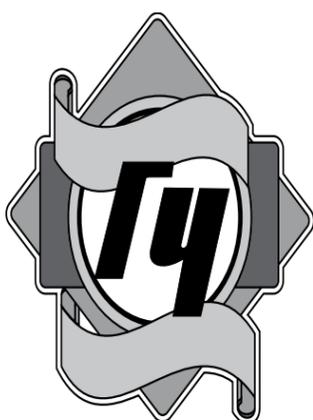


ЧЕГЕМЦЫ В ЧИСЛЕ ПЕРВЫХ ВСТАЛИ НА ЗАЩИТУ ОТЧИЗНЫ!

Там победа, где согласие



ГОЛОС

ЧЕГЕМА



ГАЗЕТА ЧЕГЕМСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

ИЗДАЕТСЯ С 13 МАЯ 1952 ГОДА
ВЫХОДИТ ДВА РАЗА В НЕДЕЛЮ

№№121-122 (9409) 30 сентября 2022 года * Пятница * Цена 14 рублей * goloschegema@mail.ru

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

Важнейшее историческое событие!

https://t.me/Kokov_Kazbek

28.09.2022

Важнейшее историческое событие, которое мы с надеждой и радостным волнением ожидали все последние дни, свершилось.

Абсолютное большинство жителей Донецкой и Луганской народных республик, Херсонской и Запорожской областей на референдумах проголосовали за вхождение в состав Российской Федерации.

Иначе и быть не могло. В течение более чем восьми лет жители этих территорий подвергались террору и геноциду со стороны правящего режима Украины. В последние годы политика запугивания и насилия стала принимать ещё более массовые, варварские формы. В этих условиях, как подчеркнул наш Президент Владимир Владимирович Путин, мы не имели права отдать близких нам людей на растерзание палачам, не откликнуться на их искреннее стремление самим определить свою судьбу. Нет ни малейших сомнений в том, что принятое на референдумах решение Россия поддержит.

Мы гордимся своей сопричастностью приближению этого события. Сотни верных сынов Кабардино-Балкарии, - участников специальной военной операции внесли свою лепту в безопасное проведение референдумов, и продолжают сегодня доблестно сражаться на передовой, защищая суверенитет, безопасность и территориальную целостность России.

Хочу искренне поздравить жителей этих территорий - наших братьев и сестёр с результатами референдумов.

Безмерно рад за наших побратимов - жителей Скадовского, Каланчакского и Голопристанского районов Херсонской области. Теперь мы станем ещё ближе.

Уверен, под крылом могучей России жители Донбасса, Запорожской и Херсонской областей обретут мир и уверенность в завтрашнем дне, в безопасном, достойном будущем своих детей.

Главная задача - забота о семьях мобилизованных



vk.com/y.borsov

28.09.2022

По поручению Главы Кабардино-Балкарии Казбека Кокова сегодня состоялось рабочее совещание с главами населенных пунктов. Были рассмотрены вопросы оказания помощи и поддержки семьям военнослужащих, призванных в рамках объявленной частичной мобилизации.

Главам сельских поселений поручено проявить заботу о семьях военнослужащих, мобилизованных в рамках Указа Президента РФ.

Власти должны сделать всё возможное, чтобы наши земляки, которые исполняют свой воинский долг, не беспокоились за своих родных и близких.

Исполнение поручения Главы КБР находится на особом контроле.

Приём граждан по личным вопросам

vk.com/y.borsov

28.09.2022

В ходе приёма граждан по личным вопросам рассмотрены обращения, связанные с поддержкой семей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, решением жилищных, бытовых проблем, выделением земельных участков под ИЖС многодетным семьям.

По каждой из поднятых проблем даны поручения руководителям соответствующих структурных подразделений с указанием сроков исполнения поставленных задач.

У райвоенкомата наших ребят провожают жители района Кабардино-Балкария гордится своими сыновьями и ждет их с Победой домой



По материалам vk.com/y.borsov КБР

Горячая линия

122



Интересующую информацию по частичной мобилизации можно получить по номеру 122 в круглосуточном режиме

Граждане Кабардино-Балкарии могут задать интересующие их вопросы по частичной мобилизации по номеру 122 в круглосуточном режиме. Получить информацию можно не только по горячей линии, но и через официальный ресурс Правительства РФ «Объясняем.рф».

Штаб взаимодействует с Военным Комиссариатом Кабарди-

но-Балкарской Республики. Ведется постоянный мониторинг службы и фиксируется среднее время ожидания ответа. Собираются типовые вопросы от граждан о частичной мобилизации и совместно с Минобороны готовятся разъяснения.

Просим граждан доверять только официальным и достоверным источникам.

1 октября - Международный день пожилых людей

Мы отдаем дань глубокого уважения представителям старшего поколения, трудом которых строится и развивается наш Чегемский район и родная республика. Люди старшего возраста были, есть и будут символом единства и преемственности поколений. Наш общий долг - сделать все возможное, чтобы каждый пожилой человек чувствовал искреннюю заботу о себе. В настоящее время в районе реализуется комплекс специальных мер по повышению качества жизни, созданию для них комфортных условий.

В течение всего октября традиционно проходит месячник пожилого человека с культурными мероприятиями, социальными акциями, направленными на помощь людям старшего поколения. В организации тематических мероприятий примут участие учреждения социальной защиты, здравоохранения и культуры, органы местного самоуправления, общественные организации, волонтеры, предприниматели.

Доброго здоровья, бодрости духа, долгих счастливых лет жизни, любви и внимания со стороны родных людей!

И. ШОГЕНОВА



Новости системы образования

Карина Сижажева - одна из лучших методистов

Учитель истории и обществознания школы №5 г.п. Чегем Карина Сижажева заняла второе место по итогам регионального этапа III Всероссийского конкурса среди классных руководителей на лучшие методические разработки воспитательных мероприятий.

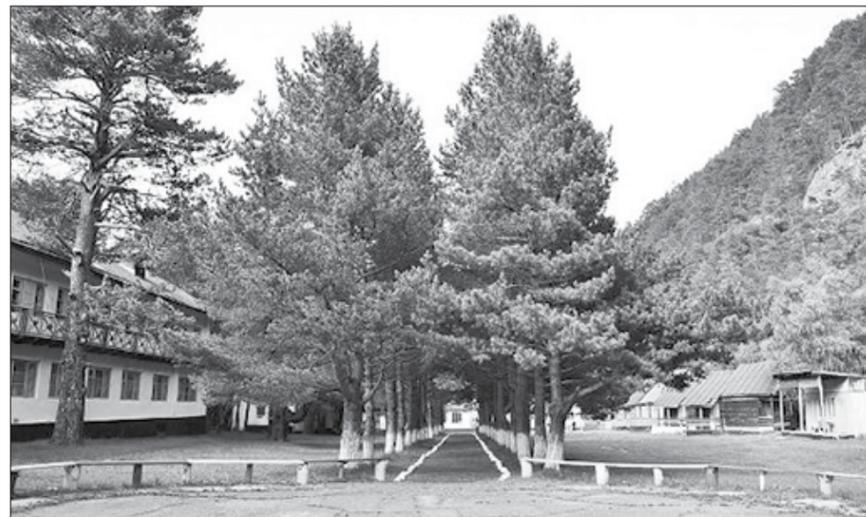
Далее молодому педагогу предстоит участие в заключительном федеральном этапе конкурса.



Юные математики, физики, химики, биологи демонстрируют свои знания

27 сентября стартовал школьный этап ВсОШ по математике, информатике, физике, химии, биологии, астрономии для 4-11-х классов на платформе «Сириус. Курсы».

Каждый желающий школьник с 4 по 11 класс может стать участником олимпиады. Для этого всего лишь надо сообщить ответственному учителю по олимпиаде о желании участвовать и получить код. Олимпиада будет проходить до 28 октября 2022 года. Более подробную информацию можно получить на сайте олимпиады siriusolymp.ru.



К турбазам «Чегем» и «Башиль» до конца 2025 года проведут газ

К высокогорным туристическим лагерям Кабардино-Балкарии проведут газ.

В рамках региональной программы до конца 2025 года газифицируют туристические объекты, расположенные в высокогорных районах - это альплагерь «Безенги» (Черекский район) и два туристических лагеря «Чегем» и «Башиль» (Чегемское ущелье).

#ОбъясняемКБР

К сведению сельхозтоваропроизводителей

Филиал ФГБУ «Россельхозцентр» по КБР доводит до сведения всех заинтересованных лиц о необходимости организации мероприятий по предупреждению массового распространения и борьбе с вредными объектами, карантинными для стран-импортеров российского зерна.

Следует:

- проводить профилактические и истребительские мероприятия в оптимальные сроки, чтобы вредители не смогли причинить экономический ущерб посевам;
- принимать во внимание и разумно применять все имеющиеся способы борьбы (например, агротехнические, физические, биологические, химические).

- обследовать в весенний и осенний периоды методом почвенных раскопок мест зимовки для определения перезимовавшего запаса и его выживаемости.
- фитосанитарное обследование в период вегетации сельскохозяйственных угодий с целью установления численности и распространенности вредных объектов.
- проведение мероприятий, направленных на локализацию и ликвидацию вредных объектов.

Основные мероприятия в области мониторинга вредителей и защиты растений:

- обследование в весенний и осенний периоды методом почвенных раскопок мест зимовки для определения перезимовавшего запаса и его выживаемости.
- фитосанитарное обследование в период вегетации сельскохозяйственных угодий с целью установления численности и распространенности вредных объектов.
- проведение мероприятий, направленных на локализацию и ликвидацию вредных объектов.

Для удобства потребителей физлиц компания «Россети Северный Кавказ» рекомендует воспользоваться мобильным приложением «Свет онлайн».

Департамент растениеводства, механизации, химизации и защиты растений Министерства сельского хозяйства Российской Федерации доводит до сведения заинтересованных лиц о приеме заявок на участие в конкурсе «Создание и производство высокоэффективной сельскохозяйственной техники и внедрение прогрессивных ресурсосберегающих технологий» в рамках XXIV Российской агропромышленной выставки «Золотая осень-2022».

Выставка состоится на территории Парка «Патриот» в Московской области с 5 по 8 октября 2022 г.

В связи с изложенным Департамент растениеводства сообщает, что заявки в электронном виде, предусмотренные Положением, необходимо направлять до 30.09.2022 г. на адрес электронной почты ФГБУ ГИЦ gic@bk.ru, а также информацию о делегированных представителях предприятий (учреждений,) предоставляющих конкурсную документацию (ФИО, занимаемая должность, предприятие, мобильный телефон).

Контактный телефон:
8(495)607 52 88.

Управление сельского хозяйства, земельных и имущественных отношений Чегемского муниципального района

«Россети Северный Кавказ»: Все выявленные факты самовольного подключения к электросети передаются в органы внутренних дел

«Россети Северный Кавказ» напоминают потребителям электроэнергии-физическим лицам Кабардино-Балкарской Республики о том, что оплата задолженности за потребленную электроэнергию должна производиться до 10 числа месяца, следующего за расчетным.

Во избежание разногласий необходимо передавать показания приборов учета с 23 по 25 число каждого месяца. В случае непредоставления показаний

начисление осуществляется по среднему месячному потреблению (п.59 Правил предоставления коммунальных услуг).

В соответствии с Законом, в случае неуплаты задолженности гарантирующий поставщик электроэнергии вынужден ограничить поставку электроэнергии. Кроме того, сумма долга вместе с неустойкой может быть взыскана в судебном порядке.

