

Родина

СВЕДЕНИЯ

ГАЗЕТА ОСНОВАНА
В 1939 ГОДУ

2023 АЗЫ 11 АПРЕЛЬ
ХУЫМГÆНÆНЫ МÆЙ
ДЫЦЦÆГ

11 АПРЕЛЯ 2023 ГОДА
ВТОРНИК

№ 37
(12264)

К 30-ЛЕТИЮ ИЗБИРАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

«КОГДА РАБОТА КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ»



2023 год – юбилейный год для российской избирательной системы. 30 лет назад, с принятием Конституции Российской Федерации, в России были заложены основные подходы в определении и развитии избирательной системы страны. В стране был провозглашен принцип: выборы – это высшее и реальное выражение власти народа. За прошедшие годы в России была создана полноценная законодательная база, регламентирующая подготовку и проведение выборов различных уровней и, самое главное, обеспечивающая гарантии соблюдения избирательных прав граждан.

19 октября 1993 году была образована Центральная избирательная комиссия СОАССР. С этого момента началось развитие избирательной системы региона и проделана огромная системная работа по совершенствованию избирательного процесса. О том, какая работа проводится Территориальной избирательной комиссией Ардонского района, рассказал председатель комиссии **Алан Бериев**.

– 30 лет для человека небольшой срок, но для системы, которая развивалась в РФ после советского периода, это огромнейший отрезок. Сегодня в состав ТИК Ардонского района входят 11 человек. Секретарем является **Ирина Дзоева**, а системным администратором – **Дмитрий Косенко**.

Я работаю председателем ТИК с 2019 года и хочу отметить, что каждая избирательная кампания не похожа на следующую. Меняются законы, модернизируются избирательная система в целом. То, что сегодня является нормой, отработывалось в ходе выборов на протяжении ряда лет. Территориальная избирательная комиссия работает в тесном контакте с органами государственной власти и местного самоуправления, политическими партиями, общественными объединениями. Всегда очень жестко требует соблюдения законности от всех участников избирательного процесса, во всем руководствуется буквой и духом закона.

Мы сегодня уже привыкли и к единому дню голосования, и к видеокерам наблюдения на избирательных участках, и к комплексам обработки избирательных бюллетеней (КОИБ). Не удивляемся прозрачным урнам для голосования и современному технологическому оборудованию, отвечающему единым по всей стране требованиям, взамен разношерстных деревянных урн и кабин с разноцветными шторками. Мобильный избиратель, голосующий по месту пребывания, заранее включенный в список избирателей по заявлению, поданному на едином портале госуслуг – это тоже уже привычная норма. Особо хочу отметить, что в на-

стоящее время идет усиление понимания у наших избирателей того, что выбор должен делаться осознанно, обстоятельно, ответственно. Они теперь больше руководствуются практикой и жизненным опытом, а не откликаются на такие знаки внимания и приемы со стороны кандидатов, которые создают обстановку умиления и безграничного доверия к ним.

– Почему Вам нравится Ваша работа, и что в ней самое сложное?

– Хочу напомнить известные строки: «Каждый мнит себя стратегом, видя бой со стороны». Самое сложное, на мой взгляд, думать, что провести избирательную кампанию – это просто, а на деле понимаешь, каково это – обеспечить конституционное право избирать и быть избранным, соблюдая все тонкости современного законодательства о выборах. Ведь есть сроки и порядок совершения избирательных действий, есть конкурентная борьба кандидатов и политических партий. Сложностей в работе позволяют избежать знание законодательства членами комиссий, четкие и грамотные действия руководителей комиссий в день голосования.

Работа в ТИК для меня давно стала образом жизни. Ты всегда находишься в водовороте тех событий, которые происходят в жизни района, и надо всегда и во всем соответствовать этому. Работа в Территориальной избирательной комиссии – это работа в команде, мы люди разных профессий, разных политических взглядов, но мы объединены одним общим делом: от нас зависит уровень организации проведения выборов. И это не просто слова.

– Какие выборы труднее проводить – местные или федеральные?

– Каждые выборы, независимо от их уровня, очень важны. Поэтому мы должны их организовать и провести так, чтобы были соблюдены все нормы закона и все требования. Конечно же, в этом непростом деле колоссальную помощь нам оказывает руководство района, сельских поселений и г. Ардона, при под-

держке которых создаются необходимые условия для комфортной работы, как участковых избирательных комиссий, так и для избирателей в дни голосования.

– Какова роль молодежи в избирательном процессе?

– Молодежь является одним из важных электоральных ресурсов любого государства и общества. Государству необходима электоральная активность молодежи, так как это наиболее активная возрастная группа населения, и она является будущим нашего общества.

