

Рухсе

ЕВЕСТИ

Instagram



ardon_ruhsh

ГАЗЕТА ОСНОВАНА
В 1939 ГОДУ

2019 АЗЫ 8 ИЮНЬ,
ХУРХÆТÆНЫ МÆЙ
САБАТ

8 ИЮНЯ 2019 года
СУББОТА

№ 60
(11719)

ПЕТЕРБУРГСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ФОРУМ

В Северной столице состоялся Петербургский международный экономический форум (ПМЭФ). Это уникальное событие в мире экономики и бизнеса. Первое мероприятие было проведено в 1997 году, а с 2005 года его постоянным гостем становится президент РФ Владимир ПУТИН.

Управляющие пятой частью мировых активов инвесторы обсудили с главой государства возможности сотрудничества в области медицины, инноваций, технологий будущего, экологии. В форуме приняла участие делегация Северной Осетии под руководством Главы РСО-Алания Вячеслава Битарова.

Республику также представили Председатель Правительства РСО-Алания **Таймураз Тускаев**, заместитель Председателя Правительства - Полномочный представитель РСО-Алания при Президенте РФ **Борис Джанаев**, министр экономического развития Северной Осетии **Казбек Томаев**.

В рамках мероприятия состоялись бизнес-переговоры, встречи с представителями деловых кругов, руководителями федеральных органов власти.

7 июня Глава Северной Осетии Вячеслав Битаров принял участие в пленарном заседании форума, который проходил под девизом: «Формирование повестки устойчивого развития». Во время своего пребывания в городе на Неве Вячеслав Битаров встретился с представителями осетинского землячества.

Примите поздравления!

Уважаемые работники социальной сферы!

Поздравляю вас с профессиональным праздником – Днем социального работника!

Вы занимаетесь исключительно важным делом – помогаете тем, кто нуждается в особой поддержке и помощи. Это, прежде всего, наши заслуженные ветераны, многодетные и малообеспеченные семьи, инвалиды и сироты.

Государство проводит большую работу по социальной защите этих людей – равноправных членов общества, заслуги которых перед Родиной, активная гражданская позиция, желание участвовать в общественно-политической жизни республики и страны должны всячески поощряться.

И ваше участие в этой значимой работе, профессионализм, добросовестное отношение к своим обязанностям, истинное человеколюбие играют неоценимую большую роль, придают сил и уверенности тем, кого вы опекаете, ведь они ждут вас и знают – помощь обязательно придет.

Спасибо вам за терпение, чуткость, умение быть нужным своим землякам, оказавшимся зачастую не по своей воле в трудной жизненной ситуации, и доставлять им своей заботой, неравнодушием и помощью настоящую радость. Крепкого вам здоровья, благополучия и новых успехов в ответственном и важном труде!

Вячеслав БИТАРОВ,
Глава Республики
Северная Осетия-Алания.

Уважаемые работники и ветераны социальной сферы!

От всей души поздравляем вас с профессиональным праздником! Вы всегда рядом с теми, кто оказался в трудной жизненной ситуации. Сердечность, трудолюбие, готовность оказать поддержку нуждающимся снискали вам уважение населения. Растет авторитет службы, а ваш общий труд востребован и необходим обществу.

Невозможно представить себе человека вашей профессии, не обладающего такими качествами, как милосердие, сострадание, душевная теплота и забота о людях, которым необходимо особое внимание государства. Благодаря вам пожилые люди, инвалиды, дети и семьи, оказавшиеся в сложной ситуации, получают реальную поддержку и вновь обретают способность надеяться и верить в будущее. Ваша работа требует большой профессиональной отдачи, выдержки, моральных и физических усилий.

Примите слова глубокой благодарности за ваш труд, чуткие сердца, способность согреть тех, кто нуждается в помощи. Убеждены, что вас всегда будут отличать высокий профессионализм, самоотверженность и человеколюбие.

Желаем вам и вашим близким крепкого здоровья, благополучия, счастья и успешной работы на благо жителей нашего района!

Владислав ТОТРОВ,
глава МО Ардонский район,
Заурбек МАГОМЕДОВ,
глава АМС МО Ардонский район.

АКТУАЛЬНО

О ТОМ, ЧТО ВОЛНУЕТ

Уровень накала социальной тревоги, вызванной результатами обрушившейся на район стихии, был и остается предельно высоким. Такого натиска природы в Ардоне давно не случалось. В районной администрации был создан специальный штаб, введен режим ЧС, последовали оперативные действия по ликвидации последствий стихии. Оперативная группа штаба прилагала все силы к тому, чтобы справиться с возникшими серьезными обстоятельствами, из-за которых в изнуряющую жару население осталось без воды. Был разработан соответствующий план, стали выявляться пострадавшие объекты. Стихия вывела из строя большое количество бытовой техники горюжан, особенно стиральных машин и холодильников. Телефон редакции не умолкал от отчаянных вопросов: «Когда же дадут свет?», «Что нам делать с маленькими детьми без воды и света?» и т.п.

