

СОВЕТСКОЕ АНГАРЬЕ

1995
25 ИЮЛЯ
ВТОРНИК
89 (7849)

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ
ГАЗЕТА
КЕЖЕМСКОГО
РАЙОНА
ИЗДАЕТСЯ
С МАЯ 1936 г.

Новости

ВОДКА С КАВКАЗСКИМ АКЦЕНТОМ

Прошлаю пятницу сотрудниками районного отдела внутренних дел были задержаны на предмет досмотра два КамАЗа, груженных водкой. Как выяснилось в процессе проверки, водка в наш северный городок пожаловала аж с Северного Кавказа, а точнее — с Ингушетии.

Сотрудников милиции заинтересовал не сам факт появления у нас граждан российской Ингушетии, а то, что, проследовав по дорогам половину России, алкогольный товар никак не нашел спроса. Вряд ли так далеко навывоз держатели водки, чтобы пуститься в дальний путь только потому, что водка ими закуплена по очень сходной цене. Недаром же народная мудрость гласит: «за морем телушка — полушка, да перевоз — рубль».

Траты на горючее, питание, другие расходы, а то и побоиры навязчивого ржета на отнюдь неспокойных дорогах вряд ли подкупили предпринимателей из Ингушетии взять и поехать к нам с «огненной водой». Потому-то до выяснения качества товара торговля связным кушаном пока что запрещена: поверь, но проверь, как говорится.

А о том, что нам привозят, что мы покупаем и пьем (из виноводочных) будет рассказано в ближайшем номере газеты.

НАШИ ДЕТИ ОТДЫХАЮТ

Летний оздоровительный лагерь для детей в Сыромотово закончил в прошлую субботу второй свой сезон. В этом заезде прекрасно отдохнули и набрались сил 165 девочек и мальчишек. В первый их был лагерь 125. А в воскресенье, 23 июля, в третьем потоке заехали еще 165 детей района и города.

В наше нелегкое время очень трудно организовать отдых детей. Но это все же удалось районной администрации, профсоюзному комитету гидростроителей и руководителям всех служб стройки.

В лагере превосходная обстановка, отдыхает, вкусное и сытное меню, интересней и насыщенней распорядок каждого из 14 дней пребывания. А что касается платы за путешествие, то, при стоимости ее 1,5 миллиона рублей, рабочие стройки платят всего 100 тысяч. Остальное компенсирует предприятие и социальное страхование. Аналогично распределяются затраты и на детей, родители которых не являются строителями ГЭС.

Да и не все ли равно детям, где, кто и сколько платят за их отдых? Главное, что он в этом году состоялся.

◆ ДОСКА ПОЧЕТА «СП»



Пять лет работает в ПТЭСК Константин Иванович ГАЛКИН. Так случилось, что на участке водокачала он остался единственным сварщиком. Прекрасно понимая, как много зависит от его работы, он честно и добросовестно выполняет свои обязанности.

Фото С. КАЙГОРОВОДА.

◆ НАМ ОТВЕЧАЮТ

Автобус стал вместительнее

В № 79 от 1 июля в «СП» была опубликована редакционная заметка под заголовком «В аэропорт на попутке», в которой рассказывалось о сложности высадки пассажиров на автобусном маршруте «Кодикс — Аэропорт». Из-за многочисленных дачников, земельные участки которых размещены как раз по пути следования, авиапассажиры практически не оставались места в рейсовом автобусе.

Как сообщил нам директор муниципального предприятия

«Сатурн» Л. И. Подкуйко, в ведении которого находятся все маршруты муниципального пассажирского транспорта, поднятый вопрос в газете имел место. В настоящее время рейсы по маршруту «Кодикс — Аэропорт» выполняет более вместительная машина.

Леонид Иванович заверил также, что и в дальнейшем руководство МП «Сатурн» будет изыскивать резервы для создания максимума удобства на этом сложном маршруте.

„ЖИЛИЩЕ — 95“

20 сентября в Братске откроется очередная международная ярмарка. Она будет посвящена тематике «Жилище», — сообщает газета «Огни Ангары».

На выставке традиционно будут представлены проекты домов и объектов сокультабита, технологии, материалы, оборудование, предметы, обеспечивающие комфортность жилья. Организаторы выставки надеются, что в Братск приедут с интересными предложениями представители отечественных и зарубежных фирм и предприятий, проектных институтов, специалисты в области дизайна.

Для привлечения участников уже сейчас делается все возможное. В программе предусмотрены презентации, деловые встречи, переговоры, консультации.

ГОРОД И МЫ

ПОМНИ О БЛИЖНЕМ!

