

ОФИЦИАЛЬНО

Глава КБР Казбек Коков провёл координационное совещание по обеспечению правопорядка

Глава КБР Казбек Коков провел заседание постоянно действующего координационного совещания по обеспечению правопорядка, где были затронуты актуальные темы в сфере молодежной политики и общественной деятельности в регионе.

ИНФОРМАЦИЮ о работе органов по профилактике правонарушений, совершаемых с использованием информационно-телекоммуникационных технологий, представил министр внутренних дел по КБР Вячеслав Крючков.

О принимаемых мерах по противодействию радикализации молодежи, вовлечению несовершеннолетних в противоправные и деструктивные движения, распространению субкультур проинформировали собравшихся министр по делам национальностей и общественным проектам КБР Анзор Курашинов, министр цифрового развития, связи и массовых коммуникаций КБР Аскер Бозиев, министр по делам молодежи КБР Азамат Люев, министр спорта КБР Ислам Хасанов, глава администрации Урванского муниципального района Хазрит Тлежуков.

Состоялся обмен мнениями по озвученным вопросам, в завершение приняты соответствующие решения по дальнейшей работе.

Сайт Главы и Правительства КБР.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 1148п МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ БАКСАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА Об отмене противопожарного режима

В соответствии с Федеральным законом от 21 декабря 1994 года № 69-ФЗ "О пожарной безопасности" и в связи со снижением риска возникновения чрезвычайных ситуаций на территории Баксанского муниципального района, местная администрация Баксанского муниципального района **постановляет**:

- Отменить с 11 сентября 2025 года противопожарный режим на пожароопасный период на территории Баксанского муниципального района для сил и средств Баксанской подсистемы единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
- Настоящее Постановление опубликовать в районной газете "Баксанский вестник".
- Признать утратившим силу Постановление местной администрации Баксанского муниципального района от 14 июля 2025 года № 870п.
- Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя Главы местной администрации Баксанского муниципального района по вопросам жизнеобеспечения и безопасности А.З. Ойтова.

Глава местной администрации Баксанского муниципального района А.Х. БАЛКИЗОВ. 10 сентября 2025 г.

В АДМИНИСТРАЦИИ РАЙОНА

Личный приём граждан

Глава администрации Баксанского района Артур Балкизов провел личный прием граждан. На встрече присутствовали жители сельских поселений Атажукино, Жанхотеко и Куба, которые обратились с вопросами, касающимися земельных отношений и хода строительства группового водопровода.

ОДНИМ из ключевых стал вопрос жительницы Жанхотеко о возможности получения земельного участка как многодетной семье, а также для семьи участника СВО.

По итогам приема дано поручение главам сельских поселений и руководителям структурных подразделений принять все необходимые меры и предоставить обратившимся исчерпывающую консультацию по дальнейшему разрешению их вопросов. Все озвученные проблемы взяты Главой администрации на личный контроль.

Администрация Баксанского района придает особое значение личным приемам граждан, как эффективному инструменту прямого диалога с населением и оперативного решения проблем.

Пресс-служба райадминистрации.

В СЕЛЬСКИХ ПОСЕЛЕНИЯХ

В Баксанёнке строится современная спортивная площадка



В СЕЛЬСКОМ поселении Баксаненок, в рамках госпрограммы "Комплексное развитие сельских территорий", координатором которой является Минсельхоз Кабардино-Балкарии, полным ходом идет строительство современной зоны воркаута. Она призвана стать центром притяжения для любителей активного образа жизни и местом, где молодежь, уже сейчас демонстрирующая спортивные успехи, сможет оттачивать свое мастерство. На сегодняшний день строители приступили к установке современных тренажерных комплексов.

Новый комплекс объединит спорт и комфорт: здесь появится площадка, где можно играть в баскетбол, футбол и волейбол, отдельная зона с современными тренажерами для воркаута, удобная парковка и благоустроенная территория. Общая площадь спортивных площадок составит 800 м², а зоны парковки и благоустройства – 440 м². Безопасность и комфорт занятий будут обеспечены мягким покрытием спортивных зон.

Заместитель Главы администрации Баксанского района Анатолий Ойтов подчеркнул, что Баксаненок является опорным населенным пунктом района, где реализуются ключевые проекты развития, и новая зона воркаута – яркий тому пример. Он также отметил, что создание условий для развития молодежи является приоритетом, и эта современная спортивная площадка станет важным элементом в формировании спортивной культуры села.

Стоит отметить, что в рамках программы "Комплексное развитие сельских территорий" параллельно ведется строительство физкультурно-оздоровительного комплекса, детского сада, современной ветклиники и объектов водоснабжения, что позволит значительно улучшить качество жизни в Баксаненке.

ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

В честь Дня солидарности в борьбе с терроризмом

В средней общеобразовательной школе №3 с.п. Баксаненок состоялось первенство Баксанского муниципального района по легкой атлетике, посвященное Дню солидарности в борьбе с терроризмом. Мероприятие объединило юных спортсменов из 7 общеобразовательных учреждений района.

Соревнования были направлены на укрепление солидарности в борьбе с терроризмом, популяризацию здорового образа жизни среди молодежи и воспитание патриотизма и гражданской ответственности.

Участники продемонстрировали высокий уровень подготовки, спортивный дух и стремление к победе. По итогам соревнований победители и призеры были награждены кубками, медалями и грамотами, предоставленными отделом по работе с молодежью и спорту местной администрации.

"Первенство по легкой атлетике стало важным событием в жизни района, способствуя формированию у подрастающего поколения ценностей мира, безопасности и здорового образа жизни", – отметил директор спортивной школы №2 Баксанского района Мухамед Каскулов.

Арина КИЛЯРОВА, руководитель пресс-службы райадминистрации.



НАШИ ИНТЕРВЬЮ

Есть такие люди, которые на работе вроде неприметны – свои служебные обязанности выполняют спокойно, без показных рапортов, но качественно и всегда в срок, а потом, когда подходит время, скромно отчитываются о проделанной работе.

Начальник общего отдела Баксанской районной администрации Винера Борисовна Балкизова – как раз из таких. Она очень ответственно относится к делу, которым занята. К ней часто обращаются жители практически из всех сельских поселений района. Как душевный и отзывчивый человек, она сопереживает своим посетителям, может выслушать, а потом терпеливо и доходчиво объясняет им, как действовать дальше.

Одним словом, Винера Балкизова притягивает к себе людей доброжелательностью и скрупулёзным отношением к их обращениям. Как все эти качества совмещаются в ней – загадка для окружающих. И лучший способ разгадать – задать вопрос напрямую, что автор этих строк и сделал.

– **Винера, где Вы учились, работали до прихода в райадминистрацию?**

– Я родилась в Баксане, училась в СОШ №3. Окончила экономический факультет Пятигорского государственного технологического университета. Поначалу занималась предпринимательской деятельностью, но понимала, что нужно расти, хотела трудиться по специальности. Первым

обращением, из которых 34 устных, остальные письменные. Из них положительное решение получили 1370 обращений, по 142 приняты соответствующие меры, по 778 дано разъяснение, по 244 обращения дан отказ по разным причинам, о чём заявителям сообщили в течение установленного срока.



Ни одно обращение не остаётся без ответа

местом работы стал отдел кадров и делопроизводства в Госкомитете КБР по занятости населения, где занимала должность специалиста около девяти лет. Затем трудилась в общем отделе Министерства труда и социальной защиты.

– **Насколько известно, у Вас положительная история профессиональной деятельности, которая может быть подтверждена полученными наградами: Благодарностями Председателя Правительства КБР, Госкомзанятости республики и Союза ветеранов Афганистана, локальных войн и военных конфликтов, а также Почётной грамотой Рескома профсоюза КБР. А почему решили перейти в администрацию Баксанского района?**

– Это было интересное для меня предложение, возможность не только дальнейшего роста, но и работать в своём родном городе. По итогам собеседования поняла, что в общем отделе, куда меня приглашают, пригодится и накопленный опыт – то, чем занималась ранее. Да и специфика, в принципе, одна и та же... И вот уже пятый год возглавляю общий отдел, за что уже удостоена Благодарности Главы администрации района.

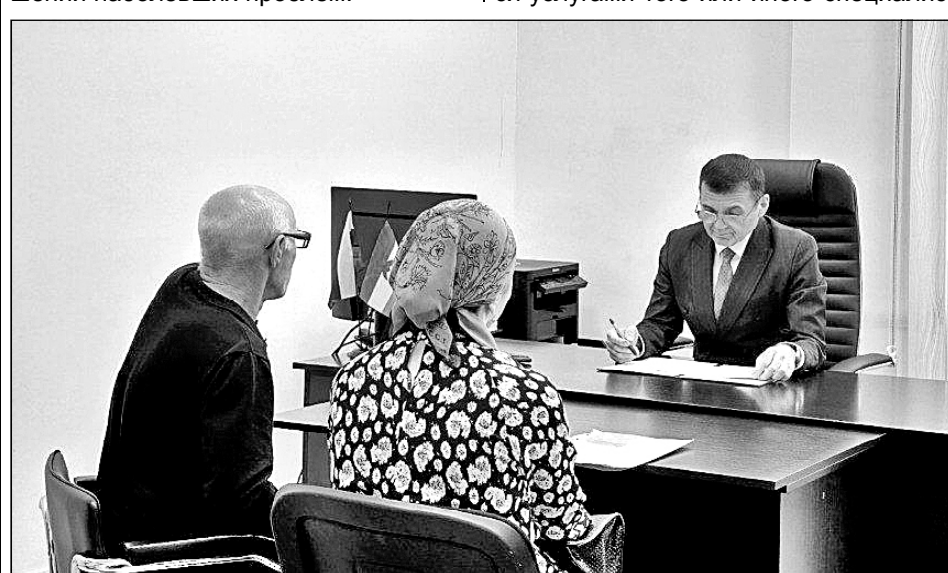
– **Не секрет, что на Ваш небольшой коллектив из пяти человек возложены многочисленные функции, особое место среди которых занимает работа с обращениями граждан. На Ваш взгляд, что главное в деятельности отдела?**

– Скажу сразу, что главное в нашем деле – умение общаться с людьми. А ведь люди-то все разные, к каждому нужно найти подход, вникнуть в суть его проблемы и разговаривать с ним так, будто ты сам побывал в такой ситуации, тебе это близко. Человек должен чувствовать, что интерес к нему искренен, и тогда наступает взаимопонимание.

– **Можно сказать, что Вы держите руку на пульсе района, знаете о многих проблемах, волнующих сельчан. Давайте обратимся к статистике. Сколько обращений от граждан поступило с начала года?**

– Ответ начну с прошлогодних цифр. За год поступило всего 2437

обращений, из которых 34 устных, остальные письменные. Из них положительное решение получили 1370 обращений, по 142 приняты соответствующие меры, по 778 дано разъяснение, по 244 обращения дан отказ по разным причинам, о чём заявителям сообщили в течение установленного срока.



– **По каким вопросам чаще всего граждане обращаются к Главе райадминистрации?**

– Львиную долю составляют обращения (937), связанные с природо-недроземлепользованием. Это – форма распоряжения земель и использование человеком тех или иных природных объектов с целью извлечения дохода.

– **Ещё какие вопросы являются наиболее распространёнными?**

– Ну, пожалуй, можно назвать обращения от граждан по вопросам строительства, транспорта, связи, ЖКХ. Людей часто волнуют земельный вопрос и неудовлетворительное водоснабжение на отдельных территориях.

– **Как видно из Вашего отчёта, обращения граждан в администрацию района через социальные сети становятся основной формой и всё более популярной. Однако в Вашу службу люди нередко приходят лично, большинство из них – пенсионеры.**

– Да, и многие не могут правильно сформулировать свою просьбу, изложить её на бумаге. Конечно, мы помога-

ем это сделать. При этом объясняем, что у Главы администрации существует график приёма посетителей. Вначале нужно записаться на приём, потом ждать определённого дня. На это уходит время. Если человек ни разу ни в какие инстанции со своей жалобой не обращался, ему проще вначале воспользоваться услугами того или иного специалис-

та в администрации, который курирует этот вопрос. Дело может решиться быстрее, порой в течение одного дня.