Как только грозовой ливень с градом пронеслись, оперативно-выездные бригады вместе с сотрудниками районной и городской АМС выехали на места аварий, приступив к мероприятиям по устранению последствий. Энергетики до сих пор восстанавливают линии электропередач.

Когда мы на редакционной машине проехали ранним утром после случившейся беды по городу, то удручающий вид домов и улиц навел на мысль, что к нормальной жизнедеятельности вернуться в короткие сроки не получится. Практически сразу же стали поступать обращения от граждан, настаивающих на том, что в одиночку район не справится с проблемой, нужна помощь от правительства республики. Множественные случаи падения деревьев, столбов, сорванные кровли, как с домов, так и разных учреждений, разбитые стекла, «улетевшие» балконы – испытание не из легких. Для восстановления поврежденных зданий власти города и района приобретают необходимые материалы. На сегодняшний день предоставлен шифер в количестве 400 штук. Но те, кто трезво оценивают ситуацию, исходя из воочью увиденного, понимают, что этого мало. Мы ни в коем случае не пытаемся сейчас сеять панику, но делать вид, что все хорошо и не задавать вопросов руководству города Ардона и муниципалитету по поводу того, какой объем ущерба нанесен и когда будут завершены восстановительные мероприятия, была ли оказана помощь республиканскими ведомствами, мы тоже не можем. Мы продолжим следить за ситуацией. Проанализировав всю актуальную информацию, вернемся к теме в ближайшем номере газеты.

Соб. инф.



ЧУДО-УРОЖАЙ

Лето. Жара. Начало июня. Многие из нас, несмотря на зашкаливающий столбик термометра, с удовольствием трудятся в огороде. И земля щедра на отдачу. Вкусная, ароматная клубника на славу уродилась на приусадебном участке у **Людмилы Гугкаевой** в Кадгароне. Ягоды растут как на дрожжах – собирает урожай, а на второй день – опять рассыпает красного лакомства.

– Глаз радуется этой красотище, – говорит Людмила. – Аромат ягод и свежий воздух дарят хорошее настроение и чувство удовлетворения результатом своих стараний. Клубника содержит много витаминов, выводит из организма ненужную воду, снижает сахар. Уже делаю заготовки варенья, чтобы зимой наслаждаться вкусом и ароматом солнечного лета!

Марина ЛАЗАРОВА.
Фото автора.

Подписка-2019

Дорогие земляки!

В разгаре подписная кампания на газеты и журналы. Поторопитесь на почту, обратитесь к почтальонам, чтобы и дальше по жизни мы шагали в ногу, помогали друг другу и доставляли радость.

Цена газеты «Рухс» на II полугодие 2019 г 551 руб. 28 коп., а для льготных категорий граждан – 465 руб. 06 коп.

Надеемся на продолжение нашей с вами дружбы.

Коллектив редакции.



ПОГОДА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

День +28 Ночь +16

ПОНЕДЕЛЬНИК

День +29 Ночь +17

ВТОРНИК

День +29 Ночь +18

Прогноз взят из Интернета.

Сегодня — День социального работника ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ

Последние лет десять мы существуем словно в "новом мире". Изменилось многое — мечты, идеалы, взгляды на жизнь, произошла глобальная переоценка ценностей. За это время не поменялись приоритеты лишь в социальной службе района. Пожалуй, одно из немногих учреждений, чей коллектив ответственно и с душой выполняет свою важную и нужную миссию — стоит рядом с людьми, которым особенно необходима помощь и поддержка. И делается это искренне, по зову сердца, а не только руководствуясь должностными обязанностями. Это можно сказать о каждом сотруднике, работающем в ГБУ "КЦСОН Ардонского района". От руководителя — до социального работника!

Сегодня, 8 июня, они отмечают свой профессиональный праздник, основанный девятнадцать лет назад Указом президента Российской Федерации. А еще раньше, в 1701-м году, был издан указ Петра 1, положивший начало созданию государственной системы социальной защиты в нашей стране.

“Мы — неравнодушны, и это главное наше качество!”

С этих слов началась наша беседа с директором ГБУ "КЦСОН Ардонского района" Игорем КЕСАЕВЫМ.



"Равнодушным в этой сфере делать нечего, поскольку мы одни из первых принимаем на себя волны людских проблем и в меру своих возможностей помогаем им их разрешать. Для того, чтобы человек, относящийся к категории "слабозащищенный", мог тебя услышать и пойти за тобой, мало привлечь свой профессионализм и опыт. Нужно говорить — сердцем", — подчеркнул он.

На сегодняшний день более трех тысяч жителей района — семьям и отдельным гражданам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, учреждение помогает в реализации законных прав и интересов, оказывает содействие в улучшении их социального и материального положения, психологического статуса.