«Мой дом — моя крепость», подумала я в понедельник, получив на руки заветные ключики от новой квартиры. С содержанием вспоминаю ужасы коммуналки, я предвкушала свое полное право на всю двухкомнатную квартиру с отдельной ванной, отдельным санузлом и собственной кухонькой.

Весь вторник ушел на осознание своего жилищного счастья. И на доделывание всех недоделок, оставшихся от строителей.

В среду меня затопили верхние соседи. Немного мне пришлось радоваться гладким обоям и белоснежному потолку...»

Этот монолог надуман. Но подобное случается сплошь и рядом. В основном, в ЖЭУ поступает жалоба именно в связи с затоплением квартир соседями. Что предпринимается в подобных случаях?

Пострадавший жилец пишет в ЖЭУ заявление. Мастер участка после осмотра затопленной квартиры составляет дефектную ведомость, в которой указаны объемы работ и материалы, необходимые для восстановительного ремонта. Все это предьявляется винов-

нику «потопа», который соглашается сам произвести ремонт, или платит за нанесенный ущерб. Если же по-хорошему эта проблема не решается, то пострадавший жилец подает в суд на своего недальновидного соседа. Такое, правда, случается крайне редко.

Особенно учащаются затопления квартир в летний период, когда жильцы уезжают в отпуска. В отсутствие хозяев в квартире может и трубу прорвать, и вода потечет из крана, который забыли закрыть во время отключения водопровода. Чтобы работники ЖЭУ как можно оперативнее устранили аварию, жильцы должны оставаться на время своего отсутствия ключи или соседям, или в ЖЭУ. Но люди боятся доверять свое имущество посторонним и поэтому

терпят не меньшие убытки от воды.

Другой острейшей в последнее время проблемой является содержание домашних собак. Площадок для выгула животных у нас нет, поэтому весь город пренапрягает в одну большую собачью площадку. Мал того, что «друзья наши меньшие» бегают по газонам, они еще и подьезды засоряют по собачьей необходимости. В этом, конечно, виноваты не они, а их хозяева, взявшие собачку для развлечения и не предполагающие, что ее нужно выводить на улицу несколько раз в течение дня. По словам главного инженера Л. Д. Ломчиной и мастера А. А. Ардашировой, руководство ЖЭУ обращало в администрацию с просьбой решить вопрос организованного выгула

собак, но там ссылаются на клуб собаководов, который и должен этим заниматься. Заместитель главы администрации по городу И. В. Солдатов утверждает, что в Кодиксе предусматривается целых три таких площадки и он не против них, но об этом опять же должен ходатайствовать клуб собаководов.

Так, показывая друг на друга, все отказываются от своей причастности к существующей проблеме.

Итак, ваш дом — ваша крепость, но под любую крепость можно сделать подкоп. Как не старайся, но в своем только доме трудно сохранить порядок и покой, закрывая глаза на окружающий беспорядок. Существуют правила сосуществования жильцов, который обязан соблюдать каждый. И как порой тяжело оставаться спокойным и невозмутимым, когда твои соседи о тебе не помнят!

В. ВИНОГРАДОВА.

♦ ПОДРОБНОСТИ

СОЦИАЛЬНОЕ СТРАХОВАНИЕ — ВАША ЗАЩИТА

Кто, кто, а бухгалтер многих организаций уже знают о существовании новой системы — социального страхования, потому что им приходится вплотную работать с ней. Знают и те, кто отправил своих детей в Ангару, ездит сам уже в наряде либо санаторий или собираются. Но, конечно, полной информированности еще нет. Восполнит пробел, хоть в какой-то мере, надеется, интервью нашего корреспондента И. БРАЛКОВОЙ с уполномоченным Красноярского регионального отделения социального страхования Генрихом Дмитриевичем РАДАЕВЫМ, в котором он рассказал о создании системы социального страхования, ее назначении и первых шагах.

— Социальное страхование занимается сейчас тем, чем раньше частично занимались профсоюзы. С возникновением новых отраслей профсоюзы где-то развалились, где-то стали плохо работать, а где-то не создавались совсем и в этих условиях возникла необходимость упорядочения системы соц. защиты. Так родилась структура по социальному страхованию: Российский фонд социального страхования, затем по регионам, у нас — Красноярское региональное отделение РФ социального страхования и на местах — или отделения, или, как я, уполномоченные, в зависимости от количества страхователей. У нас открыто представительство в октябре 1994 года, в штате всего два человека: кроме меня, еще бухгалтер Валентина Сергеевна Богданова.

