

Родные СВЕТЫ

ГАЗЕТА ОСНОВАНА
В 1939 ГОДУ

2022 АЗЫ 7 ИЮЛЬ
СУСÆНЫ МÆЙ
ЦЫППÆРÆМ

7 ИЮЛЯ 2022 ГОДА
ЧЕТВЕРГ

№ 72
(12053)

С ПРАЗДНИКОМ!

Дорогие друзья!

Поздравляю вас с Всероссийским праздником – Днем семьи, любви и верности, утвержденным в честь православных святых Петра и Февронии, жизненный путь которых по сей день служит нам всем примером любви и преданности.

В этом году Президент Российской Федерации Владимир Владимирович Путин своим указом закрепил этот важный день в календаре праздничных дат. Его цель – сохранение традиционных семейных ценностей и духовно-нравственное воспитание детей и молодежи.

Крепкая, дружная семья была и остается главной ценностью в жизни человека, его защитой и опорой в трудные минуты. Это оплот национальных и культурных традиций, преемственности и связи поколений, а для страны в целом – фактор стабильности и развития общества.

Взаимное уважение, согласие, бережное отношение друг к другу – то, что важно для каждой семьи. И именно в таких семьях дети получают полноценное развитие, впитывают те истины, которые помогают им стать полноценными гражданами страны – трудолюбие, уважение к старшим, чувство ответственности за себя и других, любовь к Родине.

Сегодня поддержка и укрепление института семьи, создание условий для улучшения демографической ситуации, повышение социальной защищенности – приоритетные задачи всех уровней власти.

В этот праздничный день хочу выразить слова благодарности тем семьям нашей республики, которые строят свои отношения на основе взаимного уважения, заботы друг о друге, хранят искренность чувств, берегут тепло домашнего очага.

Пусть ваши родные всегда остаются для вас надежной опорой в жизни, а в ваших домах всегда царят любовь, доверие и понимание. Крепкого вам здоровья, душевной гармонии и большого семейного счастья!

Сергей МЕНЯЙЛО, Глава РСО-А.



ДАТА **День семьи, любви и верности** 8 ИЮЛЯ

День семьи, любви и верности получил статус официального праздника в России. Соответствующий указ 28 июня 2022 года подписал президент страны Владимир Путин. Согласно указу, праздник мы будем ежегодно отмечать 8 июля.

В Русской православной церкви этот праздник называют Днем памяти святых Петра и Февронии. Они считались покровителями семьи и брака. В 2008 году к этой дате в России приурочили День семьи, любви и верности. Торжественную дату отметили, но официального статуса праздник не имел. Теперь Владимир Путин исправил ситуацию.

Назвать этот праздник совсем молодым нельзя. Еще в 1990-е годы в Муроме восстановили давнюю традицию почитания святых Петра и Февронии, к которым обращались в случае проблем в семье и личной жизни. А уже в начале нулевых день города решили объединить с днем семейных ценностей.

Напомним, Годом семьи стал 2008 год. Именно тогда жители Мурома предложили сделать локальный праздник общегосударственным. Идея была одобрена в Государственной думе и Совете федерации, а также получила поддержку Межрелигиозного совета России. И 26 марта 2008 года на заседании Комитета Совета федерации по социальной политике учредили Всероссийский день супружеской любви и семейного счастья.

Трудно спорить с утверждением, что нет большего счастья, чем крепкая дружная семья, в кото в любой ситуации.

Об одной из таких семей — наш рассказ на второй странице газеты.

МИРА И СОГЛАСИЯ!

Уважаемые жители Ардонского района!

По доброй традиции 8 июля наша страна отмечает замечательный праздник – День семьи, любви и верности.

Это дата олицетворяет собой те ценности, которые берут свои истоки в семье: взаимопонимание, терпимость, любовь, добро и уважение.

Семья, в которой есть душевное согласие, готовность вместе преодолевать все трудности — это настоящая защита и опора для человека. Это самое дорогое, важное и хрупкое, что есть у человека. Имея все остальные блага, мы никогда не откажемся от семьи. На протяжении всей жизни наши родные поддерживают нас на жизненном пути, помогают советом, в любой ситуации находятся рядом и оберегают нас.

В этот замечательный праздник особые слова поздравлений многодетным семьям и семьям, прожившим много лет вместе, но сохранившим уважение и взаимопонимание. А молодым семьям желаем брать пример с тех, кто долгие годы трепетно хранит чистоту и искренность отношений, бережет традиционные семейные ценности и воспитывает на них своих детей!

Дорогие земляки! Пусть в ваших домах всегда царят мир и согласие, звучит детский смех и согревает всех тепло домашнего очага! Берегите друг друга, живите в мире, любви и согласии!

Владислав МАРЗАЕВ,

глава МО Ардонский район.

Владислав БАСИЕВ,

глава АМС МО Ардонский район.