В учреждении полноценно функционируют семь структурных подразделений, из которых пять — обслуживание на дому, по одному отделению — социальной помощи семье и детям, в том числе с ограниченными

возможностями здоровья и социальной помощи пожилым гражданам и инвалидам.

Регулярно разрабатываются новые технологии предоставления услуг гражданам. Действует в учреждении "служба социальных сиделок" для оказания необходимых услуг тяжелобольным подопечным, услуга "тревожная кнопка", для одиноких людей, состоящих на надомном обслуживании или в семье при наличии работающих родственников, "санаторий на дому" — созданный в целях продления долголетия и повышения качества жизни пожилых граждан.

Немало подопечных, которые с удовольствием посещают кружковые занятия, действующие при отделении социальной помощи пожилым гражданам и инвалидам, интересно и познавательно проводят свой досуг, принимают участие в регулярных праздничных мероприятиях и экскурсиях.

Это лишь малая часть того, чем ежедневно занимается весь работоспособный и профессиональный коллектив ГБУ "КЦСОН Ардонского района". Но и на этом, как уверяет директор учреждения Игорь Кесаев, они останавливаться не собираются, а будут идти вперед, чтобы поднять социальное обслуживание на качественно новый уровень.

— Социальная защита — это то, что является важнейшим, определяющим качеством сильного, здорового общества, — говорит Игорь Русланович. — Наши сотрудники оказывают поддержку малообеспеченным людям, сиротам и инвалидам, детям и пенсионерам. Потому их профессиональный праздник — это самая высокая благодарность общества за их труд, доброе сердце, отзывчивость.

С праздником вас, мои дорогие коллеги! Вы посвятили себя очень важному и нужному делу — работе с людьми, которым необходима ваша чуткость и помощь. Благодаря вашей отзывчивости, терпению и умению сопереживать, они преодолевают трудности и обретают веру в собственные силы. Крепкого здоровья вам, счастья и благополучия во всем. А ваша доброта обязательно вернется к вам сторицей!



Чтобы написать статью, нужен повод. А вот написать о хороших людях можно и нужно в любое время. Тем более, о социальных работниках, о которых есть что сказать.

Земфира Мамукаева и Людмила Бедоева в службе много лет. Сказать, что они отлично выполняют свою работу — слишком мало. Они — живут работой, которая дает им возможность согреть сердца пожилых людей, скрасить их одиночество и подарить частичку счастья. Земфиру Алихановну и Людмилу Борисовну любят все без исключения. За человеческие качества, за то, что они профессионалы в своем деле.

Под их надежными крыльями постоянно находятся по двенадцать подопечных, которые ждут любимых социальных работников с нетерпением. Они и по дому помогут, и в магазин сходят, и коммунальные услуги вовремя оплатят. Да и дома многих пожилых людей без Земфиры и Людмилы кажутся пустыми, — искренне говорят старшие. Любая работа спорится в умелых руках этих замечательных женщин. А поговорить с Зифой и Людой, как ласково их называют, — одно удовольствие. Многочисленные подопечные уверяют, что своими душевными словами они словно любые невзгоды могут

Родные души



отводить. Потому, что работа — в радость, потому, что люди становятся близкими, а души — родными, потому, что осень жизни должны быть теплой.

Нас много, и мы — одно целое

Пожалуй, весомая доля работы всего учреждения ложится именно на отделение социального обслуживания на дому. Наибольшее количество услуг оказывается его сотрудниками, поскольку именно помощь пожилым людям в домашних условиях является приоритетным в деятельности ГБУ "КЦСОН Ардонского района". Около 700 получателям социальных услуг, среди которых — одинокие люди, ветераны войны и труда, инвалиды, вдовы участников Великой Отечественной войны, только за первый квартал текущего года оказано более 70 тысяч услуг разного характера!



"Целью работы отделения социального обслуживания на дому является улучшение условий жизнедеятельности граждан, расширение его возможностей самостоятельно обеспечить свои основные потребности, — говорит заместитель директора учреждения Алла Парфентьева. — Мы определяем и предоставляем нашим подопечным бытовую и трудовую, медицинскую и психологическую помощь.

В нашем районе немало пожилых людей, которые, благодаря заботе коллектива, занимают активную жизненную позицию. Это не может не радовать. Стараемся общими усилиями создавать самые благоприятные условия для раскрытия духовного и физического потенциала людей старшего поколения. Мы — как одно целое, единый организм. И самой большой оценкой нашего труда единодушно считаем искреннюю благодарность граждан, для которых Центр социального обслуживания населения жизненно необходим".