– **Но, понятное дело, некоторые настоятельные граждане настаивают на том, чтобы их записали непременно к Главе райадминистрации?**

– Да, такое тоже бывает нередко. Иные посетители сомневаются, что при обращении в менее высокие инстанции им не удастся избежать волокиты, не надеются на положительное решение своей проблемы. Однако подобные сомнения не обоснованы.

Хочу подчеркнуть, что Артур Хачимович Балкизов ввёл жёсткий контроль за исполнительной дисциплиной. Мы не оставляем без внимания ни одну жалобу. Все они строго регистрируются в установленном порядке, а их исполнение находится под постоянным контролем.

– **Пожалуйста, напомним, каковы сроки их исполнения?**

– По существующему законодательству жалобы должны рассматриваться в течение 30 дней. Но на деле мы стремимся насколько возможно сократить этот срок. Кроме того, есть вопросы, ко-

торые требуют оперативного вмешательства. Часто они решаются в течение дня.

– **За годы работы на этом хлопотном посту у Вас, наверное, появились постоянные посетители?**

– Действительно, некоторые жители района приходят в наш отдел с различными жалобами почти каждый год, а то и чаще. Я знаю их уже в лицо. В этом нет ничего удивительного: человеку один раз помогли, и он уверен, что помогут ещё и ещё. А принимаем мы граждан каждый рабочий день с 9 до 18 часов (перерыв с 13 до 14 часов).

– **Как Вам удаётся сохранять спокойствие при обращении с посетителями? Ведь среди них попадаются и люди нервные, раздражительные, грубые. Поделитесь секретом.**

– Никакого секрета нет. Если человек начинает повышать на тебя голос, нельзя поддаваться соблазну ответить ему тем же. Этого не позволяет не только должностная инструкция, но и адыгский этикет. Я начинаю говорить ещё более спокойно, и постепенно вспыльчивый собеседник сам невольно успокаивается.

Однажды пришлось полтора часа разговаривать по телефону с разгорячённым жителем одного из поселений района. И мне в конце концов удалось убедить его не только признать собственную неправоту, но и выгоду её признания, после чего извинился и благодарил меня.

– **Как известно, Глава муниципалитета на регулярной основе проводит личные приёмы граждан по вопросам, касающимся различных сфер жизни.**

– Да, согласно графику, в последний четверг каждого месяца Артур Хачимович Балкизов принимает граждан по личным вопросам. Подобное мероприятие является эффективным инструментом для взаимодействия с жителями. К тому же, это возможность выслушать мнения, обсудить наболевшие проблемы, а также оказать помощь и поддержку в их решении.

С каждым из обратившихся Глава муниципалитета ведёт обстоятельный разговор, объясняя, чем может помочь местная власть в каждом конкретном случае. По некоторым вопросам ситуацию удаётся разрешить уже во время личного общения, для решения других требуется время, и Артур Хачимович ставит их на контроль руководителям соответствующих структурных подразделений.

Важно, что Глава администрации не уходит от открытых вопросов. Порой приходится отказывать в просьбе, но так, чтобы человеку было понятно: решить его проблему сейчас нет возможности. Тем не менее ищутся какие-то варианты. Особенно, когда вопрос касается ветеранов, многодетных семей или семей участников СВО.

Хочу отметить и такой момент. Бывает, что посетитель пришёл с жалобой или просьбой, решение которой не входит в компетенцию районной администрации. В таком случае руководитель органа власти не только объясняет это пришедшему на приём, но и предлагает иные способы и пути решения проблемы.

У нас внедрён проект "Платформа обратной связи" (ПОС), созданная по поручению Президента РФ для того, чтобы граждане могли направлять обращения в госорганы через портал Госуслуг, что позволяет быстро получать объективную информацию о проблемах и оперативно принимать меры по их решению.

И ещё один аспект. За последнее время количество обращений наших граждан в вышестоящие органы, чтобы решить свои личные и общественные проблемы, значительно сократилось. Считаю, что это является доказательством повышения доверия жителей к исполнительной власти района.

– **Спасибо за содержательную беседу!**

Беседовал Аюес НЫРОВ.

ПАМЯТЬ

В августе 1992 года напряженность между руководством Грузии, получившей независимость в результате распада Советского Союза (СССР) и руководством Абхазии, которая стремилась к собственной независимости от Грузии, вылилась в открытый вооруженный конфликт.

ПРЕЗИДЕНТ Международной черкесской ассоциации и в то время исполняющий обязанности министра юстиции Российской Федерации Юрий Хамзатович Калмыков в срочном порядке призвал жителей республик проживания адыгов и диаспору оказать помощь братскому абхазскому народу.

Так, на второй день войны, первые добровольцы прибыли в практически находящийся в окружении войск Госсвета Грузии город Гудауту Республики Абхазия. Все они были представителями Кабардино-Балкарской Республики во главе с полковником Российской Армии в отставке, заслуженным военным лётчиком СССР Султаном Асламбековичем Сосналиевым.

18 августа на чрезвычайной сессии парламента КГНК в Грозном было принято решение оказать всестороннюю помощь сражающейся Абхазии, и в горячую точку начали прибывать все, кому была небезразлична судьба малочисленного народа, добровольцы со всего Северного Кавказа, других регионов России, из стран проживания абхазской диаспоры за рубежом – Турции, Иордании, Сирии и других.

У каждого из этих людей, которые по зову сердца прибыли на помощь абхазской армии, своя история. Но всех их объединяло одно: благородство, отвага, решимость, горячее желание с риском для собственной жизни помочь выжить абхазскому народу, не желавшему никакой войны.

Всего в Абхазии воевали 1562 человека из Кабардино-Балкарии, 59 из них погибли, 17 жителей нашей республики удостоены звания "Герой Абхазии", более 70 человек награждены "Орденом Леона" и более 130 – медалью "За отвагу".

Славим мужество и подвиг добровольцев



БЛАГОДАРИЯ стойкости и мужеству Абхазского народа и неоценимой поддержке добровольцев война завершилась победоносно.

30 сентября 1993 года территория Абхазии была освобождена от войск Госсвета Грузии. С момента окончания войны прошло без малого 32 года. Это довольно короткий срок, чтобы залечить раны. С неутраченной болью в сердце живёт Роза Хамидовна Хуранова из Дыгулыбгея с тех пор, как потеряла сына Казбека Владимировича Хуранова на войне за независимость Абхазии. Воевал он на Гумистинском фронте, участвовал в освобождении горы Ахабюк, города Гагры. Погиб в Шромской операции в ходе январско-мартовских наступлений.

"Ему было всего 23 года, когда он добровольцем уехал в Абхазию, был женат, работал пожарным, – рассказывает Роза Хамидовна. – Я рано потеряла мужа и сама поднимала четверых детей. В отличие от своих братьев – Муаеда и Мусы, Казбек обладал обостренным чувством справедливости, особым отношением ко мне – своей матери. Может, это от того, что он рано осознал, как тяжело без отца и старался поддерживать меня во всём. Был опорой для меня".



Доктор философских наук, профессор, преподаватель Абхазского государственного университета Хагба Лили Ризовна издала книгу "Их души тают над горами". Её герои стали образцом для подрастающих поколений, а сама книга – вечной памятью о павших и живых героях, совершивших подвиг во имя абхазского народа! Здесь очерк и о подвиге Казбека Хуранова, простого парня из Кабардино-Балкарии, который отдал свою жизнь за свободу и независимость Аpsны. Чтобы спасти жизнь детей, Казбек грудью лёг на вражескую гранату, за что был награждён медалью "За отвагу" посмертно.

Каждая семья погибших ежемесячно получает пенсию из Абхазии. Ежегодно руководство республики совместно с общественными организациями участников войны в Абхазии организуют отдых родителей погибших добровольцев в пансионате "Маяк".

В 2022 году такая поездка состоялась, благодаря Лили Хагба, автору книги "Их души тают над горами", Джамалу Барцыу – председателю союза абхазских ампутантов и Рудику Хагуш, – директору пансионата "Маяк", которые решили все организационные вопросы. В поездке участвовали всего три чело-

века: Роза Хуранова, Миша Берхамов и Тамара Тенгизова. На протяжении всего отдыха гостям из Кабардино-Балкарии был предоставлен комфортабельный автобус от Президента Республики Абхазия Аслана Бжания. Ежегодно за два дня до наступления нового года каждая семья получает по две коробки душистых сладких мандарин.

"Смерть сына – это невосполнимая утрата для матери, – говорит Роза Хамидовна с нескрываемой болью и скорбью. – Но я благодарна Правительству и Президенту республики, что не забывают о добровольцах из Кабардино-Балкарии, которые вместе с народом Абхазии отстаивали ее независимость, об их роли в завоевании свободы".

Ассоциация Героев России и Ассоциация офицеров России "Мегалит" в 2019 году наградили Розу Хуранову медалью "Солдатская мать" и Благодарственным письмом за образцовое воспитание сына, погибшего, защищая интересы страны.

ВМЕСТЕ с Казбеком Хурановым вспоминаем и других добровольцев из городского округа Баксан и Баксанского района.

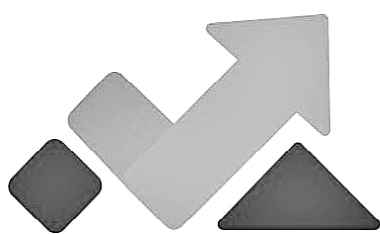
С большим теплом вспоминаем и Героя Абхазии – генерал-лейтенанта Султана Асламбековича Сосналиева, который, будучи министром обороны Республики Абхазия, во время войны всегда по-отцовски относился ко всем добровольцам.

Решение помочь Абхазии обрести независимость, для этих ребят не было попыткой стать героями, или внезапным порывом, свойственным молодым. Это было осознанным решением. Но они стали героями, и абхазский народ помнит и чтит их, славя мужество и подвиг добровольцев из Кабардино-Балкарии.

В Нальчике на площади Абхазии установлен памятник добровольцам, защитившим свободу и независимость Абхазии в Отечественной войне 1992-1993 г.г. А во Дворце культуры имени А.А. Шогенцукова висит стенд "Их души тают над горами" в память о добровольцах из г.о. Баксан и Баксанского района. Вечная память и низкий поклон!

Дусеня АБАЗОВА.

ВНИМАНИЕ: КОНКУРС



ЛИДЕРЫ СЕЛА

ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС МОЛОДЫХ УПРАВЛЕНЦЕВ

Конкурс является одним из флагманских проектов в сфере развития сельских территорий и подготовки новых кадров для села.

Организатором Конкурса выступает Общероссийская молодежная общественная организация "Российский союз сельской молодежи" (РССМ) при поддержке Ассоциации "ВАРМСУ" и Всероссийской политической партии "ЕДИНАЯ РОССИЯ". Реализация проекта проходит в рамках программы "Кадры для села", инициированной РССМ и Росмолодёжью.

ЦЕЛЬ И СМЫСЛЫ КОНКУРСА

Конкурс "Лидеры села" направлен на формирование устойчивой кадровой базы молодых управленцев и лидеров общественного мнения в сельской местности.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

- развитие компетенций в области управления и общественно-политической деятельности;
- создание площадки для обмена опытом и лучшими практиками;
- поддержка индивидуальных траекторий профессионального роста;
- формирование сообщества молодых единомышленников.

"Лидеры села" – это не просто проект, а реальный инструмент перезагрузки управленческого будущего сельских территорий, – отметил председатель РССМ, член Общественной палаты России Дмитрий Пекуровский. – "Это возможность для молодых людей взять на себя ответственность, стать голосом и делом своей малой родины. Только в прошлом году в конкурсе приняли участие более 20 000 молодых людей из 89 регионов страны. И фермеры, и студенты, и общественные деятели – целеустремлённые, активные, неравнодушные".

Третий сезон конкурса обещает быть не менее масштабным. Регистрация уже открыта на официальном сайте лидерсела.рф. К участию приглашаются молодые люди от 18 до 35 лет, живущие на селе или работающие над развитием сельских территорий.

