

Рухсе эвэст

ГАЗЕТА ОСНОВАНА
В 1939 ГОДУ

2023 АЗЫ 1 ИЮЛЬ
СУСÆНЫ МÆЙ
САБАТ

1 ИЮЛЯ 2023 ГОДА
СУББОТА

№ 69
(12296)

НАУКА **БЕСЦЕННОЕ СОКРОВИЩЕ НАРОДА** В СОИГСИ прошла презентация трехтомной "Энциклопедии осетинской нартиады"

Это первый фундаментальный труд, в котором обобщены результаты многолетних исследований в области нартоведения – научного направления, с которого начиналась наука об Осетии и осетинском народе.

"Энциклопедия осетинской нартиады" отражает накопленные осетиноведением за полтора столетия сведения об осетинских нартовских сказаниях: сюжеты, циклы и герои "Нартиады"; записи, публикации и исследования российских и зарубежных ученых, посвященные эпосу; информацию о его собирателях и сказителях; анализ исторических, мифологических, художественных основ эпоса; обзор генетических и ареальных связей "Нартиады" с мифологиями народов Дагестана, ираноязычных татов Северного Кавказа, ханты и манси, ассирийцев, а также кельтской, романской, греческой, хеттской, этрусской, монгольской, японской и другими мифологиями и т.д.

К ее созданию помимо ученых СОИГСИ были привлечены более 50 специалистов из научных организаций страны и ближнего зарубежья: фольклористы, языковеды, литературоведы, философы, археологи, историки, этнографы. Работа длилась 6 лет.

Автор проекта и руководитель рабочей группы – доктор исторических наук, профессор, заведующий отделом этнологии СОИГСИ им. В.И. Абаева, заслуженный деятель науки РФ **Людвиг Чибиров**. А благодаря поддержке директора СОИГСИ про-



фессора **Залины Кануковой** была доработана концепция энциклопедии, спроецирован ее наиболее оптимальный вариант.

Богатейший иллюстративный материал, включенный в "Энциклопедию осетинской нартиады", представлен графическими и живописными работами выдающихся мастеров осетинского изобразительного искусства **М. Туганова, А. Джанаева, Ш. Бедоева, Е. Бутаева, М. Джикаева, А. Хохова и др.**

Издание трехтомной энциклопедии осуществлено при финансовой поддержке Вячеслава Битарова, депутата Парламента РСО-А **Зелимхана Ватаева**, пред-

седателя координационного совета МОД "Высший Совет осетин" **Казбека Еналдиева**, учредителей благотворительного фонда "Лаба" **Артура Бирагова и Игоря Туаева**, предпринимателей **Алана Цибирова, Вадима Ванеева, Бориса Ходова, Андрея Дзидханова, Георгия Боциева, Артура Магаева, Таймураза Цомаева, Сослана Хамикоева.**

"Эта энциклопедия поистине уникальна. В мире более 20 народов, у которых есть свои эпосы. Из них впервые энциклопедия этнических сказаний появляется только у осетин. Эпос имеет колоссальное значение для нашей истории. В данном трех-

томнике мы постарались всесторонне рассмотреть эпос, не оставляя ничего существенного "за бортом". Я считаю, что книга всеобъемлющая. В первую очередь она будет полезна для исследователей, нартоведов, фольклористов, а также для всех тех, кто занимается гуманитарными науками", – сказал Людвиг Чибиров.

Научный руководитель ВНЦ РАН, доктор физико-математических наук, профессор **Анатолий Кусраев** назвал презентацию "Энциклопедии осетинской нартиады" выдающимся событием культурной жизни республики и поблагодарил всех, кто приложил руку к реализации этого проекта. Он особо подчеркнул роль Северо-Осетинского института гуманитарных и социальных исследований (филиала ВНЦ РАН), сыгравшего решающую роль в становлении мирового нартоведения. **Анатолий Георгиевич** также отметил, что именно такой монументальный труд представлен большим авторским коллективом во главе с профессором Людвигом Алексеевичем Чибировым. "Уверен, что трехтомная "Энциклопедия осетинской нартиады" получит дальнейшее развитие и послужит духовным маяком для будущих поколений. Первое издание знаменитой "Британники" (1768–1771 гг.) также было трехтомным, но уже 15-е (1985 г.) насчитывало 32 тома", – сказал он.

Зарина КАБИСОВА.
"СО".

Фото Татьяны ШЕХОДАНОВОЙ.

СОЦИАЛЬНЫЙ РАКУРС

БЛАГОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ



Качество и своевременность предоставляемых услуг – этому правилу работы на протяжении многих лет следуют сотрудники отделения социальной помощи пожилым гражданам и инвалидам ГБУ «КЦСОН Ардонского района». Сегодня на учете в отделении состоят 558 получателей социальных услуг разных категорий. В их числе: инвалиды – 2, участники Венгерских событий – 3, вдовы умерших участников ВОВ – 28 и ветеранов ВОВ – 105, члены семей участников специальной военной операции на территории Украины – 72, ветераны боевых действий в Афганистане – 41.

