



30.11. Сб. +13/+4



29.11. Пт. +14/+7



28.11. Чт. +11/+2

По данным GISMETEО.RU

ПОГОДА

**РЕГИОНАЛЬНЫЕ КАНАЛЫ - НА ОТР**

Для перенастройки оборудования одним из пожилым людям привлечены волонтеры, которые уже оказывали им помощь при переходе на цифровое эфирное вещание. Также с 19 ноября и по 5 декабря 2019 года работает телефон "Горячей линии": 8-908-672-23-60.

**Цифровое телевидение**

Начиная с 29 ноября региональные врезки с блоками новостей будут транслироваться на телеканале ОТР (это 9 кнопка в первом мультиплексе цифрового эфирного телевидения) утром - с 6.00 до 9.00 часов и вечером - с 17.00 до 19.00 часов.

В соответствии с графиком в ночь с 18 на 19 ноября филиалом РТРС "Радиотелевизионный передающий центр Республики Адыгея были выполнены технические работы, которые могли вызвать сброс строк на некоторых моделях телевизионных приемников и цифровых приставок стандарта DVB-T2.

С января 1935 года - «Колхозный путь», с апреля 1938 года - «Колхозная жизнь», с ноября 1966 года - «Заря» и т.д.

**Подписка - 2020**

Уважаемые друзья! Продолжается подписка на районную газету "Заря" на I-е полугодие 2020 года.

Напоминаем: стоимость полугодовой подписки на "Зарю" в почтовых отделениях составляет 372,48 руб., альтернативная подписка (самим забирать газету) - 150 руб.

Также в нашей редакции можно подписаться и на республиканскую газету "Адыгея" по льготной цене - 50 руб.

**Фото автора.**



Газета награждена Почетной грамотой Государственного Совета - Хасэ Республики Адыгея

# ЗАРЯ

Общественно-политическая газета Шовгенского района Республики Адыгея

Среды,  
27 ноября  
2019 года  
№ 92  
(8489)

Издается с января 1935 года

Сайт газеты: [zarya01.rf](http://zarya01.rf)  
© gazeta\_zarya01

обратител нас, помогаю

вскрытия унаковки; 6) наименование и

предусмотренная и несенная в виде напш-

точки, наличие условий для соблюдения правил

в Шовгенском районе.

## ВЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ.

Желаая сохранить свое здоровье и даже предотвратить его, каждый должен соблюдать следующие условия:

\* Раньше ложиться и раньше вставать.

## Акция по борьбе с ВИЧ-инфекцией 1 декабря - Всемирный День борьбы со СПИДом

С момента открытия вируса иммунодефицита человека (ВИЧ) в июне 1981 года прошло 38 лет. Эпидемия ВИЧ-инфекции в мире остается одним из наиболее серьезных вызовов

шестого года составил 674 тыс. В период проведения акции по борьбе с ВИЧ-инфекцией "Стоп ВИЧ/СПИД" особое внимание будет направлено на предоставление бесплатного анонимного те-

сти, наличие условий для соблюдения правил

в Шовгенском районе.

Полночная болезнь называется вследствие общего ослабления организма. Наиболее тяжело внебольничные пневмонии протекают у лиц пожилого возраста и у лиц с наличием сопутствующих заболеваний (онкологических и гематологических заболеваний, сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, заболевания почек и печени, вирусные ин-

здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе.

Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рацион должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты).

Следует соблюдать