

№ 41 (1414)

14 октября 2026 г.

Издается с 1993 г.

Горянка

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Интернет-
версия:
www.goryankakbr.ru

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

Фото Тамиры Ардавой

БУДЕМ ЗНАКОМЫ

**Лина
ГАУНОВА,**
младший научный сотрудник
культурно-образовательного
центра «Эрмитаж-Кавказ»

С. 5

С. 4

**СОЗИДАТЕЛЬНЫЕ
ТРАДИЦИИ
В ИСКУССТВЕ**



С. 14

**РОЛЬ НАТУРАЛЬНЫХ
ТКАНЕЙ
В СОЗДАНИИ
ГАРДЕРОБА**



С. 15

**ОПАСНОСТИ
НА ПУТИ
ИССЛЕДОВАНИЯ**



С. 16

**ЯРКИЙ И ВКУСНЫЙ
ПРАЗДНИК**



ТЕРРОРИЗМУ НЕТ И НИКОГДА НЕ БУДЕТ ОПРАВДАНИЯ

Митинг, посвященный Дню памяти сотрудников правопорядка, погибших при выполнении служебных обязанностей, состоялся 13 октября в Нальчике в Сквере милиции в 21-ю годовщину нападения боевиков на столицу республики.

В мероприятии приняли участие Глава КБР Казбек КОКОВ, представители Парламента и Правительства республики, федеральных органов исполнительной власти, сотрудники силовых структур, руководители министерств и ведомств республики. Участники митинга возложили цветы к памятнику и почтили минутой молчания память погибших сотрудников.

В обращении к землякам К. Коков назвал дату 13 октября 2005 года одной из самых трагических в истории республики. «Тогда произошло террористическое нападение на столицу Кабардино-Балкарии - город Нальчик. Вооруженная атака началась утром, в момент, когда горожане спешили на работу, вели детей в школу и детский сад. Был обычный день, люди занимались своими привычными делами и, конечно, никак не ожидали удара. В результате преступных действий террористов погибли 14 мирных граждан и 35 сотрудников правоохранительных органов. Случившееся всегда будет отзываться болью в сердце каждого из нас. Мы склоняем голову перед памятью невинных жертв той трагедии. Вечная память нашим погибшим ребятам, они с честью, до конца выполняли профессиональный и служебный долг», - сказал Глава республики.

Память о каждом из них навсегда останется в наших сердцах, отметил он. «Мы отдаем дань глубочайшего уважения под-



вигу сотрудников правоохранительных органов, которые мужественно приняли бой, защитили свой народ, предотвратив еще более страшные последствия бандитского нападения. Произошедшее чудовищное злодеяние продемонстрировало всю нечеловеческую сущность терроризма, которому нет и никогда не будет оправдания. И потому сегодня, когда наша страна вынуждена вновь противостоять терроризму и экстремизму, мы все должны быть едины в решимости давать жесткий отпор любому его проявлению. Уверен, вместе, объединив усилия органов власти, правоохранительных структур, всего общества, мы обеспечим безопасное будущее родной Кабардино-Балкарии».

Выступая на митинге, заместитель Председателя Правительства КБР Залим КАШИ-РОКОВ подчеркнул: «Ценой жизни тридца-

ти пяти сотрудников правоохранительных органов атака была отбита. В тот трагический день от рук террористов погибли и мирные граждане». Он также отметил, что в современных условиях гибридной войны Запада против России терроризм получил новый импульс в лице украинского неонацистского режима, возведшего террор в ранг государственной политики. И сегодня многие уроженцы республики героически сражаются с неонацизмом в ходе СВО.

К собравшимся также обратился министр внутренних дел по Кабардино-Балкарской Республике Вячеслав КРЮЧКОВ. «Сегодня мы склоняем голову в скорбной тишине и чтим память тех, кто в октябре 2005 года встал на пути зла, исполнил свой долг до конца ценой собственной жизни. Их пример не просто страница истории, это нравственный ориентир для всех, кто



сегодня несет службу, и в первую очередь для молодых сотрудников, которые только начинают свой путь», - сказал он.

В завершение церемонии представители духовенства провели мусульманский обряд дуа и прочитали православную поминальную молитву.

13 октября 2005 года на Нальчик напали, по разным данным, от 150 до 300 боевиков. Они одновременно атаковали здания силовых структур, военкомат, воинскую часть и несколько оружейных магазинов. В результате погибли сотрудники правоохранительных органов и военнослужащие, а также гражданские лица. Пострадали более 200 человек. В ходе контртеррористической операции было уничтожено 96 нападавших.

Судебный процесс по делу о нападении на Нальчик начался в октябре 2007 года и длился семь лет, став одним из самых длительных в современной российской истории. По делу проходили более 400 потерпевших и более двух тысяч свидетелей. Пять подсудимых получили пожизненное заключение, несколько сотен участников нападения - от четырех до 23 лет лишения свободы.

Залим СИЖАЖЕВ назначен гендиректором аэропорта «Нальчик»

Развитие международного аэропорта «Нальчик» стало темой рабочей встречи Главы Кабардино-Балкарии Казбека КОКОВА с заместителем гендиректора «Новпорт Холдинг» по Северо-Кавказскому кластеру Евгением ИЛЬИНЫМ и гендиректором аэропорта Залимом СИЖАЖЕВЫМ.

В ходе встречи обсуждались расширение маршрутной сети, рост пассажиропотока и дальнейшая модернизация аэропортовой инфраструктуры. По словам руководителя республики, увеличение пассажиропотока связано с развитием экономики республики и ростом туристического потока на курорты региона.

В настоящее время увеличена частота рейсов в Москву, открыты направления в Сочи, Санкт-Петербург, Казань, Якутск и другие города. Также выполняются международные рейсы в Саудовскую Аравию. В дальнейшем планируется расширение маршрутной сети.

В аэропорту проведена модернизация взлетно-посадочной полосы и терминалов, обновлен внешний облик комплекса, приобретена новая специализированная техника, напомнил Казбек Коков. Реализованные мероприятия позволили повысить комфорт пассажиров и улучшить инфраструктуру воздушной гавани.

Глава Кабардино-Балкарии пожелал коллективу аэропорта «Нальчик» и Северо-Кавказского кластера «Новпорт Холдинг» успешной работы и дальнейших достижений в развитии авиационного транспорта.

Лидеры качества

Два представителя Кабардино-Балкарии одержали победу во всероссийском конкурсе «Лидер качества-2026», организованном при участии Роскачества. Всего на конкурс поступило более 200 заявок из свыше 35 регионов страны. Церемония награждения пройдет в ноябре в рамках международного форума «Всемирный день качества-2026».

В специальной номинации «За лидерство в повышении эффективности государственного управления качеством» победу одержал министр здравоохранения КБР Рустам КАЛИБАТОВ.

Еще одной победительницей стала Инна МАМХЕГОВА, заместитель главного врача по клинко-экспертной работе

Перинатального центра Минздрава КБР. Она удостоена звания «Лидер-наставник по качеству».

Эти достижения не только личное признание лауреатов, но и показатель высокого уровня работы системы здравоохранения и управления качеством в Кабардино-Балкарии.

В КБР награждены партнеры туристической отрасли

В Нальчике состоялась торжественная церемония награждения партнеров и коллег, приуроченная к Всемирному дню туризма, сообщает Микуртортов КБР.

Мероприятие прошло в формате официального приема, подчеркивающего значимость межведомственного взаимодействия для развития региона. С приветственным словом к участникам обратился заместитель министра курортов и туризма КБР Асланби ШХАГАПСОВ. Он подчеркнул, что сегодняшние награды - это благодарность за надежное партнерство. Успех отрасли был бы невозможен без слаженной работы спасателей, обеспечивающих безопасность транспортных служб, обновляющих инфраструктуру, общественных организаций, коллег из органов власти и муниципалитетов.

Награждение прошло на фоне достижений отрасли. В прошлом году туристический поток в Кабардино-Балкарию превысил отметку в два миллиона человек. Асланби Шхагапсоев подчеркнул, что сохранение темпов роста стало возможным в том числе благодаря поддержке всех награжденных ведомств.

Благодарности Парламента КБР и Министерства курортов и туризма КБР были

вручены представителям различных структур.

Спорт и альпинизм: Борис ГУМАЕВ, вице-президент Федерации альпинизма, скалолазания и спортивного туризма КБР. Муниципальное управление и инфраструктура: Алим БИЦУЕВ, заместитель главы администрации села Аушигер Черекского района; Анар ЕЗИЕВ, консультант отдела дорожной политики департамента дорожного хозяйства Министерства транспорта и дорожного хозяйства КБР; и Елена ЖАБАЛИЕВА, исполняющая обязанности начальника пространственного развития города департамента развития города, курорта и туризма местной администрации г. Нальчика. Информационная поддержка: Темирлан ХОЛАЕВ, заместитель директора «КБР-Медиа». Обеспечение безопасности: Разиуан БАКСАНОВ, Азрет ИВАНОВ, Азамат ОРГАНОКОВ, представители Главного управления МЧС России по КБР. Образование и молодежь: Залина ГЕРГОВА, Кристина МАКИТРИК, Астемир ЖЕРЕШТИЕВ, сотруд-

ники КБГУ, за вовлечение студентов в туристические проекты. Поддержка событийных мероприятий: отдельным блоком были отмечены партнеры внедорожного туристского фестиваля «Наш Кавказ», прошедшего в августе. Благодарственные письма получили АНО «Ресурсный центр развития волонтерства», филиал «Россети Северный Кавказ» - «Каббалкэнерго» НГЭС, театр песни «АмикС» и другие творческие коллективы. Социальное партнерство: в рамках церемонии состоялось взаимное награждение с Кабардино-Балкарской республиканской организацией Общероссийского профсоюза работников госучреждений. Профсоюз отметил заслуги сотрудников министерства, подчеркнув высокий уровень социального диалога.

Церемония стала символом признания того, что современный туризм - это сложная экосистема. Награждение подтвердило статус Кабардино-Балкарии как региона с высоким уровнем кооперации власти и общества, готового к дальнейшему росту турпотока и реализации новых проектов.

ХРАНЯТ ОБЫЧАИ, ПЕРЕДАЮТ ЦЕННОСТИ

Семья

Семья Хасанби МАКАЕВА и Светланы КАЖАРОВОЙ из Лескенского района стала победителем в номинации «Семья – хранитель традиций» на региональном этапе всероссийского конкурса «Семья года». Эта номинация акцентирует внимание на важной роли семьи как ключевого института, который помогает людям осознать свои корни и почувствовать связь с историей и культурой своего народа. Через традиции, совместные занятия и воспитание дети усваивают важные ценности, нормы поведения и гордость за свое прошлое. Победа семьи в этой номинации – признание ее усилий по сохранению культурного наследия. Такие примеры вдохновляют другие семьи и общество бережно относиться к традициям и семейным ценностям.

Хасанби Хатуевич и Светлана Хатуевна вместе уже 47 лет, воспитали троих детей, радуются успехам семи внуков.

Глава семьи родился в селе Старый Лескен (ныне Анзорей) в многодетной дружной семье, где было семеро детей. Его родители пользовались большим уважением в селе. Они воспитали в своих детях любовь к труду, честность и высокие моральные качества. Родители всегда работали в колхозе, и своим примером научили сына, что уважение и успех в профессии приходят только через труд и терпение.

Хасанби Хатуевич посвятил более 50 лет своей жизни сельскому хозяйству, работая в различных его отраслях. Он всегда относился к работе с большой ответственностью, что служило примером для его детей. Сегодня он на заслуженном отдыхе, но не может оставаться без дела. Увлекается садоводством и пчеловодством, продолжая вносить свой вклад в жизнь села и семьи.

Светлана Хатуевна тоже родом из села Старый Лескен. Ее отец рано ушел из жизни, мать, стремясь компенсировать утрату, дарила детям двойную порцию любви и заботы. Как и супруг, Светлана воспитана в духе лучших национальных традиций и обычаев. Получив образование бухгалтера, начала свою деятельность в колхозе



имени Кирова и более 17 лет проработала бухгалтером в сельской администрации. С 2008 по 2015 год занимала пост главы местной администрации сельского поселения Анзорей. Впоследствии получила специальность «юриспруденция» в Московском институте комплексной безопасности и прошла профессиональную переподготовку в Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ по программе «Государственное и муниципальное управление, государственная и муниципальная служба».

Светлана Хатуевна подчеркивает, что эффективность ее деятельности во многом зависела от неоценимой помощи ее безвременно ушедшего брата - Альберта Хатуевича КАЖАРОВА. Благодаря его поддержке и любви Светланы Хатуевны к родному селу началось возрождение Анзорей. За время ее работы были построены современная школа и больничный комплекс, отремонтировано здание сельской администрации, благоустроены центральные улицы, установлено уличное освещение и проведены экологические акции, которые значительно преобразили облик населенного пункта.

В течение последующих трех лет Светлана Хатуевна занимала должность советника главы местной администрации Лескенского муниципального района, что

позволило ей внести значительный вклад в развитие и процветание региона.

- Весь мой профессиональный путь был направлен на достижение устойчивого развития и благополучия моего родного села. Всегда стремилась неукоснительно следовать моральным принципам, заложенным в моей семье, - подчеркивает она.

За годы своей профессиональной деятельности была удостоена многочисленных наград от Главы республики, Правительства и Парламента Кабардино-Балкарской Республики. Ее профессиональные достижения были официально признаны на высоком уровне: получила диплом первой степени в номинации «Лучшая женщина-руководитель муниципального образования Кабардино-Балкарской Республики», а также диплом второй степени в республиканском конкурсе «Лучшее муниципальное образование среди сельских поселений», состоявшемся в 2014 году.

ГОРДЯТСЯ ПО ПРАВУ

Супруги по праву гордятся своими детьми, которые достигли выдающихся результатов в образовании и профессиональной деятельности. Их сын Мулид успешно завершил обучение на финансовом факультете Кабардино-Балкарского государственного университета и защитил кандидатскую диссертацию по экономическим наукам. В настоящее время занимает должность заместителя

главы администрации города Нальчика. Отмечен Благодарностью Президента Российской Федерации за значительный вклад в организацию и проведение мероприятий, имеющих важное общественное значение. Эту награду ему вручил лично Глава КБР Казбек КОКОВ в 2022 году, что свидетельствует о высоком уровне профессионализма и управленческих качествах. Состоит в браке, является отцом двоих детей.

Дочь Альмира получила высшее образование в области юриспруденции, занимает должность помощника судьи. У нее своя семья, воспитывает двоих детей.

Марьяна также окончила юридический факультет КБГУ, сейчас занимается воспитанием троих детей.

ВАЖНЫЙ ЭТАП

Когда дети дарят внуков, это не просто радостное событие, а новый важный этап в жизни семьи. Это возможность передать следующим поколениям историю семьи, ее традиции, воспоминания и ценности. Бабушки и дедушки становятся связующим звеном между прошлым и настоящим, помогая детям осознать свою идентичность и корни.

Светлана Хатуевна отмечает, что это время, когда и старшие, и младшие учатся друг у друга. Старшие делятся мудростью, опытом и жизненными уроками, а младшие дарят радость, непосредственность, учат ценить простые, но важные вещи - ощущение единства и непрерывности рода. Для тех, кто понимает истинное значение семейных ценностей, появление внуков становится ярким и наглядным подтверждением того, ради чего вообще стоит жить и продолжать род. Такое осознание делает этот период особенно счастливым.

Большая, дружная и крепкая семья Хасанби Хатуевича и Светланы Хатуевны нередко собирается за праздничным столом, и это всегда радость. В доме звучит смех, обсуждаются дела, даются советы и вспоминаются прошлые дни. Видеть счастье и благополучие своих детей и внуков, чувствовать их любовь и заботу - настоящий подарок судьбы.

Алена КАРАТЛЯШЕВА

ТРАДИЦИЯ ЖИВА, КОГДА ОНА РАЗВИВАЕТСЯ

«КРУГЛЫЙ СТОЛ»

В Нальчике в Центре культурного развития состоялся научно-практический «круглый стол» под названием «Диалог культур: традиции и современность», организованный региональным отделением общественной общественно-государственной организации «Союз женщин КБР». Это значимое мероприятие объединило ведущих педагогов, авторитетных лидеров национально-культурных общественных объединений и активное студенчество республики для конструктивного обсуждения актуальных проблем сохранения и интеграции многонационального культурного наследия Кабардино-Балкарской Республики в условиях стремительной цифровизации и глобализационных процессов.

Модератором мероприятия выступила директор Центра, заместитель председателя РО Союза женщин России Саида ЖАНИМОВА. Она подчеркнула, что эта встреча начинается серию тематических мероприятий, которые завершатся в декабре.

Центральной темой дискуссии стали вопросы адаптации вековых этических кодексов народов КБР, таких как адыгэ хабзэ и тау адет, а также традиционных духовно-нравственных ценностей русского населения региона к вызовам и реалиям XXI столетия.

- Кабардино-Балкария – уникальный поликультурный регион. Наша сила и наше богатство – в единстве и многообразии, - отметила председатель регионального отделения Союза женщин России КБР Аулият КАСКУЛОВА. - Сегодня перед нами стоит важнейшая задача - передать подрастающему поколению уникальный культурный код, который веками ковался на нашей земле, адаптируя его к современным реалиям. Мы, женщины, как хранительницы домашнего очага и традиций видим большой по-



тенциал в энергии нашего студенчества. Молодежь КБР готова создавать качественные этнопроекты, а наша цель - поддержать ее наставническим опытом. Вместе с тем понимаем, что нельзя просто заставить ее учить традиции по учебникам. Традиция жива, когда она развивается и применяется в реальной жизни.

На «круглом столе» участники детально обсудили вопросы сохранения и развития родных языков, а также повышения роли русского языка как средства межкультурного общения. Особое внимание уделили популяризации культурного наследия терского казачества, известного своими традициями добрососедства и куначества.

Поэт, писатель, драматург, главный редактор газеты «Горянка» Зарина КАНУКОВА акцентировала внимание на ключевой задаче, которую ставит перед собой как писатель, - сохранении и популяризации родного языка. В

условиях, когда кабардинский и балкарский языки классифицируются как исчезающие, важность их сохранения приобретает критическое значение. Формирование языковой идентичности у подрастающего поколения напрямую зависит от ценностных ориентиров, прививаемых в процессе воспитания. «Мой девиз – если твой язык исчезает, пиши на нем так, чтобы о нем знали в мире», - отметила она. Этот принцип находит свое практическое воплощение в ее творчестве. Произведения З. Кануковой звучат на кабардинском языке в самых разных уголках мира и оказывают положительное влияние на популяризацию родного языка.

Заместитель директора социально-гуманитарного института по менеджменту качества образования КБГУ, заведующая кафедрой организации работы с молодежью, кандидат исторических наук Елена НАЛЬЧИКОВА, обращаясь к молодежи, подчеркнула ее ключевую роль в сохранении культурного наследия наших предков для будущих поколений. Отметила, что морально-этические нормы, являющиеся фундаментом нашей идентичности, на протяжении веков формировали и укрепляли единое кавказское пространство, создавая прочную основу для межкультурного диалога и взаимопонимания.

О важности сохранения национальной идентичности говорили все участники «круглого стола» и пришли к общему мнению относительно того, что культурное наследие не должно ограничиваться ролью музейного экспоната. Оно должно активно взаимодействовать с молодежью, используя современные цифровые технологии, адаптируясь к языковым и коммуникативным предпочтениям молодого поколения.

Лана АСЛАНОВА.
Фото автора

Созидательные традиции в искусстве

Нальчик в минувшую неделю превратился в эпицентр культурной жизни региона: столица Кабардино-Балкарии принимала пятый сезон просветительского проекта РАХ «Кавказ: притяжение будущего». Масштабная инициатива, организованная Российской академией художеств в партнерстве с Союзом художников РФ, направлена на развитие творческого потенциала молодежи и укрепление межрегиональных связей. Курирует проект президент РАХ Василий ЦЕРЕТЕЛИ.

В форуме приняли участие как именитые мастера из Москвы и Минска, так и представители художественного сообщества Северного Кавказа - от студентов до преподавателей профильных школ. Стартовал проект в стенах мастерской народного художника РФ Германа ПАШТОВА (институт архитектуры, строительства и дизайна КБГУ), где академик РАХ, народный художник России Константин ПЕТРОВ провел для молодежи мастер-класс, сфокусировавшись на технике написания натюрморта с элементами региональной специфики.

Кроме того, в программу вошли две лекции. Академик РАХ, доктор искусствоведения, заведующая отделом проблем художественного образования НИИ теории и истории изобразительных искусств РАХ Татьяна АСТРАХАНЦЕВА представила тему «Народные художественные промыслы и заложенные в них архетипы как коллективная память народа». Кандидат искусствоведения, доцент кафедр культурологии, дизайна и ДПИ Московского государственного института культуры Ольга ЧИЧВАРИНА побеседовала со слушателями о создании художественного образа в творчестве художника-графика Евгения КИБРИКА.

Впервые в республике мастер-класс дал доцент кафедры живописи и графики художественного факультета Белорусской государственной академии искусств Юрий КРУПЕНКОВ. Встреча прошла в колледже дизайна КБГУ.



В рамках проекта в Нальчике открылись экспозиции на двух выставочных площадках. В Музее ИЗО им. А. Л. Ткаченко были представлены произведения участников и победителей конкурса молодых профессиональных художников им. З. К. Церетели. В конкурсе участвовали молодые художники из Волгоградской и Ростовской областей, ЛНР и ДНР, Краснодарского и Ставропольского краев, Крыма, Адыгеи, Кабардино-Балкарии, Карачаево-Черкесии, Южной Осетии, Дагестана, Северной Осетии и Чечни. В экспозицию вошли 105 работ 69 участников. Герои нартского эпоса, сказания о Мамаевом кургане, персонажи мифов и легенд, нимфы и амазонки, мудрецы и сказители, которые в современной культуре находят отражение в разных сферах творчества – все они оживают на полотнах молодых мастеров.

- 2026-й объявлен Президентом РФ Годом единства народов России. Выбирая конкурсную тему, мы решили исследовать общие мифологические основы, которые объединяют нас на самом глубинном уровне коллективного бессознательного. Тема конкурса сформулирована как «Миф. Архетип. Эпос». На рассмотрение жюри было представлено 228 произведений живописи, графики и скульптуры 126 авторов, подавших заявки на участие в кон-

курсе. За последние пять лет это самый массовый поток заявок, - сказал на открытии выставки директор Научного института теории и истории изобразительных искусств РАХ Сергей СТУПИН. Он выразил благодарность за поддержку проекта Главе КБР Казбеку КОКОВУ, Парламенту КБР, Министерству культуры и Министерству просвещения и науки КБР.

В Национальном музее КБР были представлены работы членов Южного отделения РАХ проекта «Кавказ: притяжение будущего». В экспозицию вошли произведения признанных мастеров, отразивших центральную линию проекта - мифологической и этнической тематики. Замминистра культуры КБР Рита ТАОВА отметила значимость проекта как моста между классическими традициями и современным искусством и призвала молодых художников максимально эффективно использовать полученные знания.

