

Награждение на заседании Учёного совета

25 февраля состоялось заседание Учёного совета вуза, на котором были вручены благодарности сотрудникам и медали, полученные за научные разработки на Российской агропромышленной выставке "Золотая осень – 2021".

Благодарность Кабардино-Балкарского ГАУ за многолетний плодотворный труд и в связи с выходом на пенсию была вручена редактору рекламного-издательского управления Вере Герандоковой.

За многолетний добросовестный труд в системе агропромышленного комплекса и в связи с профессиональным праздником – Днём работника сельского хозяйства и перерабатывающей промышленности – благодарностями Министерства сельского хозяйства РФ были награждены: руководитель Центра международного сотрудничества Светлана Хуранова, начальник второго отдела Фатимат Тлехугова, заместитель начальника Управления правового и кадрового обеспечения Анжела Багирова, старший научный сотрудник научно-исследовательского сектора Нателла Фиапшева, доцент кафедры "Педагогика профессионального обучения и иностранные языки" Эльмира Гелястанова, доцент кафедры "Энергообеспечение предприятий" Олеся Кильчукова.



На 23-ой Российской агропромышленной выставке "Золотая осень – 2021" вуз представил 9 инновационных проектов, из которых 4 проекта получили золотые медали и 4 – серебряные:

Золотая медаль:

1. Инновационные научно-технические и технологические решения по вовлечению в хозяйственный оборот неиспользуемых мелиорируемых земель Кабардино-Балкарской Республики (исполнители: Апажев А.К., Абдулхаликов Р.З., Шекихачев Ю.А., Хажметов Л.М., Балкизов А.Б., Сасиков А.С., Шекихачева Л.З., Хажметова З.Л.) в конкурсе "Лучший производитель техники и оборудования в области мелиорации" Департамента мелиорации, земельной политики и госсобственности.

2. Разработка технологии производства напитка профилактического назначения с использованием сока топинамбура (исполнители: Джабоева А.С., Думанишева З.С., Созаева Д.Р.) в номинации "Инновационные разработки в области переработки и хранения сельскохозяйственной продукции" конкурса "За успешное внедрение инноваций в сельское хозяйство" Департамента образования, научно-технологической политики и рыбохозяйственного комплекса.

3. Эффективные технические решения по проектированию и строительству мелиоративных каналов и сооружений на них (исполнители: Курбанов С.О., Созаев А.А.) в номинации "Инновационные разработки в области мелиорации" конкурса "За успешное внедрение инноваций в сельское хозяйство" Департамента образования, научно-технологической политики и рыбохозяйственного комплекса.

4. Компьютерное нейросетевое моделирование урожайности зерновых культур для минимизации риска снижения производства продукции сельского хозяйства (исполнители: Бисчиков Р.М., Зумакулова Ф.С., Литовка Н.И.) в номинации "Разработка и внедрение современных технологий (компьютерные программы, информационные системы, сайты, порталы, автоматизированные базы и банки данных) по агропромышленной тематике" конкурса "За эффективное информационно-консультационное обеспечение АПК" Департамента образования, научно-технологической политики и рыбохозяйственного комплекса.

Продолжение на стр. 2.



С праздником, дорогие мужчины!

Дорогие мужчины, поздравляем вас с Днем защитника Отечества!

Оставайтесь всегда сильными, мудрыми, уверенными, смелыми, непобедимыми, защитниками своих семей, своих идей, своих стремлений и своих жизненных принципов!

Желаем вам крепкого здоровья, больших возможностей на жизненном пути, успеха в достижении поставленных целей и достойных побед!

Награждение на заседании Учёного совета

Окончание. Начало на стр. 1.

Серебряная медаль:

1. Модульная система воспроизводства агробioresурсов в условиях неудобий (исполнитель Шонтуков Т.З.) в конкурсе "Лучший молодой ученый-мелиоратор" Департамента мелиорации, земельной политики и госсобственности.

2. Разработка инновационных способов получения и применения стимулятора роста растений на основе амброзии полынолистной в условиях Кабардино-Балкарской Республики (исполнители: Абдулхаликов Р.З., Ханиева И.М., Магомедов К.Г., Шибзухов З.С., Кишев А.Ю., Шогенов Ю.М., Одижев А.А., Бекалдиева Н.М.) в номинации "Инновационные разработки в области рас-

тениеводства" конкурса "За успешное внедрение инноваций в сельское хозяйство" Департамента образования, научно-технологической политики и рыбохозяйственного комплекса.

3. Разработка элементов технологии выращивания лекарственных культур, адаптированных к условиям Кабардино-Балкарской Республики (исполнители: Апажев А.К., Ханиева И.М., Бозиев А.Л., Кишев А.Ю., Саболиров А.Р., Бейтуганов И.Р., Забаков А.Б., Каноков К.А.) в номинации "Инновационные разработки в области растениеводства" конкурса "За успешное внедрение инноваций в сельское хозяйство" Департамента образования, научно-

технологической политики и рыбохозяйственного комплекса.

4. Совершенствование технологии и средств применения биопрепаратов для снижения потерь и повышения урожайности сельскохозяйственных культур (исполнители: Апажев А.К., Куржиев Х.Г., Абдулхаликов Р.З., Шекихачев Ю.А., Хажметов Л.М., Мишхожев В.Х., Фиапшев А.Г. Шекихачева Л.З., Хажметова А.Л.) в номинации "Повышение плодородия почв" конкурса "За достижение высоких показателей в выращивании продукции растениеводства и повышении плодородия почвы" Департамент растениеводства, механизации, химизации и защиты растений.

Квест, посвященный Дню защитника



Студенческий совет вуза в рамках сотрудничества с Молодёжным советом при местной администрации г.о. Нальчик провели совместный квест, посвященный Дню защитника Отечества.

Четыре команды сражались за право быть лучшими. Чтобы победить, нужно было пройти 6 станций - точек: "Секретный агент", "Мозговая атака", "Стрельба по мишеням", "Первая помощь", "Перетягивание каната, вязание узлов", "Подтягивание".

В итоге в упорной борьбе победу одержала команда в составе: Астемира Байсиева, Инала Шорова, Инала Карданова и Мурата Куршаева.

Торжественное награждение пройдёт в ближайшее время. Ребята планируют провести ответный квест для девочек, приуроченный к Международному женскому дню.

