

УРУГЛАР ХӨГЛҮГ ДЫШТАНЗЫН

1968—69 өөредилге чылымның баштайгы чарты дооступ турар. Эрг чылды үлөп, чаа чылды уткууру бистини школа-чыларынчыга онзагай эртери чаңчыл болгон. Чартык чылды өөредилгезин түңнөшкөн, уруглар хөглүг, солун дыштаныл-газын ыңчан эртерлер. Өөредилге дээрле база күш-ажыл-дыр. Көчүрү эки өөренири, быйжыг чураткуч, күш-ажыл-ынак болуру совет школачы бурзуңуң коммунизм тургу-зушунунга кириер салымыны бооп үнөлттирер.

Уруглар дугайында, аларның кадыкшылы, дадыгышыны болгаш кижизидилгези дээр партиа болгаш Совет күрүне хүн бурзу сатып келген. Школачыларның кышкы дышта-нылгазы организастыг эрстин дээр улус өөредилге айма-дыкчылары, култура албан черлери, комсомол, профсоюз-организациялары болгаш партиа, совет органнар чыл бурзу сатып келген. Чаа чылдыкының, өттөрү, хоорай, суур, школа, бажык бурзуңуң чырыр. Клубтар, Култура бажыклары, театрлар, библиотекалар дыштанылга хүннери-де бистини школачыларының намыс-харымын аайы-биле со-лун хемчеглери ап чорудары чугула. Чамдын клубтар бол-гаш библиотекалар уругларга тускай программа планнаар тур-жук, аларга кино көргүсөп, ном, солун алыр дээрле библио-тема хаагыг болуулары хааа эвес. Колхоз, совхоз төпери-де култура албан черлери уругларның дыштанылганын ор-ганизастаарда школа-биле нады план тургузуу ажалдаар бол-за эки. Ынчан уругларның дыштанылганы чүгө чаа чыл-дызын эртерлери-биле кызыгаарланмай, эске солун чүүл-дер-биле кылган болуру чугаажом.

Хемнер кылаң дош-биле шыптынып, хөвү-шял, арга-арыг моңгунелчек ак хар-биле шугланыпкан кышкы үеде дыш-таныры уругларга солун. Найысылал Кызыл болгаш эске-даа

чамдык хоорай, суурларның төп шөлдеринде каас-шинини бжыклары бо хүннере тургузар. Оларның чамында чуң-гулаар чер, аьрганың улуг-биче «актары», тоолдарың маз-дырлары уругларны сонугуларды. Школачыларның кү-зенчиг аалчызы — Соок-Ирей школа бжыкларыңа белзиз чүктэн эртер келир. Кым эң эки өөргөн болгаш өөрү-ге үлөгерлиг болуру Соок-Ирейниң манталыңа чедер.

Кызылдың школачыларының дыштанылганын организаста-рынга хоорайның улус өөредилге килдизи. ВЛКСМ Кызыл хоорай, Пионерлер бажыны, кинотеатрлар, хөгжүм-шини те-атры болгаш профсоюз обкомнары кирип турар. «На-йырал» болгаш эске-даа кинотеатрларга тускай программа бу-гаар уруглар кинолары, школар база өөредилге черлери-ниң концерттери, беседалар, ужуражылгалар болуру. Январ-ның баштайгы 10 хонууда хөгжүм-шини театры уругларның эргезинге кириер. Маңаа адырлар зайы-биле профсоюз-обкомнары хоорайның бүгү школачыларының бжыклары эр-тирер. Бичи уругларга болгаш үстүкү классчыларга солун ужуражылгалар, кижизилгелери Пионерлер бажыны, уруглар библиотекасы, ол ышкаш школар эртерлери планнаар.

Янзы-бурзу спортчу маргылдаарга кирижи, конькиль-зы, хаактар, даган чуңгуулар уругларның кадыкшы-лы, организмин дадыгыларына көчүрү чугула. Агаар-бой-дуустуң таарымчалыг байдалдарын шилп ап тургаш, турис-чи кыска похоттар эртерлери амыктыг. Спорттун эске-даа хевирлеринге маргылдаар эртерип болуру. Кол-ла чүүл дыштанылганың хүн бурзу кадыкшыдың, дадыгышыны-ның хүн болган турары чугула.

