

# ДО 30 ИЮНЯ ИДЕТ ПОДПИСКА НА РАЙОННУЮ ГАЗЕТУ НА 2 ПОЛУГОДИЕ 2020 ГОДА Цена — 594 руб. 18 коп. Для льготников — 499 руб. 32 коп.

РЦИ-Аланийы Аерыдоны районы газет / Газета Ардонского района РСО-Алания



ГАЗЕТА ОСНОВАНА  
В 1939 ГОДУ

2020 АЗЫ 2 ИЮНЬ  
ХУРХАЕТÆНЫ МÆЙ  
ДЫЦЦÆГ

2 ИЮНЯ 2020 ГОДА  
ВТОРНИК

№ 55  
(11860)

## УКАЗ

ГЛАВЫ РЕСПУБЛИКИ СЕВЕРНАЯ ОСЕТИЯ-АЛАНИЯ

**О внесении изменений в Указ Главы Республики Северная Осетия-Алания от 27 марта 2020 года № 105 «О мерах по реализации Указа Президента Российской Федерации от 25 марта 2020 года № 206 «Об объявлении в Российской Федерации нерабочих дней».**

В целях предотвращения распространения на территории Республики Северная Осетия-Алания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) **п о с т а н о в л я ю:**

1. Внести в Указ Главы Республики Северная Осетия-Алания от 27 марта 2020 года № 105 «О мерах по реализации Указа Президента Российской Федерации от 25 марта 2020 года № 206 «Об объявлении в Российской Федерации нерабочих дней» следующие изменения:

- 1) в пункте 3:  
в абзаце первом слова «по 31 мая 2020 года» заменить словами «по 14 июня 2020 года (включительно)»;  
абзац пятый признать утратившим силу;
- 2) в пункте 5.4 слова «выноса отходов до ближайшего места накопления отходов.» заменить словами «выноса отходов до ближайшего места накопления отходов, а также за исключением занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе и открытых спортивных площадках, при условии совместных занятий не более 2-х человек и соблюдения расстояния между занимающимися не менее 5 метров).»;
- 3) в пункте 6 слова «по 31 мая 2020 года» заменить словами «по 14 июня 2020 года (включительно)»;
- 4) в пункте 15:  
в абзаце первом слова «по 31 мая 2020 года» заменить словами «по 14 июня 2020 года (включительно)»;
- 5) в приложении 4:  
после абзаца второго дополнить абзацем следующего содержания:  
«Библиотеки.»;  
после абзаца третьего дополнить абзацем следующего содержания:  
«Музеи.»;  
абзац тридцать первый изложить в следующей редакции:  
«Организации и индивидуальные предприниматели, осуществляющие розничную торговлю вне торговых центров, торговая площадь которых не превышает 300 кв.м.»;  
после абзаца тридцать второго дополнить абзацем следующего содержания:  
«Организации и индивидуальные предприниматели, предоставляющие стоматологические услуги.»;  
после абзаца тридцать восьмого дополнить абзацем следующего содержания:  
«Организации, осуществляющие подготовку водителей транспортных средств».

2. Настоящий Указ вступает в силу со дня его подписания и подлежит официальному опубликованию.

**В. БИТАРОВ.**

г. Владикавказ  
29 мая 2020 г.  
№ 165

## РЕАЛИЗАЦИЯ НАЦПРОЕКТОВ

**В**чера в нашей стране отмечался День защиты детей – праздник счастливого детства, на которое имеет право каждый малыш. Забота о детях – главная задача государства. Именно поэтому на федеральном уровне решаются множество актуальных вопросов, связанных с благополучием подрастающего поколения. Одна из них — ликвидация очередей в детские сады, без которых современным родителям трудно представить свою жизнь. Они приводят сюда своих чад и в течение рабочего дня могут быть спокойны, потому что детишки под присмотром внимательных воспитателей познают этот мир, развиваются, готовятся к школе.

В прошлом году в Осетии было построено 20 пристроек к детским садам, что позволило создать в рес-

## ДЛЯ ВАС, МАЛЫШИ!



публиканских дошкольных учреждениях 820 дополнительных мест для детей в возрасте до 3 лет. Работы шли под личным контролем министра образования и науки республики Людмилы Башариной. Дополнительные группы появятся в рамках федерального проекта «Содействие занятости женщин». Это часть национального проекта «Демография». Его главная цель — дать возможность мамам выйти на работу, чтобы при этом они могли быть уверены, что малыши в надежных руках.

Пристройка к детскому саду №5 «Сказка» в Ардоне издавна уже радует взор прохожих. Одноэтажное здание рассчитано на 55 мест, заниматься там будут с ребятами раннего возраста. Для них создаются все необходимые условия для развития. Есть игровой зал, столовая, спальня. Рядом с пристройкой есть и своя котельная. Руководством района приобретены новые кровати, матрасы, пледы, постельное белье, покрывала, подушки. Облагорожена и внутриведомственная территория.

