

1941-
1945



С Днем
Победы!



Баксанский



ИЗДАЕТСЯ С 1939 ГОДА

вестник

СУББОТА, 9 МАЯ 2026 Г.

№№ 52-53 (13808)

ГАЗЕТА МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ БАКСАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ БАКСАНСКОГО РАЙОНА!

Поздравляю вас с 81-й годовщиной Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов!

День Победы – это символ всенародного единства, мужества, воинской доблести и несгибаемой воли нашего народа. Память о великом подвиге старших поколений победителей объединяет нас, делает сильнее и служит нравственным ориентиром.

Баксанский район прошел этот героический путь вместе со всей страной. За годы Великой Отечественной войны на фронт было мобилизовано более 6200 уроженцев Баксанского района. Из них не вернулись к родным очагам свыше 3500 фронтовиков. Уроженцы нашего района воевали в составе всех родов войск, на всех фронтах, освобождали страну и европейские государства, участвовали в штурме Берлина и разгроме Японской квантунской армии.

Мы помним также подвиг тружеников, ковавших в тылу Победу, невзирая на голод и холод, трудности и лишения, дававших фронту все необходимое.

Сегодня наши земляки продолжают дело поколения победителей – с честью выполняют боевые задачи в зоне специальной военной операции, защищают суверенитет и интересы России. Жители района поддерживают их словом и делом, участвуют в гуманитарной и волонтерской работе, помогают семьям военнослужащих. Желаю всем нашим землякам успешного завершения спецоперации и возвращения к своим семьям здоровыми и невредимыми!

Сохранение исторической правды, патриотическое воспитание молодежи и укрепление гражданского единства – наш общий долг. Только опираясь на опыт и подвиг поколения Победы, мы сможем достойно ответить на вызовы времени и обеспечивать последовательное развитие Баксанского района, республики и всей страны.

Да будет мир на прекрасной земле Кабардино-Балкарии и Великой России! С Днем Победы!

Адиб АБРЕГОВ,
Глава местной администрации
Баксанского муниципального района.



ВРЕМЯ Z



Церемония передачи наград

7 мая Глава местной администрации Баксанского муниципального района Адиб Абрегов и военный комиссар г.о. Баксан, Баксанского и Зольского районов Алим Шикобахов передали государственные награды родственникам военнослужащих, проявивших мужество и героизм в ходе специальной военной операции.

За самоотверженность, проявленную при исполнении воинского долга, орденов Му-

жества (посмертно) удостоены ефрейтор Асланбек Шогенов, младший лейтенант Андрей Подгорный и рядовой Мурат Лиев. Рядовой Тимур Шихалов награжден медалью Суворова (посмертно). Рядовой Аскер Шибзухов награжден медалью "За боевые отличия".

В ходе церемонии военный комиссар Алим Шикобахов поблагодарил родителей погибших воинов за воспитание достойных защитников Отече-

ства, подчеркнув, что их сыновья с честью выполнили свой профессиональный и гражданский долг.

Глава муниципалитета Адиб Абрегов отметил, что подвиг земляков навсегда останется в истории района как символ доблести и патриотизма и подтвердил готовность администрации оказывать приоритетную помощь и социальную поддержку семьям погибших героев.

Дан старт Всероссийским патриотическим акциям

7 мая в Баксанском муниципальном районе состоялось торжественное мероприятие, посвященное 81-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне. Центральным событием дня стал старт Всероссийской эстафеты "Бессмертный полк" и благотворительной акции "Красная гвоздика".

МЕРОПРИЯТИЕ открыл Глава местной администрации Баксанского муниципального района Адиб Абрегов. Он подчеркнул, что память о подвиге советского народа – священный долг каждого. Огромную благодарность Глава выразил педагогам, волонтерам, юнармейцам и всем учащимся за активное участие в организации праздника.

Особой деталью празднования в этом году стало тематическое оформление школьного автопарка. Все школьные автобусы Баксанского района были украшены портретами героев Великой Отечественной войны и патриотическими рисунками, которые подготовили сами учащиеся. Этот "Бессмертный полк на транспорте"

стал ярким символом памяти, который теперь видят жители всех сельских поселений.

В программе мероприятия прозвучали истории героев от учащихся Салима Хацукова и Дисаны Дышековой. Завершилась акция минутой молчания и запуском воздушных шаров в мирное небо.



Материалы подготовлены пресс-службой райадминистрации.

«...Этих дней не смолкнет слава»

За годы Великой Отечественной войны на фронт было мобилизовано более 6200 человек – уроженцев Баксанского муниципального района. Из них не вернулись к родным очагам свыше 3500 человек

В САМОМ начале войны в районном центре (с. Баксан) состоялся большой митинг, на котором присутствовали представители всех населенных пунктов района. В резолюции митинга говорилось: "Все колхозники, рабочие, служащие Баксанского района горят желанием встать грудью на защиту социалистического Отечества". И баксанцы сдержали свое слово.

Уроженцы района воевали в составе всех родов войск, на всех фронтах войны. Были они среди защитников Брестской крепости, обороняли Киев, Одессу, Смоленск, Ленинград, Москву, бились с врагом под Ростовом и Сталинградом, на Кольском полуострове, на Кавказе, освобождали страну и европейские государства от фашистов, участвовали в штурме Берлина и разгроме Японской Квантунской армии.

В первые дни войны в Бресте героически погиб старший лейтенант Пята Калмыков из сел. Закуково.

23 июня 1941 г., обвязавшись гранатами, под вражеский танк бросился уроженец сел. Баксаненок Хамид Тхамитлоков и ценой своей жизни помог боевым товарищам выполнить приказ командования.

Отважно сражался с гитлеровцами летчик Андудлах Тхакумачев из сел. Куба. За два года войны он совершил 415 боевых вылетов, участвовал в более чем 100 воздушных боях, сбил 11 немецких самолетов, уничтожил большое количество боевой техники, вооружения, личного состава вражеской армии. Его подвиги были отмечены орденом Ле-

нина и тремя орденами Красного Знамени. Андудлах Тхакумачев погиб в воздушном бою 25 августа 1943 года. Боевые друзья на самолете привезли тело героя и похоронили в родном селе.

ОДИН из полков (297-й) 115-й Кабардино-Балкарской кавалерийской дивизии, сражавшейся под Сталинградом, был сформирован в Баксане – практически из уроженцев Баксанского района. Воины дивизии приняли первый бой 27 июля 1942 г. (день объявления приказа И.В. Сталина № 227 "Ни шагу назад"). Пять дней кровопролитных боев унесли жизни более половины бойцов дивизии, и среди них уроженцы Баксанского района.

Политрук 115-й Кабардино-Балкарской кавалерийской дивизии Хажмудар Озов, уроженец сел. Баксаненок, будучи тяжело раненным в бою под Большой Мартыновкой, до последнего вздоха уничтожал фашистов. Его именем названа улица в районном центре сел. Большая Мартыновка Ростовской области.

До последнего снаряда сражался с вражескими танками и пехотой орудийный расчет 45-мм пушек 115-й кавдивизии, куда входил нижекуркужинец Жамал Чемазоков.

Многие баксанцы, погибшие под Большой Мартыновкой, похоронены в братских могилах с безымянными обелисками. Их относят к без вести пропавшим. И для них справедливы слова стихотворения:

*"А ты, коль пулями не сбит,
Ты, мне когда-то руку жавший,
Ты всем скажи, что я убит,
Что я не без вести пропавший..."*

Защищая Ленинград в воздушном бою, погиб морской летчик, уроженец сел. Кызбурун II (ныне Исламей) Мурадин Евгажуков.

Погиб в воздушном бою и лейтенант Каральби Готыжев из Нижнего Куркужина.

На фронтах храбро сражались и погибли все шесть братьев Гусовых из Нижнего Куркужина, пять братьев Гордогожевых из сел. Кызбурун I (ныне Атажукино), четверо братьев Бифовых из сел. Кызбурун II (ныне Исламей) и многие другие.

БАКСАНСКИЙ район находился под фашистской оккупацией с 14 августа 1942 г. по 5 января 1943 г. Около 300 мирных граждан погибли от рук гитлеровских палачей.

В период фашистской оккупации в районе действовал Баксанский партизанский отряд, принимавший участие в боевых действиях против врага. Несколько партизан – уроженцев Баксанского района погибли в боях с фашистами. Их имена занесены в Книгу Памяти.

В Книге Памяти также имена баксанцев, замученных (умерших) в концлагерях (Бобруйск, Белая Церковь, Цайтхайн). Во всех 13 поселениях района, откуда проходил призыв на войну и куда не вернулись многие земляки, сооружены памятники, обелиски с именами погибших воинов.

Именами погибших воинов названы улицы, переулки. В местных музеях хранятся фотографии, фронтовые письма, личные вещи героев, оформлены стенды.

Вечная им память!

Защитник Ленинграда

Сколько бы весен не прошумело над нашей страной, в памяти ветеранов всегда остается май 1945-го, который разделил время на "до" и "после" войны. Среди тех, кто прошел ад Великой Отечественной, был наш земляк из с. Исламей Чамал Камботович Бифов.

РОДИЛСЯ Чамал в 1920 году в крестьянской семье, привыкшей к нелегкому сельскохозяйственному труду. В двенадцать лет ему в душу запала мечта сесть за трактор. Шли годы, развивались колхозы. Как-то раз Бифов попросился к передовому в то время механизатору, чтобы научиться этому делу. В колхозе такое стремление молодого парня встретили с одобрением, так как механизаторы были нужны хозяйству. За три года работы Чамал сделал немало, помогая родному колхозу выращивать неплохие по тем временам урожаи хлеба.

В 1940-м Бифов призвался в армию, начал службу в танковом полку г. Владивостока. Как говорится, пересел с трактора на танк. Начало войны он встретил в одной из разведгрупп г. Ленинграда. Попотеть и поноухать пороку молодому солдату пришлось много раз. "Здравствуйте, дорогие родные! – писал Бифов письмом домой во время передышки. – Сейчас у нас кипит жестокий бой с ненавистным врагом. Воюем хорошо. Уже не один фашист нашел себе могилу от нашего меткого огня... Пока глаза мои видят и руки способны держать оружие, я буду безжалостно уничтожать гитлеровцев. Если вражеский снаряд оторвет мне руку, я буду драться другой. Если останусь без ног – ползком доберусь до звериного логова и заброшу врага гранатами. Если выбьют глаза – я увижу врага сердцем и не промахнусь... Ждите нас только с победой!"

С Чамалом, участвовавшим в обороне Ленинграда, произошел вот какой случай. Кто-то из немцев бросил к ним в окоп, где с Бифовым находились еще трое бойцов, гранату. Чамалу удалось почти что на лету поймать ее. Еще б доля секунды, и он успел бы отбросить ее из окопа, но она, к несчастью, взорвалась у него в руке. Тело пронзила неимоверная боль, в глазах потемнело, раздробленная от разрыва гранаты рука



болталась. Где-то рядом послышался голос командира. "Значит, все в порядке, все живы", – мелькнула у старшины Бифова последняя мысль, и он потерял сознание. О том, как его перевязывали и уносили на носилках, он не помнил. Не ведал солдат и о том, как хирург много часов провел у его изголовья, пытаясь спасти ему руку. И руку ему спасли, после чего отважный коммунист вернулся в свою часть и героически сражался за освобождение Ленинграда.

За смелость и мужество, проявленные в боях, Бифов был награжден многими медалями. По окончании же войны вернулся в родное село. Молодому человеку, бывшему разведчику, доверили колхоз имени 9 мая с. Исламей. Без опыта и образования было очень трудно работать председателем хозяйства. Трудно было в ту пору и полеводам и животноводам, не было необходимых условий для полноценного труда. Но Чамал и здесь боролся, теперь уже за сохранность и увеличение урожаев и колхозного богатства. Сумел он все же наладить сельхозпроизводство в хозяйстве, найти правильный подход к земле и ко всем, кто на ней трудился.

До ухода на пенсию Чамал Бифов работал и секретарем партийной организации своего колхоза, и председателем сельского Совета. Не зря прожил свою жизнь ветеран, вырастив и воспитав шестерых детей.

М. КАРДАНОВ, с. Исламей.