10 ИЮЛЯ — ХЕТАДЖЫ БОН — ДЕНЬ ХЕТАГА (День Уастырджи, помогшего Хетагу)

Легенда гласит, что кабардинский князь Хетаг бежал от преследователей, намерившихся убить его за то, что он принял христианство. И уже когда они уже почти настигли Хетага в чистом поле, он взмолился: «О Уастырджи! Помогите мне!». И тогда он услышал голос свыше: «Хетаг! Беги к лесу!». Но к лесу Хетаг уже не успевал. Тогда он опять услышал: «Лес к Хетагу!». И выросла перед ним чудесная роща, с высокими деревьями. Там Хетаг укрылся и таким образом спасся от преследователей. Святая Роща Хетага находится к востоку от села Суадаг в Северной Осетии. В последние десятилетия праздник стал поистине всенародным.

В Рощу Хетага приезжают из разных концов Осетии. В том числе и из Южной Осетии. Роща обустроена, и в ней созданы условия для проведения праздника и массовых гуляний. Каждое село имеет свое место празднования. На День Хетага забивают быка, теленка, барана. Те же, кто по объективным причинам не может этого сделать, покупают три ребра или мясо, и таким образом возносят молитву Богу и Хетаджды Уастырджи. Как и на другие всенародные праздники (Реком, Уацилла, Джеоргуба и т. д.) в этот день не принято

забивать птицу, ставить на стол рыбу, свинину и приготовленные из них продукты. Свинина не должна присутствовать на столе при вознесении молитвы Богу — Стыр Хуыцау, Уастырджи и другим святым. В Рощу следует приезжать только с куфинагга (три пирога, физонаг, пиво или вода). Неправильно забивать жертвенных животных в самой Роще и устраивать бесконечные застолья. Из Рощи ничего уносить нельзя — Уастырджи накажет. Но это не касается того, что человек приносит с собой, в том числе и остатков пищи, посуды, мусора. Иначе, при том скоплении народа, которое наблюдается сейчас, не трудно представить, во что мы превратим Святую Рощу. Праздник обычно отмечается во второе воскресенье июля — во всех селах и городах нашей республики.



ХОНÆМ УÆ!

Хетаджды Уастырджийы бæрæгбоны хорзæх уæ уæд!
Хонем уæ 10 июлы 13 сахатмæ Аерыдоны кувæндонны фæзмæ
(Табасæуты Балойы номыл уынджы райдайæны).
ТАБУАФСИ, САККАГ КÆНУТ!

ВСТРЕЧИ

СОВМЕСТНО ВЫРАБОТАТЬ НЕОБХОДИМЫЕ РЕШЕНИЯ

В районе проходят традиционные встречи главы Ардонского района Владислава МАРЗАЕВА с жителями сельских поселений. Такие сходы являются своеобразным мостиком между селянами и представителями власти. На них люди напрямую задают все волнующие их вопросы, высказывают свои пожелания и претензии.



№1.

Такие встречи прошли в селениях Нарт, Фиэгдон и Рассвет. Владислав Батарбекович довел до присутствующих краткую информацию о том, что сделано в плане социально-экономического развития района, а также об основных направлениях деятельности, над которыми в настоящий момент работают органы местного самоуправления. Он поделился планами на будущее, а жители, в свою очередь, рассказали, как живут, какие у них проблемы.

Первым для живого диалога свои двери гостеприимно распахнул новый Дом культуры с. Нарт (фото №1).

— Мы собрались для того, чтобы обсудить проблемы и совместно выработать необходимые решения, — предваряя встречу, сказал глава района Владислав Марзаев.

Мероприятие проходило в виде диалога. Жители высказывались и получали ответы на многочисленные вопросы. Самыми болезненными из них для жителей Нарта являются проблемы земельные, водоснабжения, уличного освещения. Актуальной является и тема бездомных собак, которых скопилось большое количество.

На следующей встрече — с жителями селения Фиэгдон (фото

№2), также прозвучали волнующие граждан вопросы. Их интересовали процедура оформления документов на земли, вопрос использования земельных участков по назначению. Говорили и о бродячем скоте, о требующих ремонта дорогах. Наболевшей темой стал вопрос транспортного сообщения между поселением и г. Ардоном. Глава пообещал жителям в кратчайшие сроки решить данную проблему.

В клубе Рассвета также собрались те, кому не безразлично родное село. И обсудить было что. Водоснабжение — основная проблема в Рассветском поселении.



№2.

Люди жалуются на полное отсутствие воды в домах, что портит им качество жизни. Об этом глава района знает, и уже принимаются все меры для улучшения ситуации. Другая важная проблема — вспышка бруцеллеза у домашнего скота. Глава района сразу же договорился с жителями о новой встрече на этой неделе, на которую будет приглашен руководитель ветслужбы района, чтобы помочь владельцам скота решить этот вопрос. Также на встрече говорили и о низком напряжении в электросетях, проверке состояния гидрантов, отсутствии тротуара у школы и детского сада.