Итак, отраслевые профсоюзные объединения — энергетиков, строителей, просвещения, культуры и т. д. передали своим функциям нашему фонду. А вместе с ними и средства. Раньше средства социального страхования шли на счета профсоюзов, теперь — 5,4% от фонда зарплат — это средства соц. страхования. Сумма распределяется следующим образом: 55,5% — остаются на месте в коллективе и идет на оплату больничных, декретных отпусков и по уходу за ребенком, за увечья, на погребения, отды детей и пр.; 44,5% — перечисляется на счет фонда соц. страхования, причем, мы здесь не пользуемся ими, они идут в Красноярск. Эти 44,5 также делится в свою очередь на 24,5% — резерва и 18% — накопление на отды, оздоровление — курорты, санатории.

Коллектив должен знать и помнить, что средства на отды ограничены: этим 18%. В среднем получается, что каждый может воспользоваться ими раз в три года. Коллектив имеет возможность оплатить из средств соц. страхования от 90 до 70% (решает сами) стоимости путевки. Остальная оплата вносится получившим путевку в бухгалтерию коллектива на счет соц. страхования. Так мы должны работать, так, во всяком случае, стараюсь.

Конечно, бывает, что у коллектива не хватает средств на их нужды, а возник какой-то экстренный случай. Тогда надо написать нам заявление, мы проверим ситуацию и можем вернуть необходимые деньги из перечисленного резерва.

В каждом коллективе должна быть комиссия по расходованию средств соцстрахования или, если это небольшое предприятие, один человек, он же и заверяет больничные листы. Подчеркиваю: не профсоюз это делает, как раньше, а этот представитель. В комиссию могут входить члены профкома, но мы работаем не с профсоюзом, у которого теперь главная функция — защитная. Он может проверять своевременность перечислений, справедливость распределения путевок в коллектив и т. д.

В июле до декабря т. г. в коллективах должны быть со-

браны заявки на путевки, составлена очередность, исходя из своих средств и такой список должен быть передан нам.

В этом же году мы работаем почти на подкате. Сезон в разгаре. На ходу принимаем заявки. Несмотря на понимание для начала несравнотности, малоинформированности, неориентированности коллективов, мы уже позволили нормально отдохнуть 1000 наших жителей, среди них немало детей. Первая поездка была в Ангару в санаторий «Маяк» и дотяг в январе т. г. группы из 40 человек. Причем, бесплатной была не только путевка, но и дорога от Красноярска. Далее порядок несколько изменился: нам далеко уже места (а не возможность набора целой группы) и с платной дорогой, таким образом мы отправили в мае и июне — по 16 человек, на август поедут 23 и на сентябрь планируем отправить пока 10.

В июле отправлена группа из 30 человек (в том числе и дети) в санаторий-профилакторий «Сосновая роща». 50 детей из нашего района отдыхают в лагере «Радуга» (под Красноярском), оплата только обратную дорогу. А десятку человек поехали бесплатно — кандидатуры представлялись отделом соцзащиты из малоимущих, многодетных, неработающих. Обращались мы и в сууси к Н. П. Зинделовой с просьбой найти таких людей. А также — в больницы, школы. Что и было сделано. Это для поездок и в «Радугу», и в Ангару. Сейчас уже знают о нас и приходят сами.

Если говорить о детских путевках, нельзя не упомянуть наш лагерь «Юнек» (у д. Сыромолотово), четвертую часть стоимости всех путевок в который мы также платили — а всего путевок 680 — на четыре сезона.

Из взрослых путевок были и планируются — в Загорье, Белокурихе, на Шира, Учуи... На сентябрь еще не сформирован заказ и желающие могут поехать на отды. Только не забудьте узнать в коллективе перечислены ли требуемые средства.

Я уже выступал в газете и хочу еще подчеркнуть, что этот налог — по благо. Не выливание его платит, а предприятие. Каждое предприятие должно формировать средства по соц. страхованию и правильно расходовать, таким образом будут защищены работающее население и их дети.

В отличие от остальных этот налог оборачивается сразу. Многие это понимают — процентов 70 предприятий добровольно платят, но есть еще 30.

Хотелось бы, чтобы коллективы осмыслили новую ситуацию, соорганизовались, своевременно перечисляли средства, подавали заявки, чтобы оздоровление в следующем году прошло более организованно и охватило большее количество людей.

Для тех, кто еще не знает, сообщаем наш новый адрес: г. Козинск, ул. Колесниченко, д. 4, кв. 109 (в подъезде магазина «Стрелы», тел. 2-22-54.

Постановление администрации Кежемского района № 349 от 14.07.95 г.

На основании Закона РФ «О плате за землю» и изменений и дополнениях от 13.08.94 г., Закона РФ «О Федеральном бюджете на 1995 г.», постановления Правительства РФ от 7.06.95 г. № 562 «Об индексации ставок земельного налога в 1995 г.», Закона края от 6.10.94 г. № 3-49 П «О плате за землю сельскохозяйственного назначения в Красноярском крае» с изменениями и дополнениями от 20.06.95 г. № 6-130 ПОСТАНОВЛЯЮ:

1. Установить ставки земельного налога в 1995 г. за земли, переданные в собственность,

О земельном налоге и арендной плате за землю в 1995 г.

