

# Родные Вести

ГАЗЕТА ОСНОВАНА  
В 1939 ГОДУ

2021 АЗЫ 2 СЕНТЯБРЬ  
РУХАНЫ МÆЙ  
ЧЕТВЕРГ

2 СЕНТЯБРЯ 2021 ГОДА  
ЧЕТВЕРГ

№ 86  
(12032)

## ВАХТА ПАМЯТИ



В Беслане начались памятные мероприятия, посвящённые 17-й годовщине теракта в школе №1.

Делегация Ардонского района с главой АМС района **Заурбеком Магомедовым** возложили цветы в спортзале, в котором произошла страшная трагедия, унёсшая сотни жизней.

## ОФИЦИАЛЬНО

### КАНДИДАТЫ НА ПОСТ ГЛАВЫ РЕСПУБЛИКИ

*Владимир Путин представил кандидатов на пост Главы Северной Осетии.*

Председатель Парламента РСО-А **Алексей Мачнев** сообщил, что Президент Российской Федерации **Владимир Путин** внес в Парламент Республики Северная Осетия-Алания на имя Председателя Парламента Северная Осетия-Алания следующих кандидатов для избрания на должность Главы Республики Северная Осетия-Алания: **Баликоева Валерия Тазретовича** – депутата Парламента Республики Северная Осетия-Алания, председателя Комитета по бюджету, налогам, собственности и кредитным организациям; **Меняйло Сергея Ивановича** – временно исполняющего обязанности Главы Республики Северная Осетия-Алания; **Элдзарову Медю Багратовну** – депутата Парла-

мента Республики Северная Осетия-Алания.

Кандидатуры внесены в соответствии с пунктом 32 статьи 18 Федерального закона от 6 октября 1999 года № 184-ФЗ "Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации".

"Представление Президента РФ зарегистрировано, и мы начинаем работу по организации и проведению заседания Парламента по избранию Главы Республики Северная Осетия-Алания, которое состоится в Единый день голосования — 19 сентября текущего года", – отметил **Алексей Мачнев**.

## АВГУСТОВСКОЕ СОВЕЩАНИЕ

## БЫТЬ УЧИТЕЛЕМ — ПОЧЕТНО!



Состоялось августовское совещание актива работников образования Ардонского района. В мероприятии принял участие глава АМС Ардонского района **Заурбек Магомедов**.

Доклад на тему «Воспитание и дополнительное образование как фактор повышения качества образования в современном образовательном пространстве района» представил заместитель главы АМС — начальник управления образования **Андрей Швецов**. Он же рассказал о достижениях и задачах системы образования Ардонского района.

С докладами также выступили директор МБОУ СОШ №1 г.Ардон **Тамара Бацоева**, заведующая МБДОУ с. Красногор **Берта Лекоева**, заместитель директора Дома детского творчества **Ирина Гаспарян**.

**Заурбек Магомедов** поздравил участников августовского совещания с наступающим новым учебным годом, пожелал плодотворной и успешной работы. В связи со сложившейся эпидемиологической ситуацией призвал проводить учебную деятельность в соответствии с рекомендациями Роспотребнад-

зора. Кульминацией мероприятия стало вручение грамот.

Среди награжденных: учитель МБОУ СОШ №1 **Оксана Тлатова**, учитель МБОУ СОШ с.Красногор **Галина Баскаева**, учитель МБОУ СОШ №1 **Нодар Хугаев**, учитель МБОУ СОШ №4 **Гиви Томаев**, воспитатель МБДОУ №5 **Светлана Кучиева**, учитель МБОУ СОШ с. Коста **Кристина Мамитова**.

За весомый вклад в дело воспитания подрастающего поколения отметили коллектив МБОУ СОШ №1.

За активную работу консультативного центра грамотами награждены: коллектив МБДОУ с.Мичурино, коллектив МБДОУ №11.

За активное участие в обмене передовым опытом в мероприятии «Всероссийский смотр-конкурс образовательных организаций «Гордость отечественного образования» на основе многоцелевого комплексного анализа» Благодарственным письмом удостоен коллектив МБДОУ № 5 г.Ардона.

