



@PYXC_ARDON

ГАЗЕТА ОСНОВАНА
В 1939 ГОДУ

2026 АЗЫ
СУСАНЫ МАЙЫ 25 БОН
САБАТ

25 ИЮЛЯ 2026 ГОДА
СУББОТА

№ 78
(12757)

ДЕЛА ПАРТИЙНЫЕ

В НОВУЮ НАРОДНУЮ ПРОГРАММУ «ЕДИНОЙ РОССИИ» ПОСТУПИЛО ПОЧТИ ТРИ МИЛЛИОНА ПРЕДЛОЖЕНИЙ

Она должна содержать ответы на вызовы, которые стоят перед Россией.

«Единая Россия» превзошла показатель 2021 года по числу предложений в новую Народную программу, подчеркнул Председатель «Единой России» **Дмитрий Медведев** на заседании Экспертного совета. «Наибольшее число инициатив касается ответа на такой вызов, как неравномерное развитие регионов нашей страны. Для решения этой проблемы российским семьям нужно обеспечить комфортные условия для жизни», — пояснил он.

Один из вызовов, ответ на который даст Народная программа, — обеспечение безопасности Отечества и поддержка тех, кто самоотверженно приближает победу над врагом. «Вместе с Героями России, участниками специальной военной операции мы разрабатываем меры по поддержке ветеранов боевых действий. Нужно уделить пристальное внимание вопросам развития военного производства, обеспечения наших бойцов самым современным оружием», — отметил председатель партии.

По его словам, также «Единая Россия» продолжит работу по укреплению экономики и развитию социальной сферы, повышению качества и безопасности жизни граждан во всех регионах страны. «Важнейшими приоритетами останутся помощь людям в самых сложных жизнен-



ных ситуациях, забота о старшем поколении. Будем активно заниматься внедрением передовых технологий для обеспечения эффективной работы государственных структур», — подчеркнул Дмитрий Медведев.

Экспертная подготовка Народной программы «Единой России» позволяет сохранить ее главную ценность — голос народа России, акцентировал он.

В ходе заседания участники озвучили свои предложения в новую Народную программу. В частности, председатель партийной комиссии по здравоохранению, директор клинического центра «Коммунарка» **Денис Проценко** представил инициативы в здравоохранении — дальнейшее развитие первичной медицинской помощи: увеличение числа ФАПов и амбулаторий. Еще один блок касается изменения подхода граждан к своему здоровью — пере-

ход к профилактической медицине. Отдельное внимание стоит уделить детям с сахарным диабетом первого типа. Шла речь и о внедрении в сферу здравоохранения искусственного интеллекта.

Гендиректор ГК «Росатом» **Алексей Лихачев** предложил усилить внимание к развитию городов с населением от 50 до 80 тысяч человек, созданию комфортной среды и взаимодействию предприятий с муниципалитетами в решении социальных вопросов.

Заместитель гендиректора ГК «Ростех» **Дмитрий Леликов** предложил закрепить в программном документе меры по обеспечению бесперебойных поставок вооружений и выполнению государственного оборонного заказа, а также развитию аналитической, экспертной и законодательской работы в сфере оборонно-промышленного комплекса. Кроме того, предложено включить в Народную

программу меры по развитию инженерного образования, созданию инженерных классов, кружков и технопарков для школьников, а также предусмотреть поддержку стратегических предприятий, которые помогают сотрудникам улучшать жилищные условия.

По мнению гендиректора Агентства стратегических инициатив **Светланы Чупшевой**, необходимо создавать условия для внебюджетных инвестиций в объекты культурного наследия, чтобы туда приходил бизнес. По ее словам, важно, чтобы партия включила и совместно с регионами (прим. ред. — и такое поручение президента есть) разработала региональные программы по вовлечению объектов культурного наследия, находящихся в неудовлетворительном состоянии, в хозяйственный оборот, используя и федеральные программы льготного финансирования, и региональные программы.

Ректор РАНХиГС **Алексей Комиссаров** представил инициативы по занятости выпускников, наставничеству и развитию студенческого спорта. Он предложил принять программу содействия занятости выпускников колледжей, создать образовательно-производственные центры на базе колледжей в каждом регионе, а также развивать систему наставничества на весь период обучения.

Президент фонда «Институт экономики города» **Надежда Косарева** озвучила предложения по развитию

городской среды, транспорта и социальной инфраструктуры. Среди инициатив — устранение дисбаланса между вводом жилья и социальных объектов, повышение доступности и безопасности общественного транспорта для пенсионеров и маломобильных групп, а также модернизация крупнейших вокзалов и привокзальных площадей.

Дмитрий Медведев предложения участников Экспертного совета поддержал, отметив, что все они будут детально проработаны для включения в новую Народную программу партии.

Комментируя итоги мероприятия, член Генсовета «Единой России», Герой России **Евгений Поддубный** подчеркнул, что сейчас уже отчетливо виден контур Народной программы партии.

«Он человекоцентричен. Ориентирован на поддержку человека, но и также направлен на укрепление суверенитета нашей страны. Это два наиболее необходимых сейчас направления», — заключил он.

Напомним, 28 июня в Москве состоялся первый этап XXIII Съезда партии «Единая Россия», на котором продолжили обсуждение предложений в Народную программу, с которой партия пойдет на выборы. Ее окончательную версию примут на втором этапе в августе.

Пресс-служба СОРО
«Единой России».

В ПРОДОЛЖЕНИЕ ТЕМЫ

ПО ИТОГАМ ПОДПИСНОЙ КАМПАНИИ...