Храним память о дедушке

Каждый раз с волнением читаю я материалы о Великой Отечественной войне, о ее участниках, которые часто публикуются в газете "Баксанский вестник". Хочется жить так, чтобы не стыдно было перед теми, кто кровью добыл свободу. В их ряду был и мой прадедушка Сафар Алиевич.

РОДИЛСЯ он 21 января 1917 года в бедной многодетной горской семье. Рос здоровым, смелым и, может быть, был бы вполне счастливым, если бы семья не осталась без родителей. По словам дедушки, его определили в детский дом в Нальчике. Здесь он проявлял большую старательность, был дисциплинирован. Наверное, потому и был направлен на учебу в Ленинский учебный городок.

В 1935 году Сафара Алиевича послали на комсомольскую работу в племсовхоз Эльбрусского района. Через три года его призвали в ряды Красной Армии. Служил на Дальнем Востоке, в городе Благовещенске Амурской области. Был стрелком противотанковой артиллерии. Незадолго до окончания службы началась Великая Отечественная война, и Сафара вместе с сослуживцами направили на фронт. Он попал в 278-й стрелковый полк 93-й гвардейской стрелковой дивизии и был назначен командиром 76 мм противотанкового орудия. Первое боевое крещение получил на Центральном фронте.

Мой прадедушка участвовал в освобождении Украины, Польши, Венгрии и других стран от немецко-фашистских агрессоров. Войну закончил в австрийском городе Цистерсдорф. Трижды получал тяжелые ранения, но каждый раз, подлечившись, возвращался в строй. Он награжден орденами Красной Звезды, Боевой Славы III степени, Отечественной войны II



степени, медалями "За отвагу", "За победу над Германией" и многими другими. У дедушки Валерия Сафаровича хранится также выписка из Центрального архива Министерства обороны СССР, где подтверждено, что С.А. Мирзоеву приказом Верховного Главнокомандующего Советского Союза И.В. Сталина объявлена благодарность. Он принимал участие в боевых действиях против милитаристской Японии.

22 октября 1945 года Сафара Алиевича демобилизовали. Но, к сожалению, для него начались новые испытания – депортация. Для человека высокого гражданского долга и безупречной нравственности, человека мужественно сражавшегося с фашизмом и получившего три боевых ордена, это было оскорбительно.

Но С.А. Мирзоев, насильно разлученный с родиной, не отчаялся, не пал духом. Многие годы работал журналистом в редакциях различных изданий и на телевидении, о чем свидетельствуют и многочисленные удостоверения.

Диана МИРЗОЕВА.

С каждым годом все дальше от нас тот памятный победный день весны. Но подвиг воина – освободителя со временем не теряет своей значимости, а наоборот, становится величественнее.

ПОЧТИ в каждой семье есть свои герои, сбереженные поблекшие фотографии и свои величественные и трагические истории о вечно молодых людях "сороковых роковых", благодаря которым мы и живем.

Память о невернувшихся фронтовиках, включая без вести пропавших, хранят скупые строки на памятниках, возведенных в сельских поселениях района. В самом центре с.п. Исламей рядом со школой и Домом культуры находится внушительно-го размера бронзовая фигура солдата, которая впечатляет и заставляет прочувствовать всю боль и трагедию происшедшего в 1941-1945 годах. На мраморных плитах высечены имена 598 уроженцев села, которые не вернулись с войны. Здесь ежегодно проходят памятные мероприятия, посвященные Дню Победы.

– Такая традиция очень важна, в ней прослеживается

«Память делает нас сильнее»

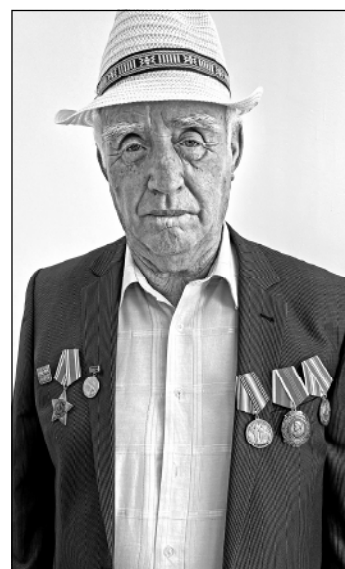
неразрывная связь поколений, ведь на подобных мероприятиях вместе с нами присутствуют и наши дети, внуки и правнуки, которые, видя этот символ Победы, впитывают уважение к подвигам дедов и прадедов, – сказал при встрече с нами ветеран труда – активист села Муталиф Жумалдинович Улимбашев. – Мы считаем, что именно в этом сила и достоинство России. Среди тех, для кого поставлен памятник,

и мой отец Жумалдин и его старший брат Мурадин Камбатович. Бывая здесь, я как бы общаюсь с отцом, которого не видел никогда, иной раз не могу сдержать слез...

По словам Муталифа Улимбашева, его отец Жумалдин еще подростком стал работать на строительстве Баксанской ГЭС. Когда подошел срок, он был призван в армию. Службу проходил в Краснодарском крае. Вскоре у Жумалдина ро-

дился сын. Через несколько месяцев началась война, и командование подразделения отправило молодого солдата на фронт. Солдат пропал без вести. Его жена Хулима Талостановна Канроева, с которой довелось прожить всего полгода, никак не могла смириться с тем, что судьба ее мужа остается неизвестной и до конца своих дней продолжала поиски – разыскивала самого воина или хотя бы какие-то его следы, но безрезультатно.

Что же касается его сына Муталифа, он стал успешным во всех отношениях человеком. В молодости активно занимался несколькими видами спорта, стал мастером спорта по вольной борьбе, неоднократно призером первенства России и трехкратным чемпионом КБАССР. Был он на комсомольской, партийной, советской и хозяйственной работе. Сегодня активно участвует в общественной жизни поселения. Его яркие выступления на различных мероприятиях зовут молодежь на подвиги, учат мужеству и честности. Кстати сказать, Муталиф Жумалдинович был главным инициатором создания памятника погибшим в ВОВ односельчанам, приложил немало усилий,



чтобы будущие поколения помнили земляков, отдавших свои жизни, защищая Родину. – Мы должны их помнить, ведь народ жив, пока хранит память о тех, кто подарил ему жизнь. Память делает нас сильнее, – сказал М.Ж. Улимбашев.

Айес НЫРОВ.

На снимках: Жумалдин и Хулима Улимбашевы, их сын Муталиф.

Помним вас, односельчане!

Трудными дорогами Великой Отечественной войны прошли на разных фронтах многие мои земляки. Среди них Луша Хуранов, принимавший активное участие в освобождении Сталинграда, Украины, взятии Берлина. За свои боевые подвиги Хуранов награжден орденами Красного Знамени, Красной Звезды, Отечественной войны 1-й и 11-й степеней, многими медалями.

Освобождая Кавказ от фашистов, храбро сражались Исмет Пшук, Туган Емжуев. От Сталинграда до рейхстага военный путь прошли Асланби Хуранов, Даска Кочесок, Бетал Кумыков, Альгери Шереуев.

Наш земляк Али Афаунов отличался своей храбростью. Он начал свой боевой путь от столицы нашей Родины Москвы, воевал в составе первой гвардейской танковой армии 20-й механизированной бригады, где командующим был прославленный полководец Катук. Как и многие другие, храбро сражались, выполняя свой долг перед Родиной и народом, Касим Дзуев, Мухамед Афаунов, Карал Хуранов, Кази Мустафаев, Лостан Кочесок, Талустан Казанов. Погибли на разных фронтах войны братья Алим, Талустан, Нашхо Куготовы, сыновья Канука Дугулбова Тали, Талмус, Гиса, Исмаил, братья Хатохшук и Хабас Дзуевы, Музариф и Мухамед Емжуевы, Исмет Нахушев, Хацу и Чафлен Афауновы.

На фронтах Великой Отечественной воевали многие сыны Куркужина. Нельзя предать забвению храбрость и героизм Альгери Шереуева, награжденного несколькими орденами и медалями. Среди них ордена Отечественной войны 11-й и 1-й степеней. Он со своими земляками Муштафаром Афауновым, Хамидом Ахобековым, Питикой Мамбетовым, Наурузом и Гисали Кочесокими честно выполнил свой долг перед Родиной. Они участвовали в форсировании Днепра, освобождении Киева, Житомира, Ровно, Винницы, Каменец-Подольского, Ковеля, Тернополя, Черновцов, Дрогобыча, Львова.

В годы войны за проявленную инициативу и находчивость при освобождении Ялты бронбойщик Мугад Кочесок был награжден орденом Славы III-й степени, медалью "За боевые заслуги" при освобождении Карпат. За смелость и героизм, проявленные в боях, Кочесок получил третью боевую награду – орден Красной Звезды. Вернувшись с войны, Мугад Кочесок много лет трудился на колхозном производстве.

В 1942-1943 годах героический Сталинград защищали Билял Ахобеков, Бетал Кумыков, Титу Кочесок, Хажмурат Татимов и многие другие. Из одного дома ушли братья Гиса, Хабиж, Андемиркан Дзуевы. Гиса и Хабиж сложили головы на поле боя. Зубер и Альгери Ахобековы, Касим и Мартин Емжуевы, Залимгер, Агурби, Мусаби Бековы, Хизир и Назир Ахобековы, пятеро сыновей Алимурзы Нахушева – Киту, Хату, Хамрут, Назир, Абуа погибли при освобождении Харькова. Погибли при освобождении Житомира Назир Батыров, Михмат Паштов, Хизир Мамбетов. Сложил голову на поле боя ради победы над фашизмом Мухамед Азиков. Освобождая от гитлеровской чумы Чехословакию и Польшу, погибли Султан Азиков, Захи Буранов, Гумар Хажнагоев.

С первого дня войны и до победного часа в разных соединениях, частях воевали многие мои односельчане. Для борьбы с врагом оружие в руки взяли 466 верхнекуркужинцев, из которых 283 не вернулись. Вечная им память!

Г. БЕКОВ, с.п. В. Куркужин.

Диалог поколений ко Дню Победы

В преддверии Дня Победы в Молодежном центре Баксанского района состоялось масштабное тематическое мероприятие, посвященное сохранению исторической памяти, укреплению межпоколенческой связи и формированию у подростков чувства личной ответственности за будущее России.

ВСТРЕЧУ открыл заместитель Главы района Мухамед Тохтамышев, отметивший: "Это не просто дань памяти, а живое напоминание о том, что история страны объединяет поколения. Знание и осмысление её уроков – залог осознанного отношения к своему будущему". Событие объединило интеллектуальные, визуальные и диалоговые форматы. Участники продемонстрировали знания о Великой Отечественной войне, просмотрели фильм с последующим обсуждением, где нашли параллели между историческими подвигами и современными вызовами.

Особую атмосферу создала встреча с участником специальной военной операции, майором в отставке Русланом Виндуговым,

кавалером ордена Мужества и медалей "За отвагу" и "Медаль Суворова". Рассказы Руслана о личном опыте, мужестве и ответственности вдохновили присутствующих и стали настоящим примером для молодого поколения.

Программа завершилась акцией "Окна Победы", в рамках которой участники украсили окна своих домов символами Победы, поддерживая общероссийскую традицию и демонстрируя уважение к подвигам предков.

Председатель местного отделения "Движения Первых" Людмила Альботова подчеркнула важность подобных мероприятий: "Они не только объединяют людей разных поколений, но и формируют у молодежи ценностные ориентиры, воспитывая уважение к истории и чувство сопричастности к судьбе своей страны".

Мероприятие прошло в теплой и душевной атмосфере, оставив у участников яркие впечатления и уверенность в том, что память о великом подвиге поколений будет жить.

Обсудили меры безопасности

В Баксанском районе обсудили меры по обеспечению безопасности в период проведения Дня Победы

Под председательством Главы местной администрации Баксанского муниципального района Адиба Абрегова состоялось очередное заседание Антитеррористической комиссии. В работе комиссии приняли участие руководители правоохранительных структур, главы сельских поселений и руководители образовательных организаций.

Основным вопросом повестки дня стало обеспечение общественной безопасности и антитеррористической защищенности мест массового пребывания людей в период проведения праздничных мероприятий, посвященных 81-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне. С докладами о состоянии оперативной обстановки выступили заместитель Главы администрации района Мухамед Тохтамышев и врио начальника МО МВД России "Баксанский" Азамат Гордогожев.

