

№ 37 (1410)

9 сентября 2026 г.

Издается с 1993 г.

Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-
версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамары Ардавовой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

**Диана
АТМУРЗАЕВА,**
ординатор Национального
медицинского
исследовательского
центра сердечно-
сосудистой хирургии
имени А.Н. Бакулева

С. 6

Сс. 2,4 ГДЕ ЕДИНСТВО
СКРЕПЛЯЕТСЯ...



С. 5 ИСТОРИЮ
ВАЖНО ЗНАТЬ



С. 15 ЛЮБОВЬ И ЗАБОТА
РАСТОПЯТ ЛЕД



С. 16 КАВКАЗСКИЕ
ТАНЦЫ
НА СЕВЕРНОМ
ПОЛЮСЕ



ГДЕ ЕДИНСТВО СКРЕПЛЯЕТСЯ ЧЕРЕЗ УГОЩЕНИЯ И ТЕПЛО РУКОПОЖАТИЙ



В прошедшие выходные в Нальчике можно было распробовать вкусы России на двухдневном гастрономическом фестивале - масштабном федеральном проекте «Вкусы России». Он реализуется Министерством сельского хозяйства РФ. Его главная миссия - поддержка фермеров и малых предприятий, популяризация отечественной гастрономии и укрепление гастрономического туризма в стране.

Уже с утра субботы для жителей и гостей столицы на центральной площади перед Домом Правительства развернулась работа фестиваля. Представители отечественного агропромышленного сектора из 40 субъектов в специально оборудованных палатках представили свои гастрономические изыски. Различные виды сыров, меда, молочных изделий, мясной, хлебобулочной и кондитерской продукции от локальных брендов, домашняя консервация, фермерские товары, безалкогольные напитки - все это и многое другое можно было попробовать и приобрести.

На площадке были организованы тематические фотозоны и художественные инсталляции, выполненные из свежих овощей, фруктов и яблок. Для юных посетителей проводились разные мастер-классы. Аниматоры в ростовых куклах и артисты на ходулях, одетые в национальные костюмы разных регионов России, создавали праздничное настроение.

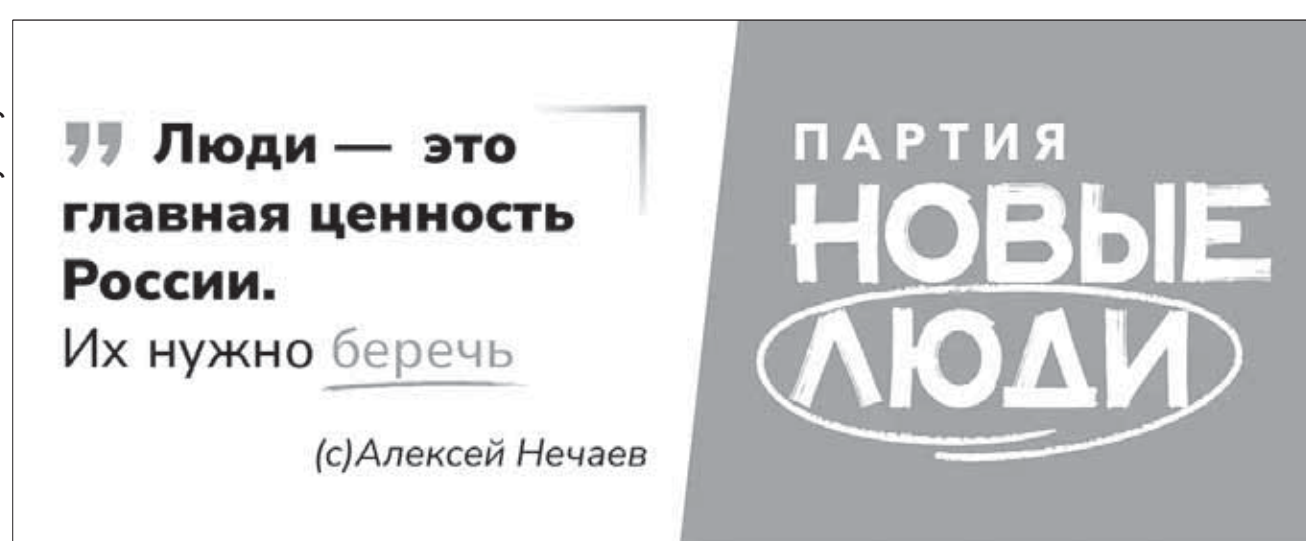
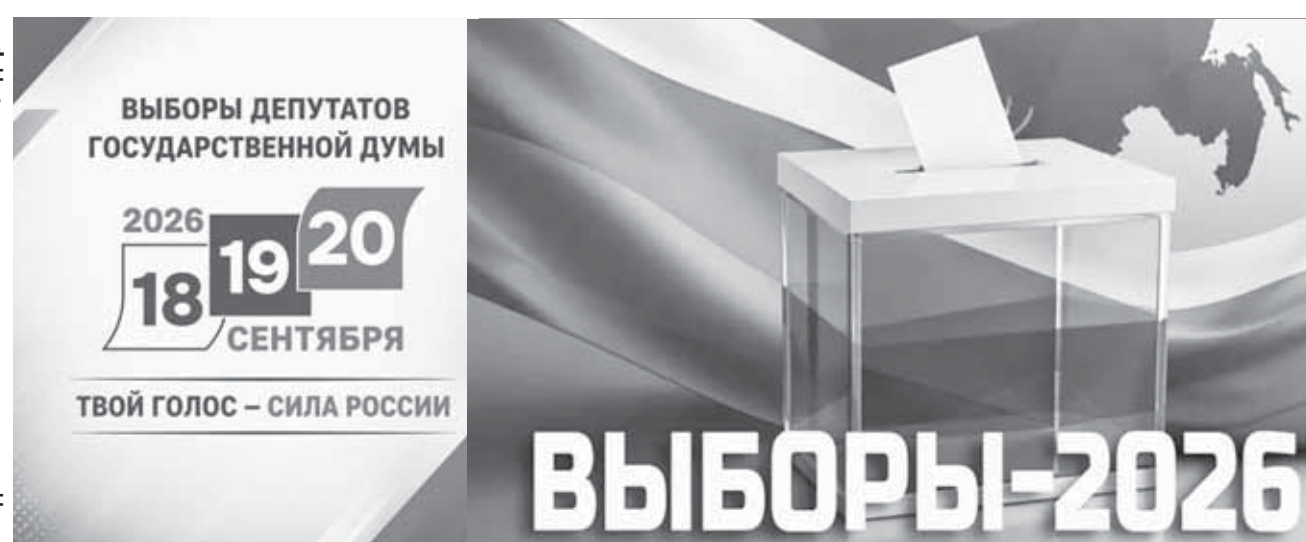
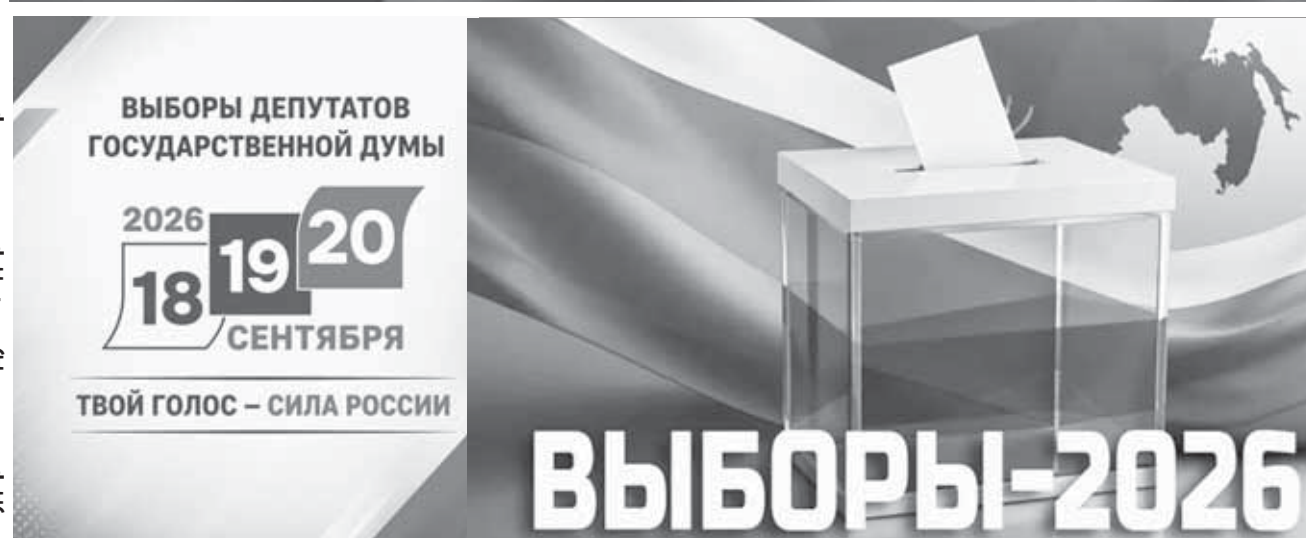
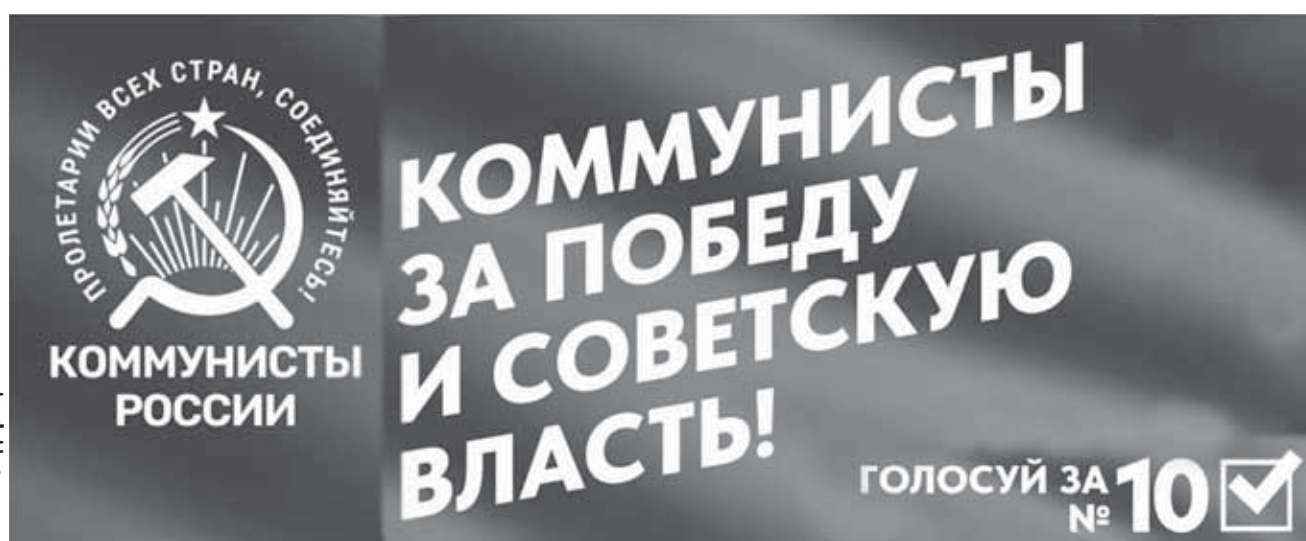
Когда мероприятие стало набирать обороты, состоялась официальная церемония открытия. С приветственным словом к участникам и посетителям обратилась Глава КБР Казбек КОКОВ и заместитель министра сельского хозяйства РФ Ксения ШЕВЕЛКИНА.

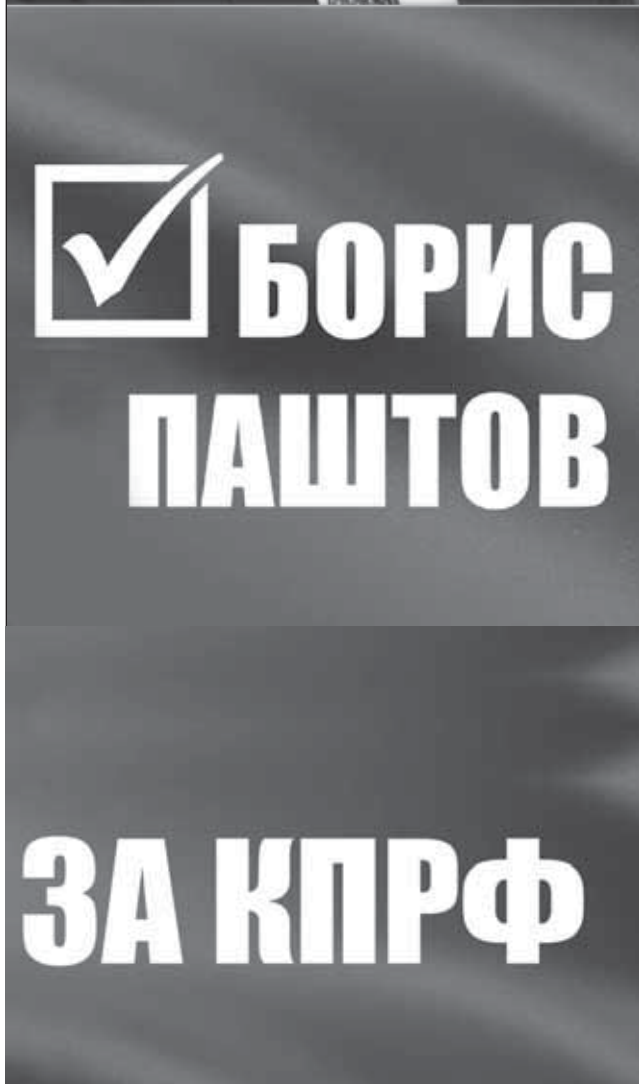
Глава региона выразил искреннюю благодарность руководителю Министерства сельского хозяйства РФ Оксане ЛУТ за предоставленную Кабардино-Балкарии возможность встречать на своей земле столь грандиозное, колоритное и общественно значимое событие. «Сейчас в стране реализуется колоссальный комплекс мер по поддержке аграриев и развитию всего агропромышленного сектора. Благодаря этой серьезной работе наши сельские труженики могут активно модернизировать производства и внедрять современные технологии. Это позволяет выпускать высококачественную, достойную, способную конкурировать продукцию, но главное - гарантирует надежную продовольственную безопасность государства, - сказал он. - Мы рады, что фестиваль проходит в Кабардино-Балкарии, где культура гостеприимства уходит корнями в глубокую древность. В этом - традиции и мудрость многих поколений. В Год единства народов России это не просто гастрономический праздник, а точка, где единство скрепляется через тепло рукопожатий и дружеских встреч, через угощения и сердечные пожелания».

Ксения Шевелкина отметила, что Кабардино-Балкария демонстрирует отличные результаты не только в поддержке местных сельхозпроизводителей, но и в масштабном преобразовании инфраструктуры на селе.

Фото Тамары Ардавой.
(Продолжение на 4-й с.)

Публикуется безвозмездно в соответствии с частью 2 статьи 66 Федерального закона от 22.02.2014 № 20-ФЗ «О выборах депутатов Государственной Думы Российской Федерации».





Публикуется безвозмездно в соответствии с частью 2 статьи 66 Федерального закона от 22.02.2014 № 20-ФЗ «О выборах депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации».

В НАЛЬЧИКЕ ПОЧТИЛИ ПАМЯТЬ ЖЕРТВ ТЕРРОРИЗМА

В Нальчике на площади перед Государственным концертным залом имени Ю.Х. Темирканова состоялся республиканский митинг, приуроченный к Дню солидарности в борьбе с терроризмом.

Началось мероприятие с исполнения государственных гимнов Российской Федерации и Кабардино-Балкарской Республики. Собравшиеся - представители органов власти, духовенства, правоохранительных органов, общественных организаций, волонтеры, студенты, кадеты и неравнодушные жители под звуки метронома почтили минутой молчания память жертв террористических актов.

Участники митинга держали в руках флаги России и Кабардино-Балкарии, а также плакаты с призывом «Мы выбираем МИР». Представители разных национальностей и конфессий вместе сказали: «Нет терроризму!». Выступавшие на трибунах официальные лица и религиозные деятели подчеркнули важность сохранения памяти о трагических событиях, в частности о теракте в Беслане, который навсегда останется незаживающей раной в истории страны. Представители Духовного управления мусульман КБР, Пятигорской и Черкесской епархии совершили поминальные молитвы по всем, кто погиб от рук террористов, защищая мир и безопасность соотечественников.

О важности сплочения гражданского общества в ходе митинга заявил ветеран специальной военной операции, кавалер ордена Мужества и медали «За отвагу» Аслан ЖАШУЕВ: «У терроризма нет национальности, его цель - посеять страх и расколоть наше общество. Трагедия Беслана научила нас тому, что перед лицом угрозы мы должны быть единым целым. Наша сплоченность и общая память - главный залог безопасности Кабардино-Балкарии и всей страны».

Председатель комитета Парламента КБР по культуре, развитию гражданского общества и информационной политике Амырбий ТЕКУЕВ, обращаясь к собравшимся, сказал: «Мы против террора, мы за то, чтобы люди жили в мире, в единстве и братстве и переживали за тех, кто сегодня защищает нашу Отчизну, надеемся на мир, покой и процветание нашей необъятной страны».

По итогам митинга была принята резолюция о противодействии экстремизму и терроризму в Кабардино-Балкарии, которую участники акции поддержали единогласно. Аналогичные мемориальные и просветительские мероприятия, приуроченные к общенациональному Дню солидарности в борьбе с терроризмом, прошли во всех районах республики.

Ляна БАТЫРОВА

УШЕЛ ИЗ ЖИЗНИ ИСХАК МАШБАШ

Знакового деятеля культуры, Героя Труда России, народного писателя Адыгеи, Абхазии, КБР и КЧР называли «голосом народа»: за свою долгую творческую жизнь он создал сотни произведений, ставших летописью адыгской земли. В его книгах оживали судьбы людей и масштабные исторические события. Важным вкладом в государственную символику региона стало написание им текста Гимна Республики Адыгея в соавторстве с композитором Умаром ТХАБИСОМОВЫМ.

Его поэтический дебют в печати состоялся в 1949 году. Первый сборник стихов на адыгском языке - «Сильные люди» вышел в 1953 году. В последующие годы появились другие сборники: «Мой мир» (1957), «О тебе я пою» (1959), «Гром в горах» (1960), «Здравствуй, аул» (1964), «Мой шар земной» (1971), «Свет высокой звезды» (1983). К прозе Исхак Шумафович обратился в середине 1960-х годов. Его первые романы - социально-психологические повествования, где в центре внимания внутренний мир человека, сложный процесс формирования его нравственных ориентиров. Среди них - «Оплаканных не ждут» (1966), «Человек дважды не рождается» (1968), «Сто первый перевал» (1972). Позже писатель обратился к исторической прозе - именно она считается вершиной его творчества. В таких романах, как «Жернова», «Хан Гирей», «Из тьмы веков», он воссоздает разные эпохи в истории адыгов. По мотивам «Раскатов далекого грома» - романа, посвященного событиям конца XVIII века, в том числе Бзюкской битве, композитор Аслан НЕХАЙ создал первую адыгскую оперу.

Исхак Машбаш проявил себя не только как прозаик и поэт, но и как переводчик. Перевел на адыгский язык «Слово о полку Игореве», а также произведения Александра ПУШКИНА, Михаила ЛЕРМОНТОВА, Николая НЕКРАСОВА, Сергея ЕСЕНИНА и Владимира МАЯКОВСКОГО.

Исхак Машбаш был не только талантливым автором, но и мудрым руководителем. На посту председателя Союза писателей стал опорой для молодых авторов и проводником адыгской литературы в большое культурное пространство России и мира. Его авторитет помогал достойно представлять национальное искусство на международных площадках. Вклад Исхака Машбаша в общественную жизнь страны также трудно переоценить: работая в Общественной палате РФ, последовательно отстаивал интересы жителей республики, курировал вопросы воспитания, просвещения и гармонизации межнациональных отношений.



ГДЕ ЕДИНСТВО СКРЕПЛЯЕТСЯ ЧЕРЕЗ УГОЩЕНИЯ И ТЕПЛО РУКОПОЖАТИЙ



(Окончание. Начало на 2-й с.)

Почти все районы республики сегодня охвачены нашей комплексной государственной программой по развитию сельских территорий. Частью этого крупного проекта является уже ставший традиционным марафон «Вкусы России». Этот формат был запущен в прошлом году, начав с Татарстана и Смоленской области. В этом году Кабардино-Балкарская Республика приняла эстафету.

После официальной части Глава республики вместе с федеральной делегацией посетил выставочные павильоны. Гостям продемонстрировали лучшие гастрономические и ремесленные традиции Кабардино-Балкарии. В последующем пресс-подходе для республиканских и федеральных СМИ обсуждались перспективы развития местных брендов.

Центральным событием первого дня стало установление рекорда России. Кабардинскую национальную халву приготовили жительницы села Хамидие Терского района

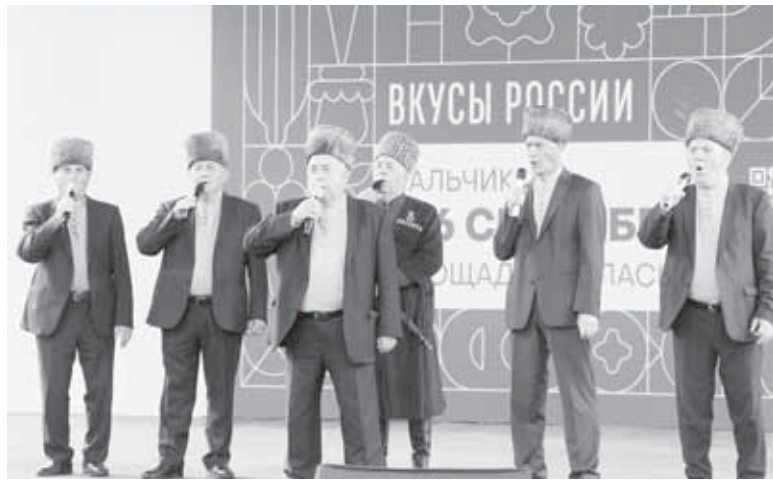
Кабардино-Балкарии. В создании блюда приняли участие около 20 представительниц прекрасного пола села под руководством председателя сельского Совета женщин Риты БОРИЕВОЙ. Она отметила, что половина из них – это матери, сыновья которых являются участниками специальной военной операции. Жительницы Хамидие славятся своим кулинарным мастерством, особенно в приготовлении кабардинской халвы. Поэтому именно на них была возложена столь ответственная миссия. Готовить лакомство они начали с раннего утра, на это ушло более шести часов.

Мы приготовили халву весом 253,8 килограмма и диаметром 2,07 метра. Для этого нам потребовалось 150 килограммов пшеничной муки, 23 литра топленого масла и 75 литров сахарного сиропа. Это наша первая попытка создать такой объемный десерт, хотя халва давно стала визитной карточкой Терского района и пользуется большой популярностью. Наши мастерицы готовят ее лучше всех. Мы благодарны главе с.п. Хамидие Артему КЕРИМОВУ за всестороннюю поддержку, - сказала Р. Бориева.

