

Родные ЭВЭТТ

ГАЗЕТА ОСНОВАНА
В 1939 ГОДУ

2023 АЗЫ 28 НОЯБРЬ
ДЖЕОРГУЫБАЙЫ МÆЙ
ДЫЦЦÆГ

28 НОЯБРЯ 2023 ГОДА
ВТОРНИК

№ 131
(12359)

ВСТРЕЧА

Жизнь без вредных привычек

В районном Дворце культуры состоялась встреча с известным общественным деятелем, председателем «Союза борьбы за всеобщую национальную трезвость», профессором Международной славянской академии Владимиром Георгиевичем ЖДАНОВИЧЕМ.

Как не попасть в ловушку зависимости — об этом шел разговор с представителями администраций, образовательных учреждений и учреждений культуры из всех районов республики.

Он просто и доступно объяснил аудитории угрозу тотального пьянства, привел алкогольную статистику по годам в России, популярно объяснил свое видение алкоголизации страны и озвучил возможные варианты решения данной проблемы. Эта проблема является не только индивидуальной, но и глобальной, на уровне государства. Лектор в своем выступлении сообщил, что алкоголь — это наркотик номер один, калечащий тело и душу. Он привел примеры последствия



регулярного потребления спиртного и того, как он влияет на организм человека. В лекции В. Жданова были приведены и неоспоримые статистические данные, из которых следует, что сегодня наблюдается многократное увеличение рынка алкогольной про-

дукции, которое влияет на повышение уровня смертности наряду с понижением рождаемости.

Также он рассказал о преимуществах здорового образа жизни и противодействию вредным привычкам: табакокурению, употреблению алкоголя.

— Бороться со своими вредными привычками нелегко, ведь борьба с самим собой — дело сложное. Если вы осознали, что табак и алкоголь вредят вашей жизни и жизни окружающих людей, то приложите все усилия, чтобы справиться с этой пагубной

зависимостью. Читайте литературу, смотрите передачи, обращайтесь к специалистам, и вы обязательно найдете метод и справитесь с этой задачей, — отметил Владимир Жданов в завершение встречи.

Диана КВАХАДЖЕЛИДЗЕ.

ЭХО ПРАЗДНИКА

“Мама” — первое слово



Мама — это самый родной и близкий человек! “Мама” — это первое слово, которое мы произносим в жизни. День матери — самый трогательный из всех праздников. С 1998 года каждое последнее воскресенье ноября в России отмечают День матери, отдавая дань безграничной любви, труду, заботе, терпению и самопожертвованию матерей. Из поколения в поколение для каждого человека мама — самый главный человек в жизни. И нет на земле ближе и роднее никого. Независимо, сколько тебе лет, каждому нужна поддержка, мудрый совет и просто добрый взгляд, который согреет лаской, заботой и любовью.

На минувшей неделе, в преддверии праздника для виновников торжества — получателей услуг в Комплексном центре

социального обслуживания населения, состоялась праздничная концертная программа с участием народного хора казахской песни «Берзаяушка», вокальной группы «Дети Осетии» и Мадины Купеевой, которая также выступила в роли ведущей. Среди зрителей в этот день находились и те, чьи сыновья сейчас находятся в зоне СВО.

С нежными и трогательными песнями о маме выступали дети. Мамы и бабушки с восхищением слушали артистов и от души радовались. Это было очень торжественное и незабываемое мероприятие, которое участники задействованных коллективов посвятили самым родным людям на свете. А женщины — участницы праздника, получили радостные эмоции, хорошее настроение и множество приятных впечатлений.

Диана КВАХАДЖЕЛИДЗЕ.

29 ноября

Ардонский районный Дворец культуры
им. Н. М. Саламова



Приглашаем
на творческий вечер

заслуженного работника культуры РСО-Алания,

Почетного гражданина Ардонского района

Урузмага Баскаева

к 80-летию со дня рождения.

Начало в 16.00.

КОРОТКО

Победители представят район в республике

На базе ДЮСШ г. Ардона прошел муниципальный этап соревнований по баскетболу среди общеобразовательных учреждений на Кубок Главы Республики Северная Осетия-Алания. В них приняли участие все школы района.

Среди девушек первое место заняла команда СОШ № 1 г. Ардона, второе — СОШ № 3 и третье — СОШ № 4.

Среди юношей первого места тоже удостоилась команда СОШ № 1, второго — СОШ № 3, а третье заняли баскетболисты из Кадгарона.

Теперь победители представят район на республиканском этапе соревнований. Желаем им удачи!

Соб инф.

АКТУАЛЬНОЕ
ИНТЕРВЬЮОБ ОСЕННЕМ ПРИЗЫВЕ
И ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

О том, как проходит призывная кампания в условиях специальной военной операции и патриотическом воспитании молодежи в Ардонском районе, в интервью рассказал военный комиссар Ардонского и Алагирского районов Александр ТИЛИК.

— Александр Николаевич, как в этом году проходит осенний призыв? Есть ли отличия от предыдущих?

— В период осеннего призыва, который начался 1 октября и завершится 31 декабря, в Ардонском районе планируется призвать в армию около 40 молодых людей. Тесное взаимодействие с администрацией Ардонского района, главами сельских поселений, органами местной исполнительной власти позволяет организовать мероприятия по призыву.

— Насколько учитываются желания призывников служить в том или ином роде войск? Какие направления службы наиболее популярны сегодня у молодежи и почему?