Завершая встречу, глава района отметил, что, к сожалению, все проблемы нельзя решить в одночасье. Но руководство района продолжит дальнейшую работу совместно с самими жителями района.

Диана КВАХАДЖЕЛИДЗЕ.

КОРОТКО

▲ Здание налоговой службы в Ардоне передадут школе искусств.

«Министерству культуры и налоговой службе необходимо определить порядок параллельной работы. Процесс передачи не быстрый, но результат от этого страдать не должен», — отметил глава республики Сергей Меньяло.

Отметим, конкретные сроки передачи объекта пока не обозначены.

▲ Участок русла реки Таргайдон протяженностью 800 метров вернется в собственность республики.

Иск по этому вопросу уже направлен в суд. Как сообщалось ранее, участок русла реки находился в частной собственности.

«Я не против бизнеса, но есть зоны, которые просто не могут находиться в частной собственности», — сказал глава Северной Осетии Сергей Меньяло.

▲ Спортивный комплекс в Ардоне готов к вводу в эксплуатацию. Процедура затягивается из-за споров с подрядчиком.

«Возникли вопросы по стоимости и объему выполненных строительно-монтажных работ», — отметил на аппаратном совещании в правительстве министр строительства и архитектуры республики Константин Моргоев.

Глава Северной Осетии Сергей Меньяло поручил ускорить процедуру ввода объекта в эксплуатацию.

«Вводите спорткомплекс в эксплуатацию, а подрядчик пусть через суд с нами разбирается. Это хозяйственный спор, из-за этого оттягивать ввод не надо», — сказал руководитель республики.



ЗАВТРА — ДЕНЬ СЕМЬИ, ЛЮБВИ И ВЕРНОСТИ

ДОМ — ПОЛНАЯ ЧАША

Скажем сразу, рассказать в полной мере о прекрасной и дружной семье, рождение которой состоялось в неблизком 1976-м году, задача не просто сложная — она, в принципе, невыполнима. Тогда, 56 лет назад, решили связать свою жизнь семейными узами Ахсарбек и Белла.



— Касаевы и Пагиевы жили на одной улице, по соседству, можно сказать, поэтому хорошо знали о существовании друг друга, — улыбаясь, вспоминает Белла. — В то время я работала в нашей городской библиотеке, а Ахсарбек — агрономом в совхозе "Ардон", а заочно учился в сельхозинституте. Дом, в котором мы живем, нам предоставило государство. Небольшой конечно, но с ним у нас связано очень много радостных и счастливых моментов, — признается она.

Супруги Касаевы с ностальгией вспоминают первые общие семейные хлопоты, рождение детей, их школьные успехи и достижения. На вопрос — в чем же секрет их счастливой семейной жизни, Ахсарбек и Белла, ни на секунду не задумываясь, отвечают: "Во взаимопонимании, готовности вместе преодолеть любые трудности и преграды. И самое главное — в трудолюбии. Нас наши старшие учили, что всякому делу есть свое время, и его нельзя упускать, необходимо уметь перетерпеть, чтобы добиться задуманного. Этому мы учили и учим своих детей и внуков".

Ахсарбек и Белла, не жалея себя, свои силы, сделали все, чтобы их трое детей получили хорошее воспитание и образование. Сын Алан после школы поступил в СКГМИ, после окончания которого решил получить еще одно, теперь уже — юридическое образование. После окончания института он начал работать в правоохранительных органах, вплоть до выхода на заслуженный отдых. Сейчас он продолжает трудиться в области юриспруденции в г. Москве. Старшая дочь Лана, окончив школу с серебряной медалью, получила экономическое образование и работает по специальности во Владикавказе. Младшая — Алла, также серебряная медалистка, блестяще отучившись в Ардонской ДШИ, поступила во Владикавказское художественное училище, которое также окончила с отличием. Она еще во время учебы была приглашена работать художником в реабилитационный центр при Аланском женском монастыре, где активно участвовала в его реставрации. Кроме того, Алла заочно окончила факультет психологии СОГУ. Сейчас она работает преподавателем в своей "альма-матер", делясь секретами мастерства художественного ремесла с будущими коллегами.

Сегодня Ахсарбек и Белла, несмотря на возраст, все так же полны энергии и жизнелюбия: "Общение с внуками, которых у нас восемь, заряжает оптимизмом. Благодаря им мы находим в себе силы и интерес к современным веяниям времени. Теперь уже мы многому учимся у своих младших", — признаются они. Ахсарбек,

всю свою трудовую жизнь отдавший сельскому хозяйству, со знанием дела ведет подворье. "Работа в огороде, уход за домашней птицей — все это требует ежедневного внимания и заботы, — говорит глава семейства, да и младших необходимо воспитывать на личном примере", — улыбаясь, добавляет он.