Члены большой семьи

Осознавая особую значимость социальной работы с семьей и роль семьи в обществе, в марте 2012 года на базе Государственного Бюджетного учреждения "Комплексный центр социального обслуживания населения Ардонского района" было создано отделение социальной помощи семье и детям. Отделение еще совсем молодое, но специалисты находятся в активном поиске форм и методов социальной работы с семьей и детьми. Перебирают опыт у старших коллег, разрабатывают собственные инновационные программы, стремясь протянуть руку помощи взрослым и детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.

В своей работе значительное внимание в учреждении уделяется разработке, апробированию и

внедрению инновационных форм и методов социальной работы с семьей и детьми: организация



встреч с родителями в форме дискуссионных качелей, социальный патронаж (мобильная патронажная социальная бригада — выезд в отдаленные села), проведение социологических опросов граждан об удовлетворенности качеством и доступностью предоставляемых услуг, индивидуально-групповые психологические консультации как с родителями, так и с детьми, социально-педагогическая коррекционная работа с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.

— Наше отделение оказывает комплексную психолого-педагогическую и педагогическую помощь нуждающимся семьям, имеющим детей и находящихся в ТЖС. Занятия ведутся как групповым, так и индивидуальным методами, — говорит заведомом Ирина Парфентьева. — Специалисты отделения активно исполь-

зуют в работе множество развивающих современных, дающих высокие результативные показатели методик: методика М.Монтессори, песочная терапия, кинезиологические упражнения, массаж ручной.

Отдельное направление в нашей работе — социальный патронаж. За три года работы отделения уделялось внимание совершенствованию технологии осуществления социального патронажа и повышению результативности выхода семьи из трудной жизненной ситуации.

Количество обращений к специалистам нашего отделения на протяжении последних лет свидетельствует о формировании устойчивого доверия населения к деятельности учреждения. Благодаря слаженной работе всех отделений центра, как членов одной семьи мы добились определенных успехов.

Страницу подготовила Ирина ДЗУГКОВА.

10 ИЮНЯ

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ

16 ИЮНЯ

ПОНЕДЕЛЬНИК

10 ИЮНЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости
09.25 Сегодня 10 июня. День начинается 6+
09.55 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15, 17.00, 18.25? 01.00 Время по-

кажет 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.00, 02.45, 03.05 Мужское/Женское 16+
18.50, 01.50 На самом деле 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.30 Т/с «Свадьбы и разводы» 16+
23.30 Вечерний Ургант 16+
00.00 Познер 16+
04.20 Контрольная закупка 6+
РОССИЯ-1
05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести

09.55 О самом главном 12+
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
12.50, 18.50 60 минут 16+
14.45 Кто против? 12+
17.25 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+
21.00 Т/с «Ангелина» 12+
23.20 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
02.00 Т/с «Штрафбат» 18+
03.00 Т/с «В круге первом» 12+

ВТОРНИК

11 ИЮНЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости
09.25 Сегодня 11 июня. День начинается 6+
09.55, 03.30 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15, 17.00, 18.25, 01.50 Время покажет 16+
15.15, 05.00 Давай поженимся! 16+

16.00, 04.15 Мужское/Женское 16+
18.50, 02.40 На самом деле 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.35 Футбол. Отборочный матч чемпионата Европы 2020 г. Сборная России — сборная Кипра. Прямая трансляция
23.35 Вечерний Ургант 16+
00.05 X/ф «О любви» 12+
РОССИЯ-1
05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести

09.55 О самом главном 12+
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
12.50, 18.50 60 минут 16+
14.45 Кто против? 12+
17.25 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+
21.00 X/ф «Ангелина» 12+
00.30 X/ф «Будущее совершенное» 12+
02.25 Т/с «Штрафбат» 18+

СРЕДА

12 ИЮНЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 03.20 Россия от края до края 12+
07.00 X/ф «Белорусский вокзал» 12+
09.00, 10.15, 12.15 Романовы 12+
17.25 X/ф «Несокрушимый» 12+
19.15 X/ф «Иван Васильевич меняет профессию» 6+
21.00 Время

21.25 X/ф «Викинг» 12+
23.50 Александр Маршал, группа «Любэ», Григорий Лепс и другие в большом праздничном концерте 12+
01.45 X/ф «Белорусский вокзал» 12+
РОССИЯ-1
04.10 X/ф «Непутевая невестка» 12+
07.45 X/ф «Проще пареной репы» 12+
12.00 Москва. Кремль. Церемония вручения Государственных премий Российской Федерации 12+
13.00 X/ф «Крымский мост. Сделано с любовью!» 12+

15.00 Измайловский парк 16+
17.00 X/ф «Джентльмены удачи» 12+
19.00 100ЛЕТОВ 12+
20.00 Вести
20.30 Большой праздничный концерт, посвященный Дню России. Трансляция с Красной площади
22.20 X/ф «Балканский рубеж» 12+
01.20 X/ф «Кандагар» 16+
03.20 X/ф «Решение о ликвидации» 12+