Министр просвещения и науки КБР Анзор ЕЗАОВ обратил внимание присутствовавших, что поддержка проекта способствует формированию будущего страны. «Очень приятно, что столь важное направление для нашей республики продолжает развиваться, за что большая благодарность Академии художеств, Союзу художников РФ и всем энтузиастам, со-

храняющим гуманитарную составляющую общества», - сказал министр.

В планах организаторов - расширение образовательной базы и проведение биеннале-симпозиума, который соберет в республике ведущих экспертов в области живописи, графики и скульптуры. По словам Германа ПАШТОВА, подобные инициативы закладывают фундамент для подготовки профессиональных кадров высокого уровня.

В свою очередь председатель регионального отделения Союза художников Жанна КАНУКОВА подчеркнула, что проект планомерно движется к своей главной цели - созданию в Нальчике нового художественного музея, и обратила особое внимание на то, что за пять лет участникам проекта удалось не только заявить о себе, но и сформировать профессиональное сообщество. Авторы знакомятся, обмениваются опытом и налаживают контакты: по результатам конкурса участники и победители выставляются в соседних регионах.

Завершилось открытие торжественным чествованием лауреатов конкурса молодых художников «Миф. Архетип. Эпос», экспозиция которого представлена в Музее изобразительных искусств им. А. Л. Ткаченко. Все конкурсанты получили дипломы участников выставки проекта. Главную премию разделили представители трех видов искусства: живопись - Аслан БУГАЕВ из Грозного, графика - Андрей ГОНЧАР из Махачкалы, скульптура - Азамат КАТАЕВ из Владикавказа.

Наградами РАХ и Союза художников России также отмечены победители проекта прошлых лет Зинаида КУЛИЕВА и Мурат АНАЕВ.

Завершился проект научной конференцией, посвященной современному изобразительному искусству Большого Кавказа и Юга России. Обсуждения прошли в республиканском Дворце творчества детей и молодежи.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавой

Сила - в единстве

#МЫВМЕСТЕ

В Доме молодежи г. Нальчика прошла церемония награждения победителей 7-й всероссийской общественной премии «Гордость нации-2026». Проект Ассамблеи народов России отмечает тех, кто вносит личный вклад в укрепление единства, сохранение языков и развитие культур.

В числе награжденных ветераны специальной военной операции - заместитель руководителя филиала фонда «Защитники Отечества» по Кабардино-Балкарской Республике Эльдар ЧЕЧЕНОВ и Герман ШЕВЧУК.

Премия является символом признания их активной гражданской позиции, значительного вклада в укрепление межнационального согласия и всестороннюю поддержку ветеранов и их семей. Э. Чеченов и Г. Шевчук не только проявили себя как герои на поле боя, но и продолжают демонстрировать высокий уровень профессионализма и гражданской ответственности в мирное время.

В нальчикской школе №18 состоялся «Урок мужества» - мероприятие, направленное на патриотическое воспитание под-

растающего поколения. Гостями урока стали заместитель руководителя филиала фонда «Защитники Отечества» по КБРАхмед ПШИХАЧЕВ и ветеран специальной военной операции Амир ТАОВ. На встрече Ахмед Пшихачев рассказал учащимся о деятельности фонда «Защитники Отечества», о поддержке ветеранов специальной военной операции и их семей, об эффективности адресной помощи для военнослужащих.

Амир Таов, выступая перед школьниками, поделился своими воспоминаниями о службе, подчеркнул мужество и стойкость бойцов, отметил важность дружбы и преданности долгу. Учащиеся внимательно слушали рассказчика и активно задавали вопросы. Мероприятие «Урок мужества» стало для них не просто формальным событием, но и настоящим диалогом о таких ценностях, как ответственность и любовь к Родине. Педагогический коллектив уверен, что такие встречи способствуют более глубокому пониманию истории страны, воспитанию уважения к защитникам Отечества и сохранению памяти о героях.

Третий Слет руководителей и актива ветеранских организаций КБР состоялся в Эльбрусском районе. На базе отдыха «Эльбрус» (пос. Тегнекли) собрались лидеры и активисты ветеранских объединений республики. Мероприятие организовано в рамках проекта «В единстве - наша сила!» региональным отделением общероссийской организации военных инвалидов «ВоИн» в КБР. Он реализуется при поддержке Министерства по делам национальностей и общественным проектам КБР.

Целью Слета является обмен опытом по адаптации ветеранов к социальной жизни через самоорганизацию досуга, отдыха и общения. Также важно объединить усилия ветеранских организаций. Участниками стали команды региональных отделений «РСВА и СВО», «ВоИн», СВАЛБВК, Ассоциации ветеранов СВО и волонтеры молодежной организации «Наследие». В мероприятии приняли участие депутаты Парламента и местных советов, представители профильных министерств, Общественной палаты, Эльбрусского

отделения ДОСААФ, а также инструкторы базы отдыха.

Почетный гость и спикер мероприятия Эльдар Чеченов, заместитель руководителя филиала фонда «Защитники Отечества» в Кабардино-Балкарской Республике, на образовательном семинаре поделился опытом поддержки ветеранов и их семей, а также ответил на вопросы участников.

Участники освоили правила занятий на силовых тренажерах и проведения экскурсий в высокогорье, провели уроки мужества для школьников, совершили походы по памятным местам Приэльбрусья и приняли участие в турнирах памяти погибших воинов.

Подводя итоги, организаторы поблагодарили всех участников и анонсировали продолжение проекта: впереди - турниры в Нальчике и фестиваль-конкурс военно-патриотической песни с участием молодежи.

В столице Республики Адыгея состоялся окружной этап всероссийского фестиваля «Женское сердце России». Участницами события стали

около 200 матерей и жен героев из 17 регионов Южного и Северо-Кавказского федеральных округов, ДНР и ЛНР.

Фестиваль организован государственным фондом «Защитники Отечества» и приурочен к Году единства народов России. Его главная цель - объединить и поддержать семьи ветеранов специальной военной операции.

В состав делегации Кабардино-Балкарии вошли супруги и дети ветеранов СВО - Марьяна ГЯТОВА, Милиса МУРЗАБЕКОВА, Рэна КОЧЕСОКОВА и Айлин КОЧЕСОКОВА. Программа фестиваля объединила культурные и творческие мероприятия. Участницы представили сольные и коллективные вокальные, хореографические и поэтические номера. Творческие команды познакомили зрителей с историей, культурой и традициями своих регионов.

Одним из ярких событий фестиваля стала выставка ремесел и народных промыслов, отражающая культурное многообразие и богатство традиций народов Юга России.

Подготовила
Лана АСЛАНОВА

АРХИВЫ, РАСКОПКИ И ИССЛЕДОВАНИЯ — КЛЮЧ К ПОНИМАНИЮ ПРОШЛОГО

• БУДЕМ ЗНАКОМЫ

Младший научный сотрудник культурно-образовательного центра «Эрмитаж-Кавказ» Лина ГАУНОВА с детства любила читать о Древнем Египте и смотреть исторические документальные фильмы. В старших классах решила поступить на исторический факультет. Окончила Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х.М. Бербекова по направлению «История» в 2020 году. Затем завершила магистратуру, в 2025 г. окончила аспирантуру по направлению «Исторические науки и археология». В прошлом месяце защитила кандидатскую диссертацию на тему «Кабардино-Горское реальное училище в контексте развития светского образования в Кабардинском (Нальчикском) округе (вторая половина XIX – начало XX века)». Участвовала в исследовании кургана «Западная Базисная» на улице Идарова в Нальчике.

Признается, что в основе ее деятельности лежит стремление к открытиям - чувство, которое трудно с чем-либо сопоставить.

ПУТИ РАЗГДКИ

- В 2025 году наш Центр выпустил книгу «История Кабардино-Горского реального училища имени Александра III: исследования и материалы». Она посвящена первому среднему светскому учебному заведению Кабардинского (Нальчикского) округа - училищу, открытому в 1909 году, ставшему не только образовательным, но и социокультурным центром дореволюционного Нальчика. В сборник вошли исследования и материалы, подготовленные на основе архивных документов, значительная часть которых вводится в научный оборот впервые. Я принимала непосредственное участие в его издании: занималась сбором и оцифровкой архивных материалов, а несколько моих статей вошли в раздел «Исследования».

Меня увлекают все стороны исторической науки: начиная с работы в архивах и анализа разного рода исторических источников и

заканчивая участием в археологических экспедициях. Для меня это не разные занятия, а единый путь к пониманию прошлого.

В исследовательской работе меня привлекает прежде всего возможность восстанавливать связь времен, видеть за отдельными документами, цифрами и фактами живую историю людей, их судьбы и мотивы. Когда работаешь с архивными материалами, особенно с неопубликованными, первым прикасаешься к тому, что десятилетиями лежало без движения: к перепискам, протоколам, рапортам и петициям.

НА СТЫКЕ НАУК

- Кроме того, меня привлекает междисциплинарность исторического исследования. История образования на Северном Кавказе - это не только педагогика, но и социальная история, экономика, этнокультурные процессы и повседневность. В своей диссертации я рассматривала Кабардино-Горское реальное училище не



просто как учебное заведение, а как социокультурный центр, в котором переплетались имперская политика, общественная инициатива, финансы, национальные традиции и личные судьбы. Именно такой комплексный взгляд позволяет увидеть за локальным сюжетом общие закономерности исторического процесса

Культурно-образовательный центр «Эрмитаж-Кавказ» - уникальная площадка, где музейное дело, образование и наука соединяются в единое пространство. Для меня работа здесь - продолжение того, чем занимаюсь в исследовательской деятельности: сохранение и популяризация культурного наследия региона. Центр расположен в историческом здании бывшего Кабардино-Горского реального училища, того самого, которому посвящена моя диссертация. Это символично: я изучаю историю этого здания и одновременно работаю в нем, вижу, как его прошлое

встраивается в современную культурную жизнь.

АРХЕОЛОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА

- Археологические работы - важная часть моего профессионального опыта. Археология дает то, чего не может дать работа только с письменными источниками: прямой контакт с материальной культурой и повседневностью прошлых эпох.

Этим летом я была руководителем археологической практики студентов первого курса исторического направления. Мы исследовали курган «Западная Базисная» на улице Идарова в Нальчике. Для меня это был уникальный опыт не только как для руководителя, но и как для исследователя: памятники такого типа еще не приходилось копать.

Курганная насыпь требовала особого подхода, иной методики зачистки, фиксации и интерпретации, чем те, с которыми я работала раньше. Приходилось на ходу осваивать специфику работы с подобными объектами, внимательно следить за стратегией, фиксировать каждую находку и одновременно объяснять студентам, что и почему мы делаем.

Ребята работали весь июнь. Парни взяли на себя физически тяжелую часть: копали, таскали камни. Девочки занимались расчисткой каменного панциря, который окружает курган, а потом и самих захоронений. За время практики удалось расчистить около шести захоронений. Уже обнаружены керамика, украше-

ния, предметы быта, останки людей и животных, такие находки помогают уточнить возраст памятника и понять, к какой культурной традиции он относится.

По итогам практики студенты сдавали отчет по форме и полевой дневник, который должен быть оформлен по всем правилам: на левой странице - рисунок, на правой - замечания за день. Некоторые дневники получились очень красивыми с выразительными карандашными рисунками и увлекательными описаниями. Мы планируем отсканировать лучшие как пример для будущих студентов.

К июлю обязательная практика завершилась, однако несколько студентов не покинули курган и продолжали работать. Впереди был самый волнующий момент - вскрытие центральной камеры (которая в итоге оказалась разграбленной). Со студентами «на посту» оставалась и я.

Мне нравится то, чем занимаюсь, намерена продолжать эту работу. В ближайших планах - издать монографию по теме диссертации и поучаствовать в новых археологических экспедициях. При этом не хотела бы замыкаться на одном направлении. Меня интересует широкий круг тем, поэтому хотелось бы совмещать разные форматы исследовательской работы: работу с архивными документами, музейную и просветительскую деятельность и полевые исследования.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавой

НОВЫЕ ИДЕИ ТВОРЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

В редакции газеты «Горянка» состоялось отчетное собрание членов литературного клуба «ЖАН», на котором присутствовали участники и друзья проекта «Круговорот поэзии». Главный редактор газеты, поэт, писатель, драматург, автор проекта Зарина КАНУКОВА рассказала о работе литературного объединения за прошедший период.

- Нынешний год, объявленный Годом единства народов России, принес много проектов, в том числе и в нашем регионе, - сказала Зарина Канукова. - Что касается Кабардино-Балкарской региональной общественной организации «ЖАН», проект «Круговорот поэзии» из года в год объединяет народы нашего региона. Мы читаем поэтические произведения на русском и родных языках, а тематика все время расширяется. Состав участников меняется, приходят новые чтецы, присоединяются новые авторы. При этом у нас сформировался свой постоянный костяк, который оказывает большую поддержку проекту. Могу сказать, что исходя из тех возможностей, которыми располагаем, мы выкладываем на все сто процентов.

В этом году провели запланированные мероприятия: 21 марта в Международный день поэзии прошли «Чтения на Чегете». Летом провели чтения в Черекском районе в Аушигере. В скором времени вы сможете узнать из нашей газеты о международном фестивале «Рифмы на Рице». Там прозвучат стихи абхазского поэта, переводчика, литературоведа, члена Союза писателей Аб-



хазии Владимира ЗАНТАРИА, которые перевела на кабардинский язык поэт и журналист из Кабардино-Балкарии Зарема КУГОТОВА. Владимиру Константиновичу мы провели творческий вечер в Нальчике в 2023 году. В Абхазии будем участниками вечера памяти преданных друзей нашего проекта - Владимира Зантария и Анатоли ЛАГУЛАА.

Наши ценности - это не только дань уважения тау адет и хабзэ, но и стремление создавать новые смыслы. Кто знает, быть может, эти чтения станут доброй традицией, которую мы с вами закладываем прямо сейчас. Особенно радует, что в проект вовлечены дети и молодежь. Приятно осознавать, что именно они могут подхватить эту эстафету и сделать наши чтения частью будущего.

Участники встречи предложили провести зимнюю встречу. Поэт и журналист Марина МАЗУРЕНКО предложила исследовать поэзию Кабардино-Балкарии, по-

священную эпическим мотивам: «У каждого народа есть аутентичная народная поэзия, зима - как раз то время, когда легенды и сказания звучали у очага. Когда работы в поле завершены, есть время на то, чтобы заняться рукоделием, поведать сказки и предания».

В итоге дискуссии было решено провести игровое мероприятие. Уже сейчас очевидно, что формат «поэтического квиза» станет новым вектором в работе литературного объединения, привлекая к изучению культурного наследия более широкую аудиторию.

Все этапы проекта освещаются на страницах нашей газеты, а также других региональных изданий. Уже несколько лет проект поддерживается Кабардино-Балкарским филиалом ПАО «Ростелеком», Министерством курортов и туризма и министерством просвещения и науки КБР.

Ляна БАТЫРОВА.
Фото Тамары Ардавой

Выплата единого пособия будущим мамам

С начала года Отделение СФР по Кабардино-Балкарской Республике направило порядка 450 миллионов рублей на выплату единого пособия 4 168 будущим мамам.

С 1 января 2026 года для получения пособия среднедушевой доход семьи не должен превышать региональный прожиточный минимум. Также применяется правило нулевого дохода: у каждого трудоспособного члена семьи должен быть доход не менее восьми МРОТ за расчетный период (216 744 рубля за 12 месяцев).

Право на выплату имеют женщины, вставшие на учет по беременности в первые 12 недель, граждане РФ, постоянно проживающие на территории России, при соответствии имущественной обеспеченности установленным критериям. При этом важно отметить, что в этом году расширен перечень уважительных причин отсутствия дохода. Теперь к ним относится получение пенсии по старости, по инвалидности или по случаю потери кормильца.

Прожиточный минимум трудоспособного населения в регионе на 2026 год составляет 22 089 рублей. В зависимости от дохода семьи пособие назначается в размере 50 процентов, 75 процентов или 100 процентов от этой величины: 50 процентов - 11 044,50 руб, 75 процентов - 16 566,75 руб, 100 процентов - 22 089 руб.

Подать заявление следует после наступления 12 недель беременности. Сделать это можно через портал «Госуслуги», в клиентской службе Отделения СФР по КБР или в МФЦ.

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

Наш корр.

Сельские героини - простые, скромные, трудолюбивые •ДАТА

Международный день сельских женщин, который отмечается ежегодно 15 октября, призван напомнить обществу, насколько многим оно им обязано, насколько ценен их труд. Сельские женщины составляют более четверти населения земного шара. Они играют ведущую роль в производстве продовольствия и в развитии стабильности сельских районов, причем не только в промышленно развитых странах, но и в развивающихся. Кроме того, выполняют большинство работ по уходу за детьми, пожилыми и больными людьми.

Идея проведения Международного дня сельских женщин родилась на IV Женской конференции ООН, прошедшей в 1995 году в Пекине, в качестве практического пути получения общественного признания и поддержки многогранной роли сельских женщин. В 2007 году этот день официально был утвержден и Генеральной Ассамблеей ООН.

Председатель женсовета Майского района Светлана КАРПЕНКО отметила:

- Женщины Майского района - активные носительницы и популяризаторы казачьей культуры, участвуют в специализированных конкурсах и фестивалях. Например, на конкурсе «Терская казачка» участницы продемонстрировали не только знание истории и традиций, но и практические навыки: носили воду на коромысле, стреляли из винтовки и рубили шашкой кабачки. На фестивалях «День матери-казачки» представляют свои родословные, готовят национальные блюда и показывают обряды, связанные с жизнью казачества. В музеях района бережно хранятся предметы женской казачьей одежды и быта, что подчеркивает важность сохранения наследия. Современные казачки сочетают в себе силу и стойкость с женственностью и заботой о ближних. Их жизнь не ограничивается только праздниками - это постоянная работа на благо своих сел и станиц.

Совет женщин Майского района, в который входят представительницы разных

сфер (образования, культуры, здравоохранения, бизнеса), играет заметную роль в общественной жизни. Казачки активно участвуют в благотворительных акциях, помогают тем, кто оказался в трудной жизненной ситуации, поддерживают участников СВО и их семьи.

В станице Александровской ее знают все от мала до велика. Кулистана ГОРБУЛИНСКАЯ - директор дома культуры, депутат местного самоуправления станицы, депутат районного совета администрации Майского района. «Люди ко мне идут с разными проблемами, - говорит Кулистана Апасовна. - Это и благоустройство, и вопросы ЖКХ, и помощь пожилым, и заботы молодых семей. Стараюсь никого не оставить без внимания». Но главное дело ее жизни - дом культуры, где ярче всего раскрываются ее талант организатора и неравнодушное сердце. Дом культуры живет насыщенной жизнью круглый год. Концерты, посвященные государственным праздникам и памятным датам, детские утренники, конкурсы, выставки народного творчества.



С началом специальной военной операции на базе дома культуры при активном участии местных женщин была создана волонтерская группа «Ленточка для Победы». Ее участницы собирают и отправляют гуманитарную помощь, плетут маскировочные сети, шьют и вяжут теплые вещи, производят домашние заготовки. Каждая посылка - с письмом, детским рисунком, с частичкой домашнего тепла. Это то, что поддерживает солдат не меньше, чем снаряжение.

Хочется назвать еще одно имя, известное в районе. Она не искала лучшей доли на стороне. Осталась там, где родилась, где прошло детство, где ее корни. Именно на таких женщинах держится село. Это Татьяна ДАТЧИЕВА - учитель английского и русского языков средней школы № 6 села Октябрьского. Вернулась в свое село 24 года назад после учебы в КБГУ, в родную

школу - туда, где когда-то сама сидела за партией. Коллеги говорят о ней с уважением, родители доверяют ей своих детей, а выпускники, уже взрослые люди, до сих пор вспоминают ее уроки с теплотой и благодарностью. Она не только учитель, но и мама. У нее двое детей, которые выросли достойными людьми. Муж Татьяны Хусеновны сегодня на передовой, а она, как и тысячи сельских женщин, ждет его дома и поддерживает.

Т. Датчиева не раз избиралась депутатом. Односельчане знают: она не просто выслушает, но и поможет. Не гонится за громкими титулами, а просто делает свое дело честно, с душой каждый день. В этом ее сила и сила всех сельских женщин, которые держат на своих плечах село, школу, семью и страну.

Мария ДЗАГАШТОВА, председатель совета женщин Терского района:

- Женщины-терчанки очень работоспособные. Мало кто может в этом с ними соревноваться. В районе именно женщины решают много актуальных вопросов на руководящих должностях. За вклад в развитие общества их всегда отмечают как лучших.

В совете женщин у нас очень хорошие традиции. Сельчанок обязательно поздравляем с юбилеями, стараясь охватить все отрасли, сказать каждой теплые слова. Отдельная и очень важная тема - поддержка семей участников СВО. Их в районе немало. Особое внимание вдовам и матерям погибших.

(Продолжение на 11-й с.)

КАВКАЗСКИЕ КУРОРТЫ ВВОДЯТ ОБНОВЛЕНИЯ К НОВОМУ ГОРНОЛЫЖНОМУ СЕЗОНУ

Базовая стоимость горнолыжных ски-пассов на курортах Эльбрус и Мамисон удержится в новом сезоне на уровне инфляции - рост шесть-семь процентов. Также изменится тариф на вечернее катание Эльбруса: в предыдущем сезоне - тестовом для популярной услуги - ею по промотарифу воспользовались 17 тысяч гостей курорта. Поэтому в новом сезоне вечернее катание решено сохранить. Теперь один вечер для взрослых в основном сезоне при покупке на сайте будет стоить от 2250 рублей, детям - дешевле. Кроме того, «вечерку» теперь можно приобрести в составе сезонника или вместе с тарифом фаст-трек - приоритетным проходом на канатные дороги.

- Минимально необходимый для функционирования курорта рост тарифов компенсируем системой скидок. Например, те, кто готов планировать отдых, сэкономят на старте продаж до 30-40 процентов стоимости ски-пассов. Кроме того, есть скидка 10 процентов для онлайн-покупок. На сайте действует система лояльности, где с каждой покупки баллами возвращается до пяти процентов стоимости ски-пасса. Кроме того, прорабатываем в этом году льготы от отелей для держателей сезонников, есть и постоянные скидки для отдельных категорий гостей, - рассказала директор по маркетингу Кавказ.РФ Ольга КРАВЧЕНКО.

В тарифной сетке курортов сохранились все популярные тарифы прошлого года: два, три, пять дней в сезоне и комбинации сезонного ски-пасса с фаст-треком. Также улучшены условия для организаторов групповых поездок - сертифицированных туроператоров, сохранились прошлогодние условия для аккредитации инструкторов, которые работают на курорте официально.

Горные курорты Северного Кавказа Эльбрус, Мамисон и Ведучи активно готовятся к зимнему сезону 2026/2027: обновлена тарифная сетка, сформирован событийный календарь, идут предпродажи ски-пассов по сниженной цене. Резиденты готовят к открытию новые рестораны, добавят почти 400 мест размещения, уже объявили раннее бронирование отелей.

В отелях резидентов бронирование на зиму в среднем ценовом сегменте идет преимущественно по прошлогодним ценам. Новогодние каникулы, февральские и мартовские выходные по традиции уходят первыми: так, в сети отелей Ozon (Озон) в Приэльбрусье январские праздники выкуплены на 85 процентов, остальные выходные высокого сезона тоже активно раскупаются, зимние праздники в мамисонских отелях забронированы на 30 процентов, на Ведучи зимнее бронирование только начинается.