**Илона КАЛОЕВА.**

## РАФЫССУТ «РУХС»!

**А**ерхæцæ та нæ уарзон газет «Рухс» рафыссыны раæстæг. Фæнды мæ зæгъын, куыд æнæмæнг хъуыддаг у уый махæн. Уымæн æмæ искæй, дард цæрæг адæмы разæй, фыццагдæр зонин хъæуы хи районы, республикæйы цард. Мах бинонтæй алчидæр, газеттæ райсгæйæ, фыццаг бакæсы «Рухс». Нæ районы хабæрттæ базонæм уый руаджы. Мæнæн та куыд ирон æвзаг æмæ литературæйы ахуыргæнæг, афтæ тынг æххуыс у мæ куысты дæр. Газеты æрмæджытæй арæх спайда кæнын куыд ирон литературæйы, афтæ ТКО-йы урочыты дæр. Уымæн æмæ дзы бирæ æрмæг вæййы нæ мадæлон æвзагыл: радзырдтæ, æмдзæвгæтæ, ирон адæмы сгугытдзинæдтæ, ирон бæрæгбæттæ, хуымæтæг адæмы фæллойы æнтыстдзинæдтæ, хидарыны æгъдæуттæ. Уæдæ районы газеты фæрстæ кæсгæйæ базонæм экономикæйы, хъæуон хæдзарады æмæ иннæ куыстуæтты уавæры тыххæй. Мæнæн уæлдай æхсызгон вæййы сывæллæттæ, фæсивæды æнтыстдзинæдты тыххæй æмæ районы скъолаты цардæй æрмæджытæ кæсын. Мæнмæ гæсгæ газет «Рухс» царды алы къабызыл дæр æххæссы, алчидæр дзы йæ цымыдистæм гæсгæ æрмæг ссары, æмæ Аерыдоны чи райгуырд æмæ схъомыл, уый йæ æнæмæнгæй хъуамæ фысса.

Фæнды ма мæ зæгъын арфæйы ныхæстæ газет «Рухс»-ы куджытæн, ахæм зæрдæмæдзæугæ æмæ хъаргæ æрмæджыты тыххæй. Мæ зæрдæ уын зæгъы ног сфæлдыстадон бæрзæндтæ æмæ æнтыстджын куыст.

**ЦЪÆХОЙТЫ Зæлиня,**  
Аерыдоны 1-æм скъолайы ирон æвзаг æмæ литературæйы ахуыргæнæг.



## ВЕСТИ ИЗ СКАТК

### НАСТАВНИЧЕСТВО — НЕ ДЕЖУРНЫЙ ВОПРОС

**В**конце мая в дистанционном формате в ГАПОУ «Северо-Кавказский аграрно-технологический колледж» в рамках программы группового наставничества подростков и молодежи в трудной жизненной ситуации путем вовлечения подростков в спорт, состоялось первое занятие наставника с наставляемыми. В этот день с ребятами общался российский дзюдоист, призер чемпионатов России и Европы **Батрадз Качмазов**. Он рассказал ребятам о том, как начал заниматься спортом, какие трудности преодолел, чтобы добиться желанной цели. Все слушали его с живым интересом, ведь встречи с чемпионами, которые добились высоких результатов, проходят не каждый день.

Обучающаяся колледжа **Замира Хаваяш-хова**, которая проживала в детском доме, рассказала о том, что с детства увлекается спортом. Она занималась бадминтоном, а теперь интенсивно занимается теннисом и не намерена бросать этот вид спорта.

В конце беседы ребята сделали выводы из разговоров, которые определенно понадобятся им в дальнейшей жизни. А именно: **если хочешь чего-то добиться в жизни — поставь цель, и иди к ней, не сворачивая с намеченного пути. Конечно, будет нелегко, но победу одержит только тот, кто не проявит слабости.**

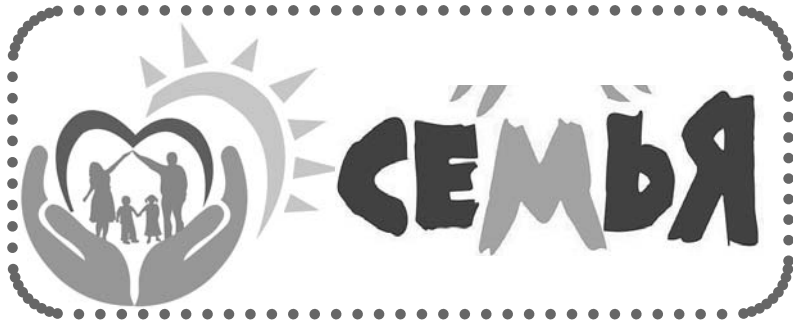
Помимо встреч, для подростков будут прочитаны лекции по цифровой грамотности, которые проводят социальный педагог профессионального училища №3 г. Владикавказа **Анастасия Геннадиевна Джанаева** и преподаватель истории и обществознания Северо-Кавказского аграрно-технологического колледжа **Марина Амурхановна Агнаева**.

**Илона БАЛАЕВА.**

## COVID-2019 СТАТИСТИКА

На момент подписания номера газеты в печать в республике больных коронавирусом — 3055; под медицинским наблюдением находятся 1159 чел.

ПОГОДА		
<b>СРЕДА</b>		
День	+25	Ночь +15
<b>ЧЕТВЕРГ</b>		
День	+23	Ночь +15
Прогноз взят из Интернета.		