Предоставление услуги энергоснабжения в прежнем объеме возобновляется в течение

2 календарных дней со дня полного погашения долга и компенсации расходов, связанных с отключением и подключением электроэнергии. Для населения эта сумма составляет до 3 тысяч рублей.

При обнаружении самовольного подключения к электрической сети или срыва пломбы до ликвидации задолженности энергетиками составляются соответствующие акты проверки. Материалы по выявленным фактам передаются в органы внутренних дел для возбужде-

ния административного дела. Это, в свою очередь, влечет за собой дополнительные штрафные санкции.

В случае полной оплаты задолженности необходимо не позднее чем за один день до даты назначенного ограничения электроснабжения представить квитанцию об оплате любым удобным способом.

Для удобства потребителей физлиц компания «Россети Северный Кавказ» рекомендует воспользоваться мобильным приложением «Свет онлайн».

С помощью сервиса удобно осуществлять все операции по оплате за потребленную электроэнергию, передавать показания приборов учета и т.д. Приложение доступно для скачивания на GooglePlay и AppStore по ссылке <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.svetonline>.

По всем имеющимся вопросам, в том числе связанным с расчетами или реструктуризацией долга, можно обращаться в Центры обслуживания клиентов по месту жительства.

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 подоз-

рительных 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.

◆ Пресс-служба МВД по КБР сообщает



Сотрудники ГИБДД и ЮИДовцы обучают школьников ПДД

Сотрудники Госавтоинспекции отдела МВД России по Чегемскому району вместе с юными инспекторами движения организовали обучающие Правила дорожного движения представления и конкурсы для учеников начальных классов двух средних школ г. Чегема.

В средней школе №1 г. Чегема ЮИДовцы познакомили детей с дорожными знаками, сигналами светофора и дорожными ловушками, которые могут встретиться школьникам по пути следования в образовательное учреждение и обратно.

Продолжилось обучение основам безопасного участия в дорожном движении конкурсом «Веселые старты». Школьники, разделившись на три команды, выполняли задания, подготовленные отрядом ЮИД, рассказывали значения дорожных знаков, сигна-

лов светофора, демонстрировали знания правил безопасного управления средствами индивидуальной мобильности и порядка пресечения проезжей части по пешеходному переходу.

По результатам конкурса победители и призеры детских соревнований получили от сотрудников Госавтоинспекции и их помощников дипломы и сувениры.

Аналогичная акция состоялась и в средней школе №3 г.Чегема. Там организаторы с помощью слайдов и обучающих плакатов разъяснили детям значения дорожных знаков, а на импровизированном пешеходном переходе напомнили алгоритм безопасного



пересечения проезжей части.

В завершение встречи дети получили световозвращающие аксессуары и пообещали соблюдать Правила дорожного движения.

Пресечена попытка дачи взятки

В г. Чегеме инспекторы дорожно-патрульной службы ОГИБДД ОМВД России по Чегемскому району остановили автомашину «Камаз». В ходе проверки документов полицейские выяснили, что водитель, 56-летний житель Республики Северная Осетия - Алания, управляет транспортным средством, непрошедшим технический осмотр. Во время составления административного материала водитель положил в патрульную автомашину 500 рублей для непривлечения его к административной ответствен-

ности. На место происшествия была вызвана следственно-оперативная группа Отдела.

В отношении мужчины отделением дознания ОМВД России по Чегемскому району возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ч. 3 ст. 30 ч. 1 ст. 292.1 Уголовного кодекса Российской Федерации (Покушение на мелкое взяточничество).

Санкция статьи предусматривает наказание от штрафа в размере до двухсот тысяч рублей до лишения свободы на срок до одного года.

В рамках совместного рейда по проверке осужденных

В соответствии с пунктом 7 «Плана взаимодействия между ФКУ УИИ УФСИН России по КБР и МВД по КБР в вопросах организации контроля за осужденными без изоляции от общества, лицами, состоящими под административным надзором на 2 полугодие 2022 года» с 12 по 23 сентября организовано и проведено совместное рейдовое мероприятие Чегемского МФ ФКУ УИИ УФСИН России по КБР с участковыми уполномоченными полиции ОМВД по Чегемскому району по проверке осужденных за преступления в сфере незаконного оборота наркотических средств.

Всего на 12.09.2022 осужденных за преступления в сфере незаконного оборота наркотических средств на учете состояло 45, из них проживающих:

- г.Чегем – 12;
- с.Нартан – 18;
- с.п. Чегем Второй – 6;
- с.Шалушка – 4;
- с.Лечинкай – 5.

Из них проверено по месту жительства 43 осужденных (1 осужденный умер, 1 осужденный изменил место жительства с разрешения уголовно-исполнительной инспекции).

Проведены воспитательно-профилактические беседы, направленные на недопущение совершения осужденными повторных преступлений в период отбывания уголовного наказания, в том числе и в сфере незаконного оборота наркотических средств, о вреде наркотиков.

В рамках рейдового мероприятия с 15 осужденными, состоящими на учете за преступления в сфере незакон-

ного оборота наркотических средств, проведены профилактические беседы.

Участникам мероприятия разъяснены виды ответственности за совершение преступлений и правонарушений в сфере незаконного оборота наркотических средств, за нарушение правил поведения во время отбывания наказания и испытательного срока, которые могут привести к лишению свободы.

Из 43 осужденных 13 семей воспитывают 25 несовершеннолетних детей.

Нарушений порядка и условий отбывания наказания не выявлено.

Проведены консультации врачом наркологом в отношении 3 осужденных.

Чегемский МФ ФКУ УИИ УФСИН России по КБР

Обогреватели должны служить источником тепла, а не опасности

В середине октября стартует отопительный сезон. Это значит, что часть населения, готовясь к предстоящей зиме, начнет приобретать обогреватели: калориферы, электрокамины, самодельные и спиралеобразные нагревательные приборы. Однако, не все знают, как грамотно подобрать обогреватель, который будет не только дарить тепло, но и отвечать требованиям пожарной безопасности при эксплуатации.



Не секрет, что не все обогреватели проходят проверку на предмет безопасной работы. Потому, приобретая неизвестный вам прибор, убедитесь в том, что он протестирован для использования в домашних условиях, детально ознакомьтесь с инструкцией по его эксплуатации.

Для обогрева квартиры (домовладения) наши сограждане, к сожалению, не всегда используют обогреватели заводского изготовления: в основном эксплуатируются самодельные электрические печи большой мощности и спиралеобразные обогреватели. В ход идут даже электроплитки, размещаемые наиболее недальновидными жильцами под кроватями, в шкафах. Итог подобной безалаберности – пожар, сопровождаемый травмой либо гибелью человека. Только за прошлый отопительный сезон в республике зарегистрировано около полусотни пожаров, причиной возникновения которых стала эксплуатация обогревателей, в том числе и неисправных. Как результат – три человека погибли, еще пятеро получили травмы различной степени тяжести. Огнем полностью или частично уничтожено 12 квартир и домовладений.

Помните, что ни в коем случае нельзя пользоваться самодельными теплогенерирующими приборами, более того, это крайне опасно. Эксплуатацию электропечей повышенной мощности следует исключить напрочь, так как проводка квартир старого фонда не рассчитана на большие нагрузки и вероятность возникновения пожара при включении в сеть подобных обогревателей многократно возрастает.

Избежать пожаров, связанных с эксплуатацией электрообогревателей, поможет соблюдение требований безопасности: приборы должны стоять на свободном месте вдали от мебели, занавесок и постельного белья. Нельзя располагать обогреватели в проходах и тех местах, где на них может что-то упасть. Категорически запрещается использовать открытые спиралеобразные электрообогреватели для сушки белья, тем более – волос.

Если в доме есть маленькие дети или пожилые люди, то лучше всего приобретать обогреватели закрытого исполнения. Опасно изготавливать самодельные приборы и включать в одну розетку одновременно по несколько приспособлений. Сами же обогреватели должны включаться в сеть только посредством вилок через исправные розетки заводского изготовления. Во избежание несчастных случаев, ни в коем случае не оставляйте включенные электрические приборы без присмотра или на попечение малолетних детей.

Не стоит забывать и о том, что печальный вклад в статистику пожаров, происходящих зимой, вносят люди, злоупотребляющие алкоголем. Сценарий таких пожаров практически одинаков: поклонник «зеленого змия» после очередной попойки устраивается на диване, закуривает и засыпает с сигаретой. Через пару минут после засыпания либо непотушенная сигарета падает на одеяло (плед), либо само одеяло на стоящий рядом с диваном обогреватель открытого типа. Происходит пожар, сопровождаемый уничтожением жилища и гибелью человека от отравления угарным газом.

Будьте осторожны с огнем, а также при эксплуатации электрических обогревательных приборов! Если вы заметили пожар, не мешкая ни секунды позвоните в экстренные службы по номеру «01» (со стационарных телефонов) или «101» (с мобильных). Выведите из квартиры или дома людей, отключите электроэнергию и подачу газа, постарайтесь сбить пламя подручными средствами. Если ликвидировать очаг пожара не удалось, немедленно покиньте квартиру (дом) и сообщите прибывшим пожарным об оставшихся в помещении людях.

Барасби КУМЫКОВ,
начальник группы противопожарной профилактики
(по Чегемскому району) ПСЧ №25

Мурат МАМБЕТОВ,
начальник ОНДПР по Чегемскому району

Публичные слушания

31.10.2022 г. в 10.00 будут проводиться публичные слушания по вопросу изменения вида разрешенного использования земельного участка с кадастровым номером 07:08:0801058:328, общей площадью 2083 кв.м., расположенного по адресу: Кабардино-Балкарская Республика, Чегемский район, с.п. Шалушка, мкр. «Цтауч» из «Для строительства детского сада на 50 мест» на «Для индивидуальной жилой застройки».

31.10.2022 г. в 10.00 будут проводиться публичные слушания по вопросу присвоения вспомогательного вида разрешенного использования «предпринимательство» в дополнение к основному земельному участку с кадастровым номером 07:08:0701038:77, общей площадью 1200 кв.м., расположенному по адресу: КБР, Чегемский район, с.п. Чегем Второй, ул. Алакаевых, д. б/н.

31.10.2022 г. в 10.00 будут проводиться публичные

слушания по вопросу присвоения вспомогательного вида разрешенного использования «предпринимательство» в дополнение к основному земельному участку с кадастровым номером 07:08:0000000:7278, общей площадью 844 кв.м., расположенному по адресу: КБР, Чегемский район, с. Эльтубю, ул. Х.А. Кулиева.

Место проведения публичных слушаний: местная администрация Чегемского муниципального района, г.п. Чегем, ул. Б/Шоссе, 3.

Шэджэм ауз

Напэкуэцтыр зыгъэхъзырыр Шоджэн Иннэщ.



Емыкты

(Кіэлыктыуэр. Пэщлэдээр №№ 118-119-хэм итщ.).

- Фыуэ ялягъу цыхубзым зырыхуэ-усэм хуэдэуц уэ щым узэрытепсэ-лтыхьыр, Шыхьым, - жиаш Ладин, а псалъемактым дихъахауэ.

- Ар щхэ уи жьэм кьектыуэр, а жыгъаджэр?! Щыр псоми я анэжщ, и зы бын кыгъапцэркым.

Асфальт гъуэгур нэр темпылэу, жеин кыгъактыуэ машинэм щлеш. Щлеш, щы дагъэ егъэфжа фэлтыр иша флэкла умыщлэу. «Сытуй фэлтыр кыхь, сытуй лэфлу ущиупсклэрэ, - йогупсыс Шыхьым, - ужейххэнумэ, уигъэжеин кудейщ».