Соб. инф.

## ВЕСТИ ИЗ КРАСНОГОРА

### Добро пожаловать в обновленную школу!

Наступает главный праздник сентября – День знаний. Для сотни мальчишек и девочек нашего района пришла пора садиться за парты. Все лето образова-



тельные учреждения готовились к этому знаменательному дню. Подготовка включала в себя целый комплекс мероприятий. Важной частью является косметический ремонт: покраска стен, полов и потолков.

После капитального ремонта в школе с. Красногор учителей и школьников ждет немало приятных новшеств.

Обновили фасад здания, полностью заменили кровлю, все коммуникации, окна и двери. Также была благоустроена дворовая территория – по периметру уложена брусчатка, обустроены тротуары. Кроме того, в классах ребят ждут новые парты, стулья и необходимый для образовательного процесса инвентарь, закупленный АМС Ардонского района. Самое главное, в обновленной школе соблюдены все современные технологии и требования безопасности.

— Для жителей села это долгожданное и приятное событие, — отметил глава с. Красногор **Владислав Басиев**. — За ходом работ следили не только руководство республики и района, но и общественность. Работой подрядной организации сельчане остались довольны. Все было выполнено качественно и в срок. От имени красногорцев выражаем благодарность за неравнодушный подход к работе.

Мы уверены, что в обновленной школе ребята будут учиться с удовольствием и развивать свои способности.

### Пенальти "подвел" ...



С 16 по 26 августа в Саранске проходил финальный турнир Всероссийских соревнований по футболу "Первенство среди сборных команд" межрегиональных футбольных объединений РФС. В нем участвовали юноши до 18 лет.

Сборная команда ЮФО/СКФО завоевала серебряные медали турнира. В составе нашей сборной команды был и наш красногорский парень **Артем Карасев**.

Сборная ЮФО/СКФО, по мнению специалистов и экспертов в области футбола, — самая играющая и лучшая команда за несколько последних лет: больше всех забитых мячей, меньше всего пропущенных. Команда дошла до финала без единого проигрыша. Но только в финальной игре госпожа фортуна оказалась на стороне соперников: сыграв 1:1 в основное время с командой Московской области, наши ребята уступили 4:5 по пенальти.

Подготовила Илона КАЛОЕВА.

# ВСЕЛЕНСКИЙ НАБАТ



**3 сентября в России отмечается День солидарности и борьбы с терроризмом.**

Это самая новая памятная дата. Она установлена федеральным законом от 6 июля 2005 года и приурочена к трагическим событиям 1-3 сентября в Беслане, когда в результате беспрецедентного по своей жестокости теракта погибли более 300 человек — в основном, женщины и дети. Сегодня, вспоминая жертв Беслана, мы должны быть едины в намерении всеми силами противостоять терроризму, не допустить разрастания этого безумия. Обязательное условие терроризма — резонанс теракта в обществе. Террористические организации демонстрируют свою силу и готовность идти до конца, жертвуя как собственными жизнями, так и жизнями жертв. 52 часа ада пережили более тысячи заложников в первые три дня сентября 2004 года, 334 из них погибли от пуль террористов, оказались заживо погребены под завалами взорванной школы или умерли от тяжелых ран.

Сотни выживших детей и взрослых получили физические и психологические травмы, многие из них до сих пор носят в своем теле осколки снарядов, а в душе — неизбывную боль, которую невозможно растворить даже очень сильными лекарствами.

Вот такой невероятной ценой пытались решить свои политические амбиции те, кто взял на вооружение терроризм как средство для достижения цели. Жестокость современного терроризма зашкаливает, человеческий разум не в силах понять его изощренность, которая граничит с паранойей.

Пережить трагедию Беслана Осетии помогала вся Россия и многие зарубежные государства. Это были и слова сочувствия, и крепкое плечо друга рядом, и гуманитарная помощь, и приглашения на отдых и реабилитацию. Все люди доброй воли искренне хотели помочь пострадавшим бесланцам пережить горе. Но были и те, кто планировал раскатать лодку межнационального и межконфессионального согласия в республике, кто хотел вновь натравить народы, живущие по соседству.