Завершилась очередная подписная кампания, и ее итоги не слишком оптимистичны. Число подписчиков продолжает снижаться. По информации почтовых отделений лидером подписки остается районная газета «Рухс», хотя в сравнении с предыдущим годом количество ее читателей уменьшилось. Если говорить о сельских поселениях, то после районной газеты по числу подписчиков идут «Растдзинад», затем «Северная Осетия». И у этих республиканских изданий потери ощутимы. В некоторых селах их выписывают всего по несколько экземпляров. И дело не только в том, что люди все чаще стали выбирать цифровые источники новостей. Для некоторых семей стоимость подписки на печатные издания — ощутимая нагрузка на бюджет, и они просто не могут себе это позволить.

Серьезной проблемой стали сбои в доставке прессы, особенно в Ардоне. Все чаще жители жалуются на задержки: газеты приходят позже срока, либо вовсе не доходят до адресата. В почтовых отделениях не хватает почтальонов, а где-то их нет совсем.

Для многих людей, особенно пожилого возраста, привыкших получать газеты в определенный день, это словно потеря связи с родным районом. Из-за сложностей с доставкой газет многие вынуждены были отказаться от подписки. При этом нельзя сказать, что интерес к жизни района угасает. Люди по-прежнему хотят знать, что происходит в их районе, какие решения принимаются на местном уровне, каких успехов добиваются их земляки.

Ситуация складывается непростая. Подписчиков все меньше, с доставкой газет — проблемы, а доверие читателей становится все более хрупким. Именно в такие моменты роль руководителей становится решающей. Многое зависит от глав поселений, местных предпринимателей, руководителей учреждений, от их неравнодушия и готовности поддержать районную газету. Каждый из них может сделать больше, чем кажется — не только оформить подписку для администраций и подведомственных учреждений, но и помочь тем, кому это сделать сложнее.

Надеемся, что уже в следующем месяце наших подписчиков станет больше — благодаря общей поддержке и вниманию к тем, кому газета по-настоящему нужна.

КНИЖНОЕ ЛЕТО

Каникулы должны быть не только активными, но и полезными — в этом убеждены сотрудники детской библиотеки. И пока дети отдыхают, они отправляются к ним в лагеря и детские сады, чтобы лето стало для них не только временем отдыха, но и маленьких открытий. Через викторины, конкурсы и другие тематические мероприятия, сотрудники детской библиотеки **Назира Джагиева**, **Фатима Плиева**, **Татьяна Кокаева** под руководством **Ирины Дзитоевой**, не только занимают детей, но и бережно прививают им любовь к чтению.

Первым событием летней программы стало мероприятие «Вот оно какое, наше лето», приуроченное ко Дню защиты детей. Викторина по детским сказкам стала отличной возможностью проверить знания ребят и пробудить интерес к чтению. А призы для лучших участников стали приятным стимулом.

Продолжением летней программы стало мероприятие «Путешествие в страну Лукоморье», приуроченное к Пушкинскому дню. Вместе с героями великого поэта ребята отправились в сказочное путешествие, угадывали персонажей по описанию, разгадывали загадки. Задания строились так, чтобы не просто проверить память, а разбудить воображение. Такой подход позволяет воспринимать классику не как сложный текст, а как живой и увлекательный мир.

«Мы хотим, чтобы ваше лето было книгами согрето». Под таким теплым и вдохновляющим девизом прошла познавательная викторина в летнем лагере школы № 2. Ее цель проста, но очень важна: показать, что каникулы — время не только игр и развлечений, но и новых открытий, которые ждут на страницах любимых книг. Ребята с азартом отвечали на вопросы, за правильные ответы

ПРЕВРАТИТЬ КАНИКУЛЫ В УВЛЕКАТЕЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ



получали призы, но главное — это положительные эмоции, которые с собой унес каждый участник.

Программа мероприятий, подготовленных сотрудниками библиотеки, разнообразна — от добрых сказок до серьезных тематических встреч. К примеру, ко Дню России для ребят в лагере школы № 4 провели час истории «Наш дом — Россия». Детям рассказывали о том, что этот день символизирует единство и общую ответственность за будущее страны, о государственных символах, о том, какой смысл заложен в цветах флага. Дети проявляли неподдельный интерес к этой теме.

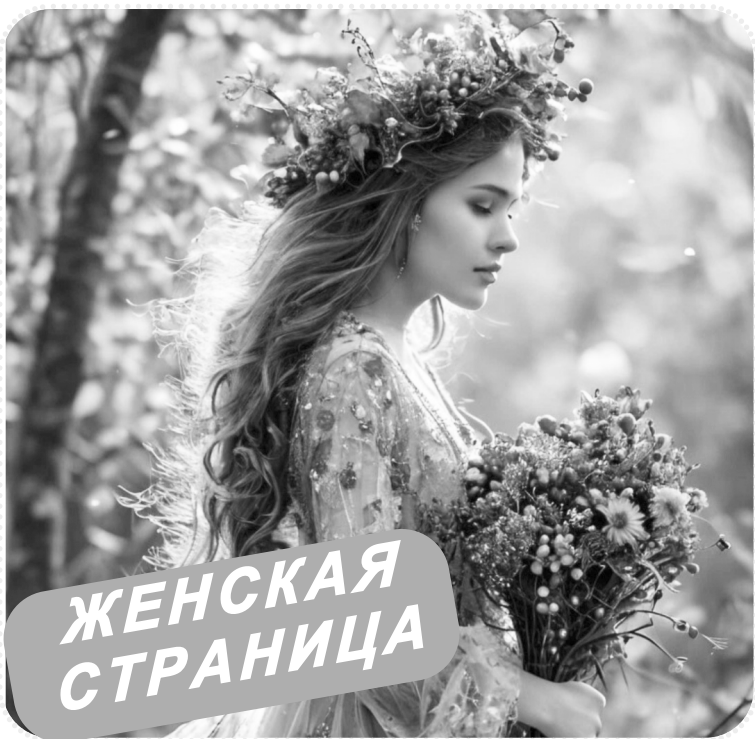
Ярким дополнением летней программы стали выступления вокальной студии «Звездочки» районного Дворца культуры, — руководителем **Людмила Балашова**, которые посещали лагерь и детские сады вместе с сотрудниками библиотеки. Такие совместные выездные встре-

чи стали важной частью культурно-досуговой работы с детьми. Их цель — не только развлечь ребят, но и развивать их творческие способности.

