

Показатели заболеваемости COVID-19 остаются высокими

Там победа, где согласие



ГОЛОС ЧЕГЕМА

ЦРБ им. Хацукова
напоминает: график работы
пунктов вакцинации
от COVID-19
в Чегемском районе
с 08.00 до 20.00 ежедневно,
в том числе в выходные и праздничные дни.

№14-15 (9302) 11 февраля 2022 года * Пятница * Цена 14 рублей * goloschegema@mail.ru

Электронная версия газеты
на сайте <http://golos-chegema.ru>

В центре внимания вопросы догазификации частных домовладений

borsov_yu_k

... состоялось расширенное рабочее совещание с участием руководства Чегемского филиала «Газпром газораспределение Нальчик», глав населенных пунктов района.

Всестороннее рассмотрение получили вопросы реализации программы догазификации частных домовладений. В настоящее время на бесплатной основе подведены газораспределительные сети к 87 земельным участкам. До конца года их число планируется довести до 236.

Ответственным должностным лицам рекомендовано активизировать усилия по доведению до населения условий и порядка догазификации.

Отдельно обсуждены перспективы развития туристско-рекреационной зоны Чегемских водопадов, вопросы санитарного состояния населенных пунктов, обустройства площадок для организованного сбора мусора, дальнейшей замены ветхих водопроводных сетей в поселениях.



Государственной телевизионной и радиовещательной компании «Кабардино-Балкария» - 95 лет. Самые искренние поздравления!



Идёт работа над оформлением въезда в район со стороны г.Баксан

Новая стела украсит въезд в Чегемский район со стороны города Баксан.

За основу взят уже реализованный проект оформления въезда в город Чегем. В предлагаемом варианте новой стелы предусматривается ряд дополнений, в частности изображение карты Чегемского района с обозначением населенных пунктов.

После завершения всех работ прилегающая территория будет благоустроена. Реализация проекта намечена на 2022 год.

Пресс-служба местной администрации
Чегемского муниципального района.



Второчегемское предприятие по переработке мяса птицы наращивает уровень производства

Второчегемское предприятие по переработке и упаковке мяса птицы производит свыше 10 тонн продукции в смену.

Продукция высокого качества востребована в регионах СКФО, ЮФО, Москвы, других городах страны.

Потребление мяса на продовольственном рынке РФ в последние годы, по оценкам специалистов, заметно выросло, прежде всего за счёт ограничений импортных поставок.

Предлагаемый ассортимент включает 100 наименований при относительно доступным ценам.

По материалам ГТРК
«Кабардино-Балкария»



Информационный бюллетень на 10.02.2022 г.

Проведено 5105 ПЦР-тестов, выявлено больных - 425 с НКИ.

Проведено 359 КТ-исследований, выявлено больных с признаками вирусной пневмонии - 177.

В 4 госпиталях развернуто 1235 коек.

Госпитализировано 124 человека. В госпиталях особо опасных инфекций получают лечение 961 пациент, в т.ч. 127 детей, беременных - 24, в кислородной терапии нуждаются 308 человек.

В отделениях реанимации находятся 87 человек, 11 из них подключены к аппаратам искусственной вентиляции легких (ИВЛ), 28 пациентов находятся на неинвазивной вентиляции легких (НИВЛ).

За последние сутки от коронавируса скончались 4 человека.

На амбулаторном лечении находятся 16462 человека, из них 4770 - дети, с подтвержденной новой коронавирусной инфекцией - 9495 человек.

Выздоровели 304 человека.

Для того, чтобы не заразиться и не заразить окружающих, следует ограничить посещение мест массового скопления людей, воздержаться от тесного общения в компаниях и коллективах.

Это важно знать!

В целях обеспечения безопасности населения аппарат Антитеррористической комиссии Чегемского муниципального района обращается с просьбой проявлять повышенную бдительность и незамедлительно сообщать в правоохранительные органы обо всех подозрительных лицах, предметах, бесхозных вещах, оставленных в транспорте, местах массового скопления людей.

Территориальная АТК предупреждает об ответственности за заведомо ложные сообщения о готовящихся терактах, закладке СВУ.

В случае необходимости обращаться: в дежурную часть ОМВД РФ по Чегемскому району (8 866 30) 4-25-40, в МВД по КБР - (8 866 2) 40-45-96, (8 866 2) 40-49-10.

Также напоминаем, что в администрации Чегемского муниципального района работает «горячая линия», на телефон которой можно сообщать сведения о фактах коррупции, готовящихся преступлений террористического характера, правонарушений, незаконного оборота наркотических средств: 8 (86630) 4-24-64.

По результатам собеседования определяется допуск к ОГЭ

В школах Чегемского района прошло итоговое собеседование по русскому языку для 666 девятиклассников. Успешный результат собеседования станет для них допуском к ОГЭ.

Участникам итогового собеседования было предложено выполнить четыре задания: чтение текста вслух, пересказ текста с привлечением дополнительной информации, монологическое высказывание по одной из выбранных тем и диалог с экзаменатором-собеседником.

Итоговое собеседование оценивается по системе «зачет»/«незачет». Для выпускников, получивших «незачет» либо не явившихся на собеседование по уважительной причине, предусмотрены дополнительные дни проведения собеседования - в марте и мае 2022 года.

Во всех пунктах проведения итогового собеседования применялись меры санитарно-эпидемиологической безопасности, рекомендованные Роспотребнадзором.

Управление образования местной администрации Чегемского муниципального района.



Все задачи народной программы будут выполнены своевременно и в полном объеме

На прошлой неделе состоялось первое заседание обновленной программной комиссии «Единой России» под председательством руководителя партии Дмитрия Медведева.

Напоминаем, что в 2021 году «Единая Россия» шла на выборы в Госдуму с народной программой, в формировании которой приняли участие более двух миллионов человек. Наказы граждан касались как развития страны в целом, так и развития каждого региона, города или села в отдельности. Все эти указы были учтены, наиболее актуальные и важные из них вошли в предвыборную программу.

Чтобы эффективно контролировать дальнейшую реализацию народной программы, на заседании программной комиссии избраны 14 координа-



торов по различным направлениям. За каждым из них закреплен один из разделов программного документа.

Конкретно о работе по направлению «Хорошая работа - достаток в доме». Речь идет в первую очередь о политике занятости и о трудовых отношениях. За последние месяцы удалось многое сделать в этой сфере. В частности, в прошлом году принят закон об электронном кадровом документообороте, по которому с согласия работников обмен информацией в организации может осуществляться в электронном виде. Надеемся, что все задачи народной программы будут выполнены своевременно и в полном объеме.

Местное отделение ВПП «Единая Россия»

♦ Спортивная жизнь района



Юные боксеры отличились на Всероссийском турнире

Не так давно в центре боевых искусств «Уран» г. Эссентуки Ставропольского края состоялся Всероссийский открытый турнир, посвященный ветеранам бокса России. В нем приняли участие свыше 200 юных спортсменов.

Успешно выступили представители МКУ «Спортивная школа г.п. Чегем», завоевав в упорных поединках десять золотых и три серебряные медали.

Победителями в своих весовых категориях, заняв 1 место, стали Датчиев Муслим, Ольмезов Кемран, Мизиев Эльдар и Кудаев Мурттин.

Среди юношей до 14 лет на высшую ступень пьедестала почета поднялись Батыров Ринат, Османов Идар и Алиев Ансар.

Среди юношей до 16 лет золотую медаль завоевали Анаев Расул, Бабзев Дамир и Агоев Азрет.

Серебряными призерами стали Карданов Идар, Кулиев Осман и Жантумроков Имир.

Высокие достижения - результат работы тренеров-преподавателей Марат Гелястанов, Аслан Кучменов и Эльдар Эльгаров.

М. СУЛТАНОВ



Чегемские сумоисты продемонстрировали высокий уровень мастерства



В рамках празднования 100-летия Кабардино-Балкарской Республики в СК «Нальчик» прошли 3-й чемпионат и первенство Кабардино-Балкарской Республики по борьбе сумо.

Сборная команда МКУ «Спортивная школа г.п. Чегем» (ФОК) завоевала в итоговом зачете 11 золотых, 4 серебряные и 8 бронзовых медалей. Соревнования проходили по 6 возрастным категориям и являлись отборочными на чемпионат и первенство России по сумо.

Среди юношей и девушек до 15 лет в весовой категории до 55 кг Алхасов Залимхан занял 2 место.

До 17 лет в весе до 75 кг Эттеев Азамат - 1 место и в абсолютной весовой категории - 3 место. Габоева Рая - 1 место.

В возрастной группе до 19 лет места распределились так: Таова Милена - 1 место. Кишева Зарьяна - 2 место. Габоева Рая - 3 место.

Блиев Амир в весе до 70 кг завоевал 1 место и в абсолютной весовой категории - 1 место.

Мамбетов Алибек в весе до 80 кг - 1 место. Алхасов Ислам в весовой категории свыше 100 кг - 1 место.

В возрастной группе до 22 лет Таова Милена заняла 1 место. Мамбетов Алибек в весе до 85 кг - 3 место. Мамбетов Анзор в весе до 100 кг - 1 место. Алхасов Ислам в весе до 115 кг - 2 место. В группе до 24 лет Таова Милена - 1 место. Этуев Радик в весе до 85 кг. - 3 место. Алхасов Ислам в весе до 115 кг. - 1 место. Мамбетов Анзор в весе до 100 кг - 3 место и в абсолютной весовой категории - 3 место.

Среди мужчин и женщин Мамбетов Алибек в весе до 85 кг. - 3 место. Мамбетов Анзор в

весе до 100 кг. - 3 место. Алхасов Ислам в весе до 115 кг. - 2 место. Таова Милена - 2 место.

Талантливых борцов к соревнованиям подготовил мастер спорта международного класса и чемпион мира по борьбе на поясах, мастер спорта России по вольной борьбе Рустам Бегидов.

Команда «Тохъгъмыщей» под руководством Алима Хагажеева выступила достойно, завоевав три первых, четыре вторых и семь третьих мест.

Среди юношей до 15 лет (до 45 кг): Атабаев Тамерлан - 3 место; среди юношей до 17 лет (до 65 кг): Баксанов Ахмед - 2 место, Сатушев Тамерлан - 3 место; (до 75 кг): Кунижев Адам - 3 место. В абсолютном первенстве: Баксанов Ахмед - 3 место.

Среди юношей до 19 лет (до 60 кг): Гижгиев Азамат - 3 место; (до 90 кг): Кануков Хизир - 3 место, Шаков Кантемир - 3 место.

Среди юниоров до 22 лет (до 85 кг): Тамазов Ратмир - 1 место, Арипшев Тамерлан - 2 место. В абсолютном первенстве: Тамазов Ратмир - 2 место.

Среди юниоров до 24 лет (до 85 кг): Арипшев Тамерлан - 1 место, Тамазов Ратмир - 2 место.