- К открытию сезона у гостей Эльбруса появится возможность находить места проживания на сайте курорта - сейчас разрабатываем модуль бронирования, который станет частью системы лояльности курорта. Со временем все разработки перенесем и на остальные наши курорты, - отметила Ольга Кравченко.

Всего в горнолыжную зиму 2026/2027 на курортах Кавказ.РФ будут открыты 44 км трасс, значительная часть из них оснащена искусственной системой оснежения, которая позволяет поддерживать качественное снежное полотно в течение сезона.

Катание на Эльбрусе при благоприятном снежном прогнозе может стартовать в первой половине ноября (рекордно ранним стартом сезона на курорте было 1 ноября прошлого года). Обычно катание начинается на самой высокогорной трассе страны Гарабаши - Мир на высоте 3847 метров над уровнем моря. С установлением стабильных минусовых температур и на-

коплением снега постепенно откроются все трассы курорта до поляны Азау.

В сезоне на Эльбрусе будут доступны 23 км трасс и пять канатных дорог, в том числе новая зона катания в восточном секторе курорта, расположенная на высотах 3300-3500 метров: две современные канатные дороги и шесть трасс общей протяженностью 5,2 км. В планах резидента - запустить в новой зоне катания ресторан с видами на обсерваторию «Пик Терскол».

Официальный праздник открытия сезона на Эльбрусе запланирован на первые выходные декабря, в этом году он пройдет в формате гастрофестиваля: местные предприниматели представят свои заведения и продукцию на поляне Азау. Также к зиме на курорте откроется выставка, посвященная советскому наследию Эльбруса в области архитектуры, науки и культуры. Первыми до конца октября ее смогут увидеть москвичи, после экспозиция переедет сначала в Нальчик, а к декабрю - в Приэльбрусье, в санаторий «Иткол».

На Мамисоне в течение сезона будут открыты более 20 км трасс всех уровней сложности и две канатные дороги. Резиденты планируют к зиме добавить курорту несколько гостиничных комплексов на 180 мест размещения. Таким образом в сезоне на курорте будут работать шесть отелей 3* и 4* на 380 мест капсульного типа, коттеджи и со стандартными номерами, а также три ресторана в инфоофисе, на верхней станции курорта и в деревне Астробэйс, кафе и фудтраки.

- К зиме добавим курорту детали, кото-

рые сделают отдых на Мамисоне комфортнее и интереснее. Например, служба эксплуатации готовит несколько переездов между трассами: полуторакилометровый объезд самого пологого участка длинной зеленой трассы, который так ждали сноубордисты, плюс обустроили два коротких объезда на синей трассе, которые тоже не дадут сильно сбросить скорость. Для семей с детьми делаем тюбинговую горку с двумя трассами протяженностью 85 метров, она разместится на нижней станции, возле гаража гондол. В выставочном пространстве курорта появится новый экспонат, обыгрывающий ветреный характер Мамисона. Также принято решение выделить только один высокий сезон на курорте - в новогодние праздники, в остальное время цены на ски-пассы останутся на базовом уровне или с применением промотарифа, - отметила О. Кравченко.

Курорт Ведучи предлагает круглогодичное катание на всесезонных горнолыжной и тюбинговых трассах. С установлением снежного покрова на курорте традиционно добавляются учебная и детская горнолыжные трассы. Также круглый год доступны прогулки на канатных дорогах и детский картинг. Работают ресторан и кафе, жить можно в отеле 3* или в индивидуальных коттеджах.

Базовая инфраструктура новой зоны катания на Ведучи на сегодняшний день в значительной степени уже создана: из 20 объектов 18 введены в эксплуатацию. Полноценный запуск северного склона зависит от двух ключевых объектов - гигантской канатной дороги VL-1 и системы искусственного снегообразования. Оснежение планируется запустить до конца года - готовность 95 процентов, канатку - в 2027-м.

Ольга КАЛАШНИКОВА

ПОНЕДЕЛЬНИК, 19 октября

1 КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» (16+) 14.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 17.00 «Большая игра» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 22.00 Т/с «ПОЛНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ» (16+) 23.00 «Большая игра» (16+) 00.00 «Время героев» (16+) 01.05, 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
РОССИЯ 1
05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00 «60 минут» (12+) 14.30, 02.15, 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕД-СТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 18.00 «60 минут» (12+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 Т/с «ХУДОЖНИК» (16+) 23.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)
ТВЦ
06.00 «Настроение» 08.15 «Смех, дрожь и видео» (16+) 08.50 Х/ф «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ» (16+) 10.50, 00.30 «Петровка, 38» (16+) 11.00 «Городское собрание» (12+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 11.50, 02.55 Х/ф «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ. МЕРТВЫЕ ДУШИ» (16+) 13.45, 05.25 «Мой герой» (12+) 14.50 Город новостей 15.05 Х/ф «ТАЙНЫ ГОРОДА М. ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ» (16+) 16.55 Прощание (16+) 18.15 Х/ф «БАБЬЕ ЦАРСТВО. ТАЙНА ИМЕНИ» (16+) 20.05 Х/ф «БАБЬЕ ЦАРСТВО. СЛАДКОЕ ДЕЛО» (16+) 22.35 «10 самых...» (16+) 23.05 «Знак качества» (16+) 00.00 События 00.45 Д/с «Приговор» (16+) 01.30 Д/ф «Кулачные бои звезд» (16+) 02.10 Д/ф «Дорогие товарищи. Хлопковое дело» (16+) 04.35 Д/с «Короли эпизода» (16+)

НТВ
06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» (16+) 16.45 «За гранью» (16+) 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «ТВЕРСКАЯ. ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС» (16+) 22.15 Т/с «АУТСАЙДЕР» (16+) 00.40 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоныан (16+) 01.10 Т/с «ТАЙНЫЕ ДВЕРИ» (16+) 05.30 Т/с «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» (16+)
ЗВЕЗДА
05.05 Х/ф «ВРЕМЯ ВЕРНУТЬСЯ» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 11.00 «Сделано в СССР». Д/с (12+) 11.20 Х/ф «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.25, 15.05, 17.15 Т/с «ВЕНДЕТТА ПО-РУССКИ» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 17.00 Новости дня (16+) 18.00 Новости дня (16+) 19.10 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным (16+) 20.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 22.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+) 23.05 Х/ф «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПО-ГОНИ» (16+) 00.40 Х/ф «БАЛЛАДА О СОЛДАТЕ» (16+) 02.10 Х/ф «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ» (16+) 03.10 «Артиллерия Второй мировой войны». Д/с (16+) 03.50 Т/с «ВЕНДЕТТА ПО-РУССКИ» (16+)
РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 «Новости» (16+) 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00 «Информационная программа 112» (16+) 12.30 «Новости» (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+) 15.00 «Дикий, дикий мир» (16+) 16.00 «Информационная программа 112» (16+)

ММАТЧ ТВ
Профилактика на канале с 6.00 до 10.00 10.00, 12.55, 15.30 Новости 10.10 Лица страны (12+) 10.30 Футбол. Альфа-банк. Российская премьер-лига. Обзор тура (6+) 11.35, 21.25, 23.45 Все на Матч! Прямая трансляция 12.35 «Специальный репортаж» (12+) 13.00 Есть тема! Прямая трансляция 14.25 География спорта (12+) 14.55 «Что за спорт?» (12+) 15.35 Громко. Прямая трансляция 16.40 Смешанные единоборства. Х. Бакли - М. Мэлотт. UFC. Трансляция из Канады (16+) 17.50 Футбол. Альфа-банк. Российская премьер-лига. Обзор тура (6+) 18.55 Хоккей. МХК «Динамо» (Москва) - «Динамо-Шинник» (Бобруйск). Olimpbet. Чемпионат МХЛ. Прямая трансляция 21.40 Футбол. «Парма» - «Торино». Чемпионат Италии. Прямая трансляция 00.45 Регби. «Динамо» (Москва) - «Стрела-Ак Барс» (Казань). Чемпионат России. Финал. Трансляция из Москвы (12+) 03.00 Вы это видели (12+) 04.00 Новости (0+) 04.05 Велоспорт. Трек. Чемпионат мира. Трансляция из Китая (6+)
ОТР
ПРОГРАММА 1 КБР Профилактические работы на канале * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Больше книг» (12+) 17.25 «Жизнь за кадром». Заслуженный артист КБР М. Хордаев (12+) 18.05 «Время и личность». Герой Социалистического Труда Джонсон Хагажеев (12+)

5 КАНАЛ
05.00 «Известия» (16+) 05.40 Т/с «СЛЕДОПЫТ» (16+) 08.05 «Фирменный рецепт» (12+) 08.40 «Давай разберемся!» (12+) 09.00 «Известия» (16+) 09.30 Т/с «СЛЕДОПЫТ» (16+) 13.00 «Известия» (16+) 13.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» (16+) 14.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» (16+) 17.00 «Известия» (16+) 17.30 Т/с «СЛЕД» (16+) 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» (16+) 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» (16+) 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 00.30 Т/с «ДАЛЕКО ДО МОСКВЫ» (16+) 03.00 Т/с «СЛЕД» (16+)
РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных 07.20 Театральная летопись 07.50, 23.50 Д/с «Великие египетские фараоны» 08.40 Х/ф «ЛЮДИ И МАНЕКЕНЫ» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.15 «XX век» 12.45 Новости. Подробно. АРТ 13.00 Д/с «Телетheater. Классика» 13.55 Х/ф «ТЕНЬ У ПИРСА» (16+) 15.25 Агора 16.30 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного» 17.15 Д/ф «На перекрестке музыки и слова» 17.40 Д/с «Первые в мире» 18.00 «Факультет истории» 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Линия жизни 21.30 Сати. Нескучная классика... 22.10 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» (16+) 23.05 Д/с «Секреты тайного сыска» 23.35 Новости культуры 00.40 «XX век» 01.50 Д/ф «Гатчина. Свершилось»
МИР 24
ПРОГРАММА 1 КБР 00.00 «Сценэм кьыкуигэщла» («Рожденный для сцены»). Народный артист РФ Заур Зехов (каб.яз.) (12+) 00.35 «Унутулмазлыкь атла» («Незабываемые имена»). Памяти перво-

го Президента КБР В.М. Кокова (балк.яз.) (12+) 10.00 «Гуащэм фыщэ пылъщ» («По труду и чести») 10.45 «Агънокъуэ Лашэ» («Ляша Агноков») (каб.яз.) (12+) 11.20 «Езден адет» («Этический кодекс») (балк.яз.) (12+) 12.00 «Амманы жомакълары» («Бабушкины сказки») (балк.яз.) (6+) 12.10 «Чамхана» (балк.яз.) (16+) 12.40 «Золотая кладовая Аси Еутых». Передача первая (12+) 13.10 «Золотая кладовая Аси Еутых». Передача вторая (12+) 13.40 «Пой, душа». Народный хор казачьей песни «Станица» (12+) 14.10 «Зэрэбгъажэщ». Детская школа искусств, г. Нарткала (каб.яз.) (6+) 14.50 «ІзщІагъэ дызыхуэныкъуэхэр» («Нужные профессии») (каб.яз.) (12+) 15.15 «Фы щІэи - псым хэдзэ» («Делай добро») (каб.яз.) (12+) 15.30 «Сабийлики дунясы» («Планета детства») (балк.яз.) (12+) 16.05 «Албар». Юсуп Джаппуев о творчестве Омара Отарова (балк.яз.) (12+) 16.35 «Позиция» (12+) 17.00, 19.30 «Новости 1КБР» (16+) 17.10 «На страже закона» (12+) 17.25 «Больше книг» (12+) 17.40 А. Шогенцукоев. «Мадина». Постановка воспитанников ДК с. Баксаненок (каб.яз.) (12+) 18.20 «Гушыалъэ» (каб.яз.) (12+) 18.45 «Ма алай» («Вот так») (балк.яз.) (12+) 19.10 «Спорт майдан» («Спортплощадка») (балк.яз.) (12+) 19.45 «Герои нашего времени. Начальник управления по работе с казачьей молодежью ИГУТУ Илья Ипатов (16+) 19.55 «Чылар». Телеочерк о первовосходителе на гору Эльбрус Киларе Хаширове (каб.яз.) (12+) 20.30 «Гухэлъ уэрэдхэр» («Лирический концерт») (каб.яз.) (12+) 22.55 «Гухэлъ уэрэдхэр» («Лирический концерт») (каб.яз.) (12+) 21.00 «Таулу бичакъ» («Балкарский нож. Традиции и современность»). (балк.яз.) 21.40 «Новости 1КБР» (16+) 21.55 «Позиция» (12+) 22.20 «Чылар». Телеочерк о первовосходителе на гору Эльбрус Киларе Хаширове (каб.яз.) (12+) 23.25 «Нахмулу арбазым» («Поэтическое подворье») (балк.яз.) (12+) 23.45 «Новости 1КБР» (16+)

ВТОРНИК, 20 октября

1 КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» (16+) 14.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 17.00 «Большая игра» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 22.00 Т/с «ПОЛНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ» (16+) 23.00 «Большая игра» (16+) 00.10, 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
РОССИЯ 1
05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00, 18.00 «60 минут» (12+) 14.30, 02.15, 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕД-СТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 Т/с «ХУДОЖНИК» (16+) 23.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)
ТВЦ
06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...» (16+) 08.40 Х/ф «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ» (16+) 10.35, 04.35 Д/ф «Актерские драмы. Нож в спину» (16+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50, 02.55 Х/ф «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ. МЕРТВЫЕ ДУШИ» (16+) 13.45 «Мой герой» (12+) 14.50 Город новостей 15.05 Х/ф «ТАЙНЫ ГОРОДА М. ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ» (16+) 16.55, 01.30 Прощание (16+) 18.15 Х/ф «БАБЬЕ ЦАРСТВО. СВИДЕТЕЛЬ ПРЕСТУПЛЕНИЯ» (16+) 20.05 Х/ф «БАБЬЕ ЦАРСТВО. ТАЙНЫ ЗЕЛеной РОЩИ» (16+) 22.35 «Закон и порядок» (16+) 23.05 Д/ф «Импортная невеста» (16+) 00.30 «Петровка, 38» (16+) 00.45 Д/ф «Дело союзного значения. Очень страшное кино» (16+) 02.10 «Знак качества» (16+) 05.20 Д/ф «Алексей Жарков. Эффект бабочки» (16+)

НТВ
06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» (16+) 16.45 «За гранью» (16+) 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «ТВЕРСКАЯ. ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС» (16+) 22.15 Т/с «АУТСАЙДЕР» (16+) 00.40 «Захар Прилепин. Уроки русского» (16+) 01.15 Т/с «ТАЙНЫЕ ДВЕРИ» (16+) 05.30 Т/с «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» (16+)
ЗВЕЗДА
05.25 Т/с «ВЕНДЕТТА ПО-РУССКИ» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+) 09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 11.00 «Москва frontу». Д/с (16+) 11.25 Х/ф «КЛЮЧИ ОТ НЕБА» (16+) 13.25, 15.05, 17.15 Т/с «ВЕНДЕТТА ПО-РУССКИ» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 18.00 Новости дня (16+) 19.10 «Улика из прошлого» (16+) 20.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 22.35 «Между тем» с Н. Метлиной (12+) 23.05 Х/ф «БЕЗ ПРАВА НА ПРОВАЛ» (16+) 00.40 Х/ф «ДЕРЗОСТЬ» (16+) 02.20 Х/ф «ЗВЕЗДА» (16+) 04.00 Т/с «ВЕНДЕТТА ПО-РУССКИ» (16+)
РЕН
05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+) 10.00 «СОВБЕЗ» (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории» (16+) 15.00 Д/с «Легенды и мифы» (16+) 17.00, 02.15 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 20.00 «100 вопросов обо всем» (16+) 21.00 Х/ф «13-Й РАЙОН. УЛЬТИМАТУМ» (16+)

ММАТЧ ТВ
06.00 «Эволюция спорта» (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.30 Новости 07.05, 11.35, 15.35, 23.30 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05, 12.35 «Специальный репортаж» (12+) 09.25 Футбол. Франция - Испания. Чемпионат мира-2026. 1/2 финала (6+) 13.00 Есть тема! Прямая трансляция 14.25 Династия (12+) 14.55 «Что за спорт?» (12+) 16.40 Смешанные единоборства. И. Аде-санья - Ш. Стрикланд. UFC (16+) 17.50 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура (6+) 18.55 Спорт.Док (12+) 20.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира. Мужчины. Прямая трансляция из Нидерландов 00.30 Бильярд. Кубок Кремля. Пул. Мужчины. Трансляция из Москвы (6+) 02.00 Дзюдо. Fonbet. Чемпионат России (12+) 04.00 Новости (0+) 04.05 Велоспорт. Трек (6+)
ОТР
ПРОГРАММА 1 КБР 06.00, 07.00, 08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Дистанционное мошенничество» (12+) 06.30 «На страже здоровья». Паллиативная служба КБР (12+) 07.10 «Путевые заметки». Петергоф (12+) 07.20 «Время и личность». Герой Социалистического Труда Джонсон Хагажеев (12+) 08.10 «Жизнь за кадром». Заслуженный артист КБР М. Хордаев (12+) 08.45 «Больше книг» (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00, 18.45 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Спектр». Президент Северо-Кавказской ассоциации кулинаров, шеф-повар Бисо Чеченов (12+) 17.40 «Жизнь посвятившие». Доктор ветеринарных наук Хусейн Кушов (12+) 18.15 «Горизонт». Социально-экономическая программа (12+)
5 КАНАЛ
05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+)

05.25, 09.30 Т/с «СЛЕДОПЫТ» (16+) 07.00, 07.35 «Стройнадзор» (16+) 08.05 «Страна советов» (16+) 08.40 «Давай разберемся!» (12+) 13.30, 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» (16+) 14.20, 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» (16+) 17.30, 03.00 Т/с «СЛЕД» (16+) 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 00.30 Т/с «ДАЛЕКО ДО МОСКВЫ» (16+)
РОССИЯ К
06.30 Диалоги о животных 07.20 Театральная летопись 07.50, 14.55, 23.50 Д/с «Великие египетские фараоны» 08.40 Х/ф «ЛЮДИ И МАНЕКЕНЫ» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.15, 00.40 «XX век» 12.45 Новости. Подробно. Книги 13.00 Д/ф «Я ни с какого года» 13.45 Д/с «Забитое ремесло» 14.00, 22.10 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» (16+) 15.45 Сати. Нескучная классика... 16.30 «Эрмитаж» 17.15 Д/ф «Любовь с антрактами» 17.55 Д/ф «Скажи мне, Новгород...» 18.50 «Семинар» 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойные ночи, малыши! 20.50 Искусственный отбор 21.30 Белая студия 23.05 Д/с «Секреты тайного сыска»
МИР 24
ПРОГРАММА 1 КБР 00.00 «Искусство в кадре» (12+) 00.15 «Больше книг» (12+) 00.30, 01.15 Концерт к Дню адыгов (черкесов) (12+) 02.00 З. Канукова. «Къежэкл» («Бег»). Спектакль молодежной театральной студии «Сыринэ» (каб.яз.) (12+) 02.55 «Фы щІэи - псым хэдзэ» («Делай добро») (каб.яз.) (12+) 03.10 «Пой, душа». Народный хор казачьей песни «Станица» (12+) 03.40 «ІзщІагъэ дызыхуэныкъуэхэр» (каб.яз.) (12+) 04.05 «Таулу бичакъ» (балк.яз.) 04.45 «Албар». Юсуп Джаппуев о творчестве Омара Отарова (балк.яз.) (12+) 05.15 «Лейла». Памяти заслуженного работника культуры КБР, диктора, журналиста Лейли Токумаевой (балк.яз.) (12+)

06.00, 07.00, 08.00, 12.00, 17.00, 19.30, 21.40, 23.45 «Новости 1КБР» (16+) 06.10 «На страже закона» (12+) 06.25 «Больше книг» (12+) 06.35 «Концерт органной музыки» (12+) 07.10 «Чылар». Телеочерк о первовосходителе на гору Эльбрус Киларе Хаширове (каб.яз.) (12+) 07.45 «Нанэ и псэ» («Мамина радость») (каб.яз.) (12+) 08.10 «Кабардино-Балкария» (12+) 08.15 «Спортмайдан» (балк.яз.) (12+) 08.35 «Ма алай» (балк.яз.) (12+) 09.00 «Вс к детям дорогу сумели найти» (12+) 09.15 «Город мастеров». Керамист Руслан Тхазаплижев (12+) 09.45 «Таурыхъыщэ» (каб.яз.) (6+) 09.55 «Уэрэд шлаусыр» (каб.яз.) (12+) 10.35 «Уузыншэм» (12+) 11.20 «Ма алай» (балк.яз.) (6+) 11.45, 12.10 «Нартбора». Нарты в изобразительном искусстве (балк.яз.) (12+) 12.25 «Ойнай-ойнай...» (балк.яз.) (12+) 12.40 «Жизнь посвятившие». Об отличнике народного просвещения РСФСР Галиме Лигидове (12+) 13.20, 14.40 Н.В. Гоголь. «Ревизор». Спектакль Кабардинского государственного театра им. А. Шогенцукова (каб.яз.) (16+) 15.45, 21.55 «Ветераны спорта». Серебряный призер России по греко-римской борьбе К. Темукуев (12+) 16.15 «Путь героя». Подполковник Ахмед Кануков (12+) 17.10 «Кухняшки» (6+) 17.35 «Дыгъэщыгъэ» (каб.яз.) (6+) 18.00 «Тхъэмахуэ пшыкх» («Сегодня вечером»). Ансамбль народного танца «Звездочка» (каб.яз.) (12+) 18.45 «Албар». Мастер по художественной обработке металла Рашид Курданов (балк.яз.) (12+) 19.45 «Город с историей». Лев Толстой (12+) 20.15 «Заман бла бирге» («В ногу со временем»). Открытие балкарской сакли (балк.яз.) (12+) 20.40 «Хэкулъ» («Верный сын Отечества»). Герой Социалистического Труда Камбулат Тарчоков (каб.яз.) (12+) 21.10 «Горизонт» (16+) 22.25 «Адыгэ лъэкпкъым и джаклұэ». Заслуженный работник культуры КБР Мухамед Хафицэ (каб.яз.) (12+) 23.15 «Ез дуня» («Свой мир»). Доктор философских наук Фатима Атмурзаева (балк.яз.) (12+)