- Хуэму, Ладин! Куэдщ километр 60-р. Зыми дыктыктырхуркым, - хуоплэкк ар и гъусэм. Атлэми, Бешто лъэныктыуэккэ укыктыжу Къэбэрдейм укыщыктыуэккэ, уафэм хьыринэ ущеллэ хуэдэщ. Зэм шытхэм гур маеу щлагъаху уалт, зэ лэшхуэ лэгу лъэщым кыпхуэсактыуэ урихъахыж кыпфлэщлэу, уэх лашцлэ бгъуфлэхэм ущлотысыкк. Мактыуэ машинэр, зишэ-щлауэ, зэгурми къэувылэжыныфи теткым, дэгущ и моторыр, тыншу мэлажэ. Хьэфэ шэрхьыдзэхэм я техьук мактыр тлахуэ-пыхъ щабэу машинэ кыуэцми щызэхыбох. Машинэ блэкхэм я лэуэлауэр, чы къурагъ лъэщккэ мэктыуэ пыпхуэм хуэлаэм ещхуэ, гъутх, гъутх, гъутх - блоцлэфт. Шыхьым и гъухэр кьелэтыжри хуоплэкк и гъусэм. «Хьэуэ, Ладин щхьэукуэркым, пкыфлэщ, быдэу шэса хуэдэщ и алащэм», - мэзагъэ и гур. Итлани, асфальтым емылпын щхьэккэ, лъэныктыуэккэ зыщеплтыхь.

Бжыхьэщ. Гъуэгум и бгъуитымккн нэм кыплыхьыр гъавэ губгъуэ нэщлщ, пхадфэщ, илпа псори ира-хьэлэжаш. «Гуэдзыпкъэ, нартыхуп-къэ, сэхураныпкъэ, - кьелытэ Шыхьым, - бжыхьэви явактым, лэщи теткым. Щхьэ ирамыгъэхьэрэ лэщыр мы бжыхьэ уэфлышхуэм? лэщри ди машлэщ. А дилэ тлэкури епхауэ бом щлэтщ! Хэту пэрэ ар япэу къэзыгупсысар, лэщыр шхалъэм епхауэ клэрытын хуейуэ? Еу-уей, щхьэ ди флэщ мыхьурэ лэщымрэ щымырэ эклэрыпч зыры-мыхьунур? лэщым ямыутэ щыр бэв хьурктым - бэв здэщымылэм лэщри щыбагъуэрктым. Зыр зым епхаш. Нтлэ, шейтлан уджыплэм хуэдэу, хэклиплэ имылэжу утыкум дыкынауэ пэрэ? Хьэуэ, илэщ абы лэмал, ауэ сыт хуэдэ лэмал, иккн илэщ дапщэ лэщри щыри зэхуэфашцэу зтеуэвэжын щхьэккэ, узы-хуейр?» Шыхьым апхуэдэ гупсысэхэм хэтэрэ, Ладин машинэ хьэлыгъуанэр игъэклэрахуэ-имыгъэклэрахуэуэрэ кьэ-сахэщ гъуэгущхьипллыр щызэхэккым.

- Нактыуэ, дышхэнщ, нарзан щылэ де-фэнщи, джэжынщ, - жиаш Ладин, - иджы кьэнэжар зы теуэгъуэщ, жы-жэжктым. Мыбы ушышактым уэ. Гъуэгущхьэлум лъэбактыуэ тлощккэ нэхъ пэмыжыжыуэ сэху кьабзэ зэта хьуэ-щыныщхьэ унэ кыщытщ. Адэ-мыдэккэ дэхуа хьэлъэзешэ машинэхэри, ма-шинэ псынщлэ цлуэгъэнэ зэмыфэгъу цыктыуэхэри, куэд щлауэ ямылгъаужа шыфлэдзэлэ пхьэлъантхуэм епха шитри, джэщыдзым луйпхъа хуэдэ, икхуэауэ щызэхэтщ. Уэршэр лэуэлауэ, ерыскы бахъэмэ хуабэ - араш а унэм и япэ нэщэнэу узылуэнур. Ауэ умылащлэ, клэлыпллыуи уэри гу лыптэнущ мэжэлларэ еша-еллауэ абы щыхьахэр я ныбэм телъэщыктыуэ жьыджэр-нэщхьыфлэу кызырыщлэжыктым. Езы унэми бжашхьэм хуэзанщлэу

КІЭРЭФ Мухьэмэд

бжыхь клэпэм и щылуеккэ щытелулащ пхьэбгъу гъумыщлэ: «Шхалэ «Адыгэ лэнэ». Арды-дэр урысыбзэкли нэм кьемэхъэшауэ лэч цыпллыбзэкли тетхэжаш, зыми и жагъуэ ямыщын щхьэккэ. Къуажэ-дэс сурэтцлалэ гуэру кыщлэжынщ зыщлар: художествэхэм я академие дыдэми хуээфлэжынктым апхуэдэ нэккыщлэ лэч зэхэлхьэккэ. Сытми и кьалэныр гъуэздэжэу егъэзащлэ: зы хьеуани блэктыфынктым, ар зищысыр кымыщлэу.

Шыхьымрэ Ладинрэ щыхьащ ша-плэм. Зыри думыгъуэну и кыуэцри зэгъ-пэщаш: чэтэнтэпхьэу хужь зытель стлол пллэмэ зыбгъушцлэ, абы хуэфэщэн шэнт, стлол кьэс - жинт щыхум дэлъу меню, абдж кьабзэ шыгъулэу зырыз, шыбжый, горчицэ. Зышышхэ пэщым щхьэхуэу кыпытхэт пщэфлалэ, лэщхьэщыплэ, сабыни напэллэщлэ кьабзи хуэмыны-кыуэ. А пэш дьдэм и жьантлэм бифе-тыр дэщыхьат. Пхьащлэ лэкуэлауэ хуэдэт зи лэщлагъэр: лейтэктым. Жы-плэнурамэ, и кыуэцлэ зэлъылухьыккэмккн и кьабзагъэмккн дэтхэнэ зы кьалэ цыктыуэ ущытеуыктыуэнытэктым, и щыбккэ думыгъуэлауэ. Нэхъ лъэны-кыуээгъэз кьафлэщлэ стлол гуэрым деж тысаш ди гъуэгурыктыуэхэр.

- Адыгэ лэнэ дьдэщ мыр, - жиаш Шы-хьым, менюм хэлпэла нэужь. Абы итт лы гъэва, лэпс, лы гъэжъа, лыбжъэ, джэд лыбжъэ, пластэ, кхьуей зыхуэпщлэта хьэнтхьупс, шхурэ шатэккэ зылахуэ, балыджэ фыцлэ зыхуэпщлэта хьэнтхьупс, ари шхурэ шатэккэ зылахуэ, флэгуэ... Ухуеймэ, кьундэпсой кьуатынут, ауэ ар нэхъыбэм яцлэуэртэктым. Ладин менюри ныбэри кыфлэуэжу хуэдэтэктым, плыактыуэ-дэуактыуэ кыщыктыуэ флэкла. И гупэр бифетым хуэгъэзауэ щысти, абы бгъэдыхьэ, кыбгъэдэккыжхэр нэккэ зыригъактыуэрт.

- Сыт узыхуейр? Илэ, дыбгъэшхэнумэ, - кыхуигъэктыуэташ менюр, - кыхэх. Мыбы узыхэдэн хуэдиз ялэщ. Емыктыуэ, апхуэдизу уаклэщлэмыплыхь мыбы-хэм.

- Зэ умылащлэ, - жиаш Ладин. - Мыбы хьэлэмэт кыщыктыуэнууэ. Ар кьэсхутэнэ араш сызыхуейр.

- Илэ-илэ, дыгъаши дыщлэжэжыккыж, дыктыуэжын хуейр.

Абы хэту хьыджэбз кьамылыфлэ кыуэгъу гуактыуэ кьабгъэдыхьаш: «Сыт фшхьунур?» - жери, и клэпхын хужьым-рэ чэсейфэху пылэмрэ жьыщыгъэмэри етуумэри зы хьужауэ кьаклэрихыу. Езыми щыу пфлэщлэрт губгъуэудзымэ гуащлэ-лэфлыр. «Сыту дахэт, тлэкунитлэ лы нэхъ телъыжыуамэ. Дахэ дыди лэжыактыуэфлэ хьунщ ар, яшэмэ», - кьэ-клэщ Шыхьым и гум, и физри и нэгум кыщыктыуэ, емыджэххэу. «Щхьэ зэз-гъэпщэнккэ хьуа а тлур?» - кьэщтэжаш езыри. Арщхьэккэ, абы езыми, белджы-лы дьдэу кыхуэмыгубзыгъыжым, адэ жьыжэу и гуцлэм кыщыктыуэ-уэ щхьэусыгъуэ гуэр илэ а тлур щы-зэригъэпщам. Ехуэпсат. «Ар дауэ?! Си гъащлэм хьуэпсэныгъэккэ цыхубз сыхуеплэжыккэ, - кыфлэуэбэлэщырт Шыхьым и гупсысэр, - дахагъэккэ си щхьэгъусэм дагъуэ илэжым, дахэщ, бжыфлэщ, кьабзэщ. Пэжщ, тлэку лум-пэм сыкыешлэ, жэжэ жан цыктыуэ щлэщ, ауэ, итлани, сысейккэ? Бын хуэищ. Иджы кьэхуэр сыт? Делэгъэ-кьэ? Хьэ-уэ. Нэгъуэщлэ. Сымыгъуэ зыгуэр мыбы хэлъщ: и лэбжыанэр лэч цлуэгъэнэклэ лактым, и нэбжыктыуэ илэжэу фыцлэрэ шхэпккэ пьцлэлыккэ, и нэщлэщэр кьабзэщ. Цыхум кьемыктыуэ, кьемы-зэгъын зыри хэлъктым. Мис ар хьунщ щхьэгъусэ зэгъи лэжэгуфлэ», - ехуэпсат щхьэгъусэ лэжэгууэ илэну. Арщхьэккэ гуэныктыуэ кыктыуэпщлэ кыщыктыуэжри, и гупсысэ гъуэщар зыктыуэдыжыну хуежыаш...

Уи бзыпхьэр сэрккэ кыыхахами, Зэры-Кавказу ухуэфлыпсщ

МЭШБАЩІЭ Исхьэкъ

АДЫГЭ ЦЕЙ

Уэрккэ щлалэфым и щхьэр лъагэщ,

Кьуршыщхьэ уэсурэ цей хужь,
И шы кьарапцлэр иуттыпщмэ,
Шыгъажэм япэу ар кьосыж.

Адыгэ пшынэм зиуктыуэдиймэ,
Щауэм щыщ уохъури, укъоудж.
Жьым кьрихьэккым хуэдэу

мафлэр,
лэпкылэпкъ узыншэр
емылыджщ.

Уи бзыпхьэр пщашэм

лэкуэлауэ
Нэхуэщ дьгъэпсым кыыхахаш,
Бишэр кыплэмылэсыну,
Хьэзырхэр псысэккэ гъэпсаш.

Дахагъэу щылэр бдалгъуэну,
Кьуршым дэклэ лъагъуэжэр
уи дыплэщ.

Адыгэ шум уемыпцыжыну,
Пэжыр уи гъуэгу зэхэгъэккыплэщ.

Лэщыгъуэжэр

зэккэлыбгъактыуэ,
Уэ фымырэ леймрэ бгъэунэхуащ.
Гынымэр жьым кьыбдрыхьэккыуэ,
Лыи защлэ куэдэр ухуащ.