— В настоящее время у юношей есть большое желание проходить военную службу по призыву в Воздушно-десантных войсках и Военно-морском флоте. При принятии решения о призыве на военную службу призывная комиссия, председателем которой является глава администрации Ардонского района, максимально внимательно относится к пожеланиям самого призывника. С учетом категории годности к военной службе, образования, полученной специальности, показателей профессионального психологического отбора определяется вид и род войск Вооруженных сил Российской Федерации, других войск, воинских формирований и органов, в которых призывники будут проходить службу.

— Как вы работаете с теми, кто мечтает об офицерских погонах?

— Сегодня вузы Минобороны России готовят не только офицеров, но и прапорщиков (мичманов) по специальностям среднего профессионального образования. Таким образом, в качестве курсанта военного вуза можно обучаться как по программам высшего, так и среднего профессионального образования. В Министерстве обороны России разработан единый информационный справочник для поступающих в высшие военно-учебные учреждения «Есть такая профессия — Родину защищать». В брошюре в доступной форме изложены особенности и преимущества выбора профессии офицера, а также систематизирована информация обо всех выс-



ших военно-учебных учреждениях, правилах приема и особенностях обучения. Этот справочник размещен на официальном сайте Министерства обороны. Кандидаты на поступление в военные вузы должны соответствовать требованиям, установленным законодательством Российской Федерации для граждан, поступающих на военную службу по контракту. Отбор проходит в два этапа: в военном комиссариате и непосредственно в вузе.

Чтобы поступить в военный вуз, необходимо обратиться в военный комиссариат по месту жительства с соответствующим заявлением. В военкоматах формируются личные дела на кандидатов, изъявивших желание поступать в военно-учебные учреждения. Здесь же они проходят медицинское освидетельствование и профессионально-психологический отбор для последующего направления их документов в военно-учебное учреждение.

— В образовательных организациях активно работают отряды «Юнармии», старшеклассники принимают участие в различных мероприятиях. Насколько, на ваш взгляд, важно военно-патриотическое воспитание молодежи?

— В России реализуются масштабные проекты по военно-патриотическому воспитанию, начальной военной подготовке допризывной молодежи. Военный комиссариат Ардонского и Алагирского районов ведет данную работу в тесном взаимодействии с управлением образования Ардонского района, с АМС Ардонского района, региональным отделением ВВПОД «Юнармия». Региональное отделение «Юнармии» является самым многочисленным в стране.

Я считаю, что военно-патриотическое воспитание молодежи особенно важно в наши дни, когда некоторые злопыхатели пытаются переписать историю, исказить факты Великой Отечественной войны и в разы приуменьшить роль Советского Союза и нашего народа в победе во Второй мировой войне. Духовно-нравственное и военно-патриотическое воспитание молодежи — это гарантия надежного будущего нашей страны, ведь настоящий патриот — это тот, кто знает, как и чем он может служить Отечеству.

Беседовала
Илона КАЛОЕВА.

КОНКУРС

СОЧИНЕНИЯ АРДОНСКИХ
ШКОЛЬНИЦ — ЛУЧШИЕ

Сорок шесть работ учащихся из девяти общеобразовательных учреждений районов республики были представлены на республиканский этап конкурса сочинений. Все они были победителями районного этапа Всероссийского конкурса сочинений - 2023. Мероприятие проводится ежегодно в целях повышения читательской активности детей и подростков, формирования положительного отношения к русскому языку и литературе, как к важнейшим духовным ценностям, а также развития грамотной речи и знаний художественной литературы. Каждая работа была оценена тремя экспертами по утвержденным критериям и прошла тщательную проверку на плагиат.

Приятно отметить, что сразу два сочинения ардонских школьниц были отмечены экспертами в числе лучших. В тематическом направлении «Что может быть честнее и благороднее, чем учить других тому, что сам наилучшим образом знаешь...» (Марк Фабий Квинтилиан) с работой «Мой главный учитель» призером республики стала учащаяся седьмого класса четвертой школы Мария Цопанова (педагог М. Б. Гогаева), которая набрала 133 балла из максимально возможных 150. В старшей возрастной категории с 131 баллом в призеры конкурса с работой «Культура — это душа нации» (Д. И. Лихачев), вышла одиннадцатиклассница второй школы Эвелина Дзгоева (педагог Б.Т. Майрамова).

В минувшую пятницу в Северо-Осетинском республиканском институте повышения квалификации работников образования прошла торжественная церемония награждения победителей и призеров конкурса. Две ардонские школьницы получили дипломы призеров, именные ручки и альбомы с теплыми поздравлениями и пожеланиями. Педагогам русского языка и литературы эксперты конкурса выразили слова благодарности за профессиональную подготовку конкурсанток.

Работы, набравшие наибольшее количество баллов в рейтинговом списке и ставшие победителями, направлены на федеральный этап конкурса.

«Сочинение — это средство самостоятельной творческой работы, выражение собственных мыслей и чувств, — говорит педагог русского языка и литературы школы № 4 Марина Гогаева. — Ученик должен уметь думать, писать, говорить. Когда у детей еще и появляется стимул к победе, это хорошо вдвойне. И все же я учу ребят не стремиться выйти в безусловные лидеры, а наслаждаться самим участием в конкурсах. Это не первый и единственный наш успех и, думаю, не последний. У учащихся есть и желание, и потенциал. Мы уже начинаем готовиться к следующим конкурсам».

Ирина ДЗУГКОВА.

КАДДЖЫН
БÆРÆГБОН

ФÆЛТÆРÆЙ-ФÆЛТÆРМÆ ЦÆРÆД ИРОН ФАРН!