Особое внимание в ходе заседания было уделено антитеррористической защищенно-

сти объектов образования. Члены комиссии заслушали заместителя начальника МУ "Управление образования" Анету Дугулбокову и директора СОШ №3 с.п. Атажукино Раису Дышекову. Было отмечено, что совершенствование мер инженерно-технической защищенности школ является приоритетным направлением деятельности муниципальных властей.

В завершение встречи участники обсудили эффективность участия органов местного самоуправления в профилактической работе с молодежью. О ходе исполнения решений АТК в КБР и НАК доложил начальник отдела по работе с молодежью и спорту Амир-Хан Нагоев.

По всем рассмотренным вопросам приняты соответствующие решения и установлены сроки их исполнения. Глава района Адиб Абрегов подчеркнул необходимость межведомственного взаимодействия для обеспечения полной безопасности жителей и гостей района в праздничные дни.

Материалы подготовила Арина КИЛЯРОВА, руководитель пресс-службы райадминистрации.

ПРО ЗДОРОВЬЕ

Когда нужно использовать SPF?

Последние несколько лет врачи не могут сойтись во мнении: нужно ли использовать солнцезащитные средства ежедневно и круглогодично?



КОГДА НУЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА С SPF:

- УФ-индекс 3 и выше
- прогулки на улице
- горы
- отдых у воды
- отпуск в жарких странах

КОГДА НЕ НУЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА С SPF:

- УФ-индекс ниже 3
- дом — дорога — офис
- зимой и в пасмурную дождливую погоду (нужно смотреть УФ-индекс в во встроенном приложении «Погода» в смартфоне или на сайтах, предоставляющих прогнозы погоды).

КАКИЕ СРЕДСТВА НУЖНЫ ПРИ РАЗНОМ УФ-ИНДЕКСЕ?

- **УФ-индекс 3–5 (средний):** очки, средства с SPF 30+, одежда и шляпа от солнца, в полдень прячьтесь в тень.
- **УФ-индекс 6–7 (высокий):** очки, средства с SPF 30 в городе, SPF 50+ на пляже, одежда и шляпа от солнца, находитесь в тени, ограничьте пребывание на солнце с 11 до 17 часов.
- **УФ-индекс 8–10 (очень высокий):** очки, средства с SPF 50+, прятаться от солнца в помещениях и носить закрытую одежду.
- **УФ-индекс 11+ (экстремальный):** в наших широтах не бывает, а в отпуске в жарких странах рекомендуется оставаться в помещении.

«Удалёнка» – фактор омоложения диабета

Удалённая работа стала одной из причин того, что диабет 2 типа всё чаще стал встречаться у трудоспособных россиян. Нам всё сложнее тратить энергию и всё легче её получать.



Люди старшего поколения ходили за продуктами на рынки, в качестве отдыха выбирали отдых на природе, а машины для них были редкостью. Сейчас же эта тенденция изменилась: люди пользуются такси, собственными авто, доставкой еды и отдыхом в кафе. При таком образе жизни организму некуда утилизировать все поступившие калории, в том числе и глюкозу.

Конечно, только лишь неправильное питание и малоподвижный образ жизни не обязательно приведут к диабету. Его развитие – сложный и многокомпонентный процесс. Но еще 10, 20, 30 и 50 лет назад сахарного диабета 2-го типа было гораздо меньше, а именно сейчас его распространенность даже среди молодых людей достигает критических значений.

Немаловажным фактором развития диабета среди молодежи является и доступность продуктов с легкоусваиваемыми углеводами – простой «белый» хлеб дешевле цельнозернового, а недорогие макароны варить гораздо проще круп.

КАК ПОНЯТЬ, ПОПАЛИ ЛИ ВЫ В ГРУППУ РИСКА?

Измерьте окружность своей талии.

Вы в группе риска, если:

- у женщин больше 80 см,
- у мужчин больше 94 см.

Вывод – надо пересмотреть свой ежедневный рацион и знать свой уровень сахара крови. Выше 5.6 ммоль/л из пальца или 6.4 ммоль/л из вены? Вам нужно сделать «сахарную кривую».

«Сахарная кривая» – так называют глюкозотолерантный тест – лабораторное исследование, направленное на оценку углеводного обмена в организме. Кровь для теста берут дважды: натощак и через 2 часа после специальной углеводной нагрузки.

ИНТЕРЕСНО

5 непереводаемых слов на кабардино-черкесском

В кабардино-черкесском языке есть десятки емких и непереводаемых слов для описания человеческих характеров и ситуаций.

[ГУНЭМЫС] – «не доходящий до сердца». Так говорят о человеке – не просто придири, а перфекционисте. Ему очень сложно угодить. Представьте гостя, которому что ни подай – всё не то.

[НЭХЪУЕИШАГЪ] – «слишком сильная любовь». Слово описывает не просто опеку, а избыточную, демонстративную любовь. Классика: родители, которые настолько любят своё чадо, что оно не может шагу ступить без их одобрения.

[ТЕЛЪЫХЪУКЫН] – «искать лучшее, чем уже найденное». Фраза описывает ситуацию, когда человеку уже хорошо, но он продолжает бесконечно искать что-то лучшее и в итоге рискует остаться ни с чем.

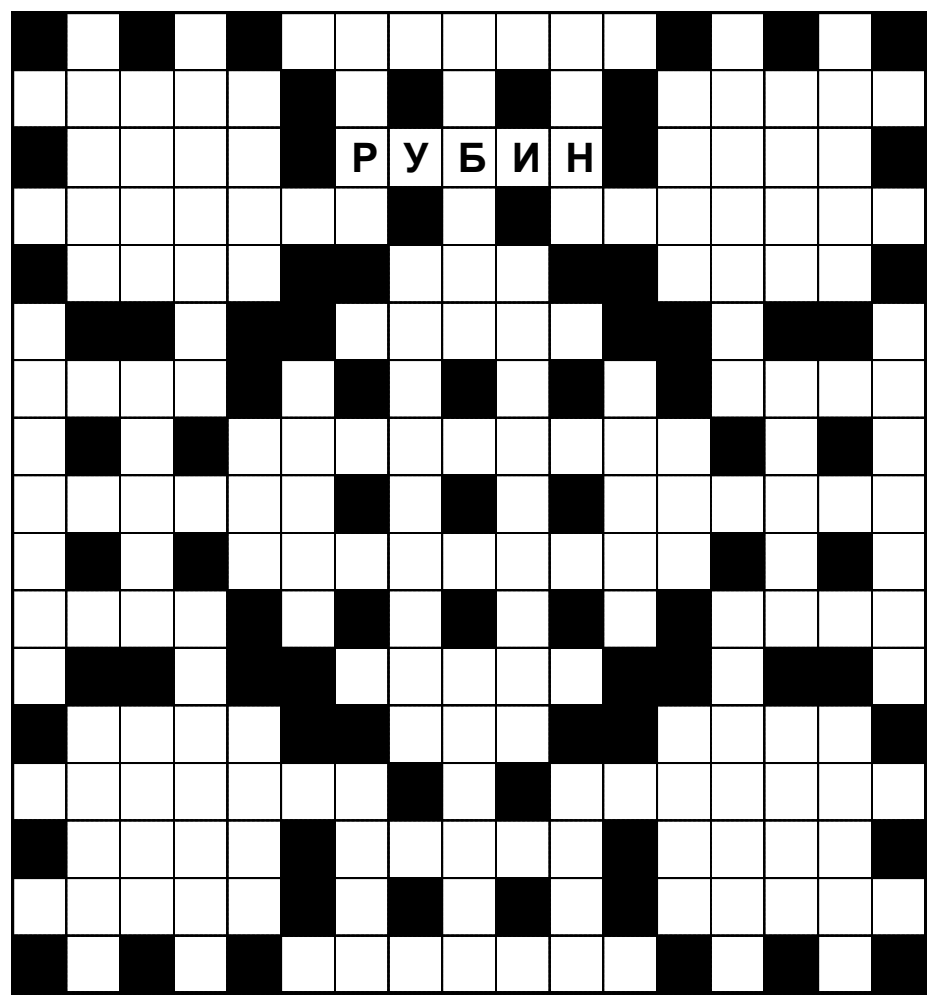
[ШЫХЪЭХУ] – коллективная бескорыстная помощь кому-то в работе: помощь друзей, родственников и соседей в постройке дома, ремонте или в огороде. Никакая плата за такую подмогу не предполагается, но человек может отблагодарить помощников праздничным застольем.

[ГУЖЪГЪЭЖЪ] – означает затаённую злобу. Компонент «гу» – «сердце» – часто встречается в словах, передающих чувства или эмоциональные состояния.

КРИС-КРОСС

Впишите в клеточки кроссворда слова из списка:

ЕДА – ПУХ – СИП – СОК – АВТО – АГАТ – АДАТ – АЙВА – АЛЫТ – БРОД – ВИСТ – ВКУС – ВРАГ – ИРИС – КОЛА – КОПЬ – МИРО – НОЧЬ – ОКНО – ОМОН – СКОК – СОНЯ – СПИЛ – СТОЛ – ТАРА – ТОРТ – УТОК – ФИНН – ДИСК – ЖАБРА – КАНУН – КЛЕРК – ЛАВРА – МАФИЯ – МУСОР – НОСКА – ОКЛИК – ПОЧЁТ – ПУНКТ – ПЫРЕЙ – РУБИН – СКЛАД – ТОКАЙ – ЮНКЕР – НОЧНОЕ – РУБЧИК – СДЕЛКА – СУПРУГ – АЗИАТКА – БРАВАДА – КРОВАТЬ – МАРАКАС – ОГРАНКА – ОТКАТКА – ОТПРЫСК – САМОЛЁТ – СЕКАТОР – СКАНДАЛ – ФЛАГМАН – ЯБЛОЧКО – КРОССОВКА – ПЕРЕПОЛОХ – СЛАГАЕМОЕ – СНЕГОСТУП



САД-ОГОРОД-ЦВЕТНИК

7 шикарных цветов для кашпо, которые пышно растут и цветут в полутени

Бальзамин Уоллера. На солнце быстро увядает, а в тени дает такой каскад цветов, что листьев не видно. Поэтому нужно притенять от полуденного солнца. Культура требует регулярных поливов, но не выносит застоя воды – это вызывает у нее загнивание корней.

Бегония вечноцветущая. Цветет непрерывно с мая до заморозков, и чем меньше прямого солнца получает, тем сочнее становятся ее листья. Бегонии лучше сажать в продолговатые емкости, на расстоянии 10–15 см друг от друга, – они быстро разрастаются и закрывают почву, подавляя сорняки.

Диасция. Любит влагу, но не переносит застоя воды, поэтому в емкостях обязательно нужно сделать дренажные отверстия. Грунт должен оставаться постоянно влажным. Желательно регулярно удалять отцветшие соцветия.

Колеус Блюме. Это декоративно-лиственное растение, но его листья настолько яркие (пурпурные, желтые, малиновые, зеленые с каймой), что делают культуру идеальным решением для декора сада, балкона или террасы. В полутени колеус дает особенно насыщенные, бархатистые оттенки, а на солнце листья бледнеют и выгорают.

Немезия. Цветет волнами. После первой волны цветения (в июне) ее обрезают примерно на треть, чтоб вызвать через 2–3 недели повторное цветение.

Петуния махровая. Обычные петунии обожают солнце, но некоторые махровые сорта не требовательны к свету. Подвешивать кашпо нужно так, чтобы оно получало хотя бы 2–3 часа утреннего света.

Фуксия. Его изящные соцветия-«балеринки» обожают прохладу и рассеянный свет. Если хотите, чтоб куст был гуще и пушистее и места в горшке для этого достаточно, прищипывайте верхушки молодых побегов.