Азамат Забаков принял участие в X съезде "Молодой Гвардии Единой России"

В Подмоскowie в парке "Патриот" состоялся X съезд "Молодой Гвардии Единой России". Кабардино-Балкарскую Республику представил председатель профсоюзной организации студентов Кабардино-Балкарского ГАУ, студент 4 курса агрономического факультета Азамат Забаков.

Участие в главном политическом событии организации приняли более 100 представителей МГЕР со всей страны.

На съезде был избран председатель "Молодой Гвардии Единой России". Им стал Антон Демидов. Также были утверждены изменения в устав организации, расширен и обновлен состав координационного совета, создан политический совет организации, принята обновленная система рейтинга региональных отделений.

К участникам съезда обратился секретарь генерального совета "Единой России" Андрей Турчак: "Россия сильна регионами, а "Единая Россия" сильна своими региональными отделениями. Берегите наши регионы, основа любой организации, и особенно такой организации, как "Молодая Гвардия" – это региональные отделения. Три кита, на основе которых организация должна войти в новый электоральный цикл, – это волонтерство, мобилизация и "улица". Меж-



дународное направление также требует внимания: вы видите, что происходит в мире. Уверен, что и другие направления будут развиваться. Не надо забывать народную программу, за неё отвечают не только депутаты, но и вы".

Все делегаты прошли обучение и мозговой штурм по развитию и модернизации организации "Молодая Гвардия Единой России", посетили картинную галерею "Имена победы", где Азамат стал соавтором картины "Молодая Гвардия", приняли участие в экскурсии в музее "1418 шагов к победе" и посетили главный

храм Вооруженных сил РФ.

Напомним, А. Забаков – стипендиат Президента РФ, стипендиат Правительства РФ, дважды стипендиат Главы КБР, является членом Экспертного совета при Молодежной палате Государственной Думы РФ по науке и образованию, членом Молодежной палаты при Парламенте КБР, членом ВПП "Единая Россия", руководителем аппарата ВОО КБР "Молодая Гвардия Единой России", был избран делегатом от Кабардино-Балкарского регионального отделения организации.

VI РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ "МОЛОДЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЫ" (WORLD SKILLS RUSSIA) КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ



Отличились на чемпионате "Молодые профессионалы"

Представители Кабардино-Балкарского ГАУ приняли активное участие в прошедшем с 14 по 18 февраля в Кабардино-Балкарском агропромышленном колледже им. Б.Г. Хамдохова VI региональном чемпионате "Молодые профессионалы" (WorldSkills Russia) Кабардино-Балкарской Республики.

Для работы в качестве главного эксперта конкурсной площадки чемпионата был приглашен доцент кафедры "Садоводство и лесное дело" Беслан Бесланев.

Студент 1 курса направления подготовки "Садоводство" агрономического факультета Тамерлан Коков стал победителем в компетенции "Промышленное садоводство". Компатриотом-наставником Тамерлана выступил ассистент кафедры "Садоводство и лесное дело" Мартин Ханцев.

В компетенции "Эксплуатация сельскохозяйственных машин" студент 3 курса направления подготовки "Агроинженерия" Зуфар Сулиев занял призовое 3 место. Компатриотом – наставником Зуфара был доцент кафедры "Механизация сельского хозяйства" Алий Габаев.

Научно-практическая конференция школьников, студентов, аспирантов и молодых учёных "Шаг в науку - 2022"

Представители вуза приняли участие в научно-практической конференции школьников, студентов, аспирантов и молодых учёных "Шаг в науку - 2022", организованной Министерством просвещения, науки и по делам молодежи КБР и Советом молодых учёных и специалистов республики.

Конференция проходила в течение двух дней в формате ВКС.

Тематика секций была разноплановой и включала в себя такие направления, как: "Физико-математические и технические науки", "Естественные и медицинские науки", "Филологические науки", "Сельскохозяйственные науки", "Исторические науки", "Экономические, социологические и педагогические науки".

Доклады студентов Кабардино-Балкарского ГАУ были представлены в секции "Сельскохозяйственные науки":

- "Эффективность возделывания гороха в биологическом земледелии" (Бейтуганов И.Р.),

- "Разработка инновационных способов получения и применения стимулятора роста растений на основе амброзии полыннолистной в условиях КБР (Забаков А.Б.),

- "Экологически безопасная



технология возделывания овса в условиях предгорной зоны Кабардино-Балкарии" (Коков Т.А.),

- "Особенности применения макроудобрений на посевах гречихи в КБР" (Джуртубаев А.Н.),

- "Повышение продуктивности и качества гибридов подсолнечника в зависимости от применения регуляторов роста" (Одижев А.А.),

- "Особенности выращивания эфиромасличных культур (на примере душицы обыкновенной) в КБР (Саболиров А.Р.),

- "Особенности возделывания льна масличного в биологическом земледелии (Хакулов И.В.),

- "Технологические особенности внутривидового орошения (Шонтуков Т.З.).

Модераторами секции выступили председатель СМУС вуза Джамилля Созаева и председатель Студенческого совета вуза Эльдар Шонтуков.

Результаты конференции будут опубликованы в сборнике, входящем во Всероссийский индекс научного цитирования (РИНЦ).

Сафарби Пшихачев выступил в научной дискуссии по теме глобальных продовольственных проблем

Методологический семинар-дискуссия, организованная Всероссийским институтом аграрных проблем и информатики имени А.А. Никонова по теме: "Глобальная продовольственная проблема: современное состояние и перспективы" прошла в формате видеоконференцсвязи 22 февраля.

Модератором мероприятия выступил руководитель ВИАПИ, академик РАН, профессор А.В. Петриков. Основным докладчиком стал главный научный сотрудник, руководитель Центра аграрных проблем Института США и Канады РАН. О.Г. Овчинников.

В научной дискуссии приняли участие 122 специалиста из НИИ, вузов, агробизнеса РФ. В их числе: завкафедрой агроэкономики МГУ

им. М.В. Ломоносова, профессор С.В. Киселев; руководитель Московского отделения ФАО О.Ю. Кобяков; заведующий отделом ВИАПИ К.Г. Бородин.

Кабардино-Балкарский ГАУ представил завкафедрой "Экономика" С.М. Пшихачев. Он выступил в дискуссии по проблемам глобального устойчивого развития, эколого-экономических аспектов обеспечения глобальной и национальной продовольственной безопасности.

Студенты агровуза приняли участие в XVI выставке инновационных проектов молодых ученых Северного Кавказа

В Кабардино-Балкарском государственном университете им. Х.М. Бербекова в рамках Недели науки состоялась XVI выставка инновационных проектов молодых ученых Северного Кавказа.