Белла же, все также неустанно продолжает совмещать домашние хлопоты со своей любимой работой — она уже продолжительное время является руководителем музея истории Ардона в СОШ №4, всецело отдаваясь этому интересному делу. Скажем больше — благодаря ее знаниям, наличию в музее различных ценных для истории экспонатов, мы и по сей день располагаем возможностью узнать что-то новое об интересных фактах и людях Ардона.

Наш рассказ об этих интереснейших людях станет неполным, если мы не обратим внимание на еще одну удивительную черту, присущую многим из представителей старшего поколения ардонцев — практически все они готовы в подробностях, детально рассказывать о своем родном городе, о зданиях, являющихся по их глубокому убеждению памятниками истории нашего города. О тех самых, которые застали еще детьми, об истории их появления и дальнейшей их судьбе. Учитывая кем и где работает Белла Касаева, не удивительно, что багаж ее знаний об Ардоне заметно шире и богаче, поэтому и сокрушается она по поводу отдельных, пришедших в запустение, зданий: "Взять, к примеру, то из них, где раньше располагалось духовное училище, а впоследствии, вечерняя школа. Просто диву даешься, как в то трудное время, когда большинство людей жили чуть ли не впроголодь, жители Ардона находили возможность всем миром, вкладчину, собирать средства на их строительство, а сейчас до них никому нет дела. Понятно, что изменилось время, изменилось отношение людей ко многим, казалось бы, вечным ценностям, но мы обязаны хранить все это наследство для своих младших, рассказывать и объяснять необходимость их сохранения для будущих поколений", — добавляет она с заметной грустью.

Уже распрощавшись с гостеприимной семьей Касаевых, ловишь себя на мысли: "Как же здорово, что в нашем районе есть семьи, жизнь которых прекрасна своей наполненностью, прекрасна тем, что в доме дети, внуки и уважаемые старшие, где все здорово и любят друг друга. Именно они и являются примером для молодых.

Аслан ГУГКАЕВ.

КАК ЖАРА ВЛИЯЕТ НА ПРИЕМ ЦИФРОВОГО ТВ

Летний зной раскаляет крыши домов и установленные на них телевизионные антенны. Высокие температуры иногда могут ухудшить качество телесигнала и даже приводят к его пропаданию, если антенна и приставка недостаточно надежны. Рассказываем, как уберечь приемное оборудование от перегрева.

Антенна

Российские телезрители могут смотреть 20 обязательных общедоступных телеканалов без абонентской платы. В цифровом эфирном телевидении, которое по всей стране транслирует РТРС, картинка на телеэкранах сочная и яркая, звук четкий, телесигнал устойчив к помехам. Однако летом при высоких температурах случается, что металл некачественных или неверно подобранных антенн изменяет свойства. Это может вызвать нарушение контактов и исчезновение изображения.

Большинство наружных антенн могут эксплуатироваться в диапазоне от -60 до +40 °С и предельной относительной влажности воздуха на уровне 90-100% при температуре +25 °С. Для комнатных антенн допустимый температурный режим — от +5 до +35 °С.

В районах, где сильная жара — привычное дело, рекомендуется использовать направленные логопериодические антенны с рефлектором без усилителя или антенны типа "волновой канал". Как правило, это наиболее погодоустойчивые варианты. По конструкции они представляют собой основание — трубу, на которую насажены поперечные планки (директоры). У логопериодической антенны директоры увеличиваются в размере, у "волнового канала" их размер одинаков. Чем больше их количество, тем выше коэффициент усиления. Установленный сзади рефлектор дополнительно защищает от помех со стороны других источников.

Если телесигнал пропал, первым делом необходимо проверить, не нарушено ли соединение антенны и кабеля. Если кабель поврежден, соединения окислены, на кабеле скрутки, его лучше заменить на новый.

Следует убедиться, что антенна ориентирована в сторону ближайшей телебашни. Уровень сигнала может снизиться из-за того, что ветер развернул антенну в другую сторону. Чтобы этого не произошло, необходимо надежно крепить антенну к трубостойке.

Телевизор

Старые телевизоры с электронно-лучевой трубкой исправно работают при температуре от +5 до +40 °С. Современные плазменные и жидкокристаллические телевизоры тоже в целом стойко переносят жару. Их диапазон рабочих температур — от +5 до +35 °С. Производители рекомендуют не подвергать их воздействию прямых солнечных лучей. Однако некоторые телезрители во время пребывания на дачах выносят телевизор на улицу под палящее солнце. Это может привести к перегреву устройства и даже к поломке.

Обычно в телеприемники встраивают специальную защиту, которая отключает устройство при достижении определенной температуры, но она есть не во всех моделях. Наиболее качественные модели предупреждают о превышении температурного лимита на экране.