В НАЛЬЧИКСКОМ ЗООПАРКЕ ПОСЕЛИЛИСЬ ДВА МЕДВЕЖОНКА

Пополнение стало радостным сюрпризом и символическим открытием нового «медвежьего» сезона. Пушистые новосёлы прибыли в Нальчик как раз к тому моменту, когда в зоопарке завершилось масштабное обновление их будущей резиденции. Для косяковых построили просторные вольеры, которые максимально приближены к естественной среде обитания – с природным рельефом, укрытиями и местами для прогулок. Малыши уже прошли адаптацию и теперь с неподдельным любопытством осваивают свою территорию. Посетители уже могут наблюдать за их играми и первыми шагами по обновлённым вольерам. Два «бурых» артиста уже начали собирать свою первую аудиторию.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД ОТ 1 МАЯ

		М	Е	Р	И	Д	И	А	Н	
Ш		О		Ю		О			А	
П	А	Р	О	М		К	О	Р	Т	
И		З		К	Л	У	Б		И	
О	П	Е	Р	А		М	О	П	С	
Н		Е				Е	Д	О	К	
	П	О	К	Л	О	Н		К		
			Т		С	Т	Р	О	П	
А		Т	О	П	Ь		А	И	Р	
В	Т	О	Р	А			С		О	
О		П	А	Р				П	У	Х
С	У	Л	Т	А	Н		Л		В	
Ь		И		П	У	Г	А	Л	О	
К	О	В	Ч	Е	Г		Т	Ё	С	
А		О		Т	А	Л	А	Н	Т	

ТЕЛЕПРОГРАММА

11–17 мая

11 МАЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

ПЕРВЫЙ	
06.00 12.00 Новости 06.10 X/Ф "ЗОЛОТАЯ МИНА" (16+) 09.00 "Умницы и умники" (12+) 09.45 "Слово пастыря" (0+) 10.00 Новости 10.15 "Жизнь своих" (12+) 11.10 "Повара на колесах" (12+) 12.15 "Будем жить!" (16+) 13.10 Т/с "Диверсант. Конец войны" (16+) 18.00 Вечерние новости 18.25 "Сегодня вечером" (16+) 21.00 "Время" 21.35 Т/с "Противостояние" (16+) 22.30 "Большая игра" (16+) 23.45 Д/ф "И Звезда Героя на груди" (12+) 00.40 Подкаст.Лаб (16+)	14.00 Вести 14.40 Вести Местное время 15.10 X/Ф "КАРУЗА" (16+) 17.00 Вести 17.50 "Привет, Андрей!" (12+) 20.00 Вести 21.10 Вести Местное время 21.30 X/Ф "ВОСЬМОЙ УЧАСТОК" (16+) 01.35 X/Ф "ВРАЧЕБНАЯ ОШИБКА" (16+)
РОССИЯ 1	НТВ
04.00 X/Ф "КСТАТИ, О БАБОЧКАХ" (16+) 07.20 "В кругу друзей" 08.00 Вести 08.40 Местное время 08.55, 11.40 X/Ф "ПАЛЬМА" (16+) 11.00 Вести	05.40 X/Ф "В СПИСКАХ НЕ ЗНАЧИЛСЯ" (16+) 08.00 "Сегодня" 08.20 Основано на реальных событиях (16+) 10.00 "Сегодня" 10.20 Основано на реальных событиях (16+) 12.00 Т/с "Партизаны" (16+) 16.00 "Сегодня" 16.20 Т/с "Партизаны" (16+) 19.00 "Сегодня" 19.30 Т/с "Партизаны" (16+) 23.00 "Крылья". Юбилейный концерт Аниты Цой (12+) 01.40 X/Ф "СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ" (16+)

12 МАЯ, ВТОРНИК

ПЕРВЫЙ	
05.00 Телеканал "Доброе утро" 09.00 Новости 09.25 "Модный приговор" (0+) 10.15 "Жить здорово!" (16+) 11.00 "Время покажет" (16+) 12.00 Новости 12.15 "Время покажет" (16+) 14.00 "Большая игра" (16+) 15.00 Новости 15.15 "Давай поженимся!" (16+) 16.05 "Мужское / Женское" (16+) 17.00 "Большая игра" (16+) 18.00 Вечерние новости 18.30 "Время покажет" (16+) 19.50 "Пусть говорят" (16+) 21.00 "Время" 22.00 Т/с "Противостояние" (16+) 23.00 "Большая игра" (16+) 00.05 "Время героев" (16+) 01.05, 03.05 Подкаст.Лаб (16+) 03.00 Новости	11.30 Вести Местное время 12.00 "60 минут" (12+) 14.00 Вести 14.30 X/Ф "КАРУЗА" (16+) 16.30 Вести 17.00 "Малахов" (16+) 18.00 "60 минут" (12+) 20.00 Вести 21.10 Вести Местное время 21.30 Т/с "Восьмой участок. Продолжение" (16+) 23.40 Вечер с В. Соловьёвым (12+) 02.15, 03.30 Т/с "Кулагины" (16+) 03.00 Вести
РОССИЯ 1	НТВ
05.00 Утро России 09.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести	04.40 Т/с "Пёс" (16+) 06.30 "Утро. Самое лучшее" (16+) 08.00 "Сегодня" 08.25 Т/с "Пёс" (16+) 10.00 "Сегодня" 10.35 Т/с "Пёс" (16+) 13.00 "Сегодня" 13.25 "Чрезвычайное происшествие" 14.00 "Место встречи" 16.00 "Сегодня" 16.45 "За гранью" (16+) 17.50 "ДНК" (16+) 19.00 "Сегодня" 20.00 Т/с "Информатор" (16+)

13 МАЯ, СРЕДА

ПЕРВЫЙ	
05.00 Телеканал "Доброе утро" 09.00 Новости 09.25 "Модный приговор" (0+) 10.15 "Жить здорово!" (16+) 11.00 "Время покажет" (16+) 12.00 Новости 12.15 "Время покажет" (16+) 14.00 "Большая игра" (16+) 15.00 Новости 15.15 "Давай поженимся!" (16+) 16.05 "Мужское / Женское" (16+) 17.00 "Большая игра" (16+) 18.00 Вечерние новости 18.30 "Время покажет" (16+) 19.50 "Пусть говорят" (16+) 21.00 "Время" 22.00 Т/с "Противостояние" (16+) 23.00 "Большая игра" (16+) 00.05 Подкаст.Лаб (16+) 03.00 Новости 03.05 Подкаст.Лаб (16+)	12.00 "60 минут" (12+) 14.00 Вести 14.30 Т/с "Кулагины. Новые серии" (16+) 16.30 Вести 17.00 "Малахов" (16+) 18.00 "60 минут" (12+) 20.00 Вести 21.10 Вести Местное время 21.30 Т/с "Восьмой участок. Продолжение" (16+) 23.40 Вечер с В. Соловьёвым (12+) 02.15, 03.30 Т/с "Кулагины" (16+) 03.00 Вести
РОССИЯ 1	НТВ
05.00 Утро России 09.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Вести Местное время	04.45 Т/с "Пёс" (16+) 06.30 "Утро. Самое лучшее" (16+) 08.00 "Сегодня" 08.25 Т/с "Пёс" (16+) 10.00 "Сегодня" 10.35 Т/с "Пёс" (16+) 13.00 "Сегодня" 13.25 "Чрезвычайное происшествие" 14.00 "Место встречи" 16.00 "Сегодня" 16.45 "За гранью" (16+) 17.50 "ДНК" (16+) 19.00 "Сегодня" 20.00 Т/с "Информатор" (16+) 23.15 Т/с "Слово пацана. Кровь на асфальте" (18+)

14 МАЯ, ЧЕТВЕРГ

ПЕРВЫЙ	
05.00 Телеканал "Доброе утро" 09.00 Новости 09.25 "Модный приговор" (0+) 10.15 "Жить здорово!" (16+) 11.00 "Время покажет" (16+) 12.00 Новости 12.15 "Время покажет" (16+) 14.00 "Большая игра" (16+) 15.00 Новости 15.15 "Давай поженимся!" (16+) 16.05 "Мужское / Женское" (16+) 17.00 "Большая игра" (16+) 18.00 Вечерние новости 18.30 "Время покажет" (16+) 19.50 "Пусть говорят" (16+) 21.00 "Время" 22.00 Т/с "Противостояние" (16+) 23.00 "Большая игра" (16+) 00.05 Подкаст.Лаб (16+) 03.00 Новости 03.05 Подкаст.Лаб (16+)	12.00 "60 минут" (12+) 14.00 Вести 14.30 Т/с "Кулагины" (16+) 16.30 Вести 17.00 "Малахов" (16+) 18.00 "60 минут" (12+) 20.00 Вести 21.10 Вести Местное время 21.30 Т/с "Восьмой участок. Продолжение" (16+) 23.40 Вечер с В. Соловьёвым (12+) 02.15 Т/с "Кулагины. Новые серии" (16+) 03.00 Вести 03.30 Т/с "Кулагины. Новые серии" (16+)
РОССИЯ 1	НТВ
05.00 Утро России 09.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Вести Местное время	04.45 Т/с "Пёс" (16+) 06.30 "Утро. Самое лучшее" (16+) 08.00 "Сегодня" 08.25 Т/с "Пёс" (16+) 10.00 "Сегодня" 10.35 Т/с "Пёс" (16+) 13.00 "Сегодня" 13.25 "Чрезвычайное происшествие" 14.00 "Место встречи" 16.00 "Сегодня" 16.45 "За гранью" (16+) 17.50 "ДНК" (16+) 19.00 "Сегодня"

МАТЧ

06.00 Смешанные единоборства. А. Малыхин – Р. де Риддер. One FC (16+) 07.00 Новости 07.05 Все на Матч! 09.00 Новости 09.05 М/с "Команда МАТЧ" (0+) 09.25 Д/ф "Арсен Венгер. Непобедимый" (12+) 11.35 Смешанные единоборства. Х. Чимаев – Ш. Стрикланд. А. Волков – В. Кортес-Акоста. UFC (16+) 12.55 Новости 13.00 Все на Матч! 13.45 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина 17.15 Громко 19.30 Футбол. "Динамо" (Москва) – "Краснодар". Российская Премьер-Лига 22.00 "После футбола" 23.55 Новости (0+) 00.00 Все на Матч! 01.30 "Дело №" (16+) 02.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Блочный лук. Команды (6+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Регби. "ВВА-Подмосковье" (Монино) – "Динамо" (Москва). Чемпионат России (12+)

МАТЧ

23.15 Т/с "Слово пацана. Кровь на асфальте" (18+) 00.15 "Сегодня" 00.35 "Захар Прилепин" (16+) 01.15 X/Ф "ОПЕРАЦИЯ "ДЕЗЕРТИР" (16+)	
МАТЧ	
06.00 "Команда мечты" (12+) 06.30 "Дело №" (16+) 07.00 Новости 07.05 Все на Матч! 09.00 Новости 09.05 "Подомом. Хорен Байрамян" (12+) 09.25 "Лучшие из лучших" (12+) 10.30 Футбол. Российская Премьер-Лига. Обзор тура (6+) 11.35 Все на Матч! 12.35 Специальный репортаж (12+) 12.55 Новости 13.00 Есть тема! 14.25 Человек из футбола (12+) 14.55 Новости 15.00 Все на Матч! 15.55 Хоккей. Чемпионат МХЛ. Кубок Харламова 18.30 Все на Матч! 19.00 Баскетбол. ЦСКА – "Локомотив-Кубань" (Краснодар). Единая лига ВТБ. 1/2 финала 21.30 Все на Матч! 22.20 Футбол. "Осасуна" – "Атлетико". Чемпионат Испании 00.30 Все на Матч!	