1 КАНАЛ	НТВ	СРЕДА, 21 октября	5 КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» (16+) 14.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 17.00 «Большая игра» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 22.00 Т/с «ПОЛНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ» (16+) 23.00 «Большая игра» (16+) 00.00 «Шоу Вована и Лексуса» (16+) 01.05, 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)	06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» (16+) 16.45 «За гранью» (16+) 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «ТВЕРСКАЯ. ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС» (16+) 22.15 Т/с «АУТСАЙДЕР» (16+) 00.40 «Мы и наука. Наука и мы» (12+) 01.40 Т/с «ТАЙНЫЕ ДВЕРИ» (16+)	20.00 «Дикий, дикий мир» (16+) 20.55 Х/ф «ПЕРЕВОЗЧИК-3» (16+) 23.25 Т/с «СПЕЦЫ» (16+) 01.20, 04.25 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)	05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+) 05.25, 09.30, 04.40 Т/с «СЛЕДОПЫТ» (16+) 08.25 «Стройнадзор» (16+) 13.30, 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» (16+) 14.20, 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» (16+) 17.30, 03.00 Т/с «СЛЕД» (16+) 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 00.30 Т/с «ДАЛЕКО ДО МОСКВЫ» (16+)
РОССИЯ 1	ЗВЕЗДА	МАТЧ ТВ	РОССИЯ К
05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00, 18.00 «60 минут» (12+) 14.30, 02.15, 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 Т/с «ХУДОЖНИК» (16+) 23.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)	05.25 Т/с «ВЕНДЕТТА ПО-РУССКИ» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+) 09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 11.00 Д/ф «Тайны военной разведки. Первая партия» (16+) 11.50, 13.25 Х/ф «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ» (16+) 13.55, 15.05, 17.15 Т/с «НА РУБЕЖЕ. ОТВЕТНЫЙ УДАР» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 18.00 Новости дня (16+) 19.10 «Секретные материалы». Д/с (16+) 20.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 22.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+) 23.05 Х/ф «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ» (16+) 00.55 Х/ф «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК» (16+) 02.20 Х/ф «ДЕРЗОСТЬ» (16+) 04.10 Т/с «НА РУБЕЖЕ. ОТВЕТНЫЙ УДАР» (16+)	06.00 «Эволюция спорта» (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.30 Новости 07.05, 11.35, 15.35, 23.00 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05, 12.35 «Специальный репортаж» (12+) 09.25 Футбол. Англия - Аргентина. Чемпионат мира-2026. 1/2 финала (6+) 13.00 Есть тема! Прямая трансляция 14.25 «Вид сверху» (12+) 14.55 «Что за спорт?» (12+) 16.40 Смешанные единоборства. А. Волкановски - Д. Лопес. UFC (16+) 17.50 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура (6+) 18.55 Спорт.Док (12+) 20.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира. Женщины 00.00 Бильярд. Кубок Кремля. Свободная пирамида. Женщины (6+) 02.00 Дзюдо. Fonbet. Чемпионат России (12+) 04.00 Новости (0+) 04.05 Велоспорт. Трек. Чемпионат мира (6+)	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.15, 00.45 «XX век» 12.45 Новости. Подробно. Кино 13.00 Линия жизни 14.00, 22.10 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» (16+) 14.55 Д/с «Великие египетские фараоны» 15.45 Белая студия 16.30 Библейский сюжет 17.15 Мастер-класс Галины Вишневской в Центре оперного пения. Запись 2003 года. К 100-летию со дня рождения Галины Вишневской 18.00 Д/ф «Гатчина. Свершилось» 18.45 «Семинар» 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойной ночи, малыши! 20.50 Власть факта 21.30 Энигма 23.05 Д/с «Секреты тайного сыска» 23.50 Д/ф «Римский Пантеон» 01.45 Д/ф «Леонид Завальнюк. Я ни с какого года» 02.30 Д/ф «Роман в камне»
ТВЦ	РЕН	ОТР	МИР 24
06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...» (16+) 08.40 Х/ф «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ» (16+) 10.35, 04.40 Д/ф «Актёрские драмы. Неравный брак» (16+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50, 03.00 Х/ф «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ. КУКУШКА» (16+) 13.45, 05.25 «Мой герой» (12+) 14.50 Город новостей 15.05 Х/ф «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН» (16+) 17.00 Прощание (16+) 18.10 Х/ф «БАБЬЕ ЦАРСТВО. ПОСЛЕДНИЙ УЖИН» (16+) 20.05 Х/ф «БАБЬЕ ЦАРСТВО. ОПАСНАЯ ПРАКТИКА» (16+) 22.35 «Хватит слухов!» (16+) 23.05 Д/ф «90-е. Понты» (16+) 00.30 «Петровка, 38» (16+) 00.45 Д/ф «90-е. «Фанера» (16+) 01.30 Д/ф «Русские тайны. Печать проклятия» (16+) 02.15 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Загадка для ЦРУ» (16+)	05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00 «Документальный спецпроект» (16+) 10.00 «Засекреченные списки» (16+) 10.55 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории» (16+) 15.00 «Момент в истории» (16+) 17.00, 02.15 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)	06.00, 07.00, 08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Горизонт». Социально-экономическая программа (12+) 06.35 «Будущее в настоящем». Лалина Саральп (12+) 07.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 07.10 «Мой друг – Якуб» (12+) 07.25 «Жизнь посвятившие». Доктор ветеринарных наук Хусейн Кушхов (12+) 08.10 «Спектр». Президент Северо-Кавказской ассоциации кулинаров, шеф-повар Бисо Чеченов (12+) 08.40 «Колесо судьбы». Мария Загорская (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00, 18.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Страна улыбок» (12+) 17.40 «Дорога без риска» (12+) 18.15 «Геоустойчивость. Брикс-2026». Международная научная конференция. Передача первая (12+) 18.35 «Актуальная тема» (16+)	ПРОГРАММА 1 КБР 00.00 «Жизнь посвятившие». Об отличнике народного просвещения РСФСР Галиме Лигидове (12+) 00.40, 02.00 Н.В. Гоголь. «Ревизор». Спектакль Кабардинского госдрамтеатра им. А. Шогенцукова (каб.яз.) (16+) 03.05, 09.00 «Албар». Мастер по художественной обработке металла Рашид Курданов (балк.яз.) (12+) 03.50, 04.10 «Нартбора». Нарты в изобразительном искусстве (балк.яз.) (12+) 04.25 «Путь героя». Подполковник Ахмед Канукоев (12+) 05.10 «Адыгэ лъэпкъым и джакӀуэ». Заслуженный работник культуры КБР Мухамед Хафицэ (каб.яз.) (12+)

1 КАНАЛ	НТВ	ЧЕТВЕРГ, 22 октября	6 КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» (16+) 14.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 17.00 «Большая игра» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 22.00 Т/с «ПОЛНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ» (16+) 23.00 «Большая игра» (16+) 00.10, 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)	06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» (16+) 16.45 «За гранью» (16+) 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «ТВЕРСКАЯ. ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС» (16+) 22.15 Т/с «АУТСАЙДЕР» (16+) 00.40 «Поздняков» (16+) 00.55 Т/с «АУТСАЙДЕР» (16+) 02.45 Т/с «ТАЙНЫЕ ДВЕРИ» (16+)	20.00 «Момент в истории» (16+) 20.30 Х/ф «КРУПНЫЙ УЛОВ» (16+) 23.25 Т/с «СПЕЦЫ» (16+) 01.15, 04.25 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)	05.25, 09.30, 04.45 Т/с «СЛЕДОПЫТ» (16+) 08.25 «Ваше здоровье!» (12+) 13.30, 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» (16+) 14.20, 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» (16+) 17.30, 03.25 Т/с «СЛЕД» (16+) 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 00.30 «День ангела» (0+) 00.55 Т/с «ДАЛЕКО ДО МОСКВЫ» (16+)
РОССИЯ 1	ЗВЕЗДА	МАТЧ ТВ	РОССИЯ К
05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00 «60 минут» (12+) 14.30, 02.15, 03.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 18.00 «60 минут» (12+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 Т/с «ХУДОЖНИК» (16+) 23.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)	05.35 Т/с «НА РУБЕЖЕ. ОТВЕТНЫЙ УДАР» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 17.00 Новости дня (16+) 09.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 11.00 Х/ф «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ» (16+) 13.25, 15.05, 17.15 Т/с «ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 18.00 Новости дня (16+) 19.10 «Код доступа» (12+) 20.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+) 22.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+) 23.05 Х/ф «КЛЮЧИ ОТ НЕБА» (16+) 00.40 Х/ф «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (16+) 01.55 Х/ф «МОРСКОЙ ОХОТНИК» (16+) 03.05 Х/ф «БЛИЗНЕЦЫ» (16+) 04.25 «Артиллерия Второй мировой войны». Д/с (16+)	06.00 «Эволюция спорта» (12+) 07.00, 09.00, 12.55 Новости 07.05, 11.35, 17.10, 19.25, 23.00 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05, 12.35 «Специальный репортаж» (12+) 09.25 Футбол. Франция - Англия. Чемпионат мира-2026. Матч за 3-е место (6+) 13.00 Есть тема! Прямая трансляция 14.25 Чемпионы на все времена (12+) 14.55 Хоккей с мячом. «Динамо» (Москва) - «СКА-Нефтяник» (Хабаровск). Суперкубок России 17.25 Волейбол. «Динамо-Урал» (Уфа) - «Факел Ямал» (Новый Уренгой). Рольф Суперлига. Мужчины 20.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира. Мужчины 00.00 Бильярд. Кубок Кремля. Комбинированная пирамида. Мужчины. Трансляция из Москвы (6+) 02.00 Баскетбол. «Динамо» (Уфа) - «Десна» (Брянск). Чемпионат России. Суперлига. Мужчины (6+) 04.00 Новости (0+) 04.05 Велоспорт. Трек. Чемпионат мира (6+)	06.30 Диалоги о животных 07.20 Театральная летопись 07.45, 14.55 Д/ф «Римский Пантеон» 08.40 Х/ф «ЛЮДИ И МАНЕКЕНЫ» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35 Новости культуры 10.15 Наблюдатель 11.15, 00.45 «XX век» 12.45 Новости. Подробно. Театр 13.00 Д/ф «Георгий Вицин» 13.45 Д/ф «Забывтое ремесло» 14.00, 22.10 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» (16+) 15.50 Энигма 16.30 Моя любовь - Россия! 17.15 Д/ф «Двое в мире» 18.45 «Семинар» 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойной ночи, малыши! 20.45 Д/ф «Белое солнце пустыни». Для кого ты добрая, госпожа удача?» 21.30 Энигма 23.05 Д/с «Секреты тайного сыска» 23.50 Д/ф «Пещера Шове. Первый шедевр в истории человечества» 01.50 Д/ф «Илья Франк. Нобелевские победы российской науки» 02.30 Д/ф «Роман в камне»
ТВЦ	РЕН	ОТР	МИР 24
06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...» (16+) 08.40 Х/ф «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ» (16+) 10.35 Д/ф «Актёрские драмы. Кино без купюр» (16+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50, 02.55 Х/ф «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ. КУКУШКА» (16+) 13.45, 05.25 «Мой герой» (12+) 14.50 Город новостей 15.05 Х/ф «ОПАСНЫЙ КРУИЗ» (16+) 17.00 Прощание (16+) 18.10 Х/ф «РОМАН С СЕКРЕТОМ» (16+) 22.35 «10 самых...» (16+) 23.05 Д/ф «Актёрские драмы. Квартирный вопрос» (16+) 00.30 «Петровка, 38» (16+) 00.45 Д/ф «Настоящий детектив. Голос из преисподней» (16+) 01.30 Д/ф «Дорогие товарищи. Засекреченная эпидемия» (16+) 02.15 Д/ф «Как отдыхали вожди» (16+) 04.30 Д/ф «Александр Белявский. Последний побег» (16+)	05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00 «Документальный спецпроект» (16+) 10.00 «Засекреченные списки» (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+) 13.00 «Невероятно интересные истории» (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории» (16+) 17.00, 02.10 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)	06.00, 07.00, 08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «Актуальная тема» (16+) 06.20 «Кабардино-Балкария» (12+) 06.25 «Дорога без риска» (12+) 07.10 «Искусство в кадре» (12+) 07.25 «Хацибана» (12+) 08.10 «Геоустойчивость. Брикс-2026». Международная научная конференция. Передача первая (12+) 08.30 «Страна улыбок» (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00, 18.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Дети и родители» (12+) 17.40 «Здоровый выбор» (12+) 18.10 «Геоустойчивость. Брикс-2026». Международная научная конференция. Передача вторая (12+) 18.30 «На страже закона» (16+)	ПРОГРАММА 1 КБР 00.00 «Жизнь за кадром». Автор и исполнитель Н. Джамаудинов (12+) 00.30 «Персона». Советский политический деятель Борис Блаев (12+) 01.15, 01.55 «Позывной «Люттик». Военно-патриотический спектакль (16+) 02.30 «Дети и родители» (12+) 02.50 «ШхъэкӀмрэ лъабжьэмрэ» («Корни и крона») (каб.яз.) (12+) 03.15 «Гум имыхуж» (каб.яз.) (12+) 03.50 «Гукъыдэж фильну» (каб.яз.) (12+) 04.35, 05.20 Муса Батчаев. «Кюмюш акка» («Серебряный дед»). Спектакль Карачаевского госдрамтеатра им. Алиева (балк.яз.) (16+) 06.00, 07.00, 08.00, 17.00, 19.30, 21.40, 23.45 «Новости 1КБР» (16+)

ПЯТНИЦА, 23 октября

1 КАНАЛ 05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00 Новости 09.25 «Модный приговор» (0+) 10.15 «Жить здорово!» (16+) 11.00, 12.15, 18.40 «Время покажет» (16+) 14.00 «Большая игра» (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 17.00 «Большая игра» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.45 «Поле чудес» (16+) 21.00 «Время» 21.45 «Голос. Дети». Новый сезон (0+) 23.25 «Наша новая музыка». Новый сезон (12+) 00.30 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)		РОССИЯ 1 05.00 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном (12+) 11.30 Вести. Местное время 12.00, 18.00 «60 минут» (12+) 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+) 17.00 «Малахов» (16+) 21.10 Вести. Местное время 21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+) 23.55 «Истории Большой Страны» (12+) 00.55 Х/ф «ДОМ ДЛЯ КУКЛЫ» (16+)		ТВЦ 06.00 «Настроение» 08.15 Х/ф «ТЕНЬ СТРЕКОЗЫ» (16+) 11.30, 14.30, 17.50 События 11.50 Х/ф «ТЕНЬ СТРЕКОЗЫ» (16+) 12.30 Т/с «ТУМАН НАД ТЕМНОЙ ВОДОЙ» (16+) 14.50 Город новостей 15.05 Т/с «ТУМАН НАД ТЕМНОЙ ВОДОЙ» (16+) 17.00 Д/ф «Актерские драмы. Игра в детектив» (16+) 18.15 Х/ф «РОМАН С ХИЩНИКОМ» (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.05 Д/ф «Русские тайны. Завещание Ванги» (16+) 00.00 Хроники московского быта (16+) 00.40 Х/ф «ПИРАТЫ XX ВЕКА» (16+) 02.05 «Петровка, 38» (16+) 02.25 Х/ф «ТАЙНЫ ГОРОДА М. ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ» (16+) 05.50 Д/ф «Игорь Старыгин. Последняя дуэль» (16+)		НТВ 06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» 06.25 «Утро. Самое лучшее» (16+)		08.25 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+) 09.25 «Человек в праве» с Андреем Куницыным (16+) 10.35 «Первая передача» (16+) 11.10 Т/с «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» (16+) 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» (16+) 16.50 «ДНК» (16+) 17.55 «Жди меня» (16+) 20.00 Т/с «ТВЕРСКАЯ. ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС» (16+) 22.15 Т/с «АУТСАЙДЕР» (16+) 00.20 «Своя правда» с Романом Бабаином (16+) 02.10 «Квартирный вопрос» (0+) 03.00 Х/ф «БОРЕЦ» (16+)		ЗВЕЗДА 05.20 Х/ф «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК» (16+) 06.50 Д/ф «Позывной «Чайка» (16+) 07.40, 09.25 Х/ф «ЛЮДИ НА МОСТУ» (16+) 09.00, 13.00, 17.00, 18.00 Новости дня (16+) 10.25, 13.25 Т/с «СМЕРШ. УМИРАТЬ ПРИКАЗА НЕ БЫЛО» (16+) 14.50, 15.05, 17.15 Х/ф «ДРУЖБА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ» (16+) 15.00 Военные новости (16+) 17.25, 18.40 Т/с «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ» (16+) 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+) 23.30 Х/ф «ТРОЕ В ЛОДКЕ, НЕ СЧИТАЯ СОБАКИ» (16+) 01.45 Х/ф «ЛЮДИ НА МОСТУ» (16+) 03.20 Х/ф «СВИНАРКА И ПАСТУХ» (16+) 04.45 «Хроника Победы». Д/с (16+)		РЕН 05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости» (16+) 09.00 «Документальный спецпроект» (16+) 10.00 «Засекреченные списки» (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+) 13.00, 17.00, 04.20 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Главные тайны мира» (16+) 20.00 «Безумные факты» (16+) 20.50 Х/ф «ЗАКОНОПОСЛУШНЫЙ ГРАЖДАНИН» (16+) 23.00 Х/ф «ВЫЖИВШИЙ» (18+) 01.55 Х/ф «СКАЛОЛАЗ» (18+) 03.35 «Главные тайны мира» (16+)		МАТЧ ТВ 06.00 «Эволюция спорта» (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.30 Новости 07.05, 15.35, 23.00 Все на Матч! Прямая трансляция		09.05 «Небесная грация» (6+) 09.25 Футбол. Испания - Аргентина. Чемпионат мира-2026. Финал (6+) 12.35 «По домам. Сергей Песьяков» (12+) 13.00 Есть тема! Прямая трансляция 14.25 Чемпионы на все времена (12+) 14.55 «Что за спорт?» (12+) 16.30 Смешанные единоборства. П. Ян - М. Двалишвили. UFC (16+) 17.30 Футбол. «Торпедо» (Москва) - «Ротор» (Волгоград). Лига Пари 20.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира. Женщины 00.00 Евротур (12+) 01.00 Хоккей с мячом. «Динамо» (Москва) - «СКА-Нефтяник» (Хабаровск). Суперкубок России. Трансляция из Красноярска (12+) 03.00 Бокс. Bare Knuckle FC. Прямая трансляция из США		ОТР ПРОГРАММА 1 КБР 06.00, 07.00, 08.00 «Новости. Утро. 1 КБР». Информационная программа (16+) 06.10 «На страже закона» (16+) 06.25 «ТВ-галерея». Заслуженный деятель искусств КБР Тамара Сафарова (12+) 07.10 «Дети и родители» (12+) 07.40 «Геостойчивость. Брикс-2026». Международная научная конференция. Передача вторая (12+) 08.10 «Здоровый выбор» (12+) 08.35 «Адрес будущего» (12+) * * *		ПРОГРАММА 1 КБР 17.00, 18.00 «Новости 1 КБР». Информационная программа (16+) 17.10 «Окрыленные мечтой» (12+) 17.40 «Геостойчивость. Брикс-2026». Международная научная конференция. Передача третья (12+) 18.00 «Право на права» (12+)		5 КАНАЛ 05.00, 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» (16+) 05.25, 09.30 Т/с «СЛЕДОПЫТ» (16+) 08.30 «Ваше здоровье!» (12+) 13.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» (16+) 16.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» (16+) 17.30 Т/с «СЛЕД» (16+) 23.10 «Светская хроника» (16+) 00.10 «Они потрясли мир. Шакира. Танец над пропастью» (16+) 01.00 «Они потрясли мир. Валерий Гаркалин. Цена народной любви» (16+) 01.50 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+)		РОССИЯ К 06.30 Диалоги о животных 07.15 Театральная летопись 07.45, 14.55 Д/ф «Пещера Шове. Первый шедевр в истории человечества» 08.40 Х/ф «ЛЮДИ И МАНЕКЕНЫ» (16+) 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 10.20 Шедевры старого кино 11.50 Власть факта 13.00 Д/ф «Илья Франк. Нобелевские победы российской науки» (6+) 13.45 Д/с «Забывтое ремесло» 14.00 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ» (16+) 15.50 Энигма 16.30 Письма из провинции 17.15 X Международный конкурс оперных артистов Галины Вишневской. К 100-летию со дня рождения Галины Вишневской 19.45 «Острова» 20.25 Х/ф «ДОСТОЯНИЕ РЕСПУБЛИКИ» (16+) 22.40 Линия жизни 00.00 Х/ф «БЕСКОНЕЧНЫЙ АПРЕЛЬ» (18+) 01.30 Д/с «Искатели» 02.15 Д/с «Первые в мире» 02.30 М/ф «Мистер Пронька»		МИР 24 ПРОГРАММА 1 КБР 00.00 «Молодые и талантливые» (12+) 00.40 «Поэтическая тетрадь» (12+) 00.55 «Спорт и грация». Концерт балльно-спортивных танцев (12+) 01.45 «Герои нашего времени» (16+) 02.10 «Вагъуэ мылужьых». Памяти заслуженного артиста КБР Амирхана Хавпачева (каб.яз.) (12+) 02.45 «Щэнхабзэм и хьугъуэфыгуэхэр» («Культурные ценности») (каб.яз.) (12+) 03.05, 07.10 «Узреплъщ» («Взгляд»). «Возвращение солнца». Выставка народного художника КБР Руслана Цримова (каб.яз.) (12+) 03.30 «Шихухэр иджыри мэкл». Народный писатель КБР Мухамед Кармоков (каб.яз.) (12+) 04.15 «Сайламала» (балк.яз.) (12+) 04.35, 08.10 «Фондда тубешиуле» («Встречи в Фонде Мечиева») (балк.яз.) (12+) 05.20 «Сахна» («Сцена») (балк.яз.) (12+) 06.00, 07.00, 08.00, 12.00, 17.00, 19.30, 21.40, 23.45 «Новости 1КБР» (16+) 06.10 «Время спорта» (12+) 06.30 «Классика для всех» (12+) 07.35 «Таурыхъищэ» (каб.яз.) (12+) 07.50 «Шцлэгъуалэр мэгушылэ» (каб.яз.) (12+)		08.55 «Улица Кабардинская» (12+) 09.00 «Нарт хьыбархэр» («Сказания о нартах») (каб.яз.) (12+) 09.20 «Сщцэну сыхуейщ» («Хочу знать») (каб.яз.) (12+) 09.45, 22.45 «Уэрэдыр фэепл мыкълэдыжщ» («Песня остается с человеком»). Памяти композитора Аслана Даурова (каб.яз.) (12+) 10.25 «Билляча» (балк.яз.) (12+) 10.50 «Ез дуния» («Свой мир»). Жамал Жаникаев (балк.яз.) (12+) 11.25 «Учимся вместе» (6+) 11.45 «Большие книг» (12+) 12.10, 21.55 «Будущее в настоящем». Директор по науке Итальянского института ядерных исследований Султан Добагов (12+) 13.00 «А жизнь продолжается». О восхождении на Эльбрус (12+) 13.30 «Къэкълэунэм телажэ» («Служение будущему»). Директор МОУ СОШ № 1 с. Аргудан Марита Халишхова (каб.яз.) (12+) 14.00 «Пшыэн лэпэр лъальэу» («Звучи, моя гармонь») (каб.яз.) (12+) 14.30 «Гугъэм гъащэ и кълыхагъщ» («Ожидание длиною в жизнь»). Участники Великой Отечественной войны братья Гусевы (каб.яз.) (12+) 15.00 «Фахму» («Талант»). Народный поэт КЧР Ирина Узденова (балк.яз.) (12+) 15.25 «Эмюр къучакъда» («В объятиях века»). Нафи Эчиева, с.В.Балкария (балк.яз.) (12+) 16.05 «Партитура» (12+) 16.35 «Свет и тени». Михаил Муравьев (16+) 17.10 «Сказочная шкатулка». Передача первая (12+) 17.25 «Дыгъэшыр». Передача для детей (каб.яз.) (6+) 17.50 «Шццэблэ узыншэ» («Здоровое поколение») (каб.яз.) (12+) 18.15 «Фыым телажээн» («Сеять разумное, доброе») (каб.яз.) (12+) 18.40 «Назмулл арбазым» («Поэтическое подворье») (балк.яз.) (12+) 18.55 «Суапльык» («Творить добро») (балк.яз.) (12+) 19.45 «Игра в классики». Драматург и прозаик Булат Окуджава (12+) 20.05, 23.25 «В гостях у солнца» (балк.яз.) (12+) 20.25 «Дэ къытхуэнар» («Что останется с нами»). Писатель, драматург, кандидат искусствоведения Аскерби Шортанов (каб.яз.) (12+) 21.10 «Время и личность». К 90-летию заслуженного работника культуры КБР Олега Опришко (12+)	
--	--	--	--	--	--	---	--	---	--	--	--	---	--	---	--	--	--	---	--	---	--	--	--	---	--	--	--	--	--