ЧЕТВЕРГ

13 ИЮНЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости
09.25 Сегодня 13 июня. День начинается 6+
09.55, 02.35, 03.05 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15, 17.00, 18.25 Время покажет 16+

15.15, 04.10 Давай поженимся! 16+
16.00, 03.30 Мужское/Женское 16+
18.50, 01.40 На самом деле 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.30 Т/с «Свадьбы и разводы» 16+
23.30 Вечерний Ургант 16+
00.05 X/ф «Ночь в музее. Секрет гробницы» 12+
РОССИЯ-1
05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 20.00 Вести

09.55 О самом главном 12+
11.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 Юмор! Юмор! Юмор!!! 16+
14.00 X/ф «Джентльмены удачи» 12+
15.50, 17.25 60 минут 16+
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+
21.00 X/ф «Противостояние» 12+
01.05 X/ф «Weekend (Уик-энд)» 16+
02.50 Станислав Говорухин. Монолога кинорежиссера 12+

ПЯТНИЦА

14 ИЮНЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости
09.25 Сегодня 14 июня. День начинается 6+
09.55, 03.20 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15, 17.00, 18.25 Время покажет 16+
15.15, 04.50 Давай поженимся! 16+
16.00, 04.05 Мужское/Женское 16+

18.50 Человек и закон 16+
19.50 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.30 Три аккорда 16+
23.30 Вечерний Ургант 16+
00.20 X/ф «Убийство священного оленя» 18+
02.25 На самом деле 16+
05.30 Контрольная закупка 6+
РОССИЯ-1
05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.55 О самом главном 12+

11.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 Юмор! Юмор! Юмор!!! 16+
14.00 Песня года
15.50, 17.25 60 минут 16+
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+
21.00 X/ф «Незнакомка в зеркале» 12+
00.55 X/ф «Конец прекрасной эпохи» 16+
02.40 Белая студия 12+
03.20 X/ф «Что скрывает любовь» 12+

СУББОТА

15 ИЮНЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.15 Т/с «Восхождение на Олимп» 16+
08.10 Играй, гармонь любимая! 12+
08.55 Умницы и умники 12+
09.45 Слово пастыря 0+
10.15 К 75-летию Валентина Смирнитского. «Кодекс мушкетера» 12+
11.15 Теория заговора 16+
12.15 Идеальный ремонт 6+

13.20 Живая жизнь 12+
16.20 Кто хочет стать миллионером? 16+
17.50 Эксклюзив 16+
19.30, 21.20 Сегодня вечером 16+
21.00 «Время»
23.05 X/ф «Грешник» 16+
01.05 X/ф «Побеждай!» 16+
02.40 Модный приговор 6+
03.25 Мужское/Женское 16+
04.10 Давай поженимся! 16+
04.55 Контрольная закупка 6+
РОССИЯ-1
05.00 Утро России. Суббота 12+

08.15 По секрету всему свету 12+
08.40 Местное время. Суббота 12+
09.20 Пятеро на одного 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00 Вести
11.20 Вести. Местное время
11.40 X/ф «Елена Прекрасная» 12+
13.40 X/ф «Счастье по договору» 12+
17.40 Привет, Андрей! 12+
20.00 Вести в субботу
21.00 X/ф «Роман с прошлым» 12+
00.55 X/ф «Тариф «Счастливая сестра» 12+

ВОСКРЕСЕНЬЕ

16 ИЮНЯ
ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.30, 06.15 Т/с «Восхождение на Олимп» 16+
06.00, 10.00, 12.00 Новости
07.40 Часовой 12+
08.10 Здоровье 16+
09.20 Непутевые заметки 12+
10.15 Жизнь других 12+
11.10, 12.15 Видели видео? 6+
13.00 Камера. Мотор. Страна 16+
14.35 X/ф «Дети Дон Кихота» 0+
16.00 Призвание. Премия лучшим врачам России 0+

18.00 Семейные тайны 16+
19.30 Лучшее всех! 0+
21.00 Толстой. Воскресенье 16+
22.30 Что? Где? Когда? 6+
23.40 X/ф «Ярмарка тщеславия» 16+
00.40 X/ф «Ночь в музее» 12+
02.20 Модный приговор 6+
03.10 Мужское/Женское 16+
РОССИЯ-1
04.20 X/ф «Сваты» 12+
07.30 Смехопанорама 12+
08.00 Утренняя почта 12+
08.40 Местное время. Воскресенье 12+
09.20 Когда все дома с Тимуром Кизяко-

вым 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00 Вести
11.20 Смеяться разрешается 12+
13.25 Далекие близкие 12+
14.30 Выход в люди 12+
15.30 X/ф «Несладкая месть» 12+
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин 12+
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
01.00 Институт надежды 12+
01.55 Виктор Астафьев. Георгий Жженов. «Русский крест» 12+
03.30 Т/с «Гражданин начальник» 16+

ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!