## Радуйтесь на здоровье!

Множество заболеваний берут свое начало в психике человека. Об этом не знает разве что ребенок в пеленках. Взрослые все понимают сами, но то ли забывают, то ли не привыкли контролировать эмоции... Вместе с тем, нервная система очень чувствительна к внешним и внутренним воздействиям. А через нее оказывается влияние на весь организм, в том числе и на иммунитет. Об этом мне рассказала кандидат медицинских наук, врач-невролог отделения неврологии ФГБУ "СК ММЦ" Минздрава России Алина ТЕКОЕВА.

Эмоции меняют гормональный фон. Например, при переживании радости высвобождаются катехоламины — гормоны, препятствующие воспалительным процессам. В то же время происходит выброс эндорфинов, которые способны уменьшать болевые ощущения. Наибольшее влияние эмоции оказывают на сердечно-сосудистую систему. Сильный гнев и длительное раздражение способствуют нарушению работы сердца и развитию гипертонии. Кровообращение во многом зависит от эмоций: изменяется пульс, давление, тонус кровеносных сосудов. Положительные эмоции вызывают приток крови к коже, а также улучшают состав крови. Активизируется любая деятельность, в том числе интеллектуальная, созидательная.

Эмоции изменяют ритм дыхания: от сильного давления



человек может задыхаться. Люди, постоянно испытывающие стресс, чаще страдают инфекционными заболеваниями верхних дыхательных путей. А у людей, испытывающих положительные эмоции, дыхание становится более легким. Негативные эмоции, такие, как обиды, страхи, вина, тревога, переходят в ощущение боли от

накопленного. Происходят нервные срывы и депрессивные состояния. Все это приводит к перенапряжению вегетативной нервной системы и ухудшению самочувствия.

Чтобы достичь гармонии, не обязательно много тратить или достичь заоблачных высот. У каждого из нас есть множество милых мелочей, маленьких знаков счастья! Вдыхать запах свежескошенной травы, испеченного своими руками мягкого ароматного хлеба или горячего овощного супа, например, смотреть на пестрый букет сирени в прозрачной вазе, поиграть со щенком или поговорить с родными о том, что важно. Балуйте себя какой-нибудь мелочью каждый день, не думайте о плохом, планируйте только счастье и считайте, что это "доктор прописал". И будьте здоровы!



Опять лето! И вместе с ним уже давно знакомые, но от этого не менее волнующие составляющие счастья: прогретая солнцем деревянная мебель, мягкий, гуляющий ветер по зеленой листве деревьев, залитое светом окно с видом на улицу нашего детства, бесшумные танцы бабочек, прозрачные ночи, прохладный запах реки, треснувшая корочка на мамином пироге со смородиной... Летние кадры сменяют друг друга, но в большинстве случаев не меняются с годами. Почти не важно, сколько тебе лет, и какое время за окном, — летние радости универсальны и передаются по "наследству". Когда-то

созревшие ягоды клубники с домашнего огорода макала в блюде с сахаром моя мама для меня, теперь сладкие ягоды достаются моей дочке... И это — самое приятное в жизни ощущение.

Ведущая рубрики Ирина ДЗУГКОВА.

## Честным трудом и умением

Во все времена личное подсобное хозяйство являлось для семьи весомой прибавкой к бюджету. Сегодня, как никогда ранее, стало очевидным преимущество людей, имеющих свой огород и домашнюю живность, перед теми, кто никогда не возделывал свой земельный надел и не держал кур и коров. По разным причинам.

— Тот, кто хочет честно трудиться, никогда не останется голодным, — уверена семья Элбакидзе. Более десяти лет назад, совсем молодыми переехали в Ардон Тимур и Нино. Начали, что называется, "с нуля", работали в разных местах, чтобы достраивать и ремонтировать свой дом. Подрастала дочь Елизавета, и расходов становилось больше. Тогда-то и пришла мысль завести свое подворье. Первую корову привезли аж из Воронежя! Пеструю породистую красавицу подарила мама Нино. Молодой женщине дополнительные хлопоты были не в тягость. Она воспитывалась в большой и трудолюбивой семье, где не боялись никакой работы, были надежной опорой друг другу в любом деле. Постепенно в доме появились куры и утки, увеличивалось численность крупного рогатого скота. Так, благодаря своим силам и стремлению заниматься честным трудом, начало пополняться хозяйство семьи Элбакидзе.

В их уютном доме всегда рады гостям, а на столе — свежий сыр, молоко, сметана, масло, творог, мясная продукция, яйца. Все — из личного подворья и экологически чистое, без лишних химических добавок. Излишки с удовольствием покупают по очень выгодным ценам постоянные клиенты. О необыкновенном вкусе сыра Нино говорят все, кто хоть раз попробовал удивительное "творенье" ее рук и мастерства.

