

СЪЕУОБЪХЪСЪИ

ЗАРЯ



РЦИ—АЛАНИЙЫ АЛАГИРЫ РАЙОНЫ ГАЗЕТ

АЛАГИРСКАЯ РАЙОННАЯ ГАЗЕТА

Газета основана в феврале 1933 года

2 ДЕКАБРЯ 2023 ГОДА – ЦЫППУРСЫ МÆЙ СУББОТА – САБАТ

№ 135 (12244) 6+

ПРЯМАЯ ЛИНИЯ

РАЗГОВОР О ГЛАВНОМ

Глава РСО-Алания Сергей Меняйло провел ежегодную прямую линию. В прямом эфире телеканала «Осетия-Ирыстон», который длился почти 3 часа, руководитель региона ответил на самые острые вопросы, поступившие от жителей Северной Осетии. Среди прозвучавших тем – работа общественного транспорта, развитие сферы образования, лекарственное обеспечение льготных категорий граждан, благоустройство общественных территорий и дорожной инфраструктуры.

На связи с телестудией были Председатель Правительства Северной Осетии, его заместители, руководители органов исполнительной власти, главы муниципальных образований и районных администраций.



МЕРЫ ПОДДЕРЖКИ

Одна из главных тем эфира – меры поддержки семей с детьми в Год семьи, который Президент России объявил в 2024 году. Сергей Меняйло поручил министерству финансов и министерству труда и социального развития со следующего года предусмотреть региональные меры поддержки, которые будут направлены на развитие института семьи.

Так, принято решение о выплате 50 тысяч рублей женщинам, родившим первого ребёнка до 25 лет включительно. Со следующего года также комплекты для новорожденных в родильных домах республики будут получать все роженицы вне зависимости от места прописки. Президент России объявил 2024 Годом семьи. Семья – это святое, и мы должны уделять ей особое внимание, – сказал Глава Северной Осетии.

ОБЩЕСТВЕННЫЙ ТРАНСПОРТ

По информации Центра управления регионом РСО-Алания большое количество жалоб на работу общественного транспорта поступает от жителей селений Гизель и Ногир.

Глава Северной Осетии рассказал, что перед Правительством республики поставлена задача провести транспортную реформу: уже разработаны необходимые документы, важно продолжить закупать автобусы, вводить новые требования к обслуживанию пассажиров. В настоящее время уже пересмотрена маршрутная сеть.

Первые 67 автобусов закупили, смогли обеспечить маршруты Владикавказ-Алагир и Владикавказ-Беслан. Сейчас республика дополнительно приобретает в лизинг автотранспорт. Задача одна – выставить параллельные маршруты. Докупив транспорт, мы обеспечим и межмуниципальные маршруты, в том числе, в Ногир и Гизель, – подчеркнул Сергей Меняйло.

Вместе с тем, жители Владикавказа чаще жалуются на график движения трамвайных вагонов. Сергей Меняйло поручил Комитету цифрового развития республики разработать онлайн-приложение, которое позволит отслеживать движение общественного транспорта.

Есть нехватка водителей трамваев, но городская администрация проводит соответствующие мероприятия по подготовке специалистов. Мы обязательно выведем все трамваи на линии. Но нужно совер-

шенствоваться и поднимать уровень. Поэтому, Комитет цифрового развития, разработайте приложение, чтобы люди знали, когда им ждать трамвай - и не только трамвай, сколько вагонов на линии и так далее, и распространите, – нацелил Сергей Меняйло.

СВО И РАБОТА С ПОДШЕФНЫМ РАЙОНОМ ЗАПОРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Одной из основных тем стала тема специальной военной операции. На связь с Главой республики вышли бойцы осетинских батальонов, находящиеся в зоне СВО. Они поблагодарили Сергея Меняйло за оказываемую помощь и поддержку. Уæхи хъахъхъæнут, Уастырджийы фæдзæхст ут! Бузынг, лæппутæ! – обратился к ним Глава республики.

Он отметил, что сегодня министерство труда и социального развития работает совместно с государственным фондом «Защитники Отечества» по оказанию помощи семьям погибших военнослужащих, участникам и ветеранам СВО. В Запорожье развернут единый гуманитарный центр для поддержки нуждающихся в помощи мирных жителей и военнослужащих. Сюда доставляется гуманитарная помощь, спецсредства и необходимая техника, посылки от семей мобилизованных, лекарственные препараты.

Система по оказанию помощи, которая была создана в марте 2022 года, работает и совершенствуется. Что касается ребят, которые находятся в зоне СВО, я со всеми на связи. Мы их поддерживали, поддерживаем и будем поддерживать дальше, – заверил Глава Северной Осетии.