Ирон адæм рагæй-æрæгмæ стыр кад, стыр арг кодтой сæ зæдтæн æмæ дзуртæн. Сæ хсæн уæлдæй кадджын бынат ахста Уастырджы, нæлгоймæгты бардуаг, бæлцæттæ, хæстонты фæндарастгæнæг, мæгуыртæн æххуысгæнæг, кæстæрты раст фæндагыл аразæг. Ирон адæймаг ыл кæддæриддæр, цыфæнды уавæры дæр йæхи ма бафæдзæхса, уымæн гæнæн нæ уыд. Уастырджы афтæ кадджын уыд нæ фыдæлтæм, æмæ йын азы иуæндæссæм мæй схуыдтой йæ номыл — Джоргуыбайы мæй. Фæлæ йын уыцы мæйы дæр ис сæрмагонд бонтæ, сæрмагонд ктыуыри—Джоргуыбайы бæрæгбон, кæнæ Уастырджы кувæн ктыуыри. Бæрæгбон фылдæр хатт æрцауы мæйы нудæссæм, ссæдзæм кæнæ иу æмæ ссæдзæм бонмæ.

Бæрæгбон æрвылаз парыхатæй ацæуы Ирыстоны алы ктыуыт дæр: алы сыхы, алы хæдзары. Иудадзыгæй Джоргуыбайы Уастырджы ном ссарынд æрыдоны районы алыхуызон кыустуæттæ дæр. Зæгъæм, æрыдоны районы сæйраг кæссæндонæ æмæ æрыдоны районы Культурæйы галуаны.

Ацы аз дæр та кæссæндон æмæ галуаны методисттæ иумæйагæй бацæттæ кодтой æхсызгон мадзал Джоргуыбайы Уастырджы бæрæгбонæ кадæн. Ацыд ивгъуыд майрæмбон библиотекæйы агъуысты. Кадджын мадзалмæ хуынд æрцыдысты Цæгат-Кавказы аграрон-технологон колледжы студенттæ æмæ æрыдоны дыккæгæм астæуккаг скъолайы ахуыргæнинæгтæ сæ ахуыргæнджытимæ.

Мадзалы амонæг — библиотекæйы радзæуæг библиограф Цомайты Беллæ — радзырдта сывæллæттæн, раджы замантæй абоны бонтæм куыд æрхæццæ Джоргуыбайы бæрæгбон, куыд ахсджиаг у ирон нæлгоймагæн кувын Стыр Хуыцаумæ, Сыгъзæрин Лæгты Дзуармæ.

Нæ фыдæлтæ сæ равзæрдæй фæстæмæ Хуыцаумæ кувтой æртæ чырийæ. Азтæ цæуынд, фæлæ уыцы æгъдау абон дæр сæфт нæу. Ирон æгъдау куыд амонь,



афтæмæй бæрæгбонæ номыл рæсугъд кувдтыгæ ракодтой мадзалы кадджын хистæртæ — Æппæтдунеон æхсæнадон змæлд «Иры Стыр Ныхасы»-ы æрыдоны районы хайады уæнгтæ — Сихъоты Къола, Уырымты Хъасполат æмæ Цомайты Алик.

Ирон куыд цавæр хъуамæ уа, уый аивæй фехъусæн уыд ацы бон. Хистæрты арфæтæ зæрдæйы хызтысты, æхсызгон æнкъарæнтыл æфтыдтой. Хуыцаумæ дæр, дам, ахæм куыд фæхъуысы, æнæ хин æмæ сыгъдæг зæрдæйæ кæй ракæнынц. Ахæм фæрнæйдзæг куыд нæ бавгъау кодтой æрбацæуæг адæмæн бæрæгбонæ куырыхон хистæртæ. Бæрæгбонæ чыриртæ кувгæйæ, бафæдзæхстой æппæт ирон адæмы Уастырджыыл. Уымæй уæлдай ма сын сæрмагондæй ныхасы бар лæвæрд æрцыд, æмæ сæ алчидæр зæрдылдарæн ныхæстæ загъта æрыгон фæлтæрæн.

— Нæ мадзалæн бирæ хæстæ ис. Фæлæ, мæнмæ гæсгæ, сæ сæйрагдæр у хъомыладон хæс. Уымæн æмæ мах нырдæгæн тынг ахсджиагæй хъæуы не 'гъдæуттæ бахъæхъæнынд, дарддæры фæлтæртæм сæ фæхæццæ кæнын. Æмæ уымæн нæ абоны зынаргъ уæдджытæ сты æрыгон фæлтæр — нæ фидæн, нæ ныфысы æнцайæн, — загъта Цомайты Алик. — Æмæ абон мах фæндын сæ æрыгон уæдджыты зæрдæты байтауын ирондзина-

ды талатæ, цæмæй ацы бæрæгбонæй ахæссой ног æнкъарæнтæ. Цæмæй сæм фæзына ног зониндзинæдтæ æмæ тырнындзинад æххæст кæнын ирон æгъдæуттæ, æмбарын сын сæ фæткæвæрд, зонин, кæм куыд хъæуы лæггад кæнын. Абон сын мах æргомæй куы бамбарын кæнæм, цы у ирон адæмæн йæ цыкурайы фæрдыг, уæд



райсомæ бон уый æнæмæнг æнкъардзысты сæхæдæг дæр, сæрыстыр уыдзысты, цы номджын адæмыхатты фæдонтæ сты, уымæй.