КОНКУРС "ЛИДЕРЫ СЕЛА" ВКЛЮЧАЕТ:

- образовательную траекторию с онлайн и очными форматами;
 - серию дистанционных испытаний (тесты знаний, мотивации, лидерского потенциала);
 - финал в очном формате;
 - программу наставничества с топовыми экспертами и госдеятелями;
 - возможность стажировок в органах власти и рекомендации в кадровый резерв.
- Юлия Оглоблина, заместитель председателя Комитета Госдумы по аграрным вопросам, лидер РССМ и наставник конкурса: "Это единственная всероссийская платформа, на которой сельская молодёжь может раскрыть свой потенциал, обменяться опытом и запустить свои идеи. Важно показать неравнодушие, любовь к своей земле и реальные действия. Кто вы, кто в вашей команде, какие у вас идеи – именно это формирует образ настоящего лидера села".

ИТОГИ 2024 ГОДА:

- 20 000+ участников из 89 регионов РФ
- 2141 прошли во второй этап
- 150 финалистов из 56 субъектов
- 50 победителей из 34 регионов
- 150 наставников – госуправленцы, общественные лидеры, эксперты

Все подробности, этапы, новости и регистрация – на сайте: лидерсела.рф
Официальный телеграм-канал проекта: t.me/molodezhsele

Это проект для тех, кто не ждёт перемен – а создаёт их.

ПРО ЗДОРОВЬЕ

Как защититься от простуды и гриппа? Послушаем мнения разных врачей...

Врач-педиатр, диетолог, аллерголог-иммунолог центра профилактической педиатрии НМИЦ здоровья детей Минздрава России Светлана МАКАРОВА рассказывает об эффективных мерах профилактики гриппа у детей.

ГРИПП наиболее часто приводит к осложнениям, включая пневмонию, бронхит, отит и другие состояния, требующие длительного лечения и даже госпитализации. Особую опасность вирус представляет для малышей до пяти лет, детей с хроническими заболеваниями и ослабленным иммунитетом. Грипп относится к так называемым «вакциноуправляемым» инфекциям и наиболее важная мера профилактики – это прививка, которая делается ежегодно перед началом эпидемического сезона.

Но в период сезонного подъема заболеваемости также важно соблюдать определенные меры профилактики, чтобы защитить здоровье ребенка и предотвратить распространение инфекции.

• **Гигиенические меры.** Мытье рук с мылом после улицы, перед приемом пищи и после контакта с возможными источниками инфекции, значительно снижает риск заражения. Важно использовать маску в местах скопления людей и при общении с заболевшими. Регулярное проветривание помещений, влажная уборка и поддержание оптимального уровня влажности в доме помогут снизить концентрацию вирусов в воздухе.

• **При первых симптомах оставьте ребенка дома.** При появлении признаков заболевания (лихорадка, кашель, насморк, слабость, головная



боль), он должен оставаться дома. Не следует посещать образовательные учреждения и массовые мероприятия. Это поможет снизить риск тяжелого течения и осложнений заболевания, а также избежать распространения вируса и заражения окружающих.

• **Своевременно обращайтесь к врачу.** Грипп может развиваться стремительно, поэтому раннее обращение к врачу поможет точно поставить диагноз и начать лечение, предотвращая развитие осложнений.

• **Поддерживайте здоровый режим дня и питания.** Крепкий иммунитет – лучшая защита от инфекций. Полноценный сон, регулярные прогулки на свежем воздухе, физическая активность и сбалансированное питание укрепляют организм и помогают ему противостоять вирусам. В рацион ребенка должны входить: свежие овощи и фрукты, кисломолочные продукты, рыба, мясо и злаки. Следует избегать перегрузки ребенка: хроническая усталость и недостаток отдыха снижают защитные функции организма, делая его более уязвимым перед вирусами.

Врач-эндокринолог, нутрициолог Алексей КАЛИНЧЕВ: «Когда говорят о защите от ОРВИ, многие сразу вспоминают про витамин С. Однако современные исследования показывают, что главным защитником иммунитета является совсем другой витамин, чья эффективность имеет серьезное научное обоснование».

ВОПРОСИ распространенному мнению, главным витамином для защиты от простуд является не витамин С, а витамин D. Его роль в работе иммунной системы фундаментальна и давно доказана. Витамин D действует не как простой витамин, а как гормон, регулирующий работу иммунных клеток. Основная роль его защиты: активация врожденного иммунитета, регуляция адаптивного иммунитета, укрепление барьерной фун-

кции слизистых оболочек, которые являются первым физическим барьером на пути инфекции.

Почему его не хватает?

Витамин D практически не усваивается в достаточном количестве из пищи, а синтез в коже под солнцем в большинстве регионов России значимую роль играет лишь с мая по сентябрь. Здесь нужно учесть и тот фактор, что люди под прямыми лучами солнца летом практически не бывают. Поэтому дефицит наблюдается у абсолютного большинства людей.

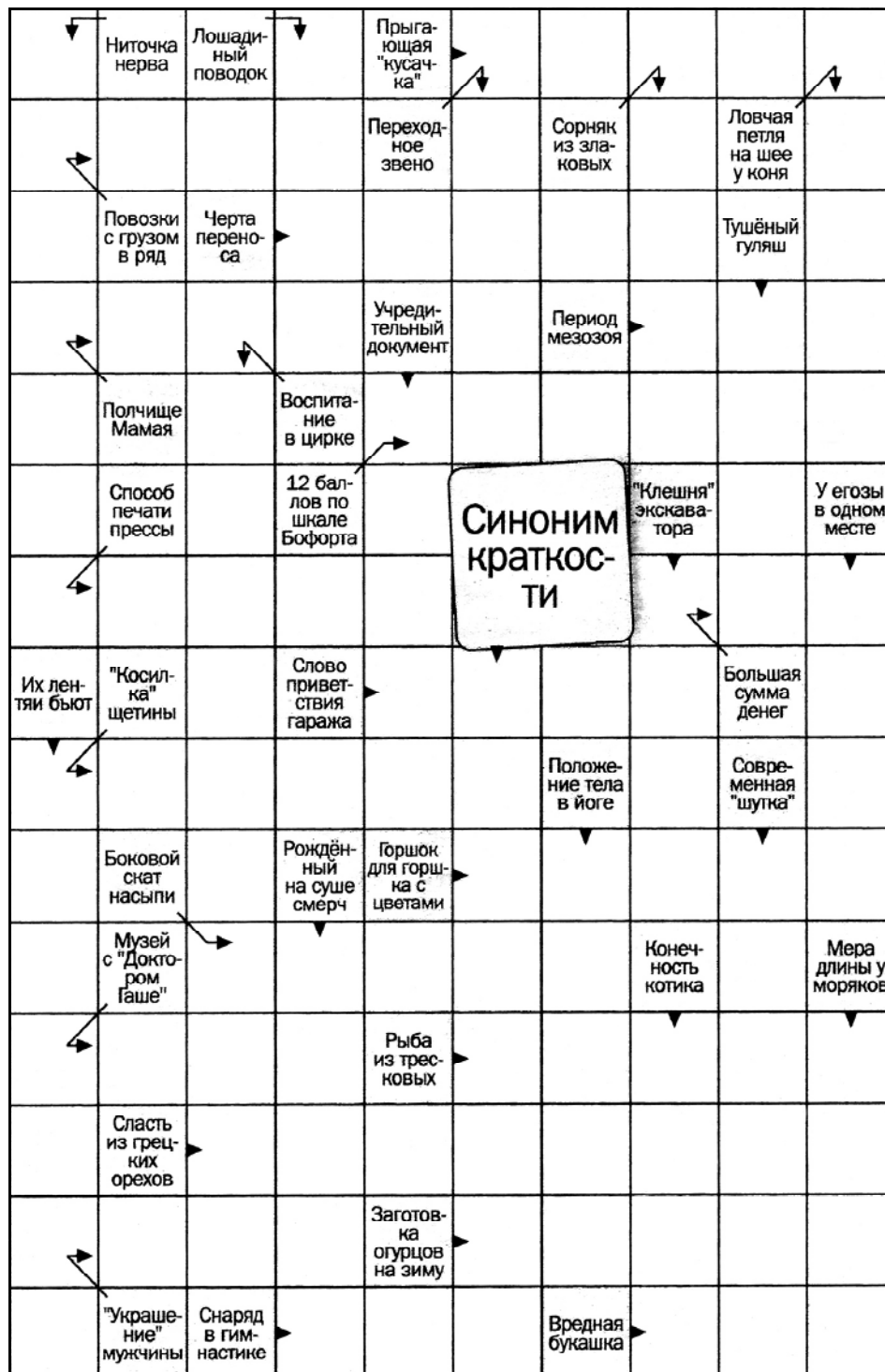
Как принимать для защиты?

Иммунная активность витамина D начинается с уровня 50 нг/мл в крови. Для его поддержания большинству людей необходим регулярный прием. Точную дозировку можно подобрать только с врачом под контролем анализа крови.

когда начинают пить антибиотики по любому поводу. Антибактериальная терапия назначается исключительно по показаниям. Если использовать антибиотик при вирусе, то он не работает, а побочные эффекты можно легко получить.

Из домашних средств при простуде допускаю только постельный режим, обильное теплое питье, щадящую диету (рекомендуется есть только теплые блюда и желателен в виде пюре) и жаропонижающие по необходимости, если уж слишком высокая температура. Но в этом случае обязательно нужно показаться врачу. Ведь человек не может адекватно оценить свое состояние, ему кажется, что это банальное ОРВИ, а за ним может скрываться ряд более серьезных проблем. А вообще легкие ОРВИ проходят очень быстро и не требуют лекарственной терапии.

Что же касается любимых многими прогреваний, я считаю, что до осмотра врача никакие тепловые процедуры делать нежелательно.



ОТВЕТЫ НА КРИС-КОСС ОТ 6 СЕНТЯБРЯ

М	Ф	Х	К	М	Ф	Ф
Ф	А	Т	О	М	Л	И
М	А	Р	Е	В	О	Р
О	Б	Р	У	Ч	П	Р
О	Т	М	Е	Л	Ь	Б
А	Т	Ь	Я	Г	У	А
П	О	Р	Т	Ь	Е	О
Л	О	С	И	Р	О	К
П	О	И	Л	К	А	Т
В	П	У	Ч	А	С	Т
К	О	Р	А	Л	П	Н
Ж	А	П	Ь	Е	Р	О
Р	А	С	С	О	Л	Р
Р	А	Н	Е	Т	О	Р
Л	И	Р	И	З	М	Л
П	Л	Е	С	К	Б	Р
И	О	А	Ш	К	О	А

ЭТО ИНТЕРЕСНО

ПЕНСИОНЕР ИЗ ЧЕЧНИ СТАЛ САМЫМ ПОЖИЛЫМ СТУДЕНТОМ В СКФО

78-летний Абубакар Лейдан стал студентом Чеченского государственного педагогического университета, где будет изучать родной чеченский и английский языки.

«Каждый человек должен знать свой язык, культуру и ценности. Жизнь, связанная со знаниями, – это настоящая жизнь. Время, проведенное без учебы, потрачено впустую. Решил доказать самому себе и своим детям, что учиться никогда не поздно», – говорит студент.

ДОМА – ВКУСНЕЕ

Шорпа с халпама. Карачаевский суп

Наваристый бульон, ароматное мясо и нежные кукурузные галушки. Готовим сытный обед, который с давних времен согревал кавказцев в непогоду. **ДЛЯ БУЛЬОНА:** вода – 4 л, сушеное говяжье или баранье мясо – 400 г, кыйма (домашняя колбаса из говядины, козлятины или баранины) – 500 г (можно заменить жирным магазинным купатом), лавровый лист, черный перец – по вкусу. **ДЛЯ ГАЛУШЕК:** мука кукурузная – 100 г, молоко для теста – 200 мл, яйцо – 1-2 шт., топленое масло – 150 г.

В кипящую воду кидаем сушеное говяжье или баранье мясо и кусок домашней колбасы. Варим час.