Участие в выборах молодежи, а именно в процессе голосования, является вкладом в формирование будущего страны. Наличие желания участия в процессе выборов является показателем приобщенности к политической жизни, выражение своего гражданского волеизъявления в процессе становления государственной власти. Главной целью государства является вовлечение молодых людей в политический процесс. Это достигается путем информирования молодых избирателей о выборах, создания условий для осознанного участия в голосовании, формирования у молодых людей гражданской ответственности, а также увеличения интереса молодых и будущих избирателей к вопросам управления государственным и местными делами посредством выборов. В целях развития демократии, повышения правовой, прежде всего электоральной культуры молодежи, приняты постановления Центральной избирательной комиссии РФ от 12 марта 2014 г. №221/1429-6 «О Молодежной электоральной концепции» и от 28 декабря 2007 г. №83/666-5 «О проведении Дня молодого избирателя». В соответствии с этим ежегодно проводятся акции и различные семинары.

В целях реализации принятых постановлений в субъектах РФ, муниципальных образований созданы молодежные избирательные комиссии. На территории нашего района также действует Территориальная молодежная избирательная комиссия. В ее состав входят 15 человек, а возглавляет комиссию **Дзерасса Мурашева**.

Очень хотелось бы, чтобы молодежь активнее принимала участие в избирательных кампаниях и осознавала, что выборы крайне важны для определения дальнейшего социально-экономического развития страны, республики, района или же поселения. Ведь на современном этапе выборы представить без молодежи очень сложно.

– Какими качествами должен обладать человек, работающий в избирательной системе?

– Главный капитал в избира-

тельной системе – это люди, которые внесли и продолжают вносить достойный вклад в успешное проведение избирательных кампаний, честно и добросовестно выполняют работу большой государственной важности. Только тех, кто работает в 16 участковых избирательных комиссиях – сегодня 156 человек. Я даже не берусь сосчитать, сколько сотрудников сторонних организаций оказывают нам содействие в процессе подготовки и проведения выборов. Однако главные участники избирательных кампаний – это избиратели, ради которых мы все и трудимся.

Работа же с каждым годом становится и интереснее, и сложнее. Одна из основных наших задач – повышение правовой культуры всех участников избирательного процесса. С этой целью перед каждой избирательной кампанией мы проводим встречи для кандидатов и партий, обучаем членов избирательных комиссий, а особое внимание уделяем членам резерва участковых комиссий. Отдельно следует отметить и работу комиссий с молодежью, детьми, а также с избирателями с ограниченными физическими возможностями.

Для членов избирательных комиссий работа давно стала образом жизни. Об этом говорит тот факт, что выборы для нас не заканчиваются днем голосования – не успели отчитаться о только что проведенных, как грядут следующие. Мы сохраним в актуальном состоянии регистр избирателей, контролируем финансовую деятельность политических партий, работаем с законодательством.

Мы благодарны всем членам участковых комиссий, кто не понаслышке знает, каково это – обеспечить конституционное право избирать и быть избранным, соблюдая все тонкости современного законодательства. И, конечно, сегодня нельзя не вспомнить о тех, кто участвовал в первых избирательных кампаниях на заре становления нового государственного строя, и о тех, кто обеспечивал избирательный процесс, не имея подобной нормативно-правовой базы.

Одним из значимых событий этого года в нашей республике стало установление нового регионального праздника – Дня работника избирательной системы, день празднования – 19 октября. Соответствующий Указ подписал 9 февраля Глава республики **Сергей Меняйло**.

Уважаемые коллеги! Спасибо вам за ваш труд! Пусть 30-летие избирательной системы Российской Федерации станет для вас настоящим праздником! Здоровья, благополучия вам и вашим семьям!

Илона КАЛОЕВА.

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

Сертификат ПОМОЖЕТ будущим мамам

С 2006 года на территории России действует госпрограмма «Родовой сертификат». Этот документ предоставляет беременным женщинам право самостоятельно выбирать медучреждение, в котором она будет наблюдаться во время беременности и проходить все необходимые обследования.

Какие еще гарантии дает будущей маме родовой сертификат? Об этом рассказывает заведующая женской консультацией поликлиники Ардонской ЦРБ **Елена Кайтукова**:

– Родовой сертификат выдается с 30 недель беременности и гарантирует будущей маме получение качественной медицинской помощи во время беременности, родов и после рождения малыша. Обладательница родового сертификата имеет право на выписку бесплатных лекарств на сумму 990 рублей в период беременности. В зависимости от состояния беременной, ей могут быть выписаны поливитамины, препараты железа и йода, фолиевая кислота. В нашем районе выписанные медикаменты отпускаются в аптеке № 8 АО «Фармация».