На связь с телестудией вышла министр образования Запорожской области Елена Шапурова, которая поблагодарила Северную Осетию за оказываемую помощь Черниговскому району.

В свою очередь, Сергей Меняйло отметил, что Северная Осетия продолжит оказывать помощь подшефному региону.

Мы посмотрели, что сделано, что можно сделать в этом году, скорректировали планы. Будем дальше работать, сотрудничать и дружить, – сказал он.

Напомним: ранее Северная Осетия взяла шефство над Черниговским районом Запорожской области. Уже капитально отремонтированы и восстановлены

социальные объекты, инженерные сети. В населённый пункт регулярно выезжают бригады врачей из республики, передан передвижной медицинский комплекс. К началу учебного года регион отправил большую партию художественной литературы и школьных учебников. А на летних каникулах дети из Черниговского района приезжали в Северную Осетию на отдых в лагеря и на образовательные сессии.

БРОДЯЧИЕ ЖИВОТНЫЕ

Свое обращение озвучила Светлана Зангиева. Женщина посетовала на большое количество бесхозного крупного рогатого скота.

В прямом эфире Сергей Меняйло поручил главам районов закрепить документально места выпаса домашнего скота.

Но даже это не решит проблему выхода скота на улицы. За ним еще присмотр нужен. К слову, в одном из районов мы определили «штраф-стоянку» для бесхозного скота. Посмотрим, как это будет работать, а дальше примем решение, – прокомментировал Сергей Меняйло.

Жители Моздокского и Ардонского районов также жалуются на бродячих собак.

Во Владикавказе в питомнике увеличили в 12 раз вместимость. В Моздоке приступили к строительству приюта. А в Ардонском районе провалены сроки строительства объекта для бездомных собак. По итогу принято решение вернуть выделенные району средства в бюджет республики, – рассказал Сергей Меняйло.

Руководитель региона предложил создать межрайонный питомник.

В следующем году приступим к проекту, – сказал Глава республики.

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА

Ещё один ключевой блок вопросов был посвящен развитию системы образования.

Время требует того, чтобы мы пересмотрели программы обучения дошкольного, школьного, среднего, высшего образования. Мы открыли Центр поддержки одаренных детей «Вершина», «Точки роста» в школах, кванториумы. Делаем акцент на инженерную, техническую подготовку – это востребованные направления. Подписали соглашения с МГУ, МГИМО, Курчатовским институтом для того, чтобы поднять уровень образования. Поступательно

двигаемся вперед. Нас полностью поддерживают Минпросвещения страны, Минобрнауки, Российская академия наук, – рассказал Сергей Меняйло.

Глава республики отметил, что сегодня среди молодежи востребованы инженерные специальности:

Ушло то время, когда единственно престижными были такие направления, как финансы и кредит, юриспруденция. Сегодня тот, кто идет по линии инженерного образования, имеет огромные перспективы. И мы эту систему поэтапно выстраиваем.

Руководство республики решает и проблему нехватки педагогических кадров:

Молодым педагогам, которые приходят в школу, мы ввели надбавки: 70% в первый год работы, 50% – во второй. Мы вернули стимулирующие надбавки, надбавки за выслугу лет, за внеурочную работу.

СТАДИОН «СПАРТАК»

Говоря о реконструкции республиканского стадиона «Спартак», Сергей Меняйло отметил, что стройка на спортивном объекте идёт полным ходом. Общая готовность – более 65%.

В принципе, сегодня сложностей, чтобы построить стадион, нет. Проект мы пересматривали полностью. Финансирование, с которым были проблемы, получено. А 15 мая мы должны подать заявку на участие в премьер-лиге, к этому времени домашнее поле будет готово на 100%, – сказал Сергей Меняйло.

СФЕРА ЖКХ

Ожидаемо поступило немало вопросов и по линии ЖКХ. Глава республики ответил на вопрос, который оставлен пользователем соцсети, о повышении тарифа на коммунальные услуги:

Постановлением Правительства РФ для каждого региона установлена предельная величина повышения тарифа, но это не означает, что мы будем повышать его на 14%.

Было также отмечено, что принято решение консолидировать электросетевое хозяйство республики, реструктуризировать долги и провести модернизацию всей системы ЖКХ, чтобы люди могли получать качественные услуги.

Кроме того, в этом году завершат работы по рекультивации четырех свалок. А в 2024 – будут определены временные площадки для складирования строительных отходов и их последующей переработки.