Уточните в инструкции к телевизору диапазон рабочих температур и не включайте телевизор под прямыми солнечными лучами. При появлении на телеэкране тревожного сообщения о перегреве корпуса лучше выключить телевизор из электросети.

Приставка

Приставки, которые подключаются к телевизорам, не поддерживающим формат вещания DVB-T2, тоже подвержены перегреву. Инструкции по эксплуатации телевизионных приставок рекомендуют использовать их от +5 до +35 °С. Однако недорогие модели могут перегреваться в любую погоду, а на жаре этот процесс только ускоряется. Как результат, происходит пропадание каналов или зависание изображения. Обычно в этом виноваты конструктивные недоработки. Излишне нагреваться могут приставки с встроенным блоком питания.

Лучше всего заменить такую приставку на другую, более надежную модель. При этом стоит выбирать модели с внешним блоком питания — его легко заменить в случае поломки.

Соблюдение правил эксплуатации приемных телевизионных устройств поможет не допустить вынужденного перерыва в просмотре любимых телепередач.

Пресс-служба РТРС.

ЖАРКИЕ ДНИ: КАК ИХ ПЕРЕЖИТЬ

Почему прохлада не всегда спасение, что есть и пить в жару, когда заниматься спортом и как себя вести, если стало плохо.

Опасна для всех

Жара — это прежде всего стресс для организма, который пытается адаптироваться к непривычным условиям, работает на пределе и тратит на это больше ресурсов.



В первую очередь в группе риска в жару находятся люди, имеющие хронические заболевания, люди с ослабленным иммунитетом после перенесенных острых заболеваний или в период болезни. Но в целом в группе риска может оказаться любой человек, если он не будет соблюдать предосторожностей при длительном нахождении на жаре. Перегрев может вызвать тепловой удар и обезвоживание.

Особенно внимательно нужно относиться к пожилым людям, так как у них часто имеются хронические заболевания, а также к детям — малыши не ощущают опасности, находясь долго на солнце.

Вот несколько простых советов для всех, которые облегчат пребывание на жаре:

- по возможности надо чаще принимать прохладный душ (не ледяной);
- на улице нужно носить головной убор, желательно с широкими полями или с козырьком, и надевать свободную светлую одежду из натуральных тканей;
- выходя из дома, нужно брать с собой воду и лекарства, которые могут понадобиться для купирования обострения хронического заболевания;
- внимательно следить за детьми, чтобы они не находились долго на открытом солнце.

Больше пить, но не газировку и кофе



Самый очевидный совет для жаркой погоды — больше пить. Но делать это нужно правильно. В жару влага из организма уходит очень быстро из-за потоотделения, что негативно сказывается на водно-солевом балансе, поэтому пить нужно больше обычной нормы.

Не нужно выпивать сразу много воды, чтобы не давать большую нагрузку на почки. Лучше пить чаще по несколько глотков. Кроме того, люди разного возраста, веса, ведущие активный либо пассивный образ жизни, нуждаются в разном количестве жидкости. Обычно рекомендуют исходить из среднего показателя потребности — 30-40 миллилитров на килограмм веса. Не стоит забывать о том, что значительная часть необходимой жидкости содержится в потребляемых нами продуктах.

Лучше всего пить обычную воду, и прохладную, а не ледяную. Это поможет избежать резкого переохлаждения, которое ослабит местный иммунитет.

А вот от сладких и газированных напитков лучше отказаться. В них кладут большие порции сахара, и это повышает риски развития заболеваний. Некоторые виды газировки также содержат кофеин, который способствует обезвоживанию. Потому же не стоит злоупотреблять и кофе.

А освежиться алкогольным напитком в жару — плохая идея, которая может закончиться госпитализацией.

Алкоголь нарушает терморегуляцию, дает нагрузку на сердечно-сосудистую систему и способствует выведению жидкости из организма. Употребление алкоголя на жарком открытом солнце может привести к серьезным осложнениям.

Как работать в жару

Работа в жару не останавливается. Но такая погода оказывает влияние на трудовой процесс.

Если есть возможность регулировать занятость, то следует избегать занятий активным физическим трудом в самые жаркие часы. Старайтесь перенести эту нагрузку на вечер. В офисе следите за температурой воздуха, пейте больше чистой воды, надевайте свободную легкую одежду.

Прохлада не всегда спасение

Стоит опасаться резкого перепада температур, когда вы заходите с улицы в помещение. В магазинах и торговых центрах кондиционеры часто очень сильно охлаждают воздух. Поэтому стоит что-то надеть на себя, чтобы не случилось резкого переохлаждения.

В офисе или дома следует настраивать кондиционер на 20-25 градусов и поддерживать эту температуру.