Шэм кымыгъазэу уэ пхылэтырт,
Гъуанэдэу лэщи кыптехуащ.
Зыгуфлэщлэ уэрккэ зыщыктыуэ,
Тхьыдэ гъунэгъум кыщыктыуэ.

Уэ си лэпкышхуэм

ухуэфлыбзэщ,
Шыщхьэмыгъазэр уогъэлэж.
Башлыктыуэ дамэм хуэдэу плэту,
Бийм и гурыгъыр ибобгъэж.

Ауэ щлалэфым и щхьэр лъагэ,
Кьуршыщхьэ уэсурэ цей хужьккэ?
И шы кьарапцлэм зиуктыуэдийуэ,
Шыгъажэм япэу кыщысыжккэ?

Уэ лыгъэм щауэр хубогъасэ,
Бгъэм хуэдэу уардэу шыбгым
фисщ.

Уи бзыпхьэр сэрккэ кыыхахами,
Зэры-Кавказу ухуэфлыпсщ.



Дунейпсо Адыгэ Хасэм кыыхиль-хьа унафэм ипкы итккэ, 2012 гъэм щыщлэдзауэ Адыгэ фащэм и ма-хуэр фокладэм и 28-м ягъэлъаплэ. Ди лэпкыгъуэхэр шыпсэу щы-плэхэм: Адыгэ, Кьэрэшей-Шэр-джэс, Кьэбэрдей-Балъкьэр респуб-ликэхэм, Ставрополь, Краснодар щыналъэхэм, апхуэдэуи хамэ кьэ-рал 50-м щыгъум Адыгэ фащэм и махуэр кыыддагы.

Ди лэпкытм и хьугъуэфлыгъуэ нэхъ лъаплэ дьдэхэм ящыщ адыгэ фащэр. Шыгъын кудейктым ар - лэпкытм и тхьыдэ, гупсысэ, зэфлэклэ, лэзагъ кызыктыуэжэ лэдактыуэжэжы. Кавказыдж, этнограф цлэрыуэ Сту-денецкая Еленэ итхаш: «Цлуэгъэнэ, щхьуэккэпллыккэ жыхуалэр цейм и бийщ. Дэтхэнэ зы лыхьэри и плэм итыжу, тхьыпхьэхэмрэ дыплэхэмрэ зэщлэжыуэрэ лэпкылэпкытм шэщлэуэ итлысхьэу - апхуэдэщ адыгэ цейм и дыккэр. Араш адыгэ фащэр зыщы-гъыр икыуэклэ зэккыж щлэхуэр».

Фащэр адыгэм кыыдэгъуэгурыктыуэ шыгъынми, ар Кавказым шыпсэу нэ-гъуэщлэ лэпкытм кьащташ - цейр я махуэшхуэ фащэу щатлагъэ.

Гъащлэр ккэщлэщ, гъуазджэр гъунапкъэншэщ

Инджылыз философ, тхактыуэ, усактыуэ, драматург, публицист, журналист Уайльд Оскар (1854 - 1900) и цлэр нэхъы-бэу зыгъэлауэр и пьесэхэрэщ, апхуэдэуи кьэрал куэдым щызэбгыктыуэ «Пор-трет Дориана Грея» романыр.

Уайльд и лэдактыуэжэжы куэду ущрохьэллэ псалъэ лущхэмрэ ккэщлэуэ, гупсысэ куу зыщлэщ псалъа-фэхэмрэ. Абыхэм ящыщ мыхэр:

Зыми уиллыкынукутым, ажалым флэкла.

Насыпфлэу зыкыщытлэтытэж-хэм деж псоми дахуэгъуапэщ, ауэ дыщыгуапэм деж сыт щыгъуи дынасыпфлэжыккым.

Цыктыуэхэр тэмэму гъэсэнэм и щэ-хур насыпфлэу кьэгъэхуэнырщ.

Нэгъуэщлэжэр бгъэсэнэу тынщщ, ауэ уи щхьэ щехьэллэм деж гугъу мэхьу.

Ныбжыгъум и гуныктыуэгуэр дзэыгуэшыфынур куэдщ, ауэ и ехуэлэныгъэр дзэыгыфынур цыху гупцлэнэхэрэщ.

Гъащлэр ккэщлэщ, гъуазджэр гъу-напкъэншэщ.



Зи ныбжы хэкуэтахэм псори я флэщ мэхьу, курыт ныбжыым ит-хэм сытми шэч кытрахьэ, щлал-лэгъуалэм псори ящлэ.

Лэжыгъэм я нэхъ гугъуэр зыри умыщлэнырщ.

Цыхуэхэм ящыщ нэхъ сфлэ-гъэщлэжыуэныр лэужыгъуитлэщ: гъащлэм кууэ хэзыщыккытмэ ипэжыпккэ зыри зымыщлэхэм-рэ.

Щлалэгъуэм кьэбгъэгъэзэжын папщлэ, абы щыгъуэ плэщлэщлэ щы-уагъэхэм иджыри зэ кьытебгъэзэ-жын хуейуэ араш.

Цыхум дуней псор зылэри-гъэхьэккэ сыт и мыхьэнэ и псэр флэкуэдмэ.

Чегем ауузу

Бетни хазырлаганды
Будайланы Мадина.



Акьдан этилген ашарыкьла

Къарачай-Малкъар милли туугъанлы бери да малны кеп тутханды. Тау этеклеринде, ёзенледе эркин жайлыкьла, белге жете кютюу. Онтогузунчу ёмюрню аягында таулу элдеде бир ауукь заман туруп кетген оруслу жолоучу эсгерилеринде былай жазады: «Таулу элдеде эм къарысуз юйде, башха малны санамай, къуру къойдан 100-150 ууакь аякьлы барды. Мында жашагъанланы эт ашарыкьла этмеген хазна кюнлери жокьду».

Таулула малны аберисин къоймай хайырлангандыла. Бир заманда бир затын зыраф этип атмагъандыла. Этинден, сютюнден тюрлю-тюрлю ашарыкьла биширгендиле. Жюнюнден, терисинден кийим тикгендиле.

Къарачайлыла бла малкъарлыла ийнекини, эчкини сютюн алгъандыла, сауулгъан къойла да болгъандыла. Андан айран, бишлакь этгендиле. Аланы да кеп тюрлюлери барды. Сёз ючюн, айран бишлакь. Ол неди? Къайнагъан сютге ырдауан къошулуп уютулуп этилген ичги. Бир - бирле исси гыржынны жангы айраннга бушто этип ашаргъа бек сойгендиле. Бусагъатда да кепле алай ашап, тоюп кетдиле.

Акь - сютюню тюрсюню. Малны сютюнден эм андан этилген айран, бишлакь дегенча ашарыкь затла.

Аулам - сютюню башыны бир кереге алыннганы.

Акьчы - жау эм бишлакь этиучю адам.

Гыпы - айранны бир тюрлюсюн тутдуруучу энчи грибок.

Гыпыны урламасап, айнымаз, дейдиле.

Жау-малны сютюнден, бир къауум битимлени урлукьларындан, голлеринден неда кегетлеринден этилип, адам ашаргъа, ашарыкь затланы къуурургъа, биширрге жаруачу.

Жаубаш - башында жауу болгъан суусун зат. Сёз ючюн, жау баш боза.

Бишлакь - мая бла ачытылгъан сютден сыгьылып, тузланып, къатдырылып этилген ашарыкь.

Бу затны кеп тюрлюсю болады, ол санда хумжу бишлакь, айран бишлакь, къош бишлакь эм башхала.

Мындан аслам ашарыкьла да этиледиле. Аладан да бир къауумун эсгерейик: бишлакь хьчин, бишлакь къатыкь, бишлакь бёрек. Бишлакь биширген деп да барды. Къарачайлылада бла малкъарлылада эм татыулу, сыйлы ашарыкьладан бирине саналады. Ол а былай этиледиле. Бишлакьны ууакь туурап, юсюне нартюх ун себелеп сют башда бишириледи.

Бишлакьчы - бишлакь этерге уста адам.

Къаймакь - къайнап суугъан неда сууу тургъан сютюню башына келген жаулу къалыны.

Сютбаш - къайнагъан сютюню башын алып, къурутуп,

хайырланыучу ашарыкь.

Къошкъаймакь - къайнагъан сют суугъандан сора башын айры агъачча алып къурутхандыла. Юсюне аз туз сепгендиле. Алай эте, юсюне къоша тургъандыла. Топ кибик тегерек этгендиле. Ауурлугъу бир килограмм чакьлы болса, жашла сойген къызларына белгиге ышанган адамларындан жибергендиле. Бу сыйлы ашарыкьны андан да уллу этип ныгъышда къартлагъа да жибергендиле.

Акь - суу къошулуп, суусапха хайырланыучу айран.

Мёрезе - жангы бишлакьны жукьа туурап неда уууп булгъап биширген аш. Нарт сёзде «Мёрезе булгъаудан тоймаз», - деп айтылады.

Мыстындау - къайнатылмай, жылымдыкълай уютху къуолуп этилген айран.

Созма - бишлакь биширгенни бир тюрлюсю. Жангы бишлакьгъа ун къошулуп бишириледи.

Суусап - суу къошулгъан жукьа айран.

Сюзме - айранны сууу сыгьылгъандан сора къалгъан къалыны.

Сюзмебишлакь - ачыгъан сютюню хуппегисин кетерип алынган къалыны.

Сютча - адам ашаргъа жаргъан сютюню кырдыкь.

Тузлукь - сарымсах, айран, туз, дагыда анга кёре башха затладан этилип, ашарыкьны татыулу этер ючюн анга къошулуучу неда бишген этни тийирип, булгъап ашайдыла.

Кектузлукьну уа хуппегиден этедиле. Бишлакьны сыкьгъандан сора хуппегисин кёмкёк болгъунчу къайнатадыла, туз, сарымсах къошадыла. Аллай тузлукьда бишлакь бузулмай жыл да турады.

Уссап - суусап.

Уютху - ырдауан.

Хумжу - хуппегиси сыгьылгъан жангы бюртюкю, ууакь кесекчикледен къуралгъан бишлакь.

Сютден, айрандан, бишлакьдан этилген, быладан сора да, кеп ашарыкьла бардыла.

Халкъны кёлден чыгъармачылыгы

Окьуу болмагъан халкъ бурун заманда окьуна кесини жашауунда, турмушунда тубеген ахшы затланы багъалагъанды. Аны бла бирге уа ол кемчиликлени кетерирге болушхан, акьыл, тюз оюму, терен магъаналы сёзлени тап жарашдыргъанына сейирсинесе, хурмет бересе. Ала кеп ёмюрлени ичинде къурала, тёлюден тёлюге кече, жангылары да къошула, бююнлюкге дери жетгендиле.

Нарт сёзлени юслеринден акьылманыбыз Къулийланы Къайсын былай дегенди: «Ол кючлю, деменгиле сёзле кюйсюз заманы окьуна хорлайдыла, ала асыл нарт батырлагъа тийишлидиле». Белгиле В.Дальны «Ангьлатма сёзлюгюнде» да айтылады аланы юслеринден. «Пословица - къысха юйретиудю, ол халкъны акьылыды», - дейди алим.

Бююнлюкде нарт сёзле къачан эм къалай жаратылгъанларын, баям, жаланда тутхучу билимлери болгъанла айталлыкьдыла. Алай а ала бурун заманда келгенлери, кеслерине ата-бабаларыбызны кеп ёмюрле бла саналгъан акьылларын, оюмларын, эслерин жыйышдыргъанлары уа хакьды. Бююнлюкде да бу сёзле, жангы тёлюлени башларына тюрле, юйретиу жаны бла уллу магъананы тутадыла.