владение, постоянное пользование в размере согласно приложению.

2. Принять за базовую (минимальную) ставку арендной платы в 1995 г. размер земельного налога, действующего на момент заключения договора аренды земли, с применением коэффициентов, установленных в приложении № 2 поста-

вления администрации района от 19.01.95 г. № 21 «О плате за землю».

3. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на государственную налоговую инспекцию района П. БЕЗМАТЕРНЫХ, зам. главы администрации Кежемского района. (1459)

Приложение к постановлению администрации района от 14.07.95 г.

РАЗМЕРЫ СТАВОК ЗЕМЕЛЬНОГО НАЛОГА НА 1995 г. ПО КЕЖЕМСКОМУ РАЙОНУ

№№ п.п.	Наименование землепользователей, категории земель	Ед. изм.	Ставка зем.налога руб./кв. м га
1.	Сельскохозяйственные предприятия (коллективные, подсобные), крестьянские хозяйства за сельскохозяйственные угодья		
	а) пашня	га	1500
	б) сенокосы	га	477
	в) пастбища	га	716
	г) за земли под постройками, дорогами	га	957
2.	Земли гражданам для ведения личного подсобного хозяйства, садоводства, огородничества, сенокосения, включая земли под строениями, а также служебные наделы в составе лесного фонда	кв. м	1276 0,13
3.	Земли предприятий, организаций, учреждений, а также земли граждан для предпринимательской и индивидуальной трудовой деятельности в черте сельских населенных пунктов.	кв. м	10
4.	То же, в I и III микрорайонах г. Козинска, кроме индивидуальной застройки	кв. м	100
5.	То же, в других микрорайонах г. Козинска, кроме индивидуальной застройки	кв. м	50
6.	То же, в кварталах индивидуальной застройки г. Козинска	кв. м	25
7.	Земли, занятые жилищным фондом (государственным, общественным, муниципальным, кооперативным, индивидуальным), индивидуальными и кооперативными гаражами, огородами и садоводства в черте г. Козинска.	кв. м	20
8.	Земли промышленности, транспорта, связи, энергетики и других предприятий вне населенных пунктов	га	100000
9.	Земли лесных угодий, отведенные под водохранилище Богучанской ГЭС.	кв. м	10
10.	Земли лесного фонда, предоставленные для заготовки древесины.	га	1276

5% от платы за древесину на корню
К. ГАФНЕР, председатель райкомзема.

♦ В ГЛУБИНКЕ



Поселок Ленинский (бывший Чапаевск) расположен на р. Чабодец примерно в 40 километрах выше с. Зыльдево. Бельгия новых времен его практически не затронула, даже названия не стали менять в соответствии с новой модой и живут там по старинке: практически натуральным хозяйством. Иногда приходит маши-

на с продуктами, но чаще ездят за ними сами. Старенькая дизельная станция выдает электричество по 3-4 часа в сутки, а остальное время — как в прошлые века. Правда, появляются времена, там энергичные люди с «стремительными» планами: то базу отдых построят, то мощный агрокомплекс создадут, но

планы тают и эти энергичные люди исчезают в неизвестном направлении, а те несколько семей, что живут в п. Ленинском, продолжают свое бытие на уровне девятнадцатого века.

С. КАЙГОРДОВ.
На фото: п. Ленинский.

НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКАМ НА ЗАМЕТКУ

ПОЛУЧИТЕ СВОЙ ДЕСЯТИЗНАЧНЫЙ НОМЕР

23 мая 1994 г. принят Указ Президента РФ № 1006 «Об осуществлении комплексных мероприятий по своевременному и полному внесению в бюджет налоговых и иных обязательных платежей»...

инонно-правовой формы, обязан указывать свой идентификационный номер налогоплательщика в реквизите расчетно-платежного документа...

менталх, не освобождает его от ответственности за несвоевременно уплату соответствующих налогов. Ответственность за правильное заполнения реквизитов расчетно-платежных документов возлагается на должностное лицо организации...

ставленных в налоговый орган в реквизите отведенном для его наименования. Начиная с 1 января 1996 г., идентификационный номер налогоплательщика указывается при оформлении любых расчетно-платежных документов по строкам, как администры, так и «плательщик».

ки на налоговый учет и включены в Государственный реестр. Идентификационный номер должен состоять из 10 знаков. Все предприятия-налогоплательщики, независимо от организационно-правовой формы, в срок до 1 августа обязаны получить 10-значный идентификационный номер в Госналогинспекции.

Н. КЛЕТСКОВА, юриконсульт Госналогинспекции по Кежемскому району.