Хъомыладæн йæ хуыздæр гæрз дзырд у. Æмæ хистæртæ бæстон æрдзырдтой скъоладзæутимæ æмæ студенттимæ ахсджиаг фарстатыл. Цæмæн хъæуы абон ирон бæрæгбæттæ бæрæг кæнын, цы нын амонынд ирон æгъдæуттæ. Куыд хъæуы хи дарын æхсæнады, ахуыры, уынджы, цы уæлæдарæс фидуы лæппулагыл, цы цæстæнгас хъæуы дарын тамако, арахъхъ æмæ наркотиктæй пайда кæнын хуыддагмæ.

«Кæстæртæн мах цас дзурам, сæ ахуыргæнджытæ сын цас дзурынц, фæлæ уый фаг нæу. Сывæллон йæ хæдзары йæхи цæстæй куы нæ фена, йæхи хъусæй куы нæ фехъуса, уæртæ уый сау у, уый бур, уый та цæх, зæгъгæ, уæд ын ахуыргæнæг иннæбонмæ куы фæныхæстæ кæна, уæддæр æй йæ зæрдæмæ афтæ хæстæг нæ айдзæн. Æмæ уæ иу хордзинад курæг дæн, — басидт æрыгæттæм Сихъоты Къола, — уæ ахуыргæнджытæ,

уæ ныйарджытæ, уæ хæдзары хистæртæ хорзæй цы кæнынц, цы дзурынц, уый кæд абон фæзынгæ нæ кæнут, уæддæр æй уæ зæрдыл бадарут. Чи зоны, æмæ йæ абон нæма æмбарут, фæлæ уæ бауырдæд, райсом уый сымæхæн разындзæн æппæты зынаргъдæр урок. Царды урок! Ирондзинад урок!».

Бæрæгбон фидуы æгъдауæй, кафт æмæ зардæй. Уый у кæстæрты хъомыладон бæрц, йæ домæн. Æрыдоны районы Культурæйы галуаны Дзугаты Бартомы номыл хъæбатырзæргæнджыты къорд (разомнæг Моргуаты Сослан) балæвар кодта уæдджытæн рæсугъд, мидисджын зарджытæ.

Æнæрхъуыдыæ нæ баззад хистæртæй нæ бæстæйы абоны зын уавæр, Уæрæсейы сæрмагонд хæстон операций архайд. Украинæйы фашисттимæ тох кæнгæйæ, нæ бæстæйы хæстонты рæнхъыты хъæбатырдзинад æвдисынд Ирыстоны лæппутæ дæр. Арфæйы ныхæстæ не 'мзæххонтæн ракодта Уырымты Хъасполат: «Абон нæ фæсивæд хъæбатырæй балæуыдысты сабырдзинад хъæхъæныныл, уæззау хæстон фæндагыл лæууынд æмæ тагъд рæстæджы уæлахизимæ сæ хæдзæрттыл æнæнизæй æмæ фидарæй куыд сæмбæлой, Лæгты Дзуар сын ахæм арфæ ракæнæд. Афтæ фæзæгъынц, Джоргуыбайы кувæн ктыуыри, дам, ирон адæмыл фæуары Хуыцауы хæртæ. Иæ æрвитæн æхсæвы та Уастырджы атахы йæ базырджын бæхыл Хуыцауы размæ. Æртæ касты ма фæстæмæ фæкæны, йæ рифтæджы ма Хуыцауы хæртæй цы ваййы, уыдон дæр уæд ракалы Ирыстоныл. Уастырджы нын нæ куыдтæ хъусæд. Фидар уæд æнусты мидæг ирондзинад æмæ ирон æгъдау, фæлтæрæй-фæлтæрмæ цæрæд ирон фарн!».

МÆРГЪИТЫ Аланæ.

ДЕЛА ПАРТИЙНЫЕ

БЮДЖЕТ СТРАНЫ ПРИНЯТ
В ОСНОВНОМ ЧТЕНИИ

«Единая Россия» обеспечила расходы на ключевые направления социальной политики и экономики

Федеральный бюджет на 2024 год и плановый период 2025-2026 годов с учетом поправок «Единой России» принят во втором, основном чтении. Государственное финансирование будет направлено на реализацию поручений президента и положений национальной программы партии.

Увеличение расходов предусматривается на все приоритетные сферы. Только на социальную политику они вырастут на 2 триллиона рублей. Существенный рост предусматривается на оборону, образование, здравоохранение и ЖКХ, развитие села, поддержку культуры. Дополнительные средства направят на социальную поддержку. Выплаты материнского капитала коснутся в следующем году 1,3 миллиона семей, горячее питание будут получать 7 миллионов школьников. Доплаты за классное руководство предусматриваются для 900 тысяч школьных учителей и 100 тысяч педагогов колледжей.

МРОТ в 2024 году проиндексируют на 18,5% – это обеспечит рост зарплат почти 5 миллионов человек и в целом рост зарплат в бюджетной сфере. Индексируются на уровень инфляции пособия, пенсии. Пособие по безработице впервые начнет индексироваться ежегодно.

По предложению «Единой России» на 6 миллиардов рублей вырастут расходы на модернизацию центров занятости. Только в следующем году обновят 260 таких учреждений. Увеличится финансирование программ профессионального обучения участников СВО и членов их семей, женщин в декрете и женщин с детьми до 7 лет, лиц пенсионного возраста и молодых специалистов. Общая сумма на три года составит 18,6 миллиардов рублей.

Еще одно направление – детский отдых. На новые места в оздоровительных лагерях, быстровозводимые комплексы «Единая Россия» предусмотрела еще 3 миллиарда рублей.