Аланы къайсы биринде да педагогика ышан, башхача айтханда уа, ангылатыу барды. Кеслери да сабийлени юйретиу-интеллектуал (билим бериу), эстетикалы, производству, адеп-къылыкь жаны бла излемлерин жалчытадыла. Бу сёзде кичилени юйретиу бла алагъа бир жукьну тюшондюрю бирге болгъанларына да эс бурургъа тийишлиди. Ала жютю, кесгин айтыладыла. Жашаууу къайсы тюрлю жанын да ачыкьлагъан эм кёргюзтген, бошалгъан айтымны формасында жюрютюледиле.

Билеи къарагъанда, нарт сёзле озгъан заманча да кёрюнедиле. Болсада ол алай тюрлюдю. Ала халкъны жашап тургъан ауазыдыла: ол кесини эсинде, акьылында жаланда тюненени бла бююнню угъай, тамбласында керек боллукь затланы да сакьлайды. Аны себепли нарт сёзде келлик кезиюню юсюнден айтыла эсе, ол бююнню эм боллукь замандагы кез къарам бла айтылады, халкъны акьылында игилик бла аманлыкьгъа къаллау багъа берилгенин ангылатады.

Аланы юслеринден белгиле алим Я. Коменский былай жазады: «Поговорка - ол къысха эм кесин айтыуду, анда бир затны юсюнден билдириледи эм башханы уа эсинге салады». Нарт сёзде педагогика ышан болгъанын огъарыда сагъынганбыз. Аны бла бирге уа аланы хайырланганда, биринчиден, юйретген адамныгы эси айныды, экинчиден а, ол билмеген затны эс бурургъа юйренеди.

Бу сёзде адамны жашаууу, игиге тюшондюрген материал да асламды. Алада бек жайылгъан тюрлюсю юйретиудю. Педагогика кез къарам бла аланы да юч тюрлюсю сейирди: ариу къылыкьны юлгюсю, таматаланы кеслерин тап жюрютюрге чакьыргъан, билим бериу магъанасы болуп, юйретиуню борчун ачыкьлагъан. Нарт сёзде сабийлени туугъанларындан башлап жашауда кеслерине жер тапханларын, аланы тюз жолгъа салуу амалланы, мадарланы да кёрюрге, ангыларгъа боллукьду. Кеслерин да бурун замандадан бери жаланда юйретиу мурат бла угъай, окьу-

туу жаны бла да хайырланып тургъандыла.

Нарт сёз халкъ барысы да бирден къурагъан бир затды, аны себепли анда саулай миллетни акьылы белгиле болады. Ол жашаууу къалай ангылагъаны, эси, оюму ачыкьланады. Биреулен къурагъан, тап жарашдыргъан афоризм кепчюлюкню акьылын билдирмей, белгилемей эсе, халкъ сёзюне - нарт сёзге - айланмайды. Болсада бир авторну айтханы саулай миллетни ауузунда жюрютюлюп къалыргъа уа тошеди.

Нарт сёзлени адамны эсинде сакьланырча тап формалары барды, къуралуулары да сейирди. Аланы тюрлю-тюрлю тилбургъучланы, рифмаланы, ритмиканы, сёз оюнланы болушлугъу бла да билирге боллукьду. Былайда поэзия акьылны сакьлагъан, айнытхан эм жайгъан амалны кёребиз. Аны бла бирге анда да юйретиу, ангылатыу сакьланады. Хар заманда да аны баш эм ич магъанасы ол болгъанды. Бир жанындан, алада юйретген адамны акьылына келген зат барды, бирси жанындан алып къарасагъ а, тюз жолгъа, ариу къылыкьгъа чакьырыу: ортакь ёгюзден кеси тананг игиди.

Алимле нарт сёзлени магъаналарына, ангылашынуларына, суратлагъан мадарларына кёре аланы эки къауумгъа - пословицалагъа бла поговоркалагъа - юлешедиле. Сёз ючюн, пословицалада магъана саулай, толу айтылады, жартылай къалмайды, жашаууу магъанасы болгъан затны юсюнден ахыр оюм этиледиле: жети ёнчеле да, бир кес.

Поговоркалада уа айтылгъан зат толусуналай айтылмайды, ахыр оюм этилмейди, аны тынгылагъан адам кеси чыгъарады: юйюм деген юйю тенгли таш кётюрю. Былада дагыда бир энчилик барды. Пословицалагъа саналгъан айтымла эки баш членлиле боладыла. Бирсиледе уа ол бирди. Сёз ючюн, чыбыкьлыкьда бююлмеген, къазыкьлыкьда бююлмез (нарт сез). Дагыда башха-башха жалгъауланы болушлукьлары бла нарт сёзле сагъынылгъан эки къауумгъа юлешинирге боладыла.

Поговоркалада энчи адамланы, тукьумланы, эллени терс ишлери башхала ол затны этмесинле, къайтармасынла дегенча, эсгертиу, юлгю халда халкъны эсинде сакьланганлы уа бююн сейирди. Сёз ючюн, оюу амалтын Зылгыда тогуз юй тюр болгъанлай, Тели Жанибек къошха баргъанлай, Доммай анасын кётюргенлей. Былада ангылашыныргъа керекли зат айтыла тургъан текстин кесиндеги магъанасындан тышына чыкьмагъаны да энчиди. Поговоркалада метафоралылыкь да жокьду.

Айхай да, эркиндиле алимле аллай шартланы келтирирге, аланы тюрлюлерин кёргюзтюрге да. Ол ахшыды, илму алай къуралады. Алай а нарт сёзле халкъны эсинде, акьылында жаратылгъандыла эм сакьланадыла. Аны себепли магъаналары да уллуду. Халкъны кёлден чыгъармачылыгыны бир уллу кесеге болуп, тилибизни, адабиятыбызны байлыкьын, теренлигин кёргюзтедиле. Айтханыбызча, кеслеринде юйретиу ич магъананы жюрютю, тёлюлени арасында байламлыкьны да кючлейдиле.

Аны себепли алагъа ким эсе да, къачан эсе да бирде къурагъанлагъа угъай, кесибибизни, ёз ата-бабаларыбызны осуятынча ангыларгъа, хурмет берирге борчлубуз: кёрген кёргенин этер, кечген арбасын жегер.

Жукьуну хайыры эм хатасы

Адам ишлеген заманында иги жукьлаялмагъанлыкьгъа, солуу кюнде уа жукьдан тойса, жетмеймиди, дейдиле адамла. Алай доктор айтханыча, иш анда тюрлюдю, бир ненча кюннге алгъадан жукьлап къалыргъа онг жокьду. Кеп керекли гормонла жангыз да кечени энчи бир кезиюнде чыгъарыладыла. Абаданлада уа, ол санда чархны ауурлугъун эсепде тутхандыла да. Алай бла дайым тынгылы жукьламагъан терк окьуна семирп башларгъа боллукьду. Эр кишиле да сакь болургъа керекдиле - тестостерон гормон да кече къуралады.

Андан сора да, кече жукьлаууу артыкь берилмегенле гипертониядан, язва эм талай башха ауруладан асламыракь къыйналыргъа боладыла. Аны орунуна уа солуу кюнде тюше дери тешекден къопмай турсагъыз, чархыгъыз юйренген низамны бир ненча сагъатха бузасыз. Ол а артад битеу физиология процесслени барыуларына чурум салады. Аны ючюн ары дери

къуралгъан болжалдан бир-эки сагъатдан кеп турмазгъа кюреширге керекди.

Адам кереклисича бир жукьлагъанын ды тынч ангылаялыкьды. Ол уянгандан сора онбеш минут ётгенлей, жукьсурамай къобуп, жумушланы этип айлана эсе, кюндюз да жукьсуу келмегенлей (жангыз да 15:00 - 17:00 сагъатда арып, солургъа сойген заманын санамагъанлай), сора кече жатхандан сора онбеш минутдан жукьгъа батылса, хар не да тапды.

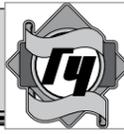
Жукьларгъа чырмауну шёндюлюю гаджетле да этедиле. Аланы бизни мыйыбыз кюнню жарыгыча ангылайды. Алай эсе уа, мелатонин (жукьлатыучу гормон) аз чыгъарылады, адам да жукьлаялмай кеп турады.

Адам уллай баргъаны бла къыйналып жукьлайды. Андан асламысында жукьларгъа къаллай бир сойселе да, аллай бир заманлары болгъанла къыйналадыла. Аны дарманы бошду - жукьларгъа берилген заманы къысхартыргъа керекди.

Жукьсузлукьгъа дагыда абаданлада аслам тубеучю неврология ауурула да келтиредиле - кече аякьлары-кюллеры кеслери аллына титиреп-къалтырап турсала. Журулдау, солуу тохтап къалыу (апноэ) да хаталыды. Алай бу затладан къыйналгъанлагъа жукьлатыучу дарманланы ичерге жарамайды - адам уялмагъанлай ёлюрге боллукьду.

Ата-анала тюз бусагъатда жукьлагъан сабийни къулакьчыгына ол эм акьыллыды, эм жетишимлиди, эм сауулкьлуду деп шыбырдай турсанг, ол кертиси бла да аллай боллугъуна ийнанайдыла. Сомнолог юйретгенге кёре, биз информацияны 80 процентин подсоснанияны хайырындан алабыз.

Анга кёре уа, уяна неда къалкьый тургъан кезиюле адам гипнозгъа бегирек тюшген заманнга саналадыла. Ол сагъатлада аны бир затха ийнандыргъа тынчды - инсан айтылгъанын тинтмегенлей, магъанасына тюшонюп къалады. Юлгюге, экстрасенсле да быллай такьыйкъаланы сойюучюдоле. Алай бла сабийге быллай кезиюледе ол иги, огьурлу, сейир инсан болгъанына, терк сау боллугъуна ийнандыргъа жарарыкьды.