— Отделение СППГИИ является многофункциональным и ведет работу по многим направлениям, — говорит заведующая **Виктория Кулаева**. — Прежде всего предоставляются услуги по оздоровительному отдыху. Наши подопечные направляются в республиканский геронтологический центр, санатории «Осетия» и «Сосновая роща», ежемесячно осуществляется выезд социальной службы к маломобильным, одиноким и малоимущим категориям населения для оказания правовой, психологической и гуманитарной помощи. Кроме того, выдаются единые социальные проездные билеты региональным и федеральным льготополучателям.

Главное в деятельности любого отделения социальной службы – это искреннее, отзывчивое отношение к подопечным. Так, чтобы годы их жизни были согреты теплом окружающих, чтобы долголетие было во благо. Так, доброй традицией стали торжественные поздравления с юбилейными датами и памятные подарки подопечным. Для пожилых людей с ограниченными возможностями здоровья в отделении создан пункт проекта технических средств реабилитации и служба сопровождаемого проживания инвалидов. Все желающие из числа льготополучателей также могут получить дополнительные услуги парикмахера на дому. Большой интерес вызывает творческая работа в клубах «Золотой возраст» и «Активное долголетие», кружках «Мастерица» и «Хозяюшка».

В сегодняшнее время людям, по отношению к которым важно и нужно проявлять особую заботу и внимание, стало больше, ими являются семьи участников специальной военной операции на Украине. Стоит ли говорить о том, что испытывают родители, чьи сыновья находятся в зоне СВО. Поэтому в учреждении на первом месте – большая ответственность за порученное дело. Этой категории людей оказывается психологическая, правовая и всевозможная поддержка. Необходимо делать все, чтобы поддержать мобилизованных. Защищая безопасность нашей страны, они должны быть уверены, что об их семьях тоже заботятся.

Ирина ДЗУГКОВА.

Подписка продлена!

**С любимыми не расставайтесь!
ПОДПИШИСЬ НА "РУХС":**

газету для тех, кто хочет быть в курсе всех районных новостей.

Подшло к концу первое полугодие 2023 года. Не измените своим традициям и успеете подписаться на районную газету до 15 июля!

Ведь «Рухс» — это:

- Единственное официальное СМИ на территории района.
- Надежный путеводитель по всем сферам общественной жизни.
- Газета о людях, которых мы хорошо знаем и любим, и о новых именах, которые множат достижения Ардонского района.
- Способ выразить слова своей благодарности.
- Районная «доска объявлений».
- Лучший вариант оригинального поздравления.
- Удобная телепрограмма основных телеканалов.

**Льготная цена –
620 руб. 40 коп.**



НАШИ ЗЕМЛЯКИ

ПАМЯТИ НЕПОКОРЕННОГО
ПОДПОЛЬЩИКА ЕЛКАНА ГУРИЕВА

29 июня в России отметили День партизан и подпольщиков. В канун памятной даты во Владикавказе состоялась церемония возложения цветов к бюсту героя партизанского движения Белоруссии, офицера Красной армии, кавалера ордена Красного знамени Елкана (Ильи) Гавриловича ГУРИЕВА.

мана Касаева на оккупированной фашистами территории. Через некоторое время молодой офицер организовал подпольную ячейку «Непокоренные», со временем разросшуюся до целого полка. Участники партизанского крыла под руководством Елкана Гуриева совершили множество героических поступков, ведя эффективную

стало, он был похоронен на аллее Славы, а его документы и личные вещи до сих пор хранятся в музеях Минска и Могилева. Кроме того, в Могилеве в его честь назван один из бульваров города.

Организаторами церемонии возложения цветов выступили авторы социально значимого проекта увековечивания памяти героев «На Барбашовом поле» - Северо-Осетинская региональная общественная организация содействия развитию гражданского общества «Алания» в лице руководителя грантового направления **Артура Каирова** и Продюсерский центр **Павла Беккермана** в лице его руководителя – заслуженного деятеля искусств Республики Южная Осетия, кандидата педагогических наук **П.Беккермана**.

На церемонии был поднят вопрос об увековечивании памяти Ильи Гавриловича Гуриева через присвоение его имени образовательным учреждениям, а также улицам в населенных пунктах республики, как это было сделано в Белоруссии.

Сам же бюст Елкану Гуриеву был торжественно открыт 29 октября 2015 года. Инициатором его установки стала фамилия Гуриевых, а автором памятника — **Ибрагим Хаев**.

Увековечивание славного имени одного из сынов осетинского народа на его исторической родине стало возможным благодаря неравнодушному человеку — **Тамерлану Гуриеву**, много лет отдавшему делу воспитания подрастающего поколения на посту заместителя начальника детского лагеря «Металлург» ОАО «Электрорцинк».

Николай СВИРИДОВ.



Елкан Гуриев родился в селе И Кадгарон в 1912 году. В девятнадцатилетнем возрасте в чине офицера он попал на Белорусский фронт. Участвовал в битвах за Могилев. Потом был ранен и госпитализирован. Там он познакомился с представителями партизанского отряда и по выздоровлении продолжил воевать в рядах 121-й партизанской бригады в отряде будущего Героя Советского Союза Ос-

борьбу против врага, а самое главное — спасая тысячи жизней мирных граждан. Елкана Гавриловича относят к группе так называемых непокоренных подпольщиков, внесших огромный вклад в дело разгрома фашистов.