С огородом, правда, еще не все гладко. Каменистый земель-



ный участок пока не позволяет в полном объеме воплотить в жизнь все задуманное семьей Элбакидзе. Но выход они находят, и каждый год стараются вырастить на участке зелень, фасоль, огурцы и помидоры. Конечно, основной материальной и моральной опорой остается глава семьи — Тимур. Водитель большегрузного транспорта, он делает все, чтобы обеспечить любимой семье достойную жизнь. Мастером на все руки называют его знакомые и друзья. Любая работа спорится у него в руках, все умеет, со всем справляется. И добавляют, что супругу выбрал под стать — красивую, добрую, умную и прекрасную хозяйку, настоящую хранительницу семейного очага. Дочь Елизавета не уступает родителям в трудолюбии и при этом является отличницей учебы и активисткой общественной жизни школы, всесторонне развитой девушкой.

Семья Элбакидзе с оптимизмом смотрит в завтрашний день и строит планы на будущее.

— Личное подворье вполне может стать местом работы и источником неплохого дохода, — считают Тимур и Нино. — Скушать нам не приходится, на жизнь не жалуемся, а труд приносит нам только хорошее настроение.

Это стихотворение любимого многими поэта современности Ирины САМАРИНОЙ написано совсем недавно. Оно интересно сегодня и останется актуальным всегда. Почему? Прочитайте, и я уверена, что согласитесь со мной. Как всегда — красивый слог и глубокий смысл, чувственные и тонкие строки открывают сердцам мир добра.

Сейчас настало время — быть добрей.  
Не завтра, не потом, а здесь и сразу.  
И о себе забыв — понять людей,  
Не надломив их неуклюжей фразой.  
Заботой окружить и теплотой,  
И вместе уповать на милость Бога...  
Не тот, кто всех вершин достиг, герой,  
А тот, кто мчит, сквозь бури на подмогу.  
Сейчас настало время — быть добрей,  
А не наоборот, как шепчет мода.  
И не себе помочь спешить скорей,  
А тем, кто сединой украсил годы...  
Услышать то, что дети говорят,  
На внешний мир хоть раз не отвлекаясь...

Из доброты душе важней наряд,  
Чем то, во что мы раньше одевались.  
Сейчас настало время доброты,  
Уставшая земля "спасибо" скажет,  
И зацветут весенние сады,  
И расцветут в апреле души даже.  
Настало время вспомнить о былом.  
И небеса благодарить седые  
За то, что просто дышим и живем,  
Не обвинив весь мир в беде, впервые.  
Так просто отыскать в душе своей,  
Уютный дом — любви, надежде, вере,  
Сейчас настало время — быть добрей,  
Не словом, а на собственном примере!

## Летние экспресс-рецепты

Совсем не хочется летом стоять у плиты часами. В жару идеальны экспресс-рецепты. Вот несколько быстрых идей кулинарного лета. Стоит добавить ломтик хлеба или салатных листьев — и можно есть прямо со сковородки или выходить ужинать на траве. Для разнообразия.

### Холодный томатный суп



В блендер отправьте пять средних помидоров, один крупный болгарский перец, зубчик чеснока, треть красной луковицы, огурец и немного охлажденной кипяченой воды. Сдобрите солью по вкусу,

чайной ложкой уксуса и черным перцем. Посыпьте холодный суп мелко нарубленной зеленью.

### Ягодный смузи

В большой блендер вылейте кефир (ряженку, йогурт без добавок или простоквашу), добавьте любимых ягод и фруктов, немного сахара или меда, взбейте и получите вкусный и полезный смузи.

Вареная картошка, перловка, рис и яйца облегчат летнюю жизнь, если будут лежать в холодильнике. Картошку можно обжарить как гарнир, перловка прекрасно ведет себя в



зеленых салатах, а яйца хороши в любом виде, хоть под майонезом с зеленым горошком, хоть, опять-таки со свежим укропом и отварным мясом. Шведы любят это сочетание с креветками.

## ПЛАН

**проведения месячника антинаркотической направленности и популяризации здорового образа жизни  
в Республике Северная Осетия-Алания**