Результат оформлен и зафиксирован официальными представителями Книги рекордов России и будет внесен в нее. Сертификат передан министру сельского хозяйства республики Хасану СИЖАЖЕВУ.

Посетителей фестиваля два дня радовали выступления на главной сцене у здания Правительства заслуженных артистов Кабардино-Балкарии, вокальных и хореографических ансамблей из разных районов республики. Они сменяли друг друга под сетями северокавказских диджеев.

Центральным событием гастрономической программы



второго дня стало проведение эксклюзивного кулинарного мастер-класса, организованного брендом «Чабан». В рамках мероприятия выступил официальный амбассадор кавказской кухни, выдающийся российский бренд-шеф Бисо ЧЕЧЕНОВ, обладающий значительным авторитетом в профессиональном сообществе. В ходе мастер-класса он представил аудитории детализированную рецептуру и раскрыл сакральные тайны приготовления традиционных балкарских хичинов, являющихся важным элементом культурного наследия региона.

Неотъемлемой частью всех городских мероприятий является арт-базар. Мастера из КБР и ряда других регионов Северного Кавказа представили свои эксклюзивные изделия ручной работы - изделия из кожи, стекла, керамики и дерева, украшения из природных камней, валяную одежду и аксессуары.

Двухдневный гастрономический марафон в Нальчике завершился большим вечерним концертом. Главным музыкальным событием закрытия стало выступление популярной кавер-группы «8 Bit».

Алена ТАОВА.

Фото Тамары Ардавовой

В Национальном музее КБР проходит традиционная серия авторских экскурсий, которая в этом году носит название «Нить Ариадны». Уникальность проекта в том, что в роли гидов выступают непосредственно авторы работ - представители регионального отделения Союза художников России в Кабардино-Балкарии.

Ключевая концепция таких встреч заключается в погружении посетителей в творческий процесс: мастера стремятся передать свое видение, раскрыть скрытые смыслы и эмоциональный подтекст, заложенный в полотна. Председатель регионального отделения Союза художников Жанна КАНУКОВА подчеркнула, что название проекта вдохновлено античным мифом об Ариадне, путеводная нить которой помогла Тесею преодолеть лабиринт. Подобно этому экскурсоводы помогают гостям выстраивать логические связи между экспонатами, превращая осмотр выставки в увлекательное путешествие по лабиринту смыслов.

Мы видим живой интерес к такому формату со стороны зрителей, когда с художниками можно познакомиться, пообщаться и задать интересующие вопросы об их творчестве, - отметила Ж. Канукова. - В обычной ситуации через кураторов выставок мы получаем трансформированную информацию, здесь же напрямую инсайдерское видение автора.

Серию экскурсий открыла встреча с Имарой АККИЗОВОЙ – многогранным художником, работающим в разных техниках. Гостями встречи стали воспитанники Республиканского центра творчества детей и молодежи. Ребята рассуждали о персонажах эпических сказаний, восточных, славянских и кавказских сказок. На вопрос, почему экскурсии называются «Нить Ариадны», ребята высказали несколько неожиданных версий. Выбрав наиболее понравившуюся картину, описывали свои эмоции и мнение по поводу замысла художника.

По мнению Имары Аккизовой, не только зрителям важно встречаться с художником, но и для художника необходимо живое общение с ними.

Для меня интересно не столько поделиться тем, как мы это делаем, сколько зачем. Нам всем важно окружать себя кра-

КЛУБОК ЗНАНИЙ О ПРЕКРАСНОМ



сотой. А это создается художниками. Это нужно, потому что питает душу.

На выставке были представлены две работы художницы. Живописное полотно – новая работа, где образ Шахзаде, восточный ковер, павлин зачаровывает и уносит в мир восточной сказки и авторская художественная кукла. Как отметила Имара Аккизова, это был эксперимент по созданию куклы с живописной картины. Работа над куклой, созданной в сложной технике, где смешиваются текстурная паста, ткани и живопись, длилась несколько лет. Персонаж вдохновлен работами мамы - художницы Сияры АККИЗОВОЙ. «Меня заворожил один из персонажей на полотнах моей мамы. В результате появилась мифологическая птица, которая похищала золотые яблоки с дерева нартов. Так неожиданно сработал генетический код».

Серию экскурсий продолжил художник Мурат ДЫШЕК, который рассказал о своем видении представленных работ, а также об авторах.

Мы можем видеть ясно выраженную общую идею мифологии, знаковости, корней, культуры земли, на которой живем. Вижу эту выставку как дань уважения нашим предкам, нашим легендам, сказаниям и мифам. Стоит сказать, что на выставке прослеживаются три выразительных языка: реалистический – использующий реальные и фигуративные образы, через которые



зрители могут считать информацию, которую доносит художник; символический – где реальность постепенно перетекает в определенный знак, но еще присутствует начальная фигуративная характеристика. Мы видим здесь героев нартского эпоса, мифических человекоподобных птиц, предметы, которые отражают реальный образ. Это переход от реализма к символизму. И, наконец, язык метафорический, где произведения уходят от реального образа и переносят в интуитивную, душевную территорию бытия. Эти три главных языка сегодня используются в мировом искусстве. Можно сказать, что их присутствие на выставке – показатель высокого уровня.

Здесь представлены работы разных поколений художников.

Например, Заурбек БГАЖНОКОВ в собственном особом стиле изображает героев нартского эпоса. Интерпретирует эпос, внося свои художественность и стилистическое видение. Несмотря на зрелость, мастер работает в духовном ключе молодого человека, который удивляется персонажам и хочет передать красоту и форму, которые видит в эпосе. Руслан МАЗЛОЕВ в своих работах использует древнейшие технологии обработки рога, который использовали в древних цивилизациях: Шумере, Месопотамии, Анатолии, а на территории Северного Кавказа адыги продолжают эту традицию. Наше богатство в том, что у нас есть мастер,

который развивает это древнее искусство и дает ему новые современные формы.

Связь с предками, понятие семьи и рода, уважение к женщине и к старшим – все это мы можем разглядеть в знаковых формах. Наши главные задачи – сохранить свои корни, изучать историю, древнюю культуру и создавать новые высокохудожественные произведения, используя все возможности современности.

В картине Аслана ДЖАВАДОВА центральное место занимают быки, которые когда-то были сакральными животными. Это некий общекультурный символ изобилия. Сам он имеет большое хозяйство, занимается садоводством и животноводством.

Итальянцы говорят, что в стране выделяются значительные суммы на проведение выставок, концертов, потому что это обходится дешевле, чем восстанавливать памятники культуры, пострадавшие от вандализма. Чтобы общество ценило культуру, важно работать сразу в нескольких направлениях: и с инфраструктурой, и с просвещением, и с формированием правильных ценностей.

В продолжение проекта прошли встречи с Лаурой БЕКУЛОВОЙ и народным художником КБР Анатолием ЖИЛОВЫМ.

Все, кто хочет прикоснуться к прекрасному, могут посетить следующие мероприятия цикла:

9 сентября в 11 часов. Встреча с Милой ХАЦУК и Разият ГАЗАЕВОЙ «Металл и керамика»; **10 сентября** в 11 часов. Встреча с Александром ЯНИНЫМ и Анной ЕРМОЛАЕВОЙ «Пигмалион, или Как рождаются портреты»; **11 сентября** в 14 часов. Встреча с Русланом ТХАЗАПЛИЖЕВЫМ «Эпическая скульптура»; **12 сентября** в 11 часов. Встреча с Дианой КОЖЕВОЙ «Старинное ремесло и современное искусство»; **15 сентября** в 11 часов. Встреча с Эдуардом МАЗЛО «Как смотреть и понимать современное искусство»; **16 сентября** в 11 часов. Встреча с Русланом Мазлоевым «Природа как неисчерпаемый источник идей для современного художника».

Все мероприятия проходят в Национальном музее КБР.

Лилиана ШОРДАНОВА.

Фото автора

ПУТЬ СЛУЖЕНИЯ ОБЩЕСТВУ

Семья

- Мы познакомились благодаря общим знакомым, - рассказывает Ибрагим. - Я родом из села Красноармейского Терского района, а Каролина - из Майского. На тот момент она уже работала врачом. Наверное, мы сразу почувствовали, что у нас похожие взгляды на жизнь: семья, отношение к людям, стремление развиваться и быть полезными. Со временем поняли, что действительно смотрим в одном направлении. Нашему союзу уже будет пять лет.

Ибрагим окончил Ростовский государственный университет путей сообщения, а также магистратуру Ростовского государственного экономического университета. С 2019 по 2022 год проходил службу по контракту в Министерстве обороны Российской Федерации в мотострелковых войсках. Сейчас работает судебным приставом. Активно участвует в общественной жизни республики: является членом Ассоциации ветеранов СВО, участвует в работе фонда «Защитники Отечества», проводит лекции и встречи со школьниками по вопросам патриотического воспитания молодежи. Реализует социальную инициативу - проект выездной юридической помощи ветеранам боевых действий и членам их семей, направленный на поддержку и защиту их прав.

- В рамках этого проекта у нас уже были выезды. Когда человек после обращения к нам действительно решает свою проблему, понимаешь, что работаем не зря. Для меня главное - видеть конкретный результат, - говорит Ибрагим.

В рамках программы «Герои КБР» И. Рустамов проходит стажировку в Министерстве труда и социальной защиты Кабардино-Балкарской Республики.

- О программе узнал через фонд «Защитники Отечества» и решил участвовать, - говорит он. - Для меня это прежде всего большой практический опыт. Каждый модуль мы выезжали на разные предприятия и организации, знакомились с руководителями, управленцами, смотрели, как внутри устроена их работа, как принимаются решения и решаются сложные задачи. Было интересно общаться с людьми, которые уже имеют большой управленческий опыт, задавать вопросы и перенимать их подходы.

Кроме того, к нам приезжали спикеры - министры, руководители и опытные управленцы, которые делились профессиональным опытом, рассказывали о своей работе, акцентировали внимание на ответственности за принимаемые решения и людей. Для меня участие в этой программе стало возможностью расширить кругозор, получить новые знания и понять, как применять свой опыт в мирной жизни и государственной службе.

Ибрагим также является донором крови. На вопрос, почему он решил стать донором, ответил: «Все просто -



Чета Ибрагима и Каролины РУСТАМОВЫХ из Нальчика была в числе лучших семей, которых чествовали на недавнем торжественном мероприятии в Государственном концертном зале имени Ю.Х. Темирганова. Они стали победителями регионального этапа всероссийского конкурса «Семья года» в номинации «Молодая семья». Супруги воспитывают дочь. Глава семьи является ветераном боевых действий и активным членом Ассоциации ветеранов СВО, принимает участие в деятельности фонда «Защитники Отечества». Супруга - врач-терапевт, кардиолог.

кровь ничем нельзя заменить, иногда несколько минут твоего времени могут помочь спасти чью-то жизнь. Поэтому стараюсь сдавать кровь регулярно. Если есть возможность помочь человеку, почему бы ею не воспользоваться?».

ОСОЗНАННЫЙ ВЫБОР

Каролина, в девичестве ЗАНДАРОВА, выбрала одну из самых ответственных и сложных профессий - врача. На ее решение повлиял пример отца, который тоже врач. Поэтому медицина всегда была ей близка. Со временем это стало осознанным выбором ее жизненного пути.

После окончания медицинского университета начала работать и прошла через непростой период пандемии: работала в условиях карантинных мер в госпитале особо опасных инфекций, оказывала помощь пациентам, в том числе выезжала к ним на дом. Этот опыт еще больше укрепил ее желание помогать людям. Будучи в декретном отпуске, не прекратила профессиональное развитие и получила специализацию в области кардиологии. В 2022 году начала обучение в ординатуре по этой специальности и завершила его в 2024 году. С 2023 года и по

настоящее время работает участковым терапевтом в городской поликлинике № 3 города Нальчика. Сейчас находится в отпуске по уходу за ребенком. Но считает, что это не помеха для профессионального совершенствования.

- Больше всего нравится ощущение, что твоя работа действительно нужна людям, - говорит Каролина. - В медицине каждый день можно кому-то помочь, успокоить, вовремя заметить проблему. Наверное, именно это и держит в профессии. К тому же врач всегда нужен в семье, чтобы прежде всего помочь близким. Это нелегкая и очень ответственная профессия. За каждым пациентом - конкретный человек, его здоровье и жизнь. Иногда бывает непросто эмоционально, но именно это учит нас оставаться внимательными и неравнодушными.

МЫ ВСЕГДА РЯДОМ

Значимым событием в семье Рустамовых стало рождение дочери Сумай. Молодые родители уделяют большое внимание ее воспитанию, стараясь прививать уважение к людям, любовь к труду и семейным традициям.

- Нашей Сумай сейчас год и десять месяцев. Она очень активная, веселая и любознательная, схватывает все на лету, - говорят супруги. - Мы уже примерно понимаем, на какие кружки и секции хотели бы ее отдать, планируем постепенно знакомить с разными направлениями. Но сейчас самое главное - дать ей безусловную любовь, чувство безопасности и понимание, что семья всегда рядом, и уже на этой основе дать ей возможность развиваться, познавать мир, пробовать новое и самой выбирать то, что ей действительно будет интересно.

ЧАСТЬ НАЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ

После создания семьи чета Ибрагимовых переехала в Нальчик, где начала строить профессиональную и семейную жизнь. Оба выбрали путь служения обществу. Но в этом служении они остаются частью своей большой семьи и национальных ценностей.

- Наша семья относится к народу тюрков-месхетинцев, - говорит Ибрагим. - Мы бережно сохраняем наши национальные традиции. Уважение к старшим, забота о родителях, взаимная поддержка и крепкие родственные связи являются важной частью нашей семейной культуры. Поддерживаем тесную связь с родителями и стараемся передавать дочери ценности, заложенные старшими поколениями.

Стараемся помогать родителям и проводить с ними время. Мои родители живут в Красноармейском, занимаются сельским хозяйством, по возможности мы каждые выходные приезжаем к ним и помогаем. Отец Каролины живет в Майском - тоже стараемся быть рядом с ним. Мне кажется, именно так и сохраняется связь поколений: не только словами, но и обычной ежедневной заботой.

В Доме печати состоялся показ фильма, приуроченного к Дню Победы над милитаристской Японией и окончанию Второй мировой войны. Мероприятие организовали Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций КБР и Министерство по делам национальностей и общественным проектам КБР. Во встрече приняли участие республиканские СМИ, эксперты и ветеранские организации республики.

Начальник отдела СМИ Минцифры КБР, руководитель регионального штаба «Бессмертного полка России» в КБР Анна РОМАНОВСКАЯ, открывая встречу, подчеркнула важность события: «Третье сентября - дата с большим историческим значением как для нашей страны, так и для всего мира. День подписания капитуляции милитаристской Японии не менее значим, чем 9 мая, так как он ознаменовал полное завершение Второй мировой войны. Наша цель - чтобы этот момент не стал лишь точкой в истории, а люди помнили, какой ценой и усилиями была достигнута победа».

Документальный фильм «Капитуляция Японии и завершение войны» из цикла «Война на Востоке» создан при поддержке Национального центра исторической памяти при Президенте Российской Федерации к 80-летию Победы Советского Союза над Японией. В этот день была продемонстрирована пятая завершающая серия фильма.

Картина рассказывает о завершающем

ИСТОРИЮ ВАЖНО ЗНАТЬ



этапе Второй мировой войны на Дальнем Востоке. Он включает уникальные хроникальные материалы и архивные документы, наглядно демонстрирующие ключевые события кампании: быстрое продвижение советских войск в рамках Маньчжурской стратегической наступательной операции, стремительное поражение миллион-

ной Квантунской армии и подписание акта о безоговорочной капитуляции Японии 2 сентября 1945 года на американском линкоре «Миссури», а также рассказывает о том, как мировое сообщество предпринимало попытки исказить правду о событиях той войны.

После просмотра фильма состоялась

содержательная дискуссия, в рамках которой были детально проанализированы ключевые эпизоды дальневосточной кампании, а также проведен конструктивный обмен мнениями.

Выступавшие подчеркнули, что сейчас идет активная информационная война, поэтому мы должны противостоять попыткам исказить исторические факты. Главный редактор газеты «Адыгэ псалъэ» Заурбек ЖИЛЯСОВ отметил, что с уходом ветеранов молодое поколение становится более восприимчивым к ложным интерпретациям прошлого.

Эту мысль продолжил представитель Миннаца КБР Эльберд КОЦЕВ: «Сейчас идет серьезная информационная война. Самое главное - чтобы историческая правда была одинаковой, в одном направлении. Нам нужно, чтобы молодые люди получали достоверные факты из первых источников».

В ходе обсуждения участники акцентировали внимание на том, что посредством кинематографических произведений старшее поколение передает молодым достоверную информацию о цене завоеванного мира, тем самым актуализируя значимость образовательных и профессиональных возможностей. Рассмотрели возможность показа фильма в образовательных учреждениях республики, чтобы подрастающее поколение на реальных фактах знало историческую правду.

**Фото
Тамары Ардавовой**

● Материалы Алены КАРАТЛЯШЕВОЙ



«...У ХОРОШЕГО ХИРУРГА ДОЛЖНЫ БЫТЬ СТАЛЬНЫЕ НЕРВЫ, ЛЬВИНОЕ СЕРДЦЕ И ЖЕНСКИЕ РУКИ»

В этом году Диана АТМУРЗАЕВА с отличием окончила медицинскую академию Кабардино-Балкарского государственного университета имени Х.М. Бербекова по направлению «лечебное дело» и поступила в ординатуру на специальность «сердечно-сосудистый хирург» в Национальном медицинском исследовательском центре сердечно-сосудистой хирургии имени А.Н. Бакулева в Москве.

Родилась в Тырныаузе, в одном из самых высокогорных городов России. До 18 лет жила и получала образование там, затем переехала в Нальчик, чтобы учиться в медицинской академии КБГУ. Сейчас продолжает учебу в Москве.

МЕДИЦИНА ОДЕРЖАЛА ПОБЕДУ НАД ПРАВОСУДИЕМ

Решение стать врачом приняла в детстве, - говорит Диана. - Любила играть «в судью» и «в доктора», но медицина одержала победу. В то время не совсем понимала, каким именно врачом хочу быть, но была уверена, что хочу посвятить свою жизнь этой профессии и помогать людям. С течением времени поняла, что меня больше всего интересует хирургия, но долгое время не могла определиться с конкретной специализацией.

Решающий момент настал во время моей первой практики. Оказалась в операционной, первой операции, которую увидела, стал остеосинтез ключицы. Наблюдала за этим процессом с большим интересом. А когда меня впервые пригласили ассистировать, пусть и в небольшой роли, эмоции просто зашкаливали. В этот момент осознала, что хирургия не просто сфера моих профессиональных интересов, но и дело, которому намерена посвятить свою жизнь, стремясь к постоянному совершенствованию своих знаний и навыков в этой области. Осознание того, что могу реально принести пользу, что мои умения и знания способны помочь людям, стало для меня источником невероятной энергии. В хирургии нет места статичности, этот постоян-

ный процесс познания вдохновляет меня каждый день.

Во время обучения в КБГУ активно участвовала в студенческих конференциях. Наша команда стала победителем вузовской олимпиады по терапии в СКФО. Сейчас прохожу ординатуру. Центр имени Бакулева впечатляет своими масштабами: каждый день здесь оказывается помощь большому количеству людей.

СЕМЬЯ - МОЯ ГЛАВНАЯ ПОДДЕРЖКА

Мне невероятно повезло с семьей. В то время как многие окружающие отговаривали меня в выборе профессии, пугая сложностями, близкие всегда были моей главной поддержкой. Верили в меня, несмотря ни на что, их поддержка часто становилась тем самым толчком, который помогал двигаться вперед. Их вера - важная часть моего пути. В нашей семье всегда царит теплая и уютная атмосфера, за что бесконечно благодарна родителям. Мой папа, Руслан Хусейнович, является индивидуальным предпринимателем, занимается обслуживанием дорог. Мама, Сейжан Мажировна, работает педагогом в дошкольном отделении №5 «Сказка» МОУ «Лицей №1 им. К.С. Отарова» г. Тырныауза. Особую благодарность хочу выразить своим дедушкам и бабушкам, которые вложили в меня всю свою доброту и заботу. Дедушка по отцовской линии, Хусейн Муталипович, всегда поддерживал меня во всех начинаниях. Его не стало два года назад. Он верил в меня больше всех и разделял мои переживания, словно они были его собственными. Бабушка по отцовской

линии, к сожалению, ушла из жизни еще до моего рождения, но именно по ее просьбе меня назвали Дианой. Ей очень нравилось это имя. Дедушка по материнской линии, Мажир Масхутович КОЧКАРОВ, умер, когда я училась в девятом классе. Был очень добрым и мягким человеком. До сих пор с теплотой вспоминаю, как каждое утро, когда гостила у них в селе Кенделен, начиналось с обильного стола с разнообразными вкусностями, которые приносил дедушка. Бабушка, Фатимат Магомедовна, всегда вселяла в меня уверенность и сейчас поддерживает в моих начинаниях. Я ее старшая внучка, а всего у нее нас одиннадцать. Она работает медицинской сестрой в школе.

Я придерживаюсь активного отдыха - люблю пешие прогулки и заниматься спортом. Это помогает сохранять баланс, возможность переключиться и восстановить силы после напряженных дней. Еще увлекаюсь рисованием по номерам - это помогает расслабиться и погрузиться в медитативное состояние. Кроме того, я страстный читатель, интересуюсь разными жанрами литературы. В моем списке книг можно найти как психологическую литературу и классику, так и захватывающие детективы. Самая любимая цитата у меня из книги Генри Марша «Не навреди». Она идеально отражает суть моей будущей профессии: «У хорошего хирурга должны быть стальные нервы, львиное сердце и женские руки». Эти слова для меня - путеводная звезда и образец, к которому стремлюсь.

- Вы считаете себя счастливым человеком?

Определенно да. Занимаюсь любимым делом, у меня есть семья, которая меня любит, и чувствую, что нахожусь на своем месте. Это дает мне ощущение полноты жизни.

Председатель Совета женщин администрации Эльбурского муниципального района Зарета МОЛЛАЕВА выразила гордость за успехи молодежи в своем районе и всей республики:

Следовать за своей мечтой - мощный мотивационный фактор, который побуждает людей действовать и верить в себя. Это напоминает, что наше будущее зависит от наших решений и готовности преодо-

левать трудности. Молодые люди сегодня обладают большим потенциалом, но на их пути возникает много вызовов, одним из ключевых среди которых является профессиональное самоопределение.