Рекомендации гражданам при обнаружении подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством.

Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.

Подобные предметы обнаруживают в транспорте, на лестничных площадках, около дверей квартир, в учреждениях и общественных местах. Как вести себя при их обнаружении? Какие действия предпринимать?

Если обнаруженный предмет не должен, как вам кажется, находиться "в этом месте и в это время", не оставляйте этот факт без внимания.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей,

находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она или кто мог ее оставить, если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю.

Если вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен, немедленно сообщите о находке в отделение полиции.

ВО ВСЕХ ПЕРЕЧИСЛЕННЫХ СЛУЧАЯХ:

- не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время обнаружения находки;
- постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;
- не забывайте, что вы являетесь важным очевидцем.

ЭТО НАДО ЗНАТЬ

ЙОД НУЖЕН ОРГАНИЗМУ

Все чаще и чаще мы слышим, что в питании современного человека не хватает йода. Чем же так важен этот микроэлемент для здоровья, и чем грозит его отсутствие?

Зачем он нужен?

Йод — это единственный микроэлемент, который непосредственно участвует в синтезе гормонов. Он участвует в производстве гормона щитовидной железы — тироксина, на создание которого идет до 90 % потребляемого с пищей йода. Тироксин (а, следовательно, и йод) контролирует и усиливает интенсивность обмена веществ: водно-солевой обмен, обмен белков, жиров и углеводов. А еще он регулирует теплообмен в организме, деление и рост клеток, работу печени и сердечно-сосудистой системы. Кроме того, именно от этого гормона зависят состояние нервной системы, эмоциональное состояние человека и его психологическое здоровье.

Если йода не хватает

Если вместе с пищей поступает недостаточно йода, щитовидная железа вырабатывает мало тироксина. Такое состояние называется гипотиреозом или йододефицитом. Чаще всего первым недостатком йода является работа нервной системы: человек становится забывчивым, у него снижаются внимание и реакция, появляется раздражительность, сонливость, и дело иногда доходит даже до депрессии.

Кроме того слабеет иммунитет, в организме застаивается жидкость, у женщин нарушается менструальный цикл, и может развиваться бесплодие. Появляются проблемы с сердцем и сосудами: аритмия, повышение давления, снижение уровня гемоглобина в крови.

Повышается и вес тела — ведь тироксина слишком мало для того, чтобы процесс расхода энергии шел нормальным путем, и она откладывается в виде жировых запасов. Если вы полноценно питаетесь и много двигаетесь, но не можете избавиться от действительно лишних килограммов, стоит обратиться к эндокринологу — замедленный обмен веществ иногда оказывается одним из признаков йододефицита.

Если дефицит йода не восполня-

ется уже давно, ткани щитовидной железы начинают разрастаться, пытаясь компенсировать недостаток производства тироксина количеством клеток. Такое увеличение щитовидной железы называют зобом.

Для кого йододефицит опаснее всего?

Особенно опасен йододефицит для беременных женщин. Если этого важного микроэлемента не хватает, беременность может прерваться преждевременно, а малыш родиться мертвым или с серьезным пороком развития.

Не менее тяжело переносит недостаток йода растущий организм детей: они начинают отставать в умственном и физическом развитии. Как правило, это замедление роста тела и нарушение восприимчивости информации и речи.

Сколько надо йода?

Всемирная организация здравоохранения рекомендует потреблять от 120 до 150 мкг йода в сутки ежедневно. Причем это количество должно поступать с едой.

Как пополнить дефицит йода?

Мы советуем больше употреблять морепродуктов, морскую капусту, любую рыбу. Сейчас самое время ужинать каждый вечер молодой картошкой, тоже богатой йодом. Для того, чтобы обогатить рацион йодом, сейчас выпускаются специально маркированные пищевые продукты, в которые добавляется от 10 до 30 процентов суточной нормы этого микроэлемента.

Наиболее популярный среди них — йодированная поваренная соль, в которой содержится около 45 мкг/г йода. Если использовать ее в пищу вместо обычной, можно получить всю суточную норму йода.

Главное о йоде

Дефицит йода не дает нам ху- деть и радоваться жизни, а его недостаток можно определить только врач-эндокринолог на основе анализов крови и мочи. Самый простой способ восполнить дефицит йода в рационе — использовать на кухне только йодированную соль.

Будьте здоровы!

Республиканский центр медицинской профилактики.

АХУД КЭНЫНЦ ЛЭГ АЭМЭ УС:

— Зæгг ма мын, дæ хорзæхæй, цæмæн мæм цыдтæ уæд уыцы хуы- зæнæй чындзы?

— Æз æй нæ зыдтон, афтæ æдылы дæ, уый!

— Ма сай, тынг хорз дæр æй зыдтай!...