За свои боевые заслуги он был награжден орденом Красного знамени. После войны Гуриев остался жить и работать в Могилеве. В 1975 году его не

МЕРОПРИЯТИЯ

«Скажи наркотикам НЕТ!»



В Ардонском районе прошли мероприятия в рамках Международного дня борьбы со злоупотреблением наркотическими средствами и их незаконным оборотом, который отмечается ежегодно 26 июня.

Специалисты и волонтеры ГБУ ЦСМ по Ардонскому району провели акцию «Скажи наркотикам НЕТ!» с раздачей листовок и буклетов по профилактике наркомании. Жители и гости района были проинформированы о последствиях употребления наркотических средств, механизме формирования зависимости, а также о том, куда обращаться за помощью, если у знакомых или близких уже сформировалась наркотическая зависимость. Также сотрудники Центра и волонтеры рассказали о важности ведения здорового образа жизни.

Кроме того, для учащихся школ района и студентов СКАТК регулярно проводятся лекции в целях формирования знаний о вреде наркоман-

нии. Ребятам рассказывают о воздействии наркотиков на организм человека, распространенных заблуждениях, связанных с употреблением наркотиков, и о том, как противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

Также в этот день на площади у районного Дворца культуры был организован велопробег, в котором приняли участие юные жители города.

Участники велопробега таким спортивным образом напомнили горожанам о пользе ведения здорового образа жизни и необходимости отказа от пагубных зависимостей, а также о важности выработки отрицательного отношения у подрастающего поколения к запрещенным препаратам. В завершение акции юных спортсменов угостили сладостями, которые предоставили спонсоры мероприятия — **Борис Газаев** (магазин «Ассорти») и **Валерий Цораев** (магазин «Арфа»).

Диана КВАХАДЖЕЛИДЗЕ.

КИКБОКСИНГ

ВСЕГДА В ЧИСЛЕ ЛУЧШИХ



В г. Анапе с 23 по 25 июня прошли соревнования по кикбоксингу в дисциплинах «Лайт-контакт» и «Поинт-файтинг» в рамках Межрегионального фестиваля боевых искусств «Содружество» среди юношей и девушек от 8 до 17 лет.

Состязания собрали 250 сильнейших спортсменов из 12 регионов страны: Самарской области, Астраханской, Екатеринбург, Краснодарского края и др. Среди представителей нашей республики были шесть юных кикбоксеров из Ардона. Тренером ардонских спортсменов является **Эльбрус Гацоев**, который также выступал на соревнованиях в роли судьи.

В своих весовых и возрастных категориях первые ступени пьедестала заняли **Максим Макиев** и **Дзамболат Баскаев**, второе место завоевал **Чермен Джигкаев**, а бронзовым призером стал **Сармат Гебуев**.

Помощь в поездке спортсменов оказали представители администрации Ардонского района, родители юношей и меценат **Ирбек Кесаев**, за что им большую благодарность выражает **Эльбрус Гацоев** и его воспитанники.

Мы поздравляем юных чемпионов и желаем им покорения новых вершин!

Диана КВАХАДЖЕЛИДЗЕ.

СИТУАЦИЯ

ДВЕ ЛИСИЧКИ, НО БЕЗ СПИЧЕК

Огнеборцы пожарно-спасательной части №7 Главного управления МЧС России по Республике Северная Осетия-Алания — старший пожарный прапорщик внутренней службы **Геннадий Кузьмичев**, пожарный сержант внутренней службы **Хетаг Маргиев** и водитель сержант внутренней службы **Владислав Кайтмазов** спасли двух лисят, провалившихся в глубокий колодец.

два лисенка. Малышей обнаружили местные жители, но извлечь зверушек самостоятельно из западни не смогли.

Прибывшие на место пожарные спустились в колодец с помощью лестницы. Лесные зверьки «ругались», рычали на огнеборцев и даже пытались кусать своих спасителей, но, несмотря на это, пленники были вызволены из колодца.



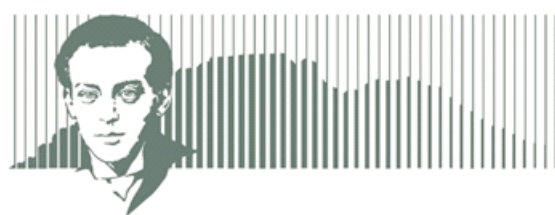
Накануне в пожарно-спасательную часть г. Ардона поступило сообщение о том, что на 2-ом километре дороги Ардон — Дигора в колодец провалились

После завершения спасоперации лисички-сестрички отпраздновали воссоединение, бодро прыгали рыжими хвостиками.

Соб.инф.

Дом Вахтангова приглашает на мероприятия в Арт-кафе

ДОМ
ВАХТАНГОВА
ВЛАДИКАВКАЗ



Июль месяц в Доме Вахтангова обещает быть насыщенным и интересным! Афиша Арт-кафе Дома Вахтангова наполнена настоящими подарками для театральной публики Владикавказа. Каждую неделю в неповторимой атмосфере самого нового арт-пространства города гостей Дома Вахтангова ждут творческие вечера и концерты артистов: известных вахтанговцев, гостей нашей республики и популярных местных исполнителей. Приятно, что сцена Арт-кафе становится местом притяжения для горожан и гостей республики.

