

Советское Приглашение

Общественно - политическая газета Кежемского района

17 октября
1999 года
ВОСКРЕСЕНЬЕ
126 (8521)

Сельскохозяйственные новости

Ныне урожайность выше

В ПРОШЛОМ году коллективным сельхозпредприятием района было засеяно зерновыми культурами 980 га, а намолочено - 526 тонн (средняя урожайность - 7,4 центнера с гектара).

В нынешнем году, по предварительным данным, было засеяно этими культурами меньше - 692 га, а намолочено больше - 662 тонны (урожайность зерновых - 9,5 центнера с гектара).

Самые большие площади у заледецов

В ТЕКУЩЕМ году ООО «Заледевское» (директор А. М. Берхуртов) засеяло больше всех площадей зерновыми - 470 га. Средняя урожайность по хозяйству составила 8,3 центнера с га.

Заледевцы уже заложили на семена около 50 тонн пшеницы - она, правда, еще не проверена семенной инспекцией.

Из-за нехватки горючего коллектив хозяйства не смог летом поднять пары в полном объеме. Пока позволила погода, механизаторы перепахивали пары на второй раз - под посев двухтысячного года.

Проблемы здесь, как и у всех: из-за неимения средств плохое материально-техническое снабжение, потравы посевов скотом. Только нынче было потравлено скотом зерновых культур на площади 130 гектаров.

За опытом - в Новую Недокуру

В МУ АПК «Энергия» (руководитель В. Г. Панкратов) средняя урожайность нынче составила 16 центнеров с гектара. До недавнего времени здесь вели всташку зяби.

На сегодня в этом хозяйстве одна из основных проблем - сущка зерна. Не так давно представители АПК ездили в Новую Недокуру к фермеру В. Н. Игнатову, сматрели в работе его наполную сушилку. Возможно, такая же скоро появится и в Сырмоловово.

Когда отсутствует надежная связь

У СПЕЦИАЛИСТОВ отдела с/рского хозяйства районной администрации нет надежной связи с МУСХП «Ангара» (директор Л. А. Цыб). Это создает серьезные трудности при решении самых важных и злободневных задач.

Убрал раньше всех

КРЕСТЬЯНСКОЕ хозяйство «Вита» (В. Н. Игнатов) из Новой Недокуры убрал урожай раньше всех. Неплохими уродились и пшеница, и ячмень. Уже подготовлена площадь (пары) под посев следующего года. Семть хозяйство будет свои семена. Виталий Николаевич рассчитывает, что после проверки семенной инспекцией у него будет порядка 50 тонн зерна для реализации другим хозяйствам района. Благодаря наполной сушилке производительности десять тонн в смену он снял проблему подготовки семян к посевной и просушки зерна на фураж.

Будет хлеб из своей муки

ПРОРАБАТЫВАЕТСЯ и решается вопрос о закупке мельницы для заледевского фермера М. А. Черепанова. Если задача будет решена в жизни, то с помощью этой мельницы можно будет получать муку из выращенной на месте пшеницы сортов «Тулунская-12» и «Тулунская-15» и выпекать хлеб из своей, ангарской муки.

Нет сушилки - не будет семян

НЕПЛОХОЙ урожай пшеницы нынче в крестьянском хозяйстве «Кедра» (А. А. Мазер). Но беда в том, что нет сушилки, а потому убранные зерно не доведено до кондиции. Фермер сумел договориться с руководством ООО «Заледевское» - здесь ему пообещали просушить урожай на взаимовыгодных условиях. Но заложить свои семена он нынче не сможет, потому что для этих целей необходима просушка, не на обычной барабанной сушилке, а на наполной.

Новости от ведущего агронома отдела сельского хозяйства администрации района Александра ГОНЧАРЕНКО записал В. ЗЫКОВ.

Вопросы о главном

Подаете ли вы нищим?

17 октября - Всемирный День борьбы с нищетой. Поэтому мы и задали жителям района этот вопрос.

О. И., безработная:

- Раньше всегда подавала, а теперь - нет. И не потому, что у самой денег нет. Если просишь - пожилой человек, то от государства получаешь пенсию, пособие, у него есть какие-либо льготы. Если инвалид - у него также не может не быть выगत от государства. Если ребенок, то его чаще всего посылает родители, которым не на что выжить.

Насыпана я о том, что нищие делают районы, у них у каждого свое определенное место «работы». Часть «дохода» они отдают охране, которая их страхует. И совершенно потряс меня один случай, произошедший в Красноярске. Увидела я как-то довольно странную нищцу, которой оказалась... собака. Хозяйка одевает животное, как человека, повязывает косыночку, укладывает на мостовку, укрывает чем-то, ставит жалостливый плакатик, и та вот так лежит и глазами на людей смотрит. А те подают, не очень-то приглядываясь к странному существу. А хозяйка тем временем неподалеку бархатом торгуют.

Н. Ю., служащая:

- У меня довольно негативное отношение к этому вопросу. Если вид нищего потрясает меня, не могу не дать, хотя и понимаю, что это может быть лишь хорошо сыгранный образ.

Будучи с сыном в Москве, видела самые разные «образы» нищих, но не могла не откликнуться на просьбы сына и не подать некоторым. Для ребенка нищие были настоящие потрясения. Теперь для него одна из достопримечательностей столицы - нищие. Когда я училась в Красноярске, сокурсница рассказала, что она упрямилась бабульниченько, стоящих в районе колхозного рынка, чтобы кто-то из них согласился посидеть с ее детьми. Гарантировала и оплату, и стол, но ни одна из них не пошла. Стоять с протянутой рукой, оказывается, лучше.

А. И., водитель:

- Не подаю и никогда не подам. Чаще всего наши деньги они пропивают. Правда, однажды в Омске на вокзале мы сбросились одному парню, военнослужащему, на обед. Билеты у него были, а денег на еду нет. Но это ведь не нужно подавать - тут другая ситуация.

Н. Д., служащая:

- Помню, когда я была еще маленькая, в церкви на паперти нищие стояли, но я им не подавала - денег-то у меня не было.

В своей жизни я как-то вроде и не встречала нищих или внимания на них не обращала. Что касается нашей колхозной нищеты, стоящей у магазина, то я не подаю ей принципиально. Я знаю ее ситуацию и знаю о том, что социальная служба района делает все для того, чтобы она там не стояла. А она все равно стоит.