К счастью, этого им не удалось добиться. Но нам рано расслабляться. Бацилла терроризма все еще не обезврежена, и она угрожает миру. К сожалению, пока нет стопроцентного противоядия этому злу. Есть только меры безопасности, которые необходимо соблюдать всем и каждому.

...Сегодня людская река вновь направилась к первой школе и Городу ангелов, вновь здесь зажжены свечи памяти. Немеркнувшей памяти о тех, кто принял мученическую смерть в этой невиданной войне школьной детворы на глазах всего мира.

Сегодня снова лягут цветы на ранние могилы, и застынем в молчании у Древа скорби, Древа Ангелов.

*И все же —  
Когда, когда подвигнет Бог  
Мир чести на святую битву  
С тем миром, где монетный звон  
Превыше чести и молитвы?  
Нет, не косынок черных ряд,  
Не слов безудержные реки...  
Беслан — вселенский наш набат,  
Зовущий после всех утрат  
Остаться в званье ЧЕЛОВЕКА.*



**10 героев отряда Альфа и Вымпел, освободивших школу в Беслане ценой своей жизни**



**Эти учителя закрывали собой детей во время теракта в Беслане... Вечная память...**

## ПРОФИЛАКТИКА

**В** районе проводится сезонная профилактическая операция «Школа»

Целями операции являются повышение уровня противопожарной защиты объектов образования и минимизация социальных и материальных потерь от возможных пожаров, усиление роли и эффективности деятельности заинтересованных структурных подразделений по профилактике пожаров в этой сфере.

В период данной операции запланировано проведение надзорно-профилактических мероприятий, направленных на повышение пожарной безопасности объектов образования, в том числе проведение плановых (внеплановых) выездных проверок по противопожарному состоянию объектов образования с привлечением заинтересованных организаций.

В рамках проводимой операции будут

организованы и осуществлены следующие мероприятия:

1. Участие сотрудников надзорной деятельности в работе комиссий по приемке общеобразовательных учреждений (школ) к новому учебному году.

2. Оценка работоспособности систем противопожарной защиты (автоматическая пожарная сигнализация, система оповещения и управления эвакуацией людей при пожаре, систем противодымной защиты и др.).

3. Оценка работоспособности систем вывода сигнала о срабатывании автоматической пожарной сигнализации в подразделения пожарной охраны.

4. Проверка наличия и исправности первичных средств пожаротушения, своевременность перезарядки огнетушителей.

## ОПЕРАЦИЯ «ШКОЛА»

5. Размещение в имеющихся средствах массовой информации наглядной агитации по вопросам соблюдения мер пожарной безопасности и необходимых действий при обнаружении пожара применительно к объектам образования.

6. Проведение показательных занятий с персоналом образовательных учреждений и учащимися по обучению требованиям правил и норм пожарной безопасности.

7. Доведение практических тренировок по эвакуации учащихся (в период с 04.09. по 15.09.2020 г.).

8. Рассмотрение вопросов комплексной безопасности общеобразовательных учреждений на заседаниях комиссий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности.

9. Применение мер, предусмотренных законодательством Российской Федерации, по пресечению нарушений требований пожарной безопасности (выдача предписаний государственного пожарного надзора об устранении выявленных нарушений, подготовка и внесение представлений в органы власти и местного самоуправления об устранении причин и условий, способствовавших совершению нарушений противопожарного режима и т.д., направление информационных писем в заинтересованные службы и органы).

10. Публикация «черных списков» школ, находящихся в пожароопасном состоянии.

**ОНД и ПР по Ардонскому району  
УНД и ПР ГУ МЧС России  
по РСО-Алании.**

## ПОБЕДА НА КОНКУРСЕ

## НАБЕРЕЖНАЯ В АРДОНЕ: КАКОЙ ОНА БУДЕТ



25-26 августа в городе Нижнем Новгороде прошел форум "Малые города", в рамках которого были подведены итоги Пятого Всероссийского конкурса лучших проектов по созданию комфортной городской среды в малых городах и исторических поселениях России. В категории "Малые города до 20 тысяч человек" в число победителей вошли Ардон и Алагир — населенные пункты из Северной Осетии. Ардон представил проект "Благоустройство поймы реки Таргайдон", на реализацию которого получил 50 млн рублей.