Участники мероприятия – молодые учёные не только из Кабардино-

Балкарской Республики, но и других регионов СКФО: Ставропольского края, Дагестана, Чечни, Ингушетии, Республики Северная Осетия – Алания.

В торжественной церемонии открытия выставки приняли участие заместитель министра просвещения и по делам молодёжи Кабардино-Балкарской Республики Ачемез Мокаев, ректор КБГУ Юрий Альтудов, и.о. проректора КБГУ по научно-исследовательской работе Светлана Хаширова.

С Днём российской науки поздравила коллег и участников выставки проректор Кабардино-Балкарского аграрного университета им. В.М. Кокова по дополнительному образованию и внешним связям Светлана Азикова.

Все участники выставки получили сертификаты, дипломы. Благодарственное письмо за активное участие студентов нашего вуза и высокий уровень представленных научных проектов получил ректор, профессор Аслан Апажев.

Ирина Ханиева

Круглый стол "Научные аспекты религии"

7 февраля в рамках Недели науки на торгово-технологическом факультете состоялся круглый стол, посвященный философским аспектам взаимоотношения науки и религии.

Организатором мероприятия выступила кафедра "История и философия" во главе с завкафедрой Мадиной Кяровой, профессорами Али Дадашевым и Магомедом Кучуковым.

С приветственным словом к участникам мероприятия обратился декан факультета Тимур Тлупов, который поздравил преподавателей и студентов с началом Недели науки в вузе.

Доклад Али Дадашева был посвящен соотношению и взаимосвязи науки и религии, которые не утрачивают своей актуальности на всем протяжении исторического развития философии.

В настоящее время все чаще высказывается мысль о том, что у науки и религии появляется широкое поле для согласия и сотрудничества. Принципы науки могут быть устойчивы на определенном этапе всего развития, но по мере открытия новых типов объектов и явлений они могут потребовать радикального пересмотра, что влечет за собой пересмотр принципов, выражающих идеалы и нормы научного исследования. У науки и религии различные предметы исследования, но методы исследований, на которые опирается наука и религия, разные. Весомым аргументом в поддержку возможно-



сти диалога между научным и религиозным познанием является ясное осознание религиозных истоков новоевропейской науки, раскрытых целым рядом современных исследователей. Наука и религия неизбежно пересекаются при обсуждении основных метафизических вопросов. Причем современные научные теории все больше вторгаются в сферу традиционных религиозных представлений. Религия и наука изучают разные, но пересекающиеся области одной реальности. По мере развития науки и используемых ею методов исследования область научных знаний расширяется за счет проникновения в сферу религиозных представлений. Именно на границе научных и религиозных знаний возникает та область, в которой с помощью философии может быть осуществлен их синтез. Анализ представлений о неоднородности Вселенной и о катастрофизме в религии и науке показал, что сфера научного знания расширяется за счет создания теорий о ненаблюдаемых объектах и явлениях, изучения ранее недоступных процессов. В результате наука внедряется в сферу традиционного влияния религиозных

представлений, но при этом не опровергает их, а углубляет и уточняет. В научных теориях появляются понятия, аналогичные по своему содержанию понятиям религиозным, вследствие чего они действительно могут корреспондироваться друг с другом.

В ходе работы круглого стола были обсуждены вопросы эволюции представлений о неоднородности Вселенной, что является красноречивым примером взаимодействия религии и науки, а также доказательство бытия Бога (космологическое, трансцендентальное, антропный принцип Вселенной).

Итоги круглого стола с позиций ученого подвел профессор Хамидби Боготов. Отметил, что начавшееся сближение религиозного и научного мировоззрений не означает полного стирания границ между религией и наукой. Каждый раз, достигая той или иной степени взаимопонимания в мировоззрении, наука и религия не теряют своего своеобразия, сохраняют свое место и особую роль в жизни общества, свои способы выражения знаний и метод познания.

Аида Тамахина

Учёные-агрономы обсудили проблемы растениеводства

9 февраля на агрономическом факультете состоялся научно-практический семинар "Научный подход в решении актуальных вопросов сельского хозяйства".

В мероприятии приняли участие

учёные аграрного университета, Института сельского хозяйства КБНЦ РАН, ФГБУ "Россельхозцентр" по КБР.

Были обсуждены вопросы защиты растений, проблемы семеноводства, технологии питания растений,

эффективные методы переработки и хранения растениеводческой продукции.

Результаты встречи будут обобщены и опубликованы в научных изданиях.

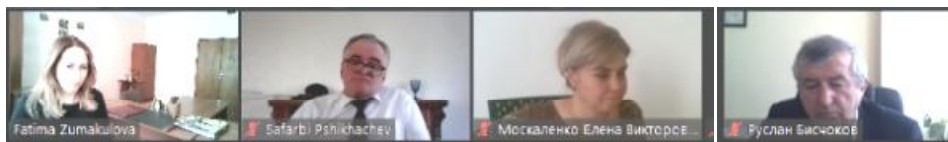


Наука, образование и бизнес: новый взгляд

На факультете экономики и управления в рамках круглого стола "Наука, образование и бизнес: новый взгляд или стратегия интеграционного взаимодействия" обсудили роль современных технологий в обеспечении устойчивого развития отраслей экономики.

Открывая научную встречу, проходившую в формате видеоконференцсвязи, проректор по научно-исследовательской работе Кабардино-Балкарского ГАУ Рустам Абдулхаликов поздравил участников с Днем российской науки и пожелал плодотворной работы.

В мероприятии приняли участие: декан факультета "Экономика и управление" Николай Коков, заведующий кафедрой "Экономика" Сафарби Пшихачев, заместитель руководителя УФАС по КБР Анна Кумахова, заместитель директора по оценке профессионального мастерства и квали-



фикации педагогов, руководитель экзаменационного центра ГБУ ЦОКОПМК Минпросвещения КБР Елена Москаленко, заместитель председателя КБРО ООО "Деловая Россия" Елена Давыдова, завкафедрой фи-

нансов и кредита Майкопского государственного технологического университета Людмила Пригода, профессор РЭУ им. Г.В. Плеханова Азиза Трамова, руководитель ООО санаторий "Маяк" Галина Мамаева, основатель и руководитель телеграм-канала "Наука" и инстаграм-страницы "Нальчик" Аслан Мазукабов, преподаватели и студенты.

Итогом круглого стола стало принятие резолюции, в которой определены основные направления взаимодействия вуза с представителями бизнеса, образовательными организациями, органами государственной власти и представлены векторы развития партнерских отношений, а также точки эффективного сотрудничества.