00.15 фальше" (18+) 00.30 X/Ф "НА СОПКАХ МАНЬЧЖУРИИ" (16+) 04.15 Т/с "Агентство скрытых камер" (16+)	
---	--

МАТЧ

06.00 "Команда мечты" (12+) 06.30 Человек из футбола (12+) 07.00 Новости 07.05 Все на Матч! 09.00 Новости 09.05 Специальный репортаж (12+) 09.25 "Лучшие из лучших" (12+) 10.30 Смешанные единоборства. Ш. Гасанов – Г. Тонон. One FC (16+) 11.35 Все на Матч! 12.35 Специальный репортаж (12+) 12.55 Новости 13.00 Есть тема! 14.25 "Вид сверху" (12+) 14.55 Новости 15.00 Все на Матч! 16.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина 19.45 Смешанные единоборства. Х. Чимаев – Ш. Стрикланд. А. Волков – В. Кортес-Акоста. UFC (16+) 21.30 Футбол. "Лацио" – "Интер". Кубок Италии. Финал 00.30 Все на Матч! 01.30 "Вид сверху" (12+)	
---	--

20.00 Т/с "Информатор" (16+) 23.15 Т/с "Слово пацана. Кровь на асфальте" (18+) 00.15 "Сегодня" 00.35 Д/ф "Крах" 02.45 X/Ф "СОБИБОР" (16+)	
--	--

МАТЧ

06.00 "Команда мечты" (12+) 06.30 "Вид сверху" (12+) 07.00 Новости 07.05 Все на Матч! 09.00 Новости 09.05 Специальный репортаж (12+) 09.25 "Лучшие из лучших" (12+) 10.30 Смешанные единоборства. А. Малыхин – У. Кейн. One FC (16+) 11.35 Все на Матч! 12.35 Специальный репортаж (12+) 12.55 Новости 13.00 Есть тема! 14.25 "Формула-1. Гаснут огни" (12+) 14.55 Новости 15.00 Все на Матч! 15.55 Хоккей. Чемпионат МХЛ. Кубок Харламова 18.30 Все на Матч! 18.50 Баскетбол. ЦСКА – "Локомотив-Кубань" (Краснодар). Единая лига ВТБ. 1/2 финала 21.30 Все на Матч! 22.20 Футбол. "Реал" (Мадрид) – "Овьедо". Чемпионат Испании 00.30 Все на Матч!	
---	--

МИР

05.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Вместе каждый день 05.15, 11.15, 00.30 Д/ф "Радио "МИР". Хорошо звучит" (12+) 05.45, 09.30, 16.15, 00.15 "Сделано в содружестве" (12+) <i>06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1 КБР". (16+)</i> 06.10 "Шалэгэуэлэр мэгушылз" (каб.) (12+) 06.20 "Тейри кылыч". К 110-летию со дня рождения О.Отарова (балк.) (12+) 07.10 "Деревья не молчат". Незаконная вырубка леса (12+) 07.35 "Ветераны спорта". Серебряный призёр России по греко-римской борьбе Кайсын Темукуев (12+) 08.10 "Зыри тшыгэушцакъым" 110-летию со дня рождения Героя Советского Союза Назира Канукоева (каб.) (12+) 08.50 "Таурыхышз" (каб.) (6+) 09.15, 13.15, 02.45 "Культ личности" (12+) 09.45, 14.30, 04.30 "5 причин поехать в..." (12+) 10.10, 01.30 "Белорусский стандарт" (12+)	
---	--

01.30 Человек из футбола (12+) 02.00 Стрельба из лука. КМ. Блочный лук. Индивидуальное первенство (6+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Дзюдо. Мировой тур. Турнир "Большого шлема" (12+)	
--	--

МИР

05.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Вместе каждый день 05.15, 09.30, 10.30, 15.30, 04.45 Мир. Мнение (12+) 05.30, 23.30 "Белорусский стандарт" (12+) 05.45, 13.30, 22.30 "Ход конём" (12+) <i>06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1 КБР". (16+)</i> 06.10 Юбилейный вечер, посвященный 85-летию народного поэта КБР Ахмата Созаева. Часть 2-я (балк.) (12+) 07.10 "Большое кние" (12+) 07.30 "Ракурс" (12+) 08.10 "Аджэ и хабзэу". Передача 2-я (каб.) (12+) 08.35 "Лзэгэулыкъу" (каб.) (6+) 09.15, 13.15, 23.15, "Евразия. Дословно" (16+) 09.45, 13.45, 00.15 "Обману. Нет" (16+) 10.15, 14.15, 00.30 "Вместе выгодно" (12+)	
---	--

02.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Классический лук. Команды (6+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Дзюдо. Мировой тур. Турнир "Большого шлема" (12+)	
---	--

МИР

05.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Вместе каждый день 05.15, 15.15, 22.15, 23.45, 00.45, 02.15, 03.15 Мир. Мнение (16+) 05.30, 11.15, 15.45, 23.15 "Обману. Нет" (16+) 05.45, 12.15, 23.30 "Евразия. Регионы" (12+) <i>06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1 КБР". (16+)</i> 06.10 "Дети и дорога". Безопасное поведение на дороге (балк.) (12+) 06.25 "Суаплыкъ" (балк.) (12+) 07.10 "Лыгээм и дамыгэз". Кавалер Ордена мужества Астемир Куяев (каб.) (12+) 07.40 "Осторожно, клещи!" (12+) 08.10 "Зэрыбгэасэц" (каб.) (12+) 08.45 "Таурыхышз" (каб.) (12+) 09.15, 13.15, 02.45 "Культ личности" (12+) 09.30, 15.30 "5 причин поехать в..." (12+) 09.45, 03.30 "Белорусский стандарт" (12+) 10.15 "Исторический детектив" (16+)	
--	--

01.30 "Формула-1. Гаснут огни" (12+) 02.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Классический лук. Индивидуальное первенство (6+) 03.55 Новости (0+) 04.00 Дзюдо. Мировой тур. Турнир "Большого шлема" (12+)	
---	--

МИР

05.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Вместе каждый день 05.15, 15.15, 22.15, 23.45, 00.45, 02.15, 03.15 Мир. Мнение (16+) 05.30, 10.30, 14.30, 16.15, 03.30 (12+) 05.45 "Чемпионы Евразии" (12+) <i>06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1 КБР". (16+)</i> 06.10 "Акьылманла айтханлай...". Народная сказка "Ауругъан арслан" (балк.) (12+) 06.25 "Емюрлюк хазнабыз". Музей народных промыслов Рашида Локяева (балк.) (12+) 07.10 "Усыгэз" (каб.) (12+) 07.20 Концерт симфонического оркестра. Часть 2-я (12+) 08.10 "Цыху кэс хуитц" (каб.) (12+) 08.35 "Жаниэрхэ" (каб.) (12+) 09.15, 03.45 "Евразия. Дословно" (12+) 09.30, 15.30, 01.45 "Сделано в содружестве" (12+) 09.45, 00.30 "Предварительный диагноз" (16+)	
--	--

10.30, 14.45, 01.45 "Обману. Нет" (16+) 10.45, 15.45, 04.45 "Евразия. Регионы" (12+) 11.45, 03.30 "Чемпионы Евразии" (12+) 12.15, 16.45, 22.15 "Евразия. Дословно" (12+) 12.30, 23.15 "Исторический детектив" (16+) 13.30, 02.15 "Рожденные в СССР" (16+) 14.15, 03.45 "Не фантастика" (12+) 15.15, 22.30 "Наше кино" (16+) 16.30 "Ход конём" (12+) 17.00, 19.30 "Новости 1 КБР" (16+) 17.10 "Эртте биреу бар эди..." (балк.) (12+) 17.30 "Большое кние" (12+) 17.45 "Хьэндырабгэуэ" (каб.) (6+) 18.15 "Тухэлз уэрэдхэр" (каб.) (12+) 18.45 "Леонид Лавров". Кавказовед (каб.) (12+) 19.45 Юбилейный вечер, посвященный 85-летию народного поэта КБР Ахмата Созаева. Часть 2-я (балк.) (12+) 20.35 "Вспоминая былое". Ветераны ВОВ Н. Ештушенко Ч. Мовесиян (12+) 21.05 "Аджэ и хабзэу". Передача 1-я (каб.) (12+) 21.40 "Новости 1 КБР" (16+) 23.45 "Предварительный диагноз" (16+) 01.15, 03.15 Специальный репортаж (12+) 04.15 "Вместе выгодно" (12+)	
--	--

10.45, 14.45, 03.30 "5 причин поехать в..." (12+) 11.15, 03.45 "Предварительный диагноз" (16+) 11.30, 01.15 "Сделано в содружестве" (12+) 11.45, 22.45, 04.15 "Культ личности" (12+) 12.15, 16.15 "Не фантастика" (12+) 12.30, 02.30 Д/ф "Радио "МИР". Хорошо звучит" (12+) 14.30 "Евразия. Регионы" (12+) 15.15, 22.15, 23.45, 00.45, 02.15, 03.15 Мир. Мнение (16+) 15.45 "Сделано в содружестве" (12+) 16.30, 01.30 "Исторический детектив" (16+) 17.00, 19.30 "Новости 1 КБР". (16+) 17.10 "Дети и дорога". Безопасное поведение на дороге (балк.) (12+) 17.30 "Суаплыкъ" (балк.) (12+) 18.05 "Цыху гъащцэ". Паралимпийцы (каб.) (12+) 18.25 "Зэрыбгэасэц" (каб.) (12+) 19.00 "Искусство фотографа" (12+) 19.45 "Это сделано в России. Александр Подыгин". Телеканал ОТР (16+) 19.55 "Лица спорта". Чемпионка мира по рукопашному бою Роза Кныш (12+) 20.30 "Жашау алайды" (балк.) (12+) 21.10 "Кавказ симфоние". Композитор А. Авраамов (каб.) (12+) 21.40 "Новости 1 КБР" (16+) 04.30 "Чемпионы Евразии" (12+)	
---	--

10.45, 13.45 "Не фантастика" (12+) 11.30, 16.30, 01.30 "Вместе выгодно" (12+) 11.45, 16.45, 22.45, 04.15 "Евразия. Дословно" (12+) 12.30 Д/ф "Вести. Информационный спецназ" (12+) 13.30, 14.45, 22.30, 03.45 (12+) 14.15, 01.45 "Предварительный диагноз" (16+) 14.30, 01.15 "Чемпионы Евразии" (12+) 16.15, 02.30 "Ход конём" (12+) 17.00, 19.30 "Новости 1 КБР" (16+) 17.10 "Ма алай!" (балк.) (12+) 17.35 Концерт симфонического оркестра. Часть первая (12+) 18.10 "Разговор по душам с Александром Ярошенко". Поэт Мухтар Табаксоев (12+) 18.40 "Жаниэрхэ" (каб.) (12+) 19.05 "Цыху кэс хуитц" (каб.) (12+) 19.45 "Емюрлюк хазнабыз". Музей народных промыслов Рашида Локяева (балк.) (12+) 20.20 "Уровни счастья". Засл. журналист КБР З. Канукоева (12+) 20.50 "Усыгэз". Пётр Кажаров (каб.) (12+) 21.05 "Уэрэдыр зи Элэгэу". Народный артист КБР А. Зеушев (каб.) (12+) 21.30 "Актуальная тема" (16+) 21.40 "Новости 1 КБР" (16+) 00.15 Д/ф "Вести. Информационный спецназ" (12+) 04.30 "Исторический детектив" (16+)	
---	--

10.15, 14.15, 00.15 "Евразия. Регионы" (12+) 10.45, 14.45, 01.15, 04.45 "Обману. Нет" (16+) 11.15, 04.15 "Белорусский стандарт" (12+) 11.30, 15.45, 01.30, 04.30 "Не фантастика" (12+) 11.45 "Вместе выгодно" (12+) 12.15, 16.45 "Культ личности" (12+) 12.30, 23.15 "Исторический детектив" (16+) 13.15, 02.30 Д/ф "Вести. Информационный спецназ" (12+) 13.45 "5 причин поехать в..." (12+) 16.30 "Чемпионы Евразии" (12+) 17.00 "Новости 1 КБР" (16+) 17.10 "Жюрегими сабийлеге береме" (балк.) (12+) 17.45 "Диньмрз гъащцэ/мрз" (каб.) (12+) 18.15 "Нанэ и псэ" (каб.) (12+) 18.40 "Это надо знать". Профилактика наркомании (12+) 19.15 "Служба "02" сообщает" (16+) 19.30 "Новости 1 КБР" (16+) 19.45 "Назмупу арбазым" (балк.) (12+) 19.55 "На разных языках, но единым голосом". Ансамбль "Бахталэ Рома" (12+) 20.30 "Время и личность". Памяти Пиликана Таова (12+) 21.05 "Ши гушылэр шэрыуэ". Писатель Хаути Дударов (каб.) (12+) 21.40 "Новости 1 КБР" (16+) 22.30 Д/ф "Радио "МИР". Хорошо звучит" (12+)	
--	--