СУББОТА, 24 октября

1 КАНАЛ 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота» 09.00 «Умницы и умники» (12+) 09.45 «Слово пастыря» (0+) 10.00, 12.00 Новости 10.15 Д/ф «Он обещал вернуться». К 100-летию со дня рождения Спартак Мишулина (12+) 11.10 «Вспомнить все» (12+) 12.15 Поехали! (12+) 13.20 «Слово не воробей» (12+) 14.25 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России-2026. Этап II. Короткая программа (0+) 15.50 Т/с «ФОРМУЛА ПРЕСТУПЛЕНИЯ» (16+) 18.00 Вечерние новости 18.20 «Сегодня вечером» (16+) 21.00 «Время» 21.35 Что? Где? Когда? (16+) 22.45 «Команды» (16+) 23.50 Х/ф «ГРАНИ ЛЮБВИ» (18+) 01.40 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)		РОССИЯ 1 05.00 Утро России. Суббота 08.00 Местное время. Суббота 08.35 «По секрету всему свету» 09.00 «Формула еды» (12+) 09.25 «Пятеро на одного» 10.10 Сто к одному 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «Наши. Военкоры» (12+) 12.00 «Доктор Мясников» (12+) 13.00 Большие перемены 14.30 Вести. Местное время 14.50 «Парад юмора» (16+) 17.50 «Привет, Андрей!» (12+) 20.50 Вести. Местное время 21.00 Х/ф «ДОРОГА К СЕРДЦУ» (16+) 00.45 Х/ф «НЕРОДНАЯ» (16+) 04.00 Х/ф «ФОРМУЛА СЧАСТЬЯ» (16+)		ТВЦ 06.35 «Православная энциклопедия» (6+) 07.00 Х/ф «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН»(16+) 08.55 «Здоровый смысл» (16+) 09.30 «Хватит слухов!» (16+) 10.05 Д/ф «Легенды эстрады. Бешеные деньги» (16+) 10.55 «Просто & вкусно» (6+) 11.30, 14.30, 23.35 События 11.50 «Смешите меня семеро» (16+) 12.55 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» (16+) 13.25 Х/ф «РОКОВОЙ МУЖЧИНА» (16+) 14.45 Х/ф «РОКОВОЙ МУЖЧИНА» (16+) 17.20 Х/ф «ДЕВУШКА И ДЕЛЬФИН» (16+) 21.00 «Постскриптум» 22.10 «Право знать!» (16+)		23.45 Д/ф «Тайная комната. Европейский стыд» (16+) 00.25 Д/ф «Дорогие товарищи. Гибель Машерова» (16+) 01.05 «10 самых...» (16+) 01.35, 02.20, 03.05, 03.55 Прощание (16+) 04.35 Д/ф «Актерские драмы. Игра в детектив» (16+) 05.20 «Петровка, 38» (16+) 05.30 «10 самых...» (16+)		НТВ 06.00 «Жди меня» (16+) 06.55 «Первая передача» (16+) 07.25 «Смотр» (16+) 08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня» 08.20 «Поедем, поедим!» (16+) 09.20 «Едим дома» 10.20 «Главная дорога» (16+) 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым» (12+) 12.00 «Квартирный вопрос» (0+) 13.15 «Сатья» (16+) 14.20 «Фобия» (12+) 15.00 «Своя игра» (0+) 16.20 ЧП. Расследование (16+) 17.00 «Следствие вели...» (16+) 18.00 Д/с «Криминальная Россия. Самые громкие преступления» (16+) 19.00 «Центральное телевидение» 20.20 «Ты не поверишь!» (16+) 21.20 «ВИА «Суперстар!» (16+) 01.10 Квартирник НТВ у Маргулиса (16+) 02.35 «Дачный ответ» (0+) 03.30 Х/ф «ЧУЖОЙ ДЕД» (16+) 05.10 Д/с «Криминальная Россия. Самые громкие преступления» (16+)		ЗВЕЗДА 05.20 Х/ф «ИВАН ДА МАРЬЯ» (16+) 06.50 Х/ф «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ» (16+) 08.10, 09.20 Х/ф «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ» (16+) 09.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+) 10.25 Х/ф «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ» (16+) 12.05, 13.20 Т/с «УЗНИК ЗАМКА ИФ» (12+) 17.25, 18.25 Т/с «СМЕРШ. УМИРАТЬ ПРИКАЗА НЕ БЫЛО» (16+) 22.00 «Фетисов». Ток-шоу (12+) 22.50 Х/ф «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА» (16+) 00.40 Х/ф «СВЕТ В КОНЦЕ ТОННЕЛЯ» (16+) 02.10 Х/ф «КЛЮЧИ ОТ РАЯ» (16+) 03.45 Х/ф «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ» (16+) 05.00 «Артиллерия Второй мировой войны». Д/с (16+)		РЕН 05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+)		08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости» (16+) 09.00 «Минтранс» (16+) 10.00 Самая полезная программа (16+) 11.00, 13.00 «Военная тайна» (16+) 15.00 «СОВБЕЗ» (16+) 16.00 Информационная программа 112 (16+) 16.55 «Документальный спецпроект» (16+) 18.00 «Засекреченные списки» (16+) 19.00 «Добровозфире» (16+) 20.00 «100 вопросов обо всем» (16+) 20.50 Х/ф «ЗАПАДНЯ» (16+) 23.00 Х/ф «ОХОТА НА КИЛЛЕРА» (18+) 01.00 Х/ф «БЕГИ БЕЗ ОГЛЯДКИ» (18+) 03.05 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)		МАТЧ ТВ 06.00 Бокс. Bare Knuckle FC 07.00, 09.00 Новости 07.05, 12.30, 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05 Смешанные единоборства. П. Ян - М. Двалишвили. UFC (16+) 10.00 Смешанные единоборства. М. Евлоев - Л. Мерфи. UFC (16+) 10.55 Падел. Международный турнир «Москва-2026». Женщины. 1/2 финала. Прямая трансляция 13.00 Бокс. Чемпионат России. Женщины. Прямая трансляция из Москвы 14.30 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира 19.00 Смешанные единоборства. А. Волкановски - М. Евлоев. П. Ян - М. Двалишвили. UFC 01.00 «Формула-1. Гаснут огни» (12+) 01.35 Д/ф «Шумахер и Шумахер» (12+) 02.15 Падел. Международный турнир «Москва-2026». Мужчины. 1/2 финала (6+) 04.00 Новости (0+) 04.05 Прибрежная гребля. Чемпионат мира. Пляжный спринт. Трансляция из Китая (6+)		ОТР ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Окрыленные мечтой» (12+) 06.35 «Право на права» (12+) 07.15 «Феномен гениальности». Народный артист СССР Юрий Темирканов (12+) 08.10 «Геостойчивость. Брикс-2026». Международная научная конференция. Передача третья (12+) 08.30 «Интервью по поводу...» Проблема алкоголизма в молодежной среде (12+) * * *		ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Арена молодых». Арсен Башиев (12+) 17.30 «Это надо знать». Дерматология (12+) 18.00 «Разговор по душам с Александром Ярошенко». Асият Ульбашева (12+) 18.30 «Размышления в картинах». Репортаж с персональной выставки художника Хасана Бжахова (12+)		5 КАНАЛ 05.00, 10.20, 19.25 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» (16+) 07.25, 10.05, 18.35 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-7» (16+) 09.00 «Страна советов» (16+) 09.30 «Стройнадзор» (16+) 11.15 Т/с «МОЯ ДЕВОЧКА» (16+) 00.00 «Известия. Главное» (16+) 01.05 «Светская хроника» (16+) 02.10 Т/с «ИЛЬЯ МУРОВЕЦ» (16+)		РОССИЯ К 06.30 Библейский сюжет 07.05 М/ф «Мультифильмы» 07.50 Х/ф «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ» (16+) 09.20 «Эти загадочные животные» 09.35 «Мы - грамотеи!» 10.20 «Острова» 11.00 Х/ф «МАЛЫШ И КАРЛСОН, КОТОРЫЙ ЖИВЕТ НА КРЫШЕ» (16+) 12.30 Д/с «Человеческий фактор» 13.00 Черные дыры. Белые пятна 13.40 «Эрмитаж» 14.15 Д/с «Заповедное» 15.00 «Факультет истории» 15.55 Большие и маленькие 17.50 Х/ф «И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ» (16+) 19.30 Новости культуры 19.50 Х/ф «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ» (16+) 22.00 Агора 23.00 Клуб «Шаболовка, 37» 00.15 Х/ф «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ» (16+) 01.45 Д/с «Заповедное» 02.30 М/ф «Прометей». «Лев и Бык»		МИР 24 ПРОГРАММА 1 КБР 00.00 «А жизнь продолжается». О восхождении на Эльбрус (12+) 00.30 «Партитура» (12+) 01.05, 06.00 «Время и личность». К 90-летию заслуженного работника культуры КБР Олега Опришко (12+)		01.35 «Игра в классики». Драматург и прозаик Булат Окуджава (12+) 01.55 «Дэ къытхуэнар» («Что останется с нами»). Писатель, драматург, кандидат искусствоведения Аскерби Шортанов (каб.яз.) (12+) 02.40 «Сщцэну сыхуейщ» (каб.яз.) (12+) 03.05 «Къэкълэунэм телажэ» (каб.яз.) (12+) 03.35 «Пшыэн лэпэр лъальэу» (каб.яз.) (12+) 04.05 «Фахму» (балк.яз.) (12+) 04.30 «Эмюр къучакъда» (балк.яз.) (12+) 05.10 «Энчи ыз» (балк.яз.) (12+) 06.30 «Будущее в настоящем»(12+) 07.20 «Фыым телажээн» («Сеять разумное, доброе») (каб.яз.) (12+) 07.45 «Шццэблэ узыншэ» (каб.яз.) (12+) 08.15 «Адам кеси жеринде» (балк.яз.) (12+) 09.00 «Билляча» (балк.яз.) (12+) 09.25 «КИД: клуб интересных дел» (6+) 10.00 «Къафакълэхэр» (каб.яз.) (12+) 10.40 «Шццэблэ узыншэ» (каб.яз.) (12+) 11.05, 22.30 «Гъуазджэм и бзэкълэ» («На языке искусства») (каб.яз.) (12+) 12.00, 12.45 «Ма, санна инопланетянин» («Вот тебе и инопланетянин»). Спектакль Балкарского госдрамтеатра им. К. Кулиева (балк.яз.) (16+) 13.35 «Концерт дружбы» (12+) 14.35 «Зэрыбгъасэщ» (каб.яз.) (12+) 14.55 «Гухэлэ уэрэдхэр» (каб.яз.) (12+) 15.25 «Гуащэм фыццэ пылъщ» (каб.яз.) (12+) 16.05 «Назмулл арбазым» (балк.яз.) (12+) 16.15 «Фахму бла усталык» (балк.яз.) (12+) 17.00 «Сказочная шкатулка». (12+) 17.15, 23.25 «Спектр» (12+) 17.45 «Ракурс» (12+) 18.25 «Сурэтхэм къалуатэ» (каб.яз.) (12+) 18.35 «Ди псалъэгъухэр». Коллекционер А. Тхакахов (каб.яз.) (12+) 19.10 «Нобэ, пщэдей». Пленарное заседание МЧА (каб.яз.) (12+) 19.45 «Республикэм щыхъыбархэр» (каб.яз.) (16+) 20.00 «Тепсеу - жашаумду» («Жизнь в танце») (балк.яз.) (12+) 20.30 «Ана тил» («Родной язык»). Телевикторина (балк.яз.) (12+) 21.00 «Бирлики жолу бла» («Дорогой единства»). К 200-летию вхождения Балкарии в состав России (балк.яз.) (12+) 21.45 «Ыйык» (балк.яз.) (16+) 22.00 «Это надо знать». Медицинский вестник. Профилактика сахарного диабета (12+)	
---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	---	--	---	--	---	--

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 25 октября

1 КАНАЛ 06.00, 10.00, 12.00 Новости 06.10 Играй, гармонь любимая! (12+) 06.55 «Часовой» (12+) 07.25 «Здоровье» (16+) 08.30 «Золотая коллекция «Союзмультфильма» (0+) 09.10 «Непутевые заметки» 09.30 «Мечталлион». Национальная лотерея (12+) 10.15 «Жизнь других» (12+) 11.10 «Повара на колесах» (12+) 12.15 «Будем жить!» (16+) 13.10 «Видели видео?» (0+) 14.20 Д/ф «Сила ароматов. Долины» (12+) 15.15 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России-2026. Этап II. Произвольная программа (0+) 16.45 Д/с «МОНЕYпуляторы. «Развод на любовь-2» (16+) 18.00 Вечерние новости 19.00 «Точь-в-точь» (16+) 21.00 «Время» 23.00 «Большая игра» (16+) 00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) РОССИЯ 1 06.00 Х/ф «Я ПОДАРИЮ ТЕБЕ ЛЮБОВЬ» (16+) 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым» 09.25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым 10.10 Сто к одному 11.00, 14.00, 17.00 Вести 11.30 Д/с «Рассказы из русской истории» (12+) 12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым (12+) 14.30 Вести. Местное время 15.00 «Веселые ребята» (16+) 17.50 «Песни от всей души» (12+) 20.00 Вести недели 22.00 «Киселев» 22.30 Москва. Кремль. Путин 23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 01.40 Д/с «Рассказы из русской истории» (12+) ТВЦ 05.55 Х/ф «ОПАСНЫЙ КРУИЗ» (16+) 07.35 Х/ф «ЗОЛОТАЯ ПАРОЧКА» (16+) 09.30 Х/ф «КОРОЛЕВА ПРИ ИСПОЛНЕНИИ» (16+) 11.30, 00.00 События 11.50 «Наша смешная жизнь» (16+)		12.40 Х/ф «ПИРАТЫ XX ВЕКА» (16+) 14.30 Московская неделя 15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Последняя тайна Олимпиады-80» (16+) 15.50 Д/ф «Настоящий детектив. Инъекция смерти» (16+) 16.40 Д/ф «Дело союзного значения. Билет в Париж» (16+) 17.30 Т/с «ТАЕЖНАЯ ИСТОРИЯ» (16+) 21.05 Х/ф «ОБЪЯВЛЕН МЕРТВЫМ» (16+) 00.15 Х/ф «ОБЪЯВЛЕН МЕРТВЫМ» (16+) 01.10 «Петровка, 38» (16+) 01.20 Х/ф «ТЕНЬ СТРЕКОЗЫ» (12+) 04.30 Д/ф «Актерские драмы. Кино без купюр» (16+) 05.15 Д/ф «Как отдыхали вожди» (16+) НТВ 06.00 ЧП. Расследование (16+) 06.35 «Центральное телевидение» (16+) 08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня» 08.20 «У нас выигрывают!» (12+) 10.20 «Цифровые расследования» (16+) 11.00 «Чудо техники» (12+) 12.00 «Дачный ответ» (0+) 13.00 «НашПотребНадзор» (16+) 14.00 «Однажды...» (16+) 15.00 «Своя игра» (0+) 16.20 «Человек в праве» с Андреем Куницыным (16+) 17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования» (16+) 18.00 «Новые русские сенсации» (16+) 19.00 Итоги недели 20.20 «Ты супер! 10 лет спустя» (6+) 23.00 «Звезды сошлись» (16+) 00.35 Основано на реальных событиях (16+) 03.05 «Фобия» (12+) 03.40 Х/ф «ХЭППИ-ЭНД» (16+) ЗВЕЗДА 05.50 Т/с «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ» (16+) 09.00 Новости недели с Юрием Подкопавым (16+) 09.25 «Служу России» (12+) 09.55 «Военная приемка» (12+) 10.40 «Мужики». «Командир штурмового отряда с позывным «Рокстар» (16+) 11.10 «Ищу своих» (12+) 12.00 «Война миров». Д/с. «Битва спецслужб. Искусство шпионажа» (16+) 12.50 «Не факт!» (12+) 13.20 Д/ф «Советские прорывы. вдохновение для будущего. Подземная история Москвы» (16+) 14.05 Т/с «ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН». ЗАДАНИЯ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ» (16+) 18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+)		19.40 «Легенды советского сыска». Д/с (16+) 23.05 Т/с «УЗНИК ЗАМКА ИФ» (12+) 03.05 Х/ф «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ» (16+) 04.40 «СССР и Китай. Красный шелковый путь». Д/с (16+) РЕН 05.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30 «Новости» (16+) 09.00 «Самая народная программа» (16+) 10.00 «Знаете ли вы, что?» (16+) 11.00 «Наука и техника» (16+) 12.00 Информационная программа 112 (16+) 13.00 «Неизвестная история» (16+) 14.00 Д/с «Легенды и мифы» (16+) 15.00 Т/с «СПЕЦЫ» (16+) 23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко» (16+) 23.55 Д/ф «Великие тайны. Морозов» (16+) 01.30 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) МАТЧ ТВ 06.00 Профессиональный бокс. А. Поветкин - М. Вах (16+) 07.00, 09.00 Новости 07.05, 12.30, 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция 09.05 Смешанные единоборства. А. Волкановски - М. Евлоев. П. Ян - М. Двалишвили. UFC (16+) 10.55 Падел. Международный турнир «Москва-2026». Женщины. Финал Бокс. Чемпионат России. Женщины. Прямая трансляция из Москвы 15.00 Футбол. ЦСКА - «Спартак» (Москва). 18.30 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира 20.00 «После футбола» с Георгием Черданцевым 22.00 Футбол. «Барселона» - «Реал» 02.15 Падел. Международный турнир «Москва-2026». Мужчины. Финал (6+) 04.00 Новости (0+) 04.05 Прибрежная гребля. Чемпионат мира. Пляжный спринт (6+) ОТР ПРОГРАММА 1 КБР 06.00 «Арена молодых». А. Башиев (12+) 06.30 «Разговор по душам с Александром Прошенко» (12+) 07.00 «Размышления в картинах» (12+) 07.30 «Это надо знать». Дерматология (12+)		08.00 «Недетский вопрос». Музыкальный продюсер, композитор Анзор Хаупа (12+) * * * ПРОГРАММА 1 КБР 17.00 «Добрый доктор» (12+) 17.30 «Модный сезон» (12+) 18.00 «Женский портрет». Халимат Алтуева (12+) 18.30 «Республика: картина недели» (16+) 5 КАНАЛ 05.00 Т/с «ИЛЬЯ МУРОВЕЦ» (16+) 09.00 «Фирменный рецепт» (12+) 09.30 Т/с «ИЛЬЯ МУРОВЕЦ» (16+) 10.05 Т/с «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ-4» (16+) 00.45 Т/с «МОЯ ДЕВОЧКА» (16+) РОССИЯ К 06.30 М/ф «Мультфильмы» 07.50 Х/ф «И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ» (16+) 09.30 Диалоги о животных 10.15 Больше чем любовь 10.55 Х/ф «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ» (16+) 13.10 Неизвестные маршруты России 13.55 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного» 14.25 Д/ф «Евгений Шварц. Сказочник, который выжил» 15.10 Х/ф «ЗОЛУШКА» (16+) 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком» 17.15 Пешком... 17.45 Романы П. И. Чайковского. Концерт в БЗК. 1964 год. 100 лет со дня рождения Галины Вишневской 18.35 Линия жизни 19.30, 19.45 Новости культуры 20.25 Х/ф «РУФЬ» (16+) 00.35 Диалоги о животных 01.20 Д/с «Искатели» 02.05 Д/с «Первые в мире» 02.25 М/ф «Прежде мы были птицами». «Шут Балакирев» МИР 24 ПРОГРАММА 1 КБР 00.00 «Гуашцэм фышцэ пыльщ» (каб.яз.) (12+) 00.40, 07.05 «Нобэ, пщэдей». Пленарное заседание МЧА (каб.яз.) (12+) 01.15 «Къафаклэхэр» (каб.яз.) (12+) 01.55 «Нальчик кечеле» («Нальчикские вечера»). (балк.яз.) (12+) 02.35, 03.20 «Ма, санна инопланетянин» («Вот тебе и инопланетянин»). Спектакль Балкарского госдрамтеатра им. К. Кулиева (балк.яз.) (16+) 04.10 «Гухэлъ уэрэдхэр» (каб.яз.) (12+) 04.40 Т/ф «Снег в сентябре» (16+) 06.00 «Сказочная шкатулка» (12+) 06.15 «Ракурс» (12+) 06.50 «Республикэм щыхьыбархэр» (каб.яз.) (16+) 07.40 «Сабийхэм папццэ» (каб.яз.) (12+) 08.00 «Бирлики жолу бла» («Дорогой единства»). К 200-летию вхождения Балкарии в состав России (балк.яз.) (12+) 08.45 «Ыйыкъ» (балк.яз.) (16+) 09.00 «Сценэм кыхуигъэщца» (каб.яз.) (12+) 10.00 «Заман бизни сайлагъанды» (балк.яз.) (12+) 10.25 «Устаз» (балк.яз.) (12+) 10.50 «Факху бла усталыкъ» (балк.яз.) (12+) 11.40, 12.10 «Моя история». Чемпионка мира по каратэ Елена Нагоева (12+) 12.40 «Концерт дружбы». Ансамбль песни и пляски «Терские казаки» и ансамбль песни и пляски Северо-Кавказского ордена Жукова округа войск Национальной гвардии. Часть вторая (12+) 13.30, 22.00 «Мастер». Академик РАХ, заслуженный художник РФ, народный художник КБР Хамид Савкуев (12+) 14.20 «Гугьыджэ филэнугу» (каб.яз.) (12+) 15.00 «Ди пщэфлэлэм» (каб.яз.) (12+) 15.35 «Усталыгъым - дуняя байлыгъым» (балк.яз.) (12+) 16.10 «Сокъ къобузум» (балк.яз.) (12+) 16.50 «Дочь и падчерица». Детский спектакль (6+) 17.00 «С заботой о детях» (12+) 17.40 А. Чехов. «Медведь. Ах, уж эти женщины!». Спектакль Русского госдрамтеатра им. М. Горького (16+) 18.40 «Твое время» (12+) 19.10 «Это надо знать» (12+) 19.30 «Вагъуэзм ящI ислъэмей» (каб.яз.) (12+) 20.15 «ЩIалэгъуалэр мэгушылэ» (каб.яз.) (12+) 20.30 «Си гукъэкIыжхэр» (каб.яз.) (12+) 20.45 «Жюрекден жюреке» («От сердца к сердцу») (балк.яз.) (12+) 21.30, 23.30 «Республика: картина недели» (16+) 22.50 «Сокъ къобузум» («Играй, гармонь») (балк.яз.) (12+)	
---	--	---	--	---	--	--	--