Среди мужчин (до 85 кг): Тамазов Ратмир - 1 место.

Победителей и призеров, определенных в сборные команды республики по всем возрастам, ожидают теперь чемпионат и первенство России-2022.

А.А. ХАГАЖЕЕВ,
учитель физкультуры
МКОУ СОШ №1 г.п.Чегем





◆ Жамауат

Абадан телю бла жаш телю

Уллу ююр болуп жашагъан - ол игими? Бир жанындан алып кырагъанда, ата-бабадан келген төре барды: келин, баш иесини юйюрю бла жашайды. Алай шөндюгю жаш адамла ол төреге артык бой-сунмайдыла. Онгу болгъан, кесине базынган юй ишлеп неда фатар алып айырыладыла. Алай шөндюгю экономика халда кырауусуз жашагъанланы саны ёсюп барады, хар жангы кыралгъан юйюрю энчи жашаргъа онгу жокъду, эки телю бирге келишип турурча уллу ху-нерлилик керек болады.

Көплө айтадыла: ата-бабаларыбыз хар юйдегили болгъан жаша оту ишлеп, бир юйюрюн балаларын дунягъа чачмай, бир арбазда тутхандыла. Кыралгъан кыраларында уакул да төреге - адетге юйренгендиле, энди нек жарамайды алай, дейдиле. Жууап баямды: ол эртте дунялада адамланы кыдарлары бир бирлерине ушап, жашы атасыны, аптасыны ызындан баргъанды. Энди уа хар кимни акъылы башады. Эшитилген информация көп, айныргъа жолла да аз туюлю-дюле. Жаш адамланы акъ-ларына жюгенми саллыкъса? Кетедиле уллу дунягъа, кеслерин сынаргъа. Хау, ала кеслерини акъылларына кере, кеслерини ахчаларына энчи юйлеринде, фатарларында жашаргъа сюедиле. Ол мурадларына жетмегенле уа таматаланы жерлеринде кечинедиле. Алай гурушхасыз а болмайды.

Сау бол дер орунуна

Анжела Арсеннге эрге чык-гъанында кыайда жашарык-лары белгиле эди. Арсен ор-танчы жаш эди, ата юйюнде кыаллыкъ туююл эди. Келин бла кыайын ананы арасы кы-лай-алай болса да, бир бирге тээрча болгъанды. Гитче кыайыны юйдегили болгъаны бла Анжела эри бла чыгып кетерге керек эдиле. Алай ол суннганча болмады. Юйге гит-че келин келгенлей, көп да мы-чымай, жашны юйден сууруп, ара сахаргъа ишлерге кетди.

«Ол кюнден башлап, кыайын амам бла арабыз аманнга ай-ланды. Ары дери ол да, мен да сөз болсакъ, «хо энди көп кыал-магъанды, биз башха жерге кетерикбиз», деген сагышла тэюмлюк бергендиле. Энди уа ол умутларым арта кыалды-ла. Не жумуш этсем да, кыайын амамы келюм алалмадым. Кий-ген кийимме окъуна бююре-мей башлады. Сабийибизге да эс бөлмейди, туудугъун кюсе-меген ыннагъа биринчи кере кез ачдым. Алгъын, ол орта-бызгъа кирмеучю эди, энди уа бир бирибизге юсгюрюп баш-лады. «Иги жашыма иги тиши-рюу тошмедим», - деген сөзлени терк-терк айтады. Аны бла жашаргъа бой салгъаным ючюн «сау бол» дер орунуна, мени сөкгенлей турду.

Менден эсе Москвагъа сор-май - ормай кетген гитче келин окъуна иги кёрюндю анга. Халкъда бош жюрюмейди узакъдагы бегирек суюлюр деген сөз. Кенде жашасам, терк-терк да келмез эдим, жангызда байрамлада омакъ болуп, тишлерими ачып, кесими иги жанындан кёрюктюп кетерик эдим. Бирге жашагъаннга уа хар атламдан да бир сылтау чыгъады.

Кесими чурумсуз адамгъа санамайма. Ашны-сууну да

аламат жарашдырама деп ай-талмам, алай кимни да барды кемчиликтери. Эки тиширюу бир юйюнде жашаргъа керек туююлдюле, деген оюмгъа келдим. Ол угъай, анасы бла кызына окъуна бирге жашагъан тынч туююлдю, келин бла кыайын анагъа уа бююнда. Кыайын ана, кесин сөзсюз тюзге санайды, юйде да кесин жангыз иеча жюрютеди. Келин а не заманда да кыонакылай кыалады. Кыайын ана, эртте келин болуучу заманларын эси-не туююре турса эди, ангыла-рык да болур эди мени».

Башха тюрлю болум

Хар юйюрюн жашау турмушу башха тюрлюдю. Абаданладан «сабийлени кыартлыкъыбызда кыарарла деп, ёсдюребиз», деген оюмну эшите тургъанбыз. Асламысында юйюрледе алайды. Алай сабийлерин юйдегили этген хар ата-ана да кыарт болуп кыалмайды. Жаш ата-анала ишге жюрюп, «хайт» деген заманлары болады.

«Жангы юйюр кыурагъан жаш адамла жашны ата-анасы бла жашагъан кыачан да төре болгъанды, - дейди Баблина. - Мени кыарт ыннам, амам, амамы эгечлери эрлерини юй-леринде жашагъандыла. Араларында хал кыайын-жөнгил болса да, тэюп тургъан бол-маса, кетип, башха жашаргъа аланы акъылларына да келме-генди. Шөндю дуня тюрлен-генди. Тээрге бир киши да сыймейди. Жашым юйдегили болгъанлай, фатаргъа хакъ берип чыгъаргъа умут этди. Алай мен ахырысы бла да уна-мадым. Не кереги бар эди ахча кыоратып жашаргъа, ары бер-генинги юйюрюнге кыоратсанг а деп, бой салдырдым. Келинни да кыаллай юй бийче бол-лугъун, жашыма иги кыарармы деп, сынаргъа суюдюм.

Заман озгъандан сора ангы-ладым - иги юй бийче дегенни магъанасын экибиз да башха тюрлю ангылайбыз. Дагыда бир затны кесим сынап, ангы-ладым - адамны тюрлендирир амал жокъду. Гурушхала да аны ючюндюле.

Эки туудукъчукъ тууду, жанындан да бек аланы сюеме. Алай мен алагъа кыараргъа хазыр болмагъаным ангыла-дым. Мени ишим, нёгерлерим, кеси жумушларым бардыла, алагъа эс бёлюрге сюеме. Туудукъла бла олтур деп тилеселе, мен анга хазыр туююлме. Жашымы бла келиними келюне ти-

еме. Кертисин айтханда, кеси-ме окъуна жетмейди заманым ишден сора. Энди ангылайма, терс иш этгеними - кетемиз дегенде, тыймасам боллукъ эди. Кеслери кыалай сыйселе да бардырыр эдиле жашауларын, энди уа кыыстасам да кетерик туююлдюле. Нек? Башларын кечиндирирча ахча ишлеял-майдыла, мени кыолума кы-райдыла... эринчекле болгъан-лары баямды.

Дагыда ангылагъанма: мени юйюме кезлерин жанды-рып тургъан болмаса, кеслери зат да ишлеяллыкъ туююлдю-ле. Кыалай жангылдым мен кетемиз дегенлеринде, жибер-мей бу эки болмачыны. Жашы-ма кыубулта кетип, тели этген-ме, бир жумушну тынгылы эте билмейди. Мен ёлсем не кюн келликди былагъа? Бир гитче бизнес кыурагъа керекди, парикмахерский болсун, ётмек биширген цех болсун...»

Специалистни оюму:

Жангыз жашагъан абадан адам кёлкыалды болургъа ёчдю. Юйюнде асламысында тиширюулары араларында бо-лады гурушхалыкъ. Кёбюсюнде эр кишиле юйдегилерин кыыйнамай, ала бла жарашып турургъа сюедиле. Алай эр ки-шини анасы, келинни хатасын-дан юйюрте магъаналы жерин тас этген сунуп, анга илинип башлайды. Психология тинти-улеге кере, жашны анасы жашыны юйюрю бла, неда кызы-ны анасы кызыны юйюрю бла дагыда жангыз эгеч эгечини юйюрю бла бирге жашагъан юлгюледе, жангыз тиширюу кесин артыкъ сунады. Ол сезим аны эсинден кетмей, биргесине жашагъанлагъа да кыыйн-лыкъ сынатады.

Абаданлагъа специалистле былай айтадыла - кыыйнал-май жашагъыз, сабийлеригиз-ни жибере билгиз. Жангы-дан кыурагъан юйюр кеслери жашасала игиди, ахча-бохча жаны бла кыыйын болса да, кеси кыаруулары бла ишлеп, сабийлерин да кеслери ёсдю-рсе, эки жанына да ол игиди. Быллай жашау турмуш - эки тёлге да бир бирни тансыкылап турургъа себепди.

Балала да ата-аналарына тансыкъ бола жашайдыла. Ап-пала бла ыннала уа, сабийле-рине болушханларына кыууна, аланы сакълайдыла, сыймек-ликлерин толусунлай саугъа-лайдыла. Хар юйюрюн энчи жери болса, игиди. Бир юйде жашау бардыргъан кыыйнды. Тэзген тэш ашар деп, тэюп жашасала да, бир кюнде ол тэюм тауусулады, уруш-туююш болмай кыалмайды. Дуня тюрленгенине кере, юйюр жашау да тюрлене барады. Ол тюрлениулени артха бурур кюч жокъду.

Алай жаш телю да ата-анагъа бек уллу хурмет эте билерге керекди: ариу селеширге, келле-рин алыргъа, намыс берирге, ата-ананы кыыйынын билерге, аланы сыйлы атларын төрде жюрютюрге - баш борчубузд.

Солугъан кезиуде

Театрда кюлкюлю оюннга кыарай тургъан тиширюу, артха бурулуп, бир эр кишиге:

- Мени кыалпагъым санга сахнагъа кыараргъа чырмау бо-ламыды? - деп соргъанды.

- Угъай, угъай! - дегенди ол а, кыол булгъап, - бу оюндан эсе сени кыалпагъынг бегирек кюл-дюредди мени. ***

Бир ауругъан адам, докторгъа келип:

- Мени онг аягъым бир тын-чыкъ бермейди. Аурутуп, бу-руп, кыыйнап турады, - дегенди.

- Жыл саныгъызгъа кере, аны сейри жокъду, - деп жу-уаплагъанды доктор.

- Да алай кыалай болады да?! - деп, ауругъан бек сейрсин-генди:

- Мени сол аягъыма да тюз да аллай бир жыл болады, ол а аурумайды! ***

Бир киши ишине кеч кыалып келгенди. Таматасы, онгсунмай: - Нек кеч кыалдынг? - деп соргъанды.