Диана Атурмузаева является ярким примером того, как можно стать личностью, вдохновляющей молодежь. Она уверенно идет к своей мечте, обладая высоким потенциалом и духовно-нравственными ценностями, которые в нашей культуре принято называть «намыс» и «адэт». Такие качества, как скромность, уважение к старшим, любовь к Родине, трудолюбие, женская мудрость и природная красота, украшают молодых людей.

Женское счастье - важный этап в жизни каждой представительницы прекрасного пола. В современном мире оно приобретает особую значимость, когда женщина находит гармонию в семье, реализует себя в профессиональной деятельности, достигает поставленных целей и совершенствует свое женское самосознание. Антуан де СЕНТ-ЭКЗЮПЕРИ писал: «Шаги превращают мечты в цели». Для Дианы Атурмузаевой следующий шаг - учеба в ординатуре Института имени Бакулева в Москве. Ее цель - стать высококвалифицированным специалистом в своей профессии.

От всей души поздравляем ее. Желаем неиссякаемого оптимизма, силы духа и вдохновения на пути к достижению высоких целей.

В Год единства народов России, объявленный Президентом РФ В. ПУТИНЫМ, я как председатель Совета женщин администрации Эльбурского муниципального района испытываю чувство гордости и глубокого уважения к успехам и достижениям молодежи нашего района и всей Кабардино-Балкарской Республики. Ее стремление к высоким целям, вера в свои силы и способность преодолевать любые трудности вызывают восхищение. Молодежь также демонстрирует благородство своих намерений, умение мечтать и уверенно идти к своей мечте, сохраняя при этом свои национальные корни в рамках многонациональной семьи нашей Родины.

Арнелла КУДАЕВА.
Фото Тамары Ардавой

Меры по обеспечению безопасности детей в образовательных учреждениях и на дорогах в КБР

• БРИФИНГ

В Министерстве внутренних дел по КБР прошел брифинг по вопросам обеспечения безопасности детей в новом учебном году.

Старший инспектор ООДУП и ПДН по КБР майор полиции Галина ЯКОВЛЕВА рассказала участникам брифинга о трех ключевых направлениях профилактической деятельности полиции в образовательных учреждениях.

В первую очередь речь шла о проверке состояния антитеррористической и противокриминальной безопасности образовательных организаций, а также о мерах по устранению выявленных недостатков. Сотрудники полиции, участвовавшие в работе межведомственных комиссий, определили основные критерии безопасности, такие как наличие периметрального ограждения, запирающих устройств на входных дверях, соблюдение контрольно-пропускного режима, функционирование тревожных кнопок, системы видеонаблюдения и контроля доступа.

Во-вторых, защита подростков от криминального влияния остается важной задачей. Речь идет о противодействии провокационному контенту, разжигающему конфликты между людьми, о случаях, когда злоумышленники вовлекают несовершеннолетних в личные беседы в мессенджерах и соцсетях, подталкивая к участию в диверсионных, экстремистских и террористических акциях.

Продолжает оставаться актуальной проблема вовлечения социально активных подростков в незаконные виды заработка с обещанием безнаказанности. Это касается работы закладчиками наркотиков и дропперами. С лета прошлого года в республике было зарегистрировано более 50 таких преступлений, совершенных молодыми людьми в возрасте от 16 до 29 лет. За такую деятельность предусмотрена уголовная ответственность. Сигналами об участии несовершеннолетних в

таких преступлениях являются наличие крупных сумм денег, покупка одежды, телефонов, самокатов и т. д.

Родителям необходимо быть бдительными и обращать внимание на поведение и действия своих детей. Например, сигналами об участии несовершеннолетних в таких преступлениях могут быть наличие неожиданных крупных денег у детей, покупка ими новой одежды или гаджетов. Также рекомендуется проверять наличие банковских счетов на имя ребенка через личный кабинет налогоплательщика, - отметила Г. Яковлева.

В соответствии с законодательством для открытия банковского счета несовершеннолетним в возрасте от 14 до 18 лет требуется обязательное согласие родителей. Однако, как выяснилось, банки не всегда соблюдают это требование. Сотрудники финансовых учреждений открывают счета и карты, которые затем используются для незаконного оборота средств.

Третье направление связано с индивидуальной работой с несовершеннолетними, находящимися на профилактическом учете в органах внутренних дел. Важную роль в этом процессе играют занятость и организация отдыха подростков, а также сотрудничество с образовательными учреждениями. Так, 64 процента несовершеннолетних, состоящих на профилактическом учете, посещают кружки и секции, 56 процентов участвуют в проектной деятельности Движения Первых. Кроме того, 110 детей этой категории отдохнули в профильной смене МВД и Министерства труда и социальной защиты КБР.

Начальник Управления Госавтоинспекции МВД по КБР

полковник полиции Юрий БЕГИДОВ рассказал о сохранении здоровья и жизни несовершеннолетних и их безопасности во время участия в дорожном движении, подчеркнул важность контроля за детьми и их обучения основам безопасности.

За первые восемь месяцев этого года в регионе произошло 26 ДТП с участием детей. Большинство этих происшествий - наезды на пешеходов, почти все они произошли из-за невнимательности детей. Во всех случаях на одежде детей не было световозвращающих элементов.

Инспекторы ГИБДД зафиксировали примерно четыре тысячи нарушений правил перевозки детей. Более половины инцидентов произошло, когда дети находились в автомобиле в качестве пассажиров. Ю. Бегидов отметил важность использования детских кресел, которые значительно уменьшают риск гибели и серьезных травм. Рекомендуется применять специальные удерживающие системы, которые обязательны для детей до семи лет при перевозке на заднем сиденье и до 11 лет при перевозке на переднем. Эти устройства должны быть подобраны с учетом роста ребенка.

Начался новый учебный год, дети снова привыкают к активному дорожному движению, а впереди их ждет смена погодных условий. Родителям рекомендуется разработать удобный и безопасный маршрут для детей от дома до школы и обратно, подробно обсудив все переходы и возможные опасности. Важным помощником в этом процессе является алгоритм «Стой. Смотри. Слушай. Думай. Иди».

Участники встречи подчеркнули, что для безопасного учебного года необходимо постоянное взаимодействие школы, полиции и родителей. Только общими усилиями можно создать безопасную среду для детей.

Ангела ГУМОВА

ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 сентября

1 КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» (16+) 14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 22.00 Т/с «ХОЗЯИН МОСКВЫ» (16+) 00.10 «Время героев» (16+) 01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
РОССИЯ 1
05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00 «60 минут» (12+) 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 18.00 «60 минут» (12+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 Т/с «ДОКТОР КРАСНОВ» (16+) 23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 02.15 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)
ТВЦ
06.00 «Настроение» 07.30, 17.44 Выборы-2026 (12+) 07.40 «Настроение» 08.10 «Смех, дрожь и видео» (16+) 08.40 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДНЕМ С ОГНЕМ» (16+) 10.40 Д/ф «Актерские драмы. Высокие, высокие отношения!» (16+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50, 03.00 Х/ф «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ» (16+) 13.45 «Мой герой» (12+) 14.50 Город новостей 15.00 Х/ф «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ-3» (16+) 16.50 Д/ф «Легенды эстрады. Звездный бизнес» (16+) 18.10 Х/ф «ЗАГАДКА ЕВКЛИДА» (16+) 20.05 Х/ф «ЗАГАДКА РИМАНА» (16+) 22.35 «10 самых...» (16+) 23.10 «Знак качества» (16+) 00.30 «Петровка, 38» (16+) 00.45 Д/ф «Русские тайны. Диагнозы вождей» (16+) 01.30 Д/ф «Уйти с одним чемоданом» (16+)

02.10 Д/ф «Тайная комната. Ева Браун» (16+) 04.40 Д/ф «Актерские драмы. Высокие, высокие отношения!» (16+) 05.25 «Смех, дрожь и видео» (16+)
НТВ
06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.45 «За гранью» (16+) 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «НЕВСКИЙ. БЛИЗКИЙ ВРАГ» (16+) 22.15 Т/с «ЧИСЛО ЗВЕРЯ» (16+) 00.40 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян (16+) 01.15 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
ЗВЕЗДА
03.40 Х/ф «МАРШ-БРОСОК. ОХОТА НА «ОХОТНИКА» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+) 09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 11.00, 13.25 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ» (16+) 14.25, 15.05, 17.15 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.40 «Специальный репортаж» (16+) 18.55 Х/ф «ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ» (16+) 19.10 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяikinым (16+) 20.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 22.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+) 23.05 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+) 00.30 Х/ф «БЕЗОТЦОВЩИНА» (16+) 02.05 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ» (16+)
РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 «Новости» (16+) 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00 Информационная программа 112 (16+) 12.30 «Новости» (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+) 15.00 «Дикий, дикий мир» (16+) 16.00 Информационная программа 112 (16+) 16.30 «Новости» (16+)

17.00 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 19.00 Информационная программа 112 (16+) 19.30 «Новости» (16+) 20.00 «Безумные факты» (16+) 20.50 Х/ф «ЗАСТУПНИК» (16+) 23.00 «Новости» (16+) 23.25 Т/с «РАСПЛАТА» (18+) 01.10 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 02.00 «Тайны Чапман» (16+) 04.20 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
МАТЧ ТВ
06.00 «Непобедимый» (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.20 Новости 07.05 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05 Лица страны (12+) 09.25 Футбол. Нидерланды - Швеция. Чемпионат мира-2026 (6+) 11.35 Все на Матч! Прямая трансляция 12.35 «Специальный репортаж» (12+) 13.00 Есть тема! Прямая трансляция 14.20 Футбол. Альфа-Банк Российская премьер-лига. Обзор тура (6+) 15.25 Громко. Прямая трансляция 16.40 Смешанные единоборства. Жан Силва - Хосе Мигеля Дельгадо. UFC. Трансляция из США (16+) 18.00 Хоккей. «Торпедо» (Нижний Новгород) - «Ак Барс» (Казань). Фонбет. Чемпионат КХЛ 21.35 Футбол. «Интер» - «Удинезе». Чемпионат Италии. Прямая трансляция 23.45 Все на Матч! Прямая трансляция 00.55 Футбол. Альфа-Банк Российская премьер-лига. Обзор тура (6+) 01.55 Регби. «Енисей-СТМ» (Красноярск) - «Слава МАР» (Москва). Чемпионат России (12+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Пляжное самбо. Чемпионат мира. Трансляция из Бразилии (12+)
ОТР
ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Ракурс». Памятные места города Нальчика (12+) 06.25 «Из сердца извлекал звуки...» О жизни и творчестве народного поэта КБР Адама Шогенцукова.(12+) 07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 07.10 «Это я...» Воспоминания Жанны Кулиевой и Елизаветы Ахмадулиной» (12+) 07.30 «Адрес будущего». IT-специалист (12+)

08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 08.10 «Диалог». Элина Кумахова (12+) 08.35 «Добрый доктор» (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Больше книг» (12+) 17.25 «Это надо знать». Ментальное здоровье человека (12+) 18.00 «Творческий калейдоскоп». О книге Ф. Хараева «Человек сам и храм, и ходжа, и святые» (12+) 18.45 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+)
5 КАНАЛ
05.00 «Известия» (16+) 05.25 Х/ф «СВАДЬБА В МАЛИНОВКЕ» (16+) 06.20 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» (16+) 08.05 «Фирменный рецепт» (12+) 08.40 «Давай разберемся!» (12+) 09.00 «Известия» (16+) 09.30 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» (16+) 13.00 «Известия» (16+) 13.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» (16+) 14.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» (16+) 17.00 «Известия» (16+) 17.30 Т/с «СЛЕД» (16+) 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» (16+) 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» (16+) 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 00.30 Т/с «СЛЕД» (16+)
РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных 07.20 Легенды мирового кино 07.45 Черные дыры. Белые пятна 08.30 Д/с «Первые в мире» 08.45 Х/ф «ГОД АКТИВНОГО СОЛНЦА» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.10, 01.15 «ХХ век» 11.50 Х/ф «ПРОЩАЙТЕ, КОЗА И ВЕЛОСИПЕД» (16+) 12.45 Новости. Подробно. АРТ 13.00 Д/ф «Хулиган с Покровки» 13.40 Х/ф «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ» (16+) 15.15 Д/с «Забытое ремесло» 15.30 Агора 16.30 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного» 17.15 Д/ф «Круговорот жизни. Эдуард Грач» 18.00, 02.30 Д/ф «Роман в камне»

18.30 Факультет истории 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Линия жизни 21.30 Сати. Нескучная классика... 22.15 Т/с «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» (16+) 23.10 Уроки режиссуры 00.15 Д/ф «Тайна геоглифов пустыни Наска» 01.50 Д/ф «Да, скифы - мы!»
МИР 24
ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Гуртулары» («Гуртуев Оюс»). Передача первая (балк.яз.) (12+) 06.55 «Путевые заметки». Шадухурей (12+) 07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 07.10 «Выборы-2026». Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва (12+) 07.25 «Позиция» (12+) 07.50 «От грамотного пешехода до профессионального водителя» (6+) 08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 08.10 «Чэнджаш цыуэркым» («Советы психолога») (каб.яз.) (12+) 08.20 «Сабийхэм папцлэ» («Детские песни адыгских композиторов») (каб.яз.) (12+) 08.40 «Нарт хъыбархэр» («Сказания о нартах»). Детская познавательная программа (каб.яз.) (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Дерследеи сора» («После уроков») (балк.яз.) (12+) 17.50 «Больше книг» (12+) 18.05 «Тхъэмахуэ пшыхъ» («Сегодня вечером») (каб.яз.) (12+) 19.00 «Лъэпкъыр зыгъуардэ» («Учальный»). Доктор экономических наук Бетал Шогенов (каб.яз.) (12+) 19.30, 21.40 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+) 19.45 «Выборы-2026». Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва. Дебаты (12+) 20.05 «Гуртулары» («Гуртуевы»). Оюс Гуртуев. Передача вторая (балк.яз.) (12+) 20.50 «Уэздэ мыху». Народный поэт КБАССР Адам Шогенцуков. Передача вторая (каб.яз.) (12+) 21.25 «Выборы-2026». Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва (12+)

ВТОРНИК, 15 сентября

1 КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» (16+) 14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 22.00 Т/с «ХОЗЯИН МОСКВЫ» (16+) 00.10 Д/ф «Святитель Спиридон. Путешествие по России» (12+) 01.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
РОССИЯ 1
05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00 «60 минут» (12+) 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 18.00 «60 минут» (12+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 Т/с «ДОКТОР КРАСНОВ» (16+) 23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 02.15 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)
ТВЦ
06.00 «Настроение» 07.30, 17.44 Выборы-2026 (12+) 07.40 «Настроение» 08.15 «Доктор И...» (16+) 08.40 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДНЕМ С ОГНЕМ» (16+) 10.40 Д/ф «Актерские драмы. Шальные браки» (16+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50, 03.00 Х/ф «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ» (16+) 13.45 «Мой герой» (12+) 14.50 Город новостей 15.05 Х/ф «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ-3» (16+) 16.50 Д/ф «Легенды эстрады. Иллюзия обмана» (16+) 18.15 Х/ф «ЗАГАДКА МОНТИ ХОЛЛА» (16+) 20.05 Х/ф «ЗАГАДКА ФЕРМА» (16+) 22.35 «Закон и порядок» (16+) 23.05 Д/ф «Фальшивая родня» (16+) 00.30 «Петровка, 38» (16+)

00.45 Д/ф «Тайная комната. Жиртрест и Зубочистка» (16+) 01.30 Прощание (16+) 02.10 Д/ф «Женщины разведки. Свои среди чужих» (16+) 04.40 Д/ф «Актерские драмы. Шальные браки» (16+) 05.25 Д/ф «Тайны великих сказочников. Ганс Христиан Андерсен» (16+)
НТВ
06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.45 «За гранью» (16+) 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «НЕВСКИЙ. БЛИЗКИЙ ВРАГ» (16+) 22.15 Т/с «МАРИК» (16+) 00.10 «Захар Прилепин. Уроки русского» (16+) 00.45 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
ЗВЕЗДА
04.30 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+) 09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 11.00, 13.25 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ» (16+) 14.25, 15.05, 17.15 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.40 «Специальный репортаж» (16+) 18.55 «ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ» (16+) 19.10 «Улика из прошлого» (16+) 20.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 22.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+) 23.05 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+) 00.50 Х/ф «РОДНАЯ КРОВЬ» (16+) 02.15 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ» (16+)
РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+) 10.00 «СОВБЕЗ» (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+)

14.00 «Невероятно интересные истории» (16+) 15.00 Д/с «Легенды и мифы» (16+) 17.00, 02.00 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 20.00 «100 вопросов обо всем» (16+) 20.50 Х/ф «КОНАН-ВАРВАР» (16+) 23.25 Т/с «РАСПЛАТА» (18+) 01.10, 04.25 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
МАТЧ ТВ
06.00 «Непобедимый» (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.20 Новости 07.05 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05 «Специальный репортаж» (12+) 09.25 Футбол. Германия - Кот-д'Ивуар. Чемпионат мира-2026 (6+) 11.35 Все на Матч! Прямая трансляция 12.35 «Специальный репортаж» (12+) 13.00 Есть тема! Прямая трансляция 14.20 География спорта (12+) 14.50 «Что за спорт?» (12+) 15.25 Все на Матч! Прямая трансляция 16.40 Смешанные единоборства. Джошуа Ван - Татсуро Таиры. UFC (16+) 18.00 Д/ф «Роковая партия» (12+) 19.50 Футбол. «Райо Вальекано» - «Эспаньол». Чемпионат Испании. Прямая трансляция 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция 22.20 Футбол. «Эльче» - «Реал» (Мадрид). Чемпионат Испании. Прямая трансляция 00.30 Все на Матч! Прямая трансляция 01.55 Дзюдо. Мировой тур. Турнир «Большого шлема» (12+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Легкая атлетика. Абсолютный чемпионат мира. Трансляция из Венгрии (6+)
ОТР
ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 РЕТРОСПЕКТИВА. «Тырынауз» (12+) 06.25 «ТВ-галерея». Заслуженный деятель искусств КБР Тамара Сафарова (12+) 07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 07.10 «Кабардино-Балкария» (12+) 07.15 «Творческий калейдоскоп». О книге Ф. Хараева «Человек сам и храм, и ходжа, и святые» (12+) 08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 08.10 «Это надо знать». Ментальное здоровье человека (12+)

08.45 «Больше книг» (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Модный сезон» (12+) 17.40 «Право на права» (12+) 18.20 Теленовелла «Долг» по мотивам рассказа Умара Хатко (16+) 18.45 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+)
5 КАНАЛ
05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+) 05.25, 09.30, 04.45 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» (16+) 07.50 «Стройнадзор» (16+) 08.25 «Страна советов» (16+) 13.30, 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» (16+) 14.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» (16+) 17.30, 00.30 Т/с «СЛЕД» (16+) 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» (16+) 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+)
РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных 07.20 Легенды мирового кино 07.45 Д/ф «Тайна геоглифов пустыни Наска» 08.50 Х/ф «ГОД АКТИВНОГО СОЛНЦА» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.10, 01.10 «ХХ век» 11.55 Х/ф «ДЛИННЫЙ ДЕНЬ КОЛЬКИ ПАВЛЮКОВА» (16+) 12.45 Новости. Подробно. Книги 13.00 Д/ф «Туман для ежика» 13.50, 22.15 Т/с «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» (16+) 14.50 Д/ф «Да, скифы - мы!» 15.30 «Немая сцена. Импровизация на тему Николая Гоголя». Телеспектакль. К 85-летию со дня рождения Сергея Дрейдеи 16.30 Д/с «Коллекция» 17.15 Д/ф «Страсть уравновешенного человека. Маквала Касрашвили» 18.00 Д/ф «Тайна геоглифов пустыни Наска» 19.00 Д/с «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойной ночи, малыши! 20.45 Искусственный отбор 21.30 Белая студия 23.10 Уроки режиссуры

00.15 Д/ф «Альгамбра. крепость Андалусии» 01.50 Д/ф «История в шифрах» 02.30 Д/ф «Роман в камне»
МИР 24
ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Гуртулары» («Гуртуевы»). Оюс Гуртуев. Передача вторая (балк.яз.) (12+) 06.55 «Улика Кабардинская» (12+) 07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 07.10 «Выборы-2026». Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва (12+) 07.25 «Больше книг» (12+) 07.40 «Учимся вместе» (12+) 08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 08.10 «Тхъэмахуэ пшыхъ» («Сегодня вечером») (каб.яз.) (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Билляча» («Знайка»). Познавательно-развлекательная программа (балк.яз.) (6+) 17.35 «Твое время». Молодежная программа (12+) 18.15 «Жыбыгъэмрэ жьуджалэмрэ» («Ветерок и перекати-поле»). Постановка по сказке пьесе Нелли Лукожевой (каб.яз.) (12+) 18.45 «Зы уэздэм и хъыбар» («История одной песни») (каб.яз.) (12+) 19.00 «Щцблэ узыншэ» («Здоровое поколение») (каб.яз.) (12+) 19.30 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+) 19.45 «Выборы-2026». Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва. Дебаты (12+) 20.10 «Это сделано в России. Механик-изобретатель И. Тимченко» (12+) 20.20 «В гостях у солнца» (балк.яз.) (12+) 20.40 «Спортну жьудзулары» («Звезды спорта»). Заслуженный работник физической культуры и спорта КБР Асадуллах Ажоев (балк.яз.) (12+) 21.10 «Узэрплъш» («Взгляд»). Художник Лаура Бекулова (каб.яз.) (12+) 21.25 «Выборы-2026». Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва (12+) 21.40 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)