Деревенька моя... горобская

Деревня, деревенька... деревушка... Шекочут ухо ласковые слова. Мерещится жизне-растная пасторальная картинка: деревянные игрушечные домики пригнулись на зеленом холме у реки, ветер шелестит листьями на березах, суеверные куры поковыряют невидимый человеческому взгляду корм...



цем на голове после душа. По вечерам к старушкам подсаживается подвыпивший гармонист, теща всю округу изводит наигрышами. Порой какая-нибудь из женщин запевает...

Какой еще из домов в городе так весело живет, в каком...

ком знают друг друга от мала до велика?.. Не может город вытеснить из былин сельчан ту близость и сопереживание, которые так несомненно горюжанам.

В. ВИНОГРАДОВА, Фото С. КАЙГОВОДА.

Откуда взялись имена Ирина, Катерина? Ведь в святцах таких нет...

Действительно, этим именам в святцах соответствует церковные греческие имена Ирина («мир») и Екатерина («всегда чистая»). В канонизированных церквях, официальных женских именах, несмотря на полный запрет нецерковных, происходили замены неприличных для русского языка звуков и их сочетаний на привычные. Это отражено в ревизских сказках XVIII века, куда занесены «Юрина», «Арина» вместо «Ирина», вместо «Феврония» — «Хавронья», «Дукерья» вместо «Гликерия», «Аксинья» вместо «Ксения» и т. д. Несмотря на борьбу властей с «народными» именами, они выжили: Авдотья, Алена, Кристина, Мавзыля, Матрена, Настасья, Ненна, Прасковья, Ульяна... Встречаются они довольно редко и чаще в устной речи, чем в документах.

Как избавиться от неприятного запаха изо рта?

Запах может возникнуть от множества причин, главные из которых — кариес (поражение твердых тканей зуба), пародонтит (воспалительные изменения тканей, окружающих зуб) и заболевания желудочно-кишечного тракта. Поэтому обязательно надо пойти к врачу. Важно и применять жесткую чистку зубов со всех сторон в течение не менее трех минут. Можно использовать зубные эликсиры, жевательную резинку, но все это — средства, не дающие длительного эффекта. Так что врач тут незаменим. Советуем жевать коренью: она прекрасно отбивает неприятный запах.

Я живу и работаю в Кежемском районе. Имею ли я право использовать отгулы за проезд к месту отдыха на втором году работы или должна полностью отработать два года? Приказом Министерства тру-

ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

да РСФСР от 11 июля 1991 года № 77 в Инструкцию о порядке предоставления социальных гарантий и компенсаций лицам, работающим в районах Крайнего Севера, внесено изменение.

Согласно новой редакции п. 40 данной Инструкции льготы по оплате стоимости проезда к месту использования отпуска и обратно предоставляются начиная со второго года работы (т. е. по истечении 12 месяцев непрерывной работы). В дальнейшем работнике приобретает право на льготы начиная с четвертого, шестого и т. д. года работы независимо от времени фактического использования отпуска.

Умер муж. Могу ли я получить его пенсию, которую он не успел получить?

В соответствии со статьей 125 Закона Российской Федерации № 340-1 от 20.11.90 г. «О государственных пенсиях в РСФСР» суммы пенсии, причитающиеся пенсионеру и недополученные в связи с его смертью, выплачиваются его наследникам на общих основаниях. Членам семьи умершего, производящим похороны (при условии совместного проживания), эти суммы выплачиваются до принятия наследства, при отдельном проживании — через 6 месяцев.

Необходимы документы: 1. Заявление. 2. Копия свидетельства о смерти. 3. Документы, подтверждающие родственные отношения.

ПОД УГЛОМ 40° Умные люди о водке и пьянстве

Сколько чудесных начинаний и сколько выдающихся людей нелепо под тяжестью дурных привычек.

К. Ушинский.

Среди других грехов пьянство кажется мне пороком особенно грубым и позорным.

М. Монтень.

Никакие беды и несчастья не уничтожают столько народа и народного богатства, сколько пьянство.

Алкоголизм — это порождение варварства — мертвой хваткой держит человечество со времен седой и дикой старины и собирает с него ужасную дань, пожирая молодость, надвывая силы, подавляя энергию, губя лучший цвет рода человеческого.

Сан-Сальвадор: провинциальщик возят по улицам городов в сопровождении взвода солдат для всеобщего обречения.

Малайзия: нетрезвые шоферы караются тюремным заключением, если водить желан, то приговор автоматически распространяется и на его супругу.

По сообщению Красноярского краевого комитета государственной статистики, в июне 1995 года в городах и районах Крайнего Севера и местях, приравненных к ним, продолжался рост цен на основные продукты питания.