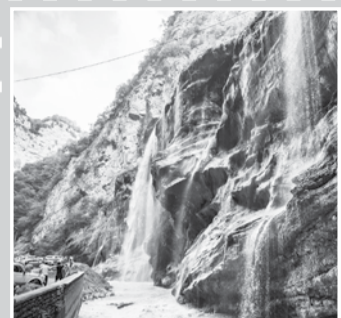
- Жашчыгъымы сабий садха элтеме деп.

- Да, ай юйюнге, эрттерек чыгъа турсанг а, аллай жуму-шунг бар эсе.

- Чыкыгъан эдим, алай... Бир сабий садха элтеме да: «Бу туююлдю», - дейди. Экинчиге элтеме да: «Бу туююлдю», - дейди. Ючюнчюге элтгенимде да: «Атам, сен мени былай сакълеген айлангырып турсанг, мен школуна кеч кыаллыкъма!» - деп тохтагъанды.

Чегем ауузу

Бетни хазырлагъанды Будайланы Мадина.



Жашыракъ керюнюрге хар ким да сюеди

Дуняны кырулушун бил-мей, аны жолунда тюз ба-рыргъа амал жокъду. «Ёлме-сенг, кыартдамы болмазса» деген сөзюне кеп эшитгенме кыарт амамдан (жаннетли болсун). Кыартлыкъдан ким да кыоркыады. Жашлыкъ-ны, ариулукъну сакълар амал бармыды? Ёмюрлюк жашлыкъны жашырынлы-гын табаргъа адам улу хар заманда да итинип келгенди. Көп ёмюрлени ичинде алхи-микле бла врачла дуня бла бир рецептлени айтхандыла: сарымсах, кызыл чагыр, кыанны алышындырыу, мыйыдан гипофизни кетериу дегенча мадарланы.

Ол амалланы хар бири да бир кесекке жарагъан кибик этсе да, кыартайыну уа тохта-талмагъанды. Алай эсе да, ол кюрешни ахырында алимле кыартайтмазлыкъ дарманны жарашдыралмагъандыла.

Адам улусу жашыракъ керюнюрча комплекс мадарла этерге керекди: азыкъны оз-дурмай, заманында ашаргъа, таза суу ичерге, физкультура бла кюреширге, болушлукъ этерик жюрек дарманланы - пептид препаратланы хай-ырланыргъа, жюрегин «таза» тутаргъа, кишиге зарланмаз-гъа, аман акъылны башдан кетерирге, заманында жат-таргъа эм кыобаргъа, чекни билип ишлерге, жашаугъа кыууна билерге, ырысхыны ызындан кыуууп, солугъанны унутуп кыойгъандан аман а жокъду.

Биогеронтология жаны бла алгъаракълада Италия-да бардырылган Европалы конгрессде алимле жашаууну узайтыргъа боллукъ юч зат барды, дегендиле. Татымлы ашны 20-30 процентге азай-тыу жашауугъузну 20 про-центге кёбейтирикди, антиок-сидантланы хайырланыу 10-15 процентге, ючюнчю жерде уа пептидледиле.

Низамны магъанасы да ул-луду. Нарт сөзде бош айтыл-майды: «Эртте жатсанг, эртте турсанг ауруу, палах не бол-ганларын биллик туююлсе», - деп. Адам «уку» эсе уа? «Уку» эм «чойбаш чыпчыкъ» деген-ле адамла кеслери жаратхан бош затладыла. Кюн жерде болгъан хар жаннга нюрюн, жылыуун да бир кибик тенг береди. Кюндюз ишле, кече солу. Жукъугъа кече ортасы болгъунчу киришсенг игиди. Адам ол кезиуде жукъламаса, гормон ишлемейди, эндокрин система да бузулгъан этеди.

Жашауда хар кезиуде, са-бий саддача, жазылып бо-лургъа керекдиле: ашадынг, жукъладынг, хауада айлан-дынг. Алгъаракъда уа дагы-да бир сейирлик шарт ачык-ланганды. Эрттен, тош, ингир азыкъланы да бир за-манда ашаргъа керекди.

Жашаууну келир кезиуде узунлугъу бара тургъан жыл-да ауушханланы саны бла тохташдырылады. Бизде жол-лада жыл сайын мингле бла саналган сабийле ёледиле, бузукъчулукъ ишле көп бола-дыла, ичгичилик - анга кере. Бери ачыкъ эм жабыкъ халда

бардырылган урушланы да кыошугъуз. Кыайда да жаш адамла ёледиле.

Профессорла башхаладан эсе көп жашайдыла. АБШ-да колледжлени бошагъан эр кишиле, билим алмагъан эр киши жерлешлеринден эсе алты жылгъа көп жашагъан-ларын тохташдыргъандыла. Аланы юй бийчелерине да жетгенди ол башхалыкъ! Уллу интеллектери болгъан эр кишилени жашаулары узун боладыла, тиширюлада уа - кыысхаракъ. Ала жашаууну кыысхартхан кыайгы-кыау-гъаладыла дейдиле.

Кыартайыну тохтатыргъа хар ким да сюе болур эди. Алай аны тохтатыргъа керек туююлдю, шошайтыргъа, алай бла жашаууну 120 жыл-гъа дери созаргъа уа боллукъ-ду. Ол жыл сан адам улуну генлериндеди, аны юсюнден Инжилде да айтылады. Сөз ючюн, Европада бла АБШ-да жюзжыллыкъланы саны хар он жылдан эки кере көп бола барады. Ахыр жыллада адам улуну жашаууну жыл сайы-нын юч айгъа узая баргъанды. Бусагъатда битеу айныгъан кыыраллада кыарта кепдю-ле, алагъа кыарар ючюн бюд-жетден ахчаны кепден-көп бёл-юрге тошеди.

Тиширюула андан да ариу болургъа эм жашыракъ керюнюрге тюрлю-тюрлю опера-цияла этедиле. Ол а сау-лукъгъа бек аманды. Адамны генине тийип, аны жашауун узайтсакъ, биз ракны кыоз-гарыккъыбыз, дейдиле алим-ле. Кыартайыгъа кыатышхан генле ракны кыураулууна да кыатышадыла. Ол процессле бир бирден айырылмазлыкъ затладыла. Стволовой клет-калада генле бек кыысха за-маны ишлейдиле органланы жангыдан кыурауда. Андан сора клетканы рага айлан-дырылыкъ механизм ишлеп башлайды. Ма ол себепден аланы хайырланыу кыоркыу-лу затды. Стволовой клет-каладан жаратылган, терк окъуна кыартайып, ёлюп кет-ген эди, кесини генини арасы-ны аурууларыны ауурлугъун кётюргени ючюн.

Жашаууну узайтыууну бек иги амалы - аш-азыкъланы аз калориясы болгъанын хайыр-ланыуду. Сынамла кёрюз-тедиле: сутканы ичинде 1500 -1800 килокалорий хайырлан-ган японлула көп жаша-гъан адамлары бла биринчи жердедиле. Бош адам аллай диета бла жашау эталлыкъ туююлдю. Ол көп ашаргъа керекди.

Көп ашап аз колорий а кы-лай алгъын? Шөндю илму адамны чархында аш-азыкъ калорияла жетишимли бол-ганча сундурулукъ затланы излеу бла кюрешеди. Ала геннге эркинлик берликдиле кыаллай бир сыйсе, аллай бир ашаргъа, аны бла бирге уа - ауурлукъгъа кыошмазгъа.

Аллах бу жашауу жарат-ды эсе, адам улусу, жыл са-нына да кыарамай, иги кыуу-ум этип, насыплы болургъа керекди. Ол а кыарт болмаз-ны баш амалыды.



Понедельник, 14 февраля



04.05 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине. Фигурное катание. Танцы 07.50, 09.25 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.55 «Модный приговор» (6+) 12.15, 02.00, 03.05 «Время покажет» 15.15 «Давай поженимся!» (16+) 16.00 «Мужское/Женское» (16+) 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 «На самом деле» (16+) 19.45 «Пусть говорят» 21.00 «Время» 21.30 Т/с «Серебряный волк» (16+) 23.25 «Вечерний Ургант» (16+) 00.00 «Познер» (16+) 01.05 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. в Пекине (0+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России» 09.00, 21.05 Местное время 09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+) 12.40, 18.40 «60 минут». Ток-шоу (12+) 14.30 Т/с «Карина красная» (16+) 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 21.20 Т/с «Холодные берега. Возвращение» (16+) 23.35 «Вечер с В. Соловьевым» (12+) 02.20 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине 04.00 Т/с «Семейный детектив» (16+)



04.55 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.15 Сегодня 08.25, 10.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 «Место встречи» 16.45 «За гранью» 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «Золото» 23.35 Т/с «Пес» (16+) 03.05 Их нравы (0+) 03.25 Т/с «Три звезды» (16+)

ЦЕНТР

06.00 «Настроение» 08.25 Х/ф «Место встречи изменить нельзя» (16+) 09.00 Т/с «Майор и магия» (16+) 10.40, 00.35, 02.55 Петровка, 38 (16+) 10.55 Городское собрание (12+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (16+) 13.45, 05.20 «Мой герой. Александр Мясников» (12+) 14.50 Город новостей 15.05, 03.10 Т/с «Анна-детективъ» (16+) 16.55 «Хроники московского быта. Забытые могилы» (12+) 18.10 «Детектив» 22.35 «Белорусский транзит». (16+) 23.05 «Знак качества» (16+) 00.55 «Александр Фатюшин. Вы Гурин?» Д/ф (16+)

01.35 «Кирилл Толмацкий. Безотцовщина» Д/ф (16+) 02.15 «Сталин против Ленина. Поверженный кумир» Д/ф (12+) 04.40 «Шуранова и Хочинский. Леди и бродяга» Д/ф (12+)

ЗВЕЗДА

05.20 Т/с «МУР есть МУР-2» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня 09.20 Х/ф «Алые паруса» (16+) 11.20, 21.25 «Открытый эфир». Ток-шоу 13.25 «Не факт!» 14.00 Военные новости (16+) 14.05, 03.50 Т/с «Псевдоним «Албанец»-2» (16+) 18.30 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Миссия в Афганистане. Первая схватка с терроризмом» Д/с «Афганистан, 1979 год» (16+) 19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндякиным. «Альманах №91» (16+) 20.25 «Загадки века с Сергеем Медведевым» Д/с «Казахстан, который мы не знаем» (12+) 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной 23.40 Х/ф «Марш бросок. Особые обстоятельства» (16+) 03.00 «Бастионы России» Д/с (12+)



05.00 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко» (16+) 06.00 «Документальный проект» (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект (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» 15.00 Документальный спецпроект (16+) 17.00 «Тайны Чапман» (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» 20.00 Х/ф «Львица» 22.05 «Водить порусски» (16+) 23.25 «Неизвестная история» (16+) 00.30 Х/ф «Другой мир. Пробуждение» 02.00 Х/ф «Другой мир. Войны крови» 03.20 Х/ф «Прогулка»