— Мы уделяем большое внимание формированию у детей интереса к чтению, — говорит заведующая детским отделом центральной районной библиотеки **Ирина Дзитоева**. — Ведь значимость чтения для детей трудно переоценить. Именно в детстве закладывается отношение к окружающему миру, и книга помогает сделать его светлее и добрее. Наша задача — не навязывать книгу, а показать, что она может стать лучшим спутником и интересным приключением.

Благодаря слаженной работе с образовательными учреждениями и продуманной летней программе библиотека поддерживает интерес детей к книгам и помогает превратить каникулы в увлекательное путешествие по страницам любимых книг.

Ли́ра ТОЛПАРОВА.



ДЕЛО О ВИТАМИНАХ

«Принимайте витамины курсами во время стрессов и простуд», – говорят одни. «У всех у нас витаминodeficit, пить их нужно каждый день», – парируют другие. А третьи добавляют: «Ударные дозы витаминов – непрерывная составляющая антидж-программ, то есть, метод, направленный на замедление, старения процессов организма». Кто прав? В этом подробно разберется врач общей практики **Эсмеральда Мамиева**.

«У большинства из нас с витаминами весьма сложные отношения. Начнем, собственно, с дефицита. Он, действительно, есть у девяноста процентов людей.

Дополнительный прием витамина С и Е уменьшает возникающие при спортивных нагрузках мышечные боли, а также снимает риск повреждения мышц. Никотиновая кислота нормализует уровень «плохого» холестерина в крови, поэтому особенно нужна людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями, в том числе и перенесшими инфаркт. А витамин Д укрепляет ногти и мускулы, повышает иммунитет, предупреждает депрессию, снижает риск развития атеросклероза, артрита и юношеского диабета.

Отмечу, что гипervитаминоз любителям витаминов не грозит по той простой причине, что они все равно не усваиваются в организме. Но это не обо всех витаминах. Д, например, опасным для здоровья станет при очень долгом его применении и в летнее время точно необходимости в нем у человека нет. Вот всеми любимая аскорбинка для профилактики тоже не является



гарантией от простуды, хоть килограммами ее ешь. А сократить длительность простудных заболеваний и смягчить ее симптомы ей вполне по силам.

Есть витаминные правила, действующие на протяжении многих лет еще с советского времени. Рекомендуются воздерживаться от приема витаминно-минеральных комплексов с частотой один раз в сутки. Дробное поступление витаминов в течение всего дня – утро-обед – вечер, более эффективно удовлетворяет потребности организма. Чем больше «ингредиентов» намешано в витаминных, тем выше вероятность, что один или несколько просто не сработают. Всегда надо внимательно читать инструкции и состав, следовать им. Бесконтрольное поедание синтетических витаминов в больших дозах здоровью не принесет пользы. Ну и, конечно, нужно консультироваться с врачом и тщательно проверять соответствие минерально-витаминных комплексов ГОСТу.

ГЛАЗА – ОТРАЖЕНИЕ ДУШИ

Глаза – отражение нашей души, а также того, что мы едим, сколько спим, и в каком мы настроении. Именно так считает косметолог с большим опытом работы **Ирина Дзидуханова**.

«Первой капитулирует перед морщинами область вокруг глаз. У некоторых «гусиные лапки» могут появиться уже в 20 лет. Связано это со строением лица и наследственностью. Но в каком бы возрасте ни появились морщинки у вашей мамы, чем раньше вы начнете принимать меры, тем лучше будете выгля-



Вера. Надежда. Любовь.

На днях случайно наткнулась на очередной опрос, проведенный Всероссийским центром изучения общественного мнения. Вопрос был задан простенький: счастливы ли вы? Ну и ну! Во всей стране бушует кризис, по телевизору не поймешь, что страшнее – полицейские сводки, экономические новости или что того хуже.. А тут про счастье!

Вам интересно, что ответили люди разных возрастов? Оказалось, что в современном мире около тридцати процентов населения Осетии стали чувствовать себя счастливее. Почему? На мой взгляд, это психология людей – когда кругом все неважно, учишься ценить то, что у тебя есть. Семейное благополучие, например. Так и говорили респонденты: «Слава Богу, что есть дети и внуки, что все родные живы и здоровы! Как хорошо, что есть работа, еще лучше, когда интересная. Здорово, что есть любовь, а чудеснее, когда плюс ко всему этому есть молодость, красота, успех».

Все же анализ цифр оставим социологам, а сами в который раз удивимся, как проста и в сущности банальна формула счастья: ты утром с радостью идешь на работу, а вечером с радостью возвращаешься домой. Потому что дома – родные, а на работе – любимое дело.

А еще в том опросе хотели узнать, в каких краях летом будут проводить отпуск жители Осетии. Оказалось, только десять процентов жителей хотят поехать поправить здоровье и попить минеральной водички в санаториях Кавминвод, а кто – то мечтает о Каспии. О неге на лежаках и песчаных отмелях, о кудрявой ласковой прибрежной пене волн к быстро остывающему по вечерам красному солнцу. Остальные – на дачу. Под сень яблонь и вишен, к ароматам созревшей земляники и жимолости, к вкусной пенке свежеваренного варенья. И так ли уж важно, где быть счастливым. Главное – быть! И пусть с вами рука об руку многие годы идут вера, надежда и любовь.