Елена Кайтукова также отметила, что в настоящее время на учете в женской консультации стоят 130 женщин. Своевременная постановка на учет и получение родового сертификата гарантируют медицинское обслуживание женщины в период беременности и родов.

А. ГУРИЕВА.

КОРОТКО

В СЕВЕРНОЙ ОСЕТИИ ЗАФИКСИРОВАЛИ 5 СЛУЧАЕВ ЗАБОЛЕВАНИЯ КОРЬЮ. Об этом в понедельник на аппаратном совещании в правительстве сообщил руководитель регионального управления Роспотребнадзора **Алан Тибилов**.

«Мероприятия по профилактике заболевания проводятся в полном объеме. Эпидемиологическая ситуация в республике в целом стабильная. Число новых случаев заболевания COVID-19 снизилось. Недельный порог по ОРВИ также не превышен», – пояснил он.

В министерстве здравоохранения, в свою очередь, добавили, что в ковид-стационарах Северной Осетии в настоящее время проходят лечение 30 пациентов.

КОНТАКТЫ

ВЛАДИКАВКАЗ
ГОТОВИТСЯ К КИНОФЕСТИВАЛЮ

Глава РСО-А Сергей Меньяло провел рабочую встречу с временно исполняющим обязанности председателя правления Российского исторического общества Русланом Гагуевым, прибывшим в Северную Осетию для участия в открытии историко-документальной выставки "Кавкази Кавказа – верные сыны Отечества". Стороны обсудили перспективы реализации в республике проектов Российского исторического общества.

Во встрече приняли участие ректор СОГУ им. К.Л. Хетагурова Алан Огоев и проректор вуза по научной деятельности, председатель Совета отделения Российского исторического общества в РСО-А Берта Туаева.

Алан Огоев рассказал о сотрудничестве университета с фондом "История Отечества", исполнительным директором которого также является Руслан Гагуев. Фондом было поддержано несколько проектов СОГУ, среди которых – открывшаяся выставка, рассказывающая об истории терского казачества в судьбе России.

В свою очередь Руслан Гагуев отметил роль североосетинского вуза в подготовке квалифицированных кадров в области исторической науки. От лица Российского исторического общества, являющегося "центром ответственности" при Минобрнауки России по укрупненной группе специальностей "История и археология", он поблагодарил Сергея Меньяло за поддержку высшего образования в СОГУ.

А также предложил провести во Владикавказе региональный фестиваль историко-документального кино.

– За последние годы при поддержке фонда "История Отечества" были созданы десятки доку-

ментальных фильмов, посвященных разным событиям и периодам нашего прошлого. Кинокартины рассказывают о Великой Отечественной войне, выдающихся исторических личностях, советских экономических реформах, малоизвестных операциях нелегальной разведки и других страницах истории России. Чтобы познакомиться с ними широкую зрительскую аудиторию, мы проводим цикл фестивалей историко-документального кино по всей стране. В этом году предлагаем провести его в городе воинской славы Владикавказе. Задача мероприятия – в первую очередь приобщение молодых людей к качественному, серьезному историческому кино, в том числе через живое общение с его авторами – режиссерами, продюсерами и историками-консультантами, которых мы готовы привезти в республику, – сказал Руслан Гагуев.

Сергей Меньяло инициативу поддержал, отметил, что руководство республики готово помочь в реализации созидательных инициатив в этих сферах, а также подчеркнул, что для Северной Осетии важно все, что касается сохранения истории, культуры и традиций региона.

Также по итогам встречи была достигнута договоренность о включении Северного Кавказа в исследовательский и просветительский проект по изучению засечных черт страны. Он реализуется Правительством Российской Федерации совместно с органами исполнительной власти субъектов и при участии Российского исторического общества.

По материалам пресс-службы
Главы и Правительства РСО-А.

ЭХО ПРАЗДНИКА

СПОРТ И ДВИЖЕНИЕ – ЖИЗНЬ!

7 апреля во всем мире отметили День здоровья. Ежегодное проведение этого праздника в России вошло в традицию с 1950 года. Мероприятия проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни. В честь этой даты в районном Дворце культуры прошел праздничный концерт.

Открывая программу, ведущая мероприятия Магина Купеева рассказала о важности здорового образа жизни, а затем перед собрав-



шимися выступили творческие коллективы Дворца культуры: ансамбль народного танца "Алантæ", ансамбль дуолистов "Арт", вокальные группы "Галатæя", "Дети Осетии", Евгения Ткаченко, Давид Агнаев и др. Также состоялись показательные выступления группы акробатов, воспитанников Дома детского творчества.