Каждую неделю гости Арт-кафе Дома могут посетить концерт или спектакль. У ценителей прекрасного есть возможность посетить следующие мероприятия:

Авторская программа **Николь Плиевой «Музыка Бродского»**. Юная поэтесса, член Союза писателей Москвы и Московской области представит зрителю портрет любимого поэта в стихах. **1 июля, 19:00.**

Также, **2 июля в 19:00** состоится поэтический спектакль «Поэтическая прививка Николь». Вы сможете насладиться великими стихами любимых поэтов в исполнении Николь Плиевой.

7 июля, 19:00 — Музыкально-поэтическая композиция по произведениям **Марины Цветаевой «Мы молоды. Нас трое»**. Исполнят: заслуженная артистка РСО-Алания **Залина Колиева**, народная артистка РСО-Алания **Анжелика Тер-Давидянц**, заслуженная артистка РСО-Алания **Рима Царикаева**. Спектакль-диалог о женщине, как таковой. Женщине-любовнице. Женщине-матери. Женщине-поэте. О её внутренних переживаниях и противоречиях.

8 и 9 июля, 19:00 — нас вновь посетит заслуженный артист России **Игорь Карташёв** с творческой программой «Я думаю о ней...». Зрители станут сразу и участниками, и авторами истории. Стихи и песни, воспоминания и мечты... И, конечно, мы с вами не раз вспомним о французском поэте **Франсуа Вийоне**.

10 и 11 июля, 19:00 состоится концерт победителя главного вокального телепроекта страны «Голос-8», заслуженного артиста Кабардино-Балкарской Республики **Аскера Бербекова** и пианиста **Мурата Кабардокова**. Зрителей ждет великолепный музыкальный вечер.

12 июля в 19:00 ценители испанской музыки смогут посетить концерт народного артиста РСО-Алания, заслуженного артиста Южной Осетии **Олега Тайсаева**. В программе вечера «**Besame mucho**» прозвучат произведения из репертуара Хулио Иглесиаса и группы Gipsy Kings и др. Партию гитары исполнит виртуозный гитарист, солист Северо-Осетинской Государственной филармонии, Заслуженный артист РСО-Алания **Владимир Струщенко**.

13 и 14 июля, 19:00 в Арт-кафе Дома Вахтангова для вас выступит **Михаил Панфёров** — российский певец, автор песен, актёр театра имени Моссовета, звезда легендарной рок-оперы «**Иисус Христос — Суперзвезда**» — исполнитель главной роли Иисуса. В программе «Вечера любимых песен» знаменитые шлягеры 70-х, 80-х, 90-х, которые несомненно перенесут вас в беззаботный мир радости, прекрасной музыки и отличного настроения.

15 июля, 19:00 поэтический вечер «**Назначается каждый на главную роль**» российского поэта, прозаика, актёра **Сергея Таратуты**. Зрители услышат воспоминания об известных людях, среди которых рос поэт, стихи о природе, мире и о родителях.

16 июля, 19:00 «А любовь права...» — концерт **Виктории Рябининой**. В программе вечера Виктория исполнит наши с вами любимые песни под аккомпанемент виртуозного пианиста **Антон Буканова**.

19 июля, 19:00 вы сможете посетить авторскую программу **Аллы Зохиной и Михаила Манзона «Сердце, тебе не хочется покоя»**. Артисты Алла Зохина и Михаил Манзон поделятся интересными личными историями, связанными с жизнью и творчеством этих выдающихся исполнителей, а также исполнят всеми любимые песни.

20 июля, 19:00 состоится моноспектакль **Аллы Зохиной «Людмила Гурченко. Негасимый свет»**. В своём моноспектакле Алла расскажет о совсем не экранной Люсе — наивной, домашней, ранимой, с трагической судьбой, но при этом невероятно мудрой женщине с необыкновенной силой духа, самоиронией и чувством юмора.

21 и 23 июля, 19:00 **Сослан Плиев** представит зрителю свой литературно-иронический проект «**Кошки, дети и жена**». Будет весело, душевно и интересно.

22 июля, 19:00, по многочисленным просьбам зрителей, состоится творческий вечер заслуженного деятеля искусств России, Республики Северная Осетия — Алания, Республики Южная Осетия, народного артиста Северной Осетии, композитора **Ацамаза Макоева «Мимолётности разных лет»**.

28 июля, 19:00 в Арт-кафе пройдет творческий вечер оперного певца, лауреата международных и всероссийских конкурсов **Дзамболата Дулаева «Вечер романса»**, посвященный 150-летию **Сергея Рахманинова**, включается в себя романсы русских композиторов С.В. Рахманинова и П.И. Чайковского на стихи великих русских поэтов **А.С. Пушкина, М.Ю. Лермонтова, А.А. Фета** и др.

30 июля, 19:00 музыкальный вечер молодой и талантливой певицы **Дианы Бесолты** и кавер-группы «**Heat Beat**». Уникальное сочетание неповторимого голоса Дианы Бесолты и исполнительского мастерства кавер-группы создаст ни с чем не сравнимую атмосферу.

На музыкальном вечере вы услышите прекрасные осетинские песни, а также популярные российские и зарубежные хиты.

Приглашаем любителей театрального искусства провести летний вечер в незабываемой атмосфере Дома Вахтангова.