В. Б., служащая:

- Много людей, просящих подаяние, но так-то просто пройти. Обязательно обратит внимание на их глаза, полные безысходности и нескончаемой тоски. Как таким не помочь, как обойти несчастных? Я обязательно подаю нищим. Но жизненный опыт в то

же время мне подсказывает, что вышел за милостыней действительно от нужды, а кто промашляет на бутылку спиртного. Таких видно сразу, и хоть их тоже по-человечески жалко, но рука не поднимается на «медвежье услужу», им я не подаю.

А. Н. ПОНОМАРЕВ, начальник Кожинского отделения госэсгеронднадзора:

- Нищим я подаю всегда. Особенно сейчас, в наше лихое время. Знаете, я всегда рассуждаю так: жизнь сложна и непредсказуема, кто знает, что с нами может случиться завтра или послезавтра. Не зря же у французов в моде высказывание: «Поднимаясь вверх, не забудь поздравиться с теми, кто опускается вниз».

В нашем Кожинске просят подаяния единицы. А вот на западе, где мне нередко приходилось быть, в том же Ростове, просящих милостыню очень много. Для того, чтобы подать хоть несколько, специально ходят в кармане мелочь и стараюсь раздавать ее в присутствии моего малолетнего сына. Этот своеобразный урок сочувствия к слабым и немощным не я выдумал, так воспитывали и меня мои родители.

Владимир Семенович ТУГАНБЕЙ, сторож отделения вневидомственной охраны при Кежемском РОВД, пенсионер:

- И я, и супруга моя Александра Петровна на пенсии, но продолжаем работать, сторожим. Получаем за труд не так чтобы много, но пока хватает. И когда я встречаю где-либо человека, просящего подать милостыню, всегда подаю, сколько могу, исходя из наличия денег в кармане. Считаю: раз он или она решились на такое, вышли на улицу, чтобы попросить людей о помощи, значит, им действительно несладко. Да и так видно, что им жить тяжело: у кого руки нет, у кого - ноги. А таких, чтобы были здоровые и сытые, веселые, да еще б ходили с протянутой рукой, я не встречал.

Р. Т., жительница Кежмы:

- Я подаю только инвалидам, да и то когда есть деньги. Но есть такие, что спекулируют на чувствах людей, стараются разжалобить, подбеднить, хотя их и назвать-то нищими нельзя.

Вот я в Казахстане недавно была. Стоит детина с лицом, об которое можно просить бить, с кулаками, как пудовые гири, и плакат держит с надписью: «Помогите людям добрее! Не дайте умереть с голоду!». Да с такими руками можно заработать не только на еду, было бы желание. Таким я не подаю. Да и, открывенно говоря, лошда сейчас такая жизнь, что вступать самой становиться в ряды нищих и обездоленных.

Подготовили Г. БАРАНОВСКАЯ, Л. ВАСИЛЬЕВ, В. ЗЫКОВ.

Настроение



ОКТАБРЬ
И вот октябрь.
Октябрьем
Заполнен город,
двор и дом,
И трагичный сад,
и стадион...
Как в осени
мелкий дождь
выбывает!
Он сумки шепчет
напротив
И все идет, идет,
идет...
Под берер
так печален сад!
А ясной ночью
звездная,
Санном врань
Многого пути -
Рассыпан месяц
конфетти...
А утром
набай даря
Родится в муках
ноябрь...
Сергей Кузуркин,
Манский район.

К 10-летию СВЭСа

Оперативно-диспетчерская служба - центр управления оперативной деятельностью оперативной деятельности, его мот. Без разрешения диспетчера не происходит отключение ни одной электроустановки предприятия. Диспетчер в любой момент владеет информацией о состоянии любого участка электрической сети от Тамгачета до Седаново.

В настоящее время ОДС СВЭС укомплектована только специалистами самого высокого класса, с высшим образованием.

На снимке: Наталья Ивановна ЗАПОРЖЧЕНКО, дежурный диспетчер ОДС.



Фото Е. ПЕРВУХИНОЙ.

Наши интервью

Парадокс по-кежемски



В. С. Зырянов, глава администрации с. Кежем.

НАШ корреспондент, отправившись в командировку в Кежму, не мог не встретиться там с главой администрации сельсовета В. С. ЗЫРЯНОВЫМ, чтобы узнать о проблемах села и путях их решения.

Владимир Степанович, поговорим о наиболее актуальных проблемах перед предстоящей зимовкой, о мостах, - т. е. о том, о чем у вас болит голова в последние время.

- Если бы это были наши единственные проблемы... Но их масса, и они остаются, потому что нет нормально-го финансирования - зона затопления.

Сельскохозяйственную котельную, к которой подключены мы, гараж, почта, отремонтированы; перебрали котел. Топится нормально. На первое время есть запас дров.

Библиотеку и музыкальную школу переселили в одно здание - бывшего детского сада, что в центре села, подключили к нему одну небольшую котельную, которая также отремонтирована...

Я заходил в это здание, беседовал с руководителями учреждений,

трогал батареи и сделал для себя вывод, что ремонт выполнен не совсем качественно...

- Согласен. Действительно, в системе отопления есть утечка, образуются воздушные пробки, не установлена отсекающая арматура (вентиля). Но время еще есть, сильные морозы пока не наступили, поэтому есть надежда, что сумеем выполнить все как надо, довести до ума.

- Чо с дровами для котельных?

- Заготовку дров ведем сами, в котельной. Есть своя дровяная. Половину ее вырубает наша бригада, другую получают люди частного предпринимателя В. Г. Босака, с которым сельсовет заключил договор. Должен признаться, что у них дела идут лучше: работы на своей площади они уже заканчивают, а мы все «ждем», «ждем». Надеюсь все же, что без дров зимой не будем.

- Весеннее бурное наводнение принесло жителям села массу бед: обрушился Большой мост через реку Кежму, да и другой, что по обьездной дороге, практически не пригоден к эксплуатации. Как вы решаете этот вопрос?

- Когда большой мост обрушился, продумывали разные варианты, как выйти из сложной ситуации. Хотели даже паром через реку пускать. Но потом решили соединить остатки моста пешеходным переходом. Договорились с ЖЖК (теперь - ПЖРЭО) оформить работы зачетом, и

коммунальщики построили к лету. Обошлось это более чем в 28 тысяч рублей. Конечно, этот вариант нас не устраивает, потому что на временный. Весной эту постройку паводком унесет. Но что делать? Другого выхода у нас не было.