Согласно поправкам «Единой России», дополнительные средства заложены на развитие сферы здравоохранения. Всего на три года предусмотрено 7,23 триллиона рублей. В том числе, партия добилась выделения финансирования на программу бесплатного обеспечения лекарства-

ми пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями – это предусматривает народная программа «Единой России». На данные цели направят 6 миллиардов рублей.

На 3,3 млрд рублей больше предусматривается на систему долговременного ухода за пожилыми людьми и инвалидами.

На развитие сельских территорий партия предложила увеличить финансирование на 26,4 миллиарда рублей. Дополнительно выделят 11,5 миллиардов на возвращение в оборот сельхозземель. И около 3 миллиардов рублей – на развитие экспорта сельхозпродукции. Общий объем дополнительно выделяемых средств составит 88,6 миллиардов рублей. Эти деньги пойдут на обеспечение сельских населенных пунктов коммуникациями, газом, дорогами, ФАПами, домами культуры и спортивными объектами.

Все поправки «Единая Россия» проработала с правительством и профильными министрами. Их общий объем составляет почти 140 миллиардов рублей.

Что касается регионального бюджета, его проект на предстоящую трехлетку уже поступил на рассмотрение в Парламент республики. Как отметил Председатель парламента РСО-Алания, руководитель фракции «Единой России» Таймураз Тускаев, в комитетах заксобраний приступили к детальному изучению бюджетных характеристик

«Назначены публичные слушания, чтобы в широком экспертном формате определить ключевые направления формирования бюджета, – уточнил он. Значимый объем средств будет направлен на социальную поддержку граждан, здравоохранение, образование, инфраструктурное развитие. Предусмотрен комплекс мер по поддержке участников СВО и членов их семей.

Безусловно, денег никогда не бывает много, но будущий бюджет позволяет уверенно войти в новый год с точки зрения исполнения социальных обязательств и развития экономики региона. Наша задача – эффективно решать наиболее насущные вопросы жителей.

Альбина ШАНАЕВА.

ПЕРСПЕКТИВНАЯ МОЛОДЕЖЬ

Двигаться вперед и
быть счастливым

Об этом молодом и талантливым человеке я писала, когда он еще был учащимся школы. Заинтересовало его серьезное увлечение фотографией и совсем не детская целеустремленность и желание идти вперед. Тогда, лет десять назад, он мечтал создать фотостудию и заниматься этим видом искусства профессионально. Речь идет о Викторе Дзарасове.

Сегодня ему все также нравится фиксировать на свой современный фотоаппарат все, что иной раз не видно невооруженным глазом, зато ярко и оригинально «проглядывается» сквозь «видящий» объектив камеры. Как и много лет назад, на его снимках много света, тепла, чувственности. Впрочем, как признается сам Виктор, последние три года режим его жизни настолько напряженный, что практически не остается свободного времени ни на что, кроме учебы. О том, что парень работает над собой, говорят его значительные успехи и непререкаемый авторитет, который он, несмотря на молодость, уже сумел завоевать.

«Факультет международных отношений СОГУ имени Коста Хетагурова, направление – лингвистика, профиль – теория и практика, межкультурные коммуникации, – здесь проходит практически весь световой день, – с улыбкой рассказывает Виктор Дзарасов. – Ожидаю вопрос о том, как попал в лингвистику, практически с «пеленок» занимаясь фотографией. Ответ прост – многие мои друзья учились на этом факультете, и от них я уже знал о преподавателях и интересной студенческой жизни. Мне нравилось изучать языки и в школе, и после. Я понимал, что именно это удастся мне легко. Поэтому и в своем выборе не сомневался».

Виктор Дзарасов – представитель перспективной молодежи, но сам он этого определения в отношении себя не любит, искренне считая, что каждый молодой человек может проявить свои способности, если будет у него на то желание. Между тем, Виктор успешный третьекурский выбранный факультета, параллельно серьезно занимается осетиноведением под руководством декана факультета осетинской филологии Эльмиры Гутиевой. Для жителей района поводом для гордости стало то, что на днях Виктор Дзарасов был удостоен именной стипендии Гриша Плиева, правительственной награды за особые достижения в научно-исследовательской деятельности в области осетиноведения, осетинской литературы и фольклористики. Для самого Виктора приятным моментом стала не материальная со-

ставляющая стипендии, а тот факт, что его труды были замечены и отмечены, а главное – он сумел оправдать надежды, возложенные на него научным руководителем, большим профессионалом своего дела.

«Успех ли это, мне сказать пока сложно, – признается Виктор. – Знаю точно: когда есть дело, которым ты занимаешься увлеченно, успех приходит сам собой. Возможно, эта избитая фраза – единственно верная – необходимо любить то, чем ты занимаешься, и занимаясь тем, что любишь. К примеру, я проявлял интерес ко многим направлениям, но лишь немного осталось для меня важным до сих пор».

В жизни каждого человека происходят моменты, которые приводят к этому самому прорыву в обучении или в работе, в жизни в целом. Был он и у Виктора. Еще школьником он дополнительно обучался в одной образцовой школе Владикавказа. Однажды на урок он пришел неподготовленным. Сказал преподавателю об этом играючи и без тени сожаления. Она проявила удивительное понимание и сказала, что подобное имеет место быть, однако это не так смешно, как ему кажется. Слова эти, сказанные без излишнего упрека, а даже с определенным сочувствием, были тем самым рациональным зерном, которое мудрый преподаватель заложила в своем способном ученике, лишь однажды проявившем непоправимую в учебе халатность.