Каждый день, кроме вторника, с 11:00 до 18:00 часов можно совершить экскурсию по экспозиции Дома Вахтангова по ул. Армянской, 2.

Все мероприятия доступны по Пушкинской карте.

	3 июля	ТЕЛЕПРОГРАММА	9 июля
Понедельник	3 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	03.20, 04.00 Подкаст.Лаб 16+	«РОССИЯ-1» 05.00, 09.30 Утро России 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 "О самом главном" 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 16+ 14.55 Х/ф "София" 16+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с "Все как у людей. Продолжение" 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+ 02.05 Т/с "Рая знает все!" 12+ 03.55 Т/с "Семейный детектив" 16+
	4 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	03.20, 04.00 Подкаст.Лаб 16+	«РОССИЯ-1» 05.00, 09.30 Утро России 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 "О самом главном" 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 16+ 14.55 Х/ф "София" 16+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с "Все как у людей. Продолжение" 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+ 02.05 Т/с "Рая знает все!" 12+ 03.55 Т/с "Семейный детектив" 16+
Вторник	5 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	03.20, 04.00 Подкаст.Лаб 16+	«РОССИЯ-1» 05.00, 09.30 Утро России 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 "О самом главном" 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 16+ 14.55 Х/ф "София" 16+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с "Все как у людей. Продолжение" 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+ 02.05 Т/с "Рая знает все!" 12+ 03.55 Т/с "Семейный детектив" 16+
	6 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	03.20, 04.00 Подкаст.Лаб 16+	«РОССИЯ-1» 05.00, 09.30 Утро России 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 "О самом главном" 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 16+ 14.55 Х/ф "София" 16+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с "Все как у людей. Продолжение" 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+ 02.05 Т/с "Рая знает все!" 12+ 03.55 Т/с "Семейный детектив" 16+
Среда	7 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	03.20, 04.00 Подкаст.Лаб 16+	«РОССИЯ-1» 05.00, 09.30 Утро России 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 "О самом главном" 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 16+ 14.55 Х/ф "София" 16+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с "Все как у людей. Продолжение" 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+ 02.05 Т/с "Рая знает все!" 12+ 03.55 Т/с "Семейный детектив" 16+
	8 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	03.20, 04.00 Подкаст.Лаб 16+	«РОССИЯ-1» 05.00, 09.30 Утро России 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время 09.55 "О самом главном" 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 16+ 14.55 Х/ф "София" 16+ 16.30 Малахов 16+ 21.20 Т/с "Все как у людей. Продолжение" 16+ 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+ 02.05 Т/с "Рая знает все!" 12+ 03.55 Т/с "Семейный детектив" 16+
Четверг	9 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	00.10, 00.50, 01.35, 02.15, 02.55, 03.30, 04.05, 04.40, 05.15 Подкаст.Лаб 16+	«РОССИЯ-1» 05.00, 09.30 Утро России 09.00, 14.30, 21.15 Вести. Местное время 09.55 "О самом главном" 12+ 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30, 17.30 60 минут 16+ 15.05 Гиена Европы 16+ 16.30 Прямой эфир 16+ 21.30 Удивительные люди. Лучшее 12+ 23.40 Х/ф "Легенда №17" 6+ 02.00 Х/ф "Куда уходят дожди" 12+
	10 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	01.05, 01.50, 02.25, 03.00, 03.35, 04.10, 04.45, 05.20 Подкаст.Лаб 16+	«РОССИЯ-1» 05.00 Утро России. Суббота 12+ 08.00 Вести. Местное время 08.20 Местное время. Суббота 08.35 По секрету всему свету 12+ 09.00 Формула еды 12+ 09.25 Пятеро на одного 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.40 Доктор Мясников 12+ 12.45 Х/ф "Стенограмма судьбы" 16+ 17.50 "Привет, Андрей!" 12+ 21.00 Х/ф "Скоро будет счастье" 12+ 01.05 Х/ф "Абриколь" 12+
Пятница	11 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости 06.10, 23.35, 00.15, 00.55, 01.40, 02.20, 02.55, 03.30, 04.05 Подкаст.Лаб 16+ 06.55 Играй, гармонь любимая! 12+ 07.40 Часовой 12+ 08.10 Здоровье 16+ 09.20 Мечталлион. Национальная лотерея 12+ 09.40 Непутевые заметки 12+ 10.15 Жизнь других 12+ 11.10 Повара на колесах 12+ 12.15 Видели видео? 0+ 14.10 Д/ф "И плавила броня" 12+ 15.10 Х/ф "Освобождение": "Огненная дуга" 12+ 17.00 Д/ф "Мина в сердце" 16+	19.00 Две звезды. Отцы и дети. Новый сезон 12+ 21.00 Время 22.35 Т/с "Серебряный волк" 16+