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок исполнения	Исполнители	Участники, место проведения					
1	Демонстрация видеороликов антинаркотической направленности в социальных сетях и на официальных сайтах ведомств-субъектов профилактики наркомании	май-июнь	МВД по РСО-Алания, Министерство образования и науки РСО-Алания, Министерство здравоохранения РСО-Алания, Комитет РСО-Алания по делам молодежи, Комитет по делам печати и массовых коммуникаций РСО-Алания	пользователи сети Интернет	20	Освещение на официальном сайте тероргана результатов плановых и внеплановых контрольно-надзорных мероприятий по контролю соблюдения лицензионных требований и условий при осуществлении фармацевтической деятельности (в части порядка отпуска лекарственных средств), деятельности по обороту наркотических средств и психотропных веществ, порядков медицинских освидетельствовании на наличие медицинских противопоказаний к управлению транспортным средством, на наличие медицинских противопоказаний к владению оружием, на состояние опьянения (наркотического или иного токсического), проводимых в период месячника	Территориальный орган Росздравнадзора по РСО-Алания	интернет пользователи РСО-Алания; официальный сайт Территориального органа Росздравнадзора по РСО-Алания	
2	Распространение агитационных материалов (листовок, изображений) в СМИ и социальных сетях	май-июнь	Комитет РСО-Алания по делам молодежи	размещение агитационных материалов в республиканских СМИ и социальных сетях					
3	Онлайн конкурс детских рисунков, графических картинок и видеороликов «Мир прекрасен без наркотиков», «Мы - против наркотиков», «Мы - за здоровый образ жизни»	май-июнь	Комитет РСО-Алания по делам молодежи, АНКМО	учащиеся общеобразовательных организаций г. Моздока, Дигорского и Ардонского районов РСО-Алания					
4	Формирование библиотеки интернет-ресурсов, посвященных проблеме противодействия и профилактики наркомании (сайты, лекции, вебинары, УоИТibe ролики)	июнь	Комитет РСО-Алания по делам молодежи	пользователи сети Интернет					
5	Акция «Береги себя» с раздачей волонтерами буклетов подросткам и молодежи (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм или в режиме онлайн) антинаркотического содержания в общественных местах среди	июнь	Комитет РСО-Алания по делам молодежи, АНКМО	подростки и молодежь Моздокского, Правобережного, Кировского, Ирафского, Ардонского и Алагирского районов РСО-Алания; г. Моздок, г. Беслан, с. Эльхотово, с. Чикола, г. Ардон, г. Алагир	21	Организация работы «Телефона доверия» для жителей РСО-Алания по вопросам: противодействия нарушениям правил отпуска наркотических средств, психотропных веществ и сильнодействующих лекарственных препаратов, подлежащих количественному учету и отпуску исключительно по предъявлению рецепта врача, в аптечных организациях РСО-Алания	Территориальный орган Росздравнадзора по РСО-Алания	население РСО-Алания	
6	Республиканский флешмоб против наркотиков «Давай Жить Ярче» с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм или в режиме онлайн)	июнь	Министерство образования и науки РСО-Алания	учащиеся общеобразовательных организаций					
7	Тиражирование полиграфической продукции в виде буклетов, памяток, информационных листов по гигиеническому обучению и воспитанию населения, формированию ЗОЖ - профилактики наркомании	май-июнь	Министерство здравоохранения РСО-Алания, Министерство образования и науки РСО-Алания	население РСО-Алания	22	Размещение в средствах массовой информации материалов о фактах правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных и сильнодействующих веществ в текущем году	Северо-Осетинская таможня, МИД по РСО-Алания, ПУ ФСБ России по РСО-Алания	население РСО-Алания; официальные сайты, региональные СМИ	
8	Размещение в подведомственных и муниципальных средствах массовой информации материалов о проводимых в рамках месячника мероприятиях, его итогах, а также материалов, направленных на формирование, в том числе у молодежи, негативного отношения к потреблению наркотиков и их незаконному обороту	май-июнь	Комитет по делам печати и массовых коммуникаций РСО-Алания	население РСО-Алания; средства массовой информации (республиканская газета «Северная Осетия», Республиканская народная газета «Рæстдзинад», газета «Дигора», газета «Слово», газета «Вестник Беслана», газета «Жизнь Правобережья», газета «Моздокский вестник», газета «Размæ» («Вперед»), газета «Рухс», газета «Сæуæхсид» («Заря»), газета «Фидиуæг» («Глашатай»), газета «Вести Дигории», газета «Владикавказ», газета «Ираф»)					
9	Создание и размещение телевизионного проекта «Живой город» в телеэфире Национальной телекомпании «Осетия-Ирыстон», направленного на формирование негативного отношения к потреблению наркотиков и приуроченного к Всероссийскому месячнику антинаркотической направленности	май-июнь	Министерство здравоохранения РСО-Алания, Комитет по делам печати и массовых коммуникаций РСО-Алания	телезрители РСО-Алания, телеэфир Национальной телекомпании «Осетия-Ирыстон»	23	Публикации в средствах массовой информации материалов антинаркотической тематики	май-июнь	Министерство труда и социального развития РСО-Алания	население РСО-Алания; республиканские и районные газеты, сайты и интернет-страницы Министерство труда и социального развития РСО-Алания, учреждений социального обслуживания РСО-Алания