Фатимат Зумакулова

Неделю науки в вузе завершил форум, посвященный актуальным проблемам АПК



В Кабардино-Балкарском государственном аграрном университете им. В.М. Кокова состоялась II Всероссийская (национальная) научно-практическая конференция "Актуальные проблемы аграрной науки: прикладные и исследовательские аспекты".

Мероприятие проходило в рамках Недели науки 10-11 февраля.

Пленарное заседание форума провёл проректор по воспитательной работе и социальным вопросам Аюес Кумыков. Участниками научной встречи стали учёные-аграрии, руководители и специалисты профильных министерств и ведомств, преподаватели и студенты вуза.

Круг рассмотренных вопросов был разноплановым и включал восемь направлений:

1. Инновационные энерго- и ресурсосберегающие экологически устойчивые технологии и технические

системы сельскохозяйственного производства

2. Научное обеспечение инновационного развития природообустройства, строительства и землеустройства.

3. Экономические проблемы инновационного развития АПК и пути их решения.

4. Управление в государственной сфере и бизнесе: актуальные вопросы и современный аспект.

5. Инновационные технологии производства, хранения и переработки сельскохозяйственной продукции.

6. Приоритеты современной зооветеринарной науки.

7. Инновации в сфере общественного питания, торговли и туризма.

8. Ключевые направления в развитии гуманитарных наук.

Материалы конференции опубликованы в сборнике статей.

На агрономическом факультете вручили Благодарственные грамоты от "Единой России"

Кабардино-Балкарское региональное отделение всероссийской политической партии "Единая Россия" отметила представителей агрономического факультета.

За добросовестный труд и в честь Дня российской науки Благодарственной грамотой награждены исполняющий обязанности декана агрономического факультета Музафар Теммоев, заместитель декана по практическому обучению Беслан Бесланеев и завкафедрой "Садоводство и лесное дело" Хусен Назранов.



"Поезд Победы" оставил незабываемое впечатление

Студенческий актив вуза в сопровождении проректора по воспитательной работе и социальным вопросам Аюеса Кумыкова, начальника управления по молодёжной политике Аскерхана Шхагапсоева, председателей студсовета и студпрофкома Эльдара Шонтукова и Азамата Забакова посетили "Поезд Победы".

"Поезд Победы" – это первая в мире иммерсивная инсталляция, размещенная в движущемся составе поезда. На сегодняшний день ни в одном музее мира нет такого количества многофигурных композиций в скульптуре. Но не только этим уникальна выставочная экспозиция, интересно также и ее мультимедийное сопровождение: 50 видеопроекторов, 18 видеостен, 12 тач-столов, которые благодаря световым и звуковым эффектам воссоздают захватывающие воздушные бои и массированные танковые атаки, рисуют картины походной солдатской жизни и тихие воспоминания мирного довоенного времени. Всё это делает экспозицию более проникно-



венной. Ребята остались под впечатлением от увиденного.

Поезд Победы находился в городе Нальчик с 25 по 27 февраля. Каждый мог зарегистрироваться и посетить инсталляцию.

Акция буккроссинга "Весь мир – это книга"



Волонтеры направления "Культура" Волонтерского центра Кабардино-Балкарского ГАУ "Единство" совместно с представителями книжного клуба вуза и сотрудниками Парка культуры и отдыха г.о. Нальчик провели акцию буккроссинга, посвященную Международному дню книгодарения.

Праздник отметили 14 февраля в более чем 40 странах мира. В этот день люди делятся книжными подарками с друзьями, родными и

даже незнакомцами, а также передают книги в библиотеки, детские дома, школы, благотворительные организации.

Особенностью студенческой акции стало то, что в принесенных в дар книгах ребята оставили небольшие послания - пожелания будущим читателям, а первые страницы изданий отмечены печатями Парка культуры и отдыха г.о.Нальчик и Студенческого совета Кабардино-Балкарского ГАУ.

Подобного рода взаимодействие с парком планируется продолжить совместными тематическими мероприятиями.

Студенты посетили развернутую в Национальном музее КБР выставку "Славой овеванные"

Фотодокументальная экспозиция из фондовых собраний Национального музея КБР была посвящена легендарной 115-й Кабардино-Балкарской кавалерийской дивизии, истории её формирования, боевому пути, трагической судьбе и памяти народа о ней.

Цель мероприятия – знакомство молодёжи с героями Великой Отечественной войны, воспитание исторической грамотности и чувства патриотизма у подраста-

ющего поколения, формирование чувства сопричастности с происходившими историческими событиями в годы войны.

Ребята осмотрели выставочные залы музея, познакомились с историей народов проживающих в Кабардино-Балкарской Республике, с их богатой культурой, национальной одеждой, а также с творчеством Германа Паштова.



Поздравление с юбилеем

МАРЗАНОВ НУРБИЙ САФАРБИЕВИЧ, доктор биологических наук, профессор, главный научный сотрудник лаборатории генетики сельскохозяйственных животных Федерального государственного бюджетного научного учреждения "Федеральный исследовательский центр животноводства – ВИЖ имени академика Л.К. Эрнста" (ФГБНУ ФИЦ ВИЖ им. Л.К. Эрнста).



Марзанов Нурбий Сафарбиевич родился в 1952 году в ауле Урупском (аул Шъхъащэфыжь) Успенского района Краснодарского края, в старой черкесской интеллигентной семье. После окончания в 1974 году ветеринарного факультета Ставропольского СХИ работал во ВНИИ овцеводства и козоводства до 1988 года. С 1974 по 1975 годы на

действительной службе, в рядах Советской Армии. С 1988 по 1990 г. сотрудник Молдавского НИИ животноводства и ветеринарии. С 1990 по 1993 г. – докторант ВНИИ животноводства. В 1994 году после успешной защиты докторской диссертации оставлен на работу во ВНИИ животноводства. С 1996 года по настоящее время главный научный сотрудник ФГБНУ ФИЦ ВИЖ им. Л.К. Эрнста, с 1998 года профессор.

В 1979 году проходил стажировку в Институте Зоотехники (г. Краков, Польша) и Литве, по линии Международного общества генетики животных (Каунас, 2003). Для участия в международных конференциях и рабочих совещаниях, выезжал во Францию (1996), Польшу (1997), США (2000), Венгрию (2002), Литву (2003), Финляндию (2002, 2005), Китай (2012), Казахстан (2012).

