

Советское Печанга

Общественно - политическая газета Кежемского района

1 октября
2000 года
ВОСКРЕСЕНЬЕ
118-119 (8669-70)

Районные будни

С овощами будет туго

В незавидное положение нынешней осенью попало районное здравоохранение. Из выделенных краем средств на досрочный закуп продовольственных товаров на приобретение овощей для организации питания больных районная администрация выделила ЦРБ... аж 30 тысяч рублей. Хотя, даже по самым скромным подсчетам, для этих целей необходимо как минимум около 200 тысяч рублей. Вот и гадает сегодня руководство районной больницы: то ли купить на эту сумму моркошку, то ли картошку, а то ли всего понемножку.

Мешает непогода

На удивление большой урожай янтарного сибирского золота - живицы - удалось собрать в нынешнем сезоне на мастерских участках Ковинского химлесхоза. Но, как рассказал директор предприятия В. С. Моргу, даже это его не очень радует и вполне возможно, что собранная таким трудом живица будет «заморожена» в воронках прямо на стволах. Причина этому до банальности проста - непогода. Дожди наплатили водой землю так, что ни внедорожные автомобили, ни даже «трельовичники» не могут добраться до участков и развезти по картам необходимую для сбора бочкочкары. Если в ближайшее время не установится хотя бы на неделю солнечная сухая погода, то живица может так и остаться в лесу, а предприятие и соответственно рабочие - без оплаты по несевшим затратам и заработной платы. Вот уж воистину - ситуация!

Зима пановцам не страшна

Как оказалось, этот руководитель учебного заведения, благодаря своему опыту, расторопности и ответственности, смог так организовать заготовку дров для школьной котельной к предстоящему отопительному сезону, что на сегодняшний день их объем составляет около 300 кубометров, причем сухих и хороших. Этого объема, считают в районной администрации, с избытком хватит едва ли не на весь отопительный сезон. Вот бы у кого поучиться нерадивым руководителям, у которых и по сей день у котельных нет даже щепки.

За наличный расчет

Начинающаяся подписная кампания будет проходить в нашем районе без взаимозачетных операций. Примерно такое заявление прозвучало недавно из уст начальника Кежемского РУПС В. Г. Андришиной. Вызвано оно тем, что по сей день так и не погашен долг РУПСу в размере 11 тысяч рублей за оформленную по взаимозачету подписку. Для кого-то этот долг может показаться небольшим, но для маленького управления почтовой связи это приличная сумма. А по сему, если хотите быть в курсе событий в стране, в крае и в районе, готовьте денежки.

Выучили И... отпустили

Часть районных стипендиатов после окончания вузов так и не вернулась в район для работы на наших предприятиях и учреждениях. Руководство РУО считает, что молодые специалисты поступили так из-за нерегулярной выплаты районной стипендии, что привело к образованию у стипендиатов большой задолженности. И хотя эта задолженность у многих практически погашена на 50 процентов, возвращаться в район вчерашние студенты не намерены, считая, что свое образование они приобрели самостоятельно. Впредь, считают специалисты РУО, такого быть не должно, и потому сегодня ими ведется большая работа, позволяющая ужесточить контроль за исполнением сторонами договорных обязательств.

Подготовил Константин ДАНИЛЕНКО.

Вопросы и главным

Чем вы будете заниматься, уйдя на пенсию?

Антонина Анатольевна ПИПКИНА, шеф-повар школы № 2:
- До пенсии мне еще далеко. Но когда время придет, то без дела сидеть не буду. Можно и на пенсии где-нибудь подзаработать. Конечно, на даче буду ковыряться, овощи разводить. А может, буду внуков воспитывать. Правда, их у меня нет. Но я думаю, к пенсии появятся.
Танечка, 5 лет:
- А я пока на пенсию сейчас не пойду. Я сейчас гулять собираюсь.
Сергей ЧУГУНОВ, слухачий, 23 года:
- Наверное, я объезжу весь мир. Сначала поеду в Париж. Затем в Венецию. Очень хочется покататься на гондолах и услышать знаменитые песни гондольеров. Потом, наверное, я отправлюсь в Лос-Анджелес. Почему туда? Нравится мне этот город. Мечтаю увидеть Голливуд. Потом... Да мало ли интересных мест на планете!
Ольга ТИХОМИРОВА, 13 лет:
- Если после ухода на пенсию у меня будет много денег, то я поеду в кругосветное путешествие. Если же денег не будет, то я начну разводить разных животных и птиц, например, пулюгав. Так, для радости. Ну и, конечно, внуков воспитывать.

которой сюда приехал, не прельщает. Может это потому, что мать моя - чистокровная сибирячка.
Ну а чем займусь, выйдя на пенсию? Скорее всего, как и сейчас, работой, то есть, если ничего путевого в стране за это время не произойдет, то прожить на одну пенсию вряд ли отважусь. Так что готовлю себя к пожизненной работе.

Тамара Яковлевна МУЛЯКОВА, начальник финансового управления администрации Кежемского района:

- Я ощущаю себя молодой, и состояние здоровья позволяет пока не задумываться над этим вопросом. Буду работать на своем рабочем месте, пока во мне, в моих знаниях будет потребность. Ну а если вдруг когда-то все надоеет и захочется отдохнуть, то есть у меня сокровенное желание попутешествовать, посмотреть мир. Но, наверное, эта мечта так и останется мечтой. Поэтому скорее всего я буду отдыхать за любимым занятием - вязанием, ходьбой на лыжах, буду возиться на огороде.

Олег Алексеевич САИДОВ, начальник отдела УР Кежемского РОВД:

- На пенсию я пока не собираюсь. Еще молодой, поработаю. Как долго это продлится, не знаю. Наверное, до тех пор, пока будут силы, желание и здоровье. А когда наступят другие времена, обязательно, в первую очередь, займусь семьей. Ведь мы, сотрудники милиции, как правило, нашим домочадцам уделяем невольнительно мало внимания и времени. А долги, как известно, надо отдавать. А еще более основательно займусь охотой и рыбалкой. Чтобы не от случая к случаю попадать в лес, на реку, а как можно чаще.

Подготовили Валентина БУТАКОВА, Леонид ВАСИЛЬЕВ, Константин ДАНИЛЕНКО.

1 октября - День пожилого человека

Ежегодно 1 октября отмечается День пожилого человека. Этот день утвержден Резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН в 1990 году. Цель проведения - привлечь внимание к проблемам пожилых людей.

С каждым годом во всем мире средний возраст населения становится выше; численность детей, подростков и молодых людей сокращается. Доля пожилого населения еще длительное время будет расти. Старение населения требует переоценки роли пожилых людей и коренного изменения отношения к ним.

Наш район не является исключением. Свыше 4000 населения района достигли пенсионного возраста, 0,8 процента из них - старше 80 лет. Администрацией района с целью решения проблем пожилых людей открыт социальный приют для престарелых в п. Недокура на 30 мест, социальная гостилица и отделение социальной помощи на дому.

В этом году улучшилось финансирование этих учреждений. Проводится работа в социальном приюте, приобретены сложная бытовая техника, предметы ухода, мягкий инвентарь, мебель - затрачено 150 тыс. руб.

Выделено помещение и приобретена мебель отделение социальной помощи на дому, которое обслуживает более 90 человек.

Для улучшения условий проживания в социальной гостинице выделены средства на ремонт в размере 20 тыс. руб.

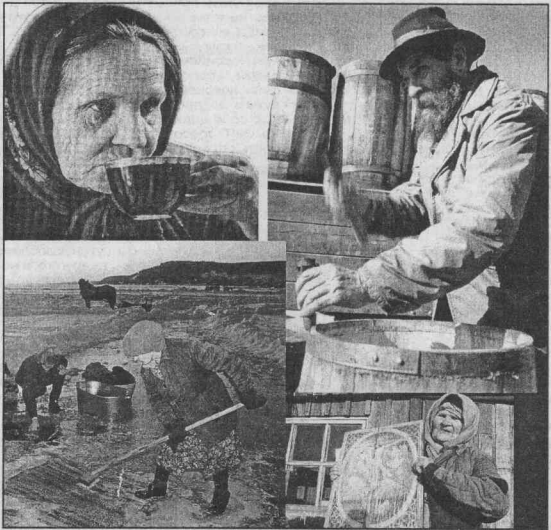
Управлением социальной защиты населения постоянно оказывается адресная социальная помощь одиноким пенсионерам, инвалидам.

В 2000 году 703 пенсионера получили наборы гуманитарной помощи; 32 пенсионера поправили здоровье в санаториях края, 1053 человека получили различную социальную помощь на сумму 200 тыс. руб.

Сотрудники управления работают в тесном контакте с районным советом ветеранов.

Управление социальной защиты населения подзавляет всех пенсионеров с Днем пожилого человека. Желаем здоровья, счастья, семейного благополучия!

Л. КУЖЛЕВА, начальник УСЗН.



ПОЛИТКЛУБ

«СП»

Опрос

В чем причина провала сборной России на Олимпиаде-2000?

Россияне две недели с волнением и надеждой следили за событиями Олимпиады-2000 в Сиднее. Мы надеялись, что сборная команда нашей страны выйдет из нее победительницей и сохранит свой авторитет в мировом спорте. Но первые дни Олимпиады принесли нам немало разочарований. «Золото» уплывало из рук наших спортсменов, а за ним и победа российской сборной.

После семи дней проведения соревнований, мы решили спросить у наших читателей: в чем, на их взгляд, причина провала россиян на последних Олимпийских играх XX века?

Андрей МАЛЫШЕВ, горный мастер:

- Я стараюсь отслеживать все события Олимпиады-2000. Мне кажется, у российской сборной отсутствует тот стимул, который был у спортсменов в советские времена. Один мой знакомый говорит по этому поводу: «У нас не осталось ни Родины, ни славы». Этой фразой сказано все.

Александр Юрьевич АЛЕКСАНДИН, зам. начальника ОГПС-15:

- Думаю, что на выступление нашей сборной влияет не политика, не плохая подготовка, а последний год столетия. Время Олимпийских игр оказалось неблагоприятным для российских спортсменов. Их моральный дух уныл. Может, конечно, в этом повинно плохое финансирование или неадаптивная подготовка. Я же склонен приписывать все неудачи природным явлениям. Повторяю, год очень плохой.

В. Н. ЧУКОВ, бурьшищик:

- Причиной неудач России на Олимпиаде я вижу только в плохой школе. Хорошая подготовка - основа побед. А у наших спортсменов ее нет.

Елена К., студентка КГАУ:

- Мне кажется, некоторым российским спортсменам просто заплатили за проигрыш. Но хочется все-таки верить, что у нашей сборной патристические чувства возобладали над меркантильными интересами, и мы еще завоеуем много «золота». Я, думаю, есть еще порох в пороховницах.

Александр Степанович ЛОМЧИЦКИЙ, председатель районного комитета по физкультуре и спорту:

- Я не согласен с вашим мнением о том, что выступление нашей сборной в Сиднее - провал. Причины неудачного начала я вижу в том, что не только наши спортсмены говорились побеждать. Где-то, может быть, удача от нас отвернулась. Я думаю, что все еще наладится. Цыплят по осени считают. Российские спортсмены еще проявят себя в наших коронных видах спорта и окажутся в числе победителей. А то, что мы попадем в пятерку лучших, в этом я даже не сомневаюсь.

Подготовка

Валентина БУТКОВА.

Отклик
Свобода - значит порядок

ПРОЧИТАЛ в нашей газете статью «Сторит ли свобода слова?» и невольно задался вопросом - когда же, наконец, у нас наступит действительная свобода? Но разве может быть один нормальный человек быть против свободы слова или разумных действий. Конечно, нет. Ведь сколько не живет человек, он всегда стремился быть свободным и независимым.

Однако не всегда это получается. Не дают. Вот олигархи устроили жизнь, которую ну никак свободной не назовешь. Я имею в виду Березовского, Чубайса, Потанина, Гусинского и других. Кто бы последний нам, несмышляным, какими членами теля заребалили, они такие огромные состояния, которыми владеют. Ведь никто из них не изобрел и не сделал таких мировых открытий как Сахаров или Королев. Вот им бы не мешало бы иметь кое-что подлише, чем у других.

Или Доренко. Помните, как задавал он провокационный вопрос капитану подводника, почему, мол, он получает за свою работу меньше американского капитана? Не рассчитал журналистский киллер. Не получил ожидаемый ответ охавания Российского флота. Вот его бы самого спросить: «А сколько ты получаешь за свои труды «праведных»? По газетам -70 тысяч рублей в месяц да плюс еще сколько за свои нечестные вопросы в передачах...

Или почему незабвен-

ного Гайдара, который одним махом руки обобрал всю Россию и сейчас в Госдуме снова думает, какую бы еще гадость изобрести против своего же народа? Вот если бы у них, «правдолюбцев», было то высокое чувство приличия и совесть, наверное, они изменили бы свое мнение к обществу, в котором живут и кормятся.

Конечно, нет слов, были времена несправедливого отношения к людям. Никто не оправдывает этого. Но сейчас статистика молчит, не рассказывает, сколько убито в подъездах и на улицах людей, не раскрываются эти «проказы» даже против известных личностей, таких как Лисовский, Ходяков, Рохлин, Мень и многих других. Как говорят, спущено все на тормозах.

А вы помните, как только тронули Гусинского, что в прессе началось: и захим, и отсутствие демократии... А ведь демократия предполагает порядок и справедливость. Но у нас почему-то процветают кругом произвол и безответственность. И все с подачи таких, как тот же Березовский. Потому, что у них деньги, которые делают все.

Уже повальное большинство людей убедилось в том, что сегодняшняя программа, где они вынуждены - выстрел пшеном по воробьям. Они, слушая, едят и устраивают все так, что то больше заплатит, тот и депутат или еще кто из властных мушкетеров.

Смотришь на все это и приходишь к выводу, что выборы в ту же Думу надо проводить не по партийным спискам «котов в мешке», а за каждого кандидата в отдельности.

По телевизору в беседе с В. Матвиенко был задан вопрос: «А несут ли ответственность государственные чиновники за задержку денег на детские пособия и зарплату в Чечню контрактникам и «женщам?» Она ответила, что это лежит на их совести, является моральной стороной. Кака у этих делег мораль? И какое им дело, что страдает люд? А вот когда за невыполнение обязанности дали бы этим чиновникам под зад, другим бы не повадно было.

Вот и Березовский. Он чихал на общественное мнение и обеими руками гребет толк под себя, щедро оплачивая гнусную ложь и всякие скандалы.

Наш народ познал много лиха, пережил он «самодельные» переломы и реформы самые разные. Но его все еще не покидает надежда на лучшее. Так уж мы устроены.

Сейчас в нашем районе чувствуется оживление в экономике. Это мы заметили на недавнем праздновании Дня работников леса. Предприятия-лесогазотопители набирают темпы и объемы заготовок древесины. И люди как-то добрее стали. Думаю, что возрождение былой нашей славы непременно состоится.

В. ПОТИМКО, пенсионер, г. Козинск.

Робин Гуд с почасовой оплатой ищет работу

СВЕРХПОПУЛЯРНОЙ ведущий первого канала Сергей ДОРЕНКО снова «слухово безработный». Условно - потому что заместителя гендиректора ОРТ и члена совета директоров никто так просто не уволит. Это уже не скандал, ушедший с РТР после ссоры с Н. Сванидзе. И не хлопотный дьявол на НТВ автор неудачного телерепорта «Характерь». Сегодня - это человек, который не боится никого. Это он заявил в недавнем интервью: «Первый канал - мой, а не Путин». А Путин думает, что буду работать на 1-м канале, вспоминая о Путине через какое-то время также, как вспоминаю сейчас о Горбачеве и Ельцине».

СЕМЕРО ПРОТИВ ТРОИХ

САМОЙ главной интригой развивающегося скандала вокруг «удушения властями свободы слова», остается то, почему государство, владеющее 51 процентом акций ОРТ, не контролирует ситуацию, не определяет политику телеканала. Новая кремлев-

ская команда объясняет это тем, что В. Березовский с помощью «сельскохозяйственной семьи» утвердил устав ОРТ в таком виде, что политические решения приходится принимать едва ли не единогласно. И действительно, состав совета директоров ОРТ, с указанием должностей на 20 июня 2000 года, демократичен только на первый взгляд:

Почетный председатель - Александр Яковлев, Председатель совета директоров ОАО «ОРТ» - Виталий Игнатенко, гендиректор ИТАР-ТАСС, Исполнительный директор ОАО «ОРТ» - Аркадий Патаркашвили.

Игорь Шувалов, руководитель аппарата правительства РФ, Игорь Шабдурасулов, первый заместитель руководителя администрации Президента РФ.

Алексей Громов, пресс-секретарь Президента России, Михаил Селславинский, первый заместитель министра РФ по делам печати, Константин Эрст, гендиректор ОАО «ОРТ», Екатерина Березовская, дочь, Сергей Доренко, заместитель гендиректо-

ра ОРТ, Юрий Дубов, заместитель гендиректора ЗАО «ЛогоБАЗ», Руслан Фомичев, председатель правления АКБ «Объединенный кредит».

Как видно невооруженным глазом, Президента РФ представляет один голос - это Алексей Громов, правительство - два (Шувалов и Селславинский), для антуража - Виталий Игнатенко. Остальные 7 голосов представляют лично



Березовского, которому, таким образом, и незначим входить в состав акционеров. Но там же, в Кремле, говорят и другое - В. Путин считает, что все нужно привести в соответствие и вновь начать контролировать самый крупный телеканал Российской Федерации, воспользовавшись наконец пресловутым 51 процентом.

Как сообщили «АиФ» на ОРТ, госсобственность распределяется так: 45 процентов - у Мингосмушества, 3 процента - у ИТАР-ТАСС и 3 процента у ТТЦ (телевизионно-технического центра). Наш источник в дет, как заплатавается Счетной палате уточнил, что на данный момент у ИТАР-ТАСС уже 3,5 процента акций, потому что Мингосмушество в ередало свои 0,5 процента акций ИТАР-ТАСС, чтобы те от-

дали их вместе со своими под залог в 100 миллионов Внешэкономбанку. По распоряжению ИТАР-ТАСС, пусть и заложены, оказались 35 акций, а у ТТЦ - по-прежнему 30 (это и есть 3 процента).

СТРАШНЫЙ БАРИН

ВЕРНЕМСЯ к С. Доренко. Внешне он здорово изменился. Полнел. Стал валяжее. Эдакий барин, которого все боятся. Впрочем, для крупных чиновников он действительно опасен. Хотя многие из них испытывают уважение, когда он разоблачает кого-то другого, а не себя.

С удовольствием смотрит его и рядовой зритель. Приятно видеть, как заплатавается гразью «золотая» Москва. Кроме того, ОРТ - единственный принимаемый повсеместно центральный канал. Давно приватизированное ОРТ по-прежнему остается для миллионов людей рупором государства, к которому все привыкли за 40 лет. Отсюда - и высокий рейтинг программы С. Доренко.

Доренко любит говорить о том, что у него - не программа те блага, которые за «Время», а личная совесть. Доренко, ражадет свою личную точку зрения. Согласен, если бы не одно «но». Его «личная программа» идет 55 минут. Стоимость известного рекламы в 21,00 в телекритика Ирины Петровской.

Он любит рассуждать о свободе слова. Чего слова? Слова Березовского? Слова С. Доренко, который, как он выражается, «говорит то, что думает, и расправляется со своими личными врагами», используя для этого общественный канал?

Что в остатке? Доренко обещает вернуться на ОРТ через тысячу лет. Тут он прав. Вяззались в интриги олигарха, злит в общем-то талантливый человек разрушил себя не объективностью и злобой. Рано или поздно и неискушенный телезритель, который сделанное год назад не принял из-за предложенной суммы в 1 миллион долларов в год (а полтора миллиона хозяин «Медиа-Моста» по-

Ольга КОСТЕНКО-ПОПОВА, «АиФ», сентябрь 2000 г.

БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА.

«Тальятти. Удельный вес производства промышленных продуктов этого города в общем объеме Российской Федерации составляет около двух процентов. Продукция ВАЗа, заводов большой химии, каучука, фосфорных удобрений по-прежнему востребована, известна в России и за ее пределами. Крупный промышленный центр Среднего Поволжья

здесь работают 950 человек. Создана сплоченная профессиональная команда с высоким уровнем менеджмента и квалифицированно обученным персоналом.

«Техтранстрой» имеет мощную современную производственную базу, оснащенную передовыми итальянскими технологиями по производству строительных материалов, конструкций и изделий из высококачественных сортов древесины и природного камня с об-

на нижних складах «Техтранстрой» для дальнейшей отправки и распиловки. Основным видом отправки древесины до центральной части России служит железнодорожный транспорт.

Красноярский регион - традиционный крупнейший экспортер леса. Отмечено высокое качество заготавливаемой здесь древесины и особенно в Кежемском Приангарье, где длина стволов порой достигает 30-35 метров. На сегодняшний день

В связи с празднованием Дня работников леса распоряжением главы района В. Е. Говорского награждены почетными грамотами района и ценными подарками

За особые заслуги перед районом и многолетний добросовестный труд в лесной отрасли:

СТРАШНИКОВ Николай Васильевич, ЛЕОНЧУК Библинур Тимербаевич, БУРЕНЬ Иван Васильевич, СЛОБОДЧИКОВ Анатолий Владимирович, ЛИМЕРОВ Василий Васильевич, НИКУЛИН Николай Павлович, МОРГУН Владимир Семенович, ГРИБАНОВ Анатолий Николаевич, НЕУСТРОЕВ Иван Петрович, СТУКАЛОВ Геннадий Борисович, ПРИВАЛИХИН Михаил Евгеньевич, КОХ Егор Егорович.

Ветераны лесной промышленности за многолетний добросовестный труд:

ДЕРЕВЯННЫХ Николай Григорьевич, ГОРШКОВ Николай Иванович, СИЗЫХ Иннокентий Захарович, ВЕРХОВЫХ Александр Григорьевич, БУРЕНЬ Мария Яковлевна, ПАВЛЕНКО Наталья Сергеевна, ИВАНОВ Александр Константинович, ГЕРУЦКИС Валентина Александровна, СТРАШНИКОВ Анатолий Михайлович, ШЕКЛЯЕВ Герман Гаврилович, БЕЛОУСОВ Геннадий Евгеньевич, БЕЛОВ Геннадий Константинович, СТРАШНИКОВ Александр Васильевич, ВЫСОТИН Виктор Анисимович, РУКОСУЕВ Василий Иванович, ПОПОВ Анатолий Васильевич, КУЗЬМИН Валентин Иванович, ПОПОВ Валентин Николаевич, ШУЛЯК Степан Ефимович, СИЗЫХ Василий Михайлович, ЯРЬШКО Иван Прокопьевич, МАРИНИЧКО Иван Сергеевич, КУЗЕНКО Александр Петрович, КОКОРИН Анатолий Семенович, БАЛАШОВ Владимир Григорьевич, ЛООС Василий Мухитдинович, КОЛПАКОВ Василий Васильевич, НИКОЛАЕВ Борис Николаевич, МАРЧЕНКО Николай Иванович, ПОДОПРИГОРА Александр Федорович, ПАНОВ Георгий Михайлович, ПАНОВ Олег Михайлович, КОЛПАКОВ Вениамин Семенович, ПОПОВ Адольф Васильевич, САМАЛЪ Михаил Николаевич, КАМЕНСКИХ Петр Еремьевич, БОРОНЕНКО Виталий Николаевич, МАРКЕВИЧ Евгения Брониславовна, ИГНАТЬЕВ Михаил Сергеевич, КРУПИН Иван Самсонович, БАБАНИН Евгений Архипович, ПОПОВ Михаил Михайлович, РАДАЕВ Генрих Дмитриевич, ПОТИМКО Василий Сергеевич, ВЕРХОВЫХ Борис Петрович, ИГНАТЬЕВ Анатолий Михайлович, ТИМОШЕНКОВА Александра Ивановна, ГУЖАВИН Вячеслав Александрович, ЕРЕМЕВ Николай Павлович, ЛЯЦЕВ Михаил Андреевич.

За многолетний добросовестный труд в лесной отрасли района:

РОЖКОВА Елена Артемовна, СТАСЮК Борис Иванович, СВИНКИН Валерий Иванович, МАХЛАЕВ Анатолий Федорович, КУРУМЧИН Борис Иванович, ЛЕОНЧУК Яков Иванович, ЦИРКУШВИЛИ Владимир Владимирович, ПОПАРЕВ Геннадий Петрович, ТУРЧЕНКО Александр Николаевич, НОСЕНКО Алексей Григорьевич, МАТВЕЕВ Александр Петрович, ЕВСТИФЕЕВ Петр Васильевич, АРХИПОВ Владимир Витальевич, СЫРБУ Михаил Григорьевич, ШЕВЕЛЕВ Вячеслав Михайлович, МАКАРОВА Людмила Филипповна, ПОНОМАРЕНКО Виктор Николаевич, БОНДАРЕНКО Руслан Вячеславович, ДУТОВ Валерий Васильевич, ГОЛОВИН Юрий Семенович, ЕМЕЛЬЯНОВ Владимир Платонович, ОЛЬХОВ Леонид Александрович, КАЛИНИН Владимир Федорович, ПАНКАТОВ Василий Георгиевич, МУХАЧЕВ Николай Иванович, ГИГАЛАС Альгердас Пронасович, ТАРАБАНОВА Валентина Васильевна, ЗАБОРЦЕВ Владимир Михайлович, КАЧИН Иван Михайлович, ТРОГИН Алексей Федорович, КАРАВАЕВ Виктор Михайлович, СОКОЛОВ Алексей, ПРИВАЛИХИНА Валентина Алексеевна, ВЛАСОВ Александр Петрович, КЮБЕРДТ Данил Радиевич, РУКОСУЕВ Николай Васильевич, РУКОСУЕВА Мария Леонтьевна, СИЗЫХ Валентин Степанович, ПАНОВ Николай Яковлевич, ВОРОНОВ Валерий Васильевич, ПРИВАЛИХИНА Валентина Алексеевна, БОРОНЕНКО Таисья Михайловна, САВВАТЕЕВА Александра Ильична, Аркадий Николаевич, ПРИВАЛИХИН Петр Валерьевич, УСКОВ Николай Иванович