В продолжение мероприятия к зрителям обратился заместитель начальника отдела по вопросам физической

культуры и спорта, по делам молодежи АМС района Ахсар Годжиев, который подчеркнул, что здоровье нужно беречь смолоду, вести активный образ жизни, заниматься спортом.

В это время в фойе проходили спортивные состязания. Ребята соревновались в прыжках в длину, растяжке, подтягивании гири и др. Самые сильные и ловкие были награждены медалями и грамотами.

Здоровье – это та ценность, которой природа наде-

лила человека. Именно от здоровья зависят физическое и моральное состояние, а также работоспособность. Поэтому очень важно беречь здоровье, правильно питаться и заниматься спортом.

Организовали и провели мероприятие сотрудники отдела по вопросам физической культуры и спорта, делам молодежи, управления культуры и искусства АМС района, а также центра социализации молодежи.

Диана
КВАХАДЖЕЛИДЗЕ.

Год педагога и
наставника

УЧИТЕЛЬ – АРХИТЕКТОР ДЕТСКИХ ДУШ!

Указом Президента России В.В.Путина 2023 год объявлен Годом педагога и наставника – это год 200-летия со дня рождения одного из основателей российской педагогики Константина Дмитриевича Ушинского. Миссия года – признание особого статуса педагогических работников, в том числе выполняющих наставническую деятельность.

У каждого из нас в школе был свой любимый учитель, тот, который тем или иным способом повлиял на формирование нашей личности, на наш процесс совершенствования. Ведь учитель – это архитектор, содействующий превращению ребенка в полноценную гармоничную личность. Успех любого педагога зависит, в первую очередь, от его способности общения с детьми, как с особенными и неповторимыми людьми.

Эти слова в полной мере относятся к учителю, который является для детей ведущим ориентиром – гармоничным и живым, самосовершенствующимся, не относящимся к детям формально – к Рите Хазбиевне Лоховой. В МБОУ СОШ № 1 г. Ардона она работает учителем осетинского языка и литературы с 1986 года. Является заслуженным учителем Республики Северная Осетия-Алания, почетным работником общего образования РФ, лауреатом премии имени Аксо Колиева, победителем II Регионального конкурса профессионального мастерства педагогов "Мой лучший урок" в гуманитарном направлении. В 2008 году она стала победителем конкурса лучших учителей Российской Федерации в рамках реализации приоритетно-национального проекта "Образование".

Рита Хазбиевна – учитель по призванию, учитель-артист, затрагивающий души детей своей эмоциональностью, своей вдохновенной "игрой" на уроках.

Она работает в классах различного уровня обучения родному языку и добивается положительных результатов за счет внедрения передовых инновационных технологий, выбирает методы и приемы обучения с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся. В своей работе она всегда стремится к совершенствованию педагогического мастерства. Основательная теоретическая подготовка, тщательный отбор методов и приемов ведения каждого урока, делают их интересными, содержательными, воспитывающими. При этом Р.Лохова учитывает, что современные ученики настолько перегружены информацией, что добиться полной вовлеченности в процесс обучения подчас чрезвычайно сложно. И тогда акцент делается на личностно-ориентированный подход. Во время классных воспитательных часов, во внеурочное время Рита Хазбиевна придерживается основополагающих норм осетинских традиций: почитание старших, уважительное отношение к женщине, семье и обществу, старание быть порядочным и трудолюбивым человеком. Без этого, как она считает, не может быть истинного гражданина своей малой родины. С этой же целью она систематически проводит открытые мероприятия, на которых прививает любовь к культуре, традициям осетинского народа, развивает у учеников нравственные и духовные ценности.

Уроки Р.Лоховой – это уроки взаимопонимания обучающегося и учителя, где учитель должен быть одновременно и педагогом, и психологом, и творцом. Она точно знает, как индивидуально верно воздействовать на каждого конкретного обучающегося. Ученики Риты Хазбиевны с удовольствием принимают участие в различных творческих мероприятиях, предметных олимпиадах, где, как правило, становятся победителями и призерами муниципальных и республиканских этапов конкурсов и фестивалей. "И помнит мир спасенный", "Зондабитæ", Республиканский фестиваль националь-



ных любительских молодежных и детских театров РСО-Алания – "Амыран", "Цыкыраы фæрды", "След моей семьи в ВОВ" – все конкурсы не перечислить. И вложенный в учеников труд не проходит бесследно. Так, ее ученик, выпускник школы, победитель одного из республиканских этапов конкурса "Ирон дæн æз" Северо-Осетинского Республиканского общественного движения "Иудзинад" – Алан Габуев – сегодня является одним из лучших студентов 4 курса театрального института имени Бориса Щукина г.Москвы. "Огромную благодарность всякий раз выражаю своему дорогому школьному наставнику – Рите Хазбиевне! Только благодаря ей я сейчас тот, кем являюсь", – говорил он в своем интервью телекомпании Иристон-ТВ. Бесспорно, ради таких слов благодарности следует жить.