06.00, 07.30 «Республика: картина недели» (16+) 06.30 «Гуаццэм фышцэ пыльщ» 07.05 Ретроспектива. К 100-летию образования КБР. «Время и личность» 08.00 «При государстве стремени» 08.20 «Сизге кьалсын иги сезиум» 17.00 «Нанэ и псэ» 17.25 «Окрыленные мечтой» (12+) 17.50 «Кезиу» 18.15 Концерт народного артиста КБР Асланби Шекихачева 19.45 «Тепсеу мени жашаумду» 20.15 «ТВ-галерея» 20.45 «Сценэм кьыхумгъэщцэ» 21.15 «Гъащцэ гъуэмилэ»

Вторник, 15 февраля



05.00, 09.25 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 03.00 Новости 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.55, 03.05 «Модный приговор» (6+) 12.15, 02.00 «Время покажет» (16+) 13.30 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине. Фигурное катание. Женщины 18.00 Вечерние новости 18.40 «На самом деле» (16+) 19.45 «Пусть говорят» 21.00 «Время» 21.30 Т/с «Серебряный волк» (16+) 22.35 «Док-ток» (16+) 23.30 «Вечерний Ургант» (16+) 00.00 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. в Пекине (0+) 01.10 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине (0+) 03.55 «Мужское/Женское» (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России» 09.00, 21.05 Местное время 09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+) 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.55 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Биатлон. Мужчины 4х7, 5 км. Эстафета 13.30 Т/с «Карина красная» (16+) 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 18.40 «60 минут». Ток-шоу (12+) 21.20 Т/с «Холодные берега. Возвращение» (16+) 23.35 «Вечер с В. Соловьевым» (12+) 02.20 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине 04.00 Т/с «Семейный детектив» (16+)



04.55 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.15 Сегодня 08.25, 10.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 «Место встречи» 16.45 «За гранью» 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «Золото» 23.35 Т/с «Пес» (16+) 03.25 Т/с «Три звезды» (16+)

ЦЕНТР

06.00 «Настроение» 08.20 «Доктор И...» 08.55 Т/с «Майор и магия» (16+) 10.30 «Дворжэцкие. На роду написано...» Д/ф (12+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (16+) 13.45, 05.25 «Мой герой. Вера Сторожева» (12+) 14.50 Город новостей 15.05, 03.10 Т/с «Анна-детективъ» (16+) 16.55 «Хроники московского быта. Забытые могилы» (12+) 18.10 «Детектив» 22.35 «Закон и порядок» (16+) 23.05 «Пьяная слава» Д/ф (16+) 00.35, 02.55 Петровка, 38 (16+) 10.55 «Прощание. Иосиф Кобзон» (16+) 01.40 «Приговор. Григорий Грабовой» (16+)

02.15 «Брежнев против Косыгина. Непутевый премьер» Д/ф (12+) 04.45 «Семен Фарада. Непутевый кумир» Д/ф (12+)

ЗВЕЗДА

05.20, 14.05, 03.50 Т/с «Псевдоним «Албанец»-2» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня 09.20 Х/ф «Добровольцы» (16+) 11.20, 21.25 «Открытый эфир». Ток-шоу 13.25 «Не факт!» 14.00 Военные новости (16+) 18.30 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Миссия в Афганистане. Первая схватка с терроризмом» Д/с «Мармоль, 1984 год» (16+) 19.40 «Легенды армии с Александром Маршалом». Михаил Махоньков (12+) 20.25 «Улика из прошлого» (16+) 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной 23.35 Д/сф «1418 шагов к Победе» 00.00 Х/ф «Жаркое лето в Кабуле» (16+) 01.35 Х/ф «Непобедимый» (16+) 02.50 «Бастионы России» Д/с (12+) 03.35 «Оружие Победы» Д/с (12+)



05.00, 04.20 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко» 06.00 «Документальный проект» (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00, 15.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект (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» 17.00, 03.30 «Тайны Чапман» (16+) 18.00, 02.45 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 20.00 Х/ф «Конец света» (16+) 22.20 «Водить порусски» (16+) 23.25 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 Х/ф «Земля будущего» (18+)



06.00, 07.40, 19.30, 21.40 «Новости дня» 06.15 «Тепсеу мени жашаумду» 06.45 «ТВ-галерея» 07.15 «Гъащцэ гъуэмилэ» 08.00 «Сценэм кьыхумгъэщцэ» 08.30 «Кезиу» 09.20 «Нанэ и псэ» 09.45 «Хъуромэ» 17.00 «Жомакъ, жомакъ жолунга...» 17.30 «Детский мир» 17.55 «Тайм-аут» 18.10 Концерт народного артиста КБР Асланби Шекихачева 19.45 «Гухэль уэрэдхэр» 20.15 «Усыгъэ уэгум зи цэр щылыд» 20.40 «Китап тапкада» 21.10 К 100-летию образования КБР. «Время и личность» 01.30 «Исторический детектив с Николаем Валуевым» (12+) 04.45 «Сделано в Евразии» (12+)

Среда, 16 февраля



05.00, 09.25 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.55 «Модный приговор» (6+) 12.15, 02.00, 03.05 «Время покажет» 15.15 «Давай поженимся!» (16+) 16.00 «Мужское/Женское» (16+) 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 «На самом деле» (16+) 19.45 «Пусть говорят» 21.00 «Время» 21.30 Т/с «Серебряный волк» (16+) 22.35 «Док-ток» (16+) 23.30 «Вечерний Ургант» (16+) 00.00 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. в Пекине (0+) 01.10 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине (0+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России» 09.00, 21.05 Местное время 09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+) 10.45 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Биатлон. Женщины. Эстафета 4х6 км. Лыжные гонки. Мужчины / Женщины. Командный спринт. Квалификация 13.30, 17.00, 20.00 Вести 13.55 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Лыжные гонки. Мужчины / Женщины. Командный спринт 15.20 Т/с «Карина красная» (16+) 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 18.40 «60 минут». Ток-шоу (12+) 21.20 Т/с «Холодные берега. Возвращение» (16+) 23.35 «Вечер с В. Соловьевым» (12+) 02.20 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине 04.00 Т/с «Семейный детектив» (16+)



04.55 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.15 Сегодня 08.25, 10.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 «Место встречи» 16.45 «За гранью» 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «Золото» 23.35 Т/с «Пес» (16+) 03.25 Т/с «Три звезды» (16+)



06.00 «Настроение» 08.25 «Доктор И...» 09.00 Т/с «Майор и магия» (16+) 10.40, 04.45 «Людмила Зайцева. Чем хуже - тем лучше» Д/ф (12+) 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (16+) 13.45, 05.25 «Мой герой. Александр Лой» (12+) 14.50 Город новостей 15.05, 03.10 Т/с «Анна-детективъ» (16+) 16.55 «Хроники московского быта. Известные браки звезд» (12+) 18.10 «Детектив» (16+)

18.10 «Детектив» 22.35 «Хватит слухов!» (16+) 23.05 «Прощание. Владимир Мулявин» 00.35, 02.55 Петровка, 38 (16+) 00.55 «90-е. Всегда живой» (16+) 01.35 «Знак качества» (16+) 02.15 «Андропов против Политбюро. Хроника тайной войны» Д/ф (12+)

ЗВЕЗДА

05.20, 14.05, 03.50 Т/с «Псевдоним «Албанец»-2» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня 09.20, 01.20 Х/ф «Неоконченная повесть» 11.20, 21.25 «Открытый эфир». Ток-шоу 13.25 «Не факт!» 14.00 Военные новости (16+) 18.30 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Миссия в Афганистане. Первая схватка с терроризмом» Д/с «Афганистан, 1989 год» (16+) 19.40 «Главный день». «Триумф советского «Динамо» в Британии» (16+) 20.25 «Секретные материалы» Д/с (16+) 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной 23.40 Х/ф «Перед рассветом» (16+) 02.55 «Бастионы России» Д/с (12+)



05.00 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко» 06.00, 04.40 «Документальный проект» (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00, 15.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112» (16+) 13.00, 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» 14.00 «Невероятно интересные истории» 17.00, 03.05 «Тайны Чапман» (16+) 18.00, 02.15 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 20.00 Х/ф «Призрак в доспехах» (16+) 22.00 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 Х/ф «Глаза земли» (18+)



06.00, 07.40, 19.30, 21.40 «Новости дня» 06.15 «Китап тапкада» 06.45 «Усыгъэ уэгум зи цэр щылыд» 07.10 К 100-летию образования КБР. «Время и личность» 08.00 «Тайм-аут» 08.15 «Гухэль уэрэдхэр» 08.45 «Аммань жомакълары» 17.00 «Адэ-анэхэр щоупщцэ» 18.10 «Насып юлюш» 19.45 «Адабият ушакъла» 20.20 «Путевые заметки» (12+) 20.30 «Самое дорогое». Кандидат исторических наук Ильзита Болова (12+) 21.00 «Цыху гъащцэ» («Судьба человека») 21.30 «Актуальная тема» (16+) 00.30 «Наши иностранцы» (12+)

Четверг, 17 февраля



05.00, 09.25 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.55 «Модный приговор» (6+) 12.15, 02.00, 03.05 «Время покажет» 15.15 «Давай поженимся!» (16+) 16.00 «Мужское/Женское» (16+) 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 «На самом деле» (16+) 19.45 «Пусть говорят» 21.00 «Время» 21.30 Т/с «Серебряный волк» (16+) 22.35 «Большая игра» (16+) 23.30 «Вечерний Ургант» (16+) 00.00 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. в Пекине (0+) 01.10 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине (0+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России» 09.00, 21.05 Местное время 09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+) 11.00, 12.40, 20.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+) 13.00 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Фигурное катание. Женщины 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 18.40 «60 минут». Ток-шоу (12+) 21.20 Т/с «Холодные берега. Возвращение» (16+) 23.35 «Вечер с В. Соловьевым» (12+) 02.20 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине 04.00 Т/с «Семейный детектив» (16+)



04.55 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.15 Сегодня 08.25, 10.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 «Место встречи» 16.45 «За гранью» 17.50 «ДНК» (16+) 20.00 Т/с «Золото» 23.35 «ЧП. Расследование» (16+) 00.10 «Поздняков» 00.25 «Мы и наука. Наука и мы» (12+) 01.25 Т/с «Пес» (16+) 03.05 Их нравы (0+) 03.25 Т/с «Три звезды» (16+)



06.00 «Настроение» 08.25 «Доктор И...» (16+) 09.00 Т/с «Майор и магия» (16+) 10.40, 04.45 «Михаил Козаков. Почти семейная драма» Д/ф 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События 11.50 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (16+) 13.45, 05.25 «Мой герой. Алексей Бородин» (12+) 14.50 Город новостей 15.05, 03.10 Т/с «Анна-детективъ» (16+) 16.55 «Хроники московского быта. Неизвестные браки звезд» (12+) 18.10 «Детектив» (16+)