Мост по обьездной дороге продолжил пять лет, а нынче весной и его подмыло. От берега мы его отсыпали с помощью дорожного муниципального участка (услуги бульдозера, экскаватора и т. д.), обошлось в шесть - восемь тысяч рублей), но этого недостаточно. Нужен новый мост. И деньги (наличные) для этой цели у главы района выпросил, но не желающих приложить руки...

- Мне трудно в это поверить, ведь по Кежме сегодня зарегистрировано более 260 безработных. Среди них есть и механизаторы, и плотники... Может, проект предусматривает затраты, несоизмеримые с платой за труд?

- Проекта как такового нет, но предусмотрено условие: мост должен быть пригодным для грузового транспорта. Предлагаю и эту работу в том числе и коммунальникам, говорю: «Мужики, беритесь, вот наличные деньги - 15 тысяч рублей». Отвечают: «Никогда, занятые мы очень, к зиме готовимся». К кому еще обращаться - не знаю. Единственная надежда - на фермера Ива-

на Дмитриевича Марковского: может, согласится. - Владимир Степанович, за последние год-полтора в Кежме не стало одного из зданий больницы, клуба ХЛХ, нескольких детских и т. д. и т. п. Практически ничего не строится, а только разрушается. Некоторые жители села считают, что виноваты в этом вы. Ваше мнение?

- Правильно. В России всегда так: всегда и во всем виновата власть. А что же народ? Не скажу за всех, но многие заняли удобную позицию и работать не хотят, и есть просят. Так и у нас здесь, в Кежме. Также впечатление, что трудолюбивых людей здесь вообще почти не осталось. И как подтверждение этих слов - пример со строительством моста. Без требуют от его постройки, а сами не хотят палец о палец ударить. Ну не парадокс ли это?

В. Зыков.

Фото Е. ПЕРВУХИНОЙ.



Не все ставни еще закрыты.

Дела гаражные

Когда «безналичка» не в почете

Наступил зимний период. А в подвалах наших гаражей темно, как в преисподней, потому что нет электроэнергии. Почему? Вопрос далеко не праздный. Надюсь, всем понятно, почему в гаражных товариществах была введена система безналичной оплаты за коммунальные услуги и пользование электроэнергией - в связи с невыплатой заработной платы трудящимся. Члены нашего ГТ «Северный» расписывались с ведомостях своих бухгалтеров за безналичный расчет и по взносам, и за потребление электроэнергии и были уверены, что за все это расписались, ничего не предвещало грозы, но гром (не весенний, а бюрократический) все же грянул в мае - система безналичной оплаты была отменена.

Общая сумма в ведомостях по всем организациям составляла на тот момент около десяти тысяч рублей. Самая большая доля - 4903 рубля - значится за ПЖРЭО, более малые суммы - за АО «ЭКДЭС». Центром занятости населения, ОАО «Богучангэострой». Единственная организация - Центр занятости населения - произвела перечисление в Энергосбыт. Другим это, видимо, оказалось не под силу.

Понятно, что когда-то надо переходить на наличный расчет по всем работающим, но для этого надо, как минимум, выдавать ежемесячно зарплату работающим. На сегодняшний день этого нет, а есть лишь скудные не ежемесячные авансы, величина которых позволяет один раз зайти за покупками в магазин или на рынок. Тут уж не до авансов.

Хочу сказать и о другом. Уж если удержали определенную сумму с работающего, указали в расчетном листе, так уж, в поддержку чести фирмы, найдите возможность произвести оплату (пусть извинит меня за непрошенный совет). Я понимаю руководителей, то, как им непросто в сегодняшние времена приходится, но надо понять и тех людей, у которых одна надежда - на подвал.

Возможно, все это напрасно, потому как ничего кардинального в ближайшее время на финансовом «фронте» не произойдет. Но у меня еще тегилятся надежда, что генеральный директор ПЖРЭО В. П. Болдов сумеет найти какую-то возможность, чтобы погасить указанную выше сумму перед Энергосбытом. Обращаюсь также ко всем членам гаражного товарищества «Северный», рассчитавшим и не рассчитавшимся по безналичному расчету, с просьбой уплатить теперь уже «живыми» деньгами и взносы, и за электроэнергию.

Если мы общими усилиями погасим задолженность перед Энергосбытом, то в наших гаражах вновь будет светло.

А. ПЕЧЕНКИН, председатель ГТ «Северный».

КАК уже сообщалось, 8 июля 1999 года вышел в свет Закон РФ № 143-ФЗ «Об административной ответственности юридических лиц (организаций) и индивидуальных предпринимателей за правонарушения в области производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции».

Данный закон направлен на обеспечение государственного регулирования производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции, защиту прав потребителей, охрану жизни и здоровья людей.

Законом устанавливается административная ответственность юридических и физических лиц за правонарушения в области производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции. Действие данного закона не распространяется на деятельность граждан, производящих в целях сбыта продукцию, содержащую этиловый спирт, на деятельность организаций по производству и обороту лекарственных, лечебно-профилактических, диагностических этиловый спирт, а также на деятельность аптек и учреждений.

Применительно к местным условиям хотелось бы осветить требования некоторых статей этого закона.

Статьей 2 определяется ответственность за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии. По данному виду деятельности влечет наложение административного штрафа в размере от 1000 до 10000 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

Статьей 3 предусмотрено наказание за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии в размере от 300 до 500 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

Статьей 4 предусмотрено наказание за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии в размере от 200 до 500 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

Новое в законодательстве о регулировании оборота алкогольной продукции

Статьей 5 предусмотрено наказание за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии в размере от 200 до 500 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

Статьей 6 предусмотрено наказание за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии в размере от 200 до 500 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

Статьей 7 предусмотрено наказание за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии в размере от 200 до 500 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

Статьей 8 предусмотрено наказание за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии в размере от 200 до 500 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

Статьей 9 предусмотрено наказание за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии в размере от 200 до 500 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

Статьей 10 предусмотрено наказание за осуществление розничной торговли этиловым спиртом, алкогольной и спиртосодержащей продукцией без соответствующей лицензии в размере от 200 до 500 МРОТ с конфискацией товара или без таковой.

отием или индивидуальным предпринимателем алкогольной продукции без соответствующей маркировки, а также хранение или перевозку такой продукции, влечет, согласно статье 10 закона, наложение административного штрафа в размере от 200 до 500 МРОТ с конфискацией товара.

За нарушение правил розничной продажи алкогольной и спиртосодержащей продукции, не предусмотренной законодательством, налагается административный штраф в размере от 100 до 200 МРОТ.