Понедельник, 3 октября

1
05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «АнтиФейк»
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 Информационный канал (16+)
18.00 Вечерние новости (16+)
21.00 «Время»
21.45 Т/с «СОБОР». В честь 350-летия Петра Великого (16+)
22.45 «Большая игра» (16+)

РОССИЯ 1
05.00 «Утро России»
09.00 Местное время
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 Местное время
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.05 Местное время
21.20 Т/с «ЧАЙКИ»
22.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
01.00 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)
02.55 Т/с «СРОЧНО В НОМЕР!-2» (16+)

НТВ
04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью»
17.50 «ДНК» (16+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ»
22.00, 00.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
00.20 Т/с «МЕРТВ НА 99%» (16+)
03.35 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ» (16+)

ЦЕНТР
06.00 «Настроение»
08.15 Д/с «Большое кино» (12+)
08.50 Х/ф «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)
10.45, 18.10, 03.00 «Петровка, 38» (16+)
10.55 «Городское собрание» (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.50 Т/с «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРЯ»
13.35, 05.20 «Мой герой» (12+)
14.50 Город новостей
15.05, 03.10 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА» (16+)
16.55 Хроники московского быта (12+)
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ЧЕРНАЯ БАБОЧКА. КОШКИ, ОПАСНЫЕ ДЛЯ ЖИЗНИ» (16+)
22.35 Специальный репортаж (16+)
23.05 «Знак качества» (16+)
00.30 Д/ф «Тайная комната Бориса Джонсона» (16+)
01.10 Д/ф «Майя Булгакова. Гулять так гулять» (16+)
01.50 Д/ф «Любимая женщина Владимира Ульянова» (12+)
02.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.35 Д/с «Короли эпизода» (12+)

09.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)
09.20, 23.25 Т/с «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА» (16+)
10.55 Д/с «Москва фронту» (16+)
11.20, 21.15 «Открытый эфир». Ток-шоу
13.20, 15.05 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ»
15.00 Военные новости (16+)
18.15 «Специальный репортаж» (16+)
18.50 Д/с «На грани возможного. История НПП «Звезда» имени академика Г.И. Северина» (16+)
19.40 «Загадки века с Сергеем Медведевым». «Станислав Петров. Он спас мир от ядерной войны»
20.30 Новости дня
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной
00.50 Х/ф «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА» (16+)
02.20 Х/ф «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО» (16+)
03.45 Д/с «Оружие Победы» (12+)
03.55 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ» (16+)

05.00 «Утро России»
09.00 Местное время
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 Местное время
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.05 Местное время
21.20 Т/с «ЧАЙКИ»
22.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
01.00 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)
02.55 Т/с «СРОЧНО В НОМЕР!-2» (16+)

04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью»
17.50 «ДНК» (16+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ»
22.00, 00.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
00.20 Т/с «МЕРТВ НА 99%» (16+)
02.55 «Их нравы»
03.20 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ» (16+)

06.00 «Настроение»
08.20 «Доктор И...»
08.55 Х/ф «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)
10.45 Д/ф «Рокеры влечения. Жизнь без тормозов» (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.50 Т/с «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРЯ» (16+)
13.40, 05.20 «Мой герой» (12+)
14.50 Город новостей
15.05, 03.15 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА» (16+)
16.55 Хроники московского быта (12+)
18.10, 03.00 «Петровка, 38» (16+)
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КРЫЛО ВОРОНА. АКТРИСА» (16+)
22.35 «Закон и порядок» (16+)
23.10 Д/ф «Барбара Брыльска. Злой ангел»
00.30 Д/ф «Владислав Листьев. Убийственный взгляд»
01.15 Д/с «Советские мафии» (16+)
01.55 Д/ф «Александра Коллонтай и ее мужчины» (12+)
02.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.40 Д/ф «Клара Лучко и Сергей Лучьянов. Украденное счастье» (12+)

04.40 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

Вторник, 4 октября

1
05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «АнтиФейк»
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 Информационный канал (16+)
18.00 Вечерние новости (16+)
21.00 «Время»
21.45 Т/с «СОБОР»
22.45 «Большая игра» (16+)

РОССИЯ 1
05.00 «Утро России»
09.00 Местное время
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 Местное время
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.05 Местное время
21.20 Т/с «ЧАЙКИ»
22.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
01.00 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)
02.55 Т/с «СРОЧНО В НОМЕР!-2» (16+)

НТВ
04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью»
17.50 «ДНК» (16+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ»
22.00, 00.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
00.20 Т/с «МЕРТВ НА 99%» (16+)
02.55 «Их нравы»
03.20 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ» (16+)

ЦЕНТР
06.00 «Настроение»
08.20 «Доктор И...»
08.55 Х/ф «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)
10.45 Д/ф «Рокеры влечения. Жизнь без тормозов» (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.50 Т/с «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРЯ» (16+)
13.40, 05.20 «Мой герой» (12+)
14.50 Город новостей
15.05, 03.15 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА» (16+)
16.55 Хроники московского быта (12+)
18.10, 03.00 «Петровка, 38» (16+)
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КРЫЛО ВОРОНА. АКТРИСА» (16+)
22.35 «Закон и порядок» (16+)
23.10 Д/ф «Барбара Брыльска. Злой ангел»
00.30 Д/ф «Владислав Листьев. Убийственный взгляд»
01.15 Д/с «Советские мафии» (16+)
01.55 Д/ф «Александра Коллонтай и ее мужчины» (12+)
02.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.40 Д/ф «Клара Лучко и Сергей Лучьянов. Украденное счастье» (12+)

05.00 «Утро России»
09.00 Местное время
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 Местное время
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.05 Местное время
21.20 Т/с «ЧАЙКИ»
22.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
01.00 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)
02.55 Т/с «СРОЧНО В НОМЕР!-2» (16+)

04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью»
17.50 «ДНК» (16+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ»
22.00, 00.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
00.20 Т/с «МЕРТВ НА 99%» (16+)
02.55 «Их нравы»
03.20 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ» (16+)

06.00 «Настроение»
08.20 «Доктор И...»
08.55 Х/ф «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)
10.45 Д/ф «Рокеры влечения. Жизнь без тормозов» (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.50 Т/с «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРЯ» (16+)
13.40, 05.20 «Мой герой» (12+)
14.50 Город новостей
15.05, 03.15 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА» (16+)
16.55 Хроники московского быта (12+)
18.10, 03.00 «Петровка, 38» (16+)
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КРЫЛО ВОРОНА. АКТРИСА» (16+)
22.35 «Закон и порядок» (16+)
23.10 Д/ф «Барбара Брыльска. Злой ангел»
00.30 Д/ф «Владислав Листьев. Убийственный взгляд»
01.15 Д/с «Советские мафии» (16+)
01.55 Д/ф «Александра Коллонтай и ее мужчины» (12+)
02.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.40 Д/ф «Клара Лучко и Сергей Лучьянов. Украденное счастье» (12+)

04.40 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)

Среда, 5 октября

1
05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «АнтиФейк»
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 Информационный канал (16+)
18.00 Вечерние новости (16+)
21.00 «Время»
21.45 Т/с «СОБОР»
22.45 «Большая игра» (16+)

РОССИЯ 1
05.00 «Утро России»
09.00 Местное время
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 Местное время
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.05 Местное время
21.20 Т/с «ЧАЙКИ»
22.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
01.00 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)
02.55 Т/с «СРОЧНО В НОМЕР!-2» (16+)

НТВ
04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью»
17.50 «ДНК» (16+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ»
22.00, 00.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
00.20 Т/с «МЕРТВ НА 99%» (16+)
02.55 «Их нравы»
03.20 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ» (16+)

ЦЕНТР
06.00 «Настроение»
08.20 «Доктор И...»
08.55 Х/ф «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)
10.45 Д/ф «Рокеры влечения. Жизнь без тормозов» (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.50 Т/с «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРЯ» (16+)
13.40, 05.20 «Мой герой» (12+)
14.50 Город новостей
15.05, 03.15 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА» (16+)
16.55 Хроники московского быта (12+)
18.10, 03.00 «Петровка, 38» (16+)
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДИКАЯ РОЗА. КОНУС ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ»
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.10 Д/ф «90-е. Компромат» (16+)
00.30 Д/ф «Битва за наследство» (12+)
01.10 «Знак качества»
01.50 Д/ф «Брежнев. Охотничья дипломатия» (12+)
02.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)

ЗВЕЗДА
05.20 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)
09.20, 23.25 Т/с «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА» (16+)
10.50 Д/с «Москва фронту» (16+)

11.20, 21.15 «Открытый эфир». Ток-шоу
13.20, 15.05 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ»
15.00 Военные новости (16+)
16.35 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» (16+)
18.15 «Специальный репортаж» (16+)
18.50 Д/с «На грани возможного. История НПП «Звезда» имени академика Г.И. Северина» (16+)
19.40 Д/с «Секретные материалы» (16+)
20.30 Новости дня
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной
00.45 Х/ф «БАЛЛАДА О СОЛДАТЕ» (16+)
02.15 Х/ф «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (16+)
03.25 Д/с «Хроника Победы» (16+)
03.55 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ» (16+)

05.00 «Утро России»
09.00 Местное время
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 Местное время
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.05 Местное время
21.20 Т/с «ЧАЙКИ»
22.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
01.00 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)
02.55 Т/с «СРОЧНО В НОМЕР!-2» (16+)

04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью»
17.50 «ДНК» (16+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ»
22.00, 00.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
00.20 Т/с «МЕРТВ НА 99%» (16+)
02.55 «Их нравы»
03.20 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ» (16+)

06.00 «Настроение»
08.20 «Доктор И...»
08.55 Х/ф «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)
10.45 Д/ф «Рокеры влечения. Жизнь без тормозов» (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.50 Т/с «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРЯ» (16+)
13.40, 05.20 «Мой герой» (12+)
14.50 Город новостей
15.05, 03.15 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА» (16+)
16.55 Хроники московского быта (12+)
18.10, 03.00 «Петровка, 38» (16+)
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДИКАЯ РОЗА. КОНУС ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ»
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.10 Д/ф «90-е. Компромат» (16+)
00.30 Д/ф «Битва за наследство» (12+)
01.10 «Знак качества»
01.50 Д/ф «Брежнев. Охотничья дипломатия» (12+)
02.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)

05.20 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ» (16+)
07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)
09.20, 23.25 Т/с «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА» (16+)
10.50 Д/с «Москва фронту» (16+)

Четверг, 6 октября

1
05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 «АнтиФейк»
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.55, 03.05 Информационный канал (16+)
18.00 Вечерние новости (16+)
21.00 «Время»
21.45 Т/с «СОБОР»
22.55 «Большая игра» (16+)

РОССИЯ 1
05.00 «Утро России»
09.00 Местное время
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 Местное время
14.55 «Кто против?». Ток-шоу (12+)
16.30 «Малахов» (16+)
21.05 Местное время
21.20 Т/с «ЧАЙКИ»
22.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+)
01.00 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)
02.55 Т/с «СРОЧНО В НОМЕР! НА СЛУЖБЕ ЗАКОНА» (16+)

НТВ
04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью»
17.50 «ДНК» (16+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ»
22.00, 00.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
00.20 «Поздняков»
00.35 «Мы и наука. Наука и мы» (12+)
01.30 Х/ф «ВСЕМ ВСЕГО ХОРОШЕГО»
03.20 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ» (16+)

ЦЕНТР
06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...»
08.50 Х/ф «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)
10.40 Д/ф «Семейные драмы. Несчастный кинобрак» (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.50 Т/с «СУФЛЕР»
13.40, 05.20 «Мой герой» (12+)
14.50 Город новостей
15.05, 03.10 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА» (16+)
16.55 Хроники московского быта (12+)
18.10, 03.00 «Петровка, 38» (16+)
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КИНО ПОЛЬХОВСКИ» (16+)
22.35 «10 самых...»
23.10 Д/ф «Дорогие товарищи. Бриллианты для Галины Брежневой» (12+)
00.30 Д/ф «Битва за наследство» (12+)
01.10 Д/ф «Любимцы вождя» (12+)
01.55 Д/ф «Екатерина Фурцева. Горло бредит бритвой» (12+)
02.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.35 Д/ф «Александр Лазарев и Светлана Немоляева. Испытание верностью» (12+)

05.20 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ» (16+)

07.00 «Сегодня утром» (12+)
09.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)
09.20, 23.25 Т/с «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА» (16+)
10.55 Д/с «Москва фронту» (16+)
11.20, 21.15 «Открытый эфир». Ток-шоу
13.20, 15.05 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2»
15.00 Военные новости (16+)
18.15 «Специальный репортаж» (16+)
18.50 Д/с «На грани возможного. История НПП «Звезда» имени академика Г.И. Северина» (16+)
19.40 «Код доступа»
20.30 Новости дня
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной
00.50 Х/ф «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ»
02.25 Т/с «ТОРМОЗНОЙ ПУТЬ» (16+)
05.30 «Победоносцы». Ватутин Н.Ф.