РАДИО КБР Понедельник, 19 октября 00.00, 01.00, 03.00, 06.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 00.30, 05.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 01.35, 10.25, 16.25 «Фэр папццэ» 02.00, 22.00 «Макъамэ» 02.30 «Жэщыбг нэужьым» 03.31, 20.05 «Орайда» 04.00, 23.00 «Жырхана» 06.35, 21.35 «Полезно знать» (12+) 06.45, 21.45 «Спорт-лайн» (12+) 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 13.50 «Узыншагъэ» (12+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.20 «Билимни дунясы» (6+) 08.40, 13.35 «Псалъэмакъ щхьэпэ» (16+) 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.25, 15.25 «Голоса Кавказа» 10.05, 16.05 «ХьэщIэщ» (16+) 11.05, 17.05 «Чамхана» (16+) 11.25, 17.25 «Жыр саугъа» 11.48, 17.48 «Назмэ толкъунларында» (12+) 12.05, 18.05 «Откровенный разговор» (16+) 12.35, 18.35 «Образ жизни» (16+) 14.30 «ГушыIэлэ» (16+) 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.40 «Акълманла сэзлери» (12+) 22.35 «Ди гъусэу зывгъэпсэху» Вторник, 20 октября 00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 00.30, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 01.30 «Жэщыбг нэужьым» 02.00, 20.25 «Орайда» 02.30, 22.30 «ГушыIэлэ» (16+) 03.25, 21.25 «Голоса Кавказа» 04.00, 14.30 «Фэр папццэ» 05.00, 23.00 «Чамхана» (16+) 05.25, 23.25 «Жыр саугъа» 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 13.35 «Гукъинэ» (12+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.20, 17.05 «Боракъ» 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.20, 15.25 «Хорошее настроение» (12+)		10.05, 16.05 «Адыгэхэр: тхыдэр, хабзэр» 10.50, 13.50 «Лъэпкъ лущыгъэ» (6+) 11.05, 17.35 «Халкъ жырла» 11.30 «Миллет хазнабыздан» (12+) 12.05, 18.05 «Интервал QТ» (16+) 12.25, 18.25 «Планета детства» (6+) 12.45, 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.05 «Билимни дунясы» (6+) 22.00 «ХьэщIэщ» (16+) Среда, 21 октября 00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 00.30, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 01.30 «Жэщыбг нэужьым» 02.00, 20.05, 23.30 «Орайда» 02.35 «Фэр папццэ» 03.20, 21.25 «Хорошее настроение» (12+) 04.00, 10.25, 16.20 «Гухэлъ уэрэдхэр» 05.00, 23.00 «Халкъ жырла» 05.30, 20.25 «Боракъ» 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 16.05 «Сэтэней» (12+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.30, 14.20 «Къонгуручукъ» (6+) 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.25, 15.25 «Голоса Кавказа» 10.05 «Цыхумрэ гъащIэмрэ» (16+) 11.05, 17.05 «Чамхана» (16+) 11.30, 17.25 «Салам алейкум» 12.05, 18.05 «Территория искусства» 12.35, 18.35 «Симфония Кавказа» 13.35 «Ди гьэтIыльгыгъэхэр» 14.40 «Усыгъэ» 14.50 Къызэрыфэ пшыналъэхэр 19.45 «Таурхъан» (6+) 22.00 «Адыгэхэр: тхыдэр, хабзэр» Четверг, 22 октября 00.00, 03.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 00.40 «Симфония Кавказа» 01.00, 02.00, 06.00, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 01.35 «Ди гьэтIыльгыгъэхэр» 02.30, 20.05 «Орайда» 03.25, 09.30, 15.35, 21.25 «Голоса Кавказа» 04.00 «Усыгъэ» 04.10, 22.25 «Гухэлъ уэрэдхэр» 04.50 Къызэрыфэ пшыналъэхэр 05.00, 23.00 «Чамхана» (16+) 05.30, 23.30 «Салам алейкум» 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 13.45 «Псалъэмакъ щхьэпэ» (16+)		08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.20, 17.05 «Алтын хазна» 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.20, 15.25 «Планета детства» (6+) 10.05, 16.05 «Дингъуазэ» (16+) 10.15, 16.15 «ЕджапIэ» (16+) 10.20, 16.20 Адыгэ уэрэдыжхэр 10.45, 16.45 «ПщIэнугу щхьэпэщ» (6+) 11.05 «Тейри кыльчы» (6+) 11.30, 17.35 «Ауаз» (16+) 12.05, 18.05 «О добром и вечном» (16+) 12.30, 18.30 «На музыкальной волне» 14.30 «ЩIалэгъуэ» 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.25 «Къонгуручукъ» (6+) 22.00 «Цыхумрэ гъащIэмрэ» (16+) Пятница, 23 октября 00.00, 03.00, 06.00, 21.05 Музыка на 99,5-FM 00.30, 02.00, 06.30, 19.05 Макъамэ 99,5-FM 01.30 «Жэщыбг нэужьым» 02.30, 20.05, 23.25 «Орайда» 04.00 «Дингъуазэ» (16+) 04.10 «ЕджапIэ» (16+) 04.30, 22.00 «ЩIалэгъуэ» 05.00, 20.25 «Алтын хазна» 05.30, 23.00 «Ауаз» (16+) 07.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Хьыбарыщэхэр» 07.05, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Жангылыкъла» 07.10, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 «Новости» 07.15, 13.05 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.45, 13.45 «Динымрэ гъащIэмрэ» (16+) 07.50, 13.50 «IэщIагъэ» (12+) 08.00, 14.05 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.20 «Кюбюрчек» (6+) 08.35 «Тау макъамла» 09.00, 15.05 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.25, 15.25, 21.30 «Голоса Кавказа» 10.05 «Гъашцэм и дамыгъэ» (16+) 10.25, 16.05 «Прозэм и напэкIуэцIхэр» 10.45, 16.45 «Лэгъупыкъу» (6+) 11.05, 17.05 «Ууаз» (16+) 11.20, 17.20 «Чамхана» (16+) 11.45, 17.45 «Сиз а билемисиз» (12+) 12.05, 18.05 «Территория искусства» 12.35, 18.35 «Планета детства» (6+) 12.50, 18.50 «Неудобные вопросы» (12+) 14.30 «Ди гъусэу зывгъэпсэху» 19.45 «Таурхъан» (6+) 22.35 Адыгэ уэрэдыжхэр Суббота, 24 октября 00.00, 03.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM 00.30, 02.00, 03.44, 19.00 Макъамэ 99,5-FM 01.30 «Жэщыбг нэужьым» 02.30, 20.35 «Тау макъамла» 03.25, 21.25 «Голоса Кавказа» 04.00, 22.30 «Ди гъусэу зывгъэпсэху» 05.00 «Ууаз» (16+) 05.15, 23.00 «Чамхана» (16+) 05.30, 20.00, 23.30 «Орайда» 07.00, 13.00 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.38, 13.38 «Лъэпкъым и фыгъуэхэр» 08.00, 15.00 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.25, 15.25 «Шаудан» 09.00, 17.00 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.25, 17.25 «Радиус-99,5» 09.45, 17.45 Поэтическая волна 10.00 «Гъашцэм и дамыгъэ» (16+) 10.20 «Уэрэдымрэ абы и тхыдэмрэ» (16+) 10.50, 14.50 «Жаншэрхъ» (12+) 11.00, 16.00 «Бора» (6+) 11.21, 16.21 «Топалайчыкъ» (6+) 11.30, 16.30 «Акъ таулань жырлары» 12.00, 18.00 «Хорошее настроение» (12+) 12.44, 18.44 «Спорт-лайн» (12+) 14.00 «Утыку» 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.20 «Кюбюрчек» (6+) 22.00 «Прозэм и напэкIуэцIхэр» 23.20 «Сиз а билемисиз» (12+) Воскресенье, 25 октября 00.00, 05.00, 06.00, 21.00 Музыка на 99,5-FM 01.00, 03.00, 19.00 Макъамэ 99,5-FM 01.38 «Лъэпкъым и фыгъуэхэр» 02.00 «Жэщыбг нэужьым» 03.25, 20.25 «Шаудан» 04.00, 23.00 «Бора» (16+) 04.30, 23.30 «Акъ таулань жырлары» 05.25, 21.25 «Радиус-99,5» 05.45, 21.45 Поэтическая волна 06.44, 09.45, 17.50 «Спорт-лайн» (12+) 10.00, 14.00, 08.00, 15.00, 12.00, 17.00 Итоги недели 07.00, 13.00 «Си Къэбэрдей-Балъкъэр» (16+) 07.40, 14.40 «Фэр папццэ» 08.10, 15.10 «Мени Къабарты-Малкъарым» (16+) 08.45, 15.40 «Акълманла сэзлери» (12+) 09.00, 17.10 «Моя Кабардино-Балкария» (16+) 09.35, 17.40 «Полезно знать» (12+) 10.10, 14.10 «Ди зэлущIапIэм» 10.40 «Еджэ - едалуэ» 11.00, 16.00 «Сахна» 12.10, 18.00 «Театр у микрофона» 13.35 «Ди гъусэу зывгъэпсэху» 19.45 «Таурхъан» (6+) 20.00 «Орайда» 22.00 «Утыку»	
--	--	--	--	--	--

Редакция не несет ответственности за содержание текстов программ ТВ-каналов

		Утренний	Восход	Обеден.	Предвечер.	Вечерн.	Ночной
19.10	Пн	04.54	06.24	12.01	14.54	17.19	18.59
20.10	Вт	04.56	06.26	12.01	14.53	17.17	18.57
21.10	Ср	04.57	06.27	12.01	14.52	17.15	18.55
22.10	Чт	04.58	06.28	12.01	14.51	17.14	18.54
23.10	Пт	04.59	06.29	12.00	14.49	17.12	18.52
24.10	Сб	05.01	06.31	12.00	14.48	17.11	18.51
25.10	Вс	05.02	06.32	12.00	14.47	17.09	18.49

ТОЛЬКО ЛЮБИМАЯ РАБОТА ПРИНОСИТ УДОВОЛЬСТВИЕ

Образ бизнес-леди, символизирующий успех и профессиональную состоятельность, вызывает восхищение и уважение. Но за внешним блеском и статусностью скрывается тяжелый труд по созданию и управлению бизнесом, требующий значительных усилий, стратегического мышления и постоянной энергии. Женщины, которые следуют своим амбициям и стремятся к финансовой независимости, понимают всю сложность этого пути.

Примером такой целеустремленной успешной предпринимательницы является Амина МАККАЕВА, владелица ателье «Капсула» в Тырныаузе. Она успешно сочетает профессиональную деятельность с материнством, воспитывая дочь. Ее история – яркий пример того, что для достижения успеха в бизнесе нужны не только предпринимательские навыки, но и высокая самоорганизация, умение принимать взвешенные решения и находить баланс между разными аспектами жизни.

- Амина, расскажите немного о себе.

- Я родилась и выросла в Нальчике. Окончила Санкт-Петербургский государственный университет технологии и дизайна. Затем несколько лет преподавала в КБГУ на кафедре декоративно-прикладного искусства. Параллельно с преподавательской деятельностью открыла в Нальчике ателье по пошиву одежды, где работали девочки-портные. После рабочего дня в университете присоединялась к ним и тоже кроила, шила, в общем, становилась портной.

Ну и как это бывает у большинства девушек, в самый интересный период своей жизни и карьеры, я вышла замуж и переехала в Тырныауз - небольшой городок, где с моим образованием дизайнера одежды было непонятно, куда устроиться на работу. Но поскольку также окончила заочное отделение Курского государственного университета по специальности «юрист», меня взяли на работу в



ГКУ КЦСОН. Проработала там много лет в должности заместителя директора.

Тем не менее интерес к красивой одежде и ее дизайну не давал мне покоя. Работая в государственном учреждении, решила попробовать повторить свой опыт уже в Тырныаузе и ни разу об этом не пожалела. На этот раз удалось создать специализированный магазин-ателье, где клиент может не только отремонтировать или сшить любую одежду, но и найти все необходимое для шитья - от иголки и любой фурнитуры до роскошных портьерных тканей. Стимулируют к дальнейшему развитию и упорному труду благодарные клиенты, которые, получая наши услуги и приобретая весь необходимый товар в одном месте, говорят нам спасибо за ассортимент и комплексность. Четвертого октября нашей «Капсуле» исполнилось десять лет. За это благодарна своему замечательному коллективу, моим волшебным девочкам-портным, которые трудятся ежедневно на благо общего дела.

Коллектив - это мой фундамент. Всегда говорю, что «Капсула» - наше общее дело.

- Почему «Капсула»?

- Капсулой в мире моды называют небольшой набор вещей, которые идеально сочетаются между собой и создают много разных образов. Я решила, что это идеальное название для ателье.

- Человек вдруг и сразу не решает стать дизайнером. Как вы пришли к этой профессии?

- Это был долгий путь, в начале которого, возможно, и не предполагала, что приду именно к этому. Первое изделие сшила еще в четвертом классе на уроке технологии. Отчетливо помню, эта была юбка со складками из бархата малинового цвета. Бархат - довольно сложная ткань в пошиве, а уж тем более для ребенка. Но я справилась, изделие получилось вполне пригодным для носки. Затем, после окончания школы, устроилась ученицей в престижное в то время ателье «Эльбрус», где работали настоящие профессионалы своего дела. Через полтора года стала мастером по пошиву верхней мужской и женской одежды. Отработала еще года два и уехала учиться в Питер.

- Довольно смелое решение. Как вас приняла северная столица?

- От учебы в этом вузе я получала удовольствие. Большое красивое здание, которое находится в самом центре Санкт-Петербурга, примерно в ста метрах от Невского проспекта, где преподают интеллигентные профессиональные педагоги. Но и учебный процесс был очень интересным. Питер - культурная столица нашей Родины, принимает всех, кто ищет и ценит красоту и образование. В этом городе мне было более чем комфортно.

- Насколько ваше представление о работе дизайнера совпало с реальностью?

- Все зависит от самого человека, от его творческого потенциала и желания воплощать свои идеи. Фантазия дизайнера не знает покоя и находится в режиме не-

прерывного генерирования идей и днем, и ночью. Стоит мне увидеть интересную ткань или фурнитуру, как воображение начинает работать в полную силу.

- Сейчас ателье ориентировано на изготовление повседневной одежды на заказ. Есть ли какие-то глобальные профессиональные планы, например создание своей коллекции, участие в престижных конкурсах дизайнеров?

- На данном этапе не могу назвать свои планы масштабными, но у меня есть перспективные идеи для дальнейшего развития, которые сейчас находятся в процессе формирования и концептуальной разработки. Что касается участия в профессиональных конкурсах, то у меня неплохой опыт в этом направлении. Во время работы в КБГУ, помимо преподавательской деятельности, продолжала активно создавать собственные коллекции, регулярно участвовала во многих конкурсах молодых дизайнеров, что позволило продемонстрировать свои творческие способности и приобрести ценный опыт взаимодействия с профессиональным сообществом.

- Насколько женщине, обремененной семейными обязанностями, сложно реализовать себя профессионально?

- Семейные заботы действительно могут тормозить карьерный рост женщины. Однако, если подойти к этому вопросу с умом, можно успешно совмещать работу и семейную жизнь. Поддержка супруга делает эту задачу еще более выполнимой, как говорится, можно и горы свернуть.

- Что посоветуете девушкам, которые хотят найти свою профессиональную нишу и развиваться в этой области?

- Заниматься исключительно любимым делом, тем, что по-настоящему нравится, не обращая внимания на модные тенденции и финансовую выгоду. Важно следовать зову сердца и стремиться к успеху в выбранном деле. Только тогда работа принесет удовольствие.

Алена ТАОВА

Сельские героини - простые, скромные, трудолюбивые

(Окончание. Начало на 6-й с.)

Навещаем родителей наших бойцов, беседуем с ними, узнаем о проблемах и стараемся решить их. Детей готовим к школе - покупаем канцтовары, одежду, спортивную и школьную форму, поздравляем с праздниками. Если кому-то нужны консультации специалистов, организуем встречи с ними. Как правило, это юридические и правовые вопросы. В наш совет женщин входит грамотный адвокат, тоже терчанка. Когда мы к ней обращаемся, бесплатно всех консультирует.

В основном у всех женщин Терского района крепкие семьи. Конечно, есть и одинокие, но семейных большинство, и в этом тоже в немалой степени заслуга наших женщин. Каждый год лучшие семьи принимают участие не только в районных, но и в республиканских конкурсах. Премии победителей и вручаем ценные подарки, в чем нам помогают спонсоры. Сейчас готовим два мероприятия. На одном из них хотим поблагодарить женщин села Хамидие, которые во время проведения в Нальчике фестиваля «Вкусы России» установили гастрономический рекорд: приготовили самую большую в истории кабардинскую (адыгскую) халву из пшеничной муки, вес которой составил более 254 кг. На приготовление блюда диаметром 2,07 метра им потребовалось более шести

часов, 150 кг муки, 23 л топленого масла и 75 л сахарного сиропа. Это достижение официально занесено в Книгу рекордов России. Планируем провести в этом селе благотворительный концерт, чтобы все женщины, которые принимали активное участие в фестивале, имели возможность использовать собранные средства на свои нужды, вручить им награды и подарки.

Если называть имена особо отличившихся женщин района, то можно вспомнить Антонину (Роза, как знают ее односельчане) ХАБИТОВУ, передовую доярку, депутата Верховного Совета СССР. Она была награждена Почетной грамотой Президиума Верховного Совета КБАССР и орденом Славы. Рита ТАРКАНОВА также работала дояркой, была первым арендатором по выращиванию КРС, ездила на Зольские пастбища с группой доярок. До ухода на пенсию работала в разных отраслях сельского хозяйства: в виноградной бригаде, на птицеферме и на зерноскладе. Была награждена многочисленными грамотами. Родила и воспитала троих детей. У Риты старший сын и двое внуков находятся в зоне специальной военной операции, где показывают пример мужества и преданности Родине. Еще одна доярка - Рая ГУКЕПШЕВА (ШОКАЛОВА) неоднократно становилась победительницей соревнований по надою молока как в районе, так

и в республике. Награждена бронзовой медалью ВДНХ, орденами Ленина и «Знак Почета». Имеет медали «Дети войны», «За доблестный труд в ознаменование 100-летия со дня рождения В.И. Ленина», «Медаль материнства», достойно воспитала шестерых детей. Недавно отметила свое 75-летие.

Зарета МОЛЛАЕВА, председатель Совета женщин Эльбрусского района:

- Женщина на селе - это особый статус, потому что именно она является хранительницей сельского уклада жизни, приумножая богатство села своей женской мудростью, трудолюбием, пониманием ответственности за благополучие и достаток своей семьи. Она и труженица, и хозяйка, и мать. Не ищет признания, не ждет высоких наград. Это просто сельские героини - простые, скромные, трудолюбивые, позитивные женщины, от которых всегда исходят доброта, забота, теплота души и искренность. Современной сельской женщине важно быть нужной не только дома, но и на работе. На ее хрупких плечах порой уверенно держатся, казалось бы, неподъемные обязанности. Ее день начинается с рассветом и заканчивается с закатом. В России таких скромных тружениц миллионы, именно они составляют основу основ, на них держатся семья, дом, производство, то есть практически вся страна.

Хочется рассказать об одной из таких удивительных женщин с сильным характером, открытым сердцем и доброй улыбкой. Эльмира БАРАЗБИЕВА - заслуженный учитель КБР. Вся ее жизнь связана с родным селом Былым. Здесь жили ее предки, из поколения в поколение передавая главные духовно-нравственные ценности сельской жизни: любовь к своей земле, сохранение домашнего очага, уважение к старшим, трудолюбие, гостеприимство и добрососедство.

Сельский учитель - это еще и труд по дому, проявление ежедневной заботы и уважение к старшим, внимание к детям, к коллегам и требовательность к себе. Главная же оценка его действий и поступков всегда на виду: ученики, их родители и односельчане.

Судьба связала Эльмиру Ануаровну с односельчанином Хасаном Масхутовичем УЗДЕНОВЫМ. У них прекрасная семья, двое детей, которые уже получили высшее образование. В их сельском доме царят уют, взаимопонимание, доброжелательность, забота, искреннее уважение друг к другу и теплое гостеприимство. Хочется от души пожелать этим замечательным сельским труженицам сил в их нелегком труде. Оставайтесь такими же хрупкими и нежными. Просто женщинами, но с большой буквы.

Ольга КАЛАШНИКОВА



НЕВЕСЕЛО

Отвела своего малыша на кружок и ждала его, как и все мамы. В группе была девочка лет пяти, которая пришла впервые и немного опоздала. Я с интересом следила за ней, потому что она была очень милой. Она с любопытством оглядывалась по сторонам, а потом задала маме вопрос: «А будет ли здесь весело?»

Мама ответила ей серьезно: «Весело не должно быть, надо серьезно заниматься». И начала читать ей лекцию о том, чтобы она ее не опозорила, а была лучше всех. Если не будет лучше всех, не будет любить ее.

Я была в шоке от ее слов. Девочка все это слушала, ее личико стало грустным, никакого радостного ожидания в его выражении уже не было. Читались страх и тревога. Мне было ее очень жалко, но так как это не мой ребенок, не могла вмешаться.

В такие моменты понимаю, почему дети часто боятся учебы и в принципе им тяжело. Ведь в детстве так важно, чтобы было интересно. У нас, взрослых, порой уходит много времени на то, чтобы понять, что только интерес ребенка к знаниям гарантирует успешную учебу.

Сердце болит за ту малышку. Видела, что она пришла сюда с горящими глазами, в предвкушении чего-то нового и увлекательного, а услышала о необходимости серьезного подхода.

Считаю, что дети должны учиться с удовольствием. У них любопытный ум, чаще всего удается заинтересовать их чем-то, что далее ведет за собой обширный интерес к предметам и занятиям, главное - не отбивать желание. Только так они смогут раскрыть свой потенциал и достичь успеха в будущем. Поэтому я стараюсь поддерживать интерес своего ребенка к учебе и развитию, чтобы он не боялся новых знаний и не воспринимал процесс обучения как рутину.

Инга

Идеи и события

В последнее время с удовольствием замечаю, как изменилось поведение людей в целом. Как человек, родившийся в начале девяностых, застала времена, когда люди ходили друг к другу за сплетнями. Соседки приходили к нам, чтобы обсудить других соседей, а потом шли к другим, чтобы обсудить мою маму. Это было обыденностью, поэтому казалось, что так будет всегда.

Сейчас среди женщин уже такого почти не наблюдается. Многие отказываются обсуждать других в негативном ключе, обозначая, что это не их дело, что, может, у человека есть причины поступать определенным образом. Это радует и вдохновляет.