Так, картофель подорожал на 15%, хлеб 1 сорта — на 11 проц., колбаса вареная — на 6%. В регионе виден большой разрыв в ценах.

В Туруханске килограмм хлеба стоит 3.174 руб., в Дудинке, Туре и Байките — 1.200 руб. Килограмм твердого сыра в Туре продается за 3.250 руб., а в том же Туруханске его можно купить в 2 раза дешевле. Свежая капуста, подорожавшая в среднем на 21%, в Норильске стоит 11 тысяч за кило, в Лесосибирске — 5.250 рублей.

СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ

В Кежме что-то не было видно в продаже воздушных шаров. А в аптеке есть, но по другим названиям. Чаше доводят на слуху. И вот знакомый говорит: «Возьми на слуху презервативы». Та глаза выпучила, мол, мне не надо. А рядом дочка стоит восьмью лет: «Мама, возьми, мне очень надо».

На Севере все дорожает

разрыв в ценах. В Туруханске килограмм хлеба стоит 3.174 руб., в Дудинке, Туре и Байките — 1.200 руб. Килограмм твердого сыра в Туре продается за 3.250 руб., а в том же Туруханске его можно купить в 2 раза дешевле. Свежая капуста, подорожавшая в среднем на 21%, в Норильске стоит 11 тысяч за кило, в Лесосибирске — 5.250 рублей.

Добавим, что по краю средние цены на картофель в 2 раза ниже, чем на Севере. А сливочное и растительное масло, яйцо, сахар, яблоки, колбасы всех видов дороже на Севере на 30—40%.

Мать удивилась, она же не знала, что их можно надуть, как шары.

Пришли домой, а к Свете, дочери, пришел в гости Денис — младший Светы. Они их надуали, пока все не поползало. Вот мать Светланы и говорит: «Ой, Света, надо убирать, а то отец что скажет, когда придет с работы? А дочка ей в ответ: «А я скажу, что ко мне Денис в гости приехал».

Т. ВЛАДИМИРОВА, п. Приангарский.

Как наказывают пьяного водителя

Швейцария: тюремным заключением сроком до трех недель.

Турция: пьяного водителя вывозят на машине до 20 миль от города, назад возвращаются на пешком в сопровождении конвой.

Австрия: нарушители караются тюремным заключением, а имена их публикуются в местных газетах под рубрикой «В тюрьме за пьянство».

ДЕТСКИЕ ЗАБАВЫ

Мать удивилась, она же не знала, что их можно надуть, как шары. Пришли домой, а к Свете, дочери, пришел в гости Денис — младший Светы. Они их надуали, пока все не поползало. Вот мать Светланы и говорит: «Ой, Света, надо убирать, а то отец что скажет, когда придет с работы? А дочка ей в ответ: «А я скажу, что ко мне Денис в гости приехал».

ВАШЕ ДОБРОЕ УТРО

ИТАК, звенит будильник. Не спешите вставать, поберегите свой организм — ему такая резкая встряска не нужна. Вы все успеваете, и все будет в порядке, если несколько минут посвясите себе, сделаете несколько упражнений. Они совсем не сложные и много времени не потребуют.

Не открывая глаз, поднимите руки и потянитесь ладонями вперед. Потянитесь, замрите несколько секунд в напряжении, расслабьтесь, пауза (руки не опускайте). Так несколько раз. Считается, что это упражнение восстанавливает кровообращение, приводит в норму артериальное давление гипотоников.

Затем сделайте несколько движений, будто умываете руки, разогните кисти, пальцы рук — каждый в отдельности и, обхватив запястье одной рукой другой, сделайте кольцеобразные растяжения — это уже из приемов восточного массажа. Разотрите руки по направлению от пальцев к плечу.

Теперь вытяните ноги и попробуйте потянуться пятками вперед. Замрите на несколько секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3—4 раза. После этого сделайте несколько движений стопами ног на себя — от себя и круговых, 10—15 раз. Хорошо бы и ноги помассировать — от пальцев к коленям.

Еще упражнение для рук и ног. Лежа на спине. Резко, несмотря на то, что вы еще не совсем проснулись, сжимайте пальцы рук и ног, потом полностью расслабляйтесь — 5 раз.

Перенервите на живот. Напрягите тело и приподнимите голову, плечи и ноги так, чтобы осталась лишь точка опоры — живот. Продержитесь в таком положении несколько секунд, затем расслабьте мышцы, опустите плечи, голову, ноги — 3—4 раза.

Обязательно сделайте массаж головы; энергичными движениями пальцев по темени, затылку, шее и за ушами. Разомните ушные раковины. Несколько раз стряхивающими движениями проведите ладонями по лицу.