1 КАНАЛ		СРЕДА, 16 сентября		МИР 24	
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» (16+) 14.00, 16.50, 23.00 «Большая игра» (16+) 15.30 Церемония закрытия Международного фестиваля молодежи. Прямая трансляция из Екатеринбурга 18.00 Вечерние новости 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 22.00 Т/с «ХОЗЯИН МОСКВЫ» (16+) 00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)		01.30 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Привет из Непала» (16+) 02.15 «Знак качества» (16+) 04.40 Д/ф «Актёрские драмы. Прикинутъся простаком» (16+) 05.25 Д/ф «Тайны великих сказочников. Шарль Перро» (16+)		ПРОГРАММА 1 КБР 06.00, 07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Спортну жулдзулары» («Звезды спорта»). Заслуженный работник физической культуры и спорта КБР Асадуллах Ажоев (балк.яз.) (12+) 06.40 «Герои Великой Победы». Братья Бапинаевы, с. Кенделен (балк.яз.) (12+) 07.10 «Выборы-2026». Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва (12+) 07.25 «На разных языках, но единым голосом». Ансамбль «Бахталэ Рома» (12+) 08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 08.10 Теленовелла «Долг» по мотивам рассказа Умара Хатко (16+) 08.35 «Узэрпельщ» («Взгляд»). Художник Лаура Бекулова (каб.яз.) (12+) 08.50 «Сабийгъэгуфэ». Передача для детей (каб.яз.) (12+)	
РОССИЯ 1		НТВ		ПРОГРАММА 1 КБР	
05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00 «60 минут» (12+) 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 18.00 «60 минут» (12+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 Т/с «ДОКТОР КРАСНОВ» (16+) 23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 02.15 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)		06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.10 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.45 «За гранью» (16+) 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «НЕВСКИЙ. БЛИЗКИЙ ВРАГ» (16+) 22.15 Т/с «МАРИК» (16+) 00.30 «Мы и наука. Наука и мы» (12+) 01.30 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+) 04.40 Х/ф «БОЛЕВОЙ ПОРОГ» (16+)		ПРОГРАММА 1 КБР 06.30 Диалоги о животных 07.20 Легенды мирового кино 07.45, 18.00 Д/ф «Альгамбра. Крепость Андалусии» 08.50 Т/с «МУЖЕСТВО» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.10, 01.10 «XX век» 12.45 Новости. Подробно. Кино 13.00 Д/ф «Михаил Новохижин. Театральный роман-с» 13.45, 22.15 Т/с «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» (16+) 14.45 Д/ф «История в шифрах» 15.30 Д/с «Забывтое ремесло» 15.45 Белая студия 16.30 Библийский сюжет 17.15 Д/ф «О времени и о себе. Александр Чайковский» 19.00 Д/с «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойной ночи, малыши! 20.45 Абсолютный слух 21.30 Власть факта 23.10 Уроки режиссуры 00.15 Д/ф «Крепость в Провансе - в единении со скалой» 02.30 Д/ф «Роман в камне»	
ТВЦ		ЗВЕЗДА		РОССИЯ К	
06.00 «Настроение» 07.30, 17.44 Выборы-2026 (12+) 07.50 «Настроение» 08.15 «Доктор И...» (16+) 08.45 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ЧЕМ СЕРДЦЕ УСПОКОИТСЯ» (16+) 10.40 Д/ф «Актёрские драмы. Прикинутъся простаком» (16+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50, 03.00 Х/ф «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ-2» (16+) 13.45 «Мой герой» (12+) 14.50 Город новостей 15.00 Х/ф «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ. КОШКИ-МЫШКИ» (16+) 16.50 Д/ф «Легенды эстрады. Не стреляйте в пародиста!» (16+) 18.10 Х/ф «ЗАГАДКА ЭЙЛЕРА» (16+) 20.05 Х/ф «ЗАГАДКА САНГАКУ» (16+) 22.35 «Хватит слухов!» (16+) 23.05 Хроники московского быта (16+) 00.30 «Петровка, 38» (16+) 00.45 Д/ф «Охота на маньяка. Дело о сломанном ноже» (16+)		04.35 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+) 09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 11.00, 13.25 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ. ДЕЛО ШУЛЬЦА» (16+) 14.25, 15.05, 17.15 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ. ДЕЛО ШУЛЬЦА» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.40 «Специальный репортаж» (16+) 18.55 «ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ» (16+) 19.10 «Секретные материалы». Д/с (16+) 20.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 22.35 «Между тем» с Н.И. Метлиной (12+) 23.05 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+) 00.50 Х/ф «НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)» (16+) 02.20 «Перелом. Хроника Победы». Д/с (16+) 02.45 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ. ДЕЛО ШУЛЬЦА» (16+)		ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Путевые заметки». Тверь (12+) 06.20 «Право на права» (12+) 07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 07.10 «Адрес будущего» (12+) 07.35 Теленовелла «Долг» по мотивам рассказа Умара Хатко (16+) 08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 08.10 «Модный сезон» (12+)	
РЕН		ОТР		ПРОГРАММА 1 КБР	
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00 Документальный спецпроект (16+) 10.00 «Засекреченные списки» (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+)		06.00 «Непобедимый» (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.20 Новости 07.05 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05 «Специальный репортаж» (12+) 09.25 Футбол. Испания - Саудовская Аравия. Чемпионат мира-2026 (6+) 11.35 Все на Матч! Прямая трансляция 12.35 «Специальный репортаж» (12+) 13.00 Есть тема! Прямая трансляция 14.20 «Вид сверху» (12+) 14.50 «Что за спорт?» (12+) 15.25 Футбол. «Енисей» (Красноярск) - «Арсенал» (Тула). Лига Пари 17.30 Все на Матч! Прямая трансляция 18.00 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Факел» (Воронеж). Альфа-банк. Кубок сильнейших. Российская премьер-лига 20.30 Футбол. «Балтика» (Калининградская область) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Альфа-банк. Кубок сильнейших. Российская премьер-лига 22.50 Футбол. «Барселона» - «Расинг». Чемпионат Испании. Прямая трансляция 00.30 Все на Матч! Прямая трансляция 01.55 Дзюдо. Мировой тур. Турнир «Большого шлема» (12+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Легкая атлетика. Абсолютный чемпионат мира (6+)		ПРОГРАММА 1 КБР 06.30 Диалоги о животных 07.20 Легенды мирового кино 07.45, 18.00 Д/ф «Альгамбра. Крепость Андалусии» 08.50 Т/с «МУЖЕСТВО» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.10, 01.10 «XX век» 12.45 Новости. Подробно. Кино 13.00 Д/ф «Михаил Новохижин. Театральный роман-с» 13.45, 22.15 Т/с «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» (16+) 14.45 Д/ф «История в шифрах» 15.30 Д/с «Забывтое ремесло» 15.45 Белая студия 16.30 Библийский сюжет 17.15 Д/ф «О времени и о себе. Александр Чайковский» 19.00 Д/с «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойной ночи, малыши! 20.45 Абсолютный слух 21.30 Власть факта 23.10 Уроки режиссуры 00.15 Д/ф «Крепость в Провансе - в единении со скалой» 02.30 Д/ф «Роман в камне»	

1 КАНАЛ		ЧЕТВЕРГ, 17 сентября		МИР 24	
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» (16+) 14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 22.00 Т/с «ХОЗЯИН МОСКВЫ» (16+) 00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)		01.30 Д/ф «Дорогие товарищи. Ограбление века» (16+) 02.15 Д/ф «Русские тайны. Даллес против СССР» (16+) 04.40 Д/ф «Актёрские драмы. Вне игры» (16+) 05.25 Д/ф «Тайны великих сказочников. Корней Чуковский» (12+)		ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Спортну жулдзулары» («Звезды спорта»). Заслуженный работник физической культуры и спорта КБР Асадуллах Ажоев (балк.яз.) (12+) 06.40 «Герои Великой Победы». Братья Бапинаевы, с. Кенделен (балк.яз.) (12+) 07.10 «Выборы-2026». Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва (12+) 07.25 «Наставники». Учитель английского языка Инна Сокурова (12+) 08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 08.10 «Макъамэ» («Музыка») (каб.яз.) (12+) 08.35 «Нанэ и псэ» («Мамина радость») (каб.яз.) (12+)	
РОССИЯ 1		НТВ		ПРОГРАММА 1 КБР	
05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00 «60 минут» (12+) 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 18.00 «60 минут» (12+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 Т/с «ДОКТОР КРАСНОВ» (16+) 23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 02.15 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)		06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.10 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.45 «За гранью» (16+) 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «НЕВСКИЙ. БЛИЗКИЙ ВРАГ» (16+) 22.15 Т/с «МАРИК» (16+) 00.30 «Поздняков» (16+) 00.40 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+) 04.20 Х/ф «ЛЮБОВЬ ПОД ГРИФОМ «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО» (16+)		ПРОГРАММА 1 КБР 06.30 Диалоги о животных 07.20 Легенды мирового кино 07.45 Д/ф «Крепость в Провансе - в единении со скалой» 08.50 Т/с «МУЖЕСТВО» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.10, 01.10 «XX век» 11.55 Д/ф «Роман в камне» 12.45 Новости. Подробно. Театр 13.00 «Острова» 13.45, 22.15 Т/с «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» (16+) 14.40 Д/ф «Загадки древних строк» 15.35 «2 Верник 2» 16.30 Д/с «Пряничный домик» 17.15 Д/ф «Мир Александры Пахмутовой» 18.00 Д/ф «Крепость в Провансе - в единении со скалой» 19.00 Д/с «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойной ночи, малыши!	
ТВЦ		ЗВЕЗДА		РОССИЯ К	
06.00 «Настроение» 07.30 Выборы-2026 (12+) 07.50 «Настроение» 08.20 «Доктор И...» (16+) 08.45 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ЧЕМ СЕРДЦЕ УСПОКОИТСЯ» (16+) 10.40 Д/ф «Актёрские драмы. Вне игры» (16+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50, 03.00 Х/ф «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ-2» (16+) 13.45 «Мой герой» (12+) 14.50 Город новостей 15.05 Х/ф «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ. ТЫСЯЧЕЛЕТНЯЯ ИСТОРИЯ» (16+) 17.00 Д/ф «Легенды эстрады. Звезды под градусом» (16+) 18.15 Х/ф «ЗАГАДКА БРЮСА БЕДЛАМА» (16+) 20.05 Х/ф «ЗАГАДКА ФУДЗИТЫ» (16+) 22.35 «10 самых...» (16+) 23.05 Д/ф «Кумиры. Ушла жена» (16+) 00.30 «Петровка, 38» (16+) 00.45 Д/ф «Настоящий детектив. Герань на окне» (16+)		05.15 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ. ДЕЛО ШУЛЬЦА» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.40 «Специальный репортаж» (16+) 18.55 «ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ» (16+) 19.10 «Код доступа» (12+) 20.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 22.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+) 23.05 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+) 01.00 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ. ДЕЛО ШУЛЬЦА» (16+)		ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Актуальная тема» (16+) 06.20 «Время и личность». Заслуженный деятель науки РФ Барасби Карамурзов (12+) 07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 07.10 «Творческий калейдоскоп». Народный поэт КБАСР, лауреат Государственной премии РСФСР им. М. Горького, Герой Социалистического Труда Алим Кешоков (12+)	
РЕН		ОТР		ПРОГРАММА 1 КБР	
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00 Документальный спецпроект (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+) 13.00 «Невероятно интересные истории» (16+)		17.00, 02.00 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 20.00 «100 вопросов обо всем» (16+) 21.00 Х/ф «В ПОТЕРЯННЫХ ЗЕМЛЯХ» (16+) 23.25 Т/с «РАСПЛАТА» (18+) 01.10, 04.25 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)		ПРОГРАММА 1 КБР 06.30 Диалоги о животных 07.20 Легенды мирового кино 07.45 Д/ф «Крепость в Провансе - в единении со скалой» 08.50 Т/с «МУЖЕСТВО» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 00.00 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.10, 01.10 «XX век» 11.55 Д/ф «Роман в камне» 12.45 Новости. Подробно. Театр 13.00 «Острова» 13.45, 22.15 Т/с «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» (16+) 14.40 Д/ф «Загадки древних строк» 15.35 «2 Верник 2» 16.30 Д/с «Пряничный домик» 17.15 Д/ф «Мир Александры Пахмутовой» 18.00 Д/ф «Крепость в Провансе - в единении со скалой» 19.00 Д/с «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойной ночи, малыши!	

1 КАНАЛ 05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.40 «Время покажет» (16+) 14.00, 17.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.45 «Поле чудес» (16+) 21.00 «Время» 21.45 Большой концерт. Леонид Агутин (12+) 23.55 Х/ф «ЛЕГЕНДЫ НАШИХ ПРЕДКОВ» (16+) 01.30 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) РОССИЯ 1 05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00 «60 минут» (12+) 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 18.00 «60 минут» (12+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+) 23.55 «Истории Большой Страны» (12+) 00.55 Х/ф «БЕЗ ЛЮБВИ» (16+) ТВЦ 06.00 «Настроение» 08.15 Х/ф «ЖЕНЩИНА НАВОДИТ ПОРЯДОК» (16+) 11.30, 14.30, 17.50 События 11.50 Х/ф «ЖЕНЩИНА НАВОДИТ ПОРЯДОК» (16+) 12.30 Т/с «ТОЧКА КИПЕНИЯ» (16+) 14.50 Город новостей 15.05 Т/с «ТОЧКА КИПЕНИЯ» (16+) 16.55 Д/ф «Легенды эстрады. Прощай, водевиль!» (16+) 18.15 Х/ф «ЗАГАДКА ЛЕЙБНИЦА» (16+) 20.05 Х/ф «ЗАГАДКА ПЬЕТРО БОНГО» (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.05 Прощание (16+) 00.00 Д/ф «Русские тайны. В постели со шпионом» (16+) 00.40 Х/ф «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (16+) 02.20 «Петровка, 38» (16+) 02.40 Х/ф «ВЛЮБЛЕННЫЙ АГЕНТ» (16+) 06.10 Мифы о оде (16+) НТВ 06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00 «Сегодня»		ПЯТНИЦА, 18 сентября 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+) 09.25 Человек в праве с Андреем Куницыным (16+) 10.35 «Первая передача» (16+) 11.10 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.50 «ДНК» (16+) 17.55 «Жди меня» (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 Т/с «НЕВСКИЙ. БЛИЗКИЙ ВРАГ» (16+) 22.15 Т/с «МАРИК» (16+) 00.00 «Своя правда» с Романом Бабаином (16+) 01.55 «Квартирный вопрос» (0+) 02.50 Х/ф «ЛЮБОВЬ ПОД ГРИФОМ «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО»-2» (16+) 04.25 Х/ф «ЛЮБОВЬ ПОД ГРИФОМ «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО»-3» (16+) ЗВЕЗДА 04.15 Т/с «АЛЕКС ЛЮТЫЙ. ДЕЛО ШУЛЬЦА» (16+) 07.10, 09.25 Х/ф «КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА» (16+) 09.00, 13.00, 17.00, 18.00 Новости дня (16+) 09.55 Х/ф «НАХИМОВЦЫ» (16+) 11.55, 13.25 Х/ф «РАССЛЕДОВАНИЕ» (16+) 13.55, 15.05 Х/ф «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 16.20, 17.15, 18.40 Т/с «ДИНА И ДОБЕРМАН» (16+) 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+) 23.30 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» (16+) 01.10 Х/ф «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ» (16+) 02.50 Х/ф «ПЯТЕРО С НЕБА» (16+) 04.20 «Охотники за нацистами». Д/с (16+) РЕН 05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 «Новости» (16+) 09.00 Документальный спецпроект (16+) 10.00 «Засекреченные списки» (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00 Информационная программа 112 (16+) 12.30 «Новости» (16+) 13.00 «Тайны Чапман» (16+) 16.00 Информационная программа 112 (16+) 16.30 «Новости» (16+) 17.00 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Главные тайны мира» (16+) МАТЧ ТВ 06.00 «Непобедимый» (12+) 07.00 Новости 07.05 Все на Матч! Прямая трансляция 09.00 Новости 09.05 «Небесная грация» (6+) 09.25 Футбол. Аргентина - Австрия. Чемпионат мира-2026. Трансляция из США (6+) 11.35 Все на Матч! Прямая трансляция 12.40 Лица страны (12+) 13.00, 15.20 Новости 13.05 Футбол. Альфа-Банк Российская премьер-лига. Обзор тура (6+) 14.15 «Формула-1. Гаснут огни» (12+) 14.45 «Что за спорт?» (12+) 15.25 Все на Матч! Прямая трансляция 16.55 Футбол. «Челябинск» - «Уфа». Лига Пари. Прямая трансляция 19.00 Все на Матч! Прямая трансляция 19.20 Хоккей. «Локомотив» (Ярославль) - «Авангард» (Омск). Фонбет. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция 21.55 Футбол. «Эспаньол» - «Эльче». Чемпионат Испании. Прямая трансляция 00.00 Евротур (12+) 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция 02.15 Летний биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Индивидуальная гонка. Женщины. Трансляция из Чебоксар (6+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Летний биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Индивидуальная гонка. Мужчины. Трансляция из Чебоксар (6+) ОТР ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Служба «02» сообщает» (16+) 06.25 «Призвание». Народный врач КБР Султан Кожаев (12+) 07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+)		07.10 «Жизнь после жизни». Артист, журналист и поэт Олег Гусейнов (12+) 07.35 «Горизонт» (12+) 08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 08.10 «Золотая кладовая Аси Еутых». Передача первая (12+) 08.40 «С мольбертом к вершине Эльбруса». Выставка работ молодых художников в Музее ИЗО им. А. Ткаченко (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Искусство в кадре» (12+) 17.25 «Следуя за мечтой». Солистка ФЭАТ «Балкария» Ирэна Жанатаева (12+) 18.10 «Золотая кладовая Аси Еутых». Передача вторая (12+) 18.45 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 5 КАНАЛ 05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+) 05.25, 09.30, 13.30 Т/с «ХОРОШИЙ ПАРЕНЬ» (16+) 08.30 «Ваше здоровье!» (12+) 17.30 Т/с «СЛЕД» (16+) 23.10 «Светская хроника» (16+) 00.10 «Они потрясли мир. Бритни Спирс. История падения» (16+) 00.55 «Они потрясли мир. Шура. Настоящий Я» (16+) 01.35 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+) РОССИЯ К 06.30 Диалоги о животных 07.20 Легенды мирового кино 07.45 Д/ф «Секреты древних строителей. остров Пасхи» 08.50 Т/с «МУЖЕСТВО» (16+) 10.00, 12.30 Новости культуры 10.20 «Острова» 11.00 Шедевры старого кино 12.45 Д/с «Первые в мире» 13.00 Власть факта 13.45 Т/с «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» (16+) 14.40 Д/ф «Петр Великий. История с французским акцентом» 15.25 Д/с «Забывтое ремесло» 15.45 Энигма 16.30 Письма из провинции 17.00 Новости культуры 17.15 Царская ложа 18.00 Д/ф «Секреты древних строителей. остров Пасхи» 19.00 Д/с «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро		19.30 Новости культуры 19.45 Д/с «Искатели» 20.30 Линия жизни 21.25 Х/ф «ВЕРЬТЕ МНЕ, ЛЮДИ» (16+) 23.15 «2 Верник 2» 00.10 Новости культуры 00.25 Х/ф «ТРЕВОЖНАЯ КНОПКА» (16+) 01.55 Д/с «Искатели» 02.40 М/ф «Мультфильмы для взрослых» МИР 24 ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Сайламала» («Избранное») (балк.яз.) (12+) 06.20 «Сабийлики дуниясы» («Планета детства»). Детский сад «Аленушка», г. Тырныауз (балк.яз.) (6+) 06.40 «Спортмайдан» («Спортплощадка») (балк.яз.) (12+) 07.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 07.10 «Служба «02» сообщает» (16+) 07.25 «Фотографии рассказывают» (12+) 07.40 «Время спорта» (12+) 08.00 «Новости. Утро. 1КБР». Информационная программа (16+) 08.10 «Гукъыдзг филэну» («Хорошее настроение») (каб.яз.) (12+) 08.55 «Дыгъэщыгъ» («Солнышко») (каб.яз.) (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Ма алай!» («Вот так!»). Молодежная программа (балк.яз.) (12+) 17.40 «Петь сердцем». VII Северо-Кавказский открытый конкурс вокалистов имени Наталии Гасташевой (12+) 18.10 «Гум имыхуж» («Незабываемые имена»). Народная артистка КБР Феня Машукова (каб.яз.) (12+) 18.45 «Уузыншэм» («Будьте здоровы!») (каб.яз.) (12+) 19.30 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+) 19.45 «Моя история. Александр Чемоуров» (16+) 20.15 «Тау эл» («В горном ауле»), с. Хабаз (балк.яз.) (12+) 21.00 «Времена и судьбы». Заслуженный врач РСФСР Султан Емүзов (12+) 21.40 «Новости 1КБР». Информационная программа (16+)	
--	--	--	--	---	--	--	--