Министерство просвещения РФ за-

пустило новую акцию "Педагогические династии России". Дочь Р.Лоховой, Диана Таймуразовна Зембатова, также пошла по стопам мамы и стала учителем осетинского языка и литературы. По трудолюбию, преданности профессии, эмоциональности и умению любить детей Диана Таймуразовна ни на шаг не отстает от своей мамы и, конечно, это тоже огромная заслуга Риты Хазбиевны.

Рита Лохова щедро делится своим опытом с коллегами. Ее работы публикуются в печатных и электронных изданиях разного уровня, в частности, научном-методическом журнале "Рухстауæг". Она является руководителем районного методического объединения учителей осетинского языка и литературы.

Сочетание традиционных и новых приемов, форм и средств обучения позволяют ей создавать рабочую атмосферу на уроках, развивать творческие способности школьников, формировать у них умение пополнять и обновлять свои знания. Результат своей работы Рита Лохова видит в том, чтобы каждый ученик овладел осетинским языком как средством устного и письменного общения, чтобы каждый ребенок узнал и полюбил культуру и традиции осетинского народа, чтобы в каждом из них сформировались нравственные и духовные ценности. А для этого, считает она, есть два главных условия: творческий подход к делу со стороны учителя и интерес обучающегося к изучаемому предмету.

Рита Хазбиевна Лохова – это человек с тонкой и ранимой душой, большим сердцем и необычным чувством любви и сострадания к детям. Настоящий педагог, всегда озадаченный судьбой своих учеников. А все потому, что она твердо знает, что ученики способны достигнуть небывалых высот, если чувствуют, что им доверяют, что они – часть сплоченной и сильной команды, где учитывается их мнение и царит демократия.

Диана КВАХАДЖЕЛИДЗЕ.

ЧЕМПИОНАТ

УМЕЛЫЕ РУКИ

Региональный этап чемпионата по профессиональному мастерству "Профессионалы" в Республике Северная Осетия-Алания подходит к завершению. Сегодня на соревновательных площадках Северо-Кавказского аграрно-технологического колледжа наблюдалось особенное оживление. В перерывах и после выполнения конкурсных заданий ребята бурно обсуждают предстоящее подведение итогов...



"Третий конкурсный день чемпионата остался позади. Но хочется сказать, какими бы не были результаты соревнований, все наши участники — уже победители! Они нашли в себе смелость заявить о себе на всю республику, продемонстрировать свои знания и навыки, а значит, — они уже профессионалы!" — уверен главный эксперт компетенции "Плотницкое дело" среди юниоров **Хетаг Дарчиев**.

Восьмиклассник СОШ с.Кирово **Роберт Кабисов** (на снимке) является одним из самых юных участников на площадке "Плотницкое дело". Однако к конкурсу подошел с небывалой ответственностью. А как иначе? Ведь на кону честь семьи.

Роберт — продолжатель славных традиций семьи Кабисовых. Его дедушка **Филипп** был известным в Осетии плотником. По стопам дедушки пошел и отец Роберта **Лухуми**, который сначала обучил ремеслу старшего сына, а теперь на очереди — средний.

"Гены деда передались и мне, и уже в начальных классах я начал проявлять интерес к плотницкому делу. Отец, видя мое рвение, подарил мне набор столярных инструментов, и с тех пор меня не остановить", — улыбается юниор.

В его коллекции уже немало столов, стульев, табуреток, скамеек, швабры, качели... Останавливаться на достигнутом парень не собирается. Желание развиваться и оттачивать мастерство побудило юного умельца принять участие в региональном чемпионате по профессиональному мастерству "Профессионалы".

"В будущем планирую стать архитектором. Но я очень хочу развиваться в плотницком деле. Работа с деревом приносит мне радость. Тем более, что она дается мне легко. Я довольно быстро научился читать чертежи, переносить их на дерево, производить всякие расчеты. И, конечно, я и дальше буду учиться этому".

Несмотря на свой юный возраст, юниоры компетенции "Плотницкое дело" ловко орудут инструментами... К выполнению конкурсного задания — изготовлению скамейки и стола — подходят со знанием дела. Они так искусно рубят, строгают и пилят, словно всю жизнь занимались этим. Можно только предполагать, какие из них вырастут профессионалы, если в 14 лет они уже такие большие молодцы!