Отметим, что во время прямой линии работал колл-центр, созданный специально для того, чтобы принять как можно больше обращений. Всего во время эфира поступило более 700 звонков и комментариев в чат-бот Telegram и аккаунты социальных сетей Главы республики. За три дня работы колл-центра принято около 1,5 тыс. обращений. Вопросы, которые не прозвучали в эфире, будут оформлены в поручения республиканским органам власти, а также муниципальным властям для дальнейшей работы.

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

ПРИЗНАНИЕ

НАГРАДЫ В ЧЕСТЬ ЮБИЛЕЯ

Глава РСО-Алания Сергей Меняйло наградил членов избирательных комиссий Северной Осетии в честь 30-летия избирательной системы России.

Руководитель республики выразил слова благодарности представителям избирательной системы за плодотворный труд и вручил государственные и республиканские награды:

У вас очень непростая и ответственная деятельность. Свои рабочие задачи вы выполняете достойно! Вы – молодцы! В следующем году у нас еще больше работы, и мы к ней уже готовимся. Желаю успехов и всего самого доброго!

За заслуги в организации и проведении выборов в РФ почетным знаком ЦИК РФ «За заслуги в организации выборов» награждена председатель участковой избирательной комиссии избирательного участка № 8 Алагирского района Рита Магкеева.

За безупречную и эффективную работу по подготовке и проведению выборов Почетной грамоты ЦИК РФ удостоена председатель участковой избирательной комиссии избирательного участка № 4 Алагирского района Нина Башарина.

Благодарственными письмами ЦИК РСО-Алания «За значительный вклад в развитие и совершенствование избирательной системы РСО-Алания» отмечены председатель Территориальной избирательной комиссии района Залина Габеева, председатели участковых избирательных комиссий №№ 1 и 7 Таиса Тедеева и Людмила Абаева.

Напомним: в этом году избирательной системе России исполняется 30 лет. 24 сентября 1993 года Президент подписал Указ о формировании Центральной избирательной комиссии по выборам в Государственную Думу, которые состоялись 12 декабря того же года.

Соб.инф.

ПОДПИСКА-2024

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ АЛАГИРСКОГО РАЙОНА!

Продолжается подписка на районную газету «Заря» на 1 полугодие 2024 года!

Мы будем рады видеть вас в числе своих подписчиков. Подписку можно оформить во всех почтовых отделениях или у почтальонов.

Стоимость основной подписки – 617 руб. 94 коп., для льготных категорий граждан – 514 руб. 68 коп.

ОСТАВАЙТЕСЬ С НАМИ!

ВЫСТАВКА – ФОРУМ «РОССИЯ»

День Северной Осетии

7 декабря на Международной выставке-форуме «Россия», которая проходит в Москве на ВДНХ, состоится День Республики Северная Осетия-Алания. Посетителей ждет насыщенная деловая, образовательная и культурная программы.

День Северной Осетии начнется с презентации республики, которую проведет Глава РСО-Алания Сергей Меньялло. Он расскажет об успехах, ключевых достижениях и перспективах развития региона. Официальное открытие состоится в 12.00 часов (мск). Мероприятие пройдет в зоне культурных проектов в павильоне № 75.

В 14.00 в зоне культурных проектов в павильоне № 75 программу продолжит церемония бракосочетания в традиционном осетинском стиле. Жених и невеста – Константин Хетагуров и Анжелика Карданова. Он – работает видеорежиссером, она – профессионально занимается фотографией.

В рамках свадебной церемонии гостям покажут старинные осетинские обряды, связанные с появлением невесты в доме. Старейшина над тремя осетинскими пирогами вознесет молитвы о благополучии новой семьи. После брак будет зарегистрирован в соответствии с законодательством Российской Федерации. Молодоженов поздравит лично Глава республики.

С 15.00 до 15.45 в павильоне №75 пройдет тематическая лекция «Северная Осетия – туристическая жемчужина Кавказа». Гости выставки-форума расскажут о богатстве и достопримечательностях нашей республики, ее туристическом потенциале, красоте

природы и восстановлении переднеазиатских леопардов.

Здесь же с 16.00 до 16.45 запланирована тематическая лекция «Осетия и осетины в судьбе



России», которая посвящена выдающимся личностям в истории республики.

Третья тематическая лекция – «Прикосновение к Великому наследию Осетии» – пройдет с 17.00 до 17.45 в павильоне № 75. Она познакомит с Нартским эпосом, его героями.

В 16.00 в зоне культурных проектов в павильоне № 75 начнется

выступление образцового ансамбля народных инструментов ВКИ им. Гергиева.

А в павильоне К, «Дом российской кухни», состоится гастрономическое представление «Вкусы Алании». В программе – приготовление осетинских пирогов, супа «Лывжа». Кроме того, гости выставки-форума смогут попробо-

вать спаржу с самой большой плантации в России, которая находится в Северной Осетии. А приготовят эти гастрономические изыски ведущие шеф-повара региона.