КРАСА РУК – ЗДОРОВЫЕ НОГТИ

Длина, цвет и состояние ногтей с давних времен занимают человечество. На днях прочитала, что археологи находили древнеегипетские мумии с ногтями, искусно окрашенными хной. Это свидетельствовало о социальном положении подданных фараона, их благосостоянии и занятиях. В Поднебесной империи ногти предельной длины сообщали о благородном происхождении своего владельца. Современная мода и этикет диктуют свои правила. Но и сегодня здоровые, чистые, ровные ногти являются настоящим украшением. А как их такими сохранить, рассказала мастер по уходу за ногтями **Регина Бекоева**. Она одна из немногих обладателей сертификата специалиста по современному «фруктовому педикюру».

«Ногти меняют цвет и форму по целому ряду причин. Чаще всего это связано с грибковой инфекцией. Средство необходимо подбирать со специалистом. Если ногти стали крошиться, пожелтели, утолтились – не



заниматься самолечением. Грибок способен распространиться с ногтей на кожу, поражая ткань вокруг ногтевого ложа. Еще один фактор негативного воздействия на ногти – постоянный контакт с разнообразными бытовыми моющими средствами. Поэтому обратите внимание на защиту рук – перчатки и защитные кремы для рук и ног-

тей должны присутствовать на вашей кухне. Есть риск травмирования даже у специалистов, поэтому выбирайте не по знакомству, а по качеству работы. Возможно, вы делаете маникюр сами, в домашних условиях. Тогда следуйте простым правилам – лучше использовать стеклянную пилочку, так как металлические слишком жесткие, не стоит подпиливать ногти сразу после ванночки, так как вода делает их мягкими и ломкими, кусачки, напротив, нужно использовать только после замачивания ногтей, не срежьте кутикулу полностью – она отвечает за здоровье ногтей.

Строгая диета ведет к нарушению обмена веществ и первой жертвой этого процесса становятся ногти. Важно давать ногтям передышку – не стоит непрерывно наносить лак или наращивать ногти. Во время «паузы» старайтесь внимательно относиться к своим ногтям и помогать им быть здоровыми и красивыми».

ДОБРОЕ СЕРДЦЕ – ВКУСНЫЕ БЛЮДА

То, что мы едим, определяет ритм современной жизни: блюда из «готовой кухни» магазинов. Но хочется быть уверенным, что они, как минимум, не вредны. Жаль, что мы стали меньше готовить дома, соблюдая при этом семейные традиции и сохраняя свою безопасность. Хроническая нехватка времени и столь же хроническая усталость... Но то, что есть масса рецептов быстрого приготовления вкусной домашней и полезной еды, точно знает повар-кондитер **Анико Каркузаева**, в многолетнем «арсенале» которой оригинальные рецепты национальной кухни, а также, современные кулинарные «тренды».

«Многие женщины не особо любят стоять у плиты, особенно летом. Но в выходные и в отпуск все же каждая захочет побаловать своих родных вкусным завтраком, например. У меня на этот случай есть особое блюдо. Я думаю, что в нашем районе его точно еще

никто сам не готовил. Например, гречневые блинчики с инжиром, для приготовления которых необходим минимальный набор продуктов – 50 г гречневой и пшеничной муки, 2 яйца, стакан молока, соль и сахар по вкусу, по 100 г инжира, сливок, 50 г семечек. Это могут быть тыквенные, семена подсолнечника или кунжутные».

Анико Лаврентьевна с детства мечтала о своей профессии. Ее любовь к кулинарному искусству отмечали все родные и знакомые, которые часто собирались в их гостеприимном доме.

Есть люди особого кулинарного таланта. Анико Лаврентьевна из их числа. Она одинаково хорошо готовит блюда осетинской, грузинской и армянской кухни. А ее европейские рецепты поражают даже самых взыскательных гурманов.

Говорят, что только человек с красивой душой и чистым серд-



цем может готовить просто и в то же время – оригинально. Анико Каркузаева это ярко показала на своем профессиональном примере.

и справляться с появлением гусиных лапок. А вот после сорока необходимо время от времени менять свой основной уход, поскольку кожа сильнее реагирует на новые стимулы. Здесь важна консультация с косметологом и подбор индивидуальных и правильных средств.

Итак, берегитесь морщин, образующихся во время сна от вдавливания лица в подушку. Не экспериментируйте с диетами,

поскольку при потере веса, особенно, если вы старше сорока лет, могут образовываться морщины, много и сразу. Правильно питайтесь. Для молодости кожи лица важен комплекс витаминов В, содержащихся в нежирной говядине, куриных яйцах, цельной пшенице. У тех, кто регулярно занимается легким видом спорта, кожа всегда эластичнее и здоровее.

Страницу подготовила Ирина ДЗУГКОЕВА.

Курдиатджынты цардæй

АХУЫРГÆНДТÆ ÆМÆ
ФЫСДЖЫТЫ ÆНАХУЫР МИТÆ

Сэр Исаак Ньютонæн кæй науко иртасæнтæ фæахъаз сты æппæтдунеон уæзы теори саразынмæ, уый – Тихо Браге, XVI æнусы астроном, йæ афонæй раздæр йæ цардæй ахицæн. Уыцы заман фынгæй сыстын, цалынмæ куывд фæуа, уæдмæ не 'мбæлд, фысым æй банымадтаид стыр æфхæрд-дыл. Æгъдауджын адæймаг уæвгæйæ, Браге нæ бауæндыд йæхи ракурын стьолы уæлхъусæй. Афтæмæй йæ мисындзæг аскъуыд, æмæ, 11 бон фæудхар кæнгæйæ, астроном амард.