Замешиваем тесто для галушек: яйцо, топленое масло и молоко смешиваем с кукурузной мукой. Из теста формируем галушки – овальные лепешки, толщиной около 2 см и длиной 7 см. Отправляем галушки в бульон с мясом, добавляем специи. Варим всё вместе ещё 20 минут.

Вынимаем из бульона шумовку галушки и мясо – халпама принято подавать отдельно. Шорпу тоже сервируют отдельно – в небольших мисках, обильно посыпав зеленью.



О том, как нужно заботиться о себе для поддержания своего здоровья, рассказывает врач общей практики, получившая звание «Московский врач», Виктория АГАЛЬЦОВА.

АНТИБИОТИКИ при вирусных заболеваниях, прогревания к месту и нет, отказ от прививок — сегодня люди лечатся кто во что горазд. Однако последствия такого отношения к себе не заставляют себя ждать и проявляются различными осложнениями и проблемами со здоровьем. При этом настоящая забота о себе не требует каких-то сложных действий или серьезных финансовых вложений.

• **Обязательная диспансеризация.** У современного человека сегодня есть все возможности, чтобы следить за своим здоровьем – это программа диспансеризации, которая действует для всех с возраста 18 лет.

• **Опасности самолечения.** Самолечение — это то, что категорически запрещено. Особенно тот вариант,

ТЕЛЕПРОГРАММА

15–21 сентября

15 СЕНТЯБРЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

ПЕРВЫЙ	9.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Вести. Местное время 12.00 "60 минут" (12+) 14.00 Вести 14.30 Т/с "Тайны следствия" (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 "Спасская" (16+) 23.30 Вечер (12+) 2.10 Т/с "Тайны следствия" (16+) 3.00 Вести 3.30 Т/с "Тайны следствия" (16+)
	НТВ 4.50 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 6.30 "Утро. Самое лучшее" (16+) 8.00 "Сегодня" 8.25 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 10.00 "Сегодня" 10.35 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 13.00 "Сегодня"
5.00 Телеканал "Доброе утро". 9.00 Новости 9.20 "Модный приговор" (0+) 10.10 "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 "Бой с тенью" (16+) 23.00 "Большая игра" (16+) 0.10 "Время героев" (16+) 1.10 Подкаст.Лаб (16+) 3.00 Новости 3.05 Подкаст.Лаб (16+)	
РОССИЯ 1	
5.00 Утро России 9.00 Вести 9.30 Местное время	

16 СЕНТЯБРЯ, ВТОРНИК

ПЕРВЫЙ	9.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Вести. Местное время 12.00 "60 минут" (12+) 14.00 Вести 14.30 Т/с "Тайны следствия" (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 "Спасская" (16+) 23.30 Вечер с В. Соловьёвым (12+) 2.10 Т/с "Тайны следствия" (16+) 3.00 Вести 3.30 Т/с "Тайны следствия" (16+)	НТВ 4.55 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 6.30 "Утро. Самое лучшее" (16+) 8.00 "Сегодня" 8.25 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 10.00 "Сегодня" 10.35 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 13.00 "Сегодня" 13.25 "Чрезвычайное происшествие" 14.00 "Место встречи"
5.00 Телеканал "Доброе утро". 9.00 Новости 9.20 "Модный приговор" (0+) 10.10 "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 "Бой с тенью" (16+) 23.00 "Большая игра" (16+) 0.10 Д/с "Обыкновенный фашизм-2. Постскриптум". Фильм 7-й (18+) 1.20 Подкаст.Лаб (16+) 3.00 Новости 3.05 Подкаст.Лаб (16+)		
РОССИЯ 1		
5.00 Утро России 9.00 Вести 9.30 Местное время		

17 СЕНТЯБРЯ, СРЕДА

ПЕРВЫЙ	9.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Вести. Местное время 12.00 "60 минут" (12+) 14.00 Вести 14.30 Т/с "Тайны следствия" (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 "Спасская" (16+) 23.30 Вечер с В. Соловьёвым (12+) 2.10 Т/с "Тайны следствия" (16+) 3.00 Вести. 3.30 Т/с "Тайны следствия" (16+)
5.00 Телеканал "Доброе утро". 9.00 Новости 9.20 "Модный приговор" (0+) 10.10 "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 "Бой с тенью" (16+) 23.00 "Большая игра" (16+) 0.10 Д/с "Обыкновенный фашизм-2. Постскриптум". Фильм восьмой (18+) 1.25 Подкаст.Лаб (16+) 3.00 Новости 3.05 Подкаст.Лаб (16+)	
РОССИЯ 1	НТВ 4.50 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 6.30 "Утро. Самое лучшее" (16+) 8.00 "Сегодня" 8.25 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 10.00 "Сегодня" 10.35 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 13.00 "Сегодня" 13.25 "Чрезвычайное происшествие" 14.00 "Место встречи" 16.00 "Сегодня"
5.00 Утро России 9.00 Вести 9.30 Местное время	

18 СЕНТЯБРЯ, ЧЕТВЕРГ

<u>ПЕРВЫЙ</u>	9.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Вести. Местное время 12.00 "60 минут" (12+) 14.00 Вести 14.30 Т/с "Тайны следствия" (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 "Спасская" (16+) 23.30 Вечер с В. Соловьёвым (12+) 2.10 Т/с "Тайны следствия" (16+) 3.00 Вести 3.30 Т/с "Тайны следствия" (16+)
	<u>НТВ</u> 4.45 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 6.30 "Утро. Самое лучшее" (16+) 8.00 "Сегодня" 8.25 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 10.00 "Сегодня" 10.35 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+) 13.00 "Сегодня" 13.25 "Чрезвычайное происшествие" 14.00 "Место встречи"
<u>РОССИЯ 1</u>	
5.00 Утро России 9.00 Вести 9.30 Местное время	

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 "Стражник" (16+) 22.10 Т/с "Варяги" (16+) 23.35 "Сегодня" 0.00 Т/с "Варяги" (16+) 0.45 Т/с "Возмездие" (16+) 3.30 Х/Ф "ПЕТЛЯ" (16+)	МАТЧ 6.00 "Лучшие из лучших" (12+) 6.30 "Всё о главном" (12+) 7.00 Новости 7.05 Все на Матч! 9.00 Новости 9.05 Лица страны (12+) 9.25 "Команда мечты" (12+) 10.30 Футбол. Российская Премьер-Лига. Обзор тура (6+) 11.35 Специальный репортаж (12+) 11.55 Новости 12.00 Есть тема! 13.30 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира 16.30 Все на Матч! 16.55 Футбол. "Уфа" – "Урал" (Екатеринбург). Лига Пари 19.00 Борьба. Чемпионат мира 20.40 Громко 21.35 Футбол. "Комо" – "Дженоа". Чем-
---	--

16.00 "Сегодня" 16.45 "За гранью" (16+) 17.50 "ДНК" (16+) 19.00 "Сегодня" 20.00 Т/с "Стражник" (16+) 22.10 Т/с "Варяги" (16+) 23.35 "Сегодня" 0.00 Т/с "Варяги" (16+) 0.45 Т/с "Возмездие" (16+) 3.25 Х/Ф "ВОПРОС ЧЕСТИ" (16+)	МАТЧ 6.00 "Лучшие из лучших" (12+) 6.30 "Наши иностранцы" (12+) 7.00 Новости 7.05 Все на Матч! 9.00 Новости 9.05 Специальный репортаж (12+) 9.25 "Команда мечты" (12+) 10.30 Профессиональный бокс. Д. Лебедев – Дж. Тони (16+) 11.35 Специальный репортаж (12+) 11.55 Новости. 12.00 Есть тема! 13.30 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира 16.25 Футбол. "Оренбург" – "Рубин" (Казань), Кубок России 18.30 Футбол. "Акрон" (Тольятти) – "Локомотив" (Москва), Кубок России 20.45 Футбол. "Пари НН" (Нижний Новгород) – "Динамо" (Махачкала). Кубок России 22.45 Все на Матч! 0.30 Смешанные единоборства. Б. Му-
--	--

16.45 "За гранью" (16+) 17.50 "ДНК" (16+) 19.00 "Сегодня" 20.00 Т/с "Стражник" (16+) 22.10 Т/с "Варяги" (16+) 23.35 "Сегодня" 0.00 Т/с "Варяги" (16+) 0.45 Т/с "Возмездие" (16+) 4.15 Т/с "Агентство скрытых камер" (16+)	МАТЧ 6.00 "Лучшие из лучших" (12+) 6.30 "Голевая неделя. РФ" (6+) 7.00 Новости 7.05 Все на Матч! 9.00 Новости 9.05 Специальный репортаж (12+) 9.25 "Команда мечты" (12+) 10.30 Смешанные единоборства. UFC. Пётр Ян (16+) 11.35 Специальный репортаж (12+) 11.55 Новости. 12.00 Есть тема! 13.30 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира 16.30 Новости. 16.35 Все на Матч! 17.45 Футбол. "Крылья Советов" (Самара) – "Краснодар". Кубок России 20.00 Футбол. "Зенит" (Санкт-Петербург) – "Ахмат" (Грозный). Кубок России 22.45 Все на Матч!
---	---

16.00 "Сегодня" 16.45 "За гранью" (16+) 17.50 "ДНК" (16+) 19.00 "Сегодня" 20.00 Т/с "Стражник" (16+) 22.10 Т/с "Варяги" (16+) 23.35 "Сегодня" 0.00 Т/с "Варяги" (16+) 0.45 "Поздняков" (16+) 1.00 "Мы и наука. Наука и мы" (12+) 2.00 Х/Ф "БЫК И ШПИДЕЛЬ" (16+)	МАТЧ 6.00 "Лучшие из лучших" (12+) 6.30 "Третий тайм" (12+) 7.00 Новости 7.05 Все на Матч! 9.00 Новости 9.05 Специальный репортаж (12+) 9.25 "Команда мечты" (12+) 9.55 Боулинг. Кубок КЛБ. Про-тур 11.55 Новости 12.00 Есть тема! 13.30 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира 16.30 Новости 16.35 Все на Матч! 17.45 Автопортр. Российская серия кольцевых гонок. Казань ринг (6+) 18.15 Футбол. ЦСКА – "Балтика" (Калининградская область). Кубок России 20.30 Футбол. "Спартак" (Москва) – "Ростов" (Ростов-на-Дону). Кубок
--	---

пионат Италии 23.45 Все на Матч! 0.55 Футбол. Российская Премьер-Лига. Обзор тура (6+) 1.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира (6+) 3.55 Новости (0+) 4.00 Борьба. Чемпионат мира (12+)	МИР 05.00, 09.00, 10.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Новости (16+) 05.15, 15.15, 22.15, 23.45, 00.45, 02.15, 03.15 Мир. Мнение (16+) 05.30, 13.30, 14.50, 16.30 "Специальный репортаж" (12+) 05.45, 00.30, 03.30 "Сделано в содружестве" (12+) 05.55, 09.55, 13.55, 15.55, 23.55, 01.55, 03.55 "Евразия. Культурно" (16+) 06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1КБР" (16+) 06.10 "Муниципальный вестник" (12+) 06.40 "Адрес будущего" (12+) 07.10 "Си гукъэкъижхэр". Ветеран труда Мотя Шадова (каб.) (12+) 07.35 "Долг". Теленовелла (каб.) (12+) 08.10 "Суратла хапарлайбыла" (балк.) (12+) 08.35 "Ез дуня" (балк.) (12+) 09.15, 13.15, 03.45 "Култ личности" (12+)
---	--

хаммад – Дж. Делла Маддалена. UFC (16+) 1.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира (6+) 3.55 Новости (0+) 4.00 Борьба. Чемпионат мира (12+)	МИР 05.00, 09.00, 10.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00 Новости (16+) 05.15, 14.15, 15.15, 23.45, 00.45 Мир. Мнение (16+) 05.30, 14.00, 23.30 "Белорусский стандарт" (12+) 05.45, 14.30 "Отряд спортивного назначения" (12+) 06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1 КБР" (16+) 06.10 "Большекниа..." (12+) 06.25 "Моя история". Елена Нагоева. Чемпионка мира по каратэ. Передача 1-я (12+) 06.55 "Путевые заметки". Шадхурей (12+) 07.10 "Лыгъгъэм и дамыгъэ" (каб.) (12+) 07.45 "Адъгъгъэм и псалъгъгъэнахуэ" (каб.) (12+) 08.10 "Гъуэгуэм щыгъгъуэ хабзэр" (каб.) (12+) 08.30 "Жашауну бетлери" (балк.) (12+) 09.15, 13.15, 23.15 "Евразия. Дословно" (12+) 09.30, 10.30, 12.30, 13.30, 16.30 "Спе-
--	--