«Я тот случай вспоминаю до сих пор, – рассказывает Виктор Дзарасов. – Это был поворотный момент, тот самый, когда я четко усвоил – нужно исправно выполнять домашнее задание не потому, что этого от тебя требуют, а потому, что это важно для достижения собственных целей. Для тебя самого, в конечном счете. Я благодарен моему педагогу и наставнику Диане Тимировой за тот урок. Она меня обучала не только языкам, но и большой ответственности. За себя, свои поступки, за свое будущее».

Кстати, о планах на будущее Виктор Дзарасов особо говорить не любит. У него, конечно, есть идеи, которые он хочет воплотить в жизнь, цели, которые он постепенно будет достигать. Однако он из той категории молодых людей, которые смотрят далеко вперед, но грандиозных планов не строят. И это – правильно. Все идет своим чередом, и все приходит вовремя к тем, кто имеет терпение и разум. Развиваться в области языков, узнавать все больше, работать над собой, делиться знаниями, обмениваться опытом – это все сегодня для Виктора Дзарасова ежедневные задачи, которые вполне решаемы, и менять что-либо пока нет необходимости.

Ну, а на вопрос, что бы все-таки хотелось изменить, Виктор Дзарасов отвечает вполне в его духе – обдуманно и разумно. «Если меняешь что-то одно, как по упругой спирали меняется что-то другое. Мир очень хрупкий, и какие-либо изменения не всегда оправданы и ведут вверх к положительному. Чего бы я действительно хотел – чтобы окружающие были счастливее. Стакиваюсь с людьми в разных местах и при разных обстоятельствах. Несложно определить по глазам неудовлетворенность жизнью. Многие живут с этой грустью долгие годы. А ведь люди должны находить себя в этом мире, слушать и слышать себя больше, и тогда от радостного блеска людских глаз мир вокруг стал бы светлее. Мало в жизни справиться. Нужно уметь находить счастье в мелочах. Возможно, это несколько наивно-философская идея, но в то же время – простая и вполне осуществимая. Вспомните слова великого ученого, основоположника теории относительности и автора более трехсот научных работ Альберта Эйнштейна: «Жизнь – как вождение велосипеда. Чтобы сохранить равновесие, ты должен двигаться».

Ирина ДЗУГКОВА.

ИНТЕРЕСНО

О ЧЕМ ПИСАЛА РАЙОНКА

Пожелтевшие от времени номера старых газет нашей районки. Интересно, о чем писалось на ее страницах много лет назад? Вот, например, газета, тогда еще – «Путь к коммунизму» июля 1984 года. На первой странице – репортаж «Поле гудит». В нем говорится о том, что с 230 гектаров пшеничного поля первой бригады совхоза «Ардон» труженики убрали весь урожай в срок. Тут же список комбайнеров, вышедших в передовики. Это – Юрий Кайтуков, намолотивший за один день с сыном Олегом 28820 кг, Авраам Хетагуров – 25620 кг, Валерий Каиров – 24000 кг, Камболат Алборов – 23000. В этот день водители объединения «Сельхозтехника» Тимур Тигиев, Валерий Гаглоев, Хазби Икаев и Ахсар Томаев перевезли на перевалочный пункт по 25 тонн пшеницы. Лучшим комбайнерам и шоферам председатель вручил по 10 и по 5 рублей соответственно итогам работы. Директор совхоза, секретарь партийной организации, председатель профсоюзного комитета Марзаев, Бесолов, Кулаева и другие специалисты регулярно читают хлеботорам лекции, ведут беседы.

Первополосный материал фотокорреспондента Алескандра Осташко о студентке Горского сельскохозяйственного института Людмиле Хутинаевой, которая проходит производственную практику в колхозе имени Кирова, по-ударному трудится помощником комбайнера на жатве – 84.

Большая фотография здания районной администрации того же сотрудни-

ка газеты с теплой подписью «Из года в год Ардон растет и хорошеет. На месте старых приземистых домов вырастают добротные многоэтажные дома и целые кварталы. На снимке – здание райкома КПСС и райисполкома, построенное в 1964 году».

Ровно через десять лет, в 1994 году, уже переименованная в «Рухс» газета пишет о лучшей доярке совхоза «Ардон» Ольге Плиевой, которая проработала на МТФ более 38 лет. «Самый трудный участок работы всегда доверяют ей. Вот и в этом году Ольге доверили двадцать пять первотелок, которых приходится доить вручную. Она отлично справляется со своими обязанностями, поэтому пользуется в коллективе заслуженным уважением и авторитетом».

«В хоре только мастера» – под таким названием вышла статья о коллективе художественной самодеятельности Ардонского профессионально-технического училища. Хор народной и героической песни, который был основан в начале февраля 1994 года. «Его участники – только мастера производственного обучения, а руководит новым творческим коллективом заслуженный работник культуры Б.А. Дзугаев. Намечен первый репертуар хора, в который включены любимые в народе песни. Свое первое публичное выступление хор планирует приурочить к общешкольному фестивалю искусств, по традиции проводимому весной», – пишет автор.

Подготовила Ирина ДЗУГКОВА.

ГЛАВНЫЙ СУДЕБНЫЙ ПРИСТАВ РЕСПУБЛИКИ ПРОВЕДЕТ ПРИЕМ ГРАЖДАН ПО ВОПРОСАМ ВЗЫСКАНИЯ АЛИМЕНТОВ

В Управлении Федеральной службы судебных приставов по Республике Северная Осетия – Алания организован еженедельный прием граждан по вопросам взыскания алиментных платежей. Жители республики смогут обратиться к руководителю Управления – главному судебному приставу Республики Северная Осетия-Алания **И.К. Кесаонову** и его заместителю, курирующему вопросы организации исполнительного производства, **И.Т. Козаеву**.