15 МАЯ, ПЯТНИЦА			
ПЕРВЫЙ			
05.00 Телеканал "Доброе утро"	11.00 Вести	19.00 "Сегодня"	лига ВТБ. 1/2 финала (6+)
09.00 Новости	11.30 Вести Местное время	20.00 Т/с "Информатор" (16+)	03.55 Новости (0+)
09.25 "Модный приговор" (0+)	12.00 "60 минут" (12+)	23.15 Т/с "Слово пацана. Кровь на асфальте" (18+)	04.00 Смешанные единоборства. Оне FC
10.15 "Жить здорово!" (16+)	14.00 Вести	00.20 "Своя правда" (16+)	МИР
11.00 "Время покажет" (16+)	14.30 Т/с "Кулагины" (16+)	02.10 Х/ф "ЧУЖОЕ" (16+)	
12.00 Новости	16.30 Вести	МАТЧ	
12.15 "Время покажет" (16+)	17.00 Прямой эфир (16+)	06.00 "Команда мечты" (12+)	05.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00
14.00 "Большая игра" (16+)	18.00 "60 минут" (12+)	06.30 "Формула-1. Гаснут огни" (12+)	Вместе каждый день
15.00 Новости	20.00 Вести	07.00 Новости	05.15, 15.15, 22.30, 23.45, 00.45, 02.30, 03.15 Мир. Мнение (16+)
15.15 "Давай поженимся!" (16+)	21.10 Вести Местное время	07.05 Все на Матч!	05.30, 13.30, 01.15, 04.15 "Сделано в содружестве" (12+)
16.05 "Мужское / Женское" (16+)	21.30 Т/с "Восьмой участок" (16+)	09.05 "Небесная грация" (6+)	05.45, 09.45, 12.15, 14.15, 00.15, 02.45 (12+)
17.00 "Большая игра" (16+)	23.40 Х/ф "МОРЕ. СОЛНЦЕ. СКЛИФОВСКИЙ" (16+)	09.25 "Лучшие из лучших" (12+)	06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1 КБР" (16+)
18.00 Вечерние новости	03.15 Х/ф "ХОЧУ ЗАМУЖ" (16+)	10.30 Смешанные единоборства. М. Холлоуэй – А. Аллен. UFC (16+)	06.10 "Назмупу арбазым" (балк.) (12+)
18.40 "Время покажет" (16+)	НТВ	11.35 Все на Матч!	06.20 "Жюрежими сабий леге береме" (балк.) (12+)
19.45 "Поле чудес" (16+)	04.40 Т/с "Пёс" (16+)	12.35 Лица страны (12+)	06.50 "Золотые звезды КБР". Герой Советского Союза А. Байсултанов (12+)
21.00 "Время"	06.30 "Утро. Самое лучшее" (16+)	12.55 Новости	07.10 "Служба "02" сообщает" (16+)
21.45 "Что? Где? Когда?" Экспериментальная серия (16+)	08.00 "Сегодня"	13.00 Есть тема!	07.25 "На разных языках, но единым голосом". Ансамбль "Бахталэ Рома" (12+)
22.55 "Команды" (16+)	08.25 Д/с "Мои университеты. Будущее за настоящим" (6+)	14.25 "Неизвестные страницы Кубка мира" (12+)	08.10 "Лъэужь дахэ". Памяти засл. деятеля искусств КБР А. Шеружева (каб.) (12+)
23.55 Д/ф "История рок-фестиваля Revival 69" (18+)	09.25 Т/с "Пёс" (16+)	14.55 Новости	08.50 "Тхылъырз сэзэ" (каб.) (12+)
01.40 Подкаст.Лаб (16+)	10.00 "Сегодня"	15.00 Все на Матч!	09.15, 13.45 "Не фантастика" (12+)
РОССИЯ 1	10.35 Т/с "Пёс" (16+)	16.30 Смешанные единоборства. Оне FC	09.30, 14.30, 03.30 "Вместе выгодно"
05.00 Утро России	13.00 "Сегодня"	18.15 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина	
09.00 Вести	13.25 "Чрезвычайное происшествие"	21.45 Хоккей. США – Швейцария. Чемпионат мира	
09.30 Местное время	14.00 "Место встречи"	23.40 Все на Матч!	
09.55 О самом главном (12+)	16.00 "Сегодня"	01.00 Евротур (12+)	
	16.45 "ДНК" (16+)	02.00 Баскетбол. ЦСКА – "Локомотив-Кубань" (Краснодар). Единая	
	17.55 "Жди меня" (12+)		

16 МАЯ, СУББОТА			
ПЕРВЫЙ			
06.00 Телеканал "Доброе утро. Суббота"			
09.00 "Умницы и умники" (12+)			
09.45 "Слово пастыря" (0+)			
10.00 Новости			
10.15 Д/ф "Иван Лубенников. Жизнь продолжается". К 75-летию со дня рождения художника" (16+)			
11.10 "Вспомнить всё" (12+)			
12.00 Новости			
12.15 Поехали! (12+)			
13.10 Т/с "Шифр" (16+)			
16.55 "Кто хочет стать миллионером?" (12+)			
18.00 Вечерние новости			
18.20 "Сегодня вечером" (16+)			
21.00 "Время"			
21.35 "Клуб веселых и находчивых" (16+)			
23.55 Х/Ф "ПОЦЕЛУЙ" (16+)			
01.50 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 Вести			
11.30 "Наши. Военкоры" (12+)			
12.00 "Доктор Мясников" (12+)			
13.00 Большие перемены			
14.00 Вести			
14.30 Вести Местное время			
14.50 "Парад юмора" (16+)			
17.00 Вести			
17.50 "Привет, Андрей!" (12+)			
20.00 Вести			
20.50 Вести Местное время			
21.00 Х/Ф "КОРМИЛИЦА" (16+)			
00.35 Х/Ф "ЧЕРЕЗ БЕДЫ И ПЕЧАЛИ" (16+)			
03.50 Х/Ф "МОЙ ЧУЖОЙ РЕБЁНОК" (16+)			
НТВ			
04.55 Х/Ф "ОРУЖИЕ" (16+)			
06.20 "Жди меня" (12+)			
07.20 "Смотр" (16+)			
08.00 "Сегодня"			
08.20 "Неограниченные возможности" (16+)			
09.20 "Едим дома" (0+)			
10.00 "Сегодня"			
10.20 "Главная дорога" (16+)			
11.00 "Живая еда" (12+)			
12.00 "Квартирный вопрос" (0+)			
13.00 "Сатья" (16+)			
14.00 "Поедем, поедим!" (16+)			
15.00 "Своя игра" (0+)			
16.00 "Сегодня"			
16.20 ЧП. Расследование (16+)			
17.00 "Следствие вели..." (16+)			
19.00 "Центральное телевидение"			
20.20 "Ты не поверишь!" (16+)			
21.20 "Секрет на миллион" (16+)			
23.45 "Звезды сошлись" (16+)			
01.20 "Квартирник НТВ" (16+)			
03.00 ЧП. Расследование (16+)			
03.30 Х/Ф "ДВОЕ" (16+)			
МАТЧ			
06.00 Смешанные единоборства. Опе FC			
07.30 Новости			
07.35 Все на Матч!			
08.40 Новости			
08.45 Хоккей. Канада – Швеция. Чемпионат мира (12+)			
10.55 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Moscow Raceway, SMP GT4			
12.30 Все на Матч!			
12.55 Футбол. Лига Пари			
15.00 Все на Матч!			
15.10 Футбол. "Зенит" (Санкт-Петербург) – "Спартак" (Москва). Суперлига. Женщины			
17.15 Все на Матч!			
17.25 Художественная гимнастика. Кубок сильнейших			
19.10 Все на Матч!			
19.20 Футбол			
21.30 Все на Матч!			
21.50 Футбол			
00.00 Все на Матч!			
01.00 Смешанные единоборства. А. Аллен – М. Коста. UFC			
МИР			
05.00, 09.00, 10.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Вместе каждый день			
05.15, 09.15, 12.30, 14.30, 15.45, 00.30, 02.30, 03.30 (12+)			
05.30, 22.15, 02.45 "Не фантастика" (12+)			
05.45, 10.45, 14.45, 01.30 "5 причин поехать в..." (12+)			
06.00 "Албар" (балк.) (12+)			
06.40 "Знать и не забыть". О судьбах летчиков, выпускников Нальчикского аэроклуба, участников ВОВ А. Байсултанова и С. Сербашеева (12+)			
07.25 "От грамотного пешехода до профессионального водителя" (6+)			
07.35 "Уузыншэмэ" (каб.) (12+)			
08.05 "Сабигъуэр зауэм зыгъщыхахэ" (каб.) (12+)			
08.30 "Класный час. Тема: Моя семья" (каб.) (12+)			
09.30, 15.30, 00.15, 04.15 "Евразия. Регионы" (12+)			
09.45, 15.15, 23.45 "Обману. Нет" (16+)			
10.15 Д/ф "Радио "МИР". Хорошо звучит" (12+)			
11.00 Вместе. Еженедельный тележурнал (16+)			
12.15, 00.45 "Чемпионы Евразии" (12+)			
12.45, 22.45, 02.15 "Культ личности" (12+)			
13.15, 01.15 "Евразия. Дословно" (12+)			
13.30 Д/ф "Вести. Информационный спецназ" (12+)			
14.15, 01.45 "Сделано в содружестве" (12+)			
16.15, 23.15, 03.15 "Белорусский стандарт" (12+)			
16.30, 03.45 "Ход конём" (12+)			
16.45 "Вместе выгодно" (12+)			
17.00 "Ыйлык" (балк.) (16+)			
17.15 Спектакль "Саудюгерчиле" "Мещане" (12+)			
18.40 "Семейный портрет" (12+)			
19.10 "Это надо знать". Медицинский вестник. Лучевая диагностика (12+)			
19.45 "Пшыгъз Илэр псалъу". Творческий вечер народного артиста КБР гармониста Михаила Кодзева. Часть первая (каб.) (12+)			
20.20 "Улшцэ – жуауап". О премьере спектакля "Къуажэ" молодежного театра "Сыринз" (каб.) (12+)			
20.45 Концерт "Ради Дарока" (0+)			
21.45 "Республикэм щыхъыбархэр" (каб.) (16+)			
22.30 "Вместе выгодно" (12+)			
23.30 "Предварительный диагноз" (16+)			
04.30 Д/ф "Радио "МИР". Хорошо звучит" (12+)			