0.30 Профессиональный бокс. А. Гатти – М. Уорд (16+) 1.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира (6+) 3.55 Новости (0+) 4.00 Борьба. Чемпионат мира (12+)	МИР 06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1КБР" (16+) 06.10 "Моя история". Елена Нагоева. Чемпионка мира по каратэ. Передача 2-я (12+) 06.40 Репроспектива. "У Эльбруса и Казбека" (12+) 07.10 "Андзълъхубз" (каб.) (12+) 07.30 "Пшынгъз лэпэр псалъу". Народный артист КБР Х. Сохов (каб.) (12+) 08.10 "Емюрлюк хазнабыз" (балк.) (12+) 08.40 "Джоймовочка". Детский спектакль (6+) ПРОФИЛАКТИКА 10.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Новости (16+) 10.15, 14.00, 22.30, 03.30 Д/ф "Сентябрь, изменивший Беларусь" (16+) 10.45, 14.45, 00.15 "Не фантастика" (12+) 11.00, 04.30 "Исторический детектив" (16+) 11.30, 16.30, 01.15, 04.15 "Обману. Нет"
---	---

России 22.45 Все на Матч! 0.30 Смешанные единоборства. И. Топурия – Ч. Оливейра. UFC (16+) 1.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира (6+) 3.55 Новости (0+) 4.00 Борьба. Чемпионат мира (12+)	МИР 05.00, 09.00, 10.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Новости (16+) 05.15, 14.15, 15.15, 22.15, 23.45, 00.45, 02.15, 03.15 Мир. Мнение (16+) 05.30, 11.30, 13.45, 00.30, 03.30 "Специальный репортаж" (12+) 05.45, 11.00, 14.45, 04.45 "Вместе выгодно" (12+) 06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1КБР" (16+) 06.10 "Актуальная тема" (16+) 06.20 "Возвращение". Член Союза художников РФ Мурат Хажуев (12+) 07.10 "Псыпэхэши". Адыгский просветитель Нури Цагов (12+) 07.50 "Шалэгъуалэр мэгъушылз" (каб.) (12+) 08.10 "Устаз". Жулдуз Абезехова, г. Тырныауз (балк.) (12+) 08.35 "Билляча" (балк.) (12+) 09.15, 13.15, 03.45 "Евразия. Дословно" (12+) 09.30, 15.30, 02.30 Д/ф "Сентябрь, из-
---	--

09.30, 13.45, 22.45 "5 причин поехать в..." (12+) 09.45 "Белорусский стандарт" (12+) 10.15 "Обману. Нет" (16+) 10.30, 16.15, 00.15, 04.30 "Евразия. Регионы" (12+) 11.00 Итоговая программа "Вместе" (16+) 12.15, 16.45, 02.45 "Евразия. Дословно" (12+) 12.30, 23.15 "Исторический детектив" (16+) 14.00 "Не фантастика" (12+) 14.15, 01.15 Д/ф "Победный строй" (16+) 15.30, 22.30, 04.15 "Вместе выгодно" (12+) 15.45, 02.30 "Отряд спортивного назначения" (12+) 17.00 "Новости 1 КБР" (16+) 17.10 "КИД: клуб интересных дел" (12+) 18.00 "Тхылъымрэ сэрс" (каб.) (12+) 18.20 "Къэфаклуэхэр" (каб.) (12+) 19.00 "Ма алай!". Молодежная программа (балк.) (12+) 19.30 "Новости 1 КБР" (16+) 19.45 "Моя история". Елена Нагоева. Чемпионка мира по каратэ. Передача первая (12+) 20.20 "Больше книги..." (12+) 20.35 "Лыгъгъэм и дамыгъэ" (каб.) (12+) 21.10 "Жашауну бетлери" (балк.) (12+) 21.40 "Новости 1 КБР" (16+)	
---	--

циальный репортаж" (12+) 09.45, 14.45 "Обману. Нет" (16+) 10.15, 00.30 "Вместе выгодно" (12+) 10.45, 15.45 "5 причин поехать в..." (12+) 10.55, 12.55, 14.55, 16.55, 22.55, 00.55 "Евразия. Культурно" (16+) 11.00, 22.15 Д/ф "Победный строй" (16+) 11.45, 16.45, 00.15 "Култ личности" (12+) 12.15, 16.15 "Не фантастика" (12+) 12.45, 15.30, 01.15 "Сделано в содружестве" (12+) 13.45 "Евразия. Регионы" (12+) 17.00, 19.30 "Новости 1 КБР" (16+) 17.10 "Узэрпелъш". Осенняя выставка работ художников в КБР (12+) 17.25 "Ди пщэфлэлэм" (каб.) (12+) 18.05 "Заман бизни сайлагъанды" (балк.) (12+) 18.30 "Пусть спешат сердца на помощь". Благотворительный концерт в поддержку Ахмеда Шампарова. 1-я часть (12+) 19.45 "Моя история". Елена Нагоева. Чемпионка мира по каратэ. Передача 2-я (12+) 20.20 "Андзълъхубз" (каб.) (12+) 20.40 "Пшынгъз лэпэр псалъу". Х. Сохов (каб.) (12+) 21.10 "Емюрлюк хазнабыз" (балк.) (12+) 21.40 "Новости 1 КБР" (16+) 01.30 "Исторический детектив" (16+)	
--	--

(16+) 11.45, 23.15 "5 причин поехать в..." (12+) 11.55, 13.55, 15.55, 23.55, 01.55, 03.55 "Евразия. Культурно" (16+) 12.15, 15.45 "Евразия. Регионы" (12+) 12.45, 00.30 "Отряд спортивного назначения" (12+) 13.15 "Култ личности" (12+) 13.30, 01.30 "Вместе выгодно" (12+) 13.45, 02.30 "Сделано в содружестве" (12+) 14.30, 15.30, 16.15, 23.30, 01.45 "Специальный репортаж" (12+) 15.15, 22.15, 23.45, 00.45, 02.15, 03.15 Мир. Мнение (16+) 16.45, 02.45 "Евразия. Дословно" (12+) 17.00 "Новости 1 КБР" (16+) 17.10 "Билляча" (балк.) (12+) 17.35 "Жаниэрхъ" (каб.) (12+) 18.00 "Лъэлкъыр зыгъгуардэ". Хангери Бакоев (каб.) (12+) 18.30 "Пусть спешат сердца на помощь". Благотворительный концерт в поддержку Ахмеда Шампарова (12+) 19.30 "Новости 1 КБР" (16+) 19.45 "Возвращение". Член Союза художников РФ Мурат Хажуев (12+) 20.25 "Псыпэхэши". Адыгский просветитель Нури Цагов (каб.) (12+) 21.05 "Устаз". Жулдуз Абезехова, г. Тырныауз (балк.) (12+) 21.30 "Актуальная тема" (16+) 21.40 "Новости 1 КБР" (16+)	
---	--

(16+) 10.15, 14.30, 01.15 "Евразия. Регионы" (12+) 10.45, 16.15, 00.15 "Обману. Нет" (16+) 10.55, 12.55, 14.55, 16.55, 22.55, 00.55, 02.55, 04.55 "Евразия. Культурно" (16+) 11.15 "Не фантастика" (12+) 11.45, 16.45, 22.45 "Култ личности" (12+) 12.15, 22.30, 04.15 "Белорусский стандарт" (12+) 12.30, 23.15 "Исторический детектив" (16+) 13.30 "Отряд спортивного назначения" (12+) 14.00, 16.30, 01.45 "5 причин поехать в..." (12+) 17.00, 19.30 "Новости 1 КБР" (16+) 17.10 "Твое время" (12+) 17.55 "Угуаз". Религиозно-просветительская программа (балк.) (12+) 18.25 "Шынгъгъэр – гъуазыгъ" (каб.) (12+) 18.50 "Макъамз" (каб.) (12+) 19.45 "Служба "02" сообщает" (16+) 19.55 "Дети и родители". Советы психологов (12+) 20.25 "Шэпхэбзэм и хъуэгъуэфыгъуэхэр" (каб.) (12+) 20.40 "Сабилгъуэр зауэм зылзълыхахэр" (каб.) (12+) 21.10 "Ана тил". Телевикторина (балк.) (12+) 21.40 "Новости 1 КБР" (16+) 04.30 "Наши иностранцы" (12+)	
---	--

19 СЕНТЯБРЯ, ПЯТНИЦА

ПЕРВЫЙ

5.00 Телеканал "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "Модный приговор" (0+)
10.10 "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
18.40 "Человек и закон" (16+)
19.45 "Поле чудес" (16+)
21.00 "Время"
21.45 "Голос. Дети". Новый сезон (0+)
23.25 Д/ф "Азнавур глазами Шарля" (16+)

0.45 Подкаст.Лаб (16+)

РОССИЯ 1

5.00 Утро России
9.00 Вести
9.30 Местное время
9.55 О самом главном (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 "60 минут" (12+)

14.00 Вести
14.30 Т/с "Тайны следствия" (16+)
16.30 Вести
17.00 Прямой эфир (16+)
18.00 "60 минут" (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 "Ну-ка, все вместе!" (12+)
23.55 "Истории Большой Страны" (12+)
0.55 X/Ф "ПРОВИНЦИАЛКА" (16+)
НТВ
4.55 Т/с "Морские дьяволы. Вектор атаки" (16+)
6.30 "Утро. Самое лучшее" (16+)
8.00 "Сегодня"
8.25 Д/с "Мои университеты. Будущее за настоящим" (6+)
9.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
10.00 "Сегодня"
10.35 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
11.05 Т/с "Морские дьяволы. Полярный конвой" (16+)
13.00 "Сегодня"
13.25 "Чрезвычайное происшествие"
14.00 "Место встречи"
16.00 "Сегодня"
16.45 "ДНК" (16+)
17.55 "Жди меня" (12+)
19.00 "Сегодня"
20.00 Т/с "Стражник" (16+)

22.10 Т/с "Варяги" (16+)
0.20 "Своя правда" (16+)
2.15 "Захар Прилепин. Уроки русско-го" (12+)
2.45 "Квартирный вопрос" (0+)
3.35 Т/с "Агентство скрытых камер" (16+)
МАТЧ
6.00 "Лучшие из лучших" (12+)
6.30 "Формула-1. Гаснут огни" (12+)
7.00 Новости
7.05 Все на Матч!
9.00 Новости
9.05 "Небесная грация" (6+)
9.25 "Команда мечты" (12+)
10.30 Футбол. Кубок России. Обзор (6+)
11.25 Новости
11.30 ЕСТЬ тема!
12.55 Фигурное катание. Олимпийский отборочный турнир. Женщины. Короткая программа
16.55 Новости
17.00 Все на Матч!
17.40 Борьба. Чемпионат мира
18.25 Все на Матч!
18.55 Борьба. Чемпионат мира
20.45 Все на Матч!
21.50 Футбол. "Бетис" – "Реал Сосьедад". Чемпионат Испании
0.00 Евротур (12+)
0.50 Все на Матч!
1.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира (6+)
3.55 Новости (0+)