Марзанов Н.С., один из ведущих специалистов в области генетики, биотехнологии и физиологии животных. Его работы всегда отличаются оригинальностью, свежестью идей, фундаментальностью в плане их исполнения. Имеет 46-летний научный стаж работы в системе отделения сельскохозяйственных наук РАН.

Проф. Н.С. Марзановым опубликовано 415 научных работ. Он автор 14 книг, 12 методических рекомендаций, 8 учебных пособий; 2-х ТУ, 2-х Инструкций, 2-х Наставлений по изготовлению сывороток-реагентов групп крови овец и коз, утвержденные МСХ РФ (1984; 2001).

Впервые им показана геногеография и особенности аллелофонда по группам крови, полиморфным белкам крови и молока у 47 пород и помесей овец и коз на территории бывшего СССР. На основе полученных результатов, разработана система использования генетических маркеров у мелкого рогатого скота, которая включает проведение массовой аттестации племенных животных, с целью характеристики различных пород, типов и линий, оценки их аллелофонда, определения достоверности происхождения потомства, выявления моно- и дизиготных ягнят и козлят, оценки баранов по качеству потомства, что очень важно для грамотного ведения

селекционно-племенной работы в овцеводстве и козоводстве.

Н.С. Марзановым организован ряд экспедиций по изучению различных пород овец и крупного рогатого скота по микросателлитам на территории бывшего СССР. Совместно с коллегами и учениками аттестовано 47 пород овец России, Азербайджана, Казахстана, Молдовы и Украины. Эти работы являются пионерскими, наряду с изучением митохондриальной ДНК и У хромосомы с целью оценки эволюции и происхождения пород овец на территории Союза Независимых Государств (СНГ). Участник российско-финского проекта "Россия в процессе перемени".

Впервые в условиях нашей страны ему с коллегами удалось разработать методы диагностики мутаций, вызывающих дефицит лейкоцитарной адгезии (BLAD), комплекс аномалий позвоночника (СVM) и короткого позвоночника или брахиспины (BY) у элитных быков голштинской породы и ее помесей. Провести масштабные исследования по геногеографии BL, CV и BY мутаций от Белгородской области до Дальнего Востока. Наряду с группами крови и каппа-казеином, данные по носительству BL, CV и BY мутаций по его рекомендации регулярно заносятся в каталоги ОАО ГЦВ, ОАО "Московское" по племенной работе, ОАО "Кировгосплем" и другим. По этим мутациям предложены оригинальные тест-системы, получено 5 патентов. Тем самым, создан прецедент возможного купирования и искоренения мутантных аллелей по разработанной им программе в высокопродуктивных стадах крупного рогатого скота Российской Федерации. Предложен метод и проведен цикл работ по аттестации известных молочных пород крупного рогатого скота в Российской Федерации на A2, A1, A3, B аллели в локусе бета-казеина, что позволило провести генетическую оценку маточного поголовья.

Впервые у коз под его руководством показана связь генотипа по α_{S1} – казеину (α_{S1} - CN^{B/B}) с сыродельческими свойствами молока. Совместно с коллегами разработаны принципы цитогенетического мониторинга у различных видов сельскохозяйственных животных. Им совместно с коллегами выявлен галотановый ген у свиней 3-х пород (крупная белая, SM-1 и крупная черная). Предложена программа по грамотному использованию данного гена с целью получения качественной свинины.

На основе принципов генного картирования предложена система анализа геномов крупного рогатого скота и овец. Впервые им предложена идея и начата работа по созданию банка семени от редких видов и пород животных с одновременной их аттестацией по различным генетическим маркерам. Изучена общность эритроцитарных антигенов у 8 видов жвачных животных (крупный рогатый скот, овца, коза, сайгак, як, овцебык, верблюд, лось). Предложена тест-система по микросателлитам для проведения исследований одомашниваемых лосей в условиях Костромской области. В его работах много внимания уделяется вопросам сохранения и рационального использования биоразнообразия животных в Российской Федерации. С учетом современных достижений науки, им предложено современное определение понятия "порода". Несомненно, эти материалы являются крупным вкладом в область зоотехнической и ветеринарной науки.

Продолжение на стр.9

Поздравляем с юбилеем!

Окончание. Начало на стр. 8

Проф. Н.С. Марзанов активный участник международных научных конференций. Это видно из блока его публикаций, связанных с трудами Международного общества генетики животных (1986-2006), Европейской ассоциации по животноводству (ЕАЖ) (1982, 1999-2003), ФАО (1998), Международной мериносовой федерации (2001), а также ряда других международных конференций.

Его работы печатались в самых престижных журналах за рубежом: Science; Molecular Biology and Evolution; BMC Genetics; Animal Genetics; Molecular Ecology; Genetics, Selection, Evolution; Cell Stress and Chaperones; Diversity; Periodico Tche Quimica; Global Journal of Science Frontier Research: D Agriculture and Veterinary; Materials; EurAsian Journal of BioSciences, Цитология и генетика, Аграрии Науки. Имеет 1181 цитирование в зарубежных изданиях. Автор ряда важных статей в известных российских журналах: Биотехнология; Генетика; Сельскохозяйственная биология; Зоотехния; Российская сельскохозяйственная наука; Животноводство России; Овцы, козы, шерстяное дело; Проблемы биологии продуктивных животных; Вестник науки АРИГИ; Псаль; Известия ТСХА; Главный Зоотехник, Вестник АПК Верхневолжья; Ветеринарный врач; Ветеринария, Зоотехния и Биотехнология, Молочное и мясное скотоводство, Переработка молока, Поиск и многих других. Член редакционной коллегии журнала "Проблемы биологии продуктивных животных".

Под его руководством защищено 5 докторских и 21 кандидатская диссертация. Научный консультант одного докторанта. Им подготовлены специалисты для стран СНГ (Казахстан, Молдова) и дальнего зарубежья (Бангладеш, Иран, Панама).

Руководитель магистерских и дипломных работ студентов Российского университета Дружбы Народов и Московской государственной академии ветеринарной медицины и биотехнологии имени К.И. Скрябина (ФГБОУ МГАВМиБ им. К.И. Скрябина).

В 2002-2004, 2019 гг. председатель ГАК факультета зоотехнологии и агробизнеса МГАВМиБ. В 2010 году председатель ГАК на сельскохозяйственном факультете Тывинского государственного университета, а также на биотехнологическом факультете Саратовского аграрного университета имени Н.И. Вавилова (2015-2016 гг.).