Бичи, элзиди база үстүкү классчы школачыларга дыш-танылганы амыктыг, солун эртерлериңе бажылар, култу-

ра албан черлеринин амыктыкчылары, уругларның шефтери, школарга хей-ниги организациялары шиптириг ролду ойнар. Чаа чылды уткаан бжык хемчеглери бот-боттарыга демөөшкөн, чаңгыс аай болуру болза чаагарачыг. Эң эки костюмер марнавалы, чечен чогаал, төгү викториналары, оюн-баштак хей болган турум, кижизилгелер солун эртер. Шериг-патриоттук кижизидилгелер клубтарны кижизилгелер база спорт-чу оюннары эртерлери база солун. Кызыл ишчилерниң от-рлери, интернационал клубтарны кижизилгелер оңу-тер-биле белектер солчуп, байыр чедиржилер. Уругларның сонугуларыңа таарымчан тыынгыр чүүлдерни школа бур-зуңу чорудар болза кышкы дыштанылга организастыг эртер.

Нити билиг школачының дугайында СЭМП ТК-ның болгаш ССР-ниң Министрлер Чөвүлениниң Чөвүлениниң дугайында уруглар-биле бүгү-ле кижизидилге амыктың төвү школа болган тур-арын айткан. Уругларның хостуг үезин чап амыктыг болгаш оларның кижизидилгези дээр бажыларның, кижизидилгелерин харысалгасы дыштанылга хүннериңе улам бедир болган туруңу дээр, школа бурзу тускай планын ажалдаар апар. Эрткен күсүк дыштанылгада чамдык шко-лар өөреникчилерин сандарыңа, бажылары, кижизидилгелери база «дыштаны» берген де чүүл болуру эске-даа херек. Ада-иениң кижизидилге талазы-биле ролон база утуп болбас.

Школачыларның кышкы дыштанылганын организастыг эр-терлери хей-ниги укур-дузалыг чугула айттыр. Маңаа пар-тия, совет, профсоюз организациялары, школа коллектив-тери, ада-иелер комитеттери бажыларны ролду ойнар хү-дээлгелиг.

кино

ДЕКАБРЬ 26-ДА
«НАЙЫРАЛ»: «Артывыста Москва» 10, 12, 2, 4, 5, 45, 7, 30, 9, 15 тактарда.
«ЕНИСЕЙ»: «Элчинерниң сүлчээзи» 10, 1, 40, «Шуут хөрүлүг баштайгы көргүзүлгө» 11, 30, 3, 05, 5, 20, 7, 10, 9, 20 тактарда.
«КАА-ХЕМ»: Киночыны 10, 3, «Эртенги коңгалар» 4, 50, 6, 40/8, 30 тактарда.
«ВОСТОК»: «Час» 2, 40, «Грек Зорба» 4, 40, 6, 35, 8, 20 тактарда.

Садып алыкчыларга

Чаа чыл байырлааның бүдүзүнде Кызыл садыгын ма-газинериниң ажалдар тактарын утаткан. № 9 (гастро-ном), № 26 (рынок), № 38 (Промышленная кулмучу-да), № 22 (Титов кулмучу-да), № 3 (Ленин кулмучу-да), № 13 («Восток» авто-бустар доктар чер чанында), № 15 (Баа-Хем кулмучу-да), № 18 (алгы залуу), № 22 (он талакы эристе), № 19 (жил-поселок), № 37 (Оюн-Күрөс кулмучу-да), № 40 (Ко-зетов кулмучу-да) магазинер 21 шака чедир ажалдаар. № 31 (Интернациональная кулмучу-да), № 33 (96 квар-талда), № 43 магазинер 20 шака чедир ажалдаар.

Кызылдың садыг чери.