4.00 Борьба. Чемпионат мира (12+)
4.55 Фигурное катание. Олимпийский отборочный турнир. Мужчины. Короткая программа
МИР
05.00, 09.00, 10.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00 Новости (16+)
05.15, 14.15, 15.15, 22.30, 23.45, 00.45, 02.30, 03.15 Мир. Мнение (16+)
05.30, 10.15, 13.30, 02.45 "Сделано в содружестве" (12+)
05.45, 09.45, 11.00, 12.15, 14.00, 15.30, 16.30, 04.15 "Специальный репортаж" (12+)
05.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 23.55, 01.55, 03.55 "Евразия. Культурно" (16+)
06.00, 07.00, 08.00 "Новости. Утро. 1 КБР" (16+)
06.10 "Служба 02" сообщает" (16+)
06.20 "Твое время" (12+)
07.10 "Изшлагъз дызыхуэныкхуэхэр" (каб.) (12+)
07.30 "Сабишгъуэр зауэм зылэщыхахэр" (каб.) (12+)
08.10 "Шэнхабзэм и хуэгъуэфыгъуэхэр" (каб.) (12+)
08.25 "Ана тил". Телевикторина (балк.) (12+)
09.15, 13.45, 23.15 "Не фантастика" (12+)
09.30, 12.30, 03.30 "Вместе выгодно" (12+)

10.30, 00.30 "Белорусский стандарт" (12+)
10.45, 01.15 "Наши иностранцы" (12+)
11.15, 15.45, 23.30 "Отряд спортивно-го назначения" (12+)
11.30, 16.15, 00.15 "5 причин поехать в..." (12+)
11.45, 22.45 "Евразия. Дословно" (12+)
12.45, 16.45, 04.45 "Евразия. Регионы" (12+)
13.15, 03.45 "Культ личности" (12+)
14.30 Д/ф "Сентябрь, изменивший Беларусь" (16+)
17.00, 19.30, 21.40 "Новости 1 КБР" (16+)
17.10 Спектакль "Размазня" (12+)
17.20 "Кавер-шоу" (12+)
18.00 "Уузыншэмз". Кандидат медицинских наук Мадина Цагова (каб.) (12+)
18.30 "Адз хэкум и къуэ пэж". Памяти Кавалера ордена Славы трех степеней Менли Мусова (каб.) (12+)
19.00 "Чамхана" (балк.) (12+)
19.45 "Народные промыслы". Мастер-оружейники Салим и Заур Лакуновы (12+)
20.20 "Зи къалэмыр шэц'а". Тембот Керашев (каб.) (12+)
21.05 "Сейир эте, жашаргъа". Художник Мухтар Узденов (балк.) (12+)
22.15, 02.15 "Обману. Нет" (16+)
01.30 "Исторический детектив" (16+)
04.30 "Все как у людей" (6+)

20 СЕНТЯБРЯ, СУББОТА

ПЕРВЫЙ

6.00 "Доброе утро. Суббота"
9.45 "Слово пастыря" (0+)
10.00 Новости
10.15 Д/ф "Одна счастливейшая жизнь". Кирилл Лавров (12+)
11.05 "Вспомнить всё" (12+)
12.00 Новости
12.15 Поехали! (12+)
13.05 X/Ф "УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ" (16+)
16.15 Д/ф "Огневое превосходство Аркадия Шипунова". Ко Дню оружейника (12+)
17.05 "Кто хочет стать миллионером?" (12+)
18.00 Вечерние новости
18.20 "Пусть говорят". Специальный выпуск (16+)
20.00 "Время". Специальный выпуск
20.30 Международный музыкальный конкурс "Интервидение"
0.20 "Пусть говорят". Специальный выпуск (16+)
1.25 Подкаст.Лаб (16+)

РОССИЯ 1

5.00 Утро России. Суббота
8.00 Местное время. Суббота
8.35 "По секрету всему свету"
9.00 "Формула еды" (12+)
9.25 "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 "Юмор! Юмор! Юмор!!!" (16+)
17.30 Вести
17.50 "Привет, Андрей!" (12+)
20.00 Вести
20.50 Вести. Местное время
21.00 X/Ф "ДАНИЛОВСКИЙ ТУПИК" (16+)
0.50 X/Ф "НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ" (16+)
НТВ
4.35 Т/с "Приставы" (16+)
6.20 "Жди меня" (12+)
7.20 "Смотр" (16+)
8.00 "Сегодня"
8.20 "Поедем, поедим!" (16+)
9.20 "Едим дома" (0+)
10.00 "Сегодня"
10.20 "Главная дорога" (16+)
11.00 "Живая еда" (12+)
12.00 "Квартирный вопрос" (0+)
13.00 Д/ф "Сатья" (16+)
14.00 "Секрет на миллион" (16+)
16.00 "Сегодня"
16.20 ЧП. Расследование (16+)
17.00 "Своя игра" (0+)

18.00 "Следствие вели..." (16+)
19.00 "Центральное телевидение"
20.10 "ВИА Суперстар!" (16+)
0.00 "Ты не поверишь!" (16+)
1.00 "Ч.Т.Д." (16+)
1.30 Квартирник НТВ (16+)
2.45 "Дачный ответ" (0+)
3.35 X/Ф "БОЛЕВОЙ ПОРОГ" (16+)
МАТЧ
6.00 Фигурное катание. Олимпийский отборочный турнир. Мужчины. Короткая программа
9.00 Новости
9.05 Все на Матч!
10.00 Новости
10.05 М/с "Чемпионы" (6+)
10.25 Регби. "Красный Яр" (Красноярск) – "Динамо" (Москва). Чемпионат России
12.25 Фигурное катание. Олимпийский отборочный турнир. Женщины. Произвольная программа
16.50 Все на Матч!
17.10 Футбол. "Реал" (Мадрид) – "Эспаньол". Чемпионат Испании
19.15 Футбол. "Динамо" (Махачкала) – "Локомотив" (Москва). Российская Премьер-Лига
21.35 Футбол. "Удинезе" – "Милан". Чемпионат Италии
23.45 Все на Матч!
1.00 "Формула-1. Гаснут огни" (12+)
1.30 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Казань ринг (6+)

1.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира (6+)
3.55 Новости (0+)
4.00 Борьба. Чемпионат мира (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 Новости (16+)
05.15 "Легенды Центральной Азии" (12+)
05.30, 11.45, 02.45 "Не фантастика" (12+)
05.45, 10.45, 14.45, 01.30 "5 причин поехать в..." (12+)
06.00 Спектакль "Размазня" (12+)
06.10 "Народные промыслы". Мастер-оружейники Салим и Заур Лакуновы (12+)
06.40 "Мастер слова". Тембот Керашев (каб.) (12+)
07.25 "Адз хэкум и къуэ пэж". Памяти кавалера ордена Славы трех степеней Менли Мусова (каб.) (12+)
07.55 "Сейир эте, жашаргъа". Художник Мухтар Узденов (балк.) (12+)
08.30 "Чамхана" (балк.) (12+)
09.15, 13.15, 01.45 "Евразия. Дословно" (12+)
09.30, 15.15, 01.15 "Обману. Нет" (16+)
09.45, 12.45 "Вместе выгодно" (12+)
10.15 Д/ф "Сентябрь, изменивший Беларусь" (16+)

10.55, 12.55, 14.55, 16.55, 22.55, 00.55, 02.55, 04.55 "Евразия. Культурно" (16+)
11.15, 14.30, 15.45, 22.30, 23.45, 02.30, 03.30 "Специальный репортаж" (12+)
11.30, 15.30, 22.15, 03.45 "Евразия. Регионы" (12+)
12.15, 16.45, 22.45 "Культ личности" (12+)
12.30, 00.45 "Отряд спортивного назначения" (12+)
13.30, 04.30 "Наше кино" (16+)
14.15, 00.30, 04.15 "Сделано в содружестве" (12+)
16.15, 23.15, 02.15 "Белорусский стандарт" (12+)
16.30, 00.15 "Наши иностранцы" (12+)
17.00 "О земном и о небесном" (12+)
17.20 "Лэзгъулыкху" (каб.) (6+)
17.35 "День адыгоя" (12+)
18.05 "Наследники Тлепша". Черкесское оружейное искусство (12+)
19.00 "Саппамала" (балк.) (12+)
19.20 "Илму". Сказка как жанр драматургии (балк.) (12+)
20.05 "Ыйыкх" (балк.) (16+)
20.20 "Адыгэз лъэпкъ тхыдэм и гъуджэ". Вечер старинной адыгской песни. "Зеркало адыгской истории" (каб.) (12+)
21.05 "Си Хэкужэ, дакхэж маф'из" (каб.) (12+)
21.40 "Республикам щыхъыбархэр" (каб.) (16+)
23.30, 03.15 "Легенды Центральной Азии" (12+)

21 СЕНТЯБРЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ

ПЕРВЫЙ

6.00 Новости.
6.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
6.55 "Часовой" (12+)
7.25 "Здоровье" (16+)
8.30 "Золотая коллекция Союзмультфильма" (0+)
9.10 "Непутевые заметки" (12+)
9.30 Лотерея "Мечталлион" (12+)
10.00 Новости
10.15 "Жизнь своих" (12+)
11.05 "Повара на колесах" (12+)
12.00 Новости
12.15 "Видели видео?" (0+)
13.40 Д/ф "Одна счастливейшая жизнь". Кирилл Лавров (12+)
14.45 Т/с "Казароза" (16+)
18.00 Вечерние новости
19.00 "Две звезды". Семейный подряд (12+)
21.00 "Время"
23.00 X/Ф "ТРИГГЕР" (18+)
0.50 Подкаст.Лаб (16+)
1.10 Специальный репортаж (16+)

РОССИЯ 1

5.30 X/Ф "НЕЛЁГКОЕ СЧАСТЬЕ" (16+)
7.20 "В кругу друзей"
8.00 Местное время. Воскресенье
8.35 Когда все дома

9.25 Утренняя почта
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 "Наши. Военкоры" (12+)
12.00 Д/ф "Атомный прорыв. К 80-летию атомной промышленности" (12+)
13.00 Судьба человека (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
15.00 "Парад юмора" (16+)
17.00 Вести
17.50 "Песни от всей души" (12+)
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин
23.00 Воскресный вечер (12+)
1.30 Д/ф "Атомный прорыв" (12+)
2.30 X/Ф "НЕЛЁГКОЕ СЧАСТЬЕ" (16+)
НТВ
4.55 Т/с "Приставы" (16+)
6.50 "Центральное телевидение" (16+)
8.00 "Сегодня"
8.20 "У нас выигрывают!" (12+)
10.00 "Сегодня"
10.20 "Первая передача" (16+)
11.00 "Чудо техники" (12+)
12.00 "Дачный ответ" (0+)
13.00 "НашПотребНадзор" (16+)
14.00 "Однажды..." (16+)
15.00 "Своя игра" (0+)

16.00 "Сегодня"
16.20 Человек в праве (16+)
17.00 "Следствие вели..." (16+)
18.00 "Новые русские сенсации" (16+)
19.00 "Итоги недели"
20.20 "Ты супер!" Новый сезон (6+)
23.20 "Звезды сошлись" (16+)
1.00 "Основано на реальных событиях" (16+)
4.15 ЧП. Расследование (16+)
МАТЧ
6.00 Профессиональный бокс. Ф. Тринидад – У. Джоппи (16+)
7.00 Новости
7.05 Все на Матч!
8.35 Новости
8.40 Фигурное катание. Олимпийский отборочный турнир. Мужчины. Произвольная программа
13.25 Футбол. "Лацио" – "Рома". Чемпионат Италии
15.30 Все на Матч!
16.15 Хоккей. "Ак Барс" (Казань) – "Авангард" (Омск). Чемпионат КХЛ
19.00 Футбол. "Краснодар" – "Зенит" (Санкт-Петербург). Российская Премьер-Лига
21.50 Футбол. "Барселона" – "Хетафе". Чемпионат Испании
0.00 "После футбола"
1.00 Новости (0+)
1.05 Все на Матч!
1.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат мира (6+)