Недавно услышала разговор трех женщин за соседним столиком в кафе, которые обсуждали, где купить детскую одежду для танцев, где лучшие чешки, какой размер на какой рост брать. Слушала и думала: как же замечательно, что люди перестали лезть в чужую жизнь. Конечно, не везде так, но мое окружение, по крайней мере, сейчас обсуждает события и идеи, а не чужие недостатки.

Это изменение особенно заметно на фоне того, как я росла. Сейчас вижу больше уважения к личному пространству и выбору других. Люди стали более открытыми к общению на темы, которые действительно важны и интересны, например, связанные с детьми и их развитием.

Считаю, что это изменение - признак того, что общество становится более гуманным и толерантным. Люди начинают понимать, что каждый имеет право на свою жизнь и свои решения. И это замечательно.

Конечно, есть и исключения, иногда все еще можно услышать негативные комментарии в чей-то адрес. Но в целом тенденция к позитивным изменениям очевидна. Рада, что живу в то время, когда такие перемены возможны.

Люда

Радость в трудные времена

У меня был сложный период в жизни. Ушла мама, и я чувствовала себя очень плохо. Все вокруг казалось серым и унылым, работа выматывала, а дома не было поддержки и теплоты, которые так нужны каждому. Муж решил абстрагироваться от моего горя, наверное, не знал, что делать, а обычные слова утешения меня только раздражали.

Чтобы отвлечься от грустных мыслей, решила найти новое хобби. Мне нужно было что-то созидательное, куда можно вложить эмоции и получить определенный результат. Спортзал вгонял в тоску, готовка и так каждый день, это было бы не хобби, а просто повседневность. Вспомнила, как в детстве любила наблюдать за растениями в бабушкином саду.

Купила семена, горшок с землей и посадила первое растение. И почувствовала, как внутри что-то меняется. Уход за растением - поливать, наблюдать за ростом стал таким умиротворяющим, что я решила продолжать заниматься этим. Заботиться о маленьких всходах, возиться с почвой и изучать секреты ухода за растениями было для меня чем-то вроде медитации.

С каждым днем садоводство увлекало все больше. Читала книги, покупала новые семена и горшки. Балкон постепенно превращался в зеленый оазис. Заметила, как настроение улучшалось, когда занималась растениями. Они как будто наполняли меня энергией и спокойствием.

Начала экспериментировать с разными растениями, подбирая те, что лучше всего росли на балконе. В итоге уход за ними стал моим спасением от тяжелых мыслей.

Постепенно мой балкон стал настоящей оранжереей. Создала уютную атмосферу, расставив горшки так, чтобы они хорошо смотрелись. Потом добавила кофейный столик и уютные стулья, чтобы проводить там время одной или с родными и близкими. Каждое растение стало для меня особенным.

Садоводство теперь не просто хобби, а способ выразить себя и найти гармонию. Поняла, что даже в трудные времена можно найти радость, если следовать сердцу. Так мой балкон стал местом, где могу отдохнуть душой и телом.

Арина

БАЛАНС

Когда стала мамой, многое в моей жизни изменилось. Поняла, что теперь несу ответственность не только за себя, но и за маленького человечка, который полностью зависит от меня. В то же время осознала, что самое важное - сохранить свое здоровье и помочь ребенку научиться самостоятельно принимать решения.

Помню, в детстве наблюдала за своими родителями и видела, как много они жертвовали ради нас. Работали без выходных, сэкономили на всем, чтобы обеспечить нам лучшее будущее. Я очень уважаю это и понимаю, что родители всегда хотят дать детям все самое лучшее.

Но, став мамой, поняла, что иногда мы, взрослые, забываем о

том, что для ребенка важно не только материальное благополучие. Важно, чтобы он чувствовал нашу любовь и поддержку, но при этом понимал, что должен научиться самостоятельно преодолевать трудности и принимать решения.

Мама всегда говорила мне, что будет давать советы, но я должна сама принимать решения. Учила меня, что только я знаю, что лучше для меня. Стараюсь перенести такой подход к воспитанию на своих детей.

Всегда буду благодарна им за то, что они следовали своему сердцу и интуиции. Чтобы не боялись принимать решения и учились на своих ошибках.

Буду поддерживать их во всех на-

чинаниях, помогать им и направлять. Но я хочу, чтобы они понимали: их жизнь - это их путь, поэтому должны сами идти по нему, а не просто следовать за мной или другими взрослыми.

Иногда вижу родителей, которые жертвуют всем ради детей: временем, деньгами, возможностями и даже здоровьем. Понимаю, что это проявление любви, но хочу показать своим детям, что важно заботиться не только о них, но и о себе.

Стараюсь находить баланс между заботой о детях и заботой о себе, хочу быть для них примером того, как можно жить полной жизнью, быть счастливой и при этом оставаться хорошей матерью.

Бэлла

СТРЕСС И МЕНОПАУЗА

Недавно слушала лекцию известного доктора, который затронул тему, показавшуюся мне очень актуальной и интересной. Врач отметил, что в современном мире у женщин наступает менопауза раньше из-за постоянного стресса, высокой моральной и физической нагрузки на организм, а также из-за ускоренного ритма жизни. Это заявление вызвало у меня удивление, так как, казалось бы, наши бабушки и мамы жили в гораздо более тяжелых условиях. На них ложилась большая физической работы, сталкивались с более сложными социальными проблемами и в целом их жизнь была более трудной.

Решила изучить этот вопрос подробнее и действительно обнаружила, что доктор был

прав. Стало интересно, почему в современном мире происходят такие изменения, ведь раньше жизнь была совсем другой.

Когда размышляю на эту тему, мне кажется, что дело может быть в том, как мы воспринимаем свою жизнь. Раньше люди чаще относились к жизни как к чему-то, что дано свыше, принимали ее такой, какая она есть. Не было постоянной гонки за успехом, страха что-то упустить или не успеть. Сейчас же мы живем в условиях постоянного соревнования, где каждый стремится быть лучше, успешнее и красивее. Мы боимся не достичь своих целей, не получить желаемое, не соответствовать определенным стандартам.

Возможно, именно поэтому наш организм испытывает

такой сильный стресс. Мы не просто живем, а постоянно находимся в напряжении, в ожидании каких-то событий, в борьбе за свои цели. Это напряжение может негативно сказываться на нашем здоровье и даже на физиологических процессах в организме.

Уверена, что мои размышления заставят задуматься о том, как мы живем и что делаем для сохранения своего здоровья. Может быть, стоит научиться расслабляться, находить время для себя, для отдыха и простых радостей в жизни. Ведь здоровье - самое ценное, что у нас есть, и от того, как мы относимся к нему, зависят наше благополучие и качество жизни.

Карина

ДРУГОЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Однажды узнала интересный и вдохновляющий факт о похудении, который заставил меня по-новому взглянуть на свой образ жизни. Всегда считала, что если удастся сбросить вес до определенной отметки, то проблема будет решена. Однако оказалось, что это только первый шаг. Чтобы сохранить достигнутые результаты, нужно постоянно поддерживать форму, продолжая придерживаться правильного питания и занимаясь спортом. Этот факт заставил меня задуматься о том, насколько важно не только похудеть, но и изменить свой образ жизни на постоянной основе.

Раньше думала, что как только достигну желаемого веса, все станет легко и просто. Но теперь осознала, что это не так. Поддержание фигуры требует постоянного внимания и усилий. Это значит, что нужно пересмотреть свои привычки, научиться выбирать здоровую пищу и находить время для физической активности.

Не стала сразу же садиться на строгую диету или ставить перед собой цель сбросить вес. Вместо этого начала постепенно внедрять изменения в свой рацион и физическую активность. Выбрала для себя более здоровые продукты, уменьшила порции и начала уделять больше времени спорту.

Сначала было непривычно и даже сложно. Но со временем стала замечать положительные изменения. Мое тело становилось более подтянутым,

чувствовала себя бодрее и энергичнее. Эти изменения придавали мне уверенности и мотивации продолжать двигаться вперед. Поняла, что мне нравится такой образ жизни, могу придерживаться его.

Теперь стараюсь есть здоровую пищу каждый день. Выбираю продукты, богатые витаминами и минералами, и стараюсь избегать вредной пищи. Веду активный образ жизни - занимаюсь спортом, гуляю на свежем воздухе и стараюсь больше двигаться в течение дня.

Важно отметить, что я перестала думать о весе как о конечной цели. Теперь наслаждаюсь изменениями в своем теле и самочувствии, не стремлюсь к определенным цифрам на весах. Этот подход стал для меня более здоровым и устойчивым. Уверена, что если продолжать в том же духе, смогу поддерживать свое здоровье и хорошую физическую форму на долгие годы.

Таким образом, я поняла, что похудение - это не только достижение конкретного веса, но и постоянная работа над собой. Это включает изменение привычек, образа жизни, отношение к еде и физической активности. Такой подход гораздо важнее, чем просто цифры на весах, он помогает поддерживать здоровье и хорошее самочувствие постоянно.

Виолетта

Свои письма вы можете присылать по адресу:

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

РОЗОВЫЙ ОКТЯБРЬ РЕШАЕТ ВСЕ

С 12 по 18 октября в России по инициативе Минздрава РФ проходит неделя борьбы против рака молочной железы.

Октябрь уже давно стал особым месяцем в календаре здоровья. По инициативе Всемирной организации здравоохранения его называют месяцем борьбы с раком молочной железы, а саму акцию часто обозначают словами «Розовый октябрь» - по цвету ленточки, которая стала символом поддержки женщин, столкнувшихся с этим диагнозом. Идея этой акции возникла еще в 1990 году в Нью-Йорке, где мероприятие прошло под названием «За исцеление». В акции участвовали женщины, уже вылеченные от рака груди, и те, кто их поддерживал. Символом мероприятия «Розовый октябрь» стала розовая лента, сложенная в виде капли, которую женщины прикалывали на грудь как знак победившей женственности. Цель акции - донести информацию об этом опасном заболевании как можно большему числу женщин. В третью неделю месяца вся страна говорит о болезни, которую боятся, но при внимательном отношении к себе в подавляющем большинстве случаев излечима.

Рак молочной железы - самое распространенное онкологическое заболевание у женщин и, пожалуй, одно из немногих, где судьба пациента в большей степени зависит от него самого: от того, насколько регулярно обследуется и как быстро обращается к врачу. Современная медицина справляется с этой болезнью, но у нее есть одно непереносимое условие - время. Чем раньше обнаружена опухоль, тем проще лечение, тем выше шансы на полное выздоровление и возвращение к обычной жизни. Опухоль, найденная на ранней стадии, - это чаще всего щадящее лечение, сохраненная грудь, сохраненные планы и годы жизни. Опухоль, найденная поздно, - совсем другая история, речь идет уже не о комфорте, а о выживании.

При этом важно помнить, что мужчины тоже, хотя и крайне редко, подвержены раку грудных желез - он составляет при-

мерно один процент от всех выявленных случаев. К группе риска относятся нерожавшие женщины, принимавшие длительное время гормон эстроген, женщины, у которых рано началась менструация или поздно наступила менопауза. Также к факторам риска относят избыточный вес, вредные привычки, гинекологические заболевания, ушибы и травмы молочных желез.

Ключевым фактором успеха является ранняя диагностика. РМЖ - одно из немногих онкологических заболеваний, где самодиагностика чрезвычайно эффективна. Женщина может самостоятельно обнаружить признаки рака молочной железы. Самоосмотр должен проводиться каждый месяц после окончания менструации. Насторожить обязаны изменение цвета и форма кожных покровов молочной железы, втяжение или локальное углубление кожных покровов, «лимонная корка», втяжение или шелушение соска, выделения из соска, наличие уплотнения в самой молочной железе или в подмышечной области.

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

КОВАРСТВО ТИХОЙ БОЛЕЗНИ

- Главная опасность рака молочной железы в том, что он долго не болит и не мешает жить. На ранних стадиях заболевание протекает бессимптомно: ничего не беспокоит и не болит, самочувствие отличное. Поэтому надеяться только на собственные ощущения - самая частая и дорогая ошибка. Боль, уплотнение, изменение формы груди появляются тогда, когда болезнь уже успела развиться, а время, которое было так важно, частично упущено.

Поэтому медицина давно сделала ставку не на лечение запущенной болезни, а на ее раннее обнаружение - скрининг. Смысл скрининга прост: обследоваться нужно не тогда, когда заболит, а тогда, когда ничего не болит. Регулярно независимо от самочувствия по графику - как получку, как ви-

зит к родственникам, как любая другая плановая забота.

САМООБСЛЕДОВАНИЕ: ПЯТЬ МИНУТ РАЗ В МЕСЯЦ

- Первый и самый доступный инструмент - самообследование молочных желез. Оно не требует ни денег, ни оборудования, только привычки и пары минут перед зеркалом.

Насторожить должны любые уплотнения, изменения формы и размера железы, втяжение кожи или соска, так называемая «лимонная корка», выделения из соска, изменение цвета кожи, появление узла в подмышечной области. Заметили что-то из этого - это не приговор и даже не диагноз, это просто повод без промедления пойти к врачу. Врач-маммолог или гинеколог разберется, что это: чаще всего такие находки оказываются доброкачественными изменениями, но проверить их нужно обязательно.

Самообследование - важный навык, но только дополнение к профессиональной диагностике, а не ее замена. Мелкие образования, которые невозможно прощупать, часто видит только аппарат.

МАММОГРАФИЯ И УЗИ: ТО, ЧТО ВИДИТ ВРАЧ

- Маммография по праву считается золотым стандартом диагностики рака молочной железы. Это рентгеновское исследование, которое позволяет увидеть опухоль задолго до того, как ее можно будет прощупать или почувствовать. Процедура занимает считанные минуты, а ее информативность несопоставима ни с чем: маммография обнаруживает формы болезни, которые не выдают себя ни болью, ни уплотнением.

Женщинам старше сорока лет маммографию рекомендуют проходить регулярно.

Важно понимать: маммография и УЗИ выполняются в поликлинике по полису обязательного медицинского страхования бесплатно. Эти исследования входят в программу диспансеризации - то есть государство уже все организовало, остается только прийти.

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ НЕ ФОРМАЛЬНОСТЬ, А СОЮЗНИК

- Диспансеризация начина-



ся с профосмотра и анкетирования, по результатам которых врач назначает необходимые обследования - в том числе маммографию для женщин соответствующего возраста. Записаться можно через поликлинику по месту жительства, портал госуслуг или сервисы в боте MAX. Все это бесплатно по ОМС, в рабочее время, часто даже в вечерние часы, чтобы удобнее было работающим.

ОТКУДА БЕРЕТСЯ БОЛЕЗНЬ

- Факторы риска рака молочной железы разнообразны, многие из них мы изменить не можем: возраст, наследственность, гормональные особенности. Но часть рисков действительно в наших руках. Здоровый вес, физическая активность, умеренность в алкоголе, отказ от курения, грамотное отношение к гормональным препаратам - все это снижает вероятность развития болезни. А для тех, у кого в семье были случаи рака груди и яичников, особенно важны раннее начало наблюдения и консультация специалиста по поводу наследственной предрасположенности.

СЛОВА, КОТОРЫЕ СТОИТ ЗАПОМНИТЬ

- Рак молочной железы сегодня не диагноз, звучащий как приговор. Это заболевание, которое медицина может выявлять на ранней стадии и успешно лечить. Его главный союзник - время, а значит, наш главный союзник - заблаговременное обследование. Не ждате симптомов. Не откладываете «на потом», «после отпуска», «когда появится настроение». Поставить себе дату в календаре и пойти.

Если в вашей семье, среди друзей и коллег есть женщины, которые давно не были у врача, напомните им об этом. Теплого разговора и одного своевременного обследования порой достаточно, чтобы история болезни так и не состоялась.

Пройдите диспансеризацию. Сделайте маммографию. Поддержите себя и своих близких - здоровье не терпит отложенных решений. Октябрь - самое подходящее время, чтобы начать.

Ольга КАЛАШНИКОВА

• ЗДОРОВЬЕ

В Онкодиспансере спасли пациентку с гигантской опухолью

В Республиканском онкологическом диспансере успешно проведена сложная операция: врачи удалили у пациентки новообразование правого яичника размером с баскетбольный мяч, сообщает Минздрав КБР.

Женщина около двух лет не обращалась за медицинской помощью, несмотря на заметное увеличение живота. Причиной промедления стала боязнь услышать страшный диагноз. Только когда симптомы стали очевидными, пациентка решилась на визит к специалисту.

После первичного осмотра у онколога в поликлинике женщину направили в Онкологический диспансер. Там врачебная бригада провела масштабное хирургическое вмешательство: пациентке удалили матку вместе с придатками и большим сальником.

По результатам гистологического исследования установлено, что новообразование относилось к пограничному типу, однако в нем уже присутствовали участки перерождения в злокачественные клетки. Несмотря на то, что патологическое удалось выявить до широкого распространения процесса, из-за большого объема опухоли и высокого риска дальнейшего развития заболевания пациентке назначили дополнительные курсы химиотерапии.

Врачи подчеркивают, что этот случай - яркий пример того, как страх и откладывание визита к врачу могут привести к тяжелым последствиям. Регулярные профилактические обследования и внимательное отношение к сигналам организма помогают выявлять опасные заболевания на ранних стадиях - когда лечение максимально эффективно, а прогноз - наиболее благоприятный.

Около 230 компаний ввели выплаты в размере 1 млн рублей при рождении ребенка

Подготовила Наталья АЛЕКСЕЕВА

С начала года Отделение Социального фонда России по КБР оплатило жителям региона свыше 40 тысяч листов нетрудоспособности. На эти цели региональное отделение фонда направило более 554 млн рублей.

Пособие по временной нетрудоспособности положено гражданам, застрахованным в системе обязательного социального страхования: работникам по трудовым договорам, исполнителям по договорам гражданско-правового характера, индивидуальным предпринимателям и самозанятым, добровольно уплачивающим страховые взносы.

Оплата больничного листа

Размер пособия рассчитывается исходя из среднего заработка за два предшествующих календарных года и зависит от страхового стажа: при стаже восемь лет и более - сто процентов среднего заработка, от пяти до восьми лет - 80 процентов, менее пяти лет - 60 процентов. Если заработок меньше МРОТ или страховой стаж составляет менее шести месяцев, расчет производится исходя из минимального размера оплаты труда.

При заболевании или бытовой травме первые три дня больничного оплачивает работодатель, с четвертого дня - Отделение СФР по КБР. Если листок нетрудоспособности выдан по уходу за больным членом семьи, при карантине, протезировании или санаторно-курортном лечении, выплата осуществляется за счет средств фонда с первого дня.

С 2022 года больничные листы оформляются в электронном виде. Сведения об открытии, продлении и закрытии

листа нетрудоспособности автоматически поступают из медицинской организации в отделение фонда, а затем работодателю. После получения от работодателя необходимых сведений специалисты фонда назначают и выплачивают пособие в срок, не превышающий десяти рабочих дней.

Обращаем внимание, что отслеживать информацию о дате открытия и закрытия электронного больничного, а также сумму назначенного пособия можно в личном кабинете на портале госуслуг.

Наш корр.



Сегодня женщине словно все время предлагают остановить время.

Не стареть. Не полнеть. Не сидеть. Не показывать морщины.

После сорока следить за собой. После пятидесяти выглядеть моложе. А теперь женщине предлагают буквально «отменить» возраст: подтяжки, омоложение, пластические операции, бесконечные процедуры. В социальных сетях все больше роликов о том, что можно изменить в лице и теле, чтобы возраст был менее заметен.

Само по себе желание ухаживать за собой совершенно нормальное. Если женщине хочется сделать процедуру, покрасить волосы, заниматься спортом или изменить что-то во внешности, почему нет?!

Но возникает другой вопрос: почему нам так трудно просто позволить женщине стареть? Почему мы так боимся возраста? – задается вопросом Фатима КЕРТИЕВА, клинический психолог, преподаватель психологии, специалист с десятилетним опытом работы, которая раскроет тему женского возраста и ее право стареть ответственно ему.

- Потому что женщине давно предлагают считать молодость своей главной ценностью.

Молодая - значит красивая. Красивая - значит привлекательная. Привлекательная - значит желанная.

ЖЕНЩИНА ИМЕЕТ ПРАВО СТАРЕТЬ

И когда появляются морщины, меняется тело, волосы становятся седыми, женщина может почувствовать, что вместе с молодостью теряет что-то гораздо большее: становится менее интересной, менее нужной и менее женщиной.

Начинается борьба с возрастом. Но возраст не болезнь. Его нельзя победить. Можно только бесконечно пытаться сделать вид, что его нет.

А что если женщина не обязана выглядеть молодой, чтобы оставаться красивой?

Красота бывает разной

- Есть красота, которую мы замечаем сразу: лицо, фигура, волосы, улыбка, движения. Особенно заметна она в молодости, когда тело само по себе обладает свежестью и привлекательностью.

Но есть и другая красота. Интеллект. Чувство юмора. Доброта. Характер. Умение поддержать. Спокойствие. Внутренняя сила. Жизненный опыт. Способность не устраивать драму там, где ее нет.

Разве это не красота?

Причем такая, которой в двадцать лет может просто не быть. Молодость дает свежесть, а возраст может дать глубину.

Женщина, которая прожила несколько десятилетий, пережила любовь, материнство, потери, трудности, радости, ошибки и победы, приобретает то, что невозможно получить сразу. Опыт. Понимание людей. Знание себя. Умение выбирать, а иногда - удивительное спокойствие. Когда человек уже не пытается понравиться всем, не объясняет каждый свой поступок и не вступает в каждый спор.

Это спокойствие тоже отражается на лице.



Красота - это еще и то, что мы чувствуем рядом с человеком

- Наверное, одна из самых красивых вещей, которые можно сказать о другом человеке: «С ней хорошо». Не «она выглядит на двадцать лет моложе». Не «у нее идеальная фигура». А именно: «Рядом с ней хорошо».

С ней можно быть собой. Она умеет слушать, смеяться над собой, поддерживать. Не унижает и не пытается постоянно доказать свое превосходство.

Человек может совершенно не соответствовать современным стандартам красоты, но рядом с ним хочется находиться, разговаривать, смеяться. Потому что красота бывает не только внешней.

Мы слишком сильно связали женственность с внешностью

- Когда женщине постоянно говорят, что ее ценность - в красоте и сексуальности, ее представление о себе становится очень узким.

Получается: пока я молодая и привлекательная, я ценна. А что будет, когда внешность изменится? Но женщина гораздо больше своего лица и тела. Она может быть умной, интересной, сильной,

нежной, смешной, мудрой, талантливой, заботливой. Все это тоже составляет ее женственность.

Женщина имеет право быть сексуальной, если ей хочется этого. Но она имеет такое же право не делать сексуальность центром своей жизни.

Может быть женой, матерью, бабушкой, профессионалом, подругой. Может просто наслаждаться жизнью. Ее ценность от этого не становится меньше. У каждого возраста свое время

Есть время, когда женщина - молодая девушка. Есть материнство. Есть зрелость. Есть период, когда дети становятся взрослыми. Есть жизнь бабушки. И каждый из этих этапов может быть прекрасным. Необязательно все время пытаться вернуться назад. Может быть, задача не в том, чтобы в пятьдесят выглядеть на тридцать, а в том, чтобы хорошо чувствовать себя в свои пятьдесят.

Можно заботиться о себе, красиво одеваться, заниматься спортом, ухаживать за кожей, красить волосы, делать косметические процедуры или пластические операции.