Как только глава Ардонского городского поселения Игорь Хамицев вернулся с форума, мы поздравили его с победой в конкурсе и попросили рассказать о проекте. Для небольшого города, где зоны отдыха можно пересчитать по пальцам одной руки, он имеет большое значение. Не случайно ведь именно

за эту территорию проголосовало большинство ардонцев.

— Во Всероссийском конкурсе лучших проектов создания комфортной городской среды участвуют города с численностью населения до 100 тысяч человек. Мы дважды участвовали в конкурсе, но, к сожалению, неудачно, — рассказал

Игорь Бекзаевич. — В 2020 году решили вновь отправить заявку. Пригласили ардонцев на общественные слушания, чтобы выбрать один из трех городских объектов, в числе которых была и набережная реки Таргайдон. За нее было отдано большинство голосов. Практически рядом с набережной находятся школа-интернат, Северо-Кавказский аграрно-технологический колледж, стадион, детский сад и строящийся спортивный комплекс, сквер и центральная городская площадь. Чтобы разработка архитектурно-планировочной концепции для оформления заявки на конкурс была выполнена на должном

уровне, мы обратились к помощи профессионалов — московской компании ООО "Новая земля". Ранее были обсуждения по видеосвязи представителей компании и актива Ардона. Затем москвичи приехали в Ардон, в ГДК состоялась встреча с жителями города — представителями старшего и младшего поколений, спортсменами, работниками культуры. Все предлагали свои варианты, высказывали свое мнение о том, какой именно они хотят видеть территорию. И в результате появилась профессионально выполненная заявка.

— Набережная Таргайдона станет многофункциональным местом отдыха для людей разного возраста и интересов, — сказал Игорь Хамицев. — Здесь будут красивые прогулочные дорожки, беседки для отдыха, столы для игр в шашки и шахматы под навесом, велосипедная дорожка, сухой фонтанчик, водная чаша которого будет находиться не на поверхности, а под землей, амфитеатр для проведения культурных мероприятий, кафе. Высокий земляной холм в центре территории станет смотровой площадкой с широкими лестницами и арт-объектом на вершине. Словом, набережная совершенно преобразится и, я уверен, станет излюбленным местом отдыха горожан.

Итоговая сумма, в которую обойдется реализация проекта, 128 млн рублей. Предстоят три этапа благоустройства территории в течение трех лет, первый начнется уже в будущем году, в ходе работ будет освоено 85 млн рублей. Основная часть суммы



— полученный грант в 50 млн рублей, остальные средства поступят из регионального, районного и городского бюджетов и внебюджетных источников. Два последующих этапа будут финансироваться из регионального, районного и городского бюджетов. В реализации проекта будут участвовать и предприниматели.

— Основной объем работ по благоустройству набережной Таргайдона намечен на 2022 год. Уже сейчас мы приступаем к подготовке рабочего проекта и проектно-сметной документации. После прохождения экспертизы мы сможем объявить конкурс на определение подрядчика, — сказал Игорь Хамицев. — Надеюсь, что у города появятся возможности для сокращения сроков реализации проекта, и уже через два года у нас появится современная, благоустроенная и красивая зона отдыха.

Татьяна БАЙБАРОВА.

## АЕМБИСОНДЫ ХАБÆРТТÆ

СЫЛГОЙМАДЖЫ ХЪÆЛÆБА  
— ФАРНСАФÆГ

Рагæй-æрæгмæ цард æгъдауæй фидауы. Ирон адæм та æгъдау домдтой æппæт æмæ алкæмæй дæр, суанг ныхасы уаджы æмæ хъæдрæбыны дæр. Уымæ гæсгæ кæстæр хистæры раз хъæрæй нæ дзырдта, хистæр кæстæримæ схуыст ныхас нæ кодта. Сылгоймаджы хъæлæба, хъæрныхас та фæтггæ нæ кодта — бæркад сафæг уыд. Æмæ уымæй алчидæр йæхи хъахъхъæдта. "Мæ фыдгулы хæдзарæй сылгоймаджы хъæлæба хъуыса, мæ фыдгулы сыхы хылгæнаг сылгоймаг æрцæра. Уæд уыцы хæдзары, сыхы фарн нæй", — дзырдтой-иу хистæртæ. Фарн кæм нæй, уым та бæркад дæр нæй æмæ цард дæр. Уый тыххæй базад ахæм таурæгъ:

Иуахæмы, дам, дыууын фондз барæджы æрфистæг сты иу зæронд усы кæрты. Ус сæ æрбадын кота фынджы уæлхъус, æрхаста сын нозт, цыхты кæрстытæ æмæ сæм бахатыд:

— Чысыл фæгæдзæ кæнут, ныртæккæ уын дзул афыцзынæн...

Хæдзары устыты 'рдыгæй фарс, къулмæ æнгом, рæгъ-рæгъы æвæрд уыдысты æртæ къутуйы. Ус сæм бацыд æмæ дзы иуы сæр саста. Уазджытæ уынынц, къуту йедзæг у ссадæй, фæлæ уæддæр ус афтæ бакодта:

— Уый сын не сфаг уыдзæн...

Уазджытæм уый диссаг фæкаст, æмæ сæ хистæр усы цурмæ бацыд. Ус дыккаг къутуйы сæр саста. Къуту æрдæгмæ ссадæй над, фæлæ та ус афтæ бакодта:

— Уый дæр сын не 'сфаг уыдзæн...

Æртыккаг къутумæ ныккасти ус, æмæ ма дзы уыди иу армы дзæг ссад, фæлæ бацын кодта:

— Уый сын фагæй фылдæр у!...

Барджыты хистæр бадис кодта, фæлæ ницы дзырдта. Ус уыцы ссады тæппæй иу дзул ракодта, уæлкъæй йæ афыхта æмæ уазджытæм бадзырдта:

— Адих æй кæнут, уæ нывонд фæуон, фæйнае къæбæры уæм дзы æрхаудзæн, æмæ уе стонг айсæфдзæн...

Уазджытæ бавнæлдтой хæрынмæ. Кæд стонг уыдысты, уæддæр иу дæр йæ хай нæ фæци хæрд, сæ бон æй нæ бацы — ахæм бæркадджын разынд уыцы дзул.

Æрæджиу уазджыты хистæр бафарста фысымы:

— Бахатыр кæн, мæ мады хай, фæлæ нын бамбарын кæн: дзæг къутуйы ссадæй загътай, "Уый сын не 'сфаг уыдзæн", æндæр къутуйæ: "Уый дæр сын не сфаг уыдзæн", æртыккаджы ма иу ссады тæпп уыд æмæ уымæй та: "Уый сæ фагæй уæлдайдæр у". Æмæ раст разындтæ. Куыдæй?

Ус ахъуыды кодта æмæ афтæ зæгъы:

— Диссагæй дзы ницы ис, мæ хъæбултæ. Дзæг къутуйы ссад уæды хойраг у, чындзæн йæ ныхас артдзæстæй кæртмæ хъуысын куы райдыдта. Уый æбæркад у... Дыккаг къутуйы ссад та уæды хойраг у, чындзы ныхас артдзæстæй фæрссагмæ хъуысын куы райдыдта... Уый дæр бæркадджын нæу... Æртыккаг къутуйы ссад та уæды хойраг у, чындзы хъæлæс артдзæстæй рæхысмæ дæр куынае хъуыст... Уый цы бæркад хæссы, уый та ныр уæхæдæг уæхиуыл бавзæрстат... Афтæ у, мæ хуртæ, адæймаджы фарныл зайы йæ хойраджы бæркад дæр...