В 17.30 запланирована пресс-конференция Главы республики при участии федеральных и региональных средств массовой информации. Встреча с журналистами пройдет в конференц-зале в

павильоне № 75. На протяжении всего дня в павильоне № 48 будет работать ярмарка с местной продукцией, а в павильоне № 75 можно будет приобрести изделия народно-художественных промыслов осетинских мастеров. Кроме того, на стенде республики пройдет мастер-класс по плетению осетинского национального платка, запланированы показательные выступления известных спортсменов республики.

В этот же день на стенде региона разыграют туристические путевки. Из числа посетителей нашего стенда будут выбраны несколько победителей, которые смогут совершить путешествие в Северную Осетию, чтобы прикоснуться к ее уникальной культуре и обычаями, а также познакомиться с природными достопримечательностями.

Напомним: 4 ноября 2023 года в Москве на ВДНХ открылась Международная выставка-форум «Россия». Она будет работать до 12 апреля 2024 года.

Проведение мероприятия инициировано Президентом России Владимиром Путиным и познакомит всех жителей и гостей страны с главными достижениями всех 89 субъектов РФ. Одна из ключевых задач – показать молодежи всю Россию, привить чувство гордости за свою страну, мотивировать подрастающее поколение к новым достижениям.

Среди участников выставки-форума – все субъекты РФ, федеральные органы исполнительной власти, крупнейшие корпорации, общественные организации и зарубежные страны.

КНИЖНЫЕ НОВИНКИ

История родного края

Издательство «ИР» выпустило первую в республике детскую энциклопедию «Мой Иристон» при поддержке Главы РСО-Алания Сергея Меньялло.

Энциклопедия знакомит с историческими событиями родной Осетии, рассказывает о знаменитых земляках и достижениях республики, раскрывает научную, культурную и экономическую области, а также этнографию, археологию и аланскую тематику, начиная с эпохи возрождения в VI-VII веках нашей эры и до распада Государства Алания в XIII-XIV столетиях.

Огромное количество статей посвящено военной тематике, в которых читатели смогут ознакомиться с блистательными именами отважных военачальников, принимавших участие в событиях, начиная от русско- и советско-японских войн и вплоть до Великой Отечественной войны. Особое внимание уделено теме вхождения единой Осетии в состав Российской империи в 1774 году, ведь с этого момента начался новый этап в истории нашего народа. Энциклопедия будет интересна не только школьникам, но всем, кто интересуется историей родного края от Севера до Юга.

Планируется торжественная презентация энциклопедии «Мой Иристон». Часть тиража будет передана в дар библиотекам республики, а приобрести книгу можно в государственной торговой сети «Ног бон».

Пресс-служба Комитета по делам печати и массовых коммуникаций РСО-Алания.

ИРОН НАРТИАДÆЙЫ АЗ

ДЖЕОРГУБАЙЫ БÆРÆГБОНЫ ХОРЗÆХ – ИРЫ САБИТЫ!

«РАХТИ УАСТЫРДЖИ ИРМÆ – ФАРНЫ БÆРÆГБОН ДЗЫ И: УАРЗОН НАРТОН УАСТЫРДЖИМÆ КУВЫНЦЪ НЫР ÆНÆХЪÆН КЪУЫРИ!»

2023-æм аз нæ республикæйы Сæргълæууæг Сергей Меньяллоуы указмæ гæсгæ нымæд у Ирон Нартиадæйы азыл. Нарты кадджыты куыд амынд цæуы, афтæмæй нæртон адæм зæдтæ æмæ дауджытимæ æмвынг уыдысты, кæрæдзимæ куыдты-чындрæхсæвты цыдысты. Нарты Уырызмæг та алы ирон адæймагæн дæр йæ кады æмæ намысы хъуыддæгтæй фæзынæг у! Нарты фæдонтæ – ирон адæм – фыдæлты традицитæ æмæ æгъдауттæ кæддæриддæр цæсты гагуйау хъахъæдтой æмæ сæ кæстæр фæлтæртæм цæстуарзонæй, хъавгæ-рæвдаугæ лæвæрдтой.