22.35 «10 самых... Приемные дети звезд» (16+) 23.05 «Актёрские драмы. Жизнь взаимности» Д/ф (12+) 00.35, 02.55 Петровка, 38 (16+) 00.55 «Удар властью. Виктор Черномырдин» (16+) 01.35 «Разведчики. Смертельная игра» Д/ф (12+) 02.15 «Семейные тайны. Никита Хрущев» Д/ф (12+)

ЗВЕЗДА

05.20 Т/с «Псевдоним «Албанец»-2» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня 09.20 Х/ф «Смертельная ошибка» (16+) 11.20, 21.25 «Открытый эфир». Ток-шоу 13.25 «Не факт!» 14.00 Военные новости (16+) 14.05, 03.50 Т/с «Краповый берет» (16+) 18.30 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 Д/сф «Легенды футбола. 11 молчаливых мужчин» 20.25 «Код доступа» 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной 23.40 Х/ф «Дружба особого назначения» 01.30 Х/ф «Внимание! Всем постам...» 02.50 «Бастионы России» Д/с (12+) 03.35 «Оружие Победы» Д/с (12+)



05.00, 06.00 «Документальный проект» 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+) 09.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым» (16+) 12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112» (16+) 13.00, 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным» 14.00 «Невероятно интересные истории» 15.00 «Неизвестная история» (16+) 17.00, 03.15 «Тайны Чапман» (16+) 18.00, 02.25 «Самые шокирующие гипотезы» (16+) 20.00 Х/ф «Каратель» 22.20 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 Х/ф «Мумия. Гробница императора драконов» (16+)



06.00, 07.40, 19.30, 21.40 «Новости дня» 06.20 «Путевые заметки» (12+) 06.30 «Самое дорогое» 07.00 «Цыху гъащцэ» 07.30 «Актуальная тема» (16+) 08.35 «Дыщэ пхъуантэ» (16+) 08.55 «Жомакъ, жомакъ жолунга...» 17.10 «Щцэну шхъэпщ» 17.35 «Партитура» 18.00 «Насып юлюш» 20.15 «Сихъуэсплэм сыхуэкъуэ» 20.55 «Иллуну жолунда» («Путь в науку»). Доктор исторических наук Светлана Аккиева (балк. яз.) (12+) 21.25 Ретроспектива. К 100-летию образования КБР. «Богатырское зерно Аргудана» (12+) 01.15 Д/ф «Яростный стройотряд» 04.15 «Белорусский стандарт» (12+)



Пятница, 18 февраля



05.00, 09.25 «Доброе утро»
09.00, 12.00 Новости
09.50 «Жить здорово!» (16+)
10.55, 02.45 «Модный приговор» (6+)
12.15 «Время покажет» (16+)
13.20 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине. Фигурное катание. Пары
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным (16+)
18.00 Вечерние новости
18.40 «Человек и закон»
19.45 «Поле чудес»
21.00 «Время»
21.30 «Голос. Дети». Новый сезон (0+)
23.10 «Вечерний Ургант» (16+)
00.00 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. в Пекине (0+)
01.05 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине (0+)
02.00 «Наедине со всеми» (16+)
03.35 «Давай поженимся!» (16+)
04.15 «Мужское/Женское» (16+)

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 «Утро России»
09.00, 20.45 Местное время
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 20.00 Вести
11.55 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Биатлон. Мужчины. Масс-старт 15 км
12.55, 18.40 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир» (16+)
16.00 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. ХОККЕЙ. Мужчины. Полуфинал
21.00 «Возможно все!» (16+)
23.00 X/ф «Бендер. Золото империи» (16+)
00.40 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине
01.50 X/ф «Вернуть Веру» (16+)
03.20 X/ф «Везучая» (16+)



04.55 Т/с «Возвращение Мухомора» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+)
09.30, 10.25 Т/с «Морские дьяволы» (16+)
11.00 Т/с «Ментовские войны» (16+)
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 X/ф «Ментовские войны» (16+)
16.45 «ДНК» (16+)
17.55 «Жди меня» (12+)
20.00 Т/с «Золото» (16+)
00.10 «Своя правда» с Романом Бабаевым (16+)
01.55 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+)
02.20 Квартирный вопрос (0+)
03.10 Т/с «Три звезды» (16+)

ЦЕНТР

06.00 «Настроение»
08.20, 11.50 X/ф «Сашкина удача» (16+)
11.30, 14.30, 17.50 События
12.25, 15.05, 18.10, 19.55, 01.05 «Детектив» (16+)
14.50 Город новостей
17.00 «Актёрские драмы. Полные, вперед!» Д/ф (12+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.15 «Приют комедиантов» (12+)
02.45 Петровка, 38 (16+)
03.00 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (16+)
04.30 «Борис Андреев. Я хотел играть любовь» Д/ф (12+)

ЗВЕЗДА

05.15 Т/с «Краповый берет» (16+)
06.50, 09.20 X/ф «Застава в горах» (16+)
09.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня (16+)
09.45, 13.25, 14.05 X/ф «Сильные духом» (16+)
14.00 Военные новости (16+)
14.20, 18.40, 21.25 Т/с «МУР есть МУР-3» (16+)
23.10 «Десять фотографий»
00.00 X/ф «Смертельная ошибка» (16+)
01.50 X/ф «Два билета на дневной сеанс» (16+)

Суббота, 19 февраля



06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники»
09.45 «Слово пастыря» (0+)
10.00, 11.30 Новости
10.20 К юбилею Веры Алентовой. «Как долго я тебя искала...» (12+)
11.50 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине. Биатлон. Женщины. Масс-старт. 12, 5 км
12.55 «Видели видео?» (6+)
14.55 «Короли лыж. Кто получит золото Пекина?» (12+)
16.00 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине
18.40 «Точь-в-точь» (16+)
21.00 «Время»
21.20 X/ф «Белый снег» (16+)
23.45 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. в Пекине
00.45 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине (0+)
02.00 «Наедине со всеми»
02.45 «Модный приговор»
03.35 «Давай поженимся!»
04.15 «Мужское/Женское»

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России. Суббота»
08.00 Местное время
08.35 «Формула еды» (12+)
08.55 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Лыжные гонки. Мужчины 50 км. Масс-старт
11.55 «Сто к одному»
12.45 Вести
13.00 «Юмор! Юмор!» Юмор!
14.00 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Фигурное катание. Пары
18.00 «Привет, Андрей!». Вечернее шоу Андрея Малахова (12+)
20.00 Вести в субботу
21.00 X/ф «Бабуля» (16+)
01.10 X/ф «Счастливая жизнь Ксении» (16+)



04.40 «ЧП. Расследование»
05.10 X/ф «Выйти замуж за генерала» (16+)
07.20 Смотр (0+)
08.00, 10.00 Сегодня
08.20 «Готовим с Алексеем Зиминим» (0+)
08.45 «Поедем, поедим!» (0+)
09.25 Едим дома (0+)
10.20 Главная дорога (16+)
11.00 «Живая еда с Сергеем Малоземовым» (12+)
12.00 Квартирный вопрос (0+)
13.00 «Однажды...» (16+)
14.00 Своя игра (0+)
15.00 Т/с «Пять минут тишины. Возвращение» (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 Ты не поверишь! (16+)
21.20 «Секрет на миллион». Новые тайны Дарьи Донцовой (16+)
23.25 «Международная пирамида» с Тиграном Кеосаяном
00.20 «Квартирник НТВ у Маргулиса». К 70-летию Александра Барыкина (16+)
01.50 «Дачный ответ» (0+)
02.45 Т/с «Три звезды» (16+)



05.10, 10.35, 11.50, 13.00, 14.50, 17.10 «Детектив» (16+)
07.05 Православная энциклопедия (6+)
07.35 «Фактор жизни» (12+)
08.05 «На зарядку становись» Юмористический концерт (12+)
09.15 «Москва резиновая»
10.00 «Самый вкусный день»
11.30, 14.30, 23.45 События
21.00 «Постскриптум»
22.15 «Право знать!» Ток-шоу
00.00 «Прощание. Евгений Примаков» (16+)
00.50 «Приговор. Юрий Чурбанов» (16+)
01.35 «Белорусский транзит»
02.00 «Кватит слухов!» (16+)
02.25, 03.50, 04.30 «Хроники московского быта» (12+)
05.10 «Разведчики. Смертельная игра» Д/ф (12+)
05.50 «Закон и порядок» (16+)



05.25 X/ф «Аленький цветочек» (16+)
06.35, 08.15 X/ф «Баламут»
08.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)
08.40 «Морской бой» (6+)
09.45 «Круиз-контроль». «Тюмень Тобольск» (12+)

Воскресенье, 20 февраля



04.55, 06.10 X/ф «Егер» (16+)
06.00, 12.00 Новости
07.00 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине. Хоккей. Финал. Лыжные гонки. Женщины. 30 км. Масс-старт
12.15, 17.00, 01.00 Олимпийские зимние игры 2022 г. в Пекине (0+)
15.00 Церемония закрытия Олимпийских зимних игр 2022 г. в Пекине
19.10 «Две звезды. Отцы и дети» (12+)
21.00 «Время»
22.00 Т/с «Хрустальный» (16+)
00.00 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. в Пекине (0+)
02.00 «Наедине со всеми» (16+)
02.45 «Модный приговор» (6+)
03.35 «Давай поженимся!» (16+)
04.15 «Мужское/Женское» (16+)

РОССИЯ 1

05.15 X/ф «Я буду рядом» (16+)
07.00 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Фигурное катание
09.30 «Утренняя почта с Николаем Басковым»
10.10 «Сто к одному»
11.00 Вести
11.30 «Парад юмора» (16+)
13.45 X/ф «Послушная жена» (16+)
17.50 «Танцы со звездами». Новый сезон (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 «Воскресный вечер с В. Соловьевым» (12+)
01.30 Т/с «Частный детектив Татьяна Иванова. Венец безбрачия» (16+)
03.10 Т/с «Частный детектив Татьяна Иванова. Материнский инстинкт» (16+)



04.55 X/ф «Идеальное убийство» (16+)
06.35 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 «У нас выигрывают!» Лотерейное шоу (12+)
10.20 «Первая передача» (16+)
11.00 «Чудо техники» (12+)
12.00 «Дачный ответ» (0+)
13.00 «НашПотребНадзор» (16+)
14.00 Своя игра (0+)
15.00, 16.20 Следствие вели... (16+)
18.00 «Новые русские сенсации» (16+)
19.00 Итоги недели
20.10 «Маска». Новый сезон (12+)
23.30 «Звезды сошлись» (16+)
01.00 «Основано на реальных событиях» (16+)
03.00 X/ф «Выйти замуж за генерала» (16+)