Член Диссертационных советов по защите докторских диссертаций при ФГБНУ ФИЦ ВИЖ им. Л.К. Эрнста и ФГБОУ МГАВМиБ им. К.И. Скрябина.

Лауреат I премии РАСХН за лучшую научную разработку современных генетических методов (1997). Лауреат Премии Правительства Российской Федерации в области науки и техники за разработку и внедрение принципов генетического мониторинга в селекции сельскохозяйственных животных (2002). Почетный Член общества интеллигенции Республики Азербайджан (2007).

Коллектив Аграрного университета



Коллектив факультета "Экономика и управление" поздравляет с 55-летним юбилеем доцента кафедры "Педагогика профессионального обучения и иностранные языки" Мадину Устову.

Уважаемая Мадина Александровна! Желаем Вам здоровья, благополучия, успехов в профессиональной деятельности и достижения намеченных целей!

Студенты и школьники обсудили проблемы экологии

Активисты Студенческого совета Кабардино-Балкарского ГАУ приняли участие в молодежной конференции "Экологические проблемы современности", которая прошла в школе №32 г. Нальчика.

Мероприятие поддержали министр природных ресурсов и экологии КБР Ильяс Шаваев и директор школы Асият Макитова. Говоря об актуальности темы встречи, представители старшего поколения отметили важность экологического воспитания в системе образования.

Молодёжный форум включал в себя три направления: "Экология человека", "Цивилизация мусора" и "Практическое направление", в рамках последнего выступили с докладами студенты нашего вуза. Идар Унажиков представил на суд участников встречи выступление на тему "Экологическая экспертиза в строительстве", а Алина Кушхова зачитала доклад "Сущность, признаки и перспективы зеленой экономики".

Соорганизатором мероприятия выступил аспирант Кабардино-Балкарского ГАУ, председатель Комиссии по аграрной политике, природопользованию экологии и охране окружающей среды Молодёжной палаты при Парламенте КБР Алим Шуганов.



Устали читать о серьёзных вещах? Пришло время сделать небольшой перерыв!

1. Каждое лето Эйфелева башня становится на 15 сантиметров выше.
2. Смайлик площадью 6730 квадратных метров считается самой большой картиной на планете Земля!
3. У мальчиков меньше вкусовых рецепторов, чем у девочек.
4. Зубы бобров никогда не перестают расти.
5. Акулы впадают в кому, если переворачиваются вверх ногами.
6. 141 078 лет – самый длинный тюремный срок за всю историю.
7. У неандертальцев мозг был больше, чем у людей.
8. В 1938 году журнал "Таймс" признал Гитлера "Человеком года".
9. В Вирджинии (штат США) курицам не разрешают откладывать яйца до 8:00 утра, и они должны успеть сделать это до 4:00 вечера!
10. Яблоки гораздо эффективнее пробуждают нас по утрам, чем кофе.
11. Когда мы смотрим на что-то приятное, наши зрачки увеличиваются на 45%.
12. У дождевых червей насчитывается до девяти сердец.
13. Жирафы используют свой язык длиной 45 сантиметров, чтобы чистить уши.
14. Есть несколько видов ленточных червей, которые съедают себя сами, если не найдут никакой пищи.
15. Великий Колумб когда-то считал, что Земля имеет форму груши.
16. Самой старой собаке в мире было 29 лет, когда она умерла.
17. Мужчин молния поражает чаще, чем женщин!
18. Страх перед сном известен как клинофобия.
19. Первоначально Google назывался BACKRUB!
20. Элвис родился блондином.
21. "Всё хорошо" - самая распространённая ложь.
22. Первым продуктом, получившим штрих-код, была жвачка Wrigley's.
23. Новорождённый детёныш кенгуру может поместиться в чайной ложке.
24. Безголовый цыплёнок по кличке Майк жил ещё на протяжении 18 месяцев после того, как ему отрубили голову.
25. Автомобиль "жук" был идеей, придуманной Адольфом Гитлером.
26. В 1830-х годах кетчуп фактически продавали как лекарство.
27. Самое длинное название книги за всю историю состоит из 670 слов.
28. Самый большой хор в истории состоял из 160 000 человек.
29. Страх перед приготовлением пищи известен как магейрокофобия.
30. Среднестатистический человек потребляет 35 тонн пищи за всю жизнь.
31. Бриллианты можно сделать из текилы.
32. Если взять равное количество лимонов и клубники, то в лимонах окажется больше сахара!
33. Статуя Свободы предназначалась для Египта.
34. Молоко бегемотов розового цвета. Тело бегемотов выделяет два натуральных "солнцезащитных крема", один из которых оранжевого цвета, а другой красный. Когда самка бегемота производит молоко, оно смешивается с цветными кислотами и приобретает розовый оттенок.
35. Улитки могут спать три года подряд.
36. Морковь изначально была фиолетового цвета. Первая морковь оранжевого цвета была выращена в 17-м веке голландскими фермерами в честь короля Вильгельма.
37. Среднестатистический мужчина улыбается всего восемь раз в день, в то время как среднестатистическая женщина улыбается 62 раза в день.
38. Люди всё время видят свой нос, но мозг предпочитает игнорировать это.
39. Женщины произносят почти 20 000 слов в день, в то время как мужчины – всего 7000.
40. Единственный овощ, который также является цветком – это брокколи.
41. Смех в течение 15 минут приносит столько же пользы, сколько и двухчасовой сон.
42. Выдры держатся за лапки, когда спят, чтобы не уплыть друг от друга.
43. Цветы растут быстрее, когда играет музыка.
44. Болезни сердца реже встречаются среди религиозных людей.
45. Люди, которые только что съели бананы, привлекают больше комаров, чем другие.
46. $111\ 111\ 111 \times 111\ 111\ 111 = 12\ 345\ 678\ 987\ 654\ 321$.
47. В древней Японии стандарты красоты определялись тремя характеристиками – сливовым телом, пухлым лицом и маленькими глазами.
48. Самец пингвина, влюбившись в самку, общается весь пляж в поисках идеального камешка, который он преподнесёт ей в качестве подарка.
49. У женщин в два раза больше болевых рецепторов, чем у мужчин, однако они переносят боль лучше мужчин.
50. Сердце женщины всегда бьётся быстрее, чем сердце мужчины.
51. У жирафов черные языки.
52. Знаменитый мастер кунг-фу Джеки Чан находился в утробе своей матери в течение 12 месяцев!
53. Во Франции нельзя назвать свинью Наполеоном. Это незаконно!
54. Когда вы смотрите на звёзды, вы видите прошлое.
55. Слоны вернутся в места, где умерли их друзья, чтобы оплакать их.
56. Марлон Брандо отказался от "Оскара" за лучшую мужскую роль в фильме "Крёстный отец".
57. Золотая рыбка побелеет, если её оставить в темноте.
58. В шее утки больше костей, чем в шее жирафа.
59. Английское слово boredom, означающее "скука", было придумано Чарльзом Диккенсом.
60. В Японии продаются парики для собак!
61. Когда человек храпит, он не может видеть сны.
62. Текст американского национального гимна был положен на мелодию британской застольной песни.
63. Плотность человеческой головы и арбуза одинакова.
64. Пожимать руки хуже, чем целоваться, с точки зрения здоровья.
65. Боязнь бороды известна как фонофобия.
66. Новое исследование показало, что мыши на самом деле не любят сыр.
67. Анатидеофобия – это навязчивый страх, что из другого уголка мира за вами наблюдает утка.
68. В 1859 году в Австралии было всего 24 кролика. Шесть лет спустя, в 1865 году, их численность составила два миллиона.
69. Сердцебиение постоянно меняется и подстраивается под ритм музыки, которую вы слушаете.
70. Если дружба продлится 7 лет и 1 день, то она обычно сохранится на всю жизнь.
71. Если шмеля поместить в морозилку, он заснёт.
72. Страх перед гравитацией известен как барофобия.