Тематический прием будет проводиться с 29 ноября 2023 года, а также в течение всего 2024 года каждую среду с 11:00 до 13:00 в административном здании Управления (г. Владикавказ, ул. Зортова, 4). Кроме того, жители республики смогут обратиться по вопросу взыскания алиментов в часы приема руководителя Управления (четверг с 14:00 до 18:00) и заместителя руководителя Управления (понедельник с 14:00 до 18:00).

Предварительная запись не требуется. Вместе с тем, УФССП России по Республике Северная Осетия-Алания рекомендует заранее сообщить о своем планируемом обращении для максимально предметной подготовки решения вопроса к моменту приема и принятия соответствующих мер. По вопросам предварительной записи обращаться по телефону: 8(8672)51-99-50.

Также граждане могут воспользоваться сервисом "Запись на личный прием", размещенным на сайте Управления.

При себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность.
Пресс-служба УФССП России по РСО-Алания.

ПРОФИЛАКТИКА САХАРНОГО ДИАБЕТА

Число людей, больных сахарным диабетом, неуклонно растет. В России за последние 20 лет количество пациентов с сахарным диабетом увеличилось на три миллиона!

Численность всех пациентов России, состоящих на диспансерном учете на 01.01.2023 г., по данным Федерального Регистра Сахарного Диабета, составила 4 962 762 человека (3,31% населения РФ) и предположительно, столько же не учтенных случаев. Это связывают с эпидемией ожирения, распространением лишнего веса и гиподинамии.

Сахарный диабет – группа обменных заболеваний, характеризующаяся хронической гипергликемией (повышением уровня глюкозы в крови выше 6,1 ммоль/л в капиллярной крови, выше 7,0 в венозной (при норме меньше 5,6 и 6,1 ммоль/л соответственно). Заболевания связаны с нарушением секреции или действия гормона поджелудочной железы – инсулина или их сочетанием.

Предиабет – это состояние, когда не достигнут уровень сахарного диабета, но показатели уже превышают норму. Кровь становится токсичной. Это состояние опасно, так как повышается риск развития диабета, а также страдают и другие органы. Повышенный сахар повреждает мелкие сосуды и нервные окончания, поражая органы зрения, почки, головной мозг, сердце. Сгущение крови от избытка глюкозы перегружает сердечно-сосудистую систему, приводит к артериальной гипертензии, и затем к грозным осложнениям – инфаркту миокарда, инсульту.

Основные причины развития сахарного диабета: ожирение, лишний вес и низкая физическая активность; хронический стресс, нервные срывы; наследственность – повышается риск заболеть при наличии близких родственников с сахарным диабетом; повреждения поджелудочной железы (инфекции, травмы, токсины).

Симптомы, которые должны насторожить: жажда; избыток мочи (более 2 литров в сутки) частое и обильное мочеиспускание; зуд кожи, частые грибковые заболевания и гнойные инфекции кожи; осложнения при инфекциях; снижение зрения; гликемия (количество глюкозы от 5,6 ммоль/л в капиллярной крови, от 6,1 ммоль/л в венозной крови).

При обнаружении этих признаков необходимо срочно обратиться к участковому врачу для проведения обследования и последующего консультирования врачом-эндокринологом.

Профилактика сахарного диабета у взрослых

Главным образом определяется изменением образа жизни: увеличением физической активности и правильным питанием.

Просто необходима регулярная физическая активность. Она подбирается индивидуально, с учетом возраста, сопутствующих заболеваний и переносимости. По рекомендации ВОЗ минимальны для взрослых с 18-64 лет нагрузки на основные группы мышц: 30 минут ежедневных занятий средней интенсивности на основные группы мышц, что равноценно ходьбе пешком, или 2-3 часа в неделю занятий высокой интенсивности (фитнесс, спорт, танцы). Необходимы упражнения с нагрузкой на все группы мышц не реже 2-х дней в неделю.

Хороши все виды физической активности: занятия разными видами спорта, утренние пробежки, работа в саду и огороде, езда на велосипеде, танцы, походы, лыжи. Интенсивность тренировки следует увеличивать постепенно, нетренированным рекомендуется начинать с ходьбы.

Обязательно нужно следить за своим весом, который должен быть нормальным (оценивается по ИМТ). Как только появились лишние килограммы, следует обязательно избавляться от них и нормализовать вес. Для снижения массы тела должно быть умеренное гипокалорийное питание с преимущественным ограничением насыщенных жиров и простых углеводов. Очень низкокалорийные диеты дают кратковременные результаты и не рекомендуются. Голодание противопоказано. Идеально снизить вес на 5-10 % от исходного за полгода.

Рекомендации по питанию.

Ограничьте жирные продукты животного происхождения и легкоусвояемые сладости. Соблюдайте умеренность: чем старше возраст, тем меньше объем порций, так как с возрастом снижается обмен веществ в организме и, соответственно – меньше расход энергии.

Не пере едайте. Ограничьте употребление сладкого и сдобы. Сахара в рационе должно быть не более 25 г/день (6 чайных ложек без верха), учитывайте и сахар в готовых продуктах. Необходимо убрать сладкие газированную воду, соки и варенья. Рацион должен быть насыщен овощами, фруктами с ограничением сладких – бананы, финики, виноград, свекла, картофель, несладкими кисломолочными продуктами низкой жирности, нежирным мясом, рыбой. Обязательно употребляйте нерафинированные растительные масла не менее 30 г/день, хлеб из цельнозерновой муки, макароны из твердых сортов пшеницы.