1 КАНАЛ 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота» 09.45 «Слово пастыря» (0+) 10.00, 12.00 Новости 10.15 Д/ф «Святитель Спиридон. Путешествие по России» (12+) 11.10 «Вспомнить все» (12+) 12.15 «Наше все. Сделано в России» (12+) 13.15 Д/ф «Михаил Калашников. Русский самородок». К Дню оружейника» (16+) 14.20 «Горячий лед». Фигурное катание. Открытие сезона 2026/2027. Прямая трансляция 15.50 Т/с «ФОРМУЛА ПРЕСТУПЛЕНИЯ» (16+) 18.00 Вечерние новости 18.20 «Сегодня вечером» (16+) 21.00 «Время» 21.35 КВН. Летний кубок (16+) 23.50 Х/ф «НЕНОРМАЛЬНЫЙ» (16+) 01.35 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) РОССИЯ 1 05.00 Утро России. Суббота 08.00 Местное время. Суббота 08.35 «По секрету всему свету» 09.00 «Формула еды» (12+) 09.25 «Пятеро на одного» 10.10 Сто к одному 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «Наши. Военкоры» (12+) 12.00 «Доктор Мясников» (12+) 13.00 Большие перемены 14.30 Вести. Местное время 14.50 «Парад юмора» (16+) 17.50 «Привет, Андрей!» (12+) 20.50 Вести. Местное время 21.00 Х/ф «ШЛА САША ПО ШОССЕ» (16+) 00.40 Х/ф «ИЗ ЗАМКНУТОГО КРУГА» (16+) 03.55 Х/ф «ПУТЬ К СЕРДЦУ МУЖЧИНЫ» (16+) ТВЦ 06.50 «Православная энциклопедия» (6+) 07.15 Х/ф «ЗАГАДКА ФУДЗИТЫ» (16+) 08.55 «Здоровый смысл» (16+) 09.30 «Хватит слухов!» (16+) 10.05 Д/ф «Легенды эстрады. А в ресторане...» (16+) 10.55 «Просто & вкусно» (6+) 11.30, 14.30, 22.00 События 11.50 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» (16+)		12.20 Х/ф «ШАЛАШНЫЙ РАЙ» (16+) 14.45 Х/ф «ОТЕЛЬ ПОСЛЕДНЕЙ НАДЕЖДЫ» (16+) 18.20 Х/ф «ГОРЕ ОТ УМА. ПИКАПЕР» (16+) 20.10 Х/ф «ГОРЕ ОТ УМА. СИНИЧКИ» (16+) 22.20 «Право знать!» (16+) 23.45 Д/ф «Дорогие товарищи. Полет Руста» (16+) 00.25 Д/ф «90-е. Бандитский Екатеринбург» (18+) 01.10 «10 самых...» (16+) 01.40 Д/ф «Легенды эстрады. Звезды под градусом» (16+) 02.20 Д/ф «Легенды эстрады. Не стреляйте в пародиста!» (16+) 03.05 Д/ф «Легенды эстрады. Прощай, водевиль!» (16+) 03.50 Д/ф «Легенды эстрады. Иллюзия обмана» (16+) 04.40 Д/ф «Легенды эстрады. Звездный бизнес» (16+) 05.25 «10 самых...» (16+) НТВ 06.00 «Жди меня» (16+) 06.50 «Первая передача» (16+) 07.20 «Смотр» (16+) 08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня» 08.20 «Поедем, поедим!» (16+) 09.20 «Едим дома» 10.20 «Главная дорога» (16+) 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым» (12+) 12.00 «Квартирный вопрос» (0+) 13.15 «Сатья» (16+) 14.20 «Фобия» (12+) 15.00 «Своя игра» (0+) 16.20 ЧП. Расследование (16+) 17.00 «Следствие вели...» (16+) 18.00 Д/с «Криминальная Россия. Самые громкие преступления» (16+) 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым 20.40 «Ты не поверишь!» (16+) 22.00 «Звезды». Новый сезон (16+) 00.25 Квартирник НТВ у Маргулиса (16+) 02.15 «Дачный ответ» (0+) 03.05 Х/ф «БАРСЫ» (16+) ЗВЕЗДА 05.00 Х/ф «МАКСИМКА» (16+) 06.15 Х/ф «ОГОНЬ, ВОДА И... МЕДНЫЕ ТРУБЫ» (16+) 07.50, 09.20 Х/ф «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО» (16+) 09.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)		10.00, 13.20 Х/ф «12 СТУЛЬЕВ» (16+) 13.55 Х/ф «ВАСИЛИЙ БУСЛАЕВ» (16+) 15.40 Х/ф «КОРПУС ГЕНЕРАЛА ШУБНИКОВА» (16+) 17.40, 18.25 Х/ф «ВОРОТА В НЕБО» (16+) 20.00 Х/ф «НОЛЬ-СЕДЬМОЙ» МЕНЯЕТ КУРС» (16+) 22.00 «Фетисов». Ток-шоу (12+) 22.50 Х/ф «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ» (16+) 00.55 Х/ф «12 СТУЛЬЕВ» (16+) 03.25 Х/ф «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ» (16+) 05.00 «Москва фронту». Д/с (16+) РЕН 05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости» (16+) 09.00 «Минтранс» (16+) 10.00 Самая полезная программа (16+) 11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+) 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+) 15.00 «СОВБЕЗ» (16+) 16.00 Информационная программа 112 (16+) 16.55 Документальный спецпроект (16+) 18.00 «Засекреченные списки» (16+) 19.00 «Добровозфире» (16+) 20.00 «Дикий, дикий мир» (16+) 20.45 Х/ф «ОСОБО ТЯЖКИЕ ПРЕСТУПЛЕНИЯ» (16+) 23.00 Х/ф «ВДОВЫ» (18+) 01.20 Х/ф «КРОВЬЮ И ПОТОМ. АНАБОЛИКИ» (18+) 03.15 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) МАТЧ ТВ 06.00 Смешанные единоборства. Ч. Оливейра - А. Царукян. UFC. Трансляция из США (16+) 07.00, 09.00, 12.10, 14.50 Новости 07.05 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05 Футбол. Альфа-Банк Российская премьер-лига. Обзор тура (6+) 10.15 «Герои Мельбурна. Геннадий Шатков» (12+) 10.45 Летний биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Спринт. Женщины. Прямая трансляция из Чебоксар 12.15 Все на Матч! Прямая трансляция 13.15 Летний биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Спринт. Мужчины. Прямая трансляция из Чебоксар		14.55 Все на Матч! Прямая трансляция 15.50 Футбол. «Болонья» - «Торино». Чемпионат Италии. Прямая трансляция 18.00 Все на Матч! Прямая трансляция 18.50 Футбол. «Рома» - «Интер». Чемпионат Италии. Прямая трансляция 21.00 Все на Матч! Прямая трансляция 21.50 Футбол. «Севилья» - «Барселона». Чемпионат Испании. Прямая трансляция 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция 01.15 Автоспорт. Дрифт. RDS OPEN. Трансляция из Московской области (6+) 02.15 Смешанные единоборства. Джошуа Ван - Александра Пантожи. UFC. Прямая трансляция из США ОТР ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Дистанционное мошенничество» (12+) 06.20 «Золотая кладовая Аси Еутых». Передача вторая (12+) 06.50 «Следуя за мечтой». Солистка ФЭАТ «Балкария» Ирэна Жанатаева (12+) 07.35 «Искусство в кадре» (12+) 07.50 «Кунацкая». Карачаево-Черкесская Республика (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Мастерская». Ювелир-оружейник Залим Тумов (12+) 17.30 «Творческий калейдоскоп». Классик французской литературы Шарлотта Аиссе (12+) 18.15 «Человек на своем месте». Доктор медицинских наук Махти Атымурзаев (12+) 5 КАНАЛ 05.00 М/с «Маша и медведь» (0+) 05.15 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+) 09.00 «Страна советов» (16+) 09.30 «Стройнадзор» (16+) 10.05 Х/ф «СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН» (16+) 12.00 Т/с «ДАЛЕКО ДО МОСКВЫ» (16+) 17.45 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+) 00.00 «Известия. Главное» (16+) 01.05 «Светская хроника» (16+) 01.55 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» (16+) РОССИЯ К 06.30 Библейский сюжет 07.05 М/с «Ну, погоди!» 07.50 Х/ф «ВЕРЬТЕ МНЕ, ЛЮДИ» (16+)		09.40 Эти загадочные животные 09.55 Мы - грамотеи! 10.35 «Божественная комедия». Теле-спектакль. К 95-летию Театра кукол им. С. В. Образцова 12.10 Д/с «Земля людей» 12.40 Черные дыры. Белые пятна 13.20 Д/ф «Она была непредсказуема...» 14.00 Д/с «Дикая природа Таиланда» 14.55 Факультет истории 15.50 Большие и маленькие 17.50 Х/ф «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ» (16+) 19.30 Новости культуры 20.00 Х/ф «СМЕРТЬ НЕГОДЯЯ» (16+) 22.00 Агора 23.00 Клуб «Шаболовка, 37» 00.10 Х/ф «ФОКУСНИК» (16+) 01.25 Д/с «Дикая природа Таиланда» 02.10 Д/с «Искатели» МИР 24 ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Ма алай!» («Вот так!»). Молодежная программа (балк.яз.) (12+) 06.25 «Тау эл» («В горном ауле»), с.Хабаз (балк.яз.) (12+) 07.10 «Времена и судьбы». Заслуженный врач РСФСР Султан Емүзов (12+) 07.50 «Уузыншэм» («Будьте здоровы!») (каб.яз.) (12+) 08.35 «Адыгъ уэрэдыжкыр лъэпкъым и тхыдэщ («Душа народа - в песне») (каб.яз.) (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Ыйыкъ». Информационная программа (балк.яз.) (16+) 17.15 Исса Жантүев. «Киеулюк» («Женихи»). Спектакль Балкарского государственного драматического театра им. Кулиева (балк.яз.) (12+) 18.25 «Заман бла бирге» («В ногу со временем») (балк.яз.) (12+) 18.55 «С заботой о детях» (12+) 19.35 «100 лет КБИГИ» (12+) 20.25 «Ди пщэфлпэм» («Готовим для вас») (каб.яз.) (12+) 21.10 «Фэепэль» («Память»). Заслуженный артист КБР Ахмед Пачев (каб.яз.) (12+) 21.45 «Республикэм щыгъыбархэр». Информационная программа (каб.яз.) (16+)	
--	--	---	--	--	--	--	--	---	--

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 20 сентября

1 КАНАЛ 06.00, 10.00, 12.00 Новости 06.10 Играй, гармонь любимая! (12+) 06.55 «Часовой» (12+) 07.25 «Здоровье» (16+) 08.30 «Золотая коллекция «Союзмультфильма» (0+) 09.10 «Непутевые заметки» (12+) 09.30 «Мечталлион». Национальная лотерея (12+) 10.15 «Жизнь своих» (12+) 11.10 «Повара на колесах» (12+) 12.15 «Будем жить!» (16+) 13.10 «Видели видео?» (0+) 14.30 «Горячий лед». Фигурное катание. Открытие сезона 2026/2027. Прямая трансляция 15.55 Т/с «ЗНАХАРЬ» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.00 «Точь-в-точь» (16+) 21.00 «Время» 23.00 «Россия. Итоги выборов-2026» (16+) 00.30 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) РОССИЯ 1 05.35 Х/ф «СЧАСТЛИВАЯ СЕРАЯ МЫШЬ» (16+) 07.30 Местное время. Воскресенье 08.05 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым» 09.00, 11.00, 14.00, 17.00 Вести 09.30 Утренняя почта с Николаем Басковым 10.10 Сто к одному 11.30 Д/с «Рассказы из русской истории. Владимир Мединский» (12+) 12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым (12+) 14.30 Вести. Местное время 15.00 «Веселые ребята» (16+) 17.50 «Песни от всей души» (12+) 20.00 Вести недели 22.30 Москва. Кремль. Путин 23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 01.35 Д/с «Рассказы из русской истории. Владимир Мединский» (12+) 02.45 Х/ф «СЧАСТЛИВАЯ СЕРАЯ МЫШЬ» (16+) ТВЦ 05.50 Х/ф «ЗАГАДКА ЛЕЙБНИЦА» (16+) 07.25 Х/ф «ЗАГАДКА ПЬЕТРО БОНГО» (16+) 09.15 Х/ф «ВМЕСТЕ С ВЕРОЙ» (16+) 11.30, 00.30 События 11.45 «Наша смешная жизнь» (16+) 12.40 Х/ф «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (16+)		14.30 Московская неделя 15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Дочь «Отца народов» (16+) 15.55 Д/ф «Настоящий детектив. Красный перец» (16+) 16.40 Д/ф «Дело союзного значения. Королева в законе» (16+) 17.30 Т/с «СРАЗУ ПОСЛЕ СОТВОРЕНИЯ МИРА» (16+) 21.55 Х/ф «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА» (16+) 00.45 Х/ф «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА» (16+) 01.35 «Петровка, 38» (16+) 01.45 Х/ф «ЖЕНЩИНА НАВОДИТ ПОРЯДОК» (16+) 04.55 «Нехмурые люди» (16+) 05.30 Московская неделя (12+) НТВ 06.00 «Центральное телевидение» (16+) 08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня» 08.20 «У нас выигрывают!» (12+) 10.20 «Цифровые расследования» (16+) 11.00 «Чудо техники» (12+) 12.00 «Дачный ответ» (0+) 13.00 «НашПотребНадзор» (16+) 14.00 «Однажды...» (16+) 15.00 «Своя игра» (0+) 16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным (16+) 17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования» (16+) 18.00 «Новые русские сенсации» (16+) 19.00 Итоги недели 20.20 «Ты супер! 10 лет спустя». Юбилейный сезон (6+) 23.40 «Звезды сошлись» (16+) 01.15 «Основано на реальных событиях» (16+) ЗВЕЗДА 05.25 Х/ф «ЗА ОБЛАКАМИ НЕБО» (16+) 07.05 Х/ф «НОЛЬ-СЕДЬМОЙ» МЕНЯЕТ КУРС» (16+) 09.00 Новости недели (16+) 09.25 «Служу России» (12+) 09.55 «Военная приемка» (12+) 10.40 «Мужики» (16+) 11.10 «Ищу своих» (12+) 12.00 «Война миров». Д/с. «Блицкриг Черчилля» (16+) 12.50 «Не факт!» (12+) 13.25 Т/с «ДИНА И ДОБЕРМАН» (16+) 18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+) 19.40 «Легенды советского сыска». Д/с (16+) 23.05 Х/ф «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО» (16+) 02.35 Х/ф «КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА» (16+)		04.10 Х/ф «ОГОНЬ, ВОДА И... МЕДНЫЕ ТРУБЫ» (16+) РЕН 05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30 «Новости» (16+) 09.00 «Самая народная программа» (16+) 10.00 «Знаете ли вы, что?» (16+) 11.00 «Наука и техника» (16+) 12.00, 16.00 Информационная программа 112 (16+) 13.00 «Неизвестная история» (16+) 14.00 Д/с «Легенды и мифы» (16+) 16.55 «Что мы знаем о планете Земля?» (16+) 17.55 «Великие» (16+) 18.50 Х/ф «ЗАЩИТНИК» (16+) 20.40 Х/ф «ВЫЖИВШИЙ» (16+) 23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко» (16+) 23.55 Документальный спецпроект (16+) 01.15 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) МАТЧ ТВ 06.00 Смешанные единоборства. Джошуа Ван - Александра Пантожи. UFC. Прямая трансляция из США 07.00, 09.00, 12.35, 16.40 Новости 07.05 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05 Торжественная церемония награждения спортивной премией Паралимпийского комитета России «Герои Отчизны - Герои спорта» (12+) 10.45 Летний биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Эстафета. Женщины 12.40 Все на Матч! Прямая трансляция 13.15 Летний биатлон. Альфа-банк. Чемпионат России. Эстафета. Мужчины 14.55 Художественная гимнастика. Альфа-банк. Кубок сильнейших 16.45 Футбол. «Атлетико» - «Реал» (Мадрид). Чемпионат Испании. Прямая трансляция 19.15 Футбол. «Ювентус» - «Аталанта». Чемпионат Италии. Прямая трансляция 21.00 Все на Матч! Прямая трансляция 22.20 Футбол. «Порту» - «Бенфика». Чемпионат Португалии. Прямая трансляция 00.30 Все на Матч! Прямая трансляция 01.55 Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Университет» (Ижевск). Чемпионат России. Суперлига. Женщины (6+)		03.25 «Герои Мельбурна. Геннадий Шатов» (12+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Тхэквондо. II Всероссийская спартакиада. Трансляция из Челябинска (12+) ОТР ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Классика для всех» (12+) 06.10 РЕТРОСПЕКТИВА. Шагги (12+) 06.25 «Мастерская». Ювелир-оружейник Залим Тумов (12+) 06.55 «Творческий калейдоскоп». Классик французской литературы Шарлотта Аиссе (12+) 07.40 «Человек на своем месте». Доктор медицинских наук Махти Атмурзаев (12+) 08.25 К Дню адыгов. «Исчезнувшая цивилизация». Документальный фильм (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Феномен гениальности». Народный артист СССР Юрий Темирканов (12+) 18.00 День адыгов. «Даты и история» (12+) 18.30 «Республика: картина недели» (16+) 5 КАНАЛ 05.00 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» (16+) 09.00 «Фирменный рецепт» (12+) 09.30 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» (16+) 10.25 Т/с «УДАР» (16+) 22.15 Т/с «ДАЛЕКО ДО МОСКВЫ» (16+) 03.15 Т/с «СВИДЕТЕЛИ» (16+) РОССИЯ К 06.30 М/с «Ну, погоди!» 07.35 Х/ф «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ» (16+) 09.15 Диалоги о животных 10.00 «Острова» 10.35 Х/ф «ФОКУСНИК» (16+) 11.55 Метод Сократа 12.35 Неизвестные маршруты России 13.15 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного» 13.45 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным 14.25 Д/с «Элементы» с Антоном Успенским 14.55 Х/ф «ТРИ ЖЕНЩИНЫ. ПЕВИЧКА» (16+) 16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком 17.10 Д/с «Первые в мире» 17.30 Пешком... 18.00 Романтика романса		19.30, 19.45 Новости культуры 20.25 Х/ф «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА» (16+) 22.15 «Прокофьев 135. Эпос и миф». Концерт в музее-заповеднике «Архангельское» 23.35 «Кинескоп» 00.15 «Божественная комедия». Теле-спектакль 01.50 Диалоги о животных 02.35 М/ф «Мультфильмы для взрослых» МИР 24 ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Ыйыкь». Информационная программа (балк.яз.) (16+) 06.15 «Акьылманла айтханлай» («Так сказали мудрецы»). Эльдар Гуртуев. «Анай аллай Анай эди...» (балк.яз.) (12+) 06.35 «100 лет КБИГИ» (12+) 07.25 К Дню адыгов. «Адыгэ лъэпкъ тхыдэм и гъуджэ» («Зеркало адыгской истории») (каб.яз.) (12+) 08.10 «Фэеплъ» («Память»). Заслуженный артист КБР Ахмед Пачев (каб.яз.) (12+) 08.45 «Республикэм щыхьыбархэр». Информационная программа (каб.яз.) (16+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Тепсеу мени жашаумду» («Жизнь в танце»). Мурат Анахев (балк.яз.) (12+) 17.30 «Факху бла усталыкь» («Талант и мастерство»). Заслуженный артист РФ Исмаил Баразбиев. Первая часть (балк.яз.) (12+) 18.00 «Здоровый выбор» (12+) 18.30 «Култура и мы». М. Хафицэ. «Черкесика». Передача первая (12+) 19.00 «Щалэгьуалэр мэгьушылэ». Юмористическая программа (каб.яз.) (12+) 19.15 «Цыху кьэс хуитц» («Право каждого») (каб.яз.) (12+) 19.40 «Адэ хэкум и кьуэ пэж» («Сын земли»). Памяти кавалера ордена Славы трех степеней Менли Мусова (каб.яз.) (12+) 20.10 «Агнокьуз Ляшэ» («Ляша Агноков»). 175 лет со дня рождения (каб.яз.) (12+) 20.45 К Дню адыгов. «Щхьэкэмрэ лъабжьэмрэ» («Корни и корона») (каб.яз.) (12+) 21.30 «Республика: картина недели» (16+)
--	--	--	--	---	--	--	--	--

РАДИО КБР Понедельник, 14 сентября 00.00, 01.00, 03.00, 06.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 00.30, 05.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 01.35, 10.25, 16.25 «Фэр папцлэ» 02.00, 22.00 «Ди зэлүцлэлэм» 02.30 «Жэщыбг нэужьым» 03.31, 20.05 «Орайда» 04.00, 23.00 «Жырхана» 06.35, 21.35 «Полезно знать» (12+) 06.45, 21.45 «Спорт-лайн» (12+) 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщлэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 13.50 «Узыншагъэ» (12+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.20 «Билимни дунясы» (6+) 08.40, 13.35 «Тхыдэм и лъахэ» (16+) 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.20, 18.05 Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва 10.05, 16.05 «Хьэщлэщ» (16+) 11.05, 17.05 «Чамхана» (16+) 11.25, 17.25 «Жыр сауга» 11.48, 17.48 «Назму толкунларында» (12+) 12.05 «Откровенный разговор» (16+) 12.35, 18.35 «Образ жизни» (16+) 14.30 «Гушылэплэ» (16+) 15.25 «Голоса Кавказа» 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.40 «Акьылманла сёзлери» (12+) 22.35 «Ди гьусэу зывгъэпсэху» Вторник, 15 сентября 00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 00.30, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 01.30 «Жэщыбг нэужьым» 02.00, 20.25 «Орайда» 02.30, 22.30 «Гушылэплэ» (16+) 03.25, 21.25 «Голоса Кавказа» 04.00, 14.30 «Фэр папцлэ» 05.00, 23.00 «Чамхана» (16+) 05.25, 23.25 «Жыр сауга» 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщлэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 13.35 «Гукьинэ» (12+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.20, 17.05 «Боракъ» 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.20, 18.05 Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва		10.05, 16.05 «Адыгэхэр: тхыдэр, хабзэр» 10.50, 13.50 «Лъэпкъ лушыгъэ» (6+) 11.05, 17.35 «Халкъ жырла» 11.30 «Миллет хазнабыздан» (12+) 12.05 «Интервал QT» (16+) 12.25, 18.35 «Планета детства» (6+) 12.45, 19.45 «Таурхъан» (6+) 15.25 «Хорошее настроение» (12+) 20.05 «Билимни дунясы» (6+) 22.00 «Хьэщлэщ» (16+) Среда, 16 сентября 00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 00.30, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 01.30 «Жэщыбг нэужьым» 02.00, 20.05, 23.30 «Орайда» 02.35 «Фэр папцлэ» 03.20, 21.25 «Хорошее настроение» (12+) 04.00, 10.25, 16.20 «Гүхэлъ уэрэдхэр» 05.00, 23.00 «Халкъ жырла» 05.30, 20.25 «Боракъ» 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщлэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 16.05 «Сэтэней» (12+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.30, 14.20 «Кьонгурочукъ» (6+) 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.20, 18.05 Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва 10.05 «Цыхумрэ гьащлэмрэ» (16+) 11.05, 17.05 «Чамхана» (16+) 11.30, 17.25 «Салам алейкум» 12.05 «Территория искусства» 12.35, 18.35 «Симфония Кавказа» 13.35 «Ди гьэтылгыгъэхэр» 14.40 «Усыгъэ» 14.50 Къызэрэфэ пшыналъэхэр 15.25 «Голоса Кавказа» 19.45 «Таурхъан» (6+) 22.00 «Адыгэхэр: тхыдэр, хабзэр»		07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 13.45 «Тхыдэм и лъахэ» (16+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.20, 17.05 «Алтын хазна» 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.20, 18.05 Выборы депутатов ГД Федерального Собрания РФ IX созыва 09.50, 15.25 «Планета детства» (6+) 10.05, 16.05 «Дингьуазэ» (16+) 10.15, 16.15 «Еджаплэ» (16+) 10.20, 16.20 Адыгэ уэрэдыжхэр 10.45, 16.45 «Пщлэну шхьэпэщ» (6+) 11.05 «Тейри кылычы» (6+) 11.30, 17.35 «Ауаз» (16+) 12.05 «Живая традиция» (16+) 12.30, 18.35 «На музыкальной волне» 14.30 «Щлалэгьуэ» 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.25 «Кьонгурочукъ» (6+) 22.00 «Цыхумрэ гьащлэмрэ» (16+) Пятница, 18 сентября 00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 00.30, 02.00, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 01.30 «Жэщыбг нэужьым» 02.30, 20.05, 23.25 «Орайда» 04.00 «Дингьуазэ» (16+) 04.10 «Еджаплэ» (16+) 04.30, 22.00 «Щлалэгьуэ» 05.00, 20.25 «Алтын хазна» 05.30, 23.00 «Ауаз» (16+) 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщлэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 13.45 «Динымрэ гьащлэмрэ» (16+)		07.50, 13.50 «Лэщлэгъэ» (12+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.20 «Кюбюрчек» (6+) 08.35 «Тау макъамла» 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа» 10.05 «Гьащлэм и дамыгъэ» (16+) 10.25, 16.05 «Прозэм и напэклуэцлэхэр» 10.45, 16.45 «Лэгъыпыкьу» (6+) 11.05, 17.05 «Ууаз» (16+) 11.20, 17.20 «Чамхана» (16+) 11.45, 17.45 «Сиз а билемисиз» (12+) 12.05, 18.05 «Территория искусства» 12.35, 18.35 «Планета детства» (6+) 12.50, 18.50 «Неудобные вопросы» (12+) 14.30 «Ди гьусэу зывгъэпсэху» 19.45 «Таурхъан» (6+) 22.35 Адыгэ уэрэдыжхэр Суббота, 19 сентября 00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM 00.30, 02.00, 03.44, 19.00 Макъамэ 99,5-FM 01.30 «Жэщыбг нэужьым» 02.30, 20.35 «Тау макъамла» 03.25, 21.25 «Голоса Кавказа» 04.00, 22.30 «Ди гьусэу зывгъэпсэху» 05.00 «Ууаз» (16+) 05.15, 23.00 «Чамхана» (16+) 05.30, 20.00, 23.30 «Орайда» 07.00, 13.00 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.38, 13.38 «Лъэпкъым и фыгуээхэр» 08.00, 15.00 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.25, 15.25 «Айсурат» 09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.25, 17.25 «Радиус-99,5» 09.45, 17.45 Поэтическая волна 10.00 «Гьащлэм и дамыгъэ» (16+)		10.20 «Уэрэдымрэ абы и тхыдэмрэ» (16+) 10.50, 14.50 «Жаншэрхъ» (12+) 11.00, 16.00 «Бора» (6+) 11.21, 16.21 «Топалайчыкь» (6+) 11.30, 16.30 «Акь таулары жырлары» 12.00, 18.00 «Хорошее настроение» (12+) 12.44, 18.44 «Спорт-лайн» (12+) 14.00 «Утыку» 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.20 «Кюбюрчек» (6+) 22.00 «Прозэм и напэклуэцлэхэр» 23.20 «Сиз а билемисиз» (12+) Воскресенье, 20 сентября 00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM 01.00, 03.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM 01.38 «Лъэпкъым и фыгуээхэр» 02.00 «Жэщыбг нэужьым» 03.25, 20.25 «Айсурат» 04.00, 23.00 «Бора» (16+) 04.30, 23.30 «Акь таулары жырлары» 05.25, 21.25 «Радиус-99,5» 05.45, 21.45 Поэтическая волна 06.44, 09.45, 17.50 «Спорт-лайн» (12+) 10.00, 14.00, 08.00, 15.00, 12.00, 17.00 Итоги недели 07.00, 13.00 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.40, 14.40 «Фэр папцлэ» 08.10, 15.10 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.45, 15.40 «Акьылманла сёзлери» (12+) 09.00, 17.10 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.35, 17.40 «Полезно знать» (12+) 10.10, 14.10 «Макъамэ» 10.40 «Еджэ - едалуэ» 11.00, 16.00 «Сахна» 12.10, 18.00 «Театр у микрофона» 13.35 «Ди гьусэу зывгъэпсэху» 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.00 «Орайда» 22.00 «Утыку»
--	--	--	--	---	--	---	--	--

Редакция не несет ответственности за содержание текстов программ ТВ-каналов

График совершения намазов по КБР

		Утренний	Восход	Обеден.	Предвечер.	Вечерн.	Ночной
14.09	Пн	04.14	05.44	12.11	15.39	18.20	20.02
15.09	Вт	04.15	05.45	12.11	15.38	18.19	20.00
16.09	Ср	04.16	05.46	12.10	15.37	18.17	19.58
17.09	Чт	04.17	05.47	12.10	15.35	18.15	19.56
18.09	Пт	04.18	05.48	12.10	15.34	18.13	19.54
19.09	Сб	04.19	05.49	12.09	15.33	18.11	19.52
20.09	Вс	04.20	05.50	12.09	15.31	18.09	19.50

ЭКСКУРСИЯ ПОЗНАКОМИТ С ЛЮДЬМИ, ВПИСАВШИМИ СВОИ ИМЕНА В ИСТОРИЮ НАЛЬЧИКА

• ГОРОД N

В рамках Года единства народов программа «Больше чем путешествие» представляет авторские экскурсионные маршруты, созданные участниками международного проекта «Проводники смыслов. Экскурсоводы».