3.55 Новости (0+)
4.00 Борьба. Чемпионат мира (12+)
МИР
05.00, 09.00, 10.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 04.00 Новости (16+)
05.15, 10.30, 13.15 "Культ личности" (12+)
05.30 "Все как у людей" (6+)
05.45 "Нашииностранцы" (12+)
05.55, 09.55, 13.55, 15.55 "Евразия. Культурно" (16+)
06.00 "Республикэм щыхъыбархэр" (каб.) (16+)
06.15 "Адыгэз лъэпкъ тхыдэм и гъуджэ". Вечер старинной адыгской песни. "Зеркало адыгской истории" (каб.) (12+)
07.00 "Наследники Тлепша". Черкесское оружейное искусство (12+)
07.55 "Ыйыкх" (балк.) (16+)
08.10 "Илму". Сказка как жанр драматургии (балк.) (12+)
08.55 Г. Цыферов. "Как отдыхал подземный кран". Сказка для детей (6+)
09.15 "Наше кино" (16+)
09.45, 14.15 "Отряд спортивного назначения" (12+)
10.15, 13.45 "Вместе выгодно" (12+)
10.45, 12.15, 14.30, 16.45, 23.30, 00.30, 04.45 "Специальный репортаж" (12+)

11.00, 02.00 Итоговая программа "Вместе" (16+)
12.00, 16.15 "Обману. Нет" (16+)
12.30, 22.45 "Евразия. Дословно" (12+)
12.45, 16.30, 23.45, 03.30 "Сделано в содружестве" (12+)
13.30, 23.15 "Евразия. Регионы" (12+)
14.45, 04.30 "Не фантастика" (12+)
15.15, 01.30 "Рожденные в СССР" (16+)
15.45, 00.15 "5 причин поехать в..." (12+)
17.00 "Сокхъ, къобузум" (балк.) (12+)
17.45 "Саулукх" (балк.) (12+)
18.25 "Искусство в кадре" (12+)
18.40 "Воспоминания". Заслуженная артистка КБАССР Валентина Мисакова (12+)
19.10 "Время и личность". Памяти Пишкана Таова (12+)
19.45 "Бзыльхуэгъ щыпкъэ" (каб.) (12+)
20.05 "Гъащ'эм ссхуишэ гъуэуэ" (каб.) (12+)
20.40 "Лпыгъэ щ'ап'лэ лпыр укыладэ-къым" (каб.) (12+)
21.30 "Республика: картина недели" (16+)
22.15, 01.15 "Отряд спортивного назначения" (12+)
22.30, 03.15 "Наши иностранцы" (12+)
23.55, 01.55, 03.55 "Евразия. Культурно" (16+)
00.45 "Вместе выгодно" (12+)
03.00 "Обману. Нет" (16+)
03.45 "Культ личности" (12+)
04.15 "Легенды Центральной Азии" (12+)

Редакция не занимается составлением программ и не несет ответственности за несовпадения

Рекорд в самом скоростном восхождении на Эльбрус

Самое быстрое восхождение на обе вершины Эльбруса совершил мастер спорта по альпинизму Виталий Шкель в Кабардино-Балкарии, сообщает Минкурортов КБР.

"Рекорд официально зафиксирован – 6 часов 29 минут 8 секунд понадобилось Виталию Шкель, чтобы подняться на самую высокую гору России и Европы", – говорится в сообщении.

Уникальный скоростной забег на Эльбрус мастер спорта по альпинизму, чемпион и призер России по скайраннингу и ски-альпинизму Виталий Шкель совершил 22 августа. Теперь рекорд зафиксирован официально, уточнили в министерстве.

Спортсмен преодолел маршрут, известный как альпинистский крест, который включает обе вершины Эльбруса с последующим спуском на противоположной стороне. Протяженность дистанции составила около 30 километров, а перепад высот превысил 7 тысяч метров. Обычно на прохождение этого маршрута у скайраннеров уходит несколько дней.

ПОГОДА НА НЕДЕЛЮ

15 СЕНТЯБРЯ

переменная облачность

+20°
+10°

16 СЕНТЯБРЯ

пасмурно

+18°
+13°

17 СЕНТЯБРЯ

временами дождь

+20°
+13°

18 СЕНТЯБРЯ

переменная облачность

+21°
+15°

19 СЕНТЯБРЯ

временами дождь

+21°
+14°

20 СЕНТЯБРЯ

дождь

+21°
+11°

21 СЕНТЯБРЯ

временами дождь

+19°
+11°

ДЫЗЫХУЭКИУЭ ТХЪЭМАХУЭМ И НЭМЭЗ ЩЫГЪУЭХЭР

Бжыгъэ	Махуэ	Фаджр	Шурук	Зухр	Аср Икнды	Магриб	Иша
15.09.2025	блыщхэ	04:15	05:45	12:11	15:38	18:18	20:00
16.09.2025	гъубж	04:16	05:46	12:10	15:37	18:16	19:58
17.09.2025	бэрэжъей	04:17	05:47	12:10	15:35	18:14	19:56
18.09.2025	махуэку	04:19	05:49	12:10	15:34	18:12	19:54
19.09.2025	мэрем	04:20	05:50	12:09	15:33	18:11	19:52
20.09.2025	щэбэт	04:21	05:51	12:09	15:31	18:09	19:50
21.09.2025	тхъэмахуэ	04:22	05:52	12:09	15:30	18:07	19:48

yandex.ru

Объявления, консультации, полезная информация

Новое в законодательстве с 1 сентября 2025 года

С 1 сентября 2025 года в России вступил в силу ряд важных изменений в законодательстве. Они коснулись бизнеса, мессенджеров, звонков, трудовых прав, образования и других сфер. Всего в сентябре начнут действовать положения 750 федеральных нормативных актов.

С 1 СЕНТЯБРЯ начали действовать поправки в закон об образовании и сопутствующие ему нормативные акты. Так, вводится единое расписание уроков – Минпросвещения России сформировало разные варианты для 1-11 классов и выпустило методические рекомендации к ним. Это нужно для равномерного распределения учебной нагрузки на детей и легкой адаптации при переводе в другую школу.

Будет также ограничено время, затрачиваемое на проведение контрольных. Оно должно составлять не более 10% от всего объема учебного времени на изучение конкретного предмета в классе в текущем учебном году. А в семи регионах стартует эксперимент по выставлению оценок за поведение.

РАБОТА ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

С 1 сентября 2025 года несовершеннолетние от 14 до 18 лет смогут официально работать в выходные и праздники не только в творческой сфере, например, в театре или на съемках, как раньше, но и в других направлениях. Единственное, что разрешается это исключительно во время школьных каникул.

Потребуется письменное согласие: до 14 лет необходимы согласия ребёнка, его родителей и органов опеки, с 14 лет – согласие ребёнка и родителей, а с 15 лет – лишь собственное согласие подростка. Однако работать можно только по направлению службы занятости или в составе зарегистрированного студенческого отряда.

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ УСТАНОВКА МЕССЕНДЖЕРА МАХ

Все новые смартфоны, планшеты и компьютеры, продаваемые в России, с 1 сентября будут обязательно оснащаться государственным мессенджером МАХ. Он станет основным инструментом для получения государственных услуг, оплаты и общения, включая чаты для школьников и студентов. Разработчики гарантируют высокий уровень защиты данных пользователей. В ряде случаев мессенджер Мах станет обязательным.

НОВЫЕ ПРАВИЛА РАСЧЕТА ПРЕМИЙ И СРЕДНЕЙ ЗАРПЛАТЫ

С 1 сентября в России начинает действовать новый порядок расчёта среднего заработка и премий, который повлияет на алгоритм начисления отпускных, выходных пособий и других выплат в пользу наемного персонала.

В частности, стало обязательным закрепление в локальных актах работодателя основания, размеров, видов, сроков и условий выплаты премий. Снизить премию за дисциплинарный проступок сотрудника теперь можно только за тот месяц, в котором вынесено дисциплинарное взыскание, и не более чем на 20% от месячной зарплаты.

Кроме того, в расчет среднего заработка работника помимо окладов войдут тарифные ставки, премии, денежные поощрения, сделанные выплаты, если они закреплены в системе оплаты труда. А средний дневной заработок умножается не на календарные дни, а на среднее количество рабочих дней в месяце. Для 2025 года это 20,58 дня.

В новых правилах уточняется также расчет среднего месячного заработка для выплаты выходного пособия. Отдельный расчет – для работников с суммированным учетом рабочего времени.

На расчет социальных пособий изменения не повлияют.

ШТРАФЫ ЗА ЭКСТРЕМИСТСКИЕ МАТЕРИАЛЫ И РЕКЛАМУ VPN

Россияне могут начать штрафовать за использование VPN, но только в определенных случаях. Наказание последует за умышленный поиск материалов из официального списка экстремистских ресурсов Минюста РФ. Эксперты подчеркивают – запрещены не сервисы обхода блокировок, а использование их в незаконных целях.

Так, штрафы за осознанный поиск экстремистских материалов составят от 3 до 5 тысяч рублей. Реклама же VPN-сервисов может обойтись гражданам в 80 тысяч рублей, а юридическим лицам – до полумиллиона. Использование таких сервисов или случайный переход по ссылкам не будет считаться нарушением. Пользователи, посещающие запрещенные в России и признанные экстремистскими соцсети, такие, как Instagram и Facebook, не понесут наказания при отсутствии намерения целенаправленно искать там экстремистский контент.

МАРКИРОВКА ЗВОНКОВ И ВОЗМОЖНОСТЬ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ МАССОВЫХ ОБЗВОНОВ

Абоненты получат возможность отказаться от автоматических обзвонков. Операторы обязаны блокировать такие звонки, если поступит соответствующая просьба от клиента.

Новое правило поможет повысить безопасность и уменьшить количество спама и мошеннических звонков. Теперь организации, которые проводят массовые обзвоны, обязаны подписывать договор с оператором связи, а также предоставлять сведения о своих контактных данных и причинах звонков.

Кроме того, с 1 сентября 2025 года в России вступает в силу закон, обязывающий все компании и ИП маркировать исходящие звонки. Таким образом, каждый звонок от коммерческих структур будет подписан. Абонент будет видеть на экране своего телефона название фирмы или бренда – "Банк", "Реклама" или "Услуги связи". Сообщение ограничено 32 символами.

РЕКЛАМА В ЗАПРЕЩЕННЫХ СОЦСЕТЯХ

С 1 сентября 2025 года вступает в силу закон, запрещающий размещение рекламы на заблокированных информационных ресурсах, таких как запрещенные Instagram* и Facebook*. Юристы отмечают, что удалять старую рекламу необязательно, но за актуализацию и новое продвижение на этих платформах предусмотрены штрафы.

Физические лица могут быть оштрафованы до 2,5 тысячи рублей, а компании – до 500 тысяч рублей за каждое нарушение, которым является не сам факт наличия на странице рекламы, а каждый пост с ней (3 поста = 3 штрафа).

При этом блогеры и компании по-прежнему смогут рекламировать свои услуги на своих страницах, но платить за продвижение у других пользователей уже будет запрещено.

ШТРАФЫ ЗА ПЕРЕДАЧУ ТЕЛЕФОННОГО НОМЕРА

С 1 сентября 2025 года в России вступят в силу поправки, вводящие штрафы за предоставление своего номера телефона третьим лицам для осуществления какой-либо деятельности. Согласно документу, для физических лиц размер штрафа составит от 30 до 50 тыс. руб., для индивидуальных предпринимателей – от 50 до 100 тыс. руб., для юридических лиц – от 100 до 200 тыс. руб.

Ожидается, что подобная мера поможет обезопасить граждан от мошенничества, связанного с телефонными звонками и рассылками.

НОВЫЕ КРИТЕРИИ ИЗЪЯТИЯ БЕСХОЗНЫХ ЗЕМЕЛЬНЫХ УЧАСТКОВ

С 1 сентября 2025 года вводятся новые критерии для изъятия земельных участков. Теперь дом на земельном участке под строительство должен быть построен в течение пяти лет, для индивидуального жилищного строительства – за семь. Участок могут изъять, если более 50% его территории было захвачено мусором на протяжении года с выявления проблемы; если постройки не содержатся должным образом или не имеют окон. Кроме того, основанием для изъятия станут заросли сорняка выше 1 метра на более чем половине территории, которые тоже не убрали в течение года. Но сперва, конечно, собственник сможет устранить проблему или обратиться в суд для продления срока.

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТА

Нынешнее лето на юге России побilo все температурные рекорды, осадков было на 40% меньше нормы. В аномальную жару игра на выживание начинается для всех представителей флоры и растения требуют особого внимания и заботы.