Зындгонд иллюзионист Гарри Гудини амард, йæ курдиатæн ын стыр аргъ чи кодта, ахæм адæймаг ын тымбылхъухæй йæ гуыбын куы ныццавта, уæд. Гудини адæмы уагъта йæхи ныццæвын, æвдыста йæ прессы диссаджы фидардзинад. Амард рынчындоны, йæ хуылфыздаумæттæ хъыгдард кæй баййæфтой, уый аххосæй.

Америкæйы Иугонд Штатты дыуадæсæм президент Закари Тейлор цавæрдæр кадджын мадзалы фæстæ тынг тæвд бон 1850 азы 4 июлы æгæр бирæ сæлдæг бахордта, фæрынчын, йæ ахсæн не скуыста, æмæ фондз бон фæстæ амард. Йæ президентон æмгъуыд ахаста æрмæстдæр 16 мæйы.

Джек Дэниэл, зындгонд виски «Jack Daniel's»-ы автор, амард туджы инфекцийæ. Йæ сейф байгом кæныны комбинаци ферох кодта æмæ, фыр мæстæй сейф къахæй куы ныццавта, уæд йæ нгуылдз асаст æмæ йын инфекци расайдта..

Винсент ван Гог суткæгай ныв кодта, бедрайы дзæгтæй нуæзта абсент, йæ галиу хъус алыг кодта æмæ уыцы хуызæнæй ныффыста йæ автопортрет, 37 азы йыл куы цыд, уæд та йæхи амардта. Йæ амæлæты фæстæ дохтыртæ ныммыхуыр кодтой, æгас ма куы уыд, уæд зындгонд нывгæнæгæн дохтыртæ кæй сæвæрдтой, уыцы 150 медицинон диагнозы.



Раздæр Беслæ-ны æртæ ав-тоинспекторы йеддæмæ нæ уыдис, æмæ алкæуыл дæр æххæссыдысты. Дæ фыдгул æмæ расыгæй дæ хæд-тулгæйы сбадтæ, уæд-уу ахæм скъæрæгыл мæгуырбон акодта. Уыцы дуджыу расыгæнджытыл худинаджы гакк сæвæрдтой, æмæ уымæй дæр адæм сæхи хъахъхъæд-той. Фæлæ-уу уæддæр разындис ахæмтæ, къуымæлдзæфæй денджыз уæрагмæ кæмæн кодта.

Уæд дын Хуыцау ныддæлæ-уæлæ кодта, æмæ Сæуджен «хъæбæрæй» йæхуимæ кæмдæр дзæбæх фæкаст, стæй уыцы хуызæнæй йæ «Побе-дæйы» хæррæгъы бабадт æмæ сæхуимæ арасст. Къæхтæ ма сарæх-стысты, æмæ газыл æнауæрдонæй ахæцъид, фæлæ сæр нал куыста,

Ахудынæн

«ФÆНДАГ МÆН УЫД...»

æмæ уу ран тигъыл йæ ныхмæ 'рбацæйцæуæг машинæ скъуырда. Цалынмæ дыууæ лæджы хъуырду-хæн кодтой, аххосджыны 'зæерстой, уæдмæ сæм автоинспектор Асте дæр æрбахæццæ.

Саг фæрæттæ æрцыдис, æмæ, кæд аххосджын арвы хъугæй бæрæгдæр уыдис, уæддæр Сæуджен йæхиуыл азым нæ уагъта, йæхи рæстæйтæ кæныныл схæцъид. Уæд загъта, мæ мард фен, кæд уу хуыпп дæр скодтон, стæй «басаст», æрмæстдæр, дам, сæдæ граммы банызтон, кæд æм литрæй къад-дæр нæ уыд, уæддæр. Асте, цы хъуыди, уыдæттæ сбарста, прото-кол фыссы, æмæ, æнæфхæрдæй кæй нæ аирвæздзæн, уый куы бам-бæрста Сæуджен, уæд ыл йæ фæстæг «аргумент» байдзæгъта:



– Кæд дæ йæ базонын фæнды, уæд фæндаг мæн уыдис!

Ахæм ныхæстæ фехъусгæйæ, Астейæн йæ маст атыдта æмæ Сæудженил йæ дзыхы дзæг ныхъ-хъæр кодта:

– Ам мæ дæ хæдтулгæйæ куы ацъæл кæнай, уæд фæндаг арды-гæй Ростовмæ дæр дæу уæд!..

ЙÆ ЦÆСТЫТЫЛ НÆ БАУУÆНДЫД...

Нозтджын лæгæн денджыз уæраджы сæрмæ у, «хъæбæр» ын йæ зонд сисы, фæлæ йыл уый хыгъд ныфсы базыртæ ныссадзы. Раст уыцы уавæры уæнг нынцъых-та Сæхъмæрза дæр, афтæмæй йæ хæдтулгæйы сбадт æмæ фæндаг йæхи бакодта. Уыцы заман автоин-спектор Асте кæцъæйдæр йæ размæ фæци æмæ йæ баурæдта. Ахылтæ кодта, стæй йын афтæ, мæ фæдыл, дам, арæхстгай рау, æндæра исты фыдыбылыз саразды-нæ. Расыг лæг сразы, Астейы фæдыл ахæцъид, æмæ йæ инспек-тор сæхуимæ сæрæгасæй фæхæц-цæ кодта. Барадхъахъæнæг йæхицæй тынг фæбузныг, Хуыцау хорз, æмæ йæ феййæфтон, æндæр

ма искæй дæр бабын кодтаид, зæгъгæ.