Ирон традицион монон-хæрзæгъдаудзинады культурон хæзнатæм хауы Ирыстоны национ бæрæгбон Джеоргуыба. Уый хынцгæйæ, Алагыры районы Пагæты Хъазыбеджы номыл Сывæллæтты сфæлдыстадон центр (йæ директор Хъæрджыны Анжелæ) иудадзыг архайы нæ культурон хæзнаты хъахъæнынад сывæллæттимæ ахадгæ

мадзæлттæй сфидар кæныныл. Джеоргуыбайы мæйы кæрон нæ горæты ахуырдаутæн ахæм мадзал арæст æрцыд 5-æм скъо-



лайы актон залы. Разамынд ын лæвæрдта 5-æм скъолайы ахуыргæнæг Сæбанты Маринæ. Бæрæгбон райдытта Тогызты Хъазыбеджы нæртон куыдæй. Уый бафæдзæхста кæстæрты Лæгты дзуарыл, сæ аудæг, сæ хъахъæнæг, фæндагамонæг сын куыд уа. Уый фæстæ ныхасы бар радтой районы Ныхасы сæрдар Годжыты Хъазыбегæн: «Фæстæг рæстæг нæ бæстæйы Президент Владимир Путин, нæ республикæйы разамынд стыр æргом æздæхтой монон-хæрзæгъдаудзинады хæзнатæ уу фæлтæргæй иннæмæ аккаг хуызы раттыны фарстамæ. Уый фæдыл арæст цæуы нæ конкурс дæр Уастырджыты бæрæгбон фæлгæты, уымæн æмæ Джеоргуыба сси нæ адæмы кадджындæр æмæ фæрнджындæр бæрæгбон...»

Конкурсы уагæвæрдмæ гæсгæ, скъоладзаутæ архайдтой дыууæ номинацийы: «Кувæг лæппутæ омменгæнджытимæ»

æмæ «Ирон бæрæгбæтты национ колорит». Залы уæвæг адæм æнæбафиппайгæ нæ фесты конкурсы архайджыты иттæг хорз цæттæдзинад, бæрæг сыл уыд, бæркадджын Джеоргуыбайы бæрæгбон хорзæхæй хайджын кæй сты, уый.

Мадзалы архайдгæ сабиты арæхстдзинад æмæ зонындзинадтæн аргъ кодтой жюриий



тырджыты Дыгургомы Уазайы цъуппæй фæстæмæ Ирыстонмæ ракасын кодтой.

Арфхъуыдыджын, куырырон рауадысты сæ ракуыдтытæ 4-æм скъолайы 9-æм къласы ахуырдау Годызты Арсен æмæ Црауы скъолайы 11-æм къласы ахуырдау Пухаты Максимæн. Ацы суинаг кæстæрты та бацæттæ кодтой мадæлон æвзагæн иузæрдон лæггадгæнджытæ, ахуыргæнджытæ Бдайциаты Фатимæ æмæ Челдыты Мæдинæ.

Фæззæджы Уастырджимæ зæрдæгæй фæкуыфта скъола-интернаты 8-æм къласы ахуырдау Баситы Арсен дæр йæ омменгæнджытимæ.

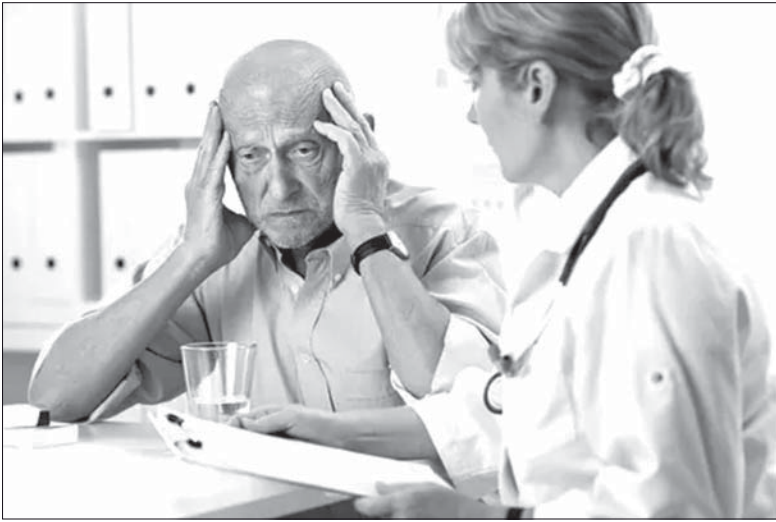
Хорз æмвæзадыл æвæрд уыд сценæйыл сæ архайд 5-æм астæуккаг скъолайы 5«б» къласы омменгæнджытæн сæ кувæг лæппу Кучиты Алыксандримæ, бацæттæ сæ кодта Челдыты Тамарæ. Мидисджын уыд сæ бæрæгбон ракуыд Гæбæраты Олег æмæ йæ омменгæнджытæн – 5-æм скъолайы 5-æм «в» къласы ахуырдаутæн Чертыхоты Лейлæйы разамындæй.