06.20, 17.35, 21.40, 00.40, 01.45 «Детектив» (16+)
08.00 X/ф «Затерянные в лесах» (16+)
10.00 «Знак качества» (16+)
10.55 «Страна чудес» (6+)
11.30, 00.25 События
11.50 X/ф «Приступить к ликвидации» (16+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Тайны пластической хирургии» Д/ф (12+)
15.50 «Тамара Носова. Не бросай меня!» Д/ф (16+)
16.45 «Прощание. Алексей Баталов» (16+)
01.35 Петровка, 38 (16+)
04.40 «Дворецкие. На роду написано...» Д/ф (12+)
05.30 Московская неделя



05.30 X/ф «В зоне особого внимания» (16+)
07.20 X/ф «Ответный ход»
09.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым (16+)
09.25 «Служу России» (12+)
09.55 «Военная приемка»
10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндайкиным. «Альманах №88» (16+)
11.30 «Секретные материалы» Д/с «Война за линию фронта. Ловушки «Волчьего логова» (16+)

12.20 «Код доступа». «Архив государственной важности» (12+)
13.15 «Специальный репортаж» (16+)
13.35 X/ф «Марш-бросок. Охота на «Охотника»(3) (16+)
18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+)
19.25 «Легенды советского сыска» Д/с (16+)
22.45 «Сделано в СССР» Д/с (12+)
23.00 «Фетисов». Ток-шоу (12+)
23.45 Д/с «Энергия Великой Победы»
00.45 Т/с «МУР есть МУР-3» (16+)



05.00 «Тайны Чапман» (16+)
06.25 X/ф «Огонь из преисподней» (16+)
08.20 X/ф «Призрачный гонщик. Дух мщения» (16+)
12.20 X/ф «Каратель» (16+)
14.45 X/ф «Призрак в доспехах» (16+)
16.50 X/ф «Хитмэн» (16+)
18.40 X/ф «Хитмэн. Агент 47» (16+)
20.30 X/ф «Алита. Боевой ангел» (16+)
23.00 «Добров в эфире». Информационно-аналитическая программа (16+)
23.55 «Военная тайна с Игорем Прокопенко» (16+)
01.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
04.20 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко» (16+)



06.00 «Ыйык» (16+)
06.15 «Иш этсем» («Если захотеть») (балк. яз.) (12+)
06.45 «Емюрлюк хазнабыз» («Наше наследие») (балк. яз.) (12+)
07.15 «ТВ-галерея». Заслуженный деятель искусств РФ, композитор Джабраил Хаупа. Передача первая (12+)
07.50 «Республикэм щыкыбархэр» (16+)
08.05 «Чылар». Телеочерк о первовосходителе на гору Эльбрус Киларе Хаширове (каб. яз.) (12+)
08.40 «Лэгъупыкъу» («Радуга») (каб. яз.) (6+)
09.00, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 04.00, 04.30 Новости
09.15, 15.30, 01.30 «Наше кино. История большой любви» (12+)
09.45, 14.15, 01.15 «Чемпионы Евразии» (12+)
09.55, 13.30, 14.55, 22.55, 00.30, 01.55, 04.55 «Евразия. Культурно» (12+)
10.15, 13.45, 00.45 «Вместе выгодно» (12+)
10.30 «Такие талантливые» (12+)
10.45, 14.45, 22.30, 02.15 «Наши иностранцы» (12+)
10.55, 12.55, 13.55, 23.55, 00.55, 03.55 «Будь, готовь!» (12+)
11.15, 22.45 «Евразия. Дословно» (12+)
11.30 «Вместе»
12.30, 23.45 «Сделано в Евразии» (12+)
12.45 «Культ личности» (12+)
13.15, 04.15 «Легенды Центральной Азии» (12+)
14.30, 22.15, 23.30, 04.45 «Специальный репортаж» (12+)
15.15, 00.15, 03.45 «5 причин остаться дома» (12+)
16.00 «Эртте биреу бар эди...» («Жили-были...») (балк. яз.) (6+)
16.15 «Тегъэщиплэ» («Акцент») (каб. яз.) (12+)
16.40 Спектакль «Человек из Ламанчи» (16+)
18.30 «Вместе» (т/к «Мир-24») (16+)
19.30 «Шуехлукъну жыр байрамы». Первая часть (балк. яз.) (12+)
20.20 «Аджэ щэизин» («Наследие предков») (каб. яз.) (12+)
20.55 «ТВ-галерея». Заслуженный деятель искусств РФ, композитор Джабраил Хаупа. Передача вторая (12+)
21.30 «Республика: картина недели» (16+)
23.15, 03.30 «Евразия. Регионы» (12+)
02.30 «Вместе» (16+)

Инна ШОГЕНОВА Рассказ попутчика

Не романтик

Люда и Султан встретились в университете. Познакомились на общей лекции, она - филолог, он - историк.

Как и все девушки, Люда мечтала о романтических отношениях. Любовь с первого взгляда, красивые ухаживания, букеты и конфеты, записки и сюрпризы. Однокурсник Султан на роль принца никак не подходил.

Не красавец, не денди, не ... Ну это ладно. Она тоже не модель. Гораздо хуже то, что Султан был совсем не романтик. Аккуратист, педант и ответственный студент. Правильное питание, физкультура и т.д.

Люда и сама не понимала, как они сблизилась. Парень всегда находил какие-то общие темы и дела. Не дарил цветы и не любил сладости, зато мог на встрече притащить толстый справочник:

- Ты ведь такой искала?

Однажды он пришел к Люде без предупреждения, снова с какой-то книжкой. Встретила его бабушка:

- Здравствуй, Люда дома?

- Дома, только спит.

- Спит? Не будите, позже зайду.

Бабушка видела его впервые, погостить приехала. Когда внучка встала, поделилась впечатлением:

- Парень к тебе приходил. Вежливый такой, заботливый.

- Султан, наверное, - Люда сразу поняла о ком речь.

- Хороший. Встречаетесь?

- Ну... можно и так сказать. Он

встречается, наверное.

- Как это?

- Скучно с ним, бабушка. Слишком уж он правильный и совсем не романтичный. Проверяет не забыла ли я варежки или зонтик, цветы один раз подарил - и те в горшке.

- Так это же прекрасно!

- Да ну.

- Понимаю, хочется, чтобы красиво ухаживал, восхищался, на коленях стоял и серенады пел. Только, знаешь, дочка, сколько я таких гусаров видела. Голова от них кругом идет, только жить с ними - не дай Бог. Жизнь она ведь не сказка. Быт, труд и рутина. А гусары себя любят, подвиги всякие, приключения, праздники и фейерверки... Не для семьи они. Так что смотри - хороший парень у тебя, внимательный. Не стал будить, молодец. Цветы, внучка, через неделю завянут, а заботу не купишь и не воспитаешь. Или есть она, или нет.

Умом Людмила понимала: бабуля правду говорит. Но сердце не горело. Все чаще девушка подумывала расстаться со своим неромантичным кавалером.

Однажды они с Султаном договорились встретиться возле университета. Люда опоздала на автобус. Приехала минут на 15 позже, поэтому шла быстрым шагом, не замечая ничего вокруг. Султан ждал. Увидев его, девушка остановилась и помахала рукой. В этот момент раздался лай: на Люду бежал огромный бродячий пес.



Она не помнит, как Султан оказался рядом. Кажется, это было мгновенно. Закрыв Людмилу от собаки, а сам стал что-то ласково этой псине говорить. Бродяга успокоилась и отстала.

В тот день между ними что-то изменилось. Люда вдруг увидела Султана совсем другими глазами... Спустя полгода она сломала ногу. Султан навещал в больнице, каждый день приходил. По-прежнему без цветов. Зато приносил книжки, лекции, помогал с учебой. Людмила поняла, насколько он надежный, добрый и верный друг.

Да, о любви они не говорили. С волнением девушка ждала, когда же это случится. И Султан смог ее удивить. На ее день рождения он пришел при полном параде - костюм, галстук. В руках - красивый сверток, явно книга. Развернув подарок, Люда ахнула: книжка называлась «Первый год жизни вашего ребенка». Это было красноречивее любых слов!

Сейчас у них растет дочка. Султан все такой же прагматик. Все у него правильно, вовремя, удобно, тепло и рационально. А романтиком он был один раз. Когда украсил воздушными шарами все деревья под окнами роддома...

Весёлая пятница

Развлекательная страничка

Школьный юмор

- Папа, тебя в школу вызывают!

- Зачем?

- Я стекло разбил.

Отец сходил. На следующий день сын говорит:

- Папа, тебя в школу вызывают.

- Зачем?

- Химическую лабораторию сжёг.

Отец сходил. На следующий день сын вновь говорит:

- Папа, тебя в школу вызывают.

- Опять? Зачем? Я вообще не пойду в твою школу!

- Ну и правильно, нечего там по развалинам шастать!

Мальчик говорит маме:

- Мам, купи собаку.

- Отстань!

- Мам, купи собаку.

- Отстань! Сынок, про-

дай её комунибудь дру-
гому.

На футбольном матче:
- Мальчик, а ты где же
деньги на такой дорогой
билет взял?

- Отец купил...

- А где он сам?

- Дома, билет ищет...

- Папа, тебя завтра в
школу вызывают.

- Так что ты опять на-
творишь?!

- Да всё в порядке! Я
просто сказал, что ты
маляр и можешь по-
мочь с покраской.

- Лучше бы ты в туалете
покурил.

В зоопарке:
- Папа, что-то горилла
очень зло на нас посмо-
трела...

- Спокойно, сынок, -
это еще только касса.

Гороскоп на неделю с 14 по 20 февраля

Первая половина этой недели принесёт вам ясность в мыслях. Усилится фантазия, но при этом вы вряд ли станете далеко уходить от реальности. Ваше творческое мышление сейчас может легко быть направлено в практическое русло и быть использовано в решении повседневных задач. Сочетание логического подхода с подсказками интуиции позволит вам лучше разобраться в происходящих событиях.

В личных отношениях в первой половине этой недели усилится страсть. Однако она

может помешать выражению истинных чувств по отношению друг к другу. Новые знакомства не слишком желательны, поскольку они скорее могут принести любовные приключения, чем стать началом для серьёзного романа.

Вторая половина недели позволит вам последовательно заниматься самореализацией, работать над самодисциплиной. Любые ваши слова будут услышаны. Поэтому это время стоит использовать для того, чтобы донести свои идеи до окружающих.

Овен

Неделя складывается для Овнов весьма неоднозначно. В понедельник или вторник наступает весьма удачное время для того, чтобы урегулировать наиболее спорные вопросы в супружеских отношениях. Получится найти подход даже к самому неуступчивому партнёру. Постарайтесь приводить разумные доводы, не следует давить на эмоции, это бесполезно.