Сæхъмæрзамæ хардзау æркасти, цы, дам, мын суынафæгæнæг ис уыцы цъупхууджын, цы йæ хъуыддаг ис, æз кæдæм цæуын, уымæ. Машинæ скусын кодта æмæ та рабæлццон, фæцæуы, стырындз. Беслæны аэропортырдæм цы фæн-даг ис, уырдагм бафтыд. Иу ран хæдтулгæ йæ расыг скъæрæгмæ нал байхъуыста, æмæ дæ фыдгул афтæ – сæрбехъуырайтæгæнæг фæндагæй дард фæтахт, Сæхъмæрза дæр фесхъуудта æмæ дæлвæндаг кæмдæр скуыси. Машинæ, мæгуырæг, ныцъæл, уый хыгъд йæ хицау цъæррæмыхст дæр нæ фæци. Уайтагъд йæ хуыр-

хуыр ссыди.

Йæ рæзты чи рацъид, уыдон милицæмæ фæхабар кодтой, æмæ Асте тæргæбæхæй уым балæууыд. Уæдмæ бæлццæттæй чидæр Сæхъмæрзайыл схæцъид, æмæ йæ Асте куы ауыдта, уæд йæ цæсты-тыл нæ баууæндыд.

– Цы мæм ныккастæ, нæ мæ уыныс, хауын, – æфхæрæгау ын бакодта Сæхъмæрза. Цы гæнæн ма уыд, иннæрдыгæй йыл ныххæцъид Асте, æмæ йæ куыд фæцæйхуыд-той, афтæ расыг лæг фæстæмæ фæкаст æмæ, хæдтулгæ пырхы-тæй йæ цæст куы 'рцахста, уæд æй фæрсы:

– Уæртæ уым авари уыд, æвæц-цæгæн?..

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ С 27 ИЮЛЯ ПО 2 АВГУСТА

Понедельник

27 ИЮЛЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 18.30 Время покажет 16+
14.00, 17.00, 23.00 Большая игра 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Пармские фиалки" 16+
00.05 Время героев 16+
01.05, 03.05 Подкаст. Лаб 16+

"РОССИЯ-1"

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Местное время
09.55 "О самом главном" 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30 Т/с "Тайны следствия" 16+
17.00 Малахов 16+
21.30 Т/с "История его служанки" 16+
00.40 Т/с "Анна-медиум" 16+
02.40 Т/с "Богатые тоже плачут" 16+

Вторник

28 ИЮЛЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 18.30 Время покажет 16+
14.00, 17.00, 22.55 Большая игра 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Пармские фиалки" 16+
00.10, 03.05 Подкаст. Лаб 16+

"РОССИЯ-1"

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Местное время
09.55 "О самом главном" 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30 Т/с "Тайны следствия" 16+
17.00 Малахов 16+
21.30 Т/с "История его служанки" 16+
00.40 Т/с "Анна-медиум" 16+
02.40 Т/с "Богатые тоже плачут" 16+

Среда

29 ИЮЛЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 18.30 Время покажет 16+
14.00, 17.00, 22.55 Большая игра 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Пармские фиалки" 16+
00.10, 03.05 Подкаст. Лаб 16+

"РОССИЯ-1"

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Вести. Местное время
09.55 "О самом главном" 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30 Т/с "Тайны следствия" 16+
17.00 Малахов 16+
21.30 Т/с "История его служанки" 16+
00.40 Т/с "Анна-медиум" 16+
02.40 Т/с "Богатые тоже плачут" 16+

Четверг

30 ИЮЛЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 18.30 Время покажет 16+
14.00, 17.00, 22.55 Большая игра 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Пармские фиалки" 16+
00.10, 03.05 Подкаст. Лаб 16+

"РОССИЯ-1"

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Местное время
09.55 "О самом главном" 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30 Т/с "Тайны следствия" 16+
17.00 Малахов 16+
21.30 Т/с "История его служанки" 16+
00.40 Т/с "Анна-медиум" 16+
02.40 Т/с "Богатые тоже плачут" 16+

Пятница

31 ИЮЛЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 18.40 Время покажет 16+
14.00, 17.00 Большая игра 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
19.45 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.45 Юбилейный концерт Григория Лепса 16+
00.10 Подкаст. Лаб 16+

"РОССИЯ-1"

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Местное время
09.55 "О самом главном" 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30 Т/с "Тайны следствия" 16+
21.30 Нука, все вместе! Народный кастинг 12+
23.55 Х/ф "Валькины несчастья" 12+
03.20 Х/ф "Полынь-трава окаянная" 16+

Суббота

1 АВГУСТА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 Доброе утро. Суббота
09.45 Слово пастыря 0+
10.00, 12.00, 18.00 Новости
10.15 Д/ф "Князь Владимир. Крещение Руси" 12+
11.10 Вспомнить все 12+
12.15 Поехали! 12+
13.05 Х/ф "Один шанс на троих" 16+
18.20, 21.35 Сегодня вечером 16+
21.00 Время
23.30 Х/ф "Посредники" 16+
01.45 Подкаст.Лаб 16+

"РОССИЯ-1"

05.00 Утро России. Суббота 12+
08.00 Вести. Местное время. Суббота
08.35 По секрету всему свету 12+
09.00 Формула еды 12+
09.25 Пятеро на одного 12+