В ответ на прием любой пищи, особенно углеводной, в крови повышается уровень глюкозы. После употребления сладких продуктов (они имеют высокий гликемический индекс) происходит резкий подъем уровня глюкозы в крови, под действием выброса инсулина она быстро усваивается, при этом сильно снижается уровень глюкозы и снова уже через час появляется чувство голода, стимулируя повышенный аппетит.

Продукты, которые не вызывают значительного повышения уровня глюкозы после еды (с низким гликемическим индексом): крупы, хлеб из муки грубого помола и большинство овощей. После их употребления уровень глюкозы повышается не резко и снижается плавно, а сытость сохраняется долгое время.

Преимущественное использование в диете продуктов и блюд с низким ГИ – современный подход профилактики сахарного диабета, позволяющий также эффективно снижать и лишний вес. Берегите поджелудочную железу от повреждений – травм, инфекций, токсичных веществ – химических компонентов в составе фастфудов, консервов, полуфабрикатов, алкоголя.

Следите за своим здоровьем, контролируйте уровень глюкозы в крови.

Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики.

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



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 1926 экз.
Заказ № 1365
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+)

Материнский капитал увеличится на 7,5%



1 февраля Социальный фонд повысит сумму материнского капитала на 7,5%. Индексация коснется как владельцев сертификатов на маткап, которые пока не распорядились его средствами, так и родителей, которые уже израсходовали часть средств капитала. Чем больше неиспользованная сумма, тем выше будет прибавка после индексации.

Максимальное повышение ждет те семьи, которые пока ни на что не направили средства материнского капитала. Для них сумма вырастет сразу на 44 тысячи рублей. Если оформлен повышенный материнский капитал на второго ребенка, и при этом не было никаких трат, увеличение составит уже 58 тыс. рублей.

Родители, сохранившие часть материнского капитала, также вправе рассчитывать на индексацию через два месяца. Если после всех распоряжений у семьи осталось, например, 375 тыс. рублей, именно эта сумма и будет увеличена в феврале на 7,5%. В результате семья сможет распорядиться средствами в повышенном размере – 403 тысячи рублей.

Информация о сумме неизрасходованного материнского капитала доступна родителям на портале госуслуг. Соответствующий сервис Социального фонда позволяет всегда иметь под рукой актуальные данные о средствах, которые семья может направить на существующие направления программы.

Напомним, что по ее условиям материнский капитал подлежит индексации раз в год на уровень фактической инфляции. Согласно прогнозу Минэкономразвития она составит 7,5% к концу этого года. С 1 февраля размер маткапитала на первого ребенка увеличится почти до 631 тысячи рублей. Повышенный материнский капитал на второго ребенка вырастет до 833,8 тысяч рублей.

Региональный контакт-центр СФР: 8-800-200-07-81 (пн-чт – с 9.00 до 18.00, пт – с 9.00 до 16.45).

ПРОКАТ ПАЛАТОК И СТОЛОВ

(агтæ и арынгтæ)

ОБОГРЕВ

ТРАУРНАЯ МУЗЫКА.

Тел. 8-918-703-37-12, 8-918-837-20-98.

ГОТОВАЯ КУХНЯ

Тел. 97-28-41, Ольга.

ПРОКАТ ПАЛАТОК СТОЛОВ И СТУЛЬЕВ

СВАДЕБНЫЕ И ПРОСТЫЕ

Агтæ и арынгтæ (комплект), музыка, обогрев.

Бесплатная доставка любых напитков.

Тел. 8-928-484-18-04.

ЭлиКам ОКНА И ДВЕРИ из ПВХ

РАССРОЧКА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

ГАРАНТИЯ. КАЧЕСТВО

Тел. 8-928-070-94-77.



вакансия
ОПЕРАТОР CALL-ЦЕНТРА

г.АРДОН

Обязанности:

☎ Телефонное информационно-справочное обслуживание
НЕ сетевой маркетинг!

Условия:

- ✓ Работа в офисе в центре г.Ардон с удобным графиком
- ✓ Бесплатное обучение
- ✓ Своевременная выплата з/платы
- ✓ Можно без опыта работы
- ✓ Заработная плата от 30 тыс.рублей

г.АРДОН, ул.Советов, 1 Б T/WhatsApp +7 928 067-57-07

ПЕПЛОБЛОКИ ПРОПАРЕННЫЕ

г. Терек. Возможна доставка.

Тел. 8-967-411-90-94.

УСЛУГИ
Качественная настройка духовок газовых и электрических плит под быструю выпечку осетинских пирогов. Гарантия.
Тел. 8-918-827-36-36

Гипсокартон, шпаклевка, электрика, откосы, покраска стен, крыш, фасадов, цоколей, ворот, заборов, сараев и т.д. Декоративные работы.
Тел. 8-918-836-50-40

ПРОДАЕТСЯ
Заморозка, соленья, чищенные утки и гуси. Доставка бесплатная.
Тел. 8-988-833-44-25, Алла

РАЗНОЕ
Изготавливаю лекарство на травах от простатита и геморроя. Тел. 8-928-939-81-67

Куплю грецкий орех очищенный – 350-400-450 руб./кг, неочищенный – 80-100 руб./кг.
Тел. 8-918-828-92-42

Сдается помещение под готовую кухню.
Тел. 8-928-481-50-60

Требуется грузчик-сторож (без вредных привычек).
Тел. 8-919-423-25-45

Даю уроки английского языка.
Тел. 8-928-485-87-40

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.



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.