05.00 «Документальный проект» (16+)
06.00, 18.00, 02.35 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+)
02.55 Т/с «СРОЧНО В НОМЕР! НА СЛУЖБЕ ЗАКОНА» (16+)

04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»
08.25, 10.35 Т/с «ЛЕСНИК» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью»
17.50 «ДНК» (16+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ»
22.00, 00.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
00.20 «Поздняков»
00.35 «Мы и наука. Наука и мы» (12+)
01.30 Х/ф «ВСЕМ ВСЕГО ХОРОШЕГО»
03.20 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ» (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...»
08.50 Х/ф «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)
10.40 Д/ф «Семейные драмы. Несчастный кинобрак» (12+)
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.50 Т/с «СУФЛЕР»
13.40, 05.20 «Мой герой» (12+)
14.50 Город новостей
15.05, 03.10 Т/с «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА» (16+)
16.55 Хроники московского быта (12+)
18.10, 03.00 «Петровка, 38» (16+)
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КИНО ПОЛЬХОВСКИ» (16+)
22.35 «10 самых...»
23.10 Д/ф «Дорогие товарищи. Бриллианты для Галины Брежневой» (12+)
00.30 Д/ф «Битва за наследство» (12+)
01.10 Д/ф «Любимцы вождя» (12+)
01.55 Д/ф «Екатерина Фурцева. Горло бредит бритвой» (12+)
02.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.35 Д/ф «Александр Лазарев и Светлана Немоляева. Испытание верностью» (12+)

05.20 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ» (16+)



Пятница, 7 октября



05.00 «Доброе утро»
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.20 «АнтиФейк» (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45, 12.15, 15.15, 02.30 Информационный канал (16+)
18.00 Вечерние новости
18.40 «Человек и закон» (16+)
19.45 «Поле чудес» (16+)
21.00 «Время»
21.45 Фантастика (12+)
00.05 К годовщине полета первого кинозипажа (12+)
01.30 Т/с «СУДЬБА НА ВЫБОР» (16+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России»
09.00 Местное время
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+)
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 «60 минут». Ток-шоу (12+)
14.30 Местное время
14.55 «Кто против?». Ток-шоу
16.30 «Малахов» (16+)
21.15 Местное время
21.30 «Ну-ка, все вместе!»
23.45 «Улыбка на ночь» (16+)
00.50 Х/ф «ВЕТЕР В ЛИЦО»



04.55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее»
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»
08.25 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+)
09.25 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» (16+)
10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СЕВЕРНЫЕ РУБЕЖИ» (16+)
11.05 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СЕВЕРНЫЕ РУБЕЖИ» (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «ДНК» (16+)
17.55 «Жди меня» (12+)
20.00 Т/с «ЛИХАЧ» (16+)
22.00 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)
23.55 «Своя правда» с Романом Бабаяном (16+)
01.40 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+)
02.05 «Квартирный вопрос»
03.00 «Таинственная Россия»
03.40 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ»

ЦЕНТР

06.00 «Настроение»
07.50 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. АКТРИСА» (16+)
09.40 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДИКАЯ РОЗА» (16+)
11.30, 14.30, 17.50 События
11.45 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КОНУС ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ» (16+)
13.30 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КИНО ПО-ОЛЬХОВСКИ» (16+)
14.50 Город новостей
15.00 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КИНО ПО-ОЛЬХОВСКИ» (16+)
18.05, 02.10 «Петровка, 38»
18.20 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДНЕМ С ОГНЕМ»
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.00 «Приют комедиантов»
00.40 Х/ф «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА» (16+)
02.25 Х/ф «КУКЛОВОД» (16+)
05.20 Д/ф «Семейные драмы. Несчастный кинобрак»

ЗВЕЗДА

05.50 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» (16+)
09.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)
09.30 Х/ф «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ» (16+)
11.20, 13.20, 15.05 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» (16+)
15.00 Военные новости (16+)
18.40 «Время героев» (16+)
19.00 «Легенды госбезопасности. Павел Судоплатов. Начало»
19.55 Х/ф «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ» (16+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.00 «Музыка+» (12+)
23.55 Х/ф «ЗМЕЕЛОВ» (16+)
01.35 Х/ф «СУРОВЫЕ КИЛОМЕТРЫ» (16+)
03.10 Х/ф «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ» (16+)

05.00, 09.00 «Документальный проект» (16+)
06.00, 18.00 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
07.00 «С бодрым утром!»
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости» (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, 03.45 «Невероятно интересные истории» (16+)
15.00 «Засекреченные списки» (16+)
17.00 «Тайны Чапман» (16+)
20.00 Х/ф «ОХОТА НА ВОРОВ» (16+)
23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. Прямая трансляция (16+)
00.30 Х/ф «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК» (16+)
02.10 Х/ф «ВЛАСТЬ ОГНЯ»

06.00 «Новости. Утро. 1КБР»
06.10 «Биринчи атламла»
06.30 «На страже здоровья»
07.00 «Новости. Утро. 1КБР»
07.10 «Хэкужыр зыгуэты-жахэр»
07.40 «Счастливое право»
08.00 «Новости. Утро. 1КБР»
08.10 Репортаж с мероприятием, посвященного празднованию Дня адыгов в КБГУ
08.35 «Нанэ и псэ»
09.00 «Сюйген жырым»
9.30 «Вместе выгодно» (12+)
9.45 Специальный репортаж
9.55 «Евразия. Культурно»
10.00 Новости
10.15 «Сделано в Евразии»
10.25 «Белорусский стандарт» (12+)
10.35 Сегодня в содружестве
10.45 «Наши иностранцы»
11.00 Новости
11.15 Специальный репортаж
11.30 Новости
11.55 «Евразия. Культурно»
12.00 Сегодня в содружестве
12.10 «Евразия. Дословно»
12.30 «В гостях у цифры»
12.45 «Чемпионы Евразии»
13.00 Новости
13.15 «Культурности» (12+)
13.30 Сегодня в содружестве
13.45 «Сделано в Евразии»
13.55 «Евразия. Культурно»
14.00 Новости
14.15 Мир. Мнение (12+)
14.30 Новости
15.00 Сегодня в содружестве
15.10 «[Не] фантастика»
15.20 «В гостях у цифры»
15.35 «5 причин поехать в...»
15.45 «Чемпионы Евразии»
15.55 «Евразия. Культурно»
16.00 Новости
16.15 Специальный репортаж
16.30 Новости
17.00 «Новости дня»
17.10 «Народные ремесла»
17.40 «Учундурган тизгинле»
17.55 «Бжьыхъэ дыщафэ»
18.20 «Почта 49»
19.00 «Новости»
19.30 «Новости дня»
19.45 «Льагуэр гуэгуэм хуоклуэ»
20.10 К 100-ЛЕТИЮ ОБРАЗОВАНИЯ КБР. «Шухлукъну байрамы»
20.35 «Вековой юбилей». Празднование 100-летнего юбилея государственности КБР в Москве (12+)
21.40 «Новости дня»
22.00 Новости
22.15 Мир. Мнение (12+)
22.30 «5 причин поехать в...»
22.45 «Евразия. Дословно»
23.00 Новости
23.15 «В гостях у цифры»
23.30 «Чемпионы Евразии»
23.45 Мир. Мнение (12+)
23.55 «Евразия. Культурно»
0.00 Новости
0.15 Специальный репортаж

Суббота, 8 октября



06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники»
09.45 «Слово пастыря» (0+)
10.00, 12.00 Новости
10.15 «ПроУют» (0+)
11.10 «Поехали!» (12+)
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.45 Д/ф «Космическая Одиссея. Портал в будущее»
15.50 Т/с «А У НАС ВО ДВОРЕ...» (16+)
18.00 Вечерние новости
18.20 «Сегодня вечером»
21.00 «Время»
21.35 КВН. Высшая лига (16+)
23.40 «Мой друг Жванецкий»
00.40 Д/ф «Марина Цветаева. Предсказание» (16+)
01.45 «Камера. Мотор. Страна» (16+)
03.05 Д/с «Россия от края до края» (12+)

РОССИЯ 1

05.00 «Утро России. Суббота»
08.00 Местное время
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды» (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 «Сто к одному»
11.00, 17.00, 20.00 Вести
12.00 «Доктор Мясников»
13.05 Т/с «СЕРДЦЕ МАТЕРИ»
18.00 «Привет, Андрей!». Вечернее шоу Андрея Малахова
21.00 Х/ф «ДОЧЕНЬКИ» (16+)
00.45 Х/ф «МНЕ С ВАМИ ПО ПУТИ» (16+)
03.55 Х/ф «НИНКИНА ЛЮБОВЬ» (16+)

05.10 Д/с «Слето в СССР»
05.55 Т/с «ИНСПЕКТОР КУПЕР» (16+)
07.30 «Смотр» (0+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
09.20 «Едим дома»
10.20 «Главная дорога» (16+)
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым (12+)
12.00 «Квартирный вопрос»
13.00 «Секрет на миллион»
15.00 «Своя игра» (0+)
16.20 ЧП. Расследование
17.00 «Следствие вели...»
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
20.10 Шоу «Аватар» (12+)
22.50 «Ты не поверишь!» (16+)
23.50 «Международная пирамида» с Тиграном Кеосаяном
00.30 Квартирник НТВ у Маргулиса (16+)
01.50 «Дачный ответ» (0+)
02.45 «Таинственная Россия»
03.40 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ»

06.00 Х/ф «НЕ ОБМАНИ»
07.30 «Православная энциклопедия» (6+)
07.55 Х/ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДНЕМ С ОГНЕМ»
11.30, 14.30, 23.15 События
11.45 Х/ф «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА» (16+)
13.30 Х/ф «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА» (16+)
14.45 Х/ф «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА» (16+)
17.20 Х/ф «СЕМЬ СТРАНИЦ СТРАХА» (16+)
21.00 «Постскриптум»
22.00 «Право знать!» (16+)
23.25 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Шпион на миллиард долларов» (12+)
00.10 Д/ф «Женщины Сталина» (16+)
00.50 Специальный репортаж
01.15 «Хватит слухов!» (16+)
01.40, 02.25, 03.05, 03.45 Хроники московского быта (12+)
04.30 Д/ф «Битва за наследство» (12+)
05.50 «Закон и порядок» (16+)

ЗВЕЗДА

04.50 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» (16+)
07.10, 08.15 Х/ф «ССОРА В ЛУКАШАХ» (16+)

08.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)
09.20 «Легенды телевидения». Ираклий Андроников
10.05 «Главный день». «Арктическая экспедиция УМКА-2021 и адмирал Николай Евменов» (16+)
10.55 «Война миров». «Забытая битва» (16+)
11.40 «Не факт!» (12+)
12.10 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным» (12+)
13.15 «Легенды музыки». «Династия Пресняковых» (12+)
13.45 «Морской бой» (6+)
14.45, 18.30 Т/с «РАЗВЕДЧИКИ» (16+)
21.00 «Легендарные матчи» (12+)
00.00 Х/ф «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ» (16+)
01.20 Х/ф «ССОРА В ЛУКАШАХ» (16+)
02.50 Д/с «Хроника Победы» (16+)
03.20 Х/ф «СУРОВЫЕ КИЛОМЕТРЫ» (16+)

05.00 «Невероятно интересные истории» (16+)
07.00 «С бодрым утром!»
08.00 «О вкусной и здоровой пище» (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости» (16+)
09.00 «Минтранс» (16+)
10.00 Самая полезная программа (16+)
11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
14.30 «СОВБЕЗ» (16+)
15.30 «Документальный спецпроект» (16+)
17.00 «Засекреченные списки» (16+)
18.00 Х/ф «ДВА СТОЛА»
19.45 Х/ф «ДВА СТОЛА»
20.30 Х/ф «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ» (16+)
23.25 Х/ф «ЗЕЛЕНАЯ МИЛЯ»
02.50 Х/ф «МАВРИТАНЕЦ»
04.50 «Тайны Чапман» (16+)