Середина недели может стать наиболее конфликтным периодом. В эти дни ваши желания, скорее всего, войдут в противоречие со складывающимися обстоятельствами. Лучше переждать день-два, а затем попробовать вновь вернуться к нерешенным вопросам. В конце недели уделите больше времени для отдыха в уединенной обстановке и постарайтесь разобраться в себе.

Телец

Тельцам звезды советуют энергичнее добиваться поставленных целей. Обстоятельства складываются в вашу пользу, близкие родственники, друзья и влиятельные люди, от которых во многом зависит решение текущих вопросов, скорее всего, будут помогать вам. Но чтобы сдвинуть с места любое дело, необходима ваша личная инициатива. Это хорошее время для того, чтобы пересмотреть и скорректировать расписание своей жизни.

Возможно, ваш режим дня недостаточно рационально спланирован и требует изменений. Этим лучше всего заняться в понедельник или вторник. Середина недели может быть связана с неприятностями в личной жизни. Не исключено, что отношения с любимым человеком испортятся. Однако уже в конце недели вам удастся уладить все противоречия.

Близнецы

Близнецы смогут улучшить взаимопонимание с любимым человеком. Если последнее время наблюдалось охлаждение чувств, попробуйте сейчас спокойно обсудить все волнующие вас вопросы. Так вы сможете лучше донести свою позицию и понять человека, который вам дорог. Также это благоприятное время для путешествий и учебы.

Во время туристической поездки одинокие Близнецы могут познакомиться с человеком, который будет старше и опытнее. Не исключено, что у вас с ним завяжется роман. В середине недели могут испортиться отношения с друзьями, особенно женского пола. Поэтому лучше в среду и четверг избегать дружеских контактов.

Рак

Раки смогут реализовать некоторые свои задумки по поводу приобретения мебели или дорогой бытовой техники. Если такой вопрос стоит на повестке дня, то чаще в этот период посетайте соответствующие магазины или салоны. Наверняка вам попадет выгодный вариант. Это прекрасное время для приобретения товаров в кредит на выгодных условиях.

Если вы состоите в браке, то у вашего партнёра может значительно улучшиться материальное положение. В том числе за счет этого обстоятельства у вас появится шанс поменять жилищные условия. Не стоит в среду обсуждать острые вопросы с любимым человеком, поскольку это потенциально конфликтный день. Также лучше воздержаться от разбирательств с соседями, знакомыми или родственниками.

Лев

Эта неделя располагает Львов к переоценке отношений с партнёром по браку в сторону большего взаимного доверия и интеллектуальной близости. Вы сможете открыть в любимом человеке те положительные качества, которые раньше не замечали.

Если вы состоите в длительных романтических отношениях, но так и не скрепили их узами брака, то в этот период может последовать предложение руки и сердца. Можно поднимать эту тему в общении со своей пассией в самом начале недели (лучше в понедельник) либо в конце, ближе к выходным дням. В середине недели не исключены проблемы у тех, кто проходит обучение в вузе.

Дева

Девами на этой неделе овладеет мания чистоты. Вы приметесь наводить вокруг себя идеальный порядок, будете стремиться довести все до совершенства. Это прекрасное время для домашних дел, а также для профессиональной деятельности. Также это подходящий период для укрепления здоровья. Энергии и жизненных сил будет достаточно, а вот дневной распорядок рекомендуется подкорректировать.

Не забывайте о личной гигиене и профилактических мерах по предотвращению простудных и вирусных заболеваний. Диета, проведенная на этой неделе, даст быстрый результат. В любовных и особенно интимных отношениях в середине недели могут быть сбой и конфликты. Старайтесь бережнее относиться к своей пассивности.

Весы

Весы на этой неделе почувствуют творческий подъем. Лучше всего эта неделя пройдет у тех, кто переживает пору романтического влечения и чьи отношения только-только начались. Если вы одиноки, предпринимайте активные шаги для того, чтобы встретить свою любовь: посещайте дискотеки, клубы по интересам, концерты. Наиболее удачные дни недели: понедельник и вторник, а также суббота и воскресенье.

Если у вас есть дети, рекомендуется уделить им чуть больше внимания, чем обычно. Скорее всего, в вас в этот период проснется педагогический талант, вы легко сможете найти взаимопонимание со своим ребёнком. На выходных можно сводить его в цирк или зоопарк. Что касается середины недели, то в это время не исключены осложнения в супружеских отношениях, но вряд ли они продлятся долго.

Скорпион

Скорпионам звезды советуют уделить больше внимания семье. Прежде всего постарайтесь чаще интересоваться здоровьем близких родственников, членов семьи. С их стороны вы встретите ответные тёплые чувства. Также не следует увиливать от домашних обязанностей. Выполняйте любую работу по дому, которая требуется.

Благодаря такому поведению психологическая атмосфера в семье станет более теплой и комфортной, причём настолько, что вам вряд ли захочется покидать дом даже на короткое время. А вот гостей принимать наверняка придётся, будьте готовы к этому. Между тем в середине недели следует больше внимания уделить состоянию своего здоровья: в этот период ваш организм будет уязвим к инфекциям. Особенно берегите почки.

Стрелец

Стрельцов на этой неделе потянет в дорогу. Вы вряд ли сможете сидеть дома, будете использовать малейший повод, чтобы куда-нибудь съездить или с кем-нибудь познакомиться. К счастью, эта неделя подходит для поездок и знакомств. В поле вашего зрения появятся новые люди, общение с которыми будет увлекательным и полезным одновременно.

Возможно, в начале или конце недели вас пригласят поехать на пикник за город или на дачу к родственникам либо вы сами изъявите желание организовать такую поездку. В середине недели могут на короткое время испортиться отношения с ребёнком или же с любимым человеком. В связи с этим не следует в среду и четверг покупать игрушки детям или подарком возлюбленным: вы можете не угадать с выбором.

Козерог

У Козерогов вся текущая неделя будет связана с темой денег, материальных ценностей и приобретений, причём эти вопросы удаётся благополучно разрешить. Например, вы сможете купить именно ту вещь, которую давно искали. Все покупки, совершенные в начале недели и на выходных, будут удачными. А личные вещи, купленные в этот период, будут долго носиться.

Во время шопинга следует сделать акцент на товарах длительного пользования. В середине недели между вами и кем-то из родственников могут испортиться отношения. Возможно, это произойдет, если вы предпримете какие-то инициативы, не посоветовавшись предварительно с членами семьи. На выходных рекомендуется отправиться в увеселительную поездку или сходить на концерт, в театр.

Водолей

Водолеям на этой неделе звезды советуют больше времени тратить на личное развитие и удовлетворение своих потребностей. Это благоприятный период для внесения изменений в свой имидж, а также для расширения кругозора. Водолеи на этой неделе, скорее всего, почувствуют усиление своих интеллектуальных способностей, что положительно скажется на умении решать любые жизненные неурядицы.

В середине недели рекомендуется воздержаться от новых знакомств, особенно если они будут с романтическим уклоном. Подобные связи вряд ли будут вам приятны из-за сопутствующего им шлейфа слухов и сплетен.

Рыбы

Тихий, спокойный, размеренный жизненный ритм - вот что требуется Рыбам на этой неделе. Постарайтесь больше времени проводить наедине со своими мыслями и чувствами. Возможно, вам сейчас потребуется пауза в личных отношениях. Используйте это время для душевного отдыха и релаксации. В этот период рекомендуется регулярно принимать тёплые ванны с ароматическими добавками из лекарственных трав.

У Рыб удачно сложатся любые мероприятия с любимыми, запланируйте совместный отдых. Постепенно вы почувствуете успокоение и гармонию, найдете равновесие между внутренним и внешним миром. В середине недели не стоит совершать крупные покупки. На выходных можно познакомиться с новыми людьми и отправиться в поездку за город на природу.



ПЕНСИОННЫЙ ФОНД
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ИНДЕКСАЦИЯ МАТЕРИНСКОГО (СЕМЕЙНОГО) КАПИТАЛА (МСК)

С 1 февраля 2022 года был проиндексирован размер материнского капитала.

Семьям, в которых первый ребенок рожден/усыновлен с 2020 года, размер МСК составит 524 527,90 руб. + 168 616,20 руб., если в семье появится второй ребенок.

Семьям с двумя детьми, рожденными/усыновленными с 2007 по 2019 год, размер МСК составит 524 527,90 руб.

Семьям, в которых второй ребенок рожден/усыновлен с 2020 года, размер МСК составит 693 144,10 руб.

ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА ПО БЕРЕМЕННОСТИ И РОДАМ

Кому положена выплата?

- неработающим женщинам в отпуске по беременности и родам;
- неработающим женщинам, усыновившим ребенка до трех месяцев.

Как оформить?

- обратиться в Клиентскую службу ПФР;
- обратиться в МФЦ.

ВАЖНО!

Выплата предоставляется в том случае, если центр занятости признал женщину безработной в течение года со дня ее увольнения.

Пособие предоставляется после родов за весь период декретного отпуска.

Доплата к пенсии за иждивенцев

Родители-пенсионеры, у которых есть несовершеннолетние дети или дети-студенты очники, могут получить повышенную пенсию.

Сумма повышения зависит от года выхода на пенсию и статуса работающего или неработающего. Доплата составляет треть от фиксированной выплаты, которая есть в составе каждой пенсии.

Если пенсионер работает, то сумма доплаты не меняется, а если имеет статус неработающего, то ежегодно индексируется как часть фиксированной выплаты.

На детей до 18 лет доплата к страховой пенсии устанавливается без подтверждения иждивения и независимо от факта учебы. Дети старше 18 лет признаются состоящими на иждивении родителя, если находятся на его полном содержании или получают от него помощь, которая является для них постоянным и основным источником средств к существованию. Для получения доплаты за иждивенцев в обоих случаях пенсионеру необходимо подать в ПФР заявление о перерасчете пенсии. На детей старше 18 лет - представить документы, подтверждающие иждивение, а также факт обучения.

Размер доплаты зависит и от количества находящихся на иждивении пенсионера детей. По закону* для повышения пенсии учитывается не более трёх нетрудоспособных членов семьи, при этом на доплату за одного и того же ребёнка могут рассчитывать оба родителя-пенсионера. Право на повышение пенсии рассматривается индивидуально для каждого родителя.

Перерасчёт размера фиксированной выплаты к страховой пенсии производится с 1 числа месяца, следующего за месяцем обращения родителя-пенсионера с заявлением и необходимыми документами в ПФР.

Родителям, которые являются опекунами недееспособных инвалидов с детства (если они не находятся на полном государственном обеспечении), также устанавливается доплата, то есть повышение на треть фиксированной выплаты к страховой пенсии по старости и к страховой пенсии по инвалидности.