Кызылдың пассажирлер АТБ-зи ажалдаарынча чалаачы-лар, автослесарлар, радист, карбюраторжу болгаш кондук-торлар чалап тур. Кондукторлары ажалдап кедер тускай хеп-биле халас хандырар. Кондукторлар болгаш планнаттын-ган септелге кылыр слесарлар хүнде бир катал халас чем-менир.
Бот кижилерни чагайжыттыңан нити чуртталга чери-биле хандырар.
Чугалажып алыр чери: КЫЗЫЛ, НАЙЫРАЛ КУДУМЧУЗУ, 55 ДУГААР БАЖЫН, НАДР КИЛДИЗИ.

Өртеңге баштайгы дуза

Өрттөн бергенде өртең, от чигген чериниң кырын ары-лап, сугаалганын дедир болбас.
«Кара эмир» — үс, сут болгаш эске-даа чүүлдер ажалдап черде болбас. Оң-биле балың боткадырыптыр болуру. Ды-ка уугу эске өрттөн бергенде болганда, кештин өртең кырын-де 15—20 минута дургузунда, аргалы-ла болза дүрген суг саарып чүрү эки түнелди болуру.
Дыка өртеңгенде ожеколон нитке марганец ажалдыг калып элзидирин-биле өрттүргөн көгөт салгаш шарымы, он-лакка таарымчан кышкы арыг ак чоруган-биле арагай, чылдыр шуглап каар. Аарымы намырлар эм бөөрге, хей суксуң, шай кижитирге хамыкат эки болуру.

РЕСПУБЛИКАНЫН САНИТАР-ЧЫРЫДЫШКЫН БАЖЫНЫ.

Сарыг хайныры

Чамдын иштиги болгаш нерви аарыларын уткууру-дан сарыг хайныр. Бир эвес гастриттиг болгаш куржу-нуң кислотазы хей хажы бол-за, оң сарыг бо-ла хайныр келтирер. Ынчалда-даа уугу хайнырны суг чүтүрерге дустуг кислотаның чотуру хемчелгелер үезинде сарыг хайныр болуру.
Кандыг-даа таарымчалда са-рыг хайнырды дика хой аары-ларын — уугу хайныр азы он-палыг шөндүр оогаалганын, уугу хайныр тамынын, хоочу-рун гастриттиг, уугу хайны-ның аарымын, баар болгаш эске-даа организмин аара-нымың демекчери болуру.
Бир эвес сарыг хайнырны соксадыр дээр, ону болдуруң!

РЕСПУБЛИКАНЫН САНИТАР-ЧЫРЫДЫШКЫН БАЖЫНЫ.

ТЫКВА

Бистин чепниче тыкваны хаал ажалдап турары хараа-данчыг. А тыква дээр, амыктыг болгаш хоолдул продукт болуп турар.
Кижиниң чепниге столовалың дээр тыкваны ажалдаар херек. Ол тыкваның аң-не неперээр сорттары: «Монолев-ская-15», «Милдальна», «Медовая белая», «Перехватка» бо-луп турар.
Тыквада, ногадарың хой нуруу-биле бир домей, сут хой (92 хууа чедир), ыңчалда-даа клетчаткалар эвөөп — чүгө 7 хуу, органиктиг кислоталар база эвөөп. Ынчангыш ол чорук уугу хайныр шөндүрү аараан кижилерниң чеп радионуту тыкваны кириерин сүмээр арганы берип тур-ар.
Чартык сахарилтерге хамааржыр онза будумел тыквада хой. Ында пентина абоннар секыянындаан амык. Пен-тина будумелер кижиниң организмин таарымчалыг ажал-дарын чедирип турар; организмиң кирген хоран будумел-дерин уутуңу, хоолстериниң организмин үндүрерин көү-редип турар. Оң укурдуңа чоон шөндүрүл хоочураан аарыг болгаш атеросклероттук кижилерге тыква амыктыг.
Тыквада белектар дыка эвөөп, чүгө 0,5 хуу, С дээр ити-мин база аажок хоор — 100 граммда-ла 8 хуу витамин. Тыквада минералдыг дустардан хамыктыг мурунду калып дуу хой (100 граммда-ла 222 миллиграмм), кабаткаларымын-дан биче-ле эвөөп (238 миллиграмм), ыңчалда-даа каротин-дымын хой. Натрия дуу эвөөп. Оң укурдуңа чүрөк-су-даа системаан аарыг кижилерге амыктыг болгаш сикл с-имыймың ажалын илдейдилер.
Тыкваның калорийын дык чамы. 100 граммда-ла уугу дие-ле 27 калорий бар. Ынчалга ол-ла хире саныг карбо-феске 94 хуу калорий, а 100 грамм көк-таран халында 200 грамм амык калорий бар болуп турар. Семирп элзиз бол-ган семирон кижилерниң чепниге тыкваны ыла-ла ажалдаар херек.
Тыквадан амандын, хоолдул болгаш дийттиг хей чепни-рин: оладын, суфлет белектер болуру. Помидору болгаш картофалды холуп тургаш бажыгар тыква, абона холаан пудит, тыква шөргөз болгаш эске-даа хой чепнирин кылы болуру.