«Больше чем путешествие» – программа Росмолодежи, благодаря которой уже более 450 тысяч молодых людей из всех 89 регионов России стали участниками полезных путешествий, смогли увидеть уникальные места нашей страны, познакомиться с достижениями университетов и промышленных предприятий, разработать социально значимый проект и найти новых друзей. Программа действует при поддержке «Движения Первых», российского общества «Знание», президентской платформы «Россия – страна возможностей», Минобрнауки, Минкультуры, Минпросвещения, Минэкономразвития России и Россотрудничества. С 29 июня по 2 июля в Смоленске прошел очный финал международного проекта «Проводники смыслов. Экскурсоводы» программы «Больше чем путешествие». Всего на конкурс поступило более 5,5 тысячи заявок от аттестованных гидов, музейных работников и краеведов со всей России и дружественных стран. Участники очного финала проходили образовательную программу: изучали новые форматы экскурсий, осваивали дизайн-мышление, иммерсивные практики и брендинг. По итогам конкурса сформированы уникальные авторские маршруты, которые вошли в туристическую повестку регионов и стали доступны широкой аудитории. Победители получили возможность заявить о себе, в том числе среди коллег, и провести бесплатные авторские экскурсии по созданным маршрутам в 158 городах страны для всех желающих.

Со столицей Кабардино-Балкарии - г. Нальчиком знакомит экскурсовод Лела МЕЛАДЗЕ, одна из победителей конкурса. Экскурсия «Нальчик: навеки с Россией» пешеходная, ее продолжительность – два часа. Точка старта экскурсии – площадь 400-летия присоединения Кабарды к России. Посмотреть расписание и анонс, а также записаться на экскурсию можно на официальном сайте программы <https://provodnikismislov.ru>. Экскурсии продлятся до конца сентября. Во время экскурсии гости и жители Нальчика узнают о военнополитическом союзе, заключенном в 1557 году, о молодой кабардинской княжне, которая вошла в историю России как Мария – вторая жена Ивана IV (Грозного), о самой старой улице слободы и города Нальчика – Кабардинской, об Атажуко Атажукине, в честь которого назван один из самых больших и старых парков Кавказа, и много других интересных фактов.

Мы побеседовали с Лелой Меладзе накануне старта ее проекта.

– Сразу замечу: если у желающих посетить мою экскурсию возникнут проблемы с регистрацией, можно просто прийти в назначенное время на площадь 400-летия. Я всем буду рада и потом сама их зарегистрирую.

В этом году экскурсия по Нальчику будет обзорной. Стартует она на площади 400-летия добровольного присоединения Кабарды к России. Мало кто даже из жителей города знает, что девушка, которая держит в руках свиток, символизирующий



вечную дружбу между Кабардой и Россией, – это не Мария Темрюковна ИДАРОВА, а собирательный образ горянки, списанный с Сони ШЕРИЕВОЙ, легендарной танцовщицы – солистки «Кабардинки». Некоторые не знают о существовании царицы-кабардинки в истории России, той самой Гуашаней, которая стала при крещении Марией, и удивляются этому, казалось бы, известному историческому факту.

Поэтому экскурсия нацелена на то, чтобы поглубже узнать свой город. Познакомиться с людьми, которые вписали свои имена в его историю. Например, мы часто проходим мимо исторического здания на углу улиц Кабардинской и Ногмова. Это доходный дом купца Петра ЗИПАЛОВА. Многие жители города должны еще помнить, что до 90-х годов в этом доме располагалась республиканская филармония. Вероятнее всего, его архитектором был известный на Кавказе Владимир ГРОЗМАНИ. Он был потомственным архитектором, его предки участвовали в строительстве Исаакиевского собора в Петербурге.

Самым же старым домом в слободе и городе Нальчике является тот, который был сооружен в 1842 году. Там располагалось Управление Центра Кавказской линии. Дом был построен для князя Владимира ГОЛИЦЫНА. Он был очень интересным, неординарным человеком. Близкие друзья описывают его в мемуарах как авантюриста, балагура и ловеласа. Любил поесть, но еще больше любил кого-то угостить. Писал веселые стихи и сам себе аккомпанировал на фортепиано. Был знаком с ЛЕРМОНТОВЫМ и на реке Валерик видел, как тот отважно сражается. Именно Голицын представил его к награде Золотой саблей «За храбрость», правда, Лермонтов эту награду не получил. Он же сообщил о его гибели на дуэли. Голицын был тем человеком, который над озером Провал в Пятигорске придумал сделать настил из досок, на котором танцевали пары, а рядом играл оркестр.

Двигаясь вверх по улице Кабардинской, мы подходим к Издательству М. и В. КОТЛЯРОВЫХ. Виктор КОТЛЯРОВ – наш современник, замечательный друг и человек, который прославил Кабардино-Балкарию на всю Россию. Его творчество – клад не только для всех экскурсоводов, но и для всех жителей республики. Иногда он меня берет в свои увлекательные экспедиции по Кабардино-Балкарии. Напротив издательства находится здание кинотеатра «Победа». Многие думают, что скульптор Лео МОЛ,

член Канадской королевской академии художеств (бывший нальчанин Леонид МОЛОДОЖЕНИН), являлся единственным автором танцующей пары, установленной на фасаде здания. На самом деле к ее созданию имеет отношение даже не ВАСИЛЕНКО, о котором рассказывала Жануся АТАЛИКОВА, а малоизвестный скульптор Михаил ЛЕЗВИЕВ, он же Дмитрий ВОДОПЬЯН, использовавший этот псевдоним. У него трагическая судьба, был репрессирован в 1937 году, позднее расстрелян, а его имя на долгое время вычеркнули из страниц истории нашего города. Эту информацию долго искала и наконец нашла Мария КОТЛЯРОВА. Я перечитывала историю его жизни неоднократно, и всякий раз мое сердце сжималось от боли и несправедливости.

Продвигаемся дальше по улице Кабардинской, которая когда-то была Воронцовской. Назвали ее в честь наместника Кавказа. Как-то Семен БУДЕННЫЙ, прогуливаясь по этой улице с Беталом КАЛМЫКОВЫМ, заявил что негоже называть улицы в честь князей и дворян. Спросил у Калмыкова: ты кто, кабардинец, ну и улица пусть будет Кабардинской.

Есть также здание Театра кукол, которое построил балкарский князь Дадаш БАЛКАРЬКОВ, человек очень известный. Построил он его в честь рождения своей дочери Софией. А рядом появился знаменитый дом с цепями, который сейчас, к сожалению, разрушается. Для строительства он специально пригласил итальянского архитектора из Петербурга.

В сквере Свободы (мало кто знает его под таким названием, ранее он назывался Верхним или Горским сквером) когда-то был православный Храм Симеона Столпника. Его разрушили в 1928 году. В этом же сквере есть камни, привезенные из Заюково. Они находились на могиле Жабаги КАЗАНОКО, известного просветителя, философа, прогрессивного политического деятеля, главного советника старшего князя Кабарды Асланбека КАЙТУКИНА. Его личность в свое время считалась чуть ли не мифической. Не знали, существовал ли он на самом деле, пока наш писатель, ученый Заур НАЛОЕВ не расшифровал надпись на надгробном камне на староарабском языке, датированную 1163 годом по мусульманскому летосчислению. Когда в республику пришли большевики, эти камни закопали в землю. Позже человек, который за всем этим наблюдал, вместе со студентами-историками извлек их из земли и установил практически на то же место.

Далее располагается Аллея голубых елей, которую заложил биолог и селекционер, главный агроном совхоза «Декоративные культуры» Иван КОВТУНЕНКО. На протяжении 12 лет он ставил большое количество опытов, чтобы вырастить из семян голубых елей полноценное дерево. За разработанную методику в 1952 году получил Сталинскую премию. Родина же голубых елей – скалистые горы Северной Америки в штате Колорадо. В Европу ель завезли на рубеже XIX и XX веков, а в Нальчик привезли в питомник при ж/д вокзале в 1913 году. Через пять лет Ковтуненко пришел туда работать и понял, в какую почву надо сажать семена: – из-под хвойных, которая сдобрена свежими еловыми или сосновыми опилками в соотношении 1:1, чтобы они проросли. Сейчас Кабардино-Балкария по праву считается второй родиной голубых елей, а на гербе Нальчика есть венок из ее веточек.

Недалеко от аллеи располагается здание медфака КБГУ. Оно было построено до революции как реальное училище им. императора Александра III. Памятку об этом событии закупили в стеклянную банку и замуровали в один из углов здания. Православный священник раздавал камни людям, которые участвовали в закладке здания с одной стороны будущего вестибюля, а эфенди подавал тем же людям камни, заложенные с другой стороны. Потом все вместе пошли в Горский сквер в столовую Лобжанидзе, где начальник округа, начальник области и попечитель округа вместе с обычными людьми пообедали. Играл оркестр, детям раздавали подарки. Это здание смогло пережить разные исторические периоды. До осени 1920 года в нем не прекращалось обучение. В нем же было объявлено об установлении Советской власти и создании Кабардино-Балкарской автономной области. Потом там была кузница кадров – Ленинский учебный городок и высшая коммунистическая сельскохозяйственная школа. Во время войны немцы это здание подожгли. Оно было восстановлено и в 1957 году передано КБГУ.

На входе в Атажукинский сад сохранились арки архитектора Виктора ВЕЧНИНА. Он же участвовал в реализации первого генерального плана г. Нальчика, разработанного в 1933 году. Веснин был первым президентом Академии архитектуры СССР. Арки были возведены в рекордно короткий срок – за две «красные» субботы. А вот львиные головы в виде фонтанчиков, встроенные в них, принадлежат все тому же Лео Молю.

На центральной аллее парка можно увидеть и творение современной городской архитектуры – звездный камень народного художника КБР Алима ПАШТ-ХАНА. Гранит весом 47 тонн привезли из Хуламо-Безенгийского ущелья, обработали на месте, а бронзовые вкрапления в него делали по спецзаказу в Германии. Камень стал достопримечательностью нашего города и источником новой традиции. Надо пройти вокруг него три раза против часовой стрелки, дотянуться до одного из бронзовых включений и загадать желание, а в полночь незамужние девушки должны его обнять, если хотят в ближайшее время выйти замуж.

Ольга КАЛАШНИКОВА

Отделение Социального фонда России по КБР продолжает упрощать доступ граждан к социальным услугам. Так, с начала года в регионе проактивно оформлено более шести тысяч СНИЛС для новорожденных. Процедура проходит автоматически на основании данных, поступивших из органов загса. После этого информация о номере счета малыша направляется в личный кабинет матери на портале «Госуслуги».

СНИЛС является уникальным идентификатором гражданина в системе обязательного пенсионного и социального страхования Российской Федерации. Его наличие необходимо для получения государственных услуг в электронном виде, оформления полиса ОМС, назначения мер социальной поддержки, а также для формирования пенсионных прав в будущем. Поэтому автоматическое присвое-

СНИЛС для новорожденных

ние страхового номера новорожденным существенно облегчает жизнь семьям и с первых дней включает ребенка в систему социальной защиты.

Обращаем внимание, что СНИЛС ребенка отобразится в личном кабинете на портале «Госуслуги» только при условии, что анкетные данные матери полностью совпадают с информацией из органов загса и Отделения СФР по Кабардино-Балкарской Республике. Если женщина сменила фамилию, но не обновила сведения, номер может не отобразиться.

Если у родителя нет подтвержденной учетной записи на портале «Госуслуги», получить сведения о СНИЛС ребенка

можно на бумажном носителе. Для этого достаточно обратиться в ближайшую клиентскую службу или в любой офис МФЦ с паспортом и свидетельством о рождении. Страховой номер предоставят в день обращения.

При этом важно отметить, что для семей, усыновивших детей, порядок получения СНИЛС остается заявительным: необходимые сведения могут предоставить только сами усыновители.

Если у вас остались вопросы, можно обратиться к специалистам единого контакт-центра по телефону **8-800-1-00000-1**. Режим работы **с понедельника по четверг с 8 до 17 часов, в пятницу с 8 до 16 часов (без перерыва)**. Следите за актуальной информацией о мерах поддержки на страницах Отделения СФР по КБР.

Наш корр.



МОЙ ПУТЬ К ПРИНЯТИЮ РЕШЕНИЯ

Моя дочка с раннего детства проявляет интерес к творчеству. Недавно сказала мне, что мечтает стать блогером. Говорит, что это ее призвание, хочет делиться своими мыслями и творчеством с людьми. Понимаю ее желание, ведь она такая энергичная и творческая натура, но в то же время очень переживаю.

Боюсь, что успех на этом поприще может вскружить ей голову. Может столкнуться с разными мнениями людей, с хейтом и недоброжелателями. Боюсь, что может быть не готова к тому, чтобы выдерживать все испытания, которые ждут ее в мире блогеров.

Боюсь и неудачи. Может столкнуться с трудностями, которые сломают ее дух. Может потерять интерес к творчеству и разочароваться в себе. Не хочу, чтобы она страдала из-за неудач в блогерстве.

Кроме того, меня беспокоит безопасность. В наше время очень важно заботиться о конфиденциальности и безопасности детей в интернете. Не хочу, чтобы ее лицо и личная информация были доступны всем пользователям сети.

Но дочка говорит, что это ее мечта, что хочет попробовать. Я вижу, как горят ее глаза, когда рассказывает о своих планах. Понимаю, что она хочет развиваться и пробовать что-то новое. Но не могу просто закрыть на все глаза.

Стараюсь найти баланс

между поддержкой мечты и заботой о ее безопасности и благополучии. Думаю о том, как можно минимизировать риски и помочь ей развиваться в безопасном и контролируемом пространстве. Может быть, мы сможем начать с чего-то малого, например, с ведения блога в семейном кругу или с публикации контента, который не будет раскрывать ее личность.

Хочу, чтобы дочка была счастлива и реализовала свой потенциал. Но также хочу, чтобы она была в безопасности и не столкнулась с трудностями, которые могут сломать ее. Стараюсь быть открытой для ее идей, но в то же время осторожной и внимательной. Время покажет, какое решение будет правильным.

Амалия

Надеюсь, сможем найти выход

С детства меня приучили к труду и активному образу жизни. Папа всегда повторял: «Если много работаешь, будешь здорова и проживешь долго». Я гордилась тем, что сама могу справиться с любыми задачами, чувствовала себя уверенно благодаря дисциплине. Даже когда появлялись новые увлечения или друзья, всегда находила время для дел и не расслаблялась.

Когда вышла замуж, все пошло не так, как ожидала. В новой семье оказался свой уклад, который очень отличался от моего. Муж постоянно пропадал на работе, а остальные члены семьи предпочитали отдыхать и болтать по телефону, не особо желая помочь по дому. Я пыталась взять все на себя, но это становилось все сложнее и сложнее.

Сначала думала, что справлюсь, но быстро поняла, что не могу тянуть все одна. Чтобы не загнаться под кучей дел, ограничилась

только своей спальней и небольшой частью уборки, но даже так стресс не отступал. Чувствовала, что выгораю, и это было ужасно.

Несколько раз пыталась поговорить с мужем о своих чувствах, но он не всегда меня понимал. Его отсутствие только ухудшало ситуацию. Иногда даже думала предложить мужу переехать и жить отдельно, а остальные взрослые пусть сами решают свои проблемы. Но переезд казался слишком радикальным шагом, и я не была уверена, что это поможет.

Пыталась найти компромисс, но ничего не получалось. Хотелось сохранить гармонию в семье, но и свои чувства игнорировать не могла. Было сложно найти баланс между своими потребностями и интересами семьи. Пока не знаю, какое решение будет правильным. Надеюсь, мы сможем найти выход, который устроит нас обоих, и сохранить отношения, не жертвуя своим благополучием.

Зарема

УРОК, КОТОРЫЙ НАДО ПРОЙТИ

С детства замечала одну странную закономерность: все хорошее и полезное в жизни либо труднодоступно, либо невкусное, либо требует невероятных усилий, а плохое, наоборот, словно само идет в руки.

Возьмем, к примеру, здоровый образ жизни. Все знают, что это полезно, но также и сложно. Нужно постоянно следить за питанием, заниматься спортом, отказываться от вредных привычек. А как хочется иногда съесть что-нибудь вкусненькое, но вредное или пропустить тренировку в пользу отдыха.

Учеба тоже требует много времени и сил. Но полученные знания могут пригодиться в

будущем. А в момент, когда нужно делать уроки, так и тянет посмотреть сериал или поиграть в компьютерную игру.

Общение с людьми тоже бывает непростым. Найти настоящего друга или вторую половинку - целое искусство. Так хочется верить, что среди людей обязательно встречу того, кто будет меня понимать и поддерживать. Но для этого нужно преодолеть свою неуверенность, страх и лень.

Зато плохое всегда рядом и легкодоступно. Лень, зависть, гнев - все это будто подстерегает нас на каждом шагу. Иногда так сложно устоять перед соблазном и не поддаться этим чувствам.

Понимаю, что все это нужно для того, чтобы расти, развиваться и становиться сильнее. Но все равно не могу не задаваться вопросом: почему жизнь так несправедлива? Почему все хорошее требует таких усилий, а плохое само идет в руки?

Может быть, это какой-то урок, который мы должны пройти, чтобы стать лучше. Или жизнь устроена так, что мы должны постоянно преодолевать себя, чтобы двигаться вперед.

Пока не нашла ответов на эти вопросы. Но уверена, что буду продолжать искать их, чтобы сделать свою жизнь более справедливой и счастливой.

София

Спецграфик для мам

Недавно узнала, что в России рассматривается законопроект, который может значительно облегчить жизнь многим семьям. Суть законопроекта заключается в оптимизации графика работы мам с учетом расписания учебы детей. Это означает, что у нас появятся больше возможностей для того, чтобы вовремя отводить детей в садики и школы, не испытывая постоянного стресса и страха опоздать на работу или не успеть вечером забрать ребенка.

Я сама мама и знаю, как тяжело совмещать работу и заботу о детях. Каждое утро - это борьба за то, чтобы накормить детей завтраком, успеть собраться и выйти из дома вовремя. А вечером - бесконечные попытки все успеть до того как закроется все необходимое и закончится время работы.

Раньше часто думала, что было бы здорово

иметь более гибкий график работы или возможность лучше координировать свое время с расписанием детей. Теперь, когда узнала о законопроекте, появилась надежда на то, что наша жизнь может стать более комфортной и спокойной.

Конечно, это не решит все проблемы, но даже небольшие изменения могут как-то помочь. Уверена, что многие мамы, как и я, будут рады поддержке со стороны государства. Это даст нам возможность больше времени уделять детям и при этом не терять работу и стабильный доход.

Надеюсь, законопроект будет принят и мы сможем воспользоваться его преимуществами. Это станет еще одним шагом к созданию более благоприятных условий для семей с детьми в нашей стране.

Олеся

Не просто хобби, а часть жизни

Мне чуть за сорок, и я снова занимаюсь огородом. Удивительно, но в юности думала, что если уеду из села, то больше никогда ничего сажать не буду, а сейчас мне это нравится.

Все началось с маленького участка за домом. Мечтала о своем уголке с овощами и зеленью после тридцати лет. И вот, наконец, у меня он есть.

В детстве мы с родителями много времени проводили в саду и огороде. Было тяжело, но мы всегда радовались. Тогда я думала, что в городе все будет по-другому, но ошиблась.

Теперь понимаю, что работать в саду не только тяжело, но и классно. Чувствую, как земля оживает под руками, как растения тянутся к солнцу. Это наполняет меня силами.

Каждое утро просыпаюсь с мыслями, что меня ждет в огороде, что посадить сегодня, как ухаживать за всем этим? Ответы нахожу в книгах, интернете и у опытных садоводов.