Важно! В случае прекращения студентом учёбы, досрочного отчисления из учебного заведения или его перевода на иную форму обучения, вступления иждивенца в брак или его трудоустройства следует безотлагательно сообщить об этом в ПФР по месту жительства, чтобы не допустить незаконного получения государственных средств и последующего взыскания.

*Федеральный закон от 28.12.2013 № 400-ФЗ «О страховых пенсиях»

В республиканском Отделении Пенсионного фонда работает специальный бесплатный номер для звонков со всех регионов страны: **8-800-200-0977**.

Управление ПФР ГУ-ОПФР по КБР по Чегемскому району: **8(86630) 4-11-03**.

О проведении открытого аукциона по аренде земельного участка

На основании постановления местной администрации Чегемского муниципального района от 08.02.2022 г. №130-па «О проведении открытого аукциона по аренде земельного участка» Управление сельского хозяйства, земельных и имущественных отношений местной администрации Чегемского муниципального района сообщает о проведении открытого аукциона (торги) на право заключения договора аренды

Выставить на торги право на заключение договоров аренды земельных участков сельскохозяйственного назначения:

ЛОТ №1. Земельный участок, расположенный по адресу: Кабардино-Балкарская Республика, Чегемский район, с.Шалушка, общей площадью 4739 кв.м., категория земель: земли населенных пунктов, сроком на 5 (пять) лет, с кадастровым номером 07:08:000000:7199, разрешенное использование: для ведения личного подсобного хозяйства. Начальная цена арендной платы - 2634 (две тысячи шестьсот тридцать четыре) рубля. Сумма задатка 100% - 2634 (две тысячи шестьсот тридцать четыре) рубля, шаг аукциона 3% - 79 (семьдесят девять) рублей.

Задаток перечисляется на: Отделение -НБ Кабардино-Балкарская Республика Банка России/УФК по Кабардино-Балкарской Республике г.Нальчик, (Местная администрация Чегемского муниципального района) Код ОКТМО 83 645 440, ИНН - 0708003626, КПП - 070801001, БИК - 018327106 Номер счета получателя платежа ЕКС (единный казначейский счет) -40102810145370000070, казначейский счет -0310064300000010400 Код бюджетной классификации ББК 8031105013050000120

Победителем аукциона признается участник торгов, предложивший наибольшую арендную плату за земельный участок, при условии выполнения таким победителем требований конкурса. Заявки принимаются в письменном виде в Управление сельского хозяйства, земельных и имущественных отношений местной администрации Чегемского муниципального района с 11.02.2022г. с 12.00 часов по 11.03.2022г. до 17.00 часов. Для участия в аукционе заявители представляют в установленном в извещении о проведении аукциона срок документы в соответствии с п. 1. ст.39.12 Земельного Кодекса Российской Федерации. 28 февраля 2022 года в 11 часов 00 минут всем участникам аукциона явиться к зданию местной администрации Чегемского муниципального района для выезда и осмотра земельного участка на местности. Определение участников аукциона состоится 15 марта 2022 года в 11 часов 00 минут в здании местной администрации Чегемского муниципального района. Аукцион состоится 16 марта 2022 года по Лоту №1 с 11 часов 00 минут до 11 часов 30 минут в здании местной администрации Чегемского муниципального района, расположенного по адресу: КБР, Чегемский район, г.Чегем, ул.Баксанское шоссе, 3, корпус 2, каб. 7 - 8. Договор аренды будет заключен согласно Земельному Кодексу Российской Федерации со дня подписания протокола об итогах аукциона. Участникам, не выигравшим торги, которые внесли задаток в размере 100 % от начальной стоимости, деньги будут возвращены в течение 3 (трех) банковских дней.

Начальник УСХ, 3 и ИО ЮАНОВА Е.Р.

Заявка на участие в аукционе на право заключения договора купли-продажи/аренды

Заявитель _____
(для физических лиц - фамилия, имя, отчество, паспортные данные, адрес прописки)

(для юридических лиц - полное наименование, юридический адрес, почтовый адрес, в лице (для юридического лица) _____)

(должность, ФИО, паспортные данные, адрес прописки) действующего на основании _____

(наименование, дата и номер уполномочивающего документа)

далее именуемый Претендент, ознакомившись с информационным сообщением о проведении торгов, опубликованным в газете «Голос Чегема» от «___» _____ 202_ г. № ___ и размещенным на сайте www.torgi.gov.ru, от «___» _____ 202_ г., просит принять настоящую заявку на участие в аукционе на право заключения договора по продаже земельного участка, аренды (нужное подчеркнуть) с кадастровым номером _____, площадью _____ кв.м., расположенного по адресу _____, и обязуется:

1) соблюдать порядок проведения торгов, установленный законодательством Российской Федерации и выполнять требования, содержащиеся в информационном сообщении о проведении торгов;

2) в случае признания победителем торгов заключить с местной администрацией Чегемского муниципального района договор по итогам торгов в сроки, установленные законодательством Российской Федерации;

3) считать данную заявку соглашением, заключенным с местной администрацией Чегемского муниципального района по внесению задатка в сумме _____ руб., и вместе с этим сообщает банковские реквизиты (наименование банка, БИК, корреспондентский счет банка, номер расчетного и/или лицевого счета), для возврата в установленных действующим законодательством случаях суммы задатка.

Контактный телефон _____
ИНН/КПП Претендента _____

К заявке прилагаются документы в соответствии с описью. Подпись Претендента (его уполномоченного лица) _____

МП (для юрлица) «___» _____ 202_ г.

Отметка о принятии заявки УСХ и ЗО местной администрации Чегемского муниципального района: в _____ час. _____ мин. «___» _____ 202_ г. за № _____

Подпись уполномоченного лица _____ /

ПОРЯДОК ПРИЕМА СООБЩЕНИЙ О ПРЕСТУПЛЕНИЯХ ИЛИ ИНЫХ ПРОИСШЕСТВИЯХ В ОРГАНАХ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОТИВОПОЖАРНОЙ СЛУЖБЫ МЧС РОССИИ ОТДЕЛЕНИЯ НАДЗОРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПР ПО ЧЕГЕМСКОМУ РАЙОНУ

Порядок приема, регистрации и проверки сообщений о преступлениях и иных происшествиях в органах Государственной противопожарной службы Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (далее - органы ГПС МЧС России), а также порядок ведомственного контроля за его соблюдением установлен инструкцией о порядке приема, регистрации и проверки сообщений о преступлениях и иных происшествиях в органах ГПС МЧС России, утвержденной Приказом МЧС России от 02.05.2006г. № 270.

Сообщения о преступлениях, вне зависимости от территории и времени совершения преступных деяний, полноты сообщаемых сведений и формы представления, а также подследственности, принимают во всех органах ГПС МЧС России.

Правомочными осуществлять приём сообщений о преступлениях и оформлять их в соответствии с требованиями УПК Российской Федерации являются:

а) главный государственный инспектор города (района) по пожарному надзору;

б) дознаватель органа дознания ОНДПР УНДПР ГУ МЧС России по КБР;

в) иные должностные лица органов ОНДПР УНДПР ГУ МЧС России по КБР.

В соответствии со статьей 141 Уголовно-процессуального Кодекса Российской Федерации (далее - УПК РФ) (приложение № 1):

- заявление о преступлении может быть сделано заявителем, прибывшим в орган ГПС МЧС России, в устном или письменном виде (ч.1 ст. 141 УПК РФ);

- письменное заявление о преступлении (приложение № 2) должно быть подписано заявителем (ч.2 ст.141УПК РФ);

- устное заявление о преступлении (приложение № 3) заносится в протокол, который подписывается заявителем и лицом, принявшим данное заявление. Протокол должен содержать данные о заявителе, а также о документах, удостоверяющих личность заявителя (ч.3 ст.141УПК РФ);

- если устное сообщение о преступлении сделано при производстве следственного действия или в ходе судебного разбирательства, то оно заносится соответственно в протокол следственного действия или протокол судебного заседания (ч.4 ст.141УПК РФ);

- в случае, когда заявитель не может лично присутствовать при составлении протокола, его заявление оформляется в порядке, установленном статьей 143 (рапорт об обнаружении признаков преступления) Уголовно-процессуального кодекса РФ (ч.5 ст.141УПК РФ);

- заявитель предупреждается об уголовной ответственности за заведомо ложный донос в соответствии со статьей 306 Уголовного кодекса Российской Федерации (далее - УК Российской Федерации), о чем в протоколе делается отметка, которая удостоверяется подписью заявителя.

Диспетчерская служба МЧС России по Чегемскому району, по номерам (88-66-30) 4-14-91 или «01» со стационарного телефона; для всех абонентов сотовой связи «112», звонок для абонентов бесплатен, даже если на его счете отрицательный баланс.

М.Л. МАМБЕТОВ,

начальник ОНДПР по Чегемскому району,
подполковник внутренней службы

15.03.2022г. в 10.00 будут проводиться публичные слушания по вопросу изменения вида разрешенного использования из «Для ведения личного подсобного хозяйства» на вид «Склад» земельного участка с кадастровым номером: 07:08:0101006:346, площадью 1550 кв.м., расположенного по адресу (ориентир): Кабардино-Балкарская Республика, р-н Чегемский, г.п. Чегем, ул. им. Героя России Кярова А.С., д. 90;

Место проведения публичных слушаний: здание местной администрации городского поселения Чегем, г.Чегем, ул. Баксанское Шоссе, д.8.

**Управление Ростпотребнадзора
по Кабардино-Балкарской Республике
Консультации в области обеспечения
санитарно-эпидемиологического благополучия
населения, защиты прав потребителей и
в области потребительского рынка.
Горячая линия: 8 8662 40-54-85.
Телефон доверия: 8 8662 42-35-74.**

Учредитель, издатель -
местная администрация
Чегемского
муниципального района
Адрес издателя: 361401,
Кабардино-Балкарская
Республика, г.п.Чегем,
ул. Баксанское шоссе, 3.

Телефоны: редактор - 4-13-91; отделы
экономики и социальных проблем,
нравственности и права - 4-11-83;
бухгалтерия - 4-13-97.

Адрес редакции: 361401,
Кабардино-Балкарская Республика,
г.п.Чегем, Баксанское шоссе, 8

Газета зарегистрирована Управ-
лением Федеральной службы по
надзору в сфере связи, информа-
ционных технологий и массовых
коммуникаций по Кабардино-Бал-
карской Республике.
Регистрационный номер
ПИ №ТУ 07-00080 от 16.07.2013г.
Индекс 31224

Редакция не несет ответствен-
ности за распространение
сведений, не соответствующих
действительности. Ст.57 Закона
РФ от 27.12.1991г. "О средствах
массовой информации"
Время подписания в печать
по графику - 17.00,
фактически - 16.30

Главный редактор
М.Ч. КЯСОВА
Отпечатано в ООО «Тетраграф»,
360024, г. Нальчик, 1-й
Промышленный проезд, 13-а
Тираж 1497 Заказ №82