## ХЫЛ СЫН РАКЪАХТА

Цард æмæ уыд авд æфсымæры. Уыдонæй æхсæз уыдысты хæрзæгъдау æмæ хиуылхæцгæ. Æвдæм — схъæл, тæппал æмæ фыдзонд. Иуахæмы та кæимæдæрты хыл ракъахта. Æмæ йæ куы æрнадтой, уæд æфсымæртæ йæ сæрыл рахæцъдысты. Хылы æхсæзæй дæр фæмард сты. Фыдзонд æфсымæр та æвдыдæй базад. Йæ æхсæз æфсымæры мæрдты цур бады æмæ хъарæггæнгæ кæуы:

— Ныр æз уæ разы цы аххосджын дæн? Хыл уын ракъахтон, æмæ дзы сыхаг хыл кæнын нæ базыдтат...

ЦГЪОЙТЫ Хазби.

## ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

## 7 МИФОВ О ВАРИКОЗЕ

**Миф № 1.** Вылечить варикозную болезнь можно консервативным путем (прием лекарственных препаратов, ношение компрессионного трикотажа, гимнастика, массаж, физиотерапия).

Таковыми методами лечить варикозную болезнь можно лишь на ранней стадии. Радикальное ее устранение возможно только хирургическим методом.

**Миф № 2.** Тяжелая работа не ведет к варикозу.

Длительные статические нагрузки, связанные с подъемом тяжестей или неподвижным пребыванием в положении стоя, действительно имеют существенное значение в развитии варикозной болезни. К категориям риска традиционно относят продавцов, поваров, хирургов, парикмахеров, офисных работников и т.д.

**Миф № 3.** Пожилой возраст и запущенность болезни (язвы, экземы, дерматит) являются противопоказанием к хирургическому лечению.

На самом деле эффективное лечение варикозной болезни возможно в запущенных случаях и в пожилом возрасте, если для этого нет индивидуальных противопоказаний.

**Миф № 4.** Варикоз — всего лишь косметическое неудобство вроде целлюлита.

Это глубокое заблуждение! Варикозная болезнь — прогрессирующее опасное заболевание. За стадией безболезненного изменения венозного рисунка ноги и "звездочек" приходят отек, чувство тяжелых ног, судорожный синдром.

**Миф № 5.** Варикоз не опасен для жизни, с его лечением можно и подождать.

На самом деле, нарушение венозного оттока может спровоцировать более страшные болезни. В частности, тромбоз глубоких вен, который проявляется резким плотным отеком ноги.

**Миф № 6.** Спортсменам варикоз не грозит.

Совершенно ошибочное мнение. Некоторые виды спорта особенно калечат вены ног. К таковым относятся футбол, силовые виды, борьба и т.д.

**Миф № 7.** Если варикоз начался, то помочь уже нельзя.

Неверно! Если варикоз не привел к необратимым изменениям в венах, пациентам назначают комплекс консервативного лечения: лечебная гимнастика, диетотерапия, лекарственные препараты (флеботоники), физиопроцедуры, компрессионный трикотаж, занятия плаванием и ходьбой.

Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики.

От всей души поздравляем с замечательной золотой свадьбой — с 50-летием прекрасной жизни наших дорогих **Константина и Лидию МИСТУЛОВЫХ!** Крепчайшего вам здоровья и радости на долгие годы, дорожить друг другом и идти вместе по жизни.

Пусть в вашем уютном доме продолжат царствовать крепкая, верная и бесконечная любовь, взаимопонимание и душевное спокойствие!

Любящие вас родные.



Поздравляем с днем рождения нашу дорогую **Юлию ПЕВНУЮ!** Пожелаем от души исполнения желаний, покорения вершин! Положительных эмоций, солнца, света и тепла, Чтобы долгая дорога в удовольствие была. Каждый день встречать с улыбкой, Не грустить и не болеть, Наслаждаться каждым часом, Ни о чем не сожалеть!

Коллектив редакции газеты "Рухс".



### Уважаемые жители района!

В соответствии с постановлением главного государственного санитарного врача по РСО-Алания с 12.08.2021 г. прием во всех филиалах МФЦ осуществляется по предварительной записи.

В филиале ГБУ РСО-Алания "МФЦ" в Ардонском районе предварительную запись можно осуществить следующими способами:

1. По телефону: +7(867-32) 3-13-09.
2. На сайте "Мои документы15.РФ".