ВОТ ВЫ и проснулись. Можно вставать. Хорошо бы сделать утреннюю зарядку. 1—2 поглаживания, наклона, приседания — это одно мгновение, а эффект не ждите небольшой, а будет. Подойдите к окну и подышите свежим утренним воздухом. Только осторожно. Если температура за окном слишком низка, встаньте подальше от окна, чтобы не подхватить насморк.

Теперь — под душ. Обязательно! Иначе не ждите удачи. Вода очищает организм снаружи и изнутри. Нет необходимости бросаться под ледяные струи — это на любителя. Но главное, чтобы вода не была горячей. Стоя под струями, мысленно «разговаривайте» с водой: «Смой сон, мою раздражительность, подари силы и бодрость».

Полезно при умывании несколько ми-

нут подышать около сильной струи холодной воды. Облачко мельчайших брызг вблизи разбивающейся о раковину струи — зона повышенной ионизации. Попробуйте продлевать эту несложную процедуру не только утром, но и несколько раз в течение дня. Вы увидите, что это священное средство при усталости, нервном напряжении.

Еще один секрет — и для здоровья, и для красоты. Приготовьте заранее раствор (хранить его можно в холодильнике): 1 литр воды, 2 столовые ложки уксуса, 2 столовые ложки поваренной соли. Жесткой губкой или рукавичкой растрирайте ни тело, начиная с пальцев ног, затем бедра, живот, спину, бока, плечи, шею. Осторожными круговыми движениями грудь; от подмышек вниз, под грудь — вверх, снова к подмышкам.

Кстати, о завтраке. Некоторые специалисты считают, что завтрак должен быть плотным. Но, как правило, утром есть не хочется — организм еще не до конца проснулся. Но голодный из дома выводить тоже ни к чему.

ТЕПЕРЬ несколько слов о психологическом настроении. Если с первых минут пробуждения вы сразу же начнете беспокоиться о том, какой тяжелый день предстоит, день хорошо не сложится. Программу следующего дня на-

до составлять с вечера. Тогда первый час после пробуждения можно отдать спокойно дому, семье.

Если вы курите — отложите первую сигарету хотя бы до обеда.

Для повышения тонуса используйте запахи растений. При вялости и апатии рекомендуется вдыхать эфирные масла жасмина, можжевельника, розы, лаванды.

А также полезен точечный массаж. Первая пара точек — на руках. Соедините большой и указательный пальцы, в самой выступающей части складки и будет выступать точка хэ-гу. (При массаже пальцы развести).

Вторая пара жизненных точек — и-чу-сан-ли — находится на голениях. Накройте ладонью колено (пальцы — ближе к внешней стороне голени), кончик среднего пальца укажет эту точку.

Массаж этих точек производится большим или указательным пальцем. Быстрые вращательные движения (около 100 в течение 30—40 секунд) должны быть глубокими, но не грубыми, не резкими. Первый сеанс — после пробуждения. Затем — в первой половине дня — через 1,5 — 2 часа.

С ДОБРЫМ УТРОМ!

РАЗМЫШЛЕНИЯ ВСЛУХ

ЧТО ТАМ, ЗА ПОВОРОТОМ?..

Утро. Серебрится гладь реки, в ней отражаются, слегка колеблясь и расплываясь, тени деревьев. Медленно качнувшись, от каменистого плеса отрывается лодка и тихо движется по течению. Река делает поворот, что за ним — пока не видно...

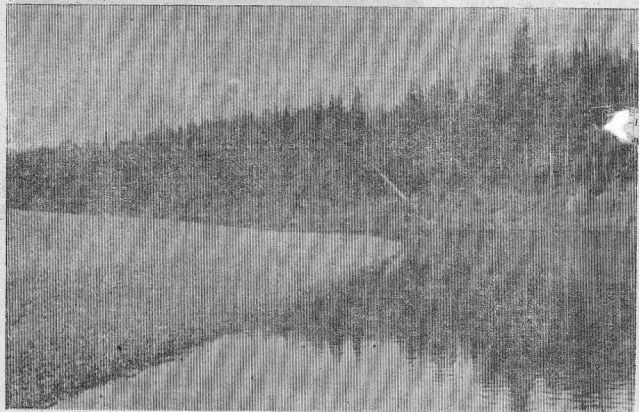
Вот так и в жизни: размеренно, без видимых проблем течет она и кажется не несет с собой никаких изменений. Да и как угадаешь — грядут ли они. Их также не увидишь, как не увидишь того, что есть за поворотом реки, пока лодка не обогнет его.

Всегда хочется надеяться, что за поворотом судьбы, дороги, реки ждет нас что-то лучшее, чем мы имеем, более стабильное, более радостное. Но всегда ли так бывает?

К сожалению, нет. Чаще за поворотом бывает пропасть, а не взлет, омут, а не брод. А жить-то все равно надо. Надо, и точка.