Тля любит погорячее

КАК защитить посадки? Эксперты филиала ЦОК АПК в Кабардино-Балкарской Республике рассказали, как обеспечить достойный урожай в засушливых условиях. Самое главное правило: освоите искусство полива.

– Ключевое правило в засуху: поливать без фанатизма. Редко, но обильно. Под взрослое дерево выливайте 40-50 литров воды 2 раза в неделю. Вода должна пропитать землю на глубину минимум 50 см. Капельные системы экономят до 60% воды. Запомните: полив допустим только ранним утром или после заката. Днем каждая капля воды буквально испаряется в воздух, – объясняет Муаед Таов, руководитель отдела семеноводства филиала, кандидат сельскохозяйственных наук.

Не менее важна и защита почвы. Здесь могут очень помочь сидераты (зеленые удобрения) – растения, которые выращивают для последующей заделки в почву. Их цель – улучшить структуру почвы, обогатить ее питательными веществами и подавить рост сорняков. Посев сидератов также помогает предотвратить эрозию.

– Мульча – ваше все! Слой соломы, скошенной травы, коры деревьев в 10-15 см под деревьями сократит испарение на 70%. Видите трещины в почве? Это крик о помощи – срочно мульчируйте. Глубокое рыхление улучшает впитывание воды при поливе. Но не совершите роковую ошибку – нельзя рыхлить сухую почву без последующего мульчирования. Это равносильно открытию духовки во время готовки, – продолжает делиться ценными сведениями Муаед Таов.

Если листья скручиваются, срочно делайте "душ" из шланга с распылителем – но только после захода солнца. Можно опрыскать крону раствором гумата калия (5 г на 10 л воды) на рассвете – это "реанимация" для листьев. А вот от азота (мочевина, навоз) пока откажитесь. Удобрение вызовет бурный рост зелени, которая отнимет силы у плодов.

Можно использовать специальные тенесетки, они снижают температуру вокруг деревьев на 5-7 градусов. Тень – спасение и для ягодников. Натяните над клубникой, малиной и смородиной белый спанбонд (плотность 30 г/кв. м). И самый неожиданный совет от профессиональных агрономов: небольшие сорняки – пока оставьте! Пусть растут в междурядьях – они притеняют почву. Важно не давать им обсеменяться.

ЕЩЕ одна беда – массовое размножение вредителей, таких как паутинный клещ и тля, которые прекрасно чувствуют себя в жаркую сухую погоду.

Парадоксально, но отсутствие дождей не уменьшает, а увеличивает риск поражения вредителями. Паутинный клещ, размножающийся в сухую погоду, способен уничтожить до 80% листьев плодовых деревьев за неделю. Тля, которую в обычных условиях смывают дожди, в засуху образует плотные колонии на молодых побегах. Особую опасность представляют хлопковая совка и плодовая жорка – их гусеницы активнее повреждают и без того ослабленные засухой растения.

– В жару необходим особый подход к защите растений. В засуху запрещены масляные препараты – они вызывают ожоги листьев. Вместо них применяют биологические средства на основе бактерий *Bacillus thuringiensis*. Важно и время обработки – только ранним утром, когда растения менее уязвимы, – объясняет Валерий Немченко.

По словам эксперта, для профилактики рисков не будет лишним после засушливого сезона провести анализ почвы на выжившие личинки вредителей. Особенно опасны сохранившиеся куколки плодовой жорки – они могут дать вспышку численности в следующем сезоне.

ОДИН из ключей – точное знание состояния почвы. Новороссийский филиал ФГБУ "ЦОК АПК" начал проводить агрохимические исследования почв, помогая аграриям адаптироваться к сложным условиям.

– Детальное исследование почвы позволяет точно оценить ее плодородие и потребность в удобрениях, – прокомментировал главный специалист органа инспекции Новороссийского филиала Сергей Образцов. – Это критически важно в условиях жары и засухи: аграрий оптимизирует расходы, избежит лишнего подкормок (которые могут навредить почве при дефиците влаги) и сможет точно поддерживать растения, повышая их устойчивость и урожайность.

Получив точные данные, хозяйство скорректирует планы подкормок растений, сэкономит ресурсы и минимизирует риски потерь от засухи. Новороссийский филиал ЦОК АПК теперь оказывает аграриям Кубани услуги по комплексному анализу почв, помогая принимать взвешенные решения для сохранения урожая в непростых климатических условиях.

Заявки на исследования принимаются в Краснодарском пункте Новороссийского филиала Центра.

Природа мудра – она концентрирует вкус и аромат в экстремальных условиях. Ваша задача – не мешать ей, а грамотно помочь, – резюмировал Валерий Немченко.

ИЗ ПОЧТЫ «БВ»

К стоматологу – с улыбкой

Не только дети, но и очень многие взрослые боятся похода к врачу-стоматологу. Но каким бы большим не был страх, недавно нам пришлось обратиться к такому врачу – у нашей девочки сильно разболелся зуб. Ранее нам неоднократно приходилось её возить в стоматологию Нальчика, но каждый такой поход к стоматологу давался нам нелегко.

Но вот последнее наше обращение к врачу-стоматологу стало для нас лёгким и безболезненным.

На этот раз мы поехали в стоматологическую поликлинику г. Баксана. Попали мы к и.о. главного врача Аскеру Зауровичу Терчукову. Впервые на приёме у этого доктора, были поражены его профессионализмом. Как он легко умеет настроить пациента на лечение! За несколько минут он удалил больной

зуб так, что ребёнок даже не почувствовал!

Хотим отметить высокий профессионализм и личные человеческие качества Аскера Зауровича и выразить огромную благодарность за мастерство, внимательное и чуткое отношение к пациенту. Благодаря его работе наша девочка не испытала страха и дискомфорта, которые обычно сопровождают такие процедуры. И мы верим, что следующие походы к стоматологу будут такими же лёгкими. Приятно, что у нас есть столь квалифицированные и доброжелательные специалисты, как Аскер Терчуков.

Надо сказать, что вся семья Терчуковых – отец, мать и брат Заура – стоматологи. Спасибо родителям, что вырастили такого достойного сына!

Семья ЛАМПЕЖЕВЫХ, сел. Исламей.

Спасибо, коллеги!

Мой медицинский стаж составляет более тридцати лет, 20 из них работаю медсестрой на Баксанской станции скорой медицинской помощи, на различных участках. Знаю, как нелёгок труд моих коллег, сколько физических и душевных усилий приходится прилагать к помощи, а иногда и спасению жизни людей...

Так случилось, что на днях мне самой в ночное время стало плохо и пришлось вызвать скорую. На вызов приехала дежурившая в тот день бригада в составе Мурата Бухурова и Заремы Балкизовой, опытных фельд-

шеров, работающих в нашей организации более 10 лет.

Оказав мне помощь – кардиограмма, инъекции, таблетки, они оставались около меня пока не убедились, что опасность миновала, а моё состояние не стабилизировалось. При этом шутками, обнадеживающими, оптимистичными разговорами всячески отвлекали от негативных мыслей. Спасибо вам большое, коллеги! Нашей "скорой" повезло с вами, как и землякам, к которым вы спешите по первому зову.

Эльмира НЕДОВА, медсестра.

ОТДЕЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ФОНДА РОССИИ ПО КБР

Приобрели средства реабилитации

С начала 2025 года Отделение СФР по Кабардино-Балкарской Республике предоставило гражданам с инвалидностью 94 тысяч технических средств реабилитации (ТСР) с помощью электронных сертификатов. Всего на эти цели было направлено 85 млн. рублей.

ЭЛЕКТРОННЫЙ сертификат является самым удобным и оперативным способом получения ТСР, указанные в индивидуальной программе реабилитации или абилитации (ИПРА). Платежный инструмент представляет собой запись в электронном реестре, привязанный к номеру банковской карты "МИР". Граждане с инвалидностью могут самостоятельно выбрать в специализированных магазинах, маркетплейсах или онлайн нужное им техническое средство реабилитации и оплатить, указав номер карты. Важно отметить, что магазины должны быть подключены к государственной информационной системе.

Для оформления электронного сертификата необходимо подать заявление в личном

кабинете на портале госуслуг, в клиентской службе Отделения СФР по Кабардино-Балкарской Республике или в МФЦ. При этом в одном заявлении можно указать все виды изделий, рекомендованные в ИПРА. На каждый вид будет открыт отдельный сертификат. Статус и номинал электронного сертификата также будет отображаться на портале госуслуг.

Найти магазины, принимающие электронные сертификаты, подобрать и приобрести изделия можно с помощью каталога ТСР, который можно посмотреть на сайте Социального фонда России в разделе "Гражданам", перейдя во вкладку "Людам с инвалидностью" и далее "Технические средства реабилитации".

Более подробную информацию об электронных сертификатах, оформлении и приобретении технических средств реабилитации предоставят специалисты единого контакт-центра по номеру 8-800-1-00000-1 пн.-чт. с 09:00 до 18:00, пт. с 09:00 до 16:45 (звонок бесплатный).

14 тонн мусора собрано на склонах Эльбруса в результате самого высокогорного субботника

Экологическая акция "Чистая гора" восьмой год подряд собирает на курорте любителей горного отдыха и сторонников экологии. Участниками высокогорного субботника стали рекордные 3700 человек, что более чем в два раза превышает прошлогодние цифры (1600 участников).

Уборка склонов горы Эльбрус проходила на шести уровнях от поляны Азау до станции "Гарабаши". Общая протяженность пути составила 4 километра. В итоге собрано 14 тонн мусора: туристы и горовосходители оставляют после себя бутылки, упаковки из под сигарет, салфетки и другие отходы.

Параллельно на курорте организовали развлекательную программу с угощениями и арт-базарчиком. Отдыхающие могли отведать плова и насладиться концертом на главной сцене курорта.



СПОРТ

Футбол

В Нальчике на стадионе "Спартак" завершился ежегодный республиканский турнир "Битва районов" по футболу.

В РЕШАЮЩЕМ поединке финала победа досталась команде Баксана, в составе которой выступали и представители нашего района, а Анзор Берсеков из с.п. Кишпек (на снимке в центре) был одним из тренеров объединённой команды.



Вольная борьба

На днях в Красноярске проходил международный турнир по вольной борьбе памяти 3-кратного олимпийского чемпиона Бувайсара Сайтиева. На коврах прошли схватки в 10 весовых категориях. В нём участвовали 305 спортсменов.

ВОСПИТАНИК спортивной школы №2 Баксанского муниципального района Кантемир Эльмесов достойно выступил в турнире и занял 3 место в весовой категории 71 кг.

Тренирует Кантемира тренер-преподаватель школы Аслан Эльмесов.

Хаишат ДЫГОВА.



ПРОДАЖА. РАЗНОЕ

ГРУШИ СОРТА «ТАЛИ». 4-5 ТОНН.
Обр.: т. 8-963-168-26-99.

ПРОДАЖА. РАЗНОЕ

Металлопластиковые окна и двери по низким ценам. Замер, доставка, установка бесплатно. Жалюзи всех видов. Скидка до 20%. А также на заказ новые кованые ворота и двери. Обр.: т. 8-928-082-60-50.

ПРОДАЖА. РАЗНОЕ

КУРОЧКИ-НЕСУШКИ ВЫСОКОЙ ЯЙЦЕНОСКОСТИ.
Обр.: т. 8-938-165-07-72.

ПРОДАЖА. УЧАСТКИ

■ Приватизированный земельный участок 10 сот. в р-не «Кооператор» (г. Баксан, ул. Мусова, 14). Есть фундамент, документы. Обр.: 8-962-653-62-32 (Анзор).

УТЕРЯ

Утерянный аттестат о среднем (полном) образовании на имя БАЛКАРОВА Беслана Жоровича (30.07.1972 г.р.) № А172583, выданный в 1989 году в СОШ с. Кишпек, считать недействительным.

Баксанский вестник

Зам. гл. редактора А.Х. НЫРОВ.

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.

РАСПРОСТРАНИТЕЛЬ – 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. Новопавловск 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. 12.09.2025 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 2196 экз.