МАРАФОН ПРОФЕССИОНАЛОВ!

Крайне насыщенным оказался последний конкурсный день для участников соревнований по компетенции "Кирпичная кладка".

Студент Северо-Кавказского аграрно-технологического колледжа **Мурат Шавлохов** (на снимке) принимает участие в чемпионате по профессиональному мастерству не впервые. В прошлом году в региональном этапе чемпионата "Молодые профессионалы" он уже одержал победу среди юниоров. А затем на отборочных соревнованиях, приравненных к Финалу X Национального чемпионата "Молодые профессионалы", юноша сумел попасть в тройку призеров, завоевав бронзовую медаль престижных состязаний. Сейчас настрой у Мурата не менее "боевой"! Теперь ему приходится отстаивать профессиональное превосходство в рядах участников чемпионата в основной возрастной категории. Будущий строитель уверен, что успех гарантирован, если добросовестно потрудились на этапе подготовки.



"В эти дни каждому участнику требуется показать все, на что он способен, все, чему научился за эти годы. Задание сложное, но если строго следовать рекомендациям наставников, слушать

профессиональное чутье и работать на совесть, то справиться с ним будет проще", — уверяет конкурсант.

Алана МАРГИЕВА,
пресс-служба СКАТК.

ЗНАЙ НАШИХ!

ЗАСЛУЖЕННЫЙ УСПЕХ
АРДОНСКИХ АТЛЕТОВ

Марат Бигулов и Сослан Джигкаев.



Марат Хинчагов и Инал Тегаев.

Во Владикавказе завершился чемпионат РСО-Алания по вольной борьбе среди мужчин 18 лет и старше.

Ардонский район представляли 16 воспитанников ДЮСШ. Наиболее успешных результатов добились **Марат Бигулов**, занявший третье место в в/к 92 кг, а также **Инал Тегаев** в в/к 57 кг и **Сослан Джигкаев** в в/к 92 кг, которые поднялись на вторую ступень пьедестала республиканского первенства. Еще один наш "вольник" — **Марат Хинчагов**, выступавший в весовой категории 97 кг, в отличном, победном стиле провел все свои схватки и заслуженно завоевал титул чемпиона республики!

Тренируют ребят **А. Калоев, В. Хинчагов, К. Дзукаев и С. Гогаев.**

Аслан ГУКАЕВ.

КОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

ИММУНИТЕТ И МИКРОФЛОРА: ЕСТЬ ЛИ СВЯЗЬ?

Доктор медицинских наук **Владимир КУПЕЕВ** рассказывает о том, что все болезни начинаются с кишечника

Многие сводят роль органов ЖКТ к перевариванию пищи, но это — лишь одна из его многочисленных функций. Еще в III веке до нашей эры древнегреческий врач Гиппократ сказал: "Все болезни начинаются в кишечнике"...

Самые современные исследования показали, что состояние микрофлоры кишечника — главный фактор здоровья человека. Современная наука подтвердила, что первопричина около 90% всех известных болезней человека кроется в больном кишечнике, но там же начинаются здоровье и долголетие.

Ученые определили около 10 тысяч видов микробов со своей ДНК, и она присутствует в более чем в 8 млн генов, т.е. на каждый человеческий ген приходится 360 генов-микробов. Большинство этих микроорганизмов живут в пищеварительном тракте. Следовательно, человек взаимодействует не только с микробами, но и с их генным материалом. Кишечник обладает собственной иммунной системой, на нее приходится 70–80% всей иммунной системы орга-



низма. Стенка кишечника — грань с внешним миром (как и кожа). При контакте с инородным телом (пищей), различными токсинами включается иммунная система организма. В ки-

шечнике вырабатываются и выбрасываются в кровь антитела.

Люди, имеющие здоровый кишечник, практически никогда не болеют — даже во время эпидемии различных инфекций, или же переносят их очень легко. Также в кишечнике вырабатываются гормоны и медиаторы (регуляторы различных функций организма), которые регулируют весь организм.

80–90% серотонина — гормона счастья, радости, блаженства, удовольствия — вырабатывается нервными клетками кишечника (2-й мозг).

Плохо работает кишечник → нет серотонина → нет радости, счастья. Зато есть депрессия, апатия, невроз и т.д. Весь организм обновляется, восстанавливается и омолаживается благодаря аминокислотам, белкам, ферментам и т.д., которые синтезируются в ЖКТ из переработанной пищи.

Так же все токсины, яды, шлаки и др.

вредные вещества обезвреживаются и выводятся органами ЖКТ. Наш организм населяет множество микроорганизмов — их в 10 раз больше, чем клеток организма, но, к счастью, наши клетки гораздо больше по размеру.