Просим вас с пониманием отнестись к принимаемым мерам, направленным на сохранение здоровья жителей республики!

### Огурцы с пропиткой

На вкус получаются остренькие малосольные огурчики.

**Ингредиенты:** 3 кг хрустящих огурчиков, 200 гр моркови, полстакана зубчиков чеснока, пучок зеленого укропа, пучок кинзы или сельдерея, приправа по-корейски 1/2 ст. л.



Тщательно помыть и каждый плод разрезать на четыре части и пополам. Морковь потереть на терке, чеснок, сельдерей измельчить в блендере или мелко порезать.

Затем соединить порезанные огурцы, морковь, чеснок и укроп. В подготовленную овощную массу добавить 1,5 ст. ложки соли с горкой, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана подсолнечного масла 1/2 стакана 9% уксуса.

Опять смесь тщательно размешать и оставить на пару часов при комнатной температуре пропитаться.

Когда время истечет, разложить по чистым банкам и стерилизовать 7 минут с момента закипания.

### УСПЕТЬ СОБРАТЬ И ВЫСУШИТЬ

Издавна люди используют многие травы в качестве лечебных препаратов, заменяя ими таблетки. Зная их полезные свойства, можно вылечить не одну болезнь. Лето — самое время, чтобы собрать их и высушить самостоятельно в домашних условиях. Важно только учесть, что собирать растения нужно исключительно в экологически чистых местах, подальше от автомобильных трасс.

#### Шиповник

Созревание плодов шиповника приходится на август-октябрь. В народной медицине используют не только плоды, но и листья, цветки, корни и семена. Плоды шиповника содержат витамин С, магний, железо, калий, органические кислоты и дубильные вещества, а из его семян делают масло.

**Настой:** сушеные измельченные ягоды шиповника залить кипятком и настоять в термосе около 3 часов. На 1 литр воды берут примерно 2 столовые ложки измельченных ягод.

**Применение:** настой — эффективное средство для укрепления иммунитета, также полезен при авитаминозе, цистите, гипертонии.



#### Зверобой

Цветет с июня по август. Собирают его, срезая стебли вместе с соцветиями. Сохнет достаточно быстро. В нем содержатся дубильные вещества, никотиновая кислота, каротин, витамин С, эфирное масло, витамин РР и др.

**Чай:** измельченный сушеный зверобой залить кипятком и настоять 30 минут. На 300 мл воды кладут 10 граммов измельченного зверобоя.

**Применение:** зверобой способствует регенерации тканей, а также оказывает противовоспалительное действие. При гриппе полезно принимать как общеукрепляющее средство. Растение поможет укрепить нервную систему, так как является антидепрессантом.

#### Пустырник

Он цветет в июне-июле, плоды созревают в июле-августе. Срезать стебли нужно чем раньше, тем лучше. Пустырник содержит эфирные масла, гликозиды, алкалоиды, флавоноиды, горечи, танины, органические кислоты, сахаристые и минеральные вещества, витамины А и С.

**Настой:** залить кипятком и настоять около 40 минут. На 200 мл воды берут 15 граммов травы. Принимать настой нужно 3-4 раза в день.

**Применение:** пустырник обладает седативным и гипотензивным действием. Препараты из пустырника используются при неврозах, вегетососудистой дистонии и гипертонии

### Ардонская детская школа искусств объявляет набор учащихся на 2021-2022 учебный год по специальностям:

ФОРТЕПИАНО.

НАРОДНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ (баян, аккордеон, осетинская гармоника, гитара).

ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО (с 11 лет).

СОЛЬНОЕ ПЕНИЕ.

### УСЛУГИ

Гипсокартон, откосы, арки, шпаклевка, ремонт фасадов, декор фасадов, утепление, электрика и т. д.