Залы бадæг адæмы зæрдæгæ

балхæдтой сæ архайдæй 5-æм скъолайы 2-æм къласы ахуырдаутæ: кувæг лæппу Реуазты Альберт йæ омменгæнджытимæ (сæ ахуыргæнæг – Сæбанты Маринæ). Иттæг хорз сфидыдта сценæйыл Æртхуроны инсценировка, залы адæмы размæ йæ рахастой 5-æм скъолайы 4 «б» къласы минæвæрттæ – Чиаты Алан æмæ йæ омменгæнджытæ (сæ ахуыргæнæг Æлбегаты Тмарæ). Кæронбæттæн мадзалы архайджытæн раарфæ кодта æхсæнады минæвар, фæллойы ветеран Къаболаты Юрий. «Ироны номæй нæ алчидæр сæрыстыр куыд уа, ирон ныхас уæлæртæм куыд хъуыса, æмæ нæ чысыл Ирыстоны Ныхасы Уастырджыты хорзæх куыд уа!» – загъта Юрий. – Ахæм æвзыгъд кæстæртæ, ирондзинадæн лæггадгæнджытимæ нæ мадæлон æвзаг, нæ традицитæ, нæ гъдæуттæ рохуаты нукуы уыдысты. Джеоргуыбайы хорзæх уæд нæ сабиты! Ирæн фæрнджын лæггадгæнджытæй куыд басуыхой!»

Къадзаты Будзы, Пагæты Хъазыбеджы номыл Сывæллæтты сфæлдыстадон центры педагог-организатор.

ЗДОРОВЬЕ



МАГНИТНЫЕ БУРИ И НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ В ДЕКАБРЕ 2023 ГОДА

Последний месяц уходящего непростого года обещает нам повышенную солнечную активность. Специалисты говорят, что декабрь в этом смысле может стать самым проблемным месяцем года.

На декабрь прогнозируется сразу несколько периодов повышенной геомагнитной активности, и на эти дни следует обратить особое внимание.

5–7 декабря. В эти несколько дней мы увидим финал целой череды магнитных бурь, которые превратили конец ноября в настоящее испытание для метеозависимых людей. Серия вспышек на Солнце началась 20 ноября, и все это время до 5 декабря они продолжались, посылая на Землю мощные волны излучений. Особенно важно следить за самочувствием с вечера 4 декабря и в течение всего дня 5 декабря, потому что именно на этот день придется самый максимум солнечной активности – люди с сердечно-сосудистыми заболеваниями и избыточным весом особенно сильно почувствуют геомагнитные перепады. Отголоски этих геомагнитных колебаний мы будем ощущать вплоть до вечера 7 декабря.

11–13 декабря прогнозируется еще одна серия геомагнитных возмущений, но она будет послабее, так что большинство людей могут даже не ощутить каких-либо изменений в самочувствии. Такой же период сравнительно слабых солнечных вспышек начнется вечером 18 декабря и продлится до вечера 24 декабря – солнечный шторм силой в 3 балла доставит дискомфорт людям с крайне слабым здоровьем, сниженным иммунитетом, истощенным после химиотерапии и иного агрессивного лечения.

30–31 декабря – в этот период прогнозируется еще одна малая геомагнитная буря. Она начнется вечером 30 декабря и продлится целый день 31 декабря. Последствия этой солнечной магнитной бури мы возьмем с собой в Новый год. Она будет довольно слабая, всего 3 балла, но люди с проблемами с сердцем и давлением могут ощутить на себе ее последствия.

КАК ВЛИЯЕТ НА ЛЮДЕЙ ПОВЫШЕННАЯ СОЛНЕЧНАЯ АКТИВНОСТЬ?

Во-первых, она может вызы-

вать нарушения сна. Чаще всего у людей начинается бессонница, качество сна резко ухудшается, в результате чего человек не высыпается и просыпается уже уставшим.

Во-вторых, геомагнитные штормы оказывают сильное влияние на эмоциональное состояние человека: люди становятся беспокойными, раздражительными, склонными впасть в депрессию.

В-третьих, наиболее частое проявление метеозависимости в период магнитных бурь – это головные боли, мигрени, а также ухудшение общего физического состояния.

Именно поэтому лучше в периоды наиболее высокой геомагнитной активности заняться медитацией или просто дать себе возможность полноценно отдохнуть.

Сильных физических нагрузок в этот период лучше избегать, но легкая гимнастика поможет снять напряжение. Можно отправиться на прогулку, сходить в бассейн.

Для того, чтобы не подвергать себя лишнему стрессу, лучше в этот период минимизировать стрессовые ситуации, сторониться конфликтных людей и напряженных разговоров.

ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ В ПЕРИОД ГЕОМАГНИТНЫХ ВСПЫШЕК НА СОЛНЦЕ:

- нельзя участвовать в конфликтах, повышать голос, выходить из себя и сильно нервничать или злиться,
- нельзя торчать в интернете и социальных сетях слишком много, лучше вообще ограничить поток информации на этот период, ведь она может спровоцировать стрессовые ситуации, а они во время магнитных бурь – еще один опасный фактор,
- нельзя выполнять тяжелую физическую работу, заниматься спортом на высоких нагрузках,
- нельзя отказываться от отдыха в пользу работы,
- нельзя оставаться наедине со своими проблемами и переживаниями, особенно если они связаны с недомоганием, плохим самочувствием: не стесняйтесь обращаться за помощью, если чувствуете себя плохо.

ПОЗДРАВЛЕНИЯ. ОБЪЯВЛЕНИЯ. РЕКЛАМА

ЭлиКам
ОКНА и ДВЕРИ из ПВХ
РАССРОЧКА на 5 месяцев
ГАРАНТИЯ. КАЧЕСТВО
КРЕДИТ – ОТП-банк
☎ 8-928-070-94-77.

на 2-е окно
сетка
в подарок

ФИРМА “Казбек”
ОКНА и ДВЕРИ.
СЕТКА В ПОДАРОК.
РАССРОЧКА. ГАРАНТИЯ. РЕМОНТ.
☎ 8-960-400-28-11.

ФИРМА “Домбай”
ОКНА и ДВЕРИ из ПВХ.
ПОДОКОННИКИ, ОТЛИВЫ, СЕТКИ.
РЕМОНТ.
☎ 8-961-823-12-31, 8-918-707-62-22.

ГРУЗОТАКСИ
по району и республике.
☎ 8-918-703-44-04.

ТРЕБУЮТСЯ РАБОЧИЕ
в теплицу (4 женщины).
☎ 8-960-402-85-02.

СООБЩЕНИЕ
Администрация местного самоуправления Алагирского муниципального района информирует:
п. 3 информационного сообщения, опубликованного в районной газете «Заря» от 28 ноября 2023 г. № 133, о предоставлении земельного участка, предназначенного для передачи в аренду физическим лицам, (для обслуживания жилой застройки, площадью 209 кв. м, в кадастровом квартале 15:07:0140110:413, по адресу: РСО-Алания, Алагирский район, п. Верхний Фиагон), **СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ.**

КУПЛЮ:
ГРЕЦКИЙ ОРЕХ: очищенный – 350 руб., 400 руб., 500 руб;
неочищенный – 80-90 руб/кг.
☎ 8-918-828-92-42.

БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ
ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТОВ КРУГЛОСУТОЧНО.
КАТАФАЛК, ОРКЕСТР, ДУДУК, ДОСТАВКА
РИТУАЛЬНЫХ ПРИНАДЛЕЖНОСТЕЙ.
☎ 8-928-068-66-91, 8-918-822-06-53.

БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ
КРУГЛОСУТОЧНО.
Гробы, накидки, венки.
Оркестр, дудук.
☎ 8-928-065-20-00, Алла.

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ
БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ,
МОЖНО УКОЛОМ – 6 тыс. руб.
КРУГЛОСУТОЧНО.
☎ 8-928-068-20-71,
8-918-823-48-91, Рита.

БАЛЬЗАМИРОВАНИЕ КРУГЛОСУТОЧНО.
ВОЗМОЖНО УКОЛОМ. ОДЕЖДА, КАТАФАЛК, ОРКЕСТР,
ДУДУК. КИРПИЧ, ПЛИТЫ. ГРОБЫ, НАКИДКИ, ВЕНКИ.
ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО. ПЕРЕВОЗКА ТЕЛА УМЕРШЕГО.
Возможна оплата после похорон. Обр-ся: г. Алагир,
ул. Ч. Басиевой, магазин «Стекляшка». ☎ 8-928-933-42-32.

ПРОДАЮТСЯ:
1-комнатная КВАРТИРА на 2 этаже (евроремонт, частично с мебелью). Цена договорная.
☎ 8-918-708-92-25.

ДОСКА ОБРЕЗНАЯ.
Цены ниже рыночных.
☎ 8-918-705-19-39,
8-919-423-25-45, Артур.

ЦЕМЕНТ – 8 мешков, БЛОКИ
– 45 шт., КИРПИЧ – 4 поддона.
☎ 8-919-420-20-49.