НОВОСТИ НАУКИ

Раскрыт новый способ предотвращения деменции

Высшее образование назвали способом предотвратить развитие деменции.

Группа международных ученых назвала новый способ предотвращения деменции. Оказалось, что знание иностранных языков и наличие высшего образования сокращают риск развития когнитивных нарушений. Научные выводы были раскрыты в журнале *Neurology*.

Для этого исследователи провели моделирование с полученными данными 472 пациентов, в которых рассматривались пожилые высокообразованные люди. Специалисты пришли к выводу, что люди с небольшими нарушениями памяти и мыслительного процесса не смогут полностью избежать развития деменции, но при наличии высокого когнитивного резерва (учеба в вузе, хорошая академическая успеваемость, навыки грамотной речи и письма, знание иностранных языков) имеют в два раза больше шансов вернуться к обычной жизни. Результаты работы особенно актуальны для людей со слабовыраженными когнитивными нарушениями.

Кроме того, медики подчеркнули, что лечения от большинства причин деменции нет, поэтому следует делать ставку на профилактику.

В феврале 2022 года французские ученые из Парижского университета выявили взаимосвязь между наличием у человека зрелого возраста двух и более хронических болезней и развитием деменции. Риск в таких случаях увеличивается в два раза.

Назван новый фактор сохранения психического здоровья во время пандемии

Американские ученые назвали деревья фактором сохранения психического здоровья при локдауне.

Ученые из Университета Колорадо назвали новый фактор сохранения ментального здоровья во время пандемии COVID-19. Результаты исследования они опубликовали в журнале *PLOS One*.

В ходе работы американские специалисты опросили около 1200 жителей Денвера в период с ноября 2019-го по январь 2021 года. Они спросили людей о психическом здоровье и восприятии зеленых насаждений в месте их проживания. Кроме того, ученые проанализировали снимки со спутника, чтобы объективно оценить количество деревьев в жилых кварталах респондентов.

Выяснилось, что проживавшие возле большого количества зелени в первый год пандемии оказались гораздо меньше подвержены депрессии и тревожности. В то время, когда многие страдали из-за финансовых про-

блем и нагнетания в информационном поле, вызванном коронавирусом и локдауном, часть опрошенных предпочитали проводить время на свежем воздухе, чтобы отвлечься. Причем треть респондентов проводила в парках и лесах времени больше, чем до пандемии.

Ученые считают, что их работа показывает важность сохранения зеленых насаждений в периоды ограничений.

В феврале 2022 года американские специалисты из Медицинской школы Вашингтонского университета в Сент-Луисе выявили новые опасные последствия для психического здоровья переболевших COVID-19. Люди после болезни больше подвержены возникновению депрессии, тревоги, а также забывчивости, спутанности сознания и другим нарушениям.

Разработано ДНК-устройство для борьбы с раком

Ученые Чикагского университета разработали крошечное устройство, которое способно находить опухолевые клетки и делать их заметными для иммунных клеток. Об этом сообщается в статье, опубликованной в журнале *Nature Nanotechnology*.

По словам ученых, ДНК-наноустройства теперь делают доставку лекарств сверхспецифичной, что позволяет нам думать о способах лечения рака, не убивая клетку, в которую доставляется терапевтическое средство. Наноустройства нацелены на особый тип клеток, известных как ассоциированные с опухолью макрофаги или TAM.

Макрофаги представляют собой тип иммунных клеток, которые в норме должны распознавать и уничтожать микробы, клеточный мусор и другие чужеродные вещества из клеток. Однако они могут стать ключевой частью раковых опухолей. TAM могут составлять до 50 процентов массы опухоли при трижды негативном раке молочной железы.

Ученые выяснили, что TAM содержат высокий уровень фермента, называемого цистеиновой протеазой. Он может переваривать опухолевые антигены, тем самым скрывая раковые клетки от патрулирующих CD8+ Т-клеток. Эксперименты с мышами, в макрофагах которых отсутствовал белок, регулирующий уровни и активность лизосомальных ферментов, показали, что у этих грызунов лизосомы не сильно разрушали антигены. Это позволило CD8+ Т-клеткам "видеть" опухоль и атаковать ее.

Разработанное крошечное ДНК-наноустройство доставляет ингибитор цистеиновой протеазы. При введении мышам с опухолью, наноустройство преимущественно нацеливалось на лизосомы внутри TAM, где оно не позволяло ферментам разрушать антигены, снова делая их "видимыми" для патрулирующих иммунных клеток.

Устали читать о серьезных вещах? Пришло время сделать небольшой перерыв!

73. Мужчина из Вьетнама спал рядом со своей мёртвой женой в течение пяти лет! Его зовут Ле Ван.

74. Мужчины, разделяющие волосы пробором справа, склонны жить дольше, чем мужчины, разделяющие волосы пробором слева.

75. Страх перед инопланетянами известен как нейласпарофобия.

76. Чтение информации о зевоте заставляет вас зевать.

77. Доктор Сьюз, известный американский писатель и карикатурист, боялся детей.

78. Самый длинный боксёрский поединок длился 110 раундов!