Кишечные бактерии нейтрализуют многие токсины (яды), поступающие в организм с пищей, т.е. их можно считать второй печенью. Бактерии могут поддерживать иммунную систему, контролировать определенные иммунные клетки, предотвращая аутоиммунные процессы. Некоторые бактерии производят и высвобождают важные ферменты и вещества, необходимые организму, в том числе, головному мозгу и нервной системе: витамины, нейромедиаторы, микроэлементы и т.д. Помогают управлять стрессом, способствуют хорошему сну.

Записала
Нателла ГОГАЕВА.
"СО".

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ САДОВОДАМ И ОГОРОДНИКАМ

**ВЕСЕННЯЯ ГУСЕНИЦА
ЗИМНЕЙ ПЯДЕНИЦЫ**

Зимняя пяденица – так же как и другие бабочки этого семейства (крыжовница, обдирало и др.), опасный и широко распространенный вредитель плодовых культур. Гусеницы питаются почками, листьями, соцветиями, плодами на протяжении всего вегетационного периода и способны уничтожить до 40 % урожая.

Бабочки откладывают яйца прямо под почки, а весной, во время набухания и распускания почек, гусеницы начинают актив-



но их выедать, переходя затем на бутоны и цветки. Взрослые гусеницы выедают в молодых завязях яблони и груши мякоть, а у вишни и сливы еще незатвердевшие косточки. В результате при высокой численности вредителя уничтожается не только весь листовой аппарат, но и цветы и завязи. Такие деревья выглядят как обожженные, и только к концу лета начинают отрастать новая листва.

Накопление вредителя часто происходит незаметно для садовода, так как сначала повреждаются отдельные ветви в верхней части кроны, и такие поврежде-

ния часто остаются без внимания. И только когда численность гусениц резко возрастает (а такое бывает при благоприятных погодных условиях, например) и листья на деревьях оказываются полностью объедены, садовод начинает бить тревогу. А всего-то и надо – вовремя провести обработку садовых растений.

Необходимо регулярно рыхлить и перекапывать почву в приствольных кругах на глубину до 15 см. В конце сентября – начале октября на штамбы деревьев накладывают клеевые ловчие пояса.

Ранней весной до распускания листьев провести обработку сада мыльно-масляной эмульсией: 100 г растительного масла, 100 г хозяйственного мыла на 10 л воды, можно добавить 10–20 мл гуматов, жидкого комплексного удобрения (по инструкции для подкормки).

Полезны регулярные обработки биопрепаратами (Битоксибациллином и/или Лепидоцидом) в течение всего периода вегетации.

Для опрыскивания деревьев можно также использовать настои из листьев табака, листьев и соцветий ромашки аптечной, зеленой наземной части и корней томатов, отвар из смеси лукавиц, чеснока (перемолотых), луковой шелухи и отходов табака.

Огромную пользу нашим садам приносят птицы: синицы, горихвостки, славки, скворцы, трясогузки, дятлы и другие, уничтожая опасных вредителей. Выращивайте в своих садах растения, которые будут привлекать мелких птиц.

**АКТИВИРОВАННЫЙ УГОЛЬ
АКТИВИРУЕТ СЕМЕНА**

Стимуляция семян для получения проростков различными природными средствами – гарантия крепкой рассады и отличного урожая. Использование активированного угля для проращивания семян (особенно туговсхожих) является самым простым и доступным способом.

Активированный уголь оказывает двойной положительный эффект на семена: адсорбирует вредные вещества, образующиеся в процессе прорастания семян или в результате загрязнения их нежелательной микрофлорой, осуществляет удержание и преобразование этих веществ, улучшая таким образом состояние среды, в которой прорастают семена.

Использовать активированный уголь предельно просто. Поместите таблетку активированного угля в небольшую плошку (можно измельчить),



поверх нее уложите смоченную водой бумажную салфетку, а сверху на салфетку поместите семена.

Вместо воды можно приготовить специальный состав, также оказывающий стимулирующее действие на семена.

На 1 л воды 2 ч. л. суспензии хлореллы + 2 ч. л. биологического препарата на основе псевдомонад (например, Титаниум – очень хорошо стимулирует всходы, содержит гиббереллиновую кислоту, ауксины, каскад антибиотиков против бактерий, а также вещества, препятствующие развитию фитопатогенных грибов).