РЕСПУБЛИКАНЫН САНИТАР-ЧЫРЫДЫШКЫН БАЖЫНЫ.



Дүпчүр Бригад Тес-Хем районунуң Самагал-дайның Култура бажы-нынчы бажыны. Ол, каш докпыр уран таланттыг: мергездилгиз хөгжүмчү, бот-тыныңгыр композит-тур, уран сибилкичи, чу-рукчу.
Оң чогааткан аялга-

лары бот-тыныңгыр урам чүүл бөлүмнениң ре-пертуарында кирген, чон ыражып турар. «Совет-ская Россия» деп белег-ге кижирин-биле ыш-тан болгаш чонор-даштан урам чогаадылгыс ажал-дарны амык үеде ол кы-лып турар. Оон аңымда



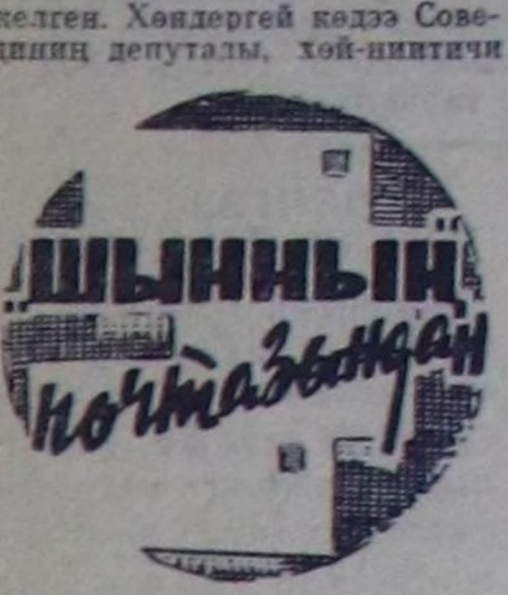
3—4 ЧАГЫДЫЛГАЛЫГ

«УТКА 25 чылды» советтук Иштин-Хем салбырында пар-тия организастыг (секрета-ры эш Чалбаа) парлаганын укур-дузалың дугайында тайымлыг ажалын күштел-диретиниң түнелгиде со-лунвар, журналдар чагым-даан организастыг чуртала. Салбыр иштин-Хем 282 солуну болгаш журналды чыгарткан, оон иштинде «Шын» — 81, «Тыныңан анык-тары» — 51 кезек оон артык-нары тоо солунвар болгаш жүзүлгө болган.
Почтаны В. Чал парлагта чагымдагыңа организастыг чорутуу көргүсөп, Суруу, Са-йин-Белек, Долзатма, Пархо-менко олар тус-тузуңа 3—4 чагымдадыг.
Т. ОЧУР-ООЛ.
Уугу-Хем район.

Ондар Анай-Дөө парлагта та-рамыдагыңа илдейлгиз ор-ганизастыг болбошкан, амык-тодун үлөгерлиг кижизидил-гиз, өстүрүп турар.