Г. БАРАНОВСКАЯ

Фото С. КАЙГОРОВОДА



Поздравляем!

Поздравляем с Днем рождения нашего дорогого сына **ЛУШНИКОВА Юрия!**

Желаем счастья, здоровья. Пусть в этот день твои глаза сияют ярче, чем всегда.

И все улыбки на земле принадлежат только тебе. Пусть этот день, как утро раннее,

несет с собой надежды светлые, Пусть исполнятся желания И все мечты твои заветные. Мама, папа. (1475)

ПРОДАЮТСЯ

запасные части к автомобилям «Газария» и «Запорожец» от официального представителя АвтоАЗ. Обращаться: г. Братск, п. Падун, управление «Братскгэстрой», комната 504; телефон 36-32-65. (1470)

ПРОДАЮТСЯ ВАЗ-2108 и дача в «Октябре».

ОБМЕНЯЕТСЯ ВАЗ-2106 (1995 г. выпуска) на двухкомнатную квартиру. Первый и девятый этажи не предлагать. Звонить по тел. 2-21-17 после 18 часов или обращаться по адресу: ул. Колесниченко, д. 4а, кв. 57. (1467)

ПРОДАЮТСЯ: магнитофон-приставка «Вега-122 С»; новый пишущий плеер «Панасоник-04»; двухэтажный подвал (незавершенный), с комплектом плит для гаража, в районе больницы.

Обращаться по адресу: ул. Гайнулина, д. 2 а кв. 135 после 19 часов. (1473)

ПРОДАЮТСЯ «Жигули»

(1993 г. выпуска). Обращаться по тел. 2-23-81. (1465)

ОБМЕНЯЕТСЯ трехкомнатная квартира в п. Временный по ул. Строителей (коттеджи) и трехкомнатная квартира в городе (центр) на пятикомнатную или на четырех- и однокомнатную или двухкомнатную по договоренности.

Обращаться по тел. 2-24-40 утром с 8 до 10 часов, вечером с 20 до 23 часов. (1469)

Согласно Постановлению администрации Красноярского края № 51-П от 10.02.95 года срок действия страховых медицинских полисов обязательно до мед. страхования, выданных в 1994 г., **ПРОДЛЕН** на 1995 г.

Уполномоченный Краевого фонда обязательного медицинского страхования по Кежемскому району. (1456)

ПРОДАЕТСЯ двухкомнатная квартира в 314 доме.

Обращаться по тел. 2-48-79. (1468)

МЕНЯЕМ двухкомнатную приватизированную благоустроенную квартиру в г. Черемухово Иркутской области на равноценную в г. Козинске. Возможны варианты.

Обращаться по адресу: 5-ое общежитие, комната 306. (1461)

ПРОДАЮТСЯ: ВАЗ-2121 (1985 г. выпуска), пробег 50 тыс. км; ЗИЛ-157 6/у (недорого); старшая машина «Велма-М» вояжа; лодка «Крым» 6/у (недорого).

Обращаться по тел. 2-27-19 после 20 часов. (1462)

ТОО «Керамика» доводит до сведения предпринятый и организованный своей ликвидацией. Претензии принимаются в течение двух месяцев после публикации в газете. (1472)

ПРОДАЕТСЯ или **СДАЕТСЯ** в АРЕНДУ приватизированная трехкомнатная квартира на первом этаже, имеется застекленная лоджия.

Обращаться по адресу: ул. Гидростроителей, д. 3, кв. 110 в любое время. (1443)

Утерянный аттестат, выданный на имя **ПУГАЧЕВОЙ** Валентины Николаевны за № 120716, **СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ**. (1474)

Коллектив ветеринарного отдела Кежемского района выражает искреннее соболезнование родным и близким по поводу безвременной кончины работницы Кежемской ветеринарной лаборатории **ЗАЙЦЕВОЙ** Инны Васильевны.

Учредители: трудовой коллектив редакции, администрация района, Управление печати и информации администрации Красноярского края.

Наш адрес: 663470, г. Козинск Красноярского края. Телефоны: редактор — 2-41-31; отв.секретарь — 2-46-48; отдел писем и общественно-политический отдел — 2-45-21; социально-экономический отдел, бухгалтер — 2-46-33; типография, отдел доставки — 2-28-98.

Газета выходит по вторникам и четвергам и субботам.

Объем 1 печ. л. Индекс 52338. Печать высокая. Тираж 5100. Заказ № 89.

Кежемская типография управления печати и информации администрации Красноярского края. Ответск. Г. Барановская, Метрантаж В. Быкова, Литописист А. Кригер, Печатник И. Захряпина.

ЗАМ. ГЛ. РЕДАКТОРА Г. Ю. БАРАНОВСКАЯ.