Кондиционер не представляет опасности, если им правильно пользоваться. С помощью него можно комфортно пережить летнюю жару. Если его настроить на приемлемую для здоровья температуру, то он будет эффективно поддерживать заданный температурный режим даже ночью. Главное — не находится в зоне прямого обдува, под струей воздуха.

При этом наличие кондиционера не отменяет важности проветривания.

Как отдыхать в жару

В теплую погоду многие выезжают на пикники. Покупая продукты для отдыха, нужно помнить, что тяжелая пища не лучший выбор для жары. Лучше отдать предпочтение холодным супам, салатам, овощам и фруктам.

Осторожным нужно быть и во время приема солнечных ванн. Загорать на открытом солнце можно только до 11:00 и после 17:00 не более 20 минут. В остальное время лучше находиться в тени. Обязательно пользоваться солнцезащитными средствами и надевать головные уборы с широкими полями.

Обращаем особое внимание на правила купания в водоемах.

Первое правило: после физической нагрузки необходимо отдохнуть. Второе правило: нужно дать время организму на адаптацию к холодной воде. Ни в коем случае не прыгайте в воду с разбегу, не ныряйте сразу с головой! Погружаться в воду надо постепенно, привыкая к температуре. Желательно перед этим обтереться мокрым полотенцем или зачерпнуть воду и полить на себя. В первый раз заходите в воду ненадолго, для начала достаточно двух минут. А в следующие заходы можно постепенно увеличивать время.

При резком перепаде температур может произойти спазм сосудов или скачок артериального давления. От этого можно потерять сознание, что особенно опасно в воде. Также при резком охлаждении в воде наступает рефлекторное сокращение мышц, что может повлечь за собой судороги и остановку дыхания.

Опасны в жару и активные занятия спортом. На спортплощадку или беговую дорожку стоит выходить только в утренние или вечерние часы и обязательно пить воду.

Что делать, если стало плохо

При длительном нахождении на открытом солнце может случиться солнечный удар. А в душном помещении, где солнца нет, грозит удар тепловой.



Насторожиться и принять меры необходимо, если появилась головная боль и головокружение, ощущение лихорадки, утомляемость, слабость, угнетение, покраснение кожи тела, одышка, холодный пот. Часто людей беспокоит тошнота.

Если возникли такие симптомы, нужно срочно охладиться: найти тень, выйти из душного помещения, выпить прохладной воды, обтереть водой лицо или умыться, смочить ткань и сделать компресс для головы. Если есть возможность, принять прохладный душ и прилечь. Если лучше не стало, следует обратиться к врачу.

Жара, перепад температур, сквозняки, ледяные напитки — все это ослабляет иммунитет и делает человека более уязвимым перед вирусами. Врачи советуют выбирать для отдыха менее людные места.

ПРОГНОЗ

ПОГОДА В ИЮЛЕ

Июль — самый жаркий месяц в году. С 22 июня, со дня летнего солнцестояния, солнце поворачивает на зиму, а лето на жару.

Солнце укорачивает свой ход, а тепло идет на прибыль. Это утверждение справедливо и для нашей республики.



Обычно в июле средние месячные температуры воздуха составляют около 20-22 градуса в предгорных районах республики и около 25 градусов в степных районах. В этом году по прогнозу Ростовского гидрометцентра температурный фон по территории

Северо-Кавказского федерального округа ожидается выше и около нормы. В ночные часы температуры воздуха будут опускаться от 14-18 до 17-22 градусов тепла. Днем воздух в основном будет прогреваться до 24-30 градусов, в отдельные дни до 35-38 градусов.

За многолетний период наблюдений самый холодный июль отмечался в 1985 году, когда среднемесячная температура воздуха составляла всего 17 градусов тепла. Самым теплым был июль 2000 года, среднемесячная температура воздуха была 24 градуса.

Месячное количество осадков в июле составляет обычно 110-113 мм в предгорьях и около 40-44 мм в степных районах республики. В этом году оно ожидается меньше и около нормы. Временами будут отмечаться дожди ливневого характера с грозами, в отдельные дни сильные с градом и шквاليстым усилением ветра.

С. СУХОВА,
синоптик 1 категории.

Соус к мясу

Мало кто знает, но из красных плодов можно приготовить интересную заправку ко вторым блюдам.

Ингредиенты: сахар – 1 килограмм; чистая смородина – 2 килограмма; чесночные дольки – согласно вкусу; уксус 9% – 200 миллилитров; соль, корица и гвоздика – по 2 чайные ложки; молотый перец – 1 чайная ложка.

Приготовление: перетереть ягоды до состояния сока. Прокипятить отжатый сок и порциями добавить сахар. Дождаться исчезновения кристалликов и ввести уксус и специи. Снять с огня. Разливать соус лучше в небольшие емкости, чтобы после открытия долго не хранить продукт.

Фруктовый квас

Ингредиенты: дрожжи – 20 г; красная смородина – 1 кг; вода – 4 литра; сахар – 400 г; лимонка – 3 г.