Сажая овощи, зелень и даже немножко цветов. Это уже не просто хобби, а часть моей жизни. Вижу, как растет урожай, и это вдохновляет. Каждый день на участке приносит что-то новое и полезное.

Иногда вспоминаю свои юношеские мечты и улыбаюсь. Как же я тогда ошибалась. Теперь понимаю, что работа на земле - что-то особенное и незаменимое.

Благодарна за то, что вернулась к этому занятию. Оно помогает мне обрести гармонию и спокойствие. Возможно, так проявляется кризис среднего возраста.

Лиля

А В ОСТАЛЬНОМ, ПРЕКРАСНАЯ МАРКИЗА...

В последнее время все чаще ощущаю, что моя жизнь погружается в хаос. Мелкие неприятности накапливаются, как снежный ком, и я не знаю, как справиться с этим потоком проблем.

Начну с того, что у меня пропал кошелек. Он просто исчез, и я не могу понять, где его оставила. В кошельке были все мои карты, наличные деньги и важные документы, включая паспорт и водительские права. Теперь нужно восстанавливать все заново: блокировать карты, обращаться в банк, восстанавливать документы. Это отнимет много времени и сил, и я постоянно нервничаю из-за возможной потери денег или проблем с документами.

Проблемы на этом не заканчиваются. Холдишник начал работать неправильно: то сначала стал морозить слишком сильно, а потом и вовсе перестал охлаждать продукты. Ремонтники два раза, но так и не сделали ничего мастера, которых нашла на Авито.

Это еще одна трата денег и времени.

Стиральной машине тоже не повезло. Стирала свои вещи, как обычно, но вдруг машина остановилась и одежда осталась в мыльной воде. Пыталась достать ее, но она застряла. Пришлось вызывать мастера, который пришел только на следующий день. Он починил машину, но теперь боюсь, что она снова сломается.

Ноутбук, который использую для работы и учебы, стал вести себя странно: то зависает, то программы работают с ошибками. Иногда просто выключается без предупреждения. Пыталась обновить операционную систему и программы, но это не помогло. Теперь боюсь, что придется покупать новый.

Телефон тоже доставляет проблемы. То теряет сеть, то выключается в самый неподходящий момент. Из-за этого часто опаздываю на встречи или не могу вовремя ответить на важные звонки. Иногда не могу отправить со-

общение или проверить электронную почту.

Все это происходит на фоне того, что пришлось потратить все отложенные деньги на непредвиденные расходы. Планировала использовать их для других целей, но, к сожалению, не смогла. Теперь не знаю, когда смогу накопить деньги снова.

Стараюсь не паниковать и смотреть на все с позитивной стороны. Но пока чувствую себя растерянной и уставшей. Кажется, что все рушится на части, и я не всегда понимаю, как собрать это обратно. Вспоминается детская песенка: «А в остальном, прекрасная маркиза, все хорошо, все хорошо».

Надеюсь, скоро этот период закончится и моя жизнь снова станет более стабильной и предсказуемой. Стараюсь решать проблемы по мере их поступления и не отчаиваться. Но иногда хочется просто лечь и ничего не делать.

Марина

Свои письма вы можете присылать по адресу:

г. Нальчик, пр. Ленина, 5, Дом печати, или на наш электронный адрес: gazeta-goryanka@list.ru.

ТИХИЙ УБИЙЦА: КАК АЛКОГОЛЬ РАЗРУШАЕТ ОРГАНИЗМ И ПОЧЕМУ ВАЖНО ЗАМЕТИТЬ ЭТО ВОВРЕМЯ

• ЗДОРОВЬЕ

Неделя сокращения потребления алкоголя и связанных с ним смертности и заболеваемости проводится с 7 по 13 сентября по инициативе Минздрава РФ. Она приурочена к Дню трезвости, который отмечается 11 сентября.

Консультант рубрики - врач кабинета медицинской профилактики нальчикской городской поликлиники № 3 Алина МУСУКАЕВА.

- Цифры, которые приводит Всемирная организация здравоохранения, звучат как приговор: в 2019 году с употреблением алкоголя было связано 2,6 миллиона смертей по всему миру. Из них 1,6 миллиона - от неинфекционных заболеваний: сердечно-сосудистых, онкологических, болезней печени. Показатель смертности, связанной с алкоголем, был наиболее высоким среди мужчин: в 2019 г. он составил два миллиона случаев по сравнению с 600 тыс. случаев смерти среди женщин, то есть женщины тоже пьют, но мужчины умирают от спиртного несоизмеримо чаще.

Надо заметить, что Северный Кавказ, и Кабардино-Балкария в частности, традиционно держатся в числе самых трезвых регионов. По данным за июль этого года, потребление алкоголя в республике составило около 2,05 литра чистого спирта на человека - один из самых низких показателей в стране. По крепкому алкоголю еще скромнее: 2,6 литра на взрослого жителя против 10,4 литра в среднем по России. Тем не менее проблема не теряет своей актуальности.

Что алкоголь делает с телом

Этиловый спирт не просто напиток и не просто калории. Это психоактивное вещество, которое воздействует на центральную нервную систему и запускает каскад биохимических изменений, затрагивающих буквально каждый орган.

Печень принимает удар первой. Именно она перерабатывает основную часть этанола, превращая его в ацетальдегид - крайне токсичное соединение, которое повреждает ДНК клеток. Когда печень перегружена, жиры перестают нормально окисляться и накапливаются. Так развивается жировая дистрофия - стеатоз, который возникает примерно у 90 процентов людей, выпивающих более 40-60 мл алкоголя в день. Это примерно одна рюмка крепкого напитка. Хорошие новости: ранние стадии стеатоза полностью обратимы за четыре-шесть недель воздержания. Плохие: если пить дальше, стеатоз переходит в фиброз, а затем в цирроз - необратимое замещение здоровой ткани рубцовой. Около 80 процентов случаев смерти от цирроза связано именно с алкоголем.

Сердечно-сосудистая система страдает не менее тяжело. Алкоголь вызывает скачки артериального давления, нарушения ритма - от тахикардии до аритмии и постепенно ослабляет сердечную мышцу, приводя к кардиомиопатии. На вскрытии сердце человека, длительно употреблявшего спиртное, выглядит рыхлым и дряблым, а не упругим, как здоровая мышца. Этанол усиливает тромбообразование, делает кровь густой, поэтому риск инфаркта или инсульта у пьющих людей возрастает многократно.

Мозг - главная мишень. Если содержание алкоголя в крови принять за единицу, то в головном мозге его концентрация до-



стигает 1,75 - почти в два раза выше. Установлено, что даже один бокал сухого вина подавляет работу мозга на 12-15 дней. При регулярном употреблении происходят уже необратимые изменения: атрофия коры головного мозга, ухудшение памяти, замедление мышления, а в далеком зашедшем случаях - деменция и энцефалопатия. Нейроны в отличие от клеток печени не восстанавливаются.

Иммунная система подавляется: снижается выработка лимфоцитов, уменьшается синтез антител. Люди, употребляющие алкоголь ежедневно, чаще болеют простудой и пневмонией, тяжелее переносят инфекции и медленнее выздоравливают. Доказана и канцерогенность: организм расщепляет этанол до ацетальдегида, который повреждает ДНК и может запустить неконтрольный рост клеток. Связь между употреблением алкоголя и раком полости рта, гортани, пищевода, печени, молочной железы, толстой и прямой кишки считается установленной.

Особую опасность представляет алкоголь для подростков. Молодой организм примерно в десять раз чувствительнее к спиртному, чем взрослый. Мозг подростка не похож на уменьшенную копию мозга взрослого - это активно развивающийся орган, в котором с 12 до 17 лет формируются лобные доли, отвечающие за самоконтроль и оценку рисков. Этанол вмешивается в этот процесс, ломая базовые алгоритмы поведения. Система удовольствия у подростков работает на пике активности, алкоголь вызывает гораздо более интенсивный выброс дофамина, чем у взрослого, мозг буквально прошивает путь к зависимости, запоминая спиртное как самый быстрый источник радости. Если для формирования алкогольной зависимости взрослому требуется в среднем пять-десять лет, то подростку достаточно года.

Синдромы: когда тело берет управление на себя

Самый грозный механизм зависимости - абстинентный синдром, или синдром отмены. Это не похмелье, которое проходит за полдня у здорового человека после вечеринки. Абстиненция развивается у людей с уже сформированной зависимостью после резкого прекращения или сокращения привычной дозы. Организм, адаптированный к постоянному присутствию этанола, реагирует срывом регуляции со стороны нервной, сердечно-сосудистой и других систем.

Первые симптомы обычно появляются

через 6-12 часов после последней дозы: тревога, раздражительность, тремор рук, потливость, тахикардия, бессонница, тошнота. В течение следующих суток состояние может утяжелиться - присоединяются скачки артериального давления, рвота, нарушение координации. Через 24-48 часов возможны судорожные припадки.

Кульминация абстинентного синдрома - алкогольный делирий, белая горячка. Обычно он развивается на третьи-пятые сутки после отмены. Предвестниками служат бессонница, дрожь в руках, чувство страха и тревоги, повышенная потливость. Затем состояние резко меняется: появляются яркие зрительные галлюцинации, полная дезориентация во времени и пространстве, бред, психомоторное возбуждение. Человек может видеть устрашающие сцены, слышать угрозы, не узнавать близких. Психоз усиливается вечером и ночью. До десяти процентов пациентов погибают от отека мозга, остановки сердца или дыхания.

Лечение делирия проводится только в стационаре - в отделении интенсивной терапии или реанимации. Применяются бензодиазепины для седации, инфузионная терапия для восстановления водно-электролитного баланса, витамин В1 в высоких дозах, при необходимости антипсихотики. Пациенту выделяется хорошо освещенная палата, где есть часы и календарь для ориентации во времени.

Важно понимать: с каждым новым циклом «запой - отмена» симптомы абстиненции становятся тяжелее. То, что начиналось с легкого тремора, может постепенно перейти к генерализованным судорогам и полномасштабному делирию. Абстинентный синдром замыкает порочный круг: человек выпивает новую дозу не ради удовольствия, а чтобы снять мучительные симптомы отмены. Запой становится все длиннее, а перерывы все короче.

Пивной алкоголизм: иллюзия безопасности

Отдельного упоминания заслуживает пивной алкоголизм - зависимость, которая формируется незаметно и воспринимается обществом как нечто безобидное. «Это же просто пиво, слабый напиток» - так рассуждают многие, открывая каждый вечер бутылку по два-три литра. Между тем регулярное употребление пива вызывает устойчивую зависимость на физиологическом и психологическом уровне, так же, как водка или коньяк.

Пиво обладает мощным мочегонным эффектом, вымывая из организма белки,

жиры, углеводы и микроэлементы. Содержащийся в хмеле фитоэстроген - растительный аналог женского полового гормона при регулярном употреблении меняет гормональный фон. У мужчин увеличиваются грудные железы, расширяется таз, снижается потенция, появляется «пивной живот». У женщин грубеет голос, появляются «пивные усы», растет вероятность заболеваний молочной железы. Страдает сердце: развивается так называемый «баварский пивной синдром» - утолщение стенок сердца и расширение его полости, что связано с кобальтом, который используется как стабилизатор пены.

Женщины спиваются быстрее мужчин - за два-три года против пяти-десяти. Это связано с тем, что в женском организме вырабатывается меньше ферментов, расщепляющих этанол. Женщины быстрее пьянеют, чаще сталкиваются с алкогольным отравлением и дольше восстанавливаются. При этом им всегда сложнее признать свою зависимость.

Диспансеризация: точка, где еще можно остановиться

На ранних стадиях, когда человек еще не считает себя зависимым и не идет к наркологу самостоятельно, ключевую роль может сыграть диспансеризация. В рамках первого этапа профилактического осмотра каждому взрослому пациенту предлагается пройти скрининговый тест на выявление риска пагубного потребления алкоголя. Если скрининг выявляет умеренный или высокий риск, пациента направляют на второй этап диспансеризации для углубленного профилактического консультирования. Врач-терапевт или специалист кабинета медицинской профилактики проводит мотивационное интервью, помогая человеку осознать масштаб проблемы и наметить шаги к снижению потребления или полному отказу. При подозрении на сформированную зависимость дается направление к врачу-психиатру-наркологу.

Диспансеризация важна еще и потому, что алкоголь маскирует симптомы многих заболеваний. Печень может «терпеть» годами и начинает болеть только тогда, когда процесс уже зашел далеко. Регулярный забор крови на печеночные ферменты - АЛТ, АСТ, УЗИ органов брюшной полости, ЭКГ и измерение артериального давления позволяет зафиксировать изменения задолго до того как они станут необратимыми.

Диспансеризация - это не формальность и не «бумажная процедура». Это, возможно, единственный момент, когда система здравоохранения может вмешаться в развитие алкогольной зависимости на той стадии, когда человек еще не дошел до нарколога и считает, что «все под контролем». Регулярный осмотр позволяет своевременно выявить болезнь и не доводить до того, чтобы рука сама тянулась за бутылкой.

Алкоголь не щадит ни одну систему организма. Он бьет по печени, сердцу, мозгу, иммунитету, психике и делает это постепенно, тихо, до тех пор, пока ущерб не станет необратимым. Пройти диспансеризацию, честно ответить на вопросы врача, проверить печень и сердце несложно и нестрашно. Тело скажет вам спасибо.

Фотоколлаж Тамары Ардавовой

Более 4,5 тыс. жителей КБР, перенесших острые сердечно-сосудистые заболевания, обеспечены бесплатными лекарствами

В первом полугодии этого года в рамках реализации национального проекта «Продолжительная и активная жизнь» 4,5 тысячи жителей региона, перенесших острые нарушения мозгового кровообращения, инфаркт ми-

окарда, аортокоронарное шунтирование и другие кардиологические операции, получили бесплатные лекарственные препараты.

Региональный проект «Борьба с сердечно-сосудистыми заболе-

ваниями» предусматривает бесплатное обеспечение пациентов, не относящихся к категории льготников, препаратами для лечения нарушений сердечного ритма, снижения уровня холестерина, профилактики образо-

вания тромбов и контроля артериального давления.

Лекарственные препараты предоставляются для дальнейшего амбулаторного лечения в течение двух лет после перенесенного заболе-

вания или проведенной операции. Инициатива направлена на повышение качества жизни пациентов и снижение риска повторных сердечно-сосудистых событий.

• Материалы Ольги КАЛАШНИКОВОЙ

Под светом фонаря

Сентиментальный сюжет

Обычно у близняшек есть разные признаки внешности. Даже если они похожи, все равно чем-то отличаются. Но Инна и Лина были практически одинаковыми, вплоть до ямочки на левой щеке. Родители часто покупали им одинаковую одежду, они жили в одной комнате, разделенной на две идентичные половины. Лина всегда немного расстраивалась из-за того, что у них с сестрой все общее. Но Инну, похоже, это все не беспокоило. Она вообще считала себя центром Вселенной и единственной на свете. Казалось, порой даже забывала, что у нее есть сестра-близнец. Не испытывала неудобств от совместного проживания в одной комнате и одинаковых вещей. Когда звонил домашний телефон, Инна сразу бросалась к нему. Ну а кому же еще могли позвонить, кроме нее?! Если задавали им обоим вопрос, отвечала Инна, потому что считала себя тем человеком, которого спросили. Если их за что-то хвалили, похвалу на свой счет принимала, конечно же, Инна, пока Лина скромно стояла в стороне. Вот и сегодня, когда зазвонил телефон, Инна сняла трубку:

- Да?
- Лина?
- Инна.
- Инна, привет. Позовешь Лину?
- А кто это?
- Идар.
- О, привет. А зачем она тебе?
- Эээ... – в неловкости замялся голос на другом конце трубки, – просто позови, ладно?

Инна прищурилась и перебросила длинные волосы за спину.

- Она в ванной.
- Я подожду?
- Она моет голову три часа, ты не дожدهшься.
- Я тогда перезвоню...
- Вряд-ли потом найдешь нас дома, мы собираемся уходить.
- А, ну ладно, – погрузился голос, – пока.
- Кто звонил? – в комнату вошла Лина с абсолютно сухими волосами.
- Идар, – деланно равнодушно ответила сестра.
- Правда? – Лина заметно разволновалась. – Что хотел?
- Пригласить на дискотеку, – Инна смотрела на сестру подозрительно. – А ты что подумала?
- Да так, ничего, – протянула девушка, стараясь скрыть разочарование.

Лина не один раз за последние дни ловила на себе взгляд темных глаз Идара. Несколько дней ждала, что, может быть, он заговорит с ней. И вот однажды парень догнал ее по дороге домой, когда она шла без Инны, потому что та куда-то ушла с подругами и не позвала сестру.

- Привет, Лина.
- О, – девушка мгновенно покраснела. – Привет.
- Аслан Жариков рядом с вами живет?
- Да, по соседству.
- Покажешь его дом? Мне надо ему что-то передать.
- Конечно.

Они пошли рядом, и девушке казалось, что ее ноги не касаются земли. Идар шутил и спрашивал ее о чем-то, и Лина отвечала удивительно складно, хотя пребывала в сильном волнении всю дорогу до дома. И почему она жила так близко к школе? Ей бы хотелось поселиться на другой стороне планеты, чтобы они с Идаром могли идти вот так днями, неделями и месяцами. Но путь занял всего где-то двадцать минут, и Лина еще никогда не смотрела с такой грустью на ворота родного дома.

Указав Идару на дом, который он искал, Лина собралась уже зайти в ворота, но Идар окликнул ее.

- Лина?
Девушка до сих пор не догадывалась, как красиво звучит ее имя.
- А?
Ей бы тоже хотелось назвать его по имени, но было бы странно ответить «Да, Идар?», будто они играют в пьесе.
- Завтра с кем идешь на дискотеку?

Лина удивленно посмотрела ему прямо в лицо. На смуглых скулах парня проступила краснота, но он не отступил.

- Может, пойдешь со мной?
- Да, пойду, – вырвалось у Лины прежде, чем она успела подумать.

Девушка смутилась и отвела глаза, не зная дальше, что сказать или сделать.



- Я буду ждать тебя у входа, – радостно произнес Идар.
- Точно прийдешь?
- Точно.
- Хорошо. Я пойду тогда.
- Ты же хотел что-то передать Аслану?
- Нет, не хотел.

Парень хмыкнул и пошел обратно по дороге, пока Лина осознавала, что он специально пошел с ней, чтобы пригласить на танцы.

Вернувшись домой, Инна сразу заметила перемены в сестре.

- Чего это ты такая радостная, спросила она, как и всегда щуря глаза, когда была недовольна.

- День хороший, – улыбалась Лина. Она твердо решила ничего не говорить сестре, потому что знала, что Инна рассердится и испортит ей настроение. Вечером на дискотеке она ничего не сделает на виду у всех, у нее есть шанс потанцевать с Идаром, пока Инна будет разбираться со своими поклонниками. Их у нее было с десяток, и всех она водила за нос, никого не выбирая и не отвергая.

Лина не умела так играть с людьми, да и не хотела. Удивлялась, почему сестра не выберет одного из них. Ответ был прост: среди них не было того, кто ей нужен. Идар не обращал на нее внимания, а сегодня позвонил ее скромной и застенчивой сестре. Как Идар вообще заметил ее, когда рядом такая яркая и веселая Инна?! Что его привлекло в Лине, чего не было у Инны? Так не должно было быть. Инна потратила много времени, пыталась привлечь внимание Идара, но он не реагировал и ни разу не присоединился к свите поклонников Инны. Терпение девушки было на пределе, когда она услышала его голос в трубке, но искал он не ее. На мгновение кольнула совесть за ложь о том, что Лина занята, но она встряхнула головой, избавляясь от этого чувства. Ну и что, в любви все средства хороши.

А Лину будто опустили с небес на землю. Значит, Идар передумал и решил пригласить Инну. Или вздумал пошутить, позвав обеих. Лина представила, как они с сестрой подходят к нему у дверей школы, а он, смеясь, берет Инну за руку и уводит, оставляя Лину одну. Слезы закипали в глазах, пока она стояла перед открытым шкафом в поисках платья, которого не было у Инны. Она была не в силах сегодня одеться, как сестра. Лина хотела наконец стать отдельным человеком с отдельной комнатой и отдельной жизнью. Хотела быть одна в классе без сестры. Даже было бы неплохо учиться в разных школах.

У нее не было наряда, которого бы не нашлось у Инны. Поэтому девушка решила сегодня вообще никуда не идти. Слезы наворачивались на глаза, но она решительно вскинула голову и расправила плечи. В конце концов, хорошо, что она узнала все заранее. Опозориться у дверей школы было бы ужасно. А так она просто останется дома и разрушит игру Идара.

Инна ушла на дискотеку, не особо удивившись решению сестры, а в душе даже радуясь. Что бы ни происходило между Линой и Идаром, она смогла разрушить это в зародыше, и теперь у нее был шанс. Надо пригласить Идара на белый танец, и он поймет, кто ему на самом деле нужен. И это точно не Лина.

Пока Инна строила планы по дороге на школьную дискотеку, Лина старалась вникнуть в домашнее задание, чтобы чем-то занять голову. Стихи не желали запоминаться, письменная работа была вся в ошибках. Мама нашла ее в углу за кроватью, забившуюся в угол в попытках сосредоточиться и запомнить длинный параграф по истории.

- Дочка, что с тобой? – всплеснула руками мать. – Ты чем-то расстроена?

- Мама, я тут учу...
- Да уж, я вижу. А еще вижу, что что-то не так. Рассказывай.

И тут в девушке вспыхнули все годы, проведенные в тени сестры, в роли второй из двух одинаковых лиц.

- Я хочу свою комнату, мама. Отдельную. И школу тоже. И жизнь. Я не хочу половинку от судьбы лишь потому, что есть человек, внешне похожий на меня. Я хочу свою, полностью. Одежду только мою. И телефон.

- Дочка, что с тобой? – беспомощно повторила мама, видя, как злые слезы закипают в глазах Лины. – Тебя кто-то обидел?

- Да, меня жизнь обидела, когда решила сделать меня близнецом!

- Но я думала, вам нравится одеваться

одинаково...

- Это нравится только Инне. И все остальное нравится только ей, потому что ей удастся во всем превзойти меня. Она будто оригинал, а я – жалкая копия!

- Дочка, не говори так.

Но Лина уже рыдала не сдерживаясь. Идар был единственным, кто перекрывал бы все остальное, но и его забрала Инна. У нее ничего не осталось.

Девушка оплакивала свою несчастную судьбу близняшки так, как это делают только в 16 лет. Когда кажется, будто все происходящее конечно и бесповоротно. Мама растерянно гладила дочь по спине, пока она, сгорбившись на полу за кроватью, плакала навзрыд.

Сквозь всхлипы Лине показалось, что кто-то бросает камешки в ее окно. Сначала она отбросила эту мысль, ну кто бы это мог быть? Мама встала и посмотрела на улицу сквозь жалюзи.