— Цæй, куыд у дæ ноггуырд лæппу?

— Тынг дзæбæх, бонæй-бон тынгдæр кæны мæхи хуызæн...

— О, Хуыцау, æмæ дын, уæдæ, ныр цæмæй баххуыс кæнæм...

Дохтыры кусæн уаты смидæг тынг стæвдтæ арæст лæг æмæ фæерсы фæмæллæг уæвыны мадзалæй.

— Хæргæ къаддæр, — загъта йын дохтыр, — дзулы карст маргарини- мæ, катлет кæнæ карчы сгуы цыхтимæ, дыууæ фæткъуыйы.

— Хæрды размæ æви хæрды фæстæ?

Стоматология «Прима»
с 21.01.2019г. ведёт приём по полису ОМС (взрослые и дети).
Приём ограничен.



улица Советов, 88
Подробная информация по тел. 8 (86732) 338-66
АКЦИЯ НА МЕТАЛЛОКЕРАМИКУ!
С 10.06. по 15.06.2019 вместо 3650 тыс. 3000 тыс.
ТРЕБУЕТСЯ АДМИНИСТРАТОР.

Корова на убой, витрина холодильная «Октавия» 1,2 мх90 см (производство Респ. Беларусь), железная касса-стол. Все в отличном состоянии. Тел. 8-988-875-92-03, 3-35-07.

ПРОКАТ АВТОХОЛОДИЛЬНИКА.
Тел. 8-919-424-16-76, 8-988-838-89-55.

СТИРКА ковров и паласов.
Моем, стираем, сушим круглый год.
Доставка. Тел. 8-961-823-00-09

ПОЕЗДКИ НА МОРЕ
на комфортабельном микро-автобусе «Мерседес Бенц Спринтер» и минивэне, откидные сиденья, Wi-Fi, кондиционер, видеосалон, два водителя с опытом работы. Гарантируем безопасность и комфорт.
Тел. 8-918-826-52-96, 8-928-688-99-33.

НАРОДНЫЙ ЛЕКАРЬ
предлагает собственноручно приготовленную мазь для лечения артрита, полиартрита, остеохондроза, артроза, радикулита, люмбаго, межпозвоночной грыжи, пяточной шпоры и подагры.
Тел. 8-989-131-12-08.


ЖАЛЮЗИ, МОСКИТНЫЕ СЕТКИ.
Тел. 8-928-481-73-03.

Магазин «ЗУБР»
ПРОИЗВОДИТ РЕМОНТ бензотриммеров и бензопил, а также продажу запчастей.
г. Алагир, ул. Толстого, район школы № 1.
Тел. 8-988-871-05-81.

ЭлиКам
→ ОКНА и ДВЕРИ из ПВХ на 2-е окно сетка в подарок
→ РАССРОЧКА на 5 месяцев
→ ГАРАНТИЯ. КАЧЕСТВО
Тел. 8-928-070-94-77. КРЕДИТ в ОТП Банке



ФИРМА «SUGAR» ИЗГОТАВЛИВАЕТ ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА, ДВЕРИ И ВИТРАЖИ.
Возможна рассрочка.
На каждое второе окно — москитная сетка в подарок!
Тел. 8-928-492-13-31.



Фирма «КАЗБЕК» ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА И ДВЕРИ
Ремонт. Рассрочка на 6 месяцев.
Тел. 8-960-400-28-11.



НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
Тел. 8-928-235-25-89, Алан
8-928-938-34-48, Олег.

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ (Бельгия) от 400 р./м²
Тел. 8-960-403-76-56, Марат. www.potolki-ihus.ru

БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ — 4500 РУБЛЕЙ. КРУГЛОСУТОЧНО
Бесплатная доставка гробов, венков, накидок, одежды по низким ценам в г. Ардоне и районе.
ВОЗМОЖНА ОПЛАТА ПОСЛЕ ПОХОРОН.
Звонить по тел. 8-928-933-42-32.

БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ — 4 500 РУБЛЕЙ. ВОЗМОЖНО УКОЛОМ. КУПАНИЕ. ОДЕВАНИЕ. ДОСТАВКА ГРОБА.
Тел. 8-928-489-16-95. Ардон. Валера.

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ. БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ КРУГЛОСУТОЧНО.
Тел. 8-928-065-20-00, Алла.

Поздравляем нашу дорогую **Бэлу Бекурову** с днем рождения!
Желаем радости всегда
И настроения бодрого,
Не зная печали никогда
И в жизни всего доброго.
Никогда не унывать,
Не видеть огорчения
И дни с улыбкой начинать,
Как в этот день рождения!



Коллектив редакции газеты «Рух».

ПРОДАЖА КОНДИЦИОНЕРОВ. УСТАНОВКА. ЗАПРАВКА. СЕРВИС.
Тел. 8-989-134-47-38.