Составить протоколы об административном правонарушении, предписать, «единолично» осуществлять производство государственного надзора, органов государственной инспекции по торговле, качеству товаров и защите прав потребителей.

Настоящий федеральный закон вступил в силу по истечении месяца с момента его официального опубликования, т. е. с 8 августа 1999 года.

Ю ЛОКТИОНОВ, начальник отдела местных налогов ГНИ по Кежемскому району, инспектор налоговой службы I ранга.

У какой страны впервые появился флаг? Спрашивали? Ответим

Идея государственного флага сравнительно нова, однако сами флаги существуют с давних времен. Их использовали на время военных действий для того, чтобы обозначить местоположение командования.

Очень давние времена в качестве флагов применялись разукрашенные щиты. Древние греки в качестве флагов использовали обычное оружие или кусок ткани с какой-либо буквой, поднятые на шест. Первый матерчатый флаг изобрел в Древнем Риме. Он представлял собой квадратное полотнище на перекладине, которая крепилась на конце копыя. Возможно, самыми старыми государ-

ственным флагами являются флаг Дании, принятый в 1219 г., и флаг Швейцарии - с 1339 г.

- Как появились имена и фамилии?

Имена появились так же, как и клички, которые в определенной степени дают характеристику человеку. Девочка, родившаяся во время голода, могла быть названа Ум (в переводе с кельтского «голод»), светловолосую девочку назвали бы Бланш (по-французски «белая»). Мальчика назвали бы Давид, что значит - «любимый».

Люди имели имена в течение многих тысяч лет. Затем, примерно в 1066 году, когда норманнские завоеватели изобрели фамилии, чтобы лучше различать людей. Только имени недостаточно, чтобы отличить одного человека от другого. Например, в городе могло быть два Давида, один из них был левый. Поэтому люди стали бы называть его Давид Левебока.

Другим способом различить людей стало упоминание местности, где они родились или проживали. Ну и, конечно, исполнением какой-либо работы позволяла отличить его от других.

Имена появились так же, как и клички, которые в определенной степени дают характеристику человеку. Девочка, родившаяся во время голода, могла быть названа Ум (в переводе с кельтского «голод»), светловолосую девочку назвали бы Бланш (по-французски «белая»). Мальчика назвали бы Давид, что значит - «любимый».

Люди имели имена в течение многих тысяч лет. Затем, примерно в 1066 году, когда норманнские завоеватели изобрели фамилии, чтобы лучше различать людей. Только имени недостаточно, чтобы отличить одного человека от другого. Например, в городе могло быть два Давида, один из них был левый. Поэтому люди стали бы называть его Давид Левебока.

Другим способом различить людей стало упоминание местности, где они родились или проживали. Ну и, конечно, исполнением какой-либо работы позволяла отличить его от других.

Программа телевидения

ПОНЕДЕЛЬНИК
18 Октября

1 ПРОФИЛАКТИКА

15:00 Новости
15:20 Премьер-апрелоченеско-дрейк! Вокруг света за 80 дней
16:00 Что да как
16:20 Звездный час
16:30 ...До шестидеяти и старше
17:00 Художественный фильм "Ворота трех", 1-я серия
18:00 "Секретная операция"
18:15 "Успешная помощь"
18:45 "Ералаш"
19:00 Мы и время
19:05 "Во имя любви"
20:45 Спокойной ночи, малыши!
21:40 Хит "Покажи тебе тел"
23:20 Взгляд
0:25 Итоги спортивной недели
0:45 Ночной детектив. Сернал "Маша, Камелар: Поминальная молитва" (до 1:25)

2 ПРОФИЛАКТИКА

16:00 "Магазин на диване"
16:10 "Минус Карлсон": Домашний цирк", Мф.
17:20 "Баиня"
17:55 "Комиссар Рекс"
19:00 ВЕСТИ
19:30 РУССКАЯ СЕРИЯ, Телевизионный фильм "Судья"
20:25 "Клуб "Белый полугай"
21:45 Экранизация романа Дэнзиль Стел "Один раз в жизни"
23:30 "Народ хочет знать"
23:45 "Дежурная часть"
24:00 "Человек из пака"
1:40 "Магазин на диване" (до 1:50),

ВТОРНИК
19 Октября

1

6:00 "Доброе утро"
9:00, 12:00, 15:00 Новости
9:15 "Во имя любви"
10:15 "Ускоренная помощь"
11:40 Как это было
11:45 "Вспомогательная операция"
12:15 "Добрый день"
12:50 Детектив "Фаворит"
14:30 "Мистр", гармонь, лоббиам!
14:40 "Вместе"
15:30 "Вместе"
15:35 "Вместе"
15:45 "Вместе"
16:00 "Вместе"
16:30 ...До шестидеяти и старше
17:00 "Сердца трех", 2-я серия
18:00 Новости
18:15 "Звезда и свеча"
19:05 "Во имя любви"
19:45 "Спокойной ночи, малыши!"
20:45 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Время
21:50 Комедия "Мы с вами где-то"
23:35 "Как спасти Наполеона"
0:15 Новости (до 0:45)
6:30 "Доброе утро, Россия!"
7:00, 8:00, 9:00 Вести,
8:15 "Дежурная часть"
9:20, 10:00, 12:50 "Гомеопатия и альтернативная медицина"
9:30 "Арена-спорт"
10:10 "Цыганка"
11:00 "Лето нашей тайны"
12:00 "Слушайте дело"
13:00, 17:00, 21:00, 1:00 Вести,
13:30 "Два рожденья"
14:10 "Антонелла"
15:05 "Дикий Ангел"
16:00 "Магазин на диване"
16:30 Мультфильмы,
17:20 "Баиня"
19:05 "Комиссар Рекс"
19:30 РУССКАЯ СЕРИЯ, "Директория смерти"
20:25 "Фонтан - клуб"
21:45 ВРЕМЯ КИНО, Боевик "Скватерство"
23:40 "Выбор". Двухнациональный фильм "Телевизорская"
0:25 "Народная часть"
0:45 "Дежурная часть"
1:40 "Магазин на диване" (до 1:55),