06.00 «Народные ремесла»
06.30 «Льагуэр гуэгуэм хуоклуэ»
06.55 «Бжьыхъэ дыщафэ»
07.20 «Учундурган тизгинле»
07.35 К 100-ЛЕТИЮ ОБРАЗОВАНИЯ КБР. «Шухлукъну байрамы»
08.00 «Живая история». Атажукинский сад (12+)
08.30 «Вековой юбилей». Празднование 100-летнего юбилея государственности КБР в Москве (12+)
17.00 «О земном и о небесном» (12+)
17.20 «Гухэлэ уэрэдхэр» («Лирический концерт»)
17.50 «Ыйыкъ». Информационная программа (балк.яз.)
18.05 «Республикэм шхьыхъ бархэр». Информационная программа (каб.яз.) (16+)
18.20 «Почта 49». Музыкальная программа
19.00 «Национальные проекты в КБР» (12+)
19.15 Концерт мастеров искусств КБР, КЧР, РА в Кремлевском дворце (12+)
22.00 Новости
22.15 «Евразия. Регионы»
22.30 Специальный репортаж
22.45 «Культурности» (12+)
23.00 Новости
23.15 «Легенды Центральной Азии»
23.30 «Белорусский стандарт» (12+)
23.45 Специальный репортаж
23.55 «Евразия. Культурно»
0.00 Новости
0.15 «Сделано в Евразии»
0.30 «Наши иностранцы»
0.45 «В гостях у цифры» (12+)
1.00 Новости
1.15 «Вместе выгодно» (12+)
1.30 «5 причин поехать в...»
1.45 «Евразия. Дословно»
1.55 «Евразия. Культурно»
2.00 Новости
2.15 «Легенды Центральной Азии»

06.15 Х/ф «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ» (16+)
07.55 Х/ф «ИДЕАЛЬНОЕ УБИЙСТВО» (16+)
09.30 «Здоровый смысл»
10.05 «Знак качества» (16+)
10.50 «Страна чудес» (6+)
11.30, 00.20 События
11.45 Х/ф «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ»»
13.50 «Москва резиновая»
14.30 Московская неделя
15.00 «Нам шутка строить и жить помогает!» Юмористический концерт (12+)
16.15 Х/ф «КОРОЛЕВА ПРИ ИСПОЛНЕНИИ» (16+)
18.15 Х/ф «ТАНЦЫ НА ПЕСКЕ»
21.55 Х/ф «ТАНЦЫ НА УГЛЯХ» (16+)
00.35 Х/ф «ТАНЦЫ НА УГЛЯХ» (16+)
01.20 «Петровка, 38» (16+)
01.30 Х/ф «МЕХАНИК» (16+)
03.00 Х/ф «ИДЕАЛЬНОЕ УБИЙСТВО» (16+)
04.25 Д/ф «Олег Видов. Всадник с головой» (12+)
05.05 «10 самых...» (16+)
05.30 Московская неделя

ЗВЕЗДА

04.50 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» (16+)

Воскресенье, 9 октября



05.05 Х/ф «ЕГЕРЬ» (16+)
06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10 Х/ф «ЕГЕРЬ» (16+)
07.00 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой» (12+)
08.15 «Здоровье» (16+)
09.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея (12+)
09.40 «Непутевые заметки»
10.15 «Жизнь других» (12+)
11.10 «Повара на колесах»
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.40 Т/с «УБОЙНАЯ СИЛА»
16.45 Д/с «Романовы» (12+)
18.50 «Поем на кухне всей страной» (12+)
21.00 «Время»
22.35 Что? Где? Когда? (16+)
23.45 Д/с «Романовы» (12+)
00.45 Д/ф «И примкнувший к ним Шепилов» (16+)
03.25 Д/с «Россия от края до края» (12+)

РОССИЯ 1

05.35 Х/ф «КУЗНЕЦ МОЕГО СЧАСТЬЯ» (16+)
07.15 «Устами младенца»
08.00 Местное время
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 «Утренняя почта с Николаем Басковым»
10.10 «Сто к одному»
11.00, 17.00 Вести
12.00 «Большие перемены»
13.05 Т/с «СЕРДЦЕ МАТЕРИ»
18.00 «Песни от всей души». Вечернее шоу Андрея Малахова (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым»
01.30 Х/ф «МИЛЛИОНЕР»
03.15 Х/ф «КУЗНЕЦ МОЕГО СЧАСТЬЯ» (16+)

05.15 Т/с «ИНСПЕКТОР КУПЕР» (16+)
06.45 «Центральное телевидение» (16+)
08.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!»
10.20 «Первая передача»
11.00 «Чудо техники» (12+)
11.55 «Дачный ответ» (0+)
13.00 «Наш ПотребНадзор»
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра» (0+)
16.20 «Следствие вели...»
18.00 «Новые русские сенсации» (16+)
19.00 Итоги недели
20.20 «Ты супер!» Новый сезон (6+)
23.00 «Звезды сошлись» (16+)
00.30 «Основано на реальных событиях» (16+)
03.20 Т/с «МЕНТ В ЗАКОНЕ»

06.15 Х/ф «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ» (16+)
07.55 Х/ф «ИДЕАЛЬНОЕ УБИЙСТВО» (16+)
09.30 «Здоровый смысл»
10.05 «Знак качества» (16+)
10.50 «Страна чудес» (6+)
11.30, 00.20 События
11.45 Х/ф «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ»»
13.50 «Москва резиновая»
14.30 Московская неделя
15.00 «Нам шутка строить и жить помогает!» Юмористический концерт (12+)
16.15 Х/ф «КОРОЛЕВА ПРИ ИСПОЛНЕНИИ» (16+)
18.15 Х/ф «ТАНЦЫ НА ПЕСКЕ»
21.55 Х/ф «ТАНЦЫ НА УГЛЯХ» (16+)
00.35 Х/ф «ТАНЦЫ НА УГЛЯХ» (16+)
01.20 «Петровка, 38» (16+)
01.30 Х/ф «МЕХАНИК» (16+)
03.00 Х/ф «ИДЕАЛЬНОЕ УБИЙСТВО» (16+)
04.25 Д/ф «Олег Видов. Всадник с головой» (12+)
05.05 «10 самых...» (16+)
05.30 Московская неделя

ЗВЕЗДА

04.50 Т/с «РУССКИЕ АМАЗОНКИ-2» (16+)

07.10 Х/ф «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ» (16+)
09.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым (16+)
09.25 «Служу России» (12+)
09.55 «Военная приемка»
10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. «Альманах №113» (16+)
11.30 «Код доступа». «Польский гоним. От моря до моря»
12.20 «Легенды армии с Александром Маршалом». Михаил Булатов (12+)
13.05 «Специальный репортаж» (16+)
13.45 Д/с «Освобождение»
14.15 Т/с «НА РУБЕЖЕ. ОТВЕТНЫЙ УДАР» (16+)
18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+)
19.45 Д/с «Легенды советского сыска» (16+)
23.00 «Фетисов». Ток-шоу
23.45 Х/ф «ЗДЕСЬ ТВОЙ ФРОНТ» (16+)
01.10 Х/ф «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА» (16+)
02.40 Х/ф «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ» (16+)
03.55 Д/ф «Легендарные самолеты. И-16. Участник семи войн» (16+)

05.00 «Тайны Чапман» (16+)
07.00 «С бодрым утром!»
08.30, 12.30, 16.30 «Новости»
09.00 «Самая народная программа» (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?»
10.30 «Наука и техника» (16+)
11.30 «Неизвестная история»
13.00 Х/ф «ОХОТА НА ВОРОВ» (16+)
15.50 Х/ф «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ» (16+)
17.00 Х/ф «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ» (16+)
18.40 Х/ф «ЗАСТУПНИК» (16+)
20.50 Х/ф «ЛЕДЯНОЙ ДРАЙВ» (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко» (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
04.25 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко»
20.00 Х/ф «ДИВЕРГЕНТ. ЗА СТЕНОЙ» (16+)

06.00 «Национальные проекты в КБР» (12+)
06.15 Концерт мастеров искусств КБР, КЧР, РА в Кремлевском дворце (12+)
9.00 Новости
9.15 «Сождённые в СССР»
9.45 «Чемпионы Евразии»
10.00 Новости
10.15 «Вместе выгодно» (12+)
10.30 «Культурности» (12+)
10.45 «Наши иностранцы»
10.55 «Евразия. Культурно»
11.00 Новости
11.15 «Евразия. Дословно»
11.30 Итоговая программа «Вместе»
12.30 «Сделано в Евразии»
12.45 «Легенды Центральной Азии»
13.00 Новости
13.15 «Культурности» (12+)
«Евразия. Культурно» (12+)
13.45 «Вместе выгодно» (12+)
14.00 Новости
14.15 «Чемпионы Евразии»
14.30 Специальный репортаж
14.45 «[Не] фантастика»
15.00 Новости
15.15 «Сождённые в СССР»
15.45 «5 причин поехать в...»
15.55 «Евразия. Культурно»
16.00 «Льагуэпкыбу»
16.20 «Макъамэ»
16.50 «Вершины Кавказа». Передача третья (12+)
17.50 «Почта 49»
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «Больше книг...» (12+)
19.45 «Фахму бла усталыкъ»
20.25 «Льабжьэмрэ шхьэ-к1эмрэ»
20.55 «Разговор по душам с Александром Ярошенко»
21.30 «Республика. картина недели»
22.00 Новости
22.15 Специальный репортаж
22.30 «Наши иностранцы»

06.00 «Национальные проекты в КБР» (12+)
06.15 Концерт мастеров искусств КБР, КЧР, РА в Кремлевском дворце (12+)
9.00 Новости
9.15 «Сождённые в СССР»
9.45 «Чемпионы Евразии»
10.00 Новости
10.15 «Вместе выгодно» (12+)
10.30 «Культурности» (12+)
10.45 «Наши иностранцы»
10.55 «Евразия. Культурно»
11.00 Новости
11.15 «Евразия. Дословно»
11.30 Итоговая программа «Вместе»
12.30 «Сделано в Евразии»
12.45 «Легенды Центральной Азии»
13.00 Новости
13.15 «Культурности» (12+)
«Евразия. Культурно» (12+)
13.45 «Вместе выгодно» (12+)
14.00 Новости
14.15 «Чемпионы Евразии»
14.30 Специальный репортаж
14.45 «[Не] фантастика»
15.00 Новости
15.15 «Сождённые в СССР»
15.45 «5 причин поехать в...»
15.55 «Евразия. Культурно»
16.00 «Льагуэпкыбу»
16.20 «Макъамэ»
16.50 «Вершины Кавказа». Передача третья (12+)
17.50 «Почта 49»
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «Больше книг...» (12+)
19.45 «Фахму бла усталыкъ»
20.25 «Льабжьэмрэ шхьэ-к1эмрэ»
20.55 «Разговор по душам с Александром Ярошенко»
21.30 «Республика. картина недели»
22.00 Новости
22.15 Специальный репортаж
22.30 «Наши иностранцы»

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 Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Кабардино-Балкарской Республике.
Регистрационный номер ПИ №ТУ 07-00080 от 16.07.2013г. Индекс 31224

Редакция не несет ответственности 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 1439 Заказ №676