Если женщина делает это потому, что ей самой так нравится, в этом нет ничего плохого. Проблема

ма начинается тогда, когда появляется ощущение: «Я обязана это сделать, иначе буду неженственной». Вот от этой обязанности женщину важно освободить.

Стареть - не значит терять

- Мы привыкли смотреть на возраст как на список того, что уходит: молодая кожа, юношеская фигура, физическая легкость.

Но можно посмотреть и с другой стороны. С возрастом может появляться то, чего раньше не было: свобода, опыт, уверенность, способность выбирать людей, умение говорить «нет», ценить простое и не тратить силы на пустое. И, наконец, возможность перестать жить ради чужой оценки. Наверное, в этом одна из главных красот зрелости. Женщине больше необязательно доказывать, что она достаточно хороша. Она уже знает, кто она. И, может быть, именно поэтому зрелая женщина иногда обладает такой красотой, которой невозможно научиться в молодости.

Красотой характера. Красотой опыта. Красотой спокойствия. Красотой человека, рядом с которым хорошо. Поэтому женщине действительно можно сказать: старей спокойно.

Заботиться о себе, если хочешь. Украшать себя, если тебе это нравится. Любить свое тело настолько, насколько можешь.

Но не превращай собственный возраст во врага. Тебе не нужно все время становиться моложе, чтобы оставаться женщиной. Ты имеешь право становиться старше. И при этом оставаться любимой, интересной, красивой, ценной и живой. Потому что женская ценность никогда не должна зависеть от цифры в паспорте и гладкости кожи.

Роль натуральных тканей в создании комфортного гардероба

В современном мире, где мода развивается стремительно, многие из нас стремятся обновить свой гардероб, чтобы соответствовать актуальным тенденциям. Однако при выборе одежды важно учитывать не только ее внешний вид, но и качество материалов. Натуральные ткани играют ключевую роль в создании стильного и комфортного образа, предлагая много преимуществ перед синтетическими аналогами.

Почему натуральные ткани важны

Натуральные ткани, такие как хлопок, лен, шерсть и шелк, обладают уникальными свойствами, которые делают их незаменимыми для создания комфортной и стильной одежды. Эти материалы обеспечивают хорошую воздухопроницаемость, позволяя коже дышать и поддерживать оптимальный температурный режим. Они также обладают высокой гигроскопичностью, что означает способность впитывать влагу и отводить ее от тела, что особенно важно в жаркую погоду или при интенсивных физических нагрузках.

Кроме того, натуральные ткани имеют приятную на ощупь текстуру и часто обладают естественным блеском, что придает одежде элегантный и ухоженный вид. Эти материалы подчеркивают индивидуаль-

ность и стиль человека, помогая создать гармоничный естественный образ.

Преимущества натуральных тканей

Воздухопроницаемость. Натуральные ткани, такие как хлопок и лен, позволяют коже дышать, что особенно важно в теплое время года. Это помогает избежать перегрева и дискомфорта, обеспечивая ощущение свежести и легкости.

Гигроскопичность. Хлопок и лен отлично впитывают влагу, что делает их идеальными для использования в жаркую и влажную погоду. Шерсть также обладает высокой гигроскопичностью, но при этом сохраняет тепло, что делает ее незаменимой в холодное время года.

Долговечность. Натуральные ткани, как правило, более устойчивы к износу по сравнению с синтетическими материалами. Они меньше деформируются, сохраняют цвет и текстуру даже после многочисленных стирок и носки.

Экологичность. Натуральные ткани производятся из возобновляемых ресурсов, что делает их более экологичными. Они разлагаются естественным образом, не нанося вреда окружающей среде.

Комфорт при носке. Одежда из натуральных тканей приятно ощущается на коже, не вызывая раздражения. Это осо-

бенно важно для людей с чувствительной кожей или склонностью к аллергиям.

Натуральные ткани в различных стилях

Натуральные ткани подходят для создания самых разных стилей - от классического до повседневного и спортивного. Например, льняные рубашки и хлопковые платья хорошо подходят для офисного стиля, добавляя образу элегантности и утонченности. Шерстяные пальто, кардиганы и свитеры идеально подходят для более формальных и элегантных образов, создавая ощущение тепла и уюта.

Российские стилисты рекомендуют использовать натуральные ткани в сочетании с другими материалами, такими как кожа, деним или шерсть, для создания интересных стильных ансамблей. Это позволяет добавлять в гардероб разнообразие и подчеркивать индивидуальность. Например, льняное платье можно дополнить кожаными сандалиями и сумкой из денима, а шерстяное пальто - кожаными перчатками и шарфом.

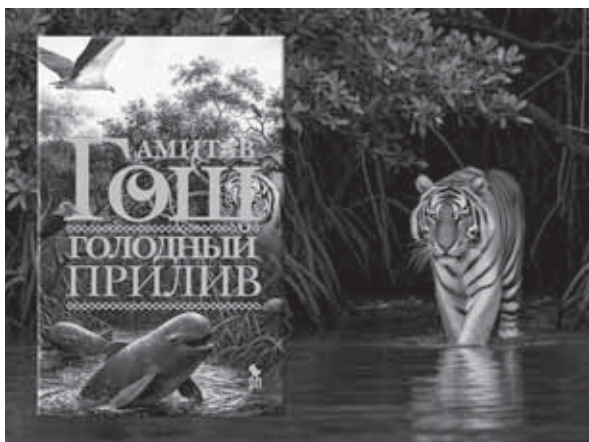
Заключение

Выбор одежды из натуральных тканей - важный шаг к созданию стильного, комфортного и гармоничного образа. Натуральные материалы обеспечивают

• КРАСОТА. МОДА. СТИЛЬ



высокое качество, долговечность и экологичность, что делает их оптимальным выбором для современного гардероба. Следуя рекомендациям стилистов и выбирая качественные натуральные ткани, каждый может создать уникальный стильный образ, который будет радовать своим комфортом и внешним видом на протяжении долгого времени.



Впервые попав в библиотеку в раннем детстве, Сусана ТЕНОВА была в таком восторге, что маме пришлось взять несколько книг для дочери, прежде чем она, наконец, согласилась уйти домой. Окончив филологический факультет, Сусана устроилась в библиотеку, где с энтузиазмом ведет читательский клуб, оформляет тематические выставки и всегда с готовностью рекомендует книголюбам интересные произведения.

- Недавно прочитанный роман Амитавы ГОША «Голодный прилив» поразил меня, поэтому именно его и взяла бы на необитаемый остров, – говорит она.

- Язык автора настолько ярок и выразителен, что невозможно не ощутить удушливую индийскую жару, не увидеть цвет воды и не представить грацию хищных тигров. Описания природы в этой книге просто завораживают: порой казалось, что стоит протянуть руку - и можно почувствовать прохладу реки и уловить ее специфический аромат. Это было по-настоящему захватывающе. Но книга ценна не только атмосферой. Автор поднимает много вопросов, актуальных во все времена: отношение человека к природе; личные амбиции и желания; сложности взаимопонимания, когда дело не только в языковом барьере; положение женщины в обществе.

В центре истории - молодая американка бенгальского происхождения, биолог Пияли Рой, или просто Пия, которая приезжает в Индию для изучения редкого вида дельфинов. В поезде она знакомится с Канаи Даттом. Он направляется на остров Лусибари к своей тете Нилиме - женщине, пользующейся большим уважением на острове. Канаи должен забрать дневник покойного мужа Нилимы, который всю жизнь посвятил обучению местных детей. Позже на остров прибывает и Пия. Столкнувшись с тем, что местные мужчины не готовы воспринимать женщину-ученого как равную, нанимает рыбака Фокира, чтобы помог ей найти дельфинов в лаби-

• КНИЖНЫЙ РОБИНЗОН

Опасности на пути исследования

рингах рек. В качестве переводчика к ним присоединяется Канаи, которому нечем заняться, кроме как изучать загадочные записи дяди.

Дневник Нирмала - отдельная сюжетная линия. В нем описываются реальные исторические события, связанные с конфликтами и переселениями в районе Мориджапи, острова в дельте Сундарбан, откуда правительство насильственно выселило бенгальских беженцев в 1978-79-х годах. История встречи Нирмала с Кашимой - женщиной, которую он знал еще ребенком. Как выясняется, Фокир - сын Кашимы. Так прошлое, запечатленное в дневнике, переплетается с настоящим.

В их путешествии будет все: опасные приключения, живописные пейзажи, живые диалоги и буря эмоций. Отдельного упоминания заслуживает Мойна, жена Фокира. Это яркий и самобытный персонаж, выбивающийся из общего ряда. Она мечтает о независимости, хочет учиться и стать хирургической медсестрой. Учитывая ее сильный характер и напор, уверена, что добьется своего.

Через историю Пии автор открывает читателю Сундарбан с новой стороны, подчеркивая уязвимость и уникальность этого природного края. Описание экспедиции по поиску дельфинов выдержано в духе серьезного научного труда: Гош скрупулезно фиксирует особенности приливов, специфику мангровых лесов и повадки обитателей дельты, детально воссоздавая изменчивый ландшафт, где границы между водой и сушей находятся в постоянном движении.

«Голодный прилив» - невероятно познавательное чтение. Благодаря книге я узнала о Сундарбане - крупнейшем мангровом лесу на Земле, расположенном в дельте Ганга на границе Индии и Бангладеш. Представьте себе место, где дважды в день прилив наступает и заливают землю, где граница между сушей и водой размывается, а жизнь может оборваться в любой момент из-за нападения крокодила, бенгальского тигра или внезапного циклона. Именно в этот дикий первозданный мир и отправляется Пия, чтобы открыть для себя Индию, которую не показывают в кино.

«Голодный прилив» - это история о выживании, любви, утрате и хрупком равновесии между человеком и природой. Книга, где настоящим главным героем становится сама земля.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавой

• ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



ОН ДЕЛАЕТ НАС СЧАСТЛИВЫЕ

16 октября отмечается Всемирный день хлеба, инициатором которого выступила продовольственная и сельскохозяйственная Ассоциация ООН. Идея была предложена представителями Международной ассоциации пекарей еще в 50-е годы прошлого столетия и утверждена на заседании ООН в 1979 году, что позволило хлебным работникам получить свой профессиональный праздник. Пословица хлеб - всему голова сохраняет свою актуальность в любое время. За свою жизнь человек в среднем потребляет около семи тонн хлеба и 35 тысяч булочек, что делает его символом здоровья, достатка и благополучия. В этот день во многих странах проводятся выставки продуктов.

- Запах свежеспеченного хлеба делает человека счастливей, а дом уютнее, - считает Милана СИНГАЛИЕВА из Нальчика. - Поэтому стараюсь готовить его сама. Домашний хлеб всегда вкуснее. Иногда готовлю его еще и с различными добавками.

С ТЫКВОЙ

Ингредиенты: 500 г муки, 100 мл молока, 100 мл воды, 1 ст. ложка сухих дрожжей, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка растительного масла, 2 ст. ложки сахара, соль по вкусу.

Для добавления в тесто: 150 г тыквенного пюре, щепотка молотого имбиря, щепотка куркумы.

Способ приготовления. Заранее приготовить тыкву. Разрезать ее на кусочки, уложить в сковороду, немного посыпать сахаром, подлить немного воды и на медленном огне варить до готовности. Затем срезать кожуру и растолочь в пюре.

Теперь замесить тесто. В горячем кипяченом молоке растворить сливочное масло, соль и сахар, затем влить холодную воду. Туда же добавить дрожжи, имбирь, куркуму и тыкву. Все тщательно перемешать и постепенно ввести муку. Тесто должно получиться не очень крутым. Тщательно размять получившуюся массу. Чем дольше и тщательнее замешивать тесто, тем лучше получится хлеб. На этот процесс у меня уходит десять минут. Поставить тесто на два-три часа в теплое место. Когда подойдет, придать ему желаемую форму и выпекать в духовке на среднем огне примерно 30-40 минут. В сковороде на плите хлеб с различными добавками не получается пышным, поэтому советую выпекать его только в духовке.

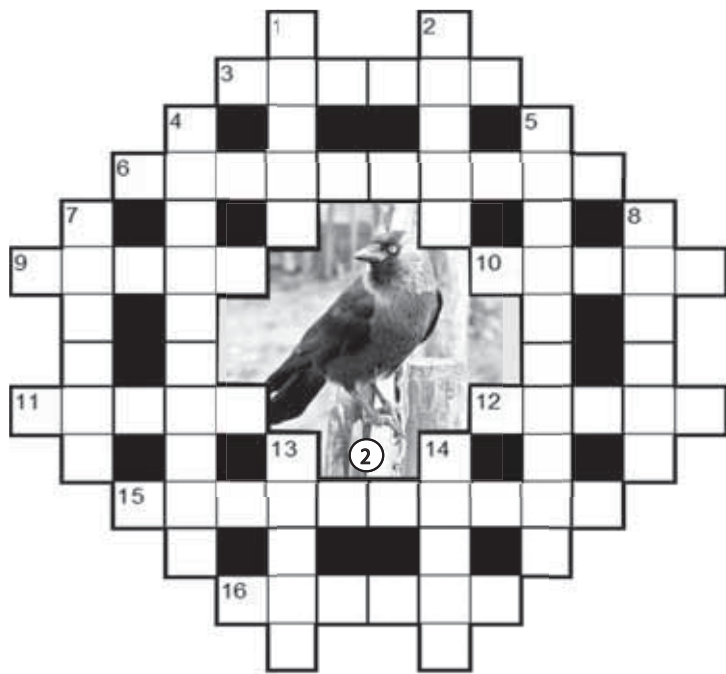
ЧИАБАТТА

Ингредиенты: 400 г муки, 3 г (1 ч. ложка) сухих дрожжей, 40 мл растительного масла, 1 ч. ложка с горкой соли, 300 мл воды комнатной температуры.

Способ приготовления. В воду всыпать дрожжи и оставить на пару минут, чтобы разошлись. Добавить соль и масло. Туда же частями просеять муку, замешивая достаточно жидкое и липкое тесто. Форму (или миску) смазать маслом, выложить тесто, плотно накрыть пленкой или крышкой. Дать подойти тесту в течение 30 минут при комнатной температуре. Тесто для чиабатты не обминают, а аккуратно складывают. Для этого руки смочить водой, поднять край теста руками и сложить его наверх. Делать так с четырех сторон четыре раза. После складывания накрыть емкость с тестом пленкой и оставить подходить еще на 30 минут. После чего провести второе складывание таким же образом. Снова накрыть пленкой и оставить на 30 минут, чтобы тесто подошло. Затем третье складывание. Тесто меняется, становится более упругим и эластичным. Еще раз накрыть его и оставить на 30 минут. Четвертое - последнее складывание. Делать все так же, как и в предыдущие три раза, затем еще приподнять тесто посередине и сложить пополам. Делать так четыре раза. Снова накрыть тесто пищевой пленкой и оставить на два часа подходить. Переложить тесто на поверхность, хорошо посыпанную мукой. Взять тесто за края с одной стороны и накрыть ею вторую, затем разделить продольно на две части. Там, где будет разрез, дополнительно присыпать мукой и разрезать пополам. Переложить на противень и оставить подходить на 20 минут. Заранее прогреть духовку до 220 градусов. Выпекать десять минут с паром. Для этого в духовку поместить еще одну емкость с горячей водой. Если вода полностью не испарилась за это время, убрать его из духовки. Затем выпекать чиабатту еще 15-20 минут, ориентируясь на свою духовку и степень ее румяности. По корочке можно определить готовность: постучите по ней - должен быть глухой звук.

Подготовила Лана АСЛАНОВА.
Фото Тамары Ардавой

КРОССВОРД



По горизонтали: 3. Японское искусство выращивания миниатюрных деревьев, а также сами эти деревья. 6. Фигура бесконечности. 9. Полный наследственный код. 10. Вьетнамский женский костюм. 11. Горная система в Западной Сибири. 12. Цветок, который согласно легенде вырос из пылинки упавшей звезды. 15. Поведение, характеризующееся излишней театральностью, напыщенностью и стремлением привлечь к себе внимание ради эпатажа, а не по существу. 16. Архитектурный элемент, применяемый для отражения звука в определенном направлении.

По вертикали: 1. Большая шахтная печь для выплавки чугуна. 2. Небольшая птица семейства вороновых. 4. Наука о народонаселении. 5. Возраст между детством и юностью. 7. Знак понижения звука на полтона. 8. Длинношерстная рексовая порода кошек, основной отличительной чертой которых является наличие «кучерявой шубки». 13. Жанр средневековой лирики. 14. Место начала водного потока.

Составила Фатима КАРАЦУКОВА

История «Яблочного джема», инициированного в 2019 году, сразу же привлекла внимание мировой общественности, установив мировой рекорд. В рамках этого мероприятия было создано гигантское яблочное панно, занимающее площадь 51 м на 20 м, для которого потребовалось более 175 тысяч яблок, суммарный вес которых составил почти 40 тонн.

В 2023 году организаторы фестиваля продолжили удивлять участников и гостей (а их собралось 70 тысяч человек) созданием фруктового арт-объекта в виде головы богатыря Сосруко с факелом в вытянутой руке – одного из главных героев нартского эпоса.

В 2025 году фестиваль вновь установил рекорд, но уже на российском уровне. За два дня было произведено 300 литров яблочного варенья, часть которого была распределена среди участников мероприятия на месте, а другая направлена в социальные учреждения республики.

В 2025 году «Яблочный джем» достиг беспрецедентного масштаба, объединив более 300 участников. Важной особенностью этого года стало приготовление четырех тонн яблочного пюре, которое было представлено на церемонии открытия, что стало символом изобилия и коллективного труда.

В этом году фестиваль установил рекорд по числу участников. Свою продукцию представили более ста производителей из Кабардино-Балкарии и соседних регионов, впервые – из Санкт-Петербурга, Крыма, Севастополя, Воронежа и Ижевска. На площадках арт-базара развернулись около 200 мастеров прикладного искусства, что также стало максимальным показателем за всю историю



ЯРКИЙ И ВКУСНЫЙ ПРАЗДНИК

С 9 по 11 октября площадь Абхазии в Нальчике стала центром гастрономической культуры Кавказа. Здесь прошел шестой ежегодный фестиваль «Яблочный джем». Праздник еды получился ярким и запоминающимся. А главной традицией этого мероприятия стало удивлять гастрономическими достижениями и рекордами. Этот год не стал исключением. Но обо всем по порядку.

«Яблочного джема». Фестивальная площадка вышла за пределы привычного пространства, охватив прилегающие к площади территории. Три дня царила атмосфера тепла, радости и вкусного гостеприимства. Горожане и гости республики наслаждались праздником, знакомились с культурными традициями, участвовали в активностях и погружались в насыщенную программу. Благо, в этом году организаторы предусмотрели зоны отдыха, где можно было расслабиться и полюбоваться видами. А посмотреть было на что.

шоу артистов проекта «Выше неба» из Челябинска вызвало бурю эмоций у зрителей. Также гости наслаждались разнообразной музыкальной программой. Кульминацией фестиваля стал музыкальный проект «Хор на весь двор», в рамках которого любой желающий мог присоединиться к совместному выступлению с профессиональными музыкантами.

Лилиана ШОРДАНОВА.
Фото Тамары Ардавой

НАСТОЯЩАЯ ПАМЯТЬ НЕ ЗАВИСИТ ОТ МАСШТАБОВ НАСЕЛЕННОГО ПУНКТА



Всероссийский конкурс школьных музеев, организованный обществом «Знание» при поддержке Министерства просвещения России, собрал сильнейших участников со всей страны – от Калининграда до Камчатки. В финал вышли 150 лучших школьных музеев, каждый из которых прошел серьезный отбор на многочисленных этапах.

Музей боевой славы СОШ Верхне-Курпа носит имя Лели Эльдаровны АШИЖЕВОЙ, старшей вожатой, посвятившей жизнь сохранению памяти о защитниках Отечества. Сегодня в фондах музея собрано более 2500 экспонатов: фронтовые письма, личные вещи солдат, боевые награды, документы и артефакты, найденные в местах сражений. Особое место занимают материалы, рассказывающие о боях на Курпских высотах – рубеже, который защитники Отечества удерживали ценой огромных потерь.

Директор СОШ села Верхний Курп Рамета ШЕРИЕВА представила школьный музей боевой славы имени Л.Э. Ашижевой во всероссийском конкурсе школьных музеев в Москве и стала победителем в номинации «Лучшая экспозиция, посвященная памяти защитников Отечества».

Под руководством Раметы Шериевой школьный музей превратился в настоящий центр патриотического воспитания. Здесь ведут поисковую работу, изучают боевые журналы 317-й Краснознаменной Будапештской стрелковой дивизии, устанавливают имена павших бойцов и пополняют экспозицию новыми находками. Благодаря кропотливому труду педагогов и учеников память о героях не просто хранится – она живет и передается новым поколениям.

– Эта победа – заслуга всего на-

шего коллектива, наших учеников и их родителей, – отметила Рамета Мусовна. – Мы обязаны сделать всё, чтобы подвиг защитников Отечества никогда не был забыт.

Победа на федеральном уровне в Москве не только высокая оценка труда сельской школы, но и признание того, что настоящая память не зависит от масштабов населенного пункта. Она живет там, где есть люди, готовые ее беречь.

Ольга КАЛАШНИКОВА.
Фото предоставлено
СОШ В. Курпа



НАУКА КАК ИСКУССТВО

В Центре культурного развития в Нальчике можно увидеть экспозицию, объединившую лучшие работы фотоконкурса «Снимай науку!». Проект, организованный телеканалом «Наука» при поддержке Российского научного фонда, впервые представлен в Кабардино-Балкарии.

Из внушительного массива заявок, а это около тысячи снимков, эксперты отобрали наиболее впечатляющие работы. Их главная цель – продемонстрировать, что научные исследования могут быть эстетически совершенными и захватывающими. Выставка позволит увидеть то, что обычно доступно только через окуляр телескопа или микроскопа. Посетители смогут взглянуть на мир глазами ученых: от космических туманностей Орион, бегущий человек, душа до микроскопических структур, таких как яйца бабочек или споры древних растений. В экспозицию также вошли снимки медицинских патологий, например, аневризмы аорты и инновационных материалов для регенеративной медицины. В слиянии науки и природы появились уникальные пейзажные фотоснимки.

Как отметила руководитель Центра культурного развития Саида ЖАНИМОВА, подобные выставки позволяют широкой аудитории увидеть скрытые от глаз процессы, делая сложный мир науки доступным каждому.

– Для нас особенно важно, чтобы такие проекты помогали сделать науку ближе и понятнее, вызвали интерес и желание узнавать больше. Уверена, фотографии участников и победителей конкурса не только впечатлят наших посетителей, но и напомнят о том, насколько удивительным и многообразным является окружающий нас мир, – прокомментировала С. Жанимова.

Экспозиция будет работать до 3 ноября в Центре культурного развития по адресу: ул. Ашурова, 1.

Ляна БАТЫРОВА.
Фото автора

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ПРАВИТЕЛЬСТВО
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ

И.о. главного редактора
А.Х. КАРАТЛЯШЕВА

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

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

Выходит по средам.
Тираж 698. Заказ 2230
Время подписания в печать
по графику – 18.00
Фактически 13 октября в 17.00
Индекс – 31222

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

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

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