КАЛЕНДАРЬ САДОВОДА-ОГОРОДНИКА НА АПРЕЛЬ

11 (с 20:34), 12, 13 (до 23:43)

– в весеннюю теплицу, парник посейте семена фасоли, высадите рассаду перца (в возрасте 60–70 дней). Под пленочное укрытие на биотопливе:

посейте семена тыквы, кабачков, патиссонов. Под пленочное укрытие также можно посеять семена ранних и среднеспелых сортов капусты, гороха и бобов. Посадите рассаду ранних сортов белокачанной капусты (возраст 40–45 дней). В откры-



тый грунт посеять семена лука-батун, лука репчатого, моркови, редиса, чеснока, посадка рассады ранней белокачанной и брюссельской капусты. Хорошие дни для посадки картофеля, предназначенного для хранения, репы, брюквы, свеклы на хранение, луковичных цветов.

13 (с 23:43), 14, 15, 16 (до 1:58) – лучше ничего не сеять и не сажать. Вырезка поросли и усов клубники.

РЦИ-Аланий и 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.ruhs15.ru

Печать офсетная.

Тираж 2016 экз.

Заказ № 383

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+)

ООО "АРТЕЛЬ" Новое поступление:

в большом ассортименте стулья полумягкие, столы-тумбы на металлокаркасе (93*90*74), спальные гарнитуры (пр-во Беларусь), мебель для гостиной.
МЯГКАЯ МЕБЕЛЬ СО СКИДКОЙ ДО 25%.
Кредит, рассрочка на выгодных условиях.
г. Ардон, ул. Пролетарская, 38.
Тел. 8(86732)3-27-08, 8-928-486-37-04.

ХИРУРГ-ФЛЕБОЛОГ, врач высшей категории

до 30-го апреля

Приём хирурга флеболога + УЗИ обеих ног
ВСЕГО 2000Р
-30% скидка на лазерное лечение
БЕЗ КУПОНА 2500Р

КУПОН НА СКИДКУ

КЛИНИКА "21 ВЕК"

г. Ардон, ул. Советов, 47.
В осмотр входит:
- сбор анамнеза;
- обязательное УЗИ обеих ног;
- рекомендации по лечению
- при необходимости назначение на лазерное лечение.

Звоните по телефонам: +7(8672)77-01-71, +7(963)177-91-71.



ОКНА И ДВЕРИ

из алюминия и немецкого профиля "RENAU" РОЛЬСТАВНИ

г. Ардон, ул. Ленина, 67 ("Старый универмаг").
Тел. 8-989-132-79-09.

24 марта в районе военкомата пропала годовалая телка. Нашедших просим звонить по тел. 8-928-685-92-44.

Продается месячная телка. Ул. Молодежная, 63.
Тел. 8-928-685-92-44.

ПРОДАЮ

- Известь гашеная выдержанная (4 тонны оптом)
 - Доска необрезная (сухая) твердых пород толщ. 50 мм
 - Станок заточный М-322 (новый)
 - Насос водяной (новый)
 - Емкость для ГСМ 2500 л
- Тел. 8-928-481-50-14.

УСЛУГИ

Сантехника, отопление, газосварка.
Тел. 8-989-747-47-70
Спиливание деревьев любой сложности и в любом месте. Качественно и аккуратно.
Тел. 8-918-706-99-60

Вспашка огородов мотоблоком и японским мини-трактором. Качество гарантируем.
Тел. 8-963-176-73-53, Борис.

Вспашка огородов.
Тел. 8-989-743-12-60

ПРОДАЕТСЯ

Дом в п. Бекан или меняю на квартиру. Тел. 8-988-877-12-15

РАЗНОЕ

Куплю грецкий орех: очищенный – 350-450 руб./кг. неочищенный – 70-80 руб./кг., а также скорлупу.
Тел. 8-918-828-92-42

ООО «АГРО-РЕГИОН» ПРЕДЛАГАЕТ:
СЕМЕНА КУКУРУЗЫ
СЕМЕНА СОИ (среднеранний, не осыпающийся сорт французской селекции)
ГЕРБИЦИДЫ
Наш адрес: г. Дигора, ул. С. Бердиева, 82.
Тел: +7918-702-65-89, +7918-459-47-61.

ФИРМА "ДОМБАЙ" ОКНА И ДВЕРИ ИЗ ПВХ. МОСКИТНЫЕ СЕТКИ. РЕМОНТ.
Тел. 8-918-707-62-22, 8-961-823-12-31.

ПРОКАТ ПАЛАТОК столов и стульев ПРОСТЫЕ И СВАДЕБНЫЕ
В комплекте агтæ и арынгтæ.
ТРАУРНАЯ МУЗЫКА.
Тел. 8-918-703-37-12, 8-918-837-20-98.

ПЕПЛОБЛОКИ ПРОПАРЕННЫЕ г. Терек.
Возможна доставка.
Тел. 8-967-411-90-94.

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

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.