10	Телемарафон «Всем миром против наркотиков». В рамках телемарафона консультация детского психолога в режиме «Горячей линии»	май-июнь	Министерство здравоохранения РСО-Алания	телезрители РСО-Алания, телеэфир ВГТРК «Алания»	24	Распространение памяток, буклетов по профилактике наркомании и популяризации здорового образа жизни (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм)	июнь	Министерство труда и социального развития РСО-Алания	несовершеннолетние и молодежь РСО-Алания; комплексные центры социального обслуживания населения, ГБУ «РЦСРН «Доброе сердце», ГБУ «Центр «Моя семья»
11	Размещение в эфире Национальной телекомпании «Осетия-Ирыстон» роликов социальной рекламы о пагубном влиянии немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ на организм человека	май-июнь	Комитет по делам печати и массовых коммуникаций РСО-Алания	телезрители РСО-Алания телеэфир Национальной телекомпании «Осетия-Ирыстон»	25	Размещение в средствах массовой информации реестра социально-ориентированных некоммерческих организаций, осуществляющих деятельность в сфере реабилитации и ресоциализации лиц, потребляющих наркотические средства и психотропные вещества без назначения врача	июнь	Министерство труда и социального развития РСО-Алания, Комитет по делам печати и массовых коммуникаций РСО-Алания	население РСО-Алания
12	Создание информационной страницы, посвященной Международному дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков, на интернет-сайте «СМИ Осетии» и размещение интернет-баннера на официальных сайтах органов исполнительной власти с гиперссылкой на данную страницу	май-июнь	Комитет по делам печати и массовых коммуникаций РСО-Алания	интернет пользователи РСО-Алания; интернет-сайт «СМИ Осетии»	26	Показ, обсуждение видеороликов и фильмов антинаркотической направленности (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм)	июнь	Министерство труда и социального развития РСО-Алания	несовершеннолетние получатели социальных услуг; комплексные центры социального обслуживания населения, ГБУ «РЦСРН «Доброе сердце»
13	Создание и размещение тематического проекта в радиозфире филиала ВГТРК ГТРК «Алания»	май-июнь	Комитет по делам печати и массовых коммуникаций РСО-Алания	радиослушатели РСО-Алания; радиозфир филиала ВГТРК ГТРК «Алания»	27	Проведение профилактических бесед по вопросам наркозависимости и ее последствиях на здоровье человека (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм или в режиме онлайн)	июнь	Министерство труда и социального развития РСО-Алания	несовершеннолетние, находящиеся в социально опасном положении и трудной жизненной ситуации; ГБУ «Центр «Моя семья»
14	Лекция с мультимедийной презентацией: «Горькие плоды сладкой жизни» (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм или в режиме онлайн)	июнь	Министерство культуры РСО-Алания	студенты, учащиеся, общественность, сотрудники библиотеки; ГБУК «ННБ РСО-Алания»	28	В рамках дистанционной работы с обучающимися образовательных организаций (через преподавателей, интернет-ресурсы) доведение информации о пользе здорового образа жизни для физического состояния, семейного благополучия и карьерного роста в противовес негативным последствиям приема наркотиков (с акцентом на распространенные среди подростков «насвай» и «снос»)»	май-июнь	МО Ардонский район	учащиеся образовательных организаций района
15	Книжно-иллюстративная выставка: «Время выбирать жизнь!» (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм или в режиме онлайн)	июнь	Министерство культуры РСО-Алания	студенты, учащиеся, общественность, сотрудники библиотеки; ГБУК «ННБ РСО-Алания»	29	Проведение фотовыставок, конкурсов рисунков, плакатов на антинаркотическую тему, направленных на пропаганду здорового образа жизни (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм или в режиме онлайн)	май-июнь	МО Ардонский район	учащиеся образовательных организаций района
16	Виртуальные книжно иллюстративные выставки: «Молодежь против наркотиков» и «Скажем наркотикам- нет!»	июнь	Министерство культуры РСО-Алания	учащиеся старшего школьного возраста; ГБУК «Республиканская библиотека им. Г. Газданова»					
17	Кинолекторий «Наркомания - шаг в пропасть» (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм или в режиме онлайн)	июнь	Министерство культуры РСО-Алания	учащиеся старшего школьного возраста; ГБУК «Республиканская детская библиотека им. Д. Мамсурова»					
18	Встреча с врачом-наркологом на тему: «Беда по имени наркотик» (с соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм или в режиме онлайн)	июнь	Министерство культуры РСО-Алания	учащиеся старшего школьного возраста; ГБУК «Республиканская детская библиотека им. Д. Мамсурова»					
19	Размещение на официальном сайте тероргана информации: антинаркотической направленности с целью популяризации здорового образа жизни; о порядке выписывания и отпуска наркотических средств, психотропных веществ и сильнодействующих лекарственных препаратов, подлежащих предметно-количественному учету и отпуску по рецепту врача	июнь	Территориальный орган Росздравнадзора по РСО-Алания	интернет пользователи РСО-Алания; официальный сайт Территориального органа Росздравнадзора по РСО-Алания					