79. Испанка по имени Анхелес Дюран (49 лет) является законной владелицей солнца!

80. Самая длинная борода в мире принадлежала

Хансу Лангсету. Он умер в 1927 году, длина его бороды составляла 5,33 метра.

81. Голливудским актёрам когда-то платили за курение в фильмах

82. Ближайший живой родственник тираннозавра – курица.

83. Запомните: отправляясь на сафари, никогда не используйте аромат "Obsession" от Calvin Klein. Он, как известно, привлекает ягуаров, тигров, гепардов и других диких кошек.

84. Слизняки любят пить пиво.

85. Первое изобретение, когда-либо преодолевшее звуковой барьер – это хлыст.

86. Названия всех континентов на английском языке начинаются и заканчиваются на одну и ту же букву.

20 мудрых советов, которые изменят вашу жизнь

Жизнь одна, мы все идем своим путем и нуждаемся в подсказках, которые помогут нам пройти ее достойно. Вот несколько жизненных советов, которые не помешают знать, чтобы стать успешными и счастливыми.

1. Запоминайте что-то новое каждый день

Вы не только будете поддерживать свой мозг в форме и улучшите память, но также пополните свой багаж большой библиотекой знаний, включая стихи, философские высказывания и цитаты.

2. Постепенно старайтесь снижать уровень привязанности к материальным вещам

Люди, обремененные материальными желаниями, чаще страдают, когда что-то теряют или у них это отбирают (имеется в виду что-то материальное).

Имущество начинает овладевать вами, а не наоборот. Старайтесь стать человеком с минимальными потребностями, и вы будете намного счастливее.

3. Выработайте в себе бесконечное любопытство к окружающему миру

Станьте исследователем. Чаще останавливайтесь и наблюдайте за мелочами, которые происходят вокруг, и смотрите на них, как на что-то уникальное. Чаще пробуйте что-то новое. Выйдите из своей зоны комфорта. Этот мир всё ещё способен приятно удивлять, так почему бы не воспользоваться этим?

4. Запоминайте имена людей

Так люди будут чувствовать, что их ценят. Это также очень полезно и для вас, особенно, если вам что-нибудь понадобится от человека.

Чтобы проще запомнить имя:

- представьтесь и дождитесь, пока представится человек;
- повторите имя человека в голове несколько раз, пока не убедитесь, что вы его запомнили;
- как можно чаще используйте имя человека в разговоре, чтобы не забыть его;
- если у вас все еще возникают проблемы, придумайте стихотворение: "Людмила любит малину" или "Наташа любит кашу".

5. Поддерживайте себя в форме

Быть в форме значит быть здоровым, уверенным в себе и привлекательным. В Интернете (и в частности, на YouTube) есть огромное количество бесплатных тренировок и упражнений - грех не воспользоваться.

6. Фокусируйтесь на настоящем

Прошлое не изменить, а будущее является результатом ваших сегодняшних действий. Учитесь у прошлого, чтобы преуспеть в настоящем, и стать успешным в будущем.

7. ... ещё конкретнее — живите нынешним моментом.

10 минут назад – это уже прошлое.

8. Чаще улыбайтесь

Всякий раз, когда на вашем лице появляется улыбка, ваш мозг выделяет серотонин, гормон счастья. Улыбка – это естественный способ заставить себя быть счастливым.

Это очень мощный инструмент, который используется все меньше и меньше по мере того, как мы становимся старше.

9. Пейте больше воды

Поддержание нормального уровня жидкости чрезвычайно важна для здоровья в целом. У сладких газированных напитков НУЛЕВАЯ питательная ценность! Это все равно, что насыпать в чашку сахар и разбавить его сиропом.

10. Не нужно воспринимать всё слишком серьёзно

Научитесь радоваться мелочам, и все станет намного

проще. Наслаждайтесь своими ошибками и неудачами, будьте благодарны за то, что вы усвоили урок. И самое главное – делайте то, что вам нравится! Жизнь – это не только бизнес, в ней есть место удовольствиям.

11. Думайте позитивно

Если вы в плохом настроении, сделайте всё возможное, чтобы вернуться к позитивному мышлению, так как это необходимо для вашего счастья и успеха.

12. Читайте книги

Сила в знаниях.

13. Не забывайте о Солнце

Вы не только пополните запасы витамина D - всё ваше тело будет излучать тепло и жизнь.

14. Помогайте другим

Вот 5 причин для этого:

1. Помощь людям имеет волновой эффект. Помогая человеку, вы невольно мотивируете его помочь кому-то другому, и так далее.
2. Вы укрепляете отношения с тем, кому помогли.
3. Возможно, вы сможете попросить об одолжении позже, когда вам понадобится помощь.
4. Карма (если вы в неё верите).
5. Помощь другим людям помогает вам расти и развиваться, что в будущем может изменить вас так, как вы и не подозревали.

15. Ежедневно выделяйте некоторое время на обдумывание проблем

Так вы сможете максимально эффективно распоряжаться своим временем и по возможности не заикливаться на негативных вещах.

16. Будьте честны

Ложь чаще всего приводит к неприятностям. Быть тем, кто заслуживает доверия – отличная черта, которую нужно поддерживать.

17. Спите меньше, но достаточно

Человеку необходимо 7-8 часов сна, но вы можете перейти на 5-часовой сон. Полная адаптация к новому циклу сна может занять до 21 дня, поэтому не сдавайтесь. Попробуйте определить, сколько вам, действительно, нужно спать, и приспособивайтесь к новому циклу соответствующим образом.

18. Постарайтесь понять какие у вас цели и мечты

Поймите, из чего состоит ваша идеальная жизнь, и постепенно начните делать шаги, чтобы достичь этой цели. Самая приятная вещь на свете - это преодоление трудностей и достижение цели. Мы счастливее всего, когда растем и работаем над чем-то, что сделает нас лучше.

19. Научитесь не обращать внимание на слова других людей

Если бы кто-то назвал вас пожарным гидрантом, вы бы расстроились? То же самое относится к словам, которыми вас пытаются описать, но вы прекрасно знаете, что к вам они не имеют отношения. Единственное исключение – когда кто-то говорит правду! В этом случае вы должны поблагодарить человека за то, что он предупредил о слабости, над которой вы теперь можете поработать.

20. Путешествуйте

Путешествия – одно из самых захватывающих и изменяющих жизнь занятий, которыми вы можете заниматься. Наблюдение за другой культурой расширит ваш кругозор, в то же время это заставит вас больше ценить жизнь.

Будьте здоровы и счастливы!