- Лина, наверное, это тебя.

- Кто может ко мне прийти в такое время? – спросила Лина, потирая покрасневшие глаза.

- Наверное, та самая причина твоих слез. Выйди к нему, поговори.

Девушка подскочила к окну и действительно обнаружила в кругу света от уличного фонаря Идара, смотрящего прямо на нее. Лина быстро отошла от окна, пытаясь унять колотящееся сердце. Он пришел. Он пришел!

- Иди умойся холодной водой, – посоветовала мама, внимательно наблюдая за дочерью. – Да и что-то поприличнее стоило бы надеть.

Лина бросилась в ванную, а мама тем временем перебирала одежду в шкафу. Через пять минут девушка открыла ворота в простом платье и с немного припухшими глазами.

Идар стоял и смотрел на нее с руками в карманах брюк.
- Если Лина не идет к Идару, Идар приходит к ней, – протянул он. – Я ждал тебя.

- Меня? Уверен, что не запутался между двух сестер?

- О чем ты? – оторопел юноша.

- Вчера ты пригласил меня, а затем звонил позвать Инну.

- Что за чушь, я звонил поговорить с тобой! Но Инна сказала, что ты занята.

- Вот как?

- Именно так и есть. Я ждал час у дверей школы, как дурак. Если бы Инна не пыталась пригласить меня на белый танец, я бы так ничего и не понял.

- Она тебя приглашала?

- Да.

- И вы танцевали?

- Нет, не танцевали, потому что я отправился сюда.

Лина в замешательстве теребила ремешок платья. Вот, значит, что решила проверить сестра, чтобы отбить парня.

- Лина... – Идар приподнял ее лицо, легко прикоснувшись к подбородку. – Я уже несколько месяцев ищу повод поговорить с тобой. Твоя сестра мне не нужна. Понятно?

Девушка кивнула, пытаясь проглотить ком в горле. Радость от слов Идара боролась в ней с обидой от поступка сестры. И кто сказал, что близнецы – родственные души?

- Ты должна мне танец, – произнес парень, настраивая маленький плеер.

- Здесь? – засмутилась Лина.

- Именно здесь. Иначе я не уйду, буду бросать камешки в окно, пока твой отец не выйдет и не прогонит меня.

Лина рассмеялась, Идар улыбнулся ей в ответ, потом закружил под светом уличного фонаря.

Мадина БЕКОВА.

Фотоколлаж

Тамары Ардавой



• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

ЛЮБОВЬ И ЗАБОТА РАСТОПЯТ ЛЕД

За несколько лет работы в небольшой сельскохозяйственной организации Лаура ТАСОЕВА поняла, что временная работа стала любимым делом. Считая, что переезд за город – лучшее решение для нее, устроилась в выделенном для нее доме, а затем встретила свою судьбу. С супругом разделяет не только взгляды на жизнь, но и увлечение – любят проводить свободное время за чтением.

Мне очень нравится писательница Карен УАЙТ, давно знакома с ее творчеством. Пожалуй, с одним из ее романов – «Музыка ветра» отправилась бы на необитаемый остров, – говорит Лаура. – Обычно «проглатываю» такие романы за пару вечеров, но здесь все пошло иначе: с первых строк стало ясно, что чтение будет непростым и увлекательным.

Главная героиня – Мерит после смерти мужа получает в наследство дом в городке Бофорт в Южной Каролине. Надеется укрыться там от прошлого, но вместо этого сталкивается с неожиданными тайнами. Ключевой поворот происходит, когда Мерит и Гиббс – брат ее покойного мужа на мансарде дома находят сложную миниатюру, изображающую авиакатастрофу, которая произошла полвека назад. Эта находка втягивает героев в расследование, которое постепенно раскрывает болезненные секреты двух семей и показывает, как давнее событие до сих пор влияет на настоящее. Параллельно автор переносит читателя в 1955 год, рассказывая историю Эдит – женщины, которая была свидетельницей той самой катастрофы. В прошлом она, терпя жестокость мужа, находила отдушину в кропотливой работе: создавала макеты преступлений для полиции и изготавливала «музыку ветра» – дверные колокольчики из обточенных океаном стекляшек («слезы русалки»).

Мерит напоминает типаж «Снежной королевы». А

вот ее мачеха – Лорелея вызывает искреннюю симпатию. В ней подкупает то, что она никого не делит на сорта и старается раскрасить мир в яркие цвета. Иногда ее привычка к месту и не к месту цитировать мамы мудрости вызвала недоумение, но в этих словах столько здравого смысла. Я даже выписала некоторые из них в свою тетрадь для цитат. «Постарайся запомнить, что самые лучшие дни в твоей жизни еще впереди». «Выглядеть красивой – это вовсе не значит быть такой, какой видят тебя люди. Это значит – дать остальным почувствовать, что ты сама думаешь о себе». Отдельного упоминания заслуживает младший брат Мерит – Оуэн. Этот персонаж переворачивает представление о воспитании. Оуэн оказался светлым человеком, который вопреки всему смог растопить лед в сердце нашей «Снежной королевы».

В книге есть детективная линия, которая не является центральной, но добавляет сюжету интриги. Интересный факт: в основу легла реальная авиакатастрофа, хотя автор и позволил некоторые художественные допущения. Мастерски переплетая судьбы персонажей, Карен Уайт постепенно раскрывает их характеры. Тот, кто поначалу казался поверхностным и бездушным, проявляет удивительную силу духа и готовность пожертвовать собой ради других. Повествование ведется от лица нескольких героинь, истории которых тонко связаны между собой. Погружаясь в тайны, я все больше задумывалась о том, как важно беречь своих близких и принимать их такими, какие они есть: со всеми достоинствами и недостатками. Книга о том, что родственников не выбирают, но ценить нужно каждого, даже если они вызывают противоречивые чувства.

Главная семейная тайна меня не шокировала, но заставила задуматься о том, какие фортели порой выкидывает жизнь. Книга покоряет своим незамысловатым посылом: семью нужно беречь. А если на душе скверно, лучше выпустите пар на боксерской груше, но не срывайтесь на тех, кто вам дорог.

Произведение написано легким доступным языком и читается на одном дыхании. Меня история тронула до глубины души – если у вас есть пара свободных вечеров, рекомендую роман к прочтению.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавовой



• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

ВАЖНАЯ РАБОТА

Сентябрь – время для домашних заготовок. В этот период на рынке еще много свежих овощей и фруктов, а цены на них остаются доступными. Погода становится менее жаркой, что делает процесс приготовления консервов более комфортным.

В сентябре с удовольствием занимаюсь приготовлением солений, варений, лечо, томатных соусов и других заготовок на зиму, – говорит Камилла ЗУЕВА из Прохладного. – Это сложная, но важная для меня работа, так как делаю соленья на заказ. Раньше готовила только для своей семьи, но многим нравились мои заготовки, поэтому начали заказывать их у меня. Решила не отказываться от подработки, ведь это неплохой дополнительный доход.

СВЕКЛА С ЧЕРНОСЛИВОМ

Ингредиенты: 1,5 кг свеклы, 1 кг чернослива, 1,2 литра яблочного сока, 8-10 листьев лимонника, 5 гвоздик, 50 г сахара, 30 г соли.

Способ приготовления. Свеклу отварить до мягкости, затем очистить и нарезать ломтиками или кружками. Чернослив тщательно промыть и удалить косточки. В яблочный сок добавить соль и сахар, довести до кипения и бланшировать в нем свеклу и чернослив в течение трех минут. Разложить овощи по стерилизованным банкам, чередуя слои свеклы и чернослива. Добавить в каждую банку гвоздику и листья лимонника. Залить кипящим яблочным соком и герметично закрыть.

САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ

Ингредиенты: 1 кг огурцов, 1 кг помидоров, 500 г болгарского перца, 500 г репчатого лука, 100 мл растительного масла, 2 ст. ложки сахара, 1,5 ст. ложки соли, 50 мл 9-процентного уксуса.

Способ приготовления. Все овощи тщательно промыть. Огурцы нарезать кружочками, помидоры – дольками, перец – полосками, лук – тонкими полукольцами. Переложить овощи в большую кастрюлю, добавить соль, сахар и растительное масло, аккуратно перемешать и оставить на 20-30 минут для выделения сока. Поставить кастрюлю на огонь, после закипания тушить салат около 15 минут на слабом огне. В конце добавить уксус. Горячий салат разложить по стерилизованным банкам и герметично закрыть крышками.

«ОСЕННИЙ»

Ингредиенты: 1 кг капусты, 1 кг помидоров, 500 г огурцов, 500 г моркови, 500 г болгарского перца, 500 г репчатого лука, 150 г репчатого лука, 150 мл растительного масла, 2 ст. ложки соли, 2 ст. ложки сахара, 70 мл 9-процентного уксуса.

Способ приготовления. Капусту тонко нашинковать. Морковь натереть на крупной терке. Огурцы нарезать кружочками, помидоры – дольками, перец – полосками, лук – полукольцами. Все овощи сложить в кастрюлю, добавить соль, сахар и растительное масло. Перемешать и оставить на 20 минут. Довести смесь до кипения и тушить около 30-35 минут. За несколько минут до готовности добавить уксус. Готовый салат разложить по стерилизованным банкам и герметично закрыть.

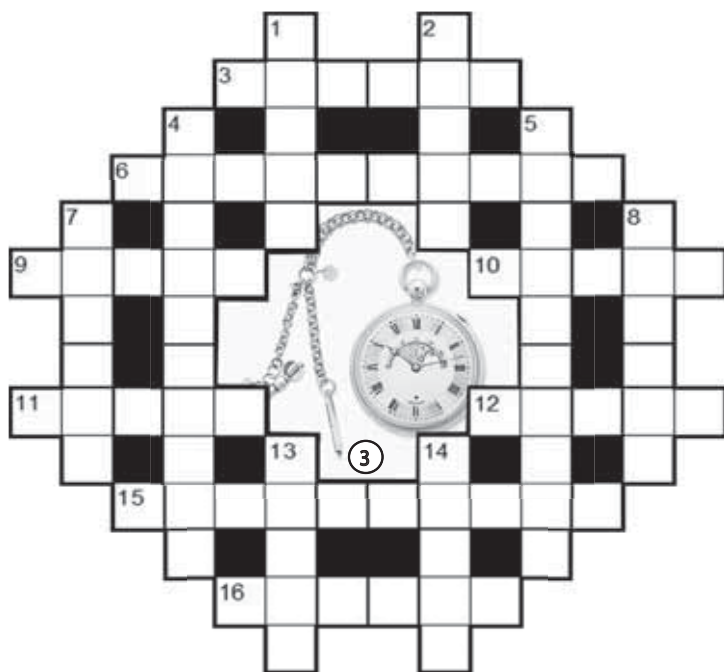
КАБАЧКОВЫЙ

Ингредиенты: 2 кг кабачков, 1 кг помидоров, 500 г моркови, 500 г болгарского перца, 500 г лука, 150 мл растительного масла, 3 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки соли, 70 мл 9-процентного уксуса.

Способ приготовления. Кабачки тщательно промыть и нарезать небольшими кубиками. Если плоды крупные, удалить семена и снять жесткую кожицу. Морковь натереть, лук измельчить, перец нарезать полосками. Помидоры пропустить через мясорубку или блендер. Все овощи сложить в кастрюлю, добавить масло, соль и сахар. После закипания тушить около 40 минут. В конце добавить уксус. Горячий салат разложить в стерилизованные банки и герметично закрыть крышками.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.
Фото Тамары Ардавовой

КРОССВОРД



По горизонтали: 3. Карманные часы с боем. 6. Система записи инструментальной музыки. 9. Плодовое южное дерево, род сливы. 10. Соседка кактуса в Мексике. 11. Родственная кулику болотная птица с длинным клювом. 12. Стенка, возведенная над венчающим архитектурное сооружение карнизом. 15. Озеро в Африке, второе по глубине после Байкала. 16. Контратака фехтовальщика.

По вертикали: 1. Река на Северном Кавказе. 2. Садоводская капуста. 4. Город, который воспел Пушкин в связи с фонтаном. 5. Раздел семиотики, в котором изучаются отношения субъектов, воспринимающих и использующих какую-либо знаковую систему, к самой знаковой системе. 7. Блеск начищенной или отполированной поверхности. 8. Бурные продолжительные аплодисменты. 13. Город, входящий в Золотое кольцо России. 14. Драматическое произведение для театрального представления.

По горизонтали: 3. Карманные часы с боем. 6. Система записи инструментальной музыки. 9. Плодовое южное дерево, род сливы. 10. Соседка кактуса в Мексике. 11. Родственная кулику болотная птица с длинным клювом. 12. Стенка, возведенная над венчающим архитектурное сооружение карнизом. 15. Озеро в Африке, второе по глубине после Байкала. 16. Контратака фехтовальщика.

По вертикали: 1. Река на Северном Кавказе. 2. Садоводская капуста. 4. Город, который воспел Пушкин

Составила
Фатима КАРАЦУКОВА



КАВКАЗСКИЕ ТАНЦЫ НА СЕВЕРНОМ ПОЛЮСЕ

Проект «Ледокол знаний», ставший седьмым по счету, прошел под эгидой Года единства народов РФ. В путешествие отправились 68 одаренных молодых людей из 22 государств. Культурный обмен стал центральным элементом поездки: гости из Индии, Вьетнама и Беларуси с удовольствием осваивали движения кавказского танца и разучивали русские песни в условиях арктических широт.

Народы Кавказа сохраняют свои традиции и культуру в том числе через танец, музыку и национальный костюм. Эта красота остается актуальной и сегодня, вызывает искренний интерес у людей других национальностей и вероисповеданий. Мы почувствовали, что очень точно попали в атмосферу экспедиции: после выступления ребята подходили к нам и просили продолжить, хотели узнать больше о наших танцевальных традициях и попробовать разучить движения сами, – отметил А. Кашежев.

Северо-Кавказский округ представили школьницы Дарья ГОРДУСЕНКО (Владикавказ), Анна АЗАРОВА (Невинномысск) и Евгения СТРАХОВА (Минеральные Воды). Также в состав делегации вошел пятигорчанин Ян ДИЛАН – популярный блогер и музыкант. «В этой точке побывали всего 15 тысяч человек за всю историю, и я оказался в их числе – это просто невероятно. Весь сок, конечно, был в самой экспедиции: десять дней на ледоколе в окружении очень неординарных людей из разных сфер – ученых, писателей, путешественников, артистов, учителей и, конечно, необыкновенных талантливых детей», – подчеркнул он.

Этот рейс стал юбилейным, 200-м по счету, походом надводного судна к географической точке Северного полюса. Помимо образовательной части, участники экспедиции наблюдали за жизнью белых медведей, посетили Землю Франца-Иосифа и даже стали очевидцами солнечного затмения. Для представителей Кавказа эта поездка стала шансом продемонстрировать, что их самобытная культура способна сближать людей, невзирая на географические границы.

На борту атомного ледокола «50 лет Победы», бороздящего воды Северного Ледовитого океана, участники делегации из СКФО организовали необычное культурное событие. Прямо на вертолетной палубе судна исполнили национальные кавказские танцы. В состав экспедиции вошел Аслан КАШЕЖЕВ – учитель физики и астрономии лицея №2 г. Нальчика, кандидат физико-математических наук, лауреат конкурса «Учитель года России-2022», финалист телешоу «Классная тема», который сопровождал интернациональную группу в качестве наставника.

Ляна БАТЫРОВА.
Фотоколлаж Тамары Ардавой

ЛАКИ ДОМА

– Я полгода искала свое чудо, – говорит Антиса из Нарткалы. – С детства мечтала о собаке, как, наверное, и многие. Долго не раздумывала над породой: хотела маленькую комнатную, поэтому выбрала щенка той-терьера. Ошибку совершила с самого начала: забрала его у заводчицы, когда ему был всего месяц и три дня. Решила, что во время отпуска познакомлюсь с ним и помогу адаптироваться. Но лучше не брать щенка в таком раннем возрасте. Оптимальный вариант, когда исполнится три месяца, и обязательно строго воспитывать. Я была слишком мягкой с нашим питомцем и теперь пытаюсь наверстать упущенное. Иногда шучу, что собака позволяет нам делить с ней кровать. Назвали ее Лаки – просто и звучно. Собака гладкошерстная, мне нравится, как ее шерсть блестит на солнце, словно покрытая лаком.

После того как Лаки стал членом нашей семьи, мы сразу же переставили мебель в квартире, чтобы не было опасных мест. У него много игрушек и одежды, даже есть два комбинезона из шерсти, которые я сама связала.

Даем Лаки исключительно сухой корм, чтобы избежать проблем со здоровьем в будущем. Однако он никогда не ощущает сытости и не может контролировать свой аппетит. Нельзя давать всю дневную пор-



• НАШИ ПИТОМЦЫ

цию корма сразу, съедает ее до последней крошки. Собаки этой породы отличаются острым умом и способностью понимать команды с первого раза, однако выполнение зависит от их настроения. Когда Лаки мешает мне собираться на работу, достаточно сказать «дома», и он сразу же уходит в другую комнату.

Лаки обожает прогулки. На улице с подозрением относится к незнакомцам, но если встречаем друзей нашей семьи, которые гостили у нас больше года назад, помнит их и разрешает себя погладить. Во время прогулок важно быть начеку, так как, несмотря на скромные размеры, у питомца развит защитный инстинкт. Иногда мне кажется, что у Лаки одна цель в жизни – подарить мне свое сердце.

Арнелла КУДАЕВА

АВТОЛЕДИ: МАСТЕРСТВО И БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ

• ЗА РУЛЕМ

В современном мире женщины все чаще демонстрируют, что могут быть не только прекрасными дамами, но и уверенными водителями. Танзиля ГЕМУЕВА из Нальчика – яркий пример того, как опыт и профессионализм помогают девушкам успешно справиться с управлением автомобилем даже по бездорожью. Она более восьми лет за рулем, недавно на первом внедорожном туристическом фестивале «Наш Кавказ», который прошел в конце прошлого месяца, заняла первое место в автосоревнованиях «Автомобильные качели».

– Водить машину я начала с юных лет, еще школьницей посещала автошколу. Конечно, ездить по бездорожью бывает страшно, но, преодолевая сложные участки, например, крутые подъемы или спуски у обрывов, чувствуешь гордость за себя.

Однажды мы с сестрой и снокхй решили поехать посмотреть звездопад Персеиды, который проходил в середине августа. Долго выбирали место, учитывая, что у нас на тот момент были машины седан. В конце решили поехать в село Безенги и заодно доехать до альплагеря, где небо, как мы предполагали, будет красивее. Одолжили у нашего общего друга «Ниву» и отправились в путь, не имея представления об особенностях езды на такой машине по горному бездорожью.

Путешествие оказалось чрезвычайно сложным. Казалось, что бесконечные подъемы никогда не закончатся, а на узких участках с высокими обрывами машина не справлялась, теряла мощность, и мы не могли преодолеть некоторые участки. Приходилось сдавать назад и набирать скорость, чтобы преодолеть опасные отрезки, что вызывало у нас большой страх и, вероятно, было небезопасно. Преодолев все трудности и достигнув альплагеря «Безенги», почувствовали облегчение. Но вскоре после этого в окрестностях лагеря сошел сель, к тому же ночью небо было полностью затянуто

облаками, ни одна звезда не проглядывала, что вызвало у нас глубокое разочарование.

На следующий день, начав спускаться с лагеря, заметили пару машин марки «Нива». Попросили водителя помочь, объяснив, что знаем о возможности этой машины, но не понимаем, что где включать. Благодаря их помощи путь домой перестал быть стрессовым и оказался приятным. Появилась возможность не только ехать, но и наслаждаться окружающими красотами. С тех пор я люблю эту марку машины, хотя знаю, что есть и более комфортные автомобили с лучшей проходимостью. «Нива» меня во всем устраивает. Могу справиться с базовыми вещами в обслуживании машины – проверить уровень масла, долить антифриз, поменять лампочку в фаре и колесо.

Недавно в центре города повредила колесо автомобиля. Нравнодушные водители помогли мне заменить его, за что им очень благодарна.

Поездки в горы, когда сама за рулем, для меня – настоящее хобби. На «Ниве» езжу более четырех лет. Стараюсь по выходным выезжать в горы вместе с подругами, чтобы исследовать красивые уголки нашей республики. Не могу сказать, что отличаюсь особой храбростью, скорее настойчивостью и любознательностью. Как и любая девушка, когда сажусь за руль, могу переживать, бояться, даже заплакать, отправляясь в



горы. Но любовь к родным местам и желание увидеть, какой вид открывается с высоты, интерес к тому, что ждет за очередным перевалом, заставляют меня продолжать поездки и двигаться вперед.

До недавнего времени не встречала людей с такими же интересами. Все изменилось, когда познакомилась с Тенгизом МОКАЕВЫМ, руководителем Молодежного центра Русского географического общества КБР. Благодаря ему начала участвовать в различных мероприятиях, где нашла единомышленников. На внедорожном фестивале «Наш Кавказ» встретила много интересных людей, у которых теперь могу попросить совета и помощи.

На фестивале было несколько интересных активностей, за успешное выполнение которых можно было получить призы. К сожалению, в квесте по лесу нам не удалось одержать победу. Однако позже прошел конкурс на удержание баланса на машине – большой автомобильной «качели». Суть заключалась в том, чтобы заехать на этот балансир и остановить машину в равновесии. Я справилась с заданием за самое короткое время, выполнив его за 14 секунд. Также приняла участие в установлении рекорда России. Вместе с колонной из более ста автомобилей проехала по самому высокогорному перевалу. Представитель Книги рекордов России измерил высоту и зафиксировал наш результат на отметке 3121 метр над уровнем моря.

Хочу посоветовать начинающим водителям-девушкам: не бойтесь ездить, учитесь чувствовать свою машину, смело пробуйте новые маршруты и постепенно увеличивайте сложность задач.

Удачи на дорогах!

Анжела ГУМОВА



УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

Главный редактор
З.С. КАНУКОВА

Телефоны
42-26-75 – отв. секр.;
42-06-85 –
корреспондентская;
42-69-96 –
реклама

Газета отпечатана
в ООО «Издательство
«Южный регион»,
357600,
Ставропольский край,
г. Ессентуки,
ул. Никольская, 5-а

Выходит по средам.
Тираж 728. Заказ 1928
Время подписания в печать
по графику – 18.00
Фактически 8 сентября в 17.00
Индекс – 31222

Газета «Горянка»
зарегистрирована
Региональным управлением
Роскомпечати
в Кабардино-Балкарской
Республике
23.07.1998 г.
Регистрационный
номер – Н-0143

АДРЕС РЕДАКЦИИ
И ИЗДАТЕЛЯ:
360000,
г. Нальчик, пр. Ленина, 5
E-mail: gazeta-goryanka@list.ru

Редакция не вступает в переписку с авторами. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов и объявлений несут рекламодатели. Мнение авторов публикаций может не совпадать с точкой зрения редколлегии.