17 МАЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ			
ПЕРВЫЙ			
06.00	Новости	07.20	"В кругу друзей"
06.10	Играй, гармонь любимая! (12+)	08.00	Местное время. Воскресенье
06.55	"Часовой" (12+)	08.35	"Когда все дома"
07.25	"Здоровье" (16+)	09.25	Утренняя почта
08.30	Золотая коллекция Союзмультфильма (0+)	10.10	Сто к одному
09.10	Непутевые заметки (12+)	11.00	Вести
09.30	Лотерея "Мечталлион" (12+)	11.50	Д/ф "Рассказы из русской истории. Судьба человека" (12+)
10.00	Новости	12.55	Судьба человека (12+)
10.15	"Жизнь других" (12+)	14.00	Вести
11.10	"Повара на колесах" (12+)	14.30	Вести Местное время
12.00	Новости	15.00	"Весёлые ребята" (16+)
12.15	"Будем жить!" (16+)	17.00	Вести
13.10	"Видели видео?" (0+)	17.50	"Песни от всей души" (12+)
14.05	Д/ф "Крым Юлиана Семенова" (16+)	20.00	Вести недели
15.15	Д/ф "Владимир Вдовиченков. Готов отдать себя на растерзание" (12+)	22.30	Москва. Кремль. Путин
16.05	Д/ф "Алексей Гуськов. Противостояние звезд" (12+)	23.00	Воскресный вечер (12+)
17.00	"Команды" (16+)	01.35	Д/ф "Рассказы из русской истории. Кутузов. "Северный лис" (12+)
18.00	Вечерние новости		
19.00	"До Ре" (12+)		
21.00	"Время"		
23.00	"Большая игра" (16+)		
00.10	Подкаст.Лаб (16+)		
РОССИЯ 1			
05.25 Х/Ф "НЕВЕЗУЧАЯ" (16+)			
НТВ			
04.55 Х/Ф "ОТВЕТЬ МНЕ" (16+)			
06.40 "Центральное телевидение" (16+)			
08.00 "Сегодня"			
08.20 "У нас выигрывают!" (12+)			
10.00 "Сегодня"			
10.20 "Первая передача" (16+)			
11.00 "Чудо техники" (12+)			
12.00 "Дачный ответ" (0+)			
13.00 "НашПотребНазор" (16+)			
МАТЧ			
06.00 Смешанные единоборства. А. Аллен – М. Евлоев. UFC (16+)			
07.00 Новости			
07.05 Все на Матч!			
09.20 Новости			
09.25 "Формула-1. Гаснут огни" (12+)			
10.00 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Moscow Raceway, SMP GT4			
11.25 Регби. "Стрела-Ак Барс" (Казань) – "Енисей-СТМ" (Красноярск). Чемпионат России			
13.25 Все на Матч!			
14.00 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина			
17.30 Футбол. Российская Премьер-Лига. 30-й тур			
20.00 "После футбола"			
21.50 Футбол			
00.00 Все на Матч!			
14.00 "Однажды..." (16+)			
15.00 "Своя игра" (0+)			
16.00 "Сегодня"			
16.20 Человек в праве (16+)			
17.00 "Скандалы. Интриги. Расследования" (16+)			
18.00 "Новые русские сенсации" (16+)			
19.00 "Итоги недели"			
20.20 Х/Ф "СУДЬБА ДИВЕРСАНТА" (16+)			
22.40 Х/Ф "МАСТЕР И МАРГАРИТА" (16+)			
02.00 "Основано на реальных событиях" (16+)			
МИР			
05.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 03.00, 04.00 Вместе каждый день			
05.15, 01.15 "Культ личности" (12+)			
05.30 "Всё как у людей" (6+)			
05.45, 11.30, 16.30, 00.15, 04.45 (12+)			
06.00 "Ыйлык" (балк.) (16+)			
06.15 "Кюн таягы къолумда" (балк.) (12+)			
07.00 "Спорт майдан" (балк.) (12+)			
07.20 "Золотые звезды Кабардино-Балкарии". Герой Советского Союза			
07.30 "Это надо знать". Медицинский вестник. Лучевая диагностика (12+)			
08.05 "Узэрплъщ". Выставка художников КБР (каб.) (12+)			
08.25 "Улшцэ – жуауап". О премьере спектакля "Къуажэ" молодежного театра "Сыринз" (каб.) (12+)			
08.45 "Республикэм щыхъыбархэр" (каб.) (16+)			
09.15, 15.15 Д/ф "Вести. Информационный спецназ" (12+)			
09.45, 14.30 "Чемпионы Евразии" (12+)			
10.15, 14.15, 22.15, 03.45 "Предварительный диагноз". (16+)			
10.30, 13.45, 01.30 "Вместе выгодно" (12+)			
10.45, 14.45, 23.30 "Сделано в содружестве" (12+)			
11.15, 23.15 "Ход конём" (12+)			
11.45, 04.30 "Не фантастика" (12+)			
12.15, 16.15, 01.45 "Обману. Нет". (16+)			
12.30, 16.45, 22.45, 03.30 "Евразия. Дословно" (12+)			
12.45, 15.45, 23.45, 04.15 "5 причин поехать в..." (12+)			
13.15, 00.30 Д/ф "Радио "МИР". Хорошо звучит" (12+)			
17.00 Спектакль "Саудюгерчиле" (12+)			
18.10 "Голос и судьба. Адыгская гармоника". Открытие выставки в Национальном музее КБР (12+)			
18.40 "Будущее – в настоящем". Засл. мастер спорта по дзюдо Хазрет Тлецери (12+)			
19.20 "Перспектива". Всероссийская ярмарка трудоустройства (12+)			
19.40 "Тум имыхуж". Народная артистка РСФСР Куна Дышкекова (каб.) (12+)			
20.15 Владимир Баккуев: "Ишиме хурмет этеме" (балк.) (12+)			
20.55 "Пшыгъз Илэр псалъу". Творческий вечер гармониста Михаила Кодзева. Часть 2-я (каб.) (12+)			
21.30 "Республика: картина недели" (16+)			
22.30, 03.15 "Евразия. Регионы" (12+)			
02.00 Вместе. Еженедельный тележурнал			

Редакция не занимается составлением программ и не несет ответственности за несовпадения

КБР и Чечня вошли в десятку лидеров экорейтинга регионов РФ

Национальный экологический рейтинг регионов составляется с 2008 года по временам года в рамках проекта «Чистый воздух». Он оценивает уровень загрязнения воздуха и решения экологических проблем на местах. По итогам зимы десятка лидеров рейтинга выглядит следующим образом: Республика Алтай, Кабардино-Балкария, Мурманская область, Москва, Тамбовская область, Чувашия, Чукотка, Костромская область, Калужская область, Чечня.

Составители рейтинга из общероссийской общественной организации «Зеленый патруль» привели данные, согласно которым итоги 2025 года и прошедшей зимы показали заметное снижение экстремально высоких уровней загрязнения воздуха в российских городах.

Составители рейтинга отметили, что впервые для помощи в его расчете использовался искусственный интеллект, поскольку задача по подготовке в последние месяцы значительно усложнилась.

• 11 МАЯ •

возможен дождь

+23°

пасмурно

+14°

• 12 МАЯ •

пасмурно

+23°

переменная облачность

+14°

• 13 МАЯ •

дождь

+23°

небольшой дождь

+14°

• 14 МАЯ •

небольшой дождь

+15°

пасмурно

+12°

• 15 МАЯ •

небольшой дождь

+18°

небольшой дождь

+11°

• 16 МАЯ •

небольшой дождь

+19°

переменная облачность

+11°

• 17 МАЯ •

возможен дождь

+21°

переменная облачность

+14°

ДЫЗЫХУЭКИУЭ ТХЪЭМАХУЭМ И НЭМЭЗ ШЫГЪУЭХЭР

Бжыгъэ	Махуэ	Фаджр	Шурук	Зухр	Аср Икнды	Магриб	Иша
11.05.2026	блыщхэ	03:08	04:44	12:12	16:10	19:22	21:05
12.05.2026	гъубж	03:06	04:43	12:12	16:10	19:23	21:06
13.05.2026	бэрэжьей	03:05	04:42	12:12	16:10	19:24	21:07
14.05.2026	махуэку	03:03	04:41	12:12	16:11	19:25	21:08
15.05.2026	мэрем	03:02	04:40	12:12	16:11	19:26	21:09
16.05.2026	щэбэт	03:01	04:39	12:12	16:11	19:27	21:10
17.05.2026	тхъэмахуэ	02:59	04:38	12:12	16:12	19:28	21:11

ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 844-п

МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ
БАКСАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

**О прекращении образовательного процесса в дошкольном блоке
муниципального общеобразовательного учреждения
"Средняя общеобразовательная школа им. Малкарова Х.Ш."
сельского поселения Жанхотеко**

В соответствии с федеральными законами от 06 октября 2003 года №131-ФЗ "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации", от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", Законом Кабардино-Балкарской Республики от 24 апреля 2014 года №23-РЗ "Об образовании", Уставом Баксанского муниципального района, в целях создания безопасных условий для обучающихся и поддержания стабильной образовательной деятельности, местная администрация Баксанского муниципального района **постановляет:**

1. Прекратить образовательный процесс в дошкольном блоке муниципального общеобразовательного учреждения "Средняя общеобразовательная школа им. Малкарова Х.Ш." сельского поселения Жанхотеко (далее – дошкольный блок МОУ "СОШ им. Малкарова Х.Ш." с.п. Жанхотеко), расположенном по адресу: Кабардино-Балкарская Республика, Баксанский муниципальный район, сельское поселение Жанхотеко, улица Заречная, 7, с 27 апреля 2026 года до окончания ремонтных работ.

2. В период проведения капитального ремонта определить здание школы муниципального общеобразовательного учреждения "Средняя общеобразовательная школа им. Малкарова Х.Ш." сельского поселения Жанхотеко местом временного размещения воспитанников дошкольного блока МОУ "СОШ им. Малкарова Х.Ш." с.п. Жанхотеко для реализации основной образовательной программы дошкольного образования.

3. Муниципальному учреждению "Управление образования местной администрации Баксанского муниципального района" (К.М. Тезадова) обеспечить контроль соблюдения требований к организации образовательного процесса в вышеуказанном общеобразовательном учреждении.

4. Директору муниципального общеобразовательного учреждения "Средняя общеобразовательная школа им. Малкарова Х.Ш." сельского поселения Жанхотеко Н.И. Геккиевой:

4.1. Обеспечить соблюдение СанПиН, требований пожарной безопасности на период пребывания воспитанников в здании школы в соответствии с пунктом 2 настоящего постановления.

4.2. Обеспечить соблюдение прав обучающихся в соответствии с нормативными документами.

4.3. Взять под личный контроль качество и соблюдение сроков выполнения ремонтных работ подрядными организациями.

4.4. Организовать родительский контроль за ходом и качеством выполнения ремонтных работ.

5. Опубликовать настоящее постановление в газете "Баксанский вестник" с одновременным размещением на официальном сайте местной администрации Баксанского муниципального района.

6. Контроль по исполнению настоящего постановления возложить на заместителя Главы местной администрации Баксанского муниципального района по социальным вопросам – начальника муниципального учреждения "Управление образования местной администрации Баксанского муниципального района" К.М. Тезадову.

7. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания.

Глава местной администрации Баксанского муниципального района
А.Х. АБРЕГОВ.

06 мая 2026 г.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 845-п

МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ
БАКСАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

**О прекращении образовательного процесса в здании
муниципального общеобразовательного учреждения
"Средняя общеобразовательная школа №1 имени Т.М. Курашинова"
сельского поселения Атажукино**

В соответствии с федеральными законами от 06 октября 2003 года №131-ФЗ "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации", от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", Законом Кабардино-Балкарской Республики от 24 апреля 2014 года №23-РЗ "Об образовании", Уставом Баксанского муниципального района, в целях создания безопасных условий для обучающихся и поддержания стабильной образовательной деятельности, местная администрация Баксанского муниципального района **постановляет:**

1. Прекратить образовательный процесс в здании (литер Б) муниципального общеобразовательного учреждения "Средняя общеобразовательная школа №1 имени Т.М. Курашинова" сельского поселения Атажукино (далее – МОУ "СОШ № 1 имени Т.М. Курашинова" с.п. Атажукино), расположенном по адресу: 361521, Кабардино-Балкарская Республика, Баксанский муниципальный район, сельское поселение Атажукино, улица Катанчиева, дом 47, с 27 апреля 2026 года до окончания ремонтных работ.

2. В период проведения капитального ремонта определить здание (Литер А) МОУ "СОШ №1 имени Т.М. Курашинова" с.п. Атажукино местом временного размещения обучающихся МОУ "СОШ №1 имени Т.М. Курашинова" с.п. Атажукино для реализации основных образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.

3. Муниципальному учреждению "Управление образования местной администрации Баксанского муниципального района" (К.М. Тезадова) обеспечить контроль соблюдения требований к организации образовательного процесса в вышеуказанном общеобразовательном учреждении.

4. Директору МОУ "СОШ №1 имени Т.М. Курашинова" с.п. Атажукино А.Г. Нахушевой:

4.1. Обеспечить соблюдение СанПиН, требований пожарной безопасности на период пребывания обучающихся в здании (Литер А) в соответствии с пунктом 2 настоящего постановления.

4.2. Обеспечить соблюдение прав обучающихся в соответствии с нормативными документами.

4.3. Взять под личный контроль качество и соблюдение сроков выполнения ремонтных работ подрядными организациями.

4.4. Организовать родительский контроль за ходом и качеством выполнения ремонтных работ.

5. Опубликовать настоящее постановление в газете "Баксанский вестник" с одновременным размещением на официальном сайте местной администрации Баксанского муниципального района.

6. Контроль по исполнению настоящего постановления возложить на заместителя Главы местной администрации Баксанского муниципального района по социальным вопросам – начальника муниципального учреждения "Управление образования местной администрации Баксанского муниципального района" К.М. Тезадову.

7. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания.

Глава местной администрации Баксанского муниципального района
А.Х. АБРЕГОВ.

06 мая 2026 г.

СПОРТ**Универсальный бой**

Воспитанник спортшколы №3 Баксанского муниципального района Астемир Тохтамышев (с.п. Куба) участвовал в чемпионате России по универсальному бою, который проходил 22-27 апреля 2026 г. в городе Нальчике и занял 3 место. Выполнив норматив мастера спорта России, его отобрали на чемпионат Мира.