**Благодарность**

Семьи Плиевых, Бидиховых и Измаила Елоева из с. Мичурино выражают огромную благодарность сотрудникам местной амбулатории **Мадине Дзагаховой, Алле Хурумовой, Жанне Дзускаевой, Ларисе Цекоевой и водителю Казбеку Елоеву** за своевременно оказанную профессиональную медицинскую помощь. В это сложное время они успевали каждый день посещать всех больных и уделять каждому должное внимание.

Спасибо вам за сердечную теплоту, за отзывчивость, за внимательное отношение к пациентам, за профессионализм, за бескорыстный и благородный труд!



**РУКИ ПОСЛЕ ОГОРОДА**

В дачно-огородный сезон у каждой женщины возникает большая проблема: возня с землей портит наши руки, а не каждый любит работать в перчатках.

**Вот простой совет:** взять раствор перекиси водорода 3% (она продается в любой аптеке) примерно 100 г, добавляем нашатырный спирт 10-20 г, а затем любое моющее средство для мытья посуды или немного порошка.

Все перемешать и опустить руки в раствор. Все трещины, которые потемнели, становятся светлыми. Потом вымыть руки с мылом и втереть любой питательный крем для рук.

Вместо крема можно сделать одну из питательных масок: их рекомендуется делать 2-3 раза в неделю для лучшего эффекта.

**Рецепт 1: маска с витаминами.**

**Ингредиенты:** льняное масло — 1 ч.л., миндальное масло — 1 ч.л., мед — 1 ч.л., витамин А — 10 кап., витамин Е — 10 кап. Мед разогреть и добавить к

нему миндальное масло. Раствор остудить и добавить в него льняное масло и масляные растворы витаминов А и Е. Намазать кожу смесью и держать 20 мин. После смыть теплой водой.

**Рецепт 2: маска с глицерином.**

**Ингредиенты:** яйцо — 1 шт., глицерин — 1 ч.л., картофель — 1 шт., полиэтиленовые перчатки.

Сырой картофель натереть, отжать и смешать с глицерином (который образует защитную пленку) и яичным желтком. Полученную смесь нанести на руки толстым слоем под полиэтиленовые перчатки. Сверху укутать полотенцем на 20 мин.

**Рецепт 3: маска с молоком.**

**Ингредиенты:** молоко — 5 ст.л., желатин — 1 ч.л.

Молоко подогреть на плите и тщательно растворить в нем желатин. Оставить смесь остывать до комнатной температуры. Теплую маску нанести кистью на кожу на 25 мин. После высыхания снять.

**Рецепт 4: маска с творогом.**

**Ингредиенты:** творог — 75 г, сливки 20% — 50 мл, полиэтиленовые перчатки.

Творог мелкой зернистости смешать со сливками. Полученную массу нанести на кожу рук под полиэтиленовые перчатки и теплое полотенце на 30 мин. После промыть под проточной водой.

**ОТ ТРЕЩИН НА ПЯТКАХ — ЛОПУХ**

Надо размять листья лопуха в кашу, смешать с медом, добавить обычную муку и сделать лепешки. Приложить эти лепешки к пяткам, а утром обработать их обычным способом, попросту соскоблить всю отстающую ороговевшую кожу.

После такой процедуры не надо заниматься ни домашним, ни профессиональным педикюром. Если одной процедуры вам покажется мало, кожа отстанет недостаточно, можно сделать их две или три, просто следите по состоянию кожи и сами поймете, когда пора остановиться.

**БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ** (Возможно уколом), купание, одевание, доставка гробов, накидок, кирпича, плит. Копка могил, оркестр, дудук. Тел. 8-928-481-21-80.

**БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ КРУГЛОСУТОЧНО** гробы, венки, накидки, одежда, траурная музыка, палатки, плиты, копка могил, блоки, катафалк. Бесплатная доставка по Ардонскому району. ВОЗМОЖНА ОПЛАТА ПОСЛЕ ПОХОРОН. г. Ардон, ул. Алагирская, 52. Тел. 8-903-483-41-64, Олег.

**БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ** ВОЗМОЖНО УКОЛОМ. КУПАНИЕ. ОДЕВАНИЕ. ДОСТАВКА ГРОБА. Тел. 8-928-489-16-95, 3-25-65. Ардон. Валера.

**БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ КРУГЛОСУТОЧНО** гробы, венки, накидки, одежда, оркестр, дудук, катафалк, палатки, копка могил, блоки-плиты (бесплатная доставка) по низким ценам в г. Ардоне и районе. Перевозка тел умерших. ВОЗМОЖНА ОПЛАТА ПОСЛЕ ПОХОРОН. Звонить по тел. 8-928-933-42-32. Ардон. Виталик.

**Лечебная гимнастика при хронических заболеваниях вен**

Повторить каждое упражнение 16-20 раз



1. Сидя на стуле, ноги на весу. Выполнять круговые движения стопы в голеностопном суставе вправо и влево. Боковые повороты стопы.



2. Сидя на стуле. Одновременные движения обеими ногами с пятки на носок.



3. Согнуть ноги в голеностопных суставах, затем выпрямить. Темп медленный. Дыхание свободное.



4. Сидя на стуле, ноги на весу. Поочередное полное сгибание и разгибание ног в голеностопном суставе до ощущения напряжения мышц в голени.



5. Обопреться двумя руками о перекладину и, свободно дыша, поднимитесь на цыпочки и опуститесь на пятки.



6. Стоя, руки вдоль тела. Поднимитесь на носки и опускайтесь на пятки.



7. Сидя на стуле. Ноги вместе и прижаты друг к другу. Последовательно поднимайте ноги на носки и опускайте пятки на пол. Дыхание свободное.



8. При вдохе поднимите руки вверх и встаньте на носки. При выдохе встаньте в «позу ласточки».

Делайте эти упражнения при любой возможности

• Если вы сидите (в поликлинике, дома перед телевизором и т. д.) — рекомендуются упражнения 1, 2, 3, 4, 7.

• Если вы стоите (в поликлинике, в очереди в магазине, на остановке транспорта и т. д.) — упражнения 5, 6, 8. Если при выполнении упражнения 6 вам сложно держать равновесие, обопреться о стену.