Воскресенье

2 АВГУСТА
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости
06.10 Играй, гармонь любимая! 12+
06.55 Часовой 12+
07.25 Здоровье 16+
08.30 Золотая коллекция "Союзмульт-фильма" 0+
09.10 Непутевые заметки 12+
09.30 Мечталлион. Национальная потеря 12+
10.15 Жизнь других 12+
11.10 Повара на колесах 12+
12.15 Д/ф "Герои. Десант на линии огня" 16+
13.10 Д/ф "Модуль. Архитектура буду-щего" 12+
14.00 Т/с "Жизнь после жизни" 16+
19.00 Т/с "Скрытые мотивы" 16+
21.00 Время
23.00 Большая игра 16+
00.10 Подкаст.Лаб 16+

"РОССИЯ-1"

06.00, 03.00 Х/ф "Течет река Волга" 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, 14.00, 17.00 Вести
12.00 В кругу друзей 16+
12.40 Х/ф "Последний богатырь" 12+
14.50 Х/ф "Финист. Первый богатырь" 6+
17.50 Песни от всей души 12+
22.30 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
01.10 Х/ф "Южные ночи" 12+

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

г. Ардон

№ 397

«25» июня 2026 г.

О создании межведомственной комиссии по обследованию мест массового пребывания людей, расположенных на территории Ардонского городского поселения Ардонского муниципального района РСО-Алания

В соответствии с Федеральными законами от 06.03.2006 № 35-ФЗ «О противодействии терроризму», от 06.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», постановлением Правительства Российской Федерации от 25.03.2015 № 272 «Об утверждении требований к антитеррористической защищенности мест массового пребывания людей и объектов (территорий), подлежащих обязательной охране войсками национальной гвардии Российской Федерации, и форм паспортов безопасности таких мест и объектов (территорий)», администрация местного самоуправления Ардонского городского поселения Ардонского муниципального района РСО-Алания **постановляет:**

1. Создать Межведомственную комиссию по обследованию мест массового пребывания людей, расположенных на территории Ардонского городского поселения Ардонского

муниципального района РСО-Алания (далее — комиссия).

2. Утвердить:

2.1. Положение о комиссии согласно приложению № 1.

2.2. Состав комиссии согласно приложению № 2.

2.3. Форму акта обследования и категорирования мест массового пребывания людей, согласно приложению № 3.

3. Разместить настоящее постановление на официальном сайте АМС Ардонского городского поселения Ардонского муниципального района РСО-Алания в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и опубликовать в районной газете «Рухс».

4. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания.

5. Контроль за исполнением настоящего постановления оставляю за собой.

И. ХАМИЦЕВ,
глава Ардонского
городского поселения.

28 ИЮЛЯ — МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С ГЕПАТИТОМ

НЕДЕЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПЕЧЕНИ

Печень — самый крупный (весит около 1,3 кг) и уникальный внутренний орган, который ежедневно берет на себя защиту от жирной пищи и токсических веществ, от алкоголя и лекарств, выполняя множество жизненно необходимых функций.

Самые распространенные заболевания печени:

♦ Вирусные гепатиты (А, В, С) — воспалительные заболевания, вызванные вирусами. Гепатиты В и С могут перейти в хроническую форму и привести к циррозу или раку печени.

♦ Жировой гепатоз (стеатоз). Распространенный диагноз у людей с избыточным весом и диабетом. Печень накапливает жир, становится уязвимой к воспалению и фиброзу, может долго не давать симптомов, но имеет серьезные последствия.

♦ Цирроз печени. Результат длительного воспаления: здоровая ткань заменяется рубцовой и образуются узелки в печени.

♦ Рак печени. Быстро прогрессирует, но на ранних стадиях может успешно поддаваться лечению.

Большинство этих заболеваний — последствия неправильного питания, злоупотребления алкоголем, длительного приема синтетических лекарств, снижения двигательной активности, вредного производства.

Однако заболевания печени могут развиваться не только из-за образа жизни. Среди причин также встречаются наследственные и аутоиммунные заболевания, при которых иммунная система ошибочно атакует клетки печени.

Как сохранить печень здоровой?

♦ Контролируйте режим питания. Ешьте умеренно, не пере едайте.

♦ Правильно питайтесь. Ешьте больше овощей, фруктов, круп. Снизьте употребление сладкого, жирной пищи, консервированных продуктов, ограничьте потребление соли.

♦ Исключите алкоголь. Это самая лучшая профилактика цирроза печени.

♦ Следите за водным балансом. Достаточное потребление жидкости поможет быстрее выводить токсины.

♦ Соблюдайте гигиену. Не забывайте мыть руки перед едой.

♦ Обязательно проходите диспансеризацию и профилактические осмотры, своевременно обращайтесь к врачу.

**Республиканский центр
общественного здоровья и
медицинской профилактики.**

Издательство РЕСПЕКТ работает над книгой «2000 осетинских фамилий»

и собирает сведения об истории происхождения фамилий и их известных представителей.

**Обращаться по адресу: ул. Маркуса 41 "а",
тел. 8-918-821-01-21.**

ЭТО ИНТЕРЕСНО

УЧЕННЫЕ РЕШИЛИ ПРОБЛЕМУ КУРИЦЫ И ЯЙЦА

Британские эксперты (и не только они) давно хотели узнать, что было раньше — яйцо или курица. Разгадка наконец-то найдена.

Было осуществлено исследование, в ходе которого подвергли анализу 51 ископаемый вид и 29 современных организмов. Как считают эксперты, предки птиц возникли на планете

раньше, чем научились откладывать яйца. Прародители современных куриц — рептилии, рожавшие живых детенышей, не облаченных в скорлупу.

Затем в ходе эволюционного развития возникла оболочка яиц, которая имела большое значение в увеличении выживаемости детенышей, гарантируя им надежную защиту. Об этом свидетельствуют и выявленные исследователями окаменелости.