УСЛУГИ

Бетонные работы на кладбище, установка памятников и плитки, большой выбор плитки.
Тел. 8-962-745-94-00, Заур ***

Цифровые антенны и приставки на 20 каналов, в том числе «Алания», Настройка и установка. **Ремонт и продажа** телевизоров.
Тел. 8-962-747-63-11, 8-918-723-82-51 ***

Гипсокартон, шпаклевка, обои, покраска, капитальный и косметический ремонт любых зданий и помещений. Демонтажные работы.
Тел. 8-928-864-18-13 ***

Шпаклевка, откосы, карнизы, обои, побелка по низким ценам.
Тел. 8-928-855-69-21, Тамара Кудзоева. ***

Квас на мероприятия.
Тел. 8-928-074-05-85

ПРОДАЮТСЯ

Новый дом в центре со всеми удобствами (7 соток).
Тел. 8-989-741-37-16 ***

Дом. Ул. Революции, 128.
Тел. 8-928-857-42-43 ***

Дом без удобств, рядом со школой № 1. Ул. Калинина, 67.
Тел. 8-928-861-04-57, 8-918-705-14-36

Дом (ул. Хетагурова), 45 кв. м с участком в 7 соток - 850 тыс. руб. Торг. Дом (ул. Хосроева), 115 кв. м, участок в 40 соток - 1 млн 400 тыс. руб.
Тел. 98-54-07, 8-928-235-32-21, Мурат ***

Срочно 1-комнатная квартира. Цена — 1 млн рублей.
Тел. 8-960-402-54-41. ***

3-комнатная квартира на 2-м этаже по ул. Ленина, 4. Спросить Эльбруса. Торг уместен.
Тел. 8-928-483-40-34, 8(867-31) 3-32-89 ***

Поросята, метан (баллоны), мотор от а/м «ГАЗель», задний мост с рессорами, фургон для перевозки мебели.
Тел. 8-928-073-29-26 ***

Два шкафа с полками по 5 тыс. руб. Торговые стеллажи 6-метровые — 4900 руб./м. Торг.
Тел. 8-928-492-03-37 ***

Коровы стельные и дойные.
Тел. 8-909-473-29-87, 8-962-748-73-57, Майя

Подтягивающая маска с белком



Белок яйца является незаменимым компонентом для омолаживающих масок, оказывая на кожу явное подтягивающее действие. Обычное куриное яйцо является частью многих омолаживающих масок, дает мгновенный эффект, однако он недолог, поэтому применять белок надо регулярно, можно использовать как средство для срочного приведения себя в порядок. Также заметно отбеливает кожу лица. Использование просто белка, без дополнительных ингредиентов.

Отделив белок от желтка, слегка его взбить и нанести на лицо. Маска должна находиться на лице не менее 15 минут, надо избегать мимических движений и лучше находиться в горизонтальном положении. После смыть водой с добавлением лимонного сока.

Быстро освежает, подтягивает кожу лица. Можно применить прямо перед выходом в гости. **Белок (хорошо взбить), лимонный сок - 1 столовая ложка.**

В белок, заранее взбитый, добавляется лимонный сок, осторожно перемешивается, при этом надо стараться не сбить пену. Наносится на лицо, шею, затем, по мере подсыхания, наносятся еще слои. При этом лучше лежать, расслабив мышцы лица, а через 20 минут можно встать и умыться.

ПРОКАТ
● НОВЫХ ПАЛАТОК
● СТОЛЫ И СТУЛЬЯ
● КОТЛЫ И ОБОГРЕВ
Тел. 8-928-855-77-44.

ПРОКАТ
ПАЛАТОК, СТОЛОВ
● СВАДЕБНЫЕ И ПРОСТЫЕ
● МУЗЫКА
● ДОСТАВКА И УСТАНОВКА
Тел. 8-928-484-18-04.

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



УЧРЕДИТЕЛЬ:
Администрация местного самоуправления Ардонского района РСО-Алания

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по РСО-Алания Регистрационный номер — ПИ № ТУ 15—00073 от 18 июня 2012 года как информационная, рекламная.

Цена свободная
Главный редактор: 3-02-60.
Ответственный секретарь: 3-02-63.
Бухгалтерия и рекламный отдел: 3-02-61 (факс)

E-mail: ardonruhsh@mail.ru
Сайт: www.ardon15.ru

Печать офсетная.
Тираж 3429 экз.
Заказ № 736
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 И ИЗДАТЕЛЯ:
363332, РСО-А, г. Ардон ул. Советов, 13.

АДРЕС УЧРЕДИТЕЛЯ
363332 РСО-А, г. Ардон ул. Советов, 6
АМС Ардонского района РСО-Алания

АДРЕС ТИПОГРАФИИ
362015 РСО-Алания 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
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
М.М. БУГУЛОВА (6+)