**ЭлиКам**

→ ОКНА и ДВЕРИ из ПВХ  
→ РАССРОЧКА на 5 месяцев  
→ ГАРАНТИЯ. КАЧЕСТВО  
Тел. 8-928-070-94-77.



**ПРОПАРЕННЫЕ ПЕПЛОБЛОКИ**

18 руб.50 коп./шт. Возможна доставка.  
Тел. 8-977-418-77-77.

**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**

(Бельгия) от 300 р./м<sup>2</sup>  
Тел. 8-960-403-76-56, Марат. www.potolki-ihus.ru

**УСЛУГИ**

**Ремонт бытовой техники:** стиральных машин, холодильников, пылесосов и т.д.  
**Продажа б/у техники.**  
Ул. Пролетарская, 89.  
Тел. 8-918-708-09-01

**Покос травы** любой сложности. Тел. 8-988-838-50-95, 8-918-833-51-17

**ПРОДАЮТСЯ**

**Дом с удобствами на ул. Над- речной с участком.**  
Тел. 8-916-070-32-45

**3-комнатная квартира** без ремонта (индивидуальное отопление, 2-й этаж, два балкона). Тел. 8-918-826-61-75

**Натуральный алтайский мед** высшего качества: цветочно-гречишный — 500 руб./литр, 3 л — 1500 руб., таежный (разнотравие) — 700 руб./литр, 3 л — 2000 руб. Доставка от 3 литров — бесплатно. Тел. 8-963-378-97-77

**3/участок** в 6 соток или **меняется на а/м.**  
Тел. 8-918-834-00-29

**РАЗНОЕ**

**Куплю бычков** от 3 месяцев до года на откорм, телок и коров на убой.  
Тел. 8-928-072-42-44

**Куплю грецкий орех.** Очищенный - 350-450 р./кг. Неочищенный - 80 р./кг. От 100 кг — 90 руб./кг.  
Тел. 8-918-828-92-42

**ПРОКАТ**

● **НОВЫХ ПАЛАТОК**  
● **СТОЛЫ И СТУЛЬЯ**  
● **КОТЛЫ**  
**УСТАНОВКА БЕСПЛАТНАЯ.**  
Тел. 8-928-855-77-44.

**БЛОКИ**

**бетонные** — 18 р./шт.  
**керамзитовые** — 28 р./шт.  
**перегородочные (12 см)** — 14 р./шт.  
**ЦЕМЕНТ**  
М 500 до 50 кг — 300 р./м  
Тел. 8-963-179-77-53,  
8-928-066-53-08,  
8-918-421-12-14.

Коллектив МБОУ СОШ с. Коста скорбит по поводу безвременной кончины бывшего учителя физкультуры **ГИОЕВА Альберта Исламовича** и выражает глубокое соболезнование учителю русского языка и литературы **З. А. Ма- мукаевой.**

Коллектив Ардонской райбольницы выражает глубокое соболезнование **Р.Г. Губиеву** по поводу кончины **матери.**

Коллектив МБДОУ № 3 г. Ардона выражает глубокое соболезнование **И. В. Мироновой** по поводу кончины отца **МИРОНОВА Михаила Петровича.**

РЦИ-Аланийы Арыдоны районы газет. Газета Ардонского района РСО-Алания. Основана в 1939 году.



**УЧРЕДИТЕЛЬ:** Администрация местного самоуправления Ардонского района РСО-Алания

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по РСО-Алания. Регистрационный номер — ПИ № ТУ 15—00073 от 18 июня 2012 года как информационная, рекламная.

**Цена свободная**

Главный редактор: 3-02-60. Ответственный секретарь: 3-02-63. Бухгалтерия и рекламный отдел: 3-02-61 (факс)

E-mail: ardonruhsh@mail.ru Сайт: www.ardon15.ru

Печать офсетная. Тираж 2884 экз. Заказ № 661 Объем — 1 п. л. Индекс издания 53910

Использование материалов и фото допускается только с письменного разрешения редакции. При перепечатке ссылка на газету обязательна. Рукописи не возвращаются и не рецензируются. Редакция не несет ответственность за достоверность содержания рекламы, объявлений, публикаций на коммерческой основе и сторонних авторов. Газета выходит 3 раза в неделю на русском и осетинском языках.

**АДРЕС РЕДАКЦИИ:** 363332 РСО-А, г. Ардон, ул. Советов, 13.

**АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ:** 363332 РСО-А, г. Ардон, ул. Советов, 6, АМС Ардонского района РСО-Алания

**АДРЕС ТИПОГРАФИИ:** 362015 РСО-Алания, г. Владикавказ, пр. Коста, 11 АО "Осетия-Полиграфсервис" **НОМЕР ПОДПИСАН В ПЕЧАТЬ** по графику — в 16.30 фактически — в 16.30.

**ИНЖЕНЕРЫ-ДИЗАЙНЕРЫ** Л.Р. Гугкаева З.М. Кортиева Ю.В.Певная **КОРРЕКТОР** Р.Х.Сохиева **ОТВЕТСТВЕННЫЙ СЕКРЕТАРЬ** А.Г.Бязырова **ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР** М.М. БУГУЛОВА (6+)