Тренеры Х.М. Жабелов, А.З. Нибежев. Так держать, Астемир!

Хаишат ДЫГОВА.

**Первенство СКФО
по тяжёлой атлетике**

21-24.04.2026 г. в г. Нальчике проходило первенство СКФО по тяжёлой атлетике среди юношей до 16 лет памяти заслуженного работника физической культуры и спорта КБР Х.М. Настуева. В этих соревнованиях участвовал воспитанник СШ №2 Баксанского муниципального района Идар Аджиев в весовой категории 49 кг. Подняв в сумме двоеборья 130 кг, он занял 3 место.

Подготовил спортсмена к соревнованиям тренер по тяжёлой атлетике Мухамед Хафицев.

**Межрегиональный
турнир**

С 24 по 26 апреля 2026 г. в г. Нальчике проходил межрегиональный турнир по вольной борьбе среди юношей 11-12 лет. В них принимали участие и достойно выступили воспитанники СШ №2 Баксанского муниципального района и заняли следующие места: 1 место – Касболат Шогенов (100 кг) и Амир Улимбашев (24 кг), 2 – Адмир Кажаров (41 кг) и Эльдар Кажаров (52 кг), 3 – Хизир Лампежев (38 кг) и Идар Маршенкулов (35 кг).

Подготовили команду к соревнованиям тренеры СШ №2 Баксанского муниципального района по вольной борьбе Мухамед Куниев и Хасан Лампежев.

Мухаддин МАЛУХОВ.

**Республиканские
соревнования**

Сборная СОШ №3 с.п. Нижний Куркужин выступила на республиканских соревнованиях "Ворошиловский стрелок". Турнир был посвящён сразу трём великим датам: 40-летию аварии на Чернобыльской АЭС, 99-летию ОСОАВИАХИМ – ДОСААФ России и 65-летию первого полёта человека в космос. Проявив невероятную подготовку, наши ребята заняли общекомандное 1 место по 4 видам:

Стрельба из мелкокалиберной винтовки СМ 2: командное 1 место. Личный зачёт: Динара Шокуева – 2 место, Алан Ныров – 3 место.

Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа: командное 1 место. Личный зачёт: Алан Дыгов занял 1 место, Динара Шокуева – 2 место.

Неполная разборка и сборка автомата АК-74: командное 2 место. Личный зачёт. Имран Багов 2 место.

Метание спортивного снаряда: командное 2 место. В личном зачёте. Салим Пшихачев занял 2 место.

Поздравляем наших спортсменов!

Темирлан АПШЕВ.

**Первые
в армрестлинге**

Село Заюково стало настоящим очагом спортивного мастерства благодаря местному клубу по армрестлингу и силовому спорту. В стенах клуба тренируются около 40 спортсменов в возрасте от 13 лет, которые регулярно демонстрируют выдающиеся результаты на соревнованиях самого высокого уровня. Ярким подтверждением высокого уровня подготовки стала победа представителей клуба на первенстве России по армрестлингу в Орле. Спортсмены блестяще выступили в самых престижных категориях:

– Абсолютный чемпион первенства – Мартин Бирсов. Его триумф стал результатом не только исключительной физической формы, но и негибаемой воли к победе.

– Серебряный призёр – Темирлан Балов. Уверенное выступление спортсмена ещё раз подтвердило высокий уровень подготовки клуба.

"Этот успех – плод слаженной работы тренеров и спортсменов, – отметил абсолютный чемпион Мартин Бирсов. – Ежедневные тренировки, дисциплина и командный дух неизменно ведут к выдающимся достижениям".

Достижения клуба служат вдохновляющим примером для молодых спортсменов не только села Заюково, но и всего Баксанского района, способствуя популяризации армрестлинга и мотивируя новое поколение на покорение спортивных вершин.

Тренируют спортсменов Руслан Гетаов и Альбек Хацуков.

Арина КИЛЯРОВА,
руководитель пресс-службы райадминистрации.

Участникам Великой Отечественной ...

Про вас уже написано немало,
И все-таки находятся слова...
Сегодня вас осталось очень мало.
За все, что сделали вы – честь вам и хвала.
Лицом к лицу встречались вы со смертью,
Но все-таки не дрогнули сердца.
В огне войны вы не теряли чести.
За Родину стояли до конца.
Вы сил своих и жизни не щадили
И грудью защищали отчий дом.

Своих друзей, невест недолюбили.
Четыре года бились вы с врагом.
Пришлось пройти вам много испытаний,
Лишений, горе, смерть однополчан.
Немало знали вы людских страданий,
Победа дорого досталась вам.
Сегодня мы живем под мирным небом,
За это небо – низкий вам поклон.
Наполнен будет пусть теплом и светом
Остаток жизни вашей и ваш дом!

М. МАШУКОВА.

Встреча с молодёжью

В МБОУ "СОШ №1" сельского поселения Куба
прошла встреча старшеклассников,
приуроченная к 81-й годовщине Великой Победы

МЕРОПРИЯТИЕ, направленное на углубление патриотического воспитания, открыл заместитель Главы администрации Баксанского муниципального района Мухамед Тохтамышев. В своем приветственном слове он призвал учащихся к открытому и конструктивному диалогу. "Знание истории своего народа, уважительное отношение к прошлому и настоящему – это фундамент формирования гражданской позиции и патриотизма. В условиях современных вызовов крайне важно прививать молодежи навыки критического мышления и противостоять любым попыткам искажения истории или насаждения деструктивных идеологий", – отметил М. Тохтамышев.

Центральным событием встречи стало выступление представителя ветеранской организации прокуратуры Кабардино-Балкарской Республики старшего советника юстиции Мухамеда Кармова. Он представил результаты своих многолетних исследований, по-

священных землякам из села Куба, внесшим значительный вклад в Победу в Великой Отечественной войне. Мухамед Кармов подчеркнул важность изучения истории своей малой родины и выразил готовность поделиться наработками для дальнейших исследовательских работ школьников.

Своим жизненным опытом и обращением к молодым гражданам России выступил участник специальной военной операции майор в отставке, кавалер ордена Мужества Руслан Виндугов. Он акцентировал внимание молодежи на необходимости избирательного подхода к информации, проверке ее достоверности и воспитании истинного патриотизма.

В рамках диалога были обсуждены вопросы профилактики распространения идей терроризма и экстремизма, важность толерантного и уважительного отношения между представителями разных национальностей, а также ценностные ориентиры молодого поколения.



Оперативный штаб в КБР поздравляет жителей и гостей республики с наступающим праздником – Днем Победы в Великой Отечественной войне – и призывает к повышению бдительности и соблюдению антитеррористических мер:

- ☑ не допускайте действий, способных привести к возникновению экстремальных ситуаций и создающих опасность для окружающих;
- ☑ паркуйте автотранспорт в специально отведенных местах;
- ☑ при обнаружении бесхозных предметов, вызывающих подозрение автомобилей и других технических средств, а также получении сведений о планируемых терактах, наличии у граждан взрывчатых веществ и оружия, лицах, возможно причастных к подготовке и совершению преступлений, незамедлительно сообщайте в правоохранительные органы и экстренные службы;
- ☑ выполняйте законные требования сотрудников правоохранительных органов и иных лиц, ответственных за поддержание порядка во время проведения массовых мероприятий. Любая полученная информация будет подвергаться тщательной проверке, по всем сообщениям предприниматься адекватные меры, направленные на обеспечение безопасности граждан. Оперативный штаб в КБР гарантирует гражданам, сообщившим о подозрительных фактах, полную анонимность и конфиденциальность, а также благодарит жителей республики за понимание.

Телефоны "горячей линии":

- УФСБ России по КБР: 48-15-81 (телефон доверия);
- МВД по КБР: 40-49-10 (дежурная часть), 49-50-62 (телефон доверия);
- СУ СК России по КБР: 77-64-22 (телефон доверия);
- ГУ МЧС России по КБР: 39-99-99 (дежурная часть).

ДОРОГИЕ ЗЕМЛЯКИ!

Примите самые теплые поздравления по случаю 81-летия Великой Победы! Мы никогда не забудем наших отцов и дедов, отстаивших независимость и целостность нашей Родины. Их героизм и отвага смогли одолеть самое жестокое и бесчеловечное чудовище в мировой истории – фашизм. Сегодня мы отдаем глубокую дань уважения памяти тех, кто не вернулся к родным очагам.

Наш гражданский долг – окружить вниманием и заботой ветеранов войны и труда, тружеников тыла. А еще важнее передать по наследству память о Великой Победе подрастающему поколению.

В этот праздничный для всех нас день хочу пожелать ветеранам доброго здоровья, бодрости, оптимизма, светлых надежд и долгих лет жизни. Всем остальным – добра, семейного благополучия, мирного неба над головой!

Руслан БЖЕКШИЕВ, председатель райсовета ветеранов войны и труда.

Поздравляем

с юбилейным днем рождения
Светлану Кануковну ПАШТОВУ.
От души желаем крепкого здоровья, ярких дел в женсовете, которым руководите в родном Нижнем Куркужине, чтоб Вы с улыбкой – не иначе – встречали каждый новый день, жили благополучно, не ведая грусти и бед, и долгих счастливых лет!
Одноклассники 1969 года выпуска СШ сел. Н. Куркужин.



ОГРАНИЧЕННЫЙ НАБОР
В ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ БПЛА
ВОЗМОЖНОСТЬ УВОЛИТЬСЯ
ПО ОКОНЧАНИЮ КОНТРАКТА

5 500 000 РУБ.
ЗА ПЕРВЫЙ ГОД

2 500 000 РУБ.
ЕДИНОВРЕМЕННО

Списание долгов
до 10 млн. руб.

ОБРАЩАТЬСЯ: г. Нальчик, ул. Идарова, д. 198 Тел.: +7 (952) 579 03 45

ДОСКА ОБРЕЗНАЯ
ВСЕХ РАЗМЕРОВ ПО ОПТОВЫМ
ЦЕНАМ. ДОСТАВКА
АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЛЕС

Адрес: с.п. Заюково, ул. Кирова, 197.
Телефон: 8-928-708-28-85.

РЕКЛАМА

РАБОТА

■ Местной администрации Баксанского муниципального района требуются на постоянную работу **РАБОТНИКИ по содержанию здания администрации.** Зарплата достойная, полный соц. пакет, удобный график работы. Обр.: г. Баксан, ул. Гагарина, 1.

ПРОДАЖА. УЧАСТКИ

■ В верхней части села Исламей продается зем. участок 35 сот., молодой орошаемый сад. Рядом газ, вода. Есть все документы. Обр.: т. 8-938-915-74-11.

НАЧАЛАСЬ ПОДПИСКА на районную газету «Баксанский вестник» на II полугодие 2026 года

Стоимость подписки –

Подписаться на «БВ»
можно во всех почтовых
отделениях связи.

698
рублей

Баксанский вестник

Гл. редактор С.К. ДОТКУЛОВ.

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 361535,
Кабардино-Балкарская Республика,
г. Баксан, ул. Гагарина Ю.А., зд. 1Е/2,
помещение 4, тел./факс 2-19-33.
E-mail: bakvest@yandex.ru

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ – местная администрация Баксанского муниципального района, 361535, Кабардино-Балкарская Республика, г. Баксан, ул. Гагарина, п. 1Е.
РАСПРОСТРАНТЕЛЬ – Баксанский почтамт: 361535, Кабардино-Балкарская Республика, г. Баксан, пр. Ленина, 21, т. 8(866-34)4-18-22.
Газета выходит два раза в неделю: по средам и субботам. Цена: договорная.

Газета набрана и сверстана в редакции. Отпечатана в типографии ИП Нестеренко А.В., г. Новопокровск Ставропольского края, промзона. Издание зарегистрировано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Кабардино-Балкарской Республике. Свидетельство ПИ № ТУ07-00069 от 14.11.2012 г.

ВРЕМЯ ПОДПИСАНИЯ: по графику в 17 час. 08.05.2026 г. Фактически подписано в 17 час. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за содержание и достоверность сведений в газетных материалах и рекламных объявлениях несут авторы.

Индекс издания 51542. Тираж 2296 экз.