлъи гьелъ тIад буссинабизе буго.

«Российская газета»

Газета основана 1937 г.

УЧРЕДИТЕЛЬ:
Администрация Унцукульского района

Главный редактор

КЕБЕДМАГОМЕДОВА САНИЯТ КЕБЕДМАГОМЕДОВНА

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору и сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по РД

Регистр. Пи № ТУ 05-00284 от 20 марта 2014 г.

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.

Адрес редакции:
51373
Унцукульский район
п. Шамилькала
ул. М. Дахадаева 3
Телефон редактора
89896522856
sadovoduns@yandex.ru
398940

Адрес издателя и типографии
г. Махачкала
«Дом печати» ул. Акушинского 21

Подписано в печать - 12. 08. 20 г. 17.15
фактически -18. 00 мин.
....
Газета выходит 52 раз в год
на аварском и русском языках
Тираж - 1000 экз.