Так что теперь ученые могут утверждать, что первой появилась именно «курица». Конечно же, это касается очень древних животных, живших задолго до появления домашних куриц.

ИНЖЕНЕРНОЕ РЕШЕНИЕ ПО-КИТАЙСКИ

В перенаселенных городах Китая инженеры и архитекторы часто применяют нестандартные решения проблемы с нехваткой свободного пространства — все занято многоэтажками.

Например, в Чунцине, население которого превышает 32 млн человек, придумали поднять железнодорожную линию на несколько метров над уровнем моря. Однако реализовать идею мешал стоявший на пути 19-этажный жилой дом. Китайские специалисты решили не сносить и не огибать здание, а просто проложить дорогу сквозь него.

В 2004 году строители снесли мешавшие стены и проложили моно-рельс. Платформа Лидзыба длиной в 150 м находится внутри дома и занимает два этажа в высоту — 7-й и 8-й. На 6-м и 9-м уже живут люди.

Необычное соседство им совсем не мешает. Как признаются жильцы, они даже не замечают, когда проходит поезд. И, наоборот, находят это очень удобным, ведь остановка общественного транспорта прямо под боком.

Рельс проложили на специальных амортизаторах, которые подавляют большую часть шума. Сам поезд едет на прорезиненных колесах и издает при движении шум всего в 60 дБ.

Когда городские власти еще только объявили о решении проложить через дом железнодорожные пути, цены на жилье в нем упали до минимума. Но появление станции существенно улучшило транспортное сообщение в районе. Кроме того, в процессе прокладки пути в доме провели капитальный ремонт. В результате стоимость квартир существенно возросла. И теперь многие жители Чунцина мечтают жить в необычном доме. Он остается единственным подобным строением в мире.

ПРОДАЕТСЯ

**2-комнатная квартира
(48 кв.м)**

на 2 этаже 2-этажного дома

по ул. Комсомольской, 98.

Тел. 8-918-822-70-82.

УСЛУГИ

**МИНИ-
ЭКСКАВАТОРА.**

ПОДВОДКА ВОДОПРОВОДА,
КАНАЛИЗАЦИИ,

КОПКА ПОД ФУНДАМЕНТ.

Тел. 8-918-705-69-00,

8-996-577-48-77.

ПРОКАТ АВТОХОЛОДИЛЬНИКА НА ЛЮБЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.

Тел. 8-989-036-62-61, 8-928-491-87-76.

РЦИ-Аланийы Аерыдоны муниципалон районы газет.
Газета Ардонского муниципального района РСО-Алания.
Основана в 1939 году.

УЧРЕДИТЕЛЬ:

рухе
ев&тл

Администрация местного самоуправления Ардонского муниципального района 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

Бухгалтерия и рекламный отдел:
3-02-61.

E-mail: ardonruhsh@mail.ru
Сайт: www.ruhs15.ru

Печать офсетная.
Тираж — 1221 экз.
Заказ № 788
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. Партизанская, 22.

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ:

363332 РСО-А, г. Ардон,

ул. Советов, 6,

АМС Ардонского

муниципального 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

З.М. Кортиева

Ю.В. Певная

КОРРЕКТОР

Р.Х. Сохиева

И.О. ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
А.Г. Бязырова (6+)

**ПРОДАЕТСЯ
КАРТОФЕЛЬ**
(свежий) — 35 руб/кг.
Доставка бесплатная.
Тел. 8-928-938-65-56.

**РЕМОНТ СТУЛЬЕВ,
СТОЛОВ, КРОВАТЕЙ,
ЗАМЕНА САЛАЗОК И
ПЕТЕЛЬ.**
Тел. 8-919-428-64-62.

УСЛУГИ МИНИ-ЭКСКАВАТОРА

- ♦ Все виды земляных работ.
- ♦ Резиновые гусеницы (ширина 1,1 м, высота 1,6 м).
- ♦ Быстрая техника и опытный машинист сэкономят ваше время и деньги.

Тел. 8-918-837-25-65.



МАГАЗИН ГОТОВОЙ КУХНИ "ГУРМАН"

предлагает широкий ассортимент продукции.

Магазин "Гурман" это: готовая кухня, продукты, прием заказов на различные мероприятия

Готовая кухня это: завтраки, обеды комплексные, пироги всех видов, три ребра, кури, салаты в ассортименте, соления, рыба всех видов и многое другое.

Цены на осетинские пироги: къабускаджын — 220 руб., картофджын — 220 руб., хъæдурджын — 220 руб., насджын — 250 руб., цæхæрадджын — 250 руб., уалибæх — 250 руб, фыдджын — 550 руб.

А самое главное — вы почувствуете в "Гурмане" вкус домашней еды!

Наш адрес: ул. Пролетарская, 90 "В".

Тел. 91-47-77, 8-918-821-47-77.

УСЛУГИ ГРУЗЧИКОВ. ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ.

Тел. 8-928-938-65-56.

АРВАЙДАН

Обслуживание любых
выездных мероприятий.

Похороны — 600 руб.

40 дней, поминки, годовщины,
свадьбы — 1300 руб.,
кувды, кахцы.

Тел. 8-999-359-87-92, Тая.

ПРОДАЮТСЯ

ДВА ДОМА

в районе центра

и в районе

больницы.

Тел. 8-928-072-94-90.

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

БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ

гробы, венки, наряды, одежда, оркестр,
траурная музыка, катафалк, палатки, копка могил, блоки.

Бесплатная доставка по Ардонскому району.

ОПЛАТА ОТ 10 ТЫС. РУБ. ВОЗМОЖНА ПОСЛЕ ПОХОРОН.

Тел. 8-918-701-15-36, Валера.