Солун, сеткүүд, чагаа, теле-граммаларын чотуру өйүлде чедирлер почтамың күндү-лүг күндөзгөз болуру чугаа чок, ыңчалда-даа чурттакчы-ларның талазында боттары-ның чагымдагыңа оола чок алыр дээр сатып салыры чугу-ла. Чүд дээр чамдык бажы-нар хүндүс шоочалыг тур-гулаар, ыңчанга почтачы ийи катал баар ужура таары-жыр. а бир эвес өртеге бурзу-пота хаарыңгыг болза алаа суг каар-ла болгай. Оон ынай мызыр иттар хой, ылап-ла сонган соктап, элдериниң үнүт илдерин маңаар ужура таарыжыр. Маңаагыңа ийиниң уугу эвес шиптир хей үе-шакты элзеп турар.

Ол-ла суурда бус-биле ил-дер чупар-бжык ажалдаа кирген. Эш Солунаага уду-ркан тулуктулар бригадалыг шалыкын ажалдап, чупар-...



Чоокта чаа Ак-Турут суур-ун чурттакчы чононта Эйла-Хемин бот-тыныңгыр арти-стер аалдан чоран. Концерт-тин программасы байлак, со-лун болганыңа ак-туругулар аалчыларын концерттин уугу сонугура-биле көргө-нөр.
Ол-ла суурда бус-биле ил-дер чупар-бжык ажалдаа кирген. Эш Солунаага уду-ркан тулуктулар бригадалыг шалыкын ажалдап, чупар-...

СЦЕНАДА — ЫНАКШЫЛ

Шулукту Алексей Хуура-тын «Ынакшыл» болгаш «Ожон» деп шипиниң баш-тайгы көргүзү декабрь 22-де хөгжүм-шини театрында болуп эртер. Көрүкчүлөр ук шип-ини четтикпей манап турган болгай. Чүгө дээрле «Ынак-шыл» болгаш «Ожон» тмө-шини чогаалында баштайгы шүдүктө бижиттиңен шип болуру.

Мандыг шипиниң бижитти-гени болгаш ону бистини хөг-жүм-шини театрының артисте-риниң көргүзүп боттандыры-ны — Тыныңан социалыг ут-ка-шынарыг болгаш нацио-нал хевирлиг уран чүдүңүг боттандыг бургунаар бажы-мы-дыр.

Шипиниң болуп турар үе-ш — эртерген эртерген сөзө-н чыдарының аекти. Ядым ка-дай Барымааның (оон ро-лон Анна Лаптан ойнап ту-рар) уруу Оюмгаа (артист Монгуш Дадар) болгаш уугу бай Чингиз-Чогуун (РСФСР-ниң алдарлыг артист, база Тыва АССР-ниң улустун ар-тист Виктор Кок-оол) чылы-чыам эске-тангыс Шивит-оол (артист Монгуш Суртаал-оол) бот-боттарыга ханы ынак. Оюмгааа сугу чагырыкчы Демчиин (Иван Комбу) бардам олту. Чамыз-Демчи (Дадар Намчыл) база-ла ханы ынакшыл боор, ыңчалда-даа адым кыс байның олтуң көөр хончу чок.

Эргелит, мал-маганың, өт-септиг кижы күнүтү турган бардам олту Чамыз-Демчи Оюмгааны кадай кылып амыр дээр бугу күжү салыр. Оон адым Демчин болгаш оон Шангырлаа (Самба-Сурен Байыр) бай улустун чалгыс олту пащанчымың самдар уруун чоруду дээр удура-ныма, Чамыз-Демчи өзү-дирдинге чедип турган, бо-дуңуң ап үнер: Оюмгаа ылап-ла оң кадай болуру журут.

Оюмгааның авазы Бары-маа багай ыш өөнгө пащан-чы олтура, Шивит-оолдун дайым болуру дартан аша-кан Сонам (Тыва АССР-ниң ал-дарлыг артист Владимир Монгалбай) бо кирип келер. Шивит-оол биле Оюмгаа бот-боттарыңа көчүп таарыжыр дикеш, өлгөн каарын дуту-жуп алырлар.