Приготовление: пюрировать ягоду, залить водой и прокипятить. Дать настояться пару часов. Процедить отвар и ввести в него оставшиеся компоненты. Оставить на 10 часов в тепле. Профильтровать забродивший напиток. Хранится смородиновый квас в бутылках в холодильнике.



Шарлотка со смородиной

Ингредиенты: яйца – 4 шт.; сахар – 120 г; мука – 150 г (+ 1 ст. л. для смешивания со смородиной); разрыхлитель – 0,5 ст. л.; ванильный сахар – 1 пакетик (10 г); красная или черная смородина (свежая или замороженная) – 150 г; сахарная пудра для подачи.

Смородину перебрать, вымыть и обсушить. Если вы используете замороженные ягоды смородины, их нужно разморозить, лишнюю жидкость слить. Яйца взбить в миску.

К яйцам всыпать сахар, ванильный сахар и с помощью миксера взбить до однородной массы. Яичная масса должна стать пышной и немного посветлеть.

Муку с разрыхлителем просеять, затем добавить в яично-сахарную смесь и аккуратно, снизу вверх, перемешать. Должно получиться однородное тесто, по консистенции напоминающее густую сметану. Форму для выпечки застелить пергаментом (у меня размер формы 20x20 см). Вылить половину теста.

Смородину смешать с 1 столовой ложкой муки и выложить на тесто. Поверх ягод вылить оставшееся тесто, разровнять.

Выпекать шарлотку со смородиной в разогретой до 180 градусов духовке 30-35 минут (до красивого румяного цвета).

Достать шарлотку из духовки и дать остыть. Затем вынуть из формы, присыпать сахарной пудрой и украсить ягодами смородины. Вкусная, мягкая и ароматная шарлотка со смородиной готова. Подавать с чашечкой ароматного чая.



Маска для сухой, нормальной кожи защитит лицо от солнца

Простой способ защиты от солнца, в котором всего лишь нужно нанести на кожу свежий взбитый желток куриного яйца. Маску оставляют на коже до её полного высыхания, а в завершение смывают теплой водой.

Маска для комбинированной, жирной кожи

В этом рецепте народные знахари рекомендуют настоять на водке семена огурца, взятые в соотношении 1:10. Настаивают смесь в прохладном месте в течение 2-х недель, после чего процеживают. Готовый продукт разбавляют очищенной водой также в соотношении 1:10 и уже этим лосьоном ежедневно протирают кожу. Заметим, что огурец обладает легкими отбеливающими свойствами и защищает кожу от появления веснушек.

УСЛУГИ

Покос травы — 250 руб./сотка.
Тел. 8-988-836-23-89

Покос травы. Качественно, любой сложности.
Тел. 8-960-401-28-90, Давид
8-963-176-73-53, Борис

ПРОДАЕТСЯ

З/участок в 6 соток в идеальном месте.
Тел. 8-928-863-73-03

Полуфабрикаты, заморозка, вареники с творогом, пельмени, хинкали, котлеты (из говядины). Доставка — бесплатно.
Тел. 8-988-833-44-25, Алла

Бараны от 7-12 тыс. руб.
Ул. Терентьева, 100.
Тел. 8-919-426-08-06

Корова дойная (8-мес.).
Тел. 8-928-855-57-26,
8-988-877-72-99

ИП Сулименко О.А. Дизайн студия «NOVA»

в соответствии с ФЗ «Об основных гарантиях избирательных прав и права на участие в референдуме граждан РФ» публикует расценки на производство предвыборных агитационных материалов.

- Листовки** А4, 4+0, 1000 шт. — 5,2 руб., 2000 шт. — 3,9 руб., 5000 шт. — 2,9 руб., 10000 шт. — 2,56 руб. — цена за 1 шт.
- Плакат** А3, 4+0, 500 шт. — 15,8 руб., 1000 шт. — 10,3 руб., 2000 шт. — 7,6 руб., 5000 шт. — 3,96 руб., 10000 шт. — 3,56 руб. — цена за 1 шт.
- Буклет** А4, 4+4, 1000 шт. — 6 руб., 2000 шт. — 4,75 руб., 5000 шт. — 3,5 руб., 10000 шт. — 3,1 руб. — цена за 1 шт.
- Календарь карманный** 7x10 см, при тираже 1000 шт. — 2,5 руб., 2000 шт. — 1,5 руб.,
- Сувенирная продукция** (ручки, флаги, блокноты, нанесение логотипа на футболки, бейсболки, значки и др.)
- Широкоформатная печать:** билборд — от 2800 руб. баннер — от 180 до 200 руб 1 кв.м., пленка — 250 руб. 1 кв.м.
- Дизайн, верстка** — 700-1000 руб. за 1 макет.