СРЕДА
20 Октября

1

6:00 "Доброе утро"
9:00, 12:00, 15:00 Новости
9:15 "Во имя любви"
10:15 "Ускоренная помощь"
10:15 "Маскишоу"
11:20 "Спасательная операция"
11:50 Домашняя библиотека
12:15 "Добрый день"
12:50 "Фаворит", 2-я серия
14:00 Документальный фильм "Вместе"
15:30 "Вместе"
15:35 "Вместе"
15:45 "Вместе"
16:00 Зол. медаль
16:30 ...До шестидеяти и старше
17:00 "Сердца трех", 3-я серия
18:00 Новости
18:15 "Звезда и свеча"
19:05 "Во имя любви"
19:45 "Спокойной ночи, малыши!"
20:45 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Время
21:50 Комедия "Мы с вами где-то"
23:35 "Как спасти Наполеона"
0:15 Новости (до 0:50)
6:30 "Доброе утро, Россия!"
7:00, 8:00, 9:00 Вести,
8:15 "Дежурная часть"
9:20, 10:00, 12:50 "Гомеопатия и альтернативная медицина"
9:30 "Арена-спорт"
10:10 "Цыганка"
11:00 "Лето нашей тайны"
12:00 "Ураис Отт в Валерии Драгачев"
13:00, 17:00, 21:00, 1:00 Вести,
13:30 "Два рожденья"
14:10 "Антонелла"
15:05 "Дикий Ангел"
16:00 "Магазин на диване"
16:30 Мультфильмы,
17:20 "Баиня"
19:05 "Комиссар Рекс"
19:30 РУССКАЯ СЕРИЯ, "Директория смерти"
20:25 САМ СЕБЕ РЕЖИССЕР
21:45 ВРЕМЯ КИНО, Мелодрама "Крылья голубки"
23:40 "Выбор". Двухнациональный фильм "Телевизорская"
0:25 "Народная часть"
0:45 "Дежурная часть"
1:40 "Магазин на диване" (до 1:55),

ЧЕТВЕРГ
21 Октября

1

6:00 "Доброе утро"
9:00, 12:00, 15:00 Новости
9:15 "Детектив "Тайна семьи Гран-де Грانشан", 1-я серия
10:15 "Маскишоу"
11:20 "Спасательная операция"
11:50 Домашняя библиотека
12:15 "Добрый день"
12:50 "Фаворит", 2-я серия
14:00 Документальный фильм "Вместе"
15:30 "Вместе"
15:35 "Вместе"
15:45 "Вместе"
16:00 Зол. медаль
16:30 ...До шестидеяти и старше
17:00 "Сердца трех", 4-я серия
18:00 Новости
18:15 "Звезда и свеча"
19:05 "Во имя любви"
19:45 "Спокойной ночи, малыши!"
20:45 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Время
21:50 Комедия "Мы с вами где-то"
23:35 "Как спасти Наполеона"
0:15 Новости (до 0:50)
6:30 "Доброе утро, Россия!"
7:00, 8:00, 9:00 Вести,
8:15 "Дежурная часть"
9:20, 10:00, 12:50 "Гомеопатия и альтернативная медицина"
9:30 "Арена-спорт"
10:10 "Цыганка"
11:00 "Лето нашей тайны"
12:00 "Ураис Отт в Валерии Драгачев"
13:00, 17:00, 21:00, 1:00 Вести,
13:30 "Два рожденья"
14:10 "Антонелла"
15:05 "Дикий Ангел"
16:00 "Магазин на диване"
16:30 Мультфильмы,
17:20 "Баиня"
19:05 "Комиссар Рекс"
19:30 РУССКАЯ СЕРИЯ, "Директория смерти"
20:25 "Клуб "Белый полугай"
21:45 ВРЕМЯ КИНО, Боевик "Горькая судьбина"
23:40 "Выбор". Двухнациональный фильм "Телевизорская"
0:25 "Народная часть"
0:45 "Дежурная часть"
1:40 "Магазин на диване" (до 2:50),

ПЯТНИЦА
22 Октября

1

6:00 "Доброе утро"
9:00, 12:00, 15:00 Новости
9:15 "Тайна семьи Гран-де Грانشан", 2-я серия
10:20 "Календарь"
11:25 "Спасательная операция"
11:50 Домашняя библиотека
12:15 "Добрый день"
12:50 "Смерть под парусом"
14:00 Здоровье
14:30 "Вместе"
15:30 "Вместе"
15:35 "Вместе"
15:45 "Вместе"
16:00 Новости
16:15 "Звезда и свеча"
18:45 "Спокойной ночи, малыши!"
19:05 "Спокойной ночи, малыши!"
19:45 "Полет чудес"
20:45 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Время
21:55 "Напарники со смертью"
22:00 "Время"
23:40 "Хорошие новости"
0:30 "Хорошие новости"
0:50 Приключенческий фильм "Ракетчик" (до 2:35)
6:30 "Доброе утро, Россия!"
7:00, 8:00, 9:00 Вести,
8:15 "Дежурная часть"
9:20, 10:00, 12:50 "Гомеопатия и альтернативная медицина"
9:30 "Диалог рыбаков"
10:10 "Цыганка"
11:00 "Лето нашей тайны"
12:00 "Сторож новостей"
13:00, 17:00, 21:00, 1:00 Вести,
13:30 "Средневековый маньяк"
14:10 "Антонелла"
15:05 "Дикий Ангел"
16:00 "Магазин на диване"
16:30 Мультфильмы,
17:20 "Баиня"
19:05 "Международный конкурс Актрис"
20:25 "Актрис"
21:45 АТАКА КРИСТИ, ПУАРО, "Кража драгоценностей в "ранд Метро-полис"
23:40 "Выбор". Двухнациональный фильм "Телевизорская"
0:25 "Народная часть"
0:45 "Дежурная часть"
1:40 "Магазин на диване" (до 1:55),

СУББОТА
23 Октября

1

8:00 Новости
8:15 Слово пастыря
8:30 Домашняя библиотека
8:40 "Вместе"
9:00 "Дисней-клуб"
9:15 "Дисней-клуб"
10:15 "Неудачные заметки"
10:35 Показ видео
11:00 Семейная комедия "Альф"
11:40 Игры, гармонь, лоббиам!
12:10 "Игра. Не поймай на вооружение"
14:05 "Мультипликационный фильм"
15:00 Новости
15:10 "Сериал "Горцы"
15:55 Умница и умники
16:25 "Дисней-клуб"
17:20 Как это было. Захват самолета
18:00 Новости
18:10 "Песня-89"
18:55 "Ералаш"
18:55 "КВН-99"
21:00 Авторская программа Сергея Доренко
21:05 "Специальные операции"
22:50 "Сериал "Шоу Леонида Ярмолинца"
23:35 Футбольное обострение
0:10 Век кино. Х/фильм "Манхэттен" (до 1:50)
8:00 "Служба Отечеству"
9:20 "Ураис Отт"
9:30 "Ураис Отт"
10:30 "Аншлаг" и Ко.
11:30 "Полный вперед"
12:40 "Мир китов с Леонидом Куравлевым"
13:00 Вести,
13:20 Парламентский час
14:10 Старая квартира
15:10 "Диалог о животных"
16:05 "ЗАКОН И ПОРЯДОК"
16:40 "РЕАЛЬНОЕ КИНО"
18:00 "Перед "Зеркалом"
18:10 Экспертская колонка
20:00 "Зеркало"
21:00 Микромедиа "СУРТИЦЫ ИЗ ЧЕРНИЛ"
22:35 "ЛЕНЬ ПОЛНОУНИЧЬЯ". Х/ф, 0:15 "К-2", продолжает: "Парендикулярная часть"
1:10 "Дежурная часть" (до 1:36),

ВОСКРЕСЕНЬЕ
24 Октября

1

8:00 Новости
8:10 Служба России
8:40 Вкусные истории
8:40 Мульттеатр
9:00 "Дисней-клуб"
9:15 "Дисней-клуб"
10:15 "Неудачные заметки"
10:35 Показ видео
11:00 Семейная комедия "Альф"
11:40 Игры, гармонь, лоббиам!
12:10 "Игра. Не поймай на вооружение"
14:05 "Мультипликационный фильм"
15:00 Новости
15:10 "Сериал "Горцы"
15:55 Умница и умники
16:25 "Дисней-клуб"
17:20 Как это было. Захват самолета
18:00 Новости
18:10 "Песня-89"
18:55 "Ералаш"
18:55 "КВН-99"
21:00 Авторская программа Сергея Доренко
21:05 "Специальные операции"
22:50 "Сериал "Шоу Леонида Ярмолинца"
23:35 Футбольное обострение
0:10 Век кино. Х/фильм "Манхэттен" (до 1:50)
8:00 "Служба Отечеству"
9:20 "Ураис Отт"
9:30 "Ураис Отт"
10:30 "Аншлаг" и Ко.
11:30 "Полный вперед"
12:40 "Мир китов с Леонидом Куравлевым"
13:00 Вести,
13:20 Парламентский час
14:10 Старая квартира
15:10 "Диалог о животных"
16:05 "ЗАКОН И ПОРЯДОК"
16:40 "РЕАЛЬНОЕ КИНО"
18:00 "Перед "Зеркалом"
18:10 Экспертская колонка
20:00 "Зеркало"
21:00 Микромедиа "СУРТИЦЫ ИЗ ЧЕРНИЛ"
22:35 "ЛЕНЬ ПОЛНОУНИЧЬЯ". Х/ф, 0:15 "К-2", продолжает: "Парендикулярная часть"
1:10 "Дежурная часть" (до 1:36),

КРАСНОЯРСК

17:55 Мультфильм,
18:50, 20:45, 22:50 "ЗАВТРА"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:50 "РУССКИЕ ВЕЧЕРА"
20:25 "Партерство во имя дела"
20:30 Мультфильм для взрослых,
20:40 "ПОСЛЕДНИЙ ВЕК ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ": ГОД 1925.
20:10 "Клуб белый полугай"
20:15 "Последний век ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ"
21:45 "Русская серия", "В ЗЕРКАЛЕ ВЕНЕРЫ" для вас.
22:40 Музыка для вас.

КРАСНОЯРСК

17:55 Мультфильм,
18:50, 20:45, 22:50 "ЗАВТРА"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:50 "РУССКИЕ ВЕЧЕРА"
20:25 "Партерство во имя дела"
20:30 Мультфильм для взрослых,
20:40 "ПОСЛЕДНИЙ ВЕК ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ": ГОД 1925.
20:10 "Клуб белый полугай"
20:15 "Последний век ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ"
21:45 "Русская серия", "В ЗЕРКАЛЕ ВЕНЕРЫ" для вас.
22:40 Музыка для вас.

КРАСНОЯРСК

17:55 Мультфильм,
18:50, 20:45, 22:50 "ЗАВТРА"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:50 "РУССКИЕ ВЕЧЕРА"
20:25 "Партерство во имя дела"
20:30 Мультфильм для взрослых,
20:40 "ПОСЛЕДНИЙ ВЕК ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ": ГОД 1925.
20:10 "Клуб белый полугай"
20:15 "Последний век ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ"
21:45 "Русская серия", "В ЗЕРКАЛЕ ВЕНЕРЫ" для вас.
22:40 Музыка для вас.

КРАСНОЯРСК

17:55 "Сам себе режиссер"
18:25 Мультфильм,
18:30 "ОТРЫВКИ СТУДИИ"
18:50, 20:45, 22:50 "ЗАВТРА"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:50 "РУССКИЕ ВЕЧЕРА"
20:25 "Партерство во имя дела"
20:30 Мультфильм для взрослых,
20:40 "ПОСЛЕДНИЙ ВЕК ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ": ГОД 1925.
20:10 "Клуб белый полугай"
20:15 "Последний век ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ"
21:45 "Русская серия", "В ЗЕРКАЛЕ ВЕНЕРЫ" для вас.
22:40 Музыка для вас.

КРАСНОЯРСК

17:55 "Сам себе режиссер"
18:25 Мультфильм,
18:30 "ОТРЫВКИ СТУДИИ"
18:50, 20:45, 22:50 "ЗАВТРА"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:50 "РУССКИЕ ВЕЧЕРА"
20:25 "Партерство во имя дела"
20:30 Мультфильм для взрослых,
20:40 "ПОСЛЕДНИЙ ВЕК ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ": ГОД 1925.
20:10 "Клуб белый полугай"
20:15 "Последний век ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ"
21:45 "Русская серия", "В ЗЕРКАЛЕ ВЕНЕРЫ" для вас.
22:40 Музыка для вас.

КРАСНОЯРСК

17:55 "Сам себе режиссер"
18:25 Мультфильм,
18:30 "ОТРЫВКИ СТУДИИ"
18:50, 20:45, 22:50 "ЗАВТРА"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:50 "РУССКИЕ ВЕЧЕРА"
20:25 "Партерство во имя дела"
20:30 Мультфильм для взрослых,
20:40 "ПОСЛЕДНИЙ ВЕК ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ": ГОД 1925.
20:10 "Клуб белый полугай"
20:15 "Последний век ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ"
21:45 "Русская серия", "В ЗЕРКАЛЕ ВЕНЕРЫ" для вас.
22:40 Музыка для вас.

КРАСНОЯРСК

17:55 "Сам себе режиссер"
18:25 Мультфильм,
18:30 "ОТРЫВКИ СТУДИИ"
18:50, 20:45, 22:50 "ЗАВТРА"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:30 "МАСКИШОУ"
19:50 "РУССКИЕ ВЕЧЕРА"
20:25 "Партерство во имя дела"
20:30 Мультфильм для взрослых,
20:40 "ПОСЛЕДНИЙ ВЕК ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ": ГОД 1925.
20:10 "Клуб белый полугай"
20:15 "Последний век ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ"
21:45 "Русская серия", "В ЗЕРКАЛЕ ВЕНЕРЫ" для вас.
22:40 Музыка для вас.

За изменения программы редакция ответственности не несет.

А что у нас

Детский час



Хочется рассказать об очередном заседании Клуба выходного дня, в котором в гостях были старшеники КСШ №№ 2, 3, 4. Прошла конкурсно-развлекательная программа «Будем знакомы» во главе Михаила Полежаева (КСШ № 4). В устной форме был подписан договор: со стороны РДК - развлечение, со стороны ребят - активное участие в нем. Спустя минуту,

улыбками и аплодисментами встречали прекрасную Осень (Лидя Кузьмина, СШ № 4). Живое и интересное прошла игра-разминка «Ах, урожай, урожай!», где овощи необходимо было перенести из одной корзины в другую, да еще и с завязанными глазами. После литературного и музыкального конкурса случились

«очевидное - невероятное»: на дереве команды «Яблоны» выросло много-много настоящих яблок. А на «Кедрах» только несколько шишек. Участники получили свои трофеи.

В честь победителей выступала студия спортивного танца «Грация» (рук. Л. Селиванова). Всякий раз их выступления поражают мастерством и высоким уровнем исполнения.

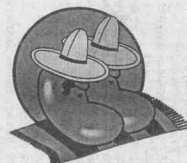
Подготовить программу как всегда помогли восьмиклассники - театральная студия «Романтики». Они любят не только выступать, но и репетировать, готовить атрибуты на мероприятия. С энтузиазмом, радостью, огромной фантазией и изобретательностью относятся они ко всем детским праздникам.

И уже вечером шумной толпой мы расходимся по домам. Смотришь на этих ребятишек и думаешь: кем бы они не стали и чем бы не занимались, навсегда запомнят свое участие в клубах по интересам, будут любить музыку, общение, приобщаться к культуре.

В. ПОЛЕЖАЕВ,
методист РДК «Рассвет»
по работе с детьми.

«Огородное чудо»

3 ОКТЯБРЯ зал нашего СДК превратился в «лесное



царство». Сказочница (библиотекарь Елена Ивановна Салега) открыла для детей праздник Осени. Дети побывали в гостях у царя, бабы Яги, цыганки, царевны Несмеяны и Осени. Хозяйка праздника загадывала ребятам загадки, проводила различные викторины. За все это дети получали

маленькие подарочки.

Организована была выставка «Огородное чудо». Ребята принесли чудесные овощи. Коля Верхотуров сделал композицию из картошки «Утка с утятами», а из редиски замечательную крысу. А две девочки - Полицына и Ярцова - выполнили из овощей фрагмент из сказки «Золушка»: кабачки-лошадь, перец-кучер, из тыквы - карета, из маленького арбуза и капустных листьев - Золушка. Все получили небольшие призы.

Спасибо, ребята, за участие в празднике!

Л. ВОРОБЬЕВА,
директор СДК.
п. Недокрура.

Это интересно

Как возникла медицина?

До тех пор, пока медицина не стала наукой, люди пользовались народной медициной. Первобытные люди придумывали самые разные, порой очень странные, причины заболеваний, поэтому и лечили их, основываясь на магии и других средствах, которые, казалось, приносили пользу. Они применяли тепло и холод, кровопускание, массаж, а также лечебные травы.



Медицина Древнего Египта, которая считалась в древности самой эффективной, была основана на заклинаниях. Люди использовали разные мази и снадобы: в качестве лекарств часто применялись мед, соль, кедровое масло, моча, пенья, сердце и кровь разных животных. Иногда эти средства помогали, иногда нет.

Но научная медицина возникла только в Древней Греции. В конце 2000 лет назад человек по имени Гиппократ собрал медицинское знание в одной книге - «Коллекция Гиппократа». Она положила начало научной медицине, так как была основана на необходимости изучить больного, прежде чем поставить диагноз. В его книге были описаны симптомы и течение болезней. Впервые вместо того, чтобы опираться на магию, лечение осуществлялось после обследования больного и изучения болезни, а также на основе опыта предшественников. На тех же принципах основана современная медицина.

Можно ли перитаться без лекарств?

Итак, вы заболели. Не спешите выкладывать последние сбережения на упаковку аспирина и антибиотиков. В справочнике по народной медицине трудно найти рецепт (проверенный, кстати, не одним поколением) от любой хвори, будь то мигрень или геморрой. Главное, не отчаиваться, ведь лечиться можно даже водой!

Почувствовав простуду, выпейте горячего чая с малиновым вареньем и ложитесь спать, укутавшись теплым одеялом. Высокую температуру снимают укусовые компрессы: на ночь наденьте хлопчатобумажные носки, смоченные в растворе. При простуде или гриппе любой врач пропишет обильное питье. Лучше, если это будет ромашковый отвар или брусничник морс.

При мокром кашле полезно парить ноги в горячей воде с горчицей. Однако будьте осторожны: такая процедура противопоказана людям с температурой выше 37 градусов, а также сердечникам и беременным женщинам.

А самое эффективное средство при застарелом бронхите - сок черной редьки с медом. Для этого вырезают сердцевину плода и образовавшуюся пустоту наполняют кашицей из меда и мякоти редьки. Через четыре часа образовавшийся сок принимают по столовой ложке три раза в день.

Он же помогает при боли в печени и камнях в почках. Говорят, мелкие печеночные камни можно вывести, принимая 3 раза в день по десертной ложке отвара березового листа.

Насморк - тоже не проблема, если закапывать свежий свекольный сок или закладывать в нос кусочки чеснока. На ночь к ступням ног полезно прикладывать ткань, смоченную обычным керосином. От головной боли вас спасает зеленый чай с добавлением мяты, клевоный или свежий картофельный сок.

Раздельная курица, не спешите выбрасывать желудок. Выстилающая его желтая пленка - прекрасное средство от расстройства желудочно-кишечного тракта. Ее сушат, перемалывают в порошок и принимают, заливая теплой водой. При острых болях и при поносе помогает отвар коры дуба или крепко заваренный свежий чай.

Ольга СИДОРЕНКО, тарелает «Собеседник».

Согласно этой науке

всякая местность на Земле так же, как и человек, имеет определенную структуру. Материя - это, прежде всего, эмоциональный потенциал, пространство - логический. Всякая местность участвует не только в формировании личности человека, но и менталитета народа. Система ценностей человека всегда зависит от той местности, где он родился и вырос. - Сравните, например, российский и грузинский менталитет, - говорит директор Центра биоэнергетики Сергея Шведов, давшему следующую эту проблему. - Русские живут в основном на равнине, и мышление у них «равнинное». Грузины гораздо эмоциональнее, потому что их окружают горы, много материи, а материя - это эмоции. Как правило, в поведении народов и национальностей, проживающих в низинах, проявляется сдержанность, ум их точен и логичен, из них получаются хорошие математики.

Человек стремится сбалансировать свою энергетику. Если у него преобладает логический потенциал, ему необходима эмоциональная подпитка. Сложное много эмоций - старается от них освободиться. Мощный заряд «плюса», сплошные эмоции, имеют большие массивы, к примеру, горы. Наблюдайте за туристами, которые из года в год идут в горы, спят и видят эти походы. Кто они по своему со-

Хотите - верить, хотите - нет

Подружись с дождем

Почему одних тянет отдыхать исключительно в горы, а других туда калачом не заманишь? Почему на одних дачах полный порядок, другие словно обречены на неприятности: то стекла побьют, то градки разворотят...

Оказывается, на эти вопросы может ответить древняя китайская мудрость, своеобразная философия, которую принято называть геомантикой.

Основным научно-техническим составом? В основном научно-техническим составом являются инженеры, физики, математики, программисты. Там, в горах, они подпитываются эмоционально и в течение года до следующего похода чувствуют себя нормально.

Вряд ли вы встретите в горах походчика журналиста или писателя. Они выбирают для

отдыха уединенные места, где мало народа и много тишины, пространства.

Логозональный потенциал местности определяет и структуру нашего бытия. К примеру, купил человек дом в деревне, передал его, отремонтировал и уехал. Вернулся через месяц - стекла побиты, вези все поразано. Хозяину обидно до слез, и, конечно

Красноярский Государственный торгово-экономический институт производит набор на базе Канского политехнического университета по ускоренной форме обучения по специальностям: «Технология продуктов общественного питания» и «Товароведение и экспертиза товаров» с получением высшего или среднего специального образования. Телефон в Красноярске (8-22) 219074, в Канске 2-56-30, 2-55-90.

«Я должен выздороветь!»

Никакие, даже самые современные «забурные» препараты вам не помогут, если вы сами полностью не настроитесь на выздоровление, если не увидите себя: «Я должен, я могу одолеть свою болезнь». Ведь 65-70 процентов людей поддаются самовнушению, а лишь 8 процентов - полностью постороннему гипнотическому воздействию и 15-16 - частичному.

Что делать, если вам хочется расстерзать нутро?

Такие советы - дело сугубо индивидуальное. Но две главные вещи нужно помнить всем.

Погода в доме

Статистика Всемирной организации здравоохранения доказывает, что смертность вдов и вдовцов в 10 раз выше общей смертности всех лиц этой возрастной группы. А заболеваемость разведков примерно в 12 раз выше, чем у женатых и замужних этого же возраста.

1. Если нет сил больше видеть свою вторую половину, можно, конечно, излить душу подружкам за рюмкой водки. Или поплакаться со слезами. Но если это и снимет напряжение, то ненадолго. Советы подружек - дело ненадежное. Лучше всего - обратиться за помощью к психологу: вам просто необходимо посмотреть на себя со стороны, причем глазами специалиста.

2. Прекратите себя жалеть! Перестаньте видеть в жизни только плохое. «Я самая обаятельная и привлекательная» - повторяйте эту фразу каждое утро раз по тридцать. Все правильно, по методике героини Ирины Муравевой.

Ни дня без смеха!

Еще великий Гиппократ утверждал, что смех - это лучшее лечебное средство. А много позже доктор Петар Бокан доказал, что для поддержания нормального здоровья человек должен смеяться каждый день. Он же вывел и норму смеха. Для женщин - 13-16 раз, для мужчин - не менее 17! Английские психологи эту норму определили по времени - ежедневно смеяться за не менее 10 минут.

Чем ссориться, лучше солгать друг другу

Издерганный семейными неурядицами человек встретил своего приятеля и говорит ему: «Послушай, дружище, вот нам с тобой по 70 лет. Но я выпилку на все 70, а тебе и 50 не дашь. Почему это?» Тот ему отвечает: «После свадьбы мы с женой договорились, что если один из нас будет злиться и раздражаться, другой не должен отвечать ему тем же, а обязан поить поить!»

Кой добавил: «Вот я и гуляю столько все свободное время, а после прогулки у меня к в.к. и.к. я здоров и счастлив». Наверное, это и сохранил меня молодым!»

УЧРЕДИТЕЛИ: трудовой коллектив редакции, управление печати и информации Красноярского края.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ: ответственный секретарь - Г. Ю. БАРАНОВСКАЯ; зав. общественно-политическим отделом - Л. В. ВАСИЛЬЕВ; зав. отделом информации - К. Ф. ДАНИЛЕНКО; зав. производственно-экономическим отделом - В. Г. ЗЫКОВ; фотокорреспондент - Е. В. ПЕРВУХИНА.

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 663477, г. Кандиск Кежемского района Красноярского края.

ТЕЛЕФОНЫ: гл. редактор, приемная - 41-31, отв. секретарь, редактор - 4-48-43, отв. информации, политический отд. - 4-45-21, произв.-эконом. отд., бухгалтер - 4-46-33, полиграф. участок, отв. доставки - 4-28-98.

Главный редактор - Н. В. ЗОНОВА.

Газета сверстана в компьютерном центре «СП», отпечатана в Канской межрайонной типографии. Печать офсетная. Мнения и выводы редакции могут не совпадать с мнениями и выводами авторов писем и статей. Редакция вправе отказаться в публикации писем и статей без объяснений с авторами, за исключением официальных опровержений. Индекс - 52335. Тираж - 4600 экз.