Тел. 8-928-864-18-13

### ПРОДАЮТСЯ

Дом. Ул. Калинина, 20.  
Тел. 3-14-30, 8-928-067-69-71

1-комнатная квартира на 2-м этаже 3-этажного дома в новостройках. Ул. Бр. Дзугаевых, 243, корпус 1.  
Тел. 8-928-928-24-96

КРС разных возрастов.  
Ул. Зангиева, 64

### РАЗНОЕ

Требуется сиделка для мужчины (ходячий), с. Нарт.  
Тел. 8-918-822-34-23

### ПРОКАТ ПАЛАТОК И СТОЛОВ

(имеются праздничные) УГОЛ НЕВЕСТЫ АРЫНГТÆ, КОТЛЫ, АВТОХОЛОДИЛЬНИК. ДОСТАВКА КВАСА.  
Тел. 8-928-863-87-93.

### ПРОКАТ ПАЛАТОК

Имеются свадебные. АВТОХОЛОДИЛЬНИК.  
Тел. 8-928-935-97-77, 8-988-836-00-73.

Коллектив Ардонской районской больницы выражает глубокое соболезнование З. А. Мягких по поводу кончины отца **МЯГКИХ Александра Андреевича.**

Коллектив Филиала ООО "Газпром Газораспределение Владикавказ" в г. Ардоне выражает глубокое соболезнование О. М. Багдаеву по поводу кончины матери **БАГДАЕВОЙ—ГУГКАЕВОЙ Розы Саламгериевны.**

Коллектив Дома детского творчества выражает искреннее соболезнование семье Багдаевых по поводу кончины **БАГДАЕВОЙ—ГУГКАЕВОЙ Розы Саламгериевны.**

### Как почистить пригоревший утюг — проверенные способы:

**Способ №1.** Хозяйственное мыло. Нагреваем утюг, протираем его подошву хозяйственным мылом, после того как он остынет, смываем мыло водой.

**Способ №2.** Сода с моющим средством для посуды. Смешиваем 1/2 ч.л. моющего средства с 1 ч.л. соды (должна получиться кашица), наносим состав на подошву утюга (удобно использовать губку), оставляем прибор на 5-10 минут, после чего вооружаемся влажной ветошью, и интенсивно протираем очищаемую поверхность.



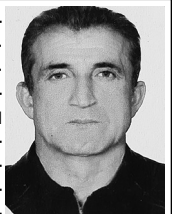
### ПРОКАТ

#### ПАЛАТОК И СТОЛОВ

\*СВАДЕБНЫЕ И ПРОСТЫЕ  
\*МУЗЫКА  
\*АВТОХОЛОДИЛЬНИК  
\*ДОСТАВКА И УСТАНОВКА.  
Тел. 8-928-484-18-04.

Выражаем огромную благодарность соседям, родственникам, друзьям и всем, кто разделил с нами горечь невосполнимой утраты нашего дорогого **Резазова Каурбека (Габе) Ирбековича.**

Сообщаем, что годовщина со дня смерти состоится в субботу, 4 сентября, по адресу: ул. Хосроева, 105.  
**Семья Резазовых.**



Выражаем благодарность всем, кто разделил с нами боль утраты нашей дорогой **Урусовой — Тлатовой Ирины Черменовны.**

Сообщаем, что 40-дневные поминки состоятся 4 сентября по адресу: ул. Ленина, 121, кв. 7.  
**Семья Урусовых.**

Коллектив СОШ № 3 выражает глубокое соболезнование З. М. Багдаевой по поводу кончины матери **БАГДАЕВОЙ—ГУГКАЕВОЙ Розы Саламгериевны.**

Коллектив газеты "Рухс" выражает глубокое соболезнование Мелсу Багдаеву по поводу кончины жены **БАГДАЕВОЙ—ГУГКАЕВОЙ Розы Саламгериевны.**

РЦИ-Аланийы Ерыдоны районы газет.  
Газета МО Ардонский район РСО-Алания.  
Основана в 1939 году.

рухс  
eBETI

УЧРЕДИТЕЛЬ:  
Администрация местного самоуправления муниципального образования Ардонский район 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 2603 экз.  
Заказ № 990  
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  
Д.Г. Квахаджидзе  
ОТВЕТСТВЕННЫЙ СЕКРЕТАРЬ А.Г. Бязырова  
и.о. ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА Р.Х. СОХИЕВА.

(6+)