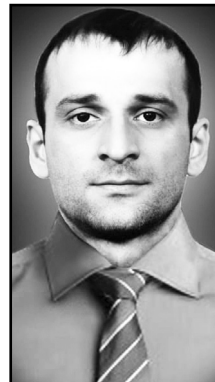
Обращаться: РСО-Алания, г. Владикавказ, ул. Гастелло, 65, тел. 8-903-483-02-02, 95-26-06.

ИНН 151004469015, ОГРН 309151514000052

Лазарты Таймуразы мысгәйя

Йæ туджы фидар уйд нæртонæу рæстдзинад. Лазарты Таймураз фыдыбæсты номæй, Комкоммæ фыдгулмæ лæбурдта æргомæй. Фыр буцæй, Таймураз, Æппу дæу куы хуыдтой, Сæ гыцыл удты дæ хъæбултæ куы дардтой... О, мæгуыр фæлмæн мад, цы бон дыл ныккодта, Хур дæр уæ рыстатæй сау пæлæз куы 'ркодта... Тæлпуд уæвын Æппу йæ сæрмæ не 'рхаста, Фыдгæнæджы фæндтæ йæ риуæй ыссæста... Дыууæ æфсымæры, — хæстмæ тындзыдтат, Æппу 'мæ Тамерлан, кæрæдзæйы нал фæдтат... Дæ фыд дæ йæхицæн ныфсытæ куы 'вæрдта, Дæ куыстуарзаг къухтæн арфæтæ куы кодта... Фæлæ йæм мауал кæс, мæгуыр фыд, æнкъæлмæ, Хуры цæст батар ис Таймуразы сæрмæ... Лазарты Таймураз, сæрæнгуыр дæ хъæбатыр, Дæ хъæбултæй куры Иры фарн стыр хатыр! Дæ ном дын дардзыстæм хъармдæр ран нæ удты, Фæлмæн уæд дæ бынат æнусон рухс бæсты...

Хъыгæрдæйæ Гæджынон-Хабæты Риммæ.



Семья Лазаровых выражает искреннюю благодарность родным, близким, друзьям, соседям, одноклассникам и всем неравнодушным, кто разделил с нами боль и горечь утраты **Лазарова Таймураза Хазбиевича**.

Сообщаем, что 40-дневные поминки состоятся **9 июля** по адресу: **с. Кадгарон, ул. Гутнова, 75.**



Семья Марзоевых

Коллектив ООО «Артель» выражает глубокое соболезнование родным и близким по поводу безвременной кончины

ЛЕЦИКА
Юрия Ивановича.

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



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 2002 экз.
Заказ № 725
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
и.о. ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
И.Э. КАЛОЕВА.

(6+)

Масло сливочное натуральное — 600 руб./кг, **сливки** — 300 руб./литр, **молоко** — 250 руб./3 литра, **сыр свежий** — 300 руб./кг, **к чаю** — 350 руб./кг, **свиной внутренний жир** (растопленный). **Ул. Лермонтова, 39. Тел. 8-928-863-45-56, 3-14-13.**

ОРГАНИЗАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

- закупка продуктов
 - приготовление блюд
 - обслуживание
 - уборка
 - поминальные обеды.
- Тел. 8-961-822-06-56, 8-929-864-13-08, 8-918-827-28-41, 97-28-41, Ольга.**

ООО «АРТЕЛЬ»

Поздравляет всех жителей Ардонского района с праздником Святого Хетага и предоставляет праздничные скидки **до 15% с 7 по 17 июля.**
г. Ардон, ул. Пролетарская, 38.
Тел. (8-867-32)3-27-08, 8-928-486-37-04

МЕТАЛЛОИЗДЕЛИЯ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ.

НАВЕСЫ ИЗ ЛЕКСАНА, ПРОФНАСТИЛА И ДР.
Тел. 8-989-744-18-64.

ТРЕБУЮТСЯ РАБОТНИКИ

в фермерское хозяйство с развитием агротуризма в горной местности.
Проживание в новом доме со всеми удобствами.
МОЖНО ВАХТОВЫМ МЕТОДОМ.
Тел. 8-928-934-66-84.

Работает цех

ПО ИЗГОТОВЛЕНИЮ ПРОПАРЕННЫХ ПЕПЛОБЛОКОВ.

с. Чикола, ул. Степная, 98.
Тел. 8-918-828-79-79.

ПРОКАТ ПАЛАТОК

Имеются свадебные. Аггæ, арынгтæ, квас на любые мероприятия, осетинская траурная музыка. Цены договорные.
Тел. 8-918-703-37-12, 8-918-837-20-98.

ПРОКАТ ПАЛАТОК

-ПРОКАТ ПОСУДЫ;
-АРЕНДА БОЧКИ КВАСА, ХОЛОДИЛЬНИКА;
-МУЗЫКАНТЫ;
-ПОВАРА.
Тел. 8-919-424-33-55.