ОТРУБИ, от 200 мешков – 200 руб.; **САХАР**; **МУКА**: Аланская, «Агат», «Зеленокумск» – 1250 руб.; **КУКУРУЗА**, **ЛӘХУРД**, **ЯЧМЕНЬ**, **КОМБИКОРМ** (ПТ, КРС), **СТАРТ**, **РОСТ**, **ФИНИШ**, **НЕСУШКА**, жом, жмых, ячмень молотый; **КРУПЫ** по 5 кг, **СОЛЬ**; **ТУАЛЕТНАЯ БУМАГА**, **САЛФЕТКИ**; **ТОПЛЁНОЕ МАСЛО**, **СГУЩЁНКА**, **МАСЛО подсолнечное**.
Доставка. Работаем с 7 до 23 ч, без выходных.

Наш адрес: угол ул. А. Агузарова и Ленина, магазин “Хойраг”.
☎ 8-918-838-61-13,
8-928-687-56-13, Марат.

КОРОВЫ дойные, **ТЕЛЯТА**.
☎ 8-928-933-08-10.

СВИНЬЯ на убой (200 кг живого веса). Обр.: ул. Г. Баракова, 76.
☎ 8-928-927-78-50.

УСЛУГИ:
КОПАЮ ОГОРОДЫ японским мини-трактором или мотоблоком. Качество гарантирую.
☎ 8-963-176-73-53, Борис.

УСТАНОВКА АНТЕНН «Триколор ТВ», разводка на 2–4 телевизора. В продаже ресиверы «Триколор» до 5000 руб. (3 года бесплатного просмотра в подарок!). **ЦИФРОВЫЕ ПРИСТАВКИ** на 20 каналов, **ТЕЛЕВИЗОРЫ** – от 10000 руб. **РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ**. ☎ 8-918-723-82-51, 8-962-747-63-11.

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН НА ДОМУ.
☎ 8-909-474-29-99,
8-989-743-06-09.

РЕМОНТ и НАСТРОЙКА газовых ПЛИТ под выпечку осетинских пирогов. Быстро и качественно. Гарантия. Возможен выезд в села. **ПРОДАЮ: НОВЫЕ** газовые ПЛИТЫ отличного качества; **СТЕКЛО и ЗАПЧАСТИ** на плиты “Гефест”. **ПРОКАТ АВТОХОЛОДИЛЬНИКА.**
☎ 8-960-402-21-10,
8-918-828-12-05, Зураб.

НАКРЫВАЕМ КРЫШИ. КЛАДКА БЛОКАМИ. БЕТОННЫЕ РАБОТЫ. ПОДШИВКА, утепление и УСТАНОВКА ПОТОЛКОВ. **РЕМОНТ и УСТАНОВКА ВЫТЯЖНЫХ ТРУБ** от колонок и котлов. **СНИМАЕМ СТАРЫЙ АСФАЛЬТ**, погрузка и вывоз.
☎ 8-928-072-45-20.

ТРЕБУЮТСЯ:
РАБОТНИКИ (2 человека, желательна семья). Предоставляется жилье со всеми удобствами. Оплата по результатам собеседования. ☎ 8-928-484-16-07.

ночная СИДЕЛКА для пожилой женщины. ☎ 8-919-429-66-34.

Использование материалов и клише допускается только с письменного разрешения редакции. При перепечатке ссылка на «Зарю» обязательна. Редакция не вступает в переписку с авторами. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за содержание и достоверность сведений в газетных материалах и рекламных объявлениях несут авторы. Газета набрана и сверстана в компьютерном цехе редакции, вёрстка – Валерий Козырев, Фатима Мамиева. Корректор – Элина Лянова.

УЧРЕДИТЕЛЬ: АМСУ Алагирского района РСО-Алания (363240 РСО - Алания, г. Алагир, ул. Кодоева, 45).

Главный редактор
Д.Е. СУАНОВА

Газета зарегистрирована 15 ноября 2012 года Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по РСО-Алания, регистрационный номер ПИ № ТУ 15-00080.

Телефоны редакции:
главный редактор – 3-29-72
главный бухгалтер – 3-14-64.

Выпуск осуществлён при финансовой поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций РФ

Отпечатано в АО «Осетия-Полиграфсервис»: г. Владикавказ, пр. Коста, 11.

Подписано в печать в 16-40 (по графику — 17-00).
Индекс – П6179. Печать офсетная. Объем – 1 п. л. Тираж – 2540 экз.
Заказ № 1389

Газета выходит во вторник, четверг, субботу на русском и осетинском языках. Цена свободная.
Адрес редакции и издателя: 363240, РСО-А, г. Алагир, ул. Сталина, 72.
E-mail: gazeta zaria@mail.ru
сайт: zarya15.ru