Сонам чоруй барган соонда, ол-ла айткырым шиптир-лөри-биле Демчининиң төлө-лери Калчан-Чезен (РСФСР-ниң алдарлыг артист, Тыва АССР-ниң улустун артист Максим Мунзук) база оон чалчам пащанчы Саарлыр (Константин Хоалым) чедип келер. Ядым не аай-бажы тыппайн олтура, урууну чөргөн хонгаш, чедирип келер сөй дигеш, Калчан-Чезен буу-ла чоруй баар.

Куду болган дүө Шивит-оол Барымааның дүмээмиз ирген-биле (Александр Лаптан) кады келгеш, Оюм-гааны оорлап алаар. Алаа уугу хамаанчон, ачтылар бе-зини чөтөс ыргай тайга иш-тинге Шивит-оол, Оюмгаа, оң авазы Барымаа бир тыл шипинде чурттаар. Оюмгаа оол божуру.

Бо шипде Демчианың окур-хевирин кыргыны кой-...

Ол-ла үениң дургузунда Чамыз-Демчи Оюмгааны дил-дөш, барбаан-чорбаан чера-даа чок, айткып-сугтааан кижизил-даа чок. Шивит-оол шипээр кирип чорда, байлар ону тутпаш, кара-өгке кирип окташтар. Оон эки эрген-ки-рин тайга түп бар чоруту-рун Саарлыр көрүп кааш, ону илзеп-сүрүп чораш, байларга чугаалаштар. Эргенке делер эш кел чорда, ону база тут-кан, Шивит-оолдун кыргыны кирип окташтар.

Бир дүө, ол черге чаа кө-жүп келген адым ашактыг ийи огу Шивит-оол суглар-ны хостап үндүрүштер. Олар тайгада чадмынга чедип ке-лирге, Чамыз-Демчи биле Саарлыр ийи Оюмгааны олур-атпаш каан болуру. Саар-лыр ам көзү минини, бургу-зунуң орунга Чамыз-Демчи-ни бижеткен олурар. Ынча-ла-даа холу ханга борашкан Саарлыр Шивит-оолга эш бо-луп шыдаас. Та өлүп чыт-та дурлап чыт дигеш, Шивит-оол Саарлырын, адым адым кирип боорга, алаа салып чо-рудуптар.

Шивит-оол эки хүн төрөзүн черинче эш кирип чаа тө-рүттүгөн олтуңа, кат-че-зигте алааш, даагының көө-рөп турганы аалдан-дургунары-ның өт-булзунгиче каттыккары-биле чоруттар. Ядымк журт-талгыны аар-бергени, амык-шүжүн амак чотел төткөн анык эртин оң эскер баар оруу-даа чок.

Шипиниң кыргычылдыгын эске-даа амырбоз ийи ки-жи бар. Ол болза шипини у-лап-баштап, хара-хире бо-лгаш кустуң, көрү укурдуң-рей (артист В. Монгалбай) база Калчан-Чезенниң кадаймы Демчи (РСФСР-ниң алдар-лыг артист, Тыва АССР-ниң улустун артист Кара-Кыс Мунзук). Олардан сайгары-ланы элзезойн.

Шипини иштиги бажыры-чыг кылырын дегерле дра-матургиямда шаандан ту-ра-ла боттандырып келген. Тыва шипи чогаалында ону ажалдаарын баштайгы ше-недизин «Ынакшыл» болгаш «Ожон» деп шипиниң анык-тыг болгаш чаа кыргылаңы, ирениң көкөгө соонда-ла дикчалып келер доңчу чу-гаазы магнитфонда дамчы-тып кылганы оңа шипи эвес. Кол чүө магнитфонда биж-ил каан үнүң дикчалы-ында эвес. Төгүңүң аар-берге арынырын он-чөргө-лөп ажа каап олтурар көн баштыг, сөгөл салдыг ирей шипиниң дүргөн темпизин сокурдагырыңа, көргүсөп элзедоттарың улам ханы би-лип алыгыңа уугу салдар-лыг.

Бо шипде Демчианың окур-хевирин кыргыны кой-...

Оюн КОДУР-ООЛ.