	12 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости 06.10, 23.35, 00.15, 00.55, 01.40, 02.20, 02.55, 03.30, 04.05 Подкаст.Лаб 16+ 06.55 Играй, гармонь любимая! 12+ 07.40 Часовой 12+ 08.10 Здоровье 16+ 09.20 Мечталлион. Национальная лотерея 12+ 09.40 Непутевые заметки 12+ 10.15 Жизнь других 12+ 11.10 Повара на колесах 12+ 12.15 Видели видео? 0+ 14.10 Д/ф "И плавила броня" 12+ 15.10 Х/ф "Освобождение": "Огненная дуга" 12+ 17.00 Д/ф "Мина в сердце" 16+	«РОССИЯ-1» 06.05, 01.30 Х/ф "Малахольная" 16+ 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 Когда все дома 12+ 09.25 Утренняя почта 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.40 Доктор Мясников 12+ 12.45 Т/с "Стенограмма судьбы" 16+ 17.50 Песни от всей души 12+ 22.00 Москва. Кремль. Путин 12+ 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
Суббота	13 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости 06.10, 23.35, 00.15, 00.55, 01.40, 02.20, 02.55, 03.30, 04.05 Подкаст.Лаб 16+ 06.55 Играй, гармонь любимая! 12+ 07.40 Часовой 12+ 08.10 Здоровье 16+ 09.20 Мечталлион. Национальная лотерея 12+ 09.40 Непутевые заметки 12+ 10.15 Жизнь других 12+ 11.10 Повара на колесах 12+ 12.15 Видели видео? 0+ 14.10 Д/ф "И плавила броня" 12+ 15.10 Х/ф "Освобождение": "Огненная дуга" 12+ 17.00 Д/ф "Мина в сердце" 16+	«РОССИЯ-1» 06.05, 01.30 Х/ф "Малахольная" 16+ 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 Когда все дома 12+ 09.25 Утренняя почта 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.40 Доктор Мясников 12+ 12.45 Т/с "Стенограмма судьбы" 16+ 17.50 Песни от всей души 12+ 22.00 Москва. Кремль. Путин 12+ 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
	14 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости 06.10, 23.35, 00.15, 00.55, 01.40, 02.20, 02.55, 03.30, 04.05 Подкаст.Лаб 16+ 06.55 Играй, гармонь любимая! 12+ 07.40 Часовой 12+ 08.10 Здоровье 16+ 09.20 Мечталлион. Национальная лотерея 12+ 09.40 Непутевые заметки 12+ 10.15 Жизнь других 12+ 11.10 Повара на колесах 12+ 12.15 Видели видео? 0+ 14.10 Д/ф "И плавила броня" 12+ 15.10 Х/ф "Освобождение": "Огненная дуга" 12+ 17.00 Д/ф "Мина в сердце" 16+	«РОССИЯ-1» 06.05, 01.30 Х/ф "Малахольная" 16+ 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 Когда все дома 12+ 09.25 Утренняя почта 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.40 Доктор Мясников 12+ 12.45 Т/с "Стенограмма судьбы" 16+ 17.50 Песни от всей души 12+ 22.00 Москва. Кремль. Путин 12+ 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
Воскресенье	15 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости 06.10, 23.35, 00.15, 00.55, 01.40, 02.20, 02.55, 03.30, 04.05 Подкаст.Лаб 16+ 06.55 Играй, гармонь любимая! 12+ 07.40 Часовой 12+ 08.10 Здоровье 16+ 09.20 Мечталлион. Национальная лотерея 12+ 09.40 Непутевые заметки 12+ 10.15 Жизнь других 12+ 11.10 Повара на колесах 12+ 12.15 Видели видео? 0+ 14.10 Д/ф "И плавила броня" 12+ 15.10 Х/ф "Освобождение": "Огненная дуга" 12+ 17.00 Д/ф "Мина в сердце" 16+	«РОССИЯ-1» 06.05, 01.30 Х/ф "Малахольная" 16+ 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 Когда все дома 12+ 09.25 Утренняя почта 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.40 Доктор Мясников 12+ 12.45 Т/с "Стенограмма судьбы" 16+ 17.50 Песни от всей души 12+ 22.00 Москва. Кремль. Путин 12+ 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
	16 ИЮЛЯ ПЕРВЫЙ КАНАЛ	06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости 06.10, 23.35, 00.15, 00.55, 01.40, 02.20, 02.55, 03.30, 04.05 Подкаст.Лаб 16+ 06.55 Играй, гармонь любимая! 12+ 07.40 Часовой 12+ 08.10 Здоровье 16+ 09.20 Мечталлион. Национальная лотерея 12+ 09.40 Непутевые заметки 12+ 10.15 Жизнь других 12+ 11.10 Повара на колесах 12+ 12.15 Видели видео? 0+ 14.10 Д/ф "И плавила броня" 12+ 15.10 Х/ф "Освобождение": "Огненная дуга" 12+ 17.00 Д/ф "Мина в сердце" 16+	«РОССИЯ-1» 06.05, 01.30 Х/ф "Малахольная" 16+ 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 Когда все дома 12+ 09.25 Утренняя почта 12+ 10.10 Сто к одному 12+ 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.40 Доктор Мясников 12+ 12.45 Т/с "Стенограмма судьбы" 16+ 17.50 Песни от всей души 12+ 22.00 Москва. Кремль. Путин 12+ 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+

ОПАСНОСТИ ЛЕТНИХ ОТПУСКОВ О ТОМ, КАК ОТДОХНУТЬ И НЕ ЗАБОЛЕТЬ

О том, что лето диктует свои правила поведения, беседем с заведующей отделением терапии московской клинической больницы № 15 им. Филатова профессором Оксаной Байковой.

— Оксана Алексеевна, чего опасаться больше всего тем, кто идет в отпуск летом?

— Основная проблема — клещи, клещевые энцефалиты. Что делать? Соблюдать меры профилактики, которые общеизвестны. Но, парадокс, почему-то часто нарушаются.

— Этот парадокс очень распространен. Многие, например, собираясь отдохнуть, не идут к врачу. Даже если постоянно наблюдаются в медучреждении, не советуются о месте, режиме отдыха. А по возвращении... «Ой, за это время набрал четыре килограмма». Или: «Ой, я похудела на пять килограммов».

— Увы! На отдыхе у многих теряются факторы, которые их сдерживали. Наступает расслабление, чего-то особенно хочется... Скажем, поесть все и сразу, и вкусно.

Начинаются излишества.

— Но ведь изменение веса — не всегда признак заболевания, чаще это результат не лучшего отношения к себе.

— Именно! Некоторые предпочитают весь отдых купаться, загорать. Они выделяют больше жидкости, в том числе и с потоотделением. Больше пьют воды, меньше кушают. И могут похудеть.

— Кстати, о воде. Рекомендуют выпивать не меньше двух литров в день.

— Это неправильно! Каждый человек имеет свою потребность в жидкости. Не у всех организм переварит такое количество жидкости. А если есть заболевания почек, например, или гипертоническая болезнь, при которой столько жидкости принимать категорически нельзя. Два литра приемлемы для молодого здорового организма, у которого нет проблем с выделительной функцией, сердечной системой. Прежде чем следовать подобным советам, лучше обратиться к специалисту, который сидит на конкретном рабочем месте в белом халате и отвечает за свои слова.

Вот откуда-то взялось мне-

ние, что нужно проходить в день 10 тыс. шагов. Но такая нагрузка для данного человека может быть чрезмерной. А значит, вредна. Да, 10–15 минут в день, оптимальнее полчаса — нужны. Но, важно, что человек будет в эти полчаса делать. Он может пройтись, не обязательно 10 тыс. шагов, может поплавать в бассейне, возможно, просто пройдет лишнюю остановку. Это займет 20–25 минут, и этого достаточно.

Лучше соблюдать свои физиологические нормы, до чувства легкой усталости. А вот если вы изо всех сил бежите к финишу, то это вредно. Суставы плохо недогружать, но и перегружать нельзя. Тот же артроз развивается не только у бездвижных, маломобильных, ведущих сидячий образ жизни. Иногда он появляется от тяжелого труда.

— Какие болезни чаще других обостряются летом?

— Потенциальной проблемой становятся гипертонические кризы. А они — факторы риска прочих сосудистых катастроф: инфаркты, инсульты вследствие криза. Это от того же перегрева, избыточной жидкости. А еще эмоциональные всплески, в том

числе и положительные.

Приехав на отдых, некоторые забывают не только о своих диагнозах, но и о лекарствах. А их обязательно надо брать с собой. По месту отдыха ваших лекарств может не быть, или только по рецепту. Так что не забывайте свою аптечку. И не только лекарства, которые принимаете постоянно, но и на случай сезонных болезней — от расстройств желудка, отравления, простуды. Другое дело, что после определенного возраста лучше вообще не менять климат. Жарких стран лучше избегать. Хотя нет такого возрастного ценза, после которого точно нельзя. Это индивидуально. Но лучше отдыхать в своей климатической полосе.

— А прием процедур? В том же Кисловодске готовить долго лежать в нарзанных ваннах, а в Сочи как можно больше Мацесты. На больное колени побольше лечебной грязи... За путевку же заплачено, дорвался до процедур!

— И отдыхающие чуть ли не сами составляют себе графики их посещения. Целыми днями по процедурам. А когда едва успеваешь с одной на другую, на третью — это

не оздоровление. У каждой процедуры свои противопоказания.

— А как вам мода на загорелых?

— Плохая мода! Если загар останется без последствий, будем считать, что человеку повезло. Столько меланина, который при этом образуется в коже, не каждый организм может переварить. Это риск меланомы, злокачественных заболеваний кожи, которые нередко привозят именно с юга. Кроме того, если человек страдает ревматическими болезнями, заболеваниями крови или любой онкологией, загар приводит к обострению.

Известны случаи, когда пациент вследствие лечения уходил в глубокую ремиссию, успокаивался, а потом ехал на море, принимал солнечные ванны и получал рецидив. Даже через 5–7 лет после того, как считался здоровым. Или он еще и не болел, но повышенная доза солнечного облучения спровоцировала дебют какого-то серьезного заболевания, если была, например, генетическая или иная предрасположенность. И еще. Подставлять себя солнцу можно утром или уже после 17–18 часов.

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА, ПОМОГАЮЩИЕ СНЯТЬ ОПУХОЛЬ, ПОКРАСНЕНИЕ, СИЛЬНЫЙ ЗУД ОТ УКУСА МОШКИ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Сильный зуд — обычная реакция организма на укусы комаров. Из-за него человек расчесывает пораженное место, кожа дополнительно травмируется и воспаляется, а в раны заносится микробы. Все это только усугубляет ситуацию.

Избавить от неприятных ощущений помогут следующие средства:

- болтушка на водной основе с валидолом, водкой и уксусом. В стакан воды добавляют по 1 столовой ложке водки и уксуса, а затем 2 растертые таблетки валидола;

- компресс из размятых листьев одуванчика, подорожника, мяты;

- луковая кашка;

- зубная паста или бальзам для ополаскивания с ментолом.

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ ГОРОДА АРДОНА!

Убедительная просьба в эти дни навести порядок на могилах родных и близких. Если кто-то не может провести работы в связи с ограниченными возможностями здоровья, убедительная просьба обратиться к старшему смотрителю кладбищ.

Поможем в скашивании сорной растительности на территории кладбищ в районе пенькозавода и других.

Тел. 8-928-928-13-84, Хетаг Агнаев.

ИЗГОТОВЛЕНИЕ КОРПУСНОЙ МЕБЕЛИ НА ЗАКАЗ.

В НАЛИЧИИ ГОТОВЫЕ
КУХОННЫЕ ГАРНИТУРЫ,
ШКАФЫ-КУПЕ
СБОРКА МЕБЕЛИ.
Тел. 8-989-743-17-33,
8-918-702-13-60.

УСЛУГИ

Гипсокартон, шпаклевка, откосы, карнизы, электрика, гипсовая штукатурка.

Ремонт крыш, фасадов.
Покраска ворот, решеток и крыш.
Тел. 8-918-836-50-40

Ручная укладка асфальта.
Цена договорная. Осмотр и замеры бесплатно.
Тел. 8-918-837-74-60

Принимаем заказы на изготовление и установку памятников и плит. Плитка в ассортименте.
Тел. 8-962-745-94-00, Заур

Настройка духовок газовых и электрических плит любой слож-

ности под быструю выпечку осетинских пирогов. Гарантия.

Тел. 8-918-827-36-36

Услуги ассенизатора — выкачка канализаций, септиков, чистка труб.

Тел. 8-928-861-51-45

Покос травы — сотка 300 рублей. Тел. 8-988-836-23-89

Покос травы.

Тел. 8-906-495-35-99

Покос травы.

Тел. 8-989-743-69-10

ПРОДАЕТСЯ

3-комнатная квартира улучшенной планировки на 1 этаже, с отдельным входом.

Тел. 8-928-065-01-95

3/участок площадью 0,6 соток под ИЖС (район стекольного завода).

Тел. 8-928-065-59-88

Телочки (3 и 4 месяца).

Тел. 8-928-069-00-90



Семья Плиевых благодарит всех, кто разделил с ними боль безвременной кончины дорогого ПЛИЕВА Ацамаза Тамазовича.

Сообщаем, что 40-дневные поминки состоятся во вторник, 4 июля, по адресу: г. Ардон, ул. Революции, 41.

Классный руководитель и выпускники 2011 г. СОШ с. Кадгарон глубоко скорбят по поводу трагической гибели в зоне СВО одноклассника

ТЕЗИЕВА

Сослана Казбековича и выражают искренние соболезнования родным и близким погибшего.

Директор и коллектив ГБУ "КЦСОН Ардонского района" выражают глубокие соболезнования родным и близким по поводу трагической гибели в зоне СВО

ТЕЗИЕВА

Сослана Казбековича.

РЦИ-Аланийи Ерыдоны районы газет. Газета Ардонского района РСО-Алания. Основана в 1939 году.

РУХЕ
eB8M

УЧРЕДИТЕЛЬ:
Администрация местного самоуправления муниципального образования Ардонский район Республики Северная Осетия-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.ruhs15.ru

Печать офсетная.
Тираж 1697 экз.
Заказ № 757
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. ГЛ. РЕДАКТОРА
И.Э. КАЛОЕВА (6+)

ПРОКАТ АВТОХОЛОДИЛЬНИКОВ.
Тел. 8-928-491-87-76.

ОКНА "ЛЮКС"
ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА И ДВЕРИ
Из немецкого профиля "Новотек". Фурнитура "Зигения".
На каждое 2-е окно — москитная сетка в подарок.
Гарантия качества. Низкие цены. рассрочка.
Срок изготовления — 5 дней.
ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЕ СТЕКЛОПАКЕТЫ.
Тел. 8-928-864-74-15 Олег, 8-928-938-58-78 Тимур.

ЭлиКам
ОКНА И ДВЕРИ из ПВХ
РАССРОЧКА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
ГАРАНТИЯ. КАЧЕСТВО
Тел. 8-928-070-94-77.
КРЕДИТ в ОТП Банке

АСФАЛЬТ
КАЧЕСТВЕННАЯ УКЛАДКА
Тел. 8-903-493-89-34,
8-964-034-09-74.

БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ КРУГЛОСУТОЧНО
гробы, венки, накидки, одежда, траурная музыка, катафалк, палатки, копка могил, блоки.
Бесплатная доставка по Ардонскому району.
ВОЗМОЖНА ОПЛАТА ПОСЛЕ ПОХОРОН.
г. Ардон, ул. Советов, 13.
Тел. 8-928-933-42-32, Виталий.

БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ
гробы, венки, накидки, одежда, оркестр, траурная музыка, катафалк, палатки, копка могил, блоки.
Бесплатная доставка по Ардонскому району.
ВОЗМОЖНА ОПЛАТА ПОСЛЕ ПОХОРОН.
Тел. 8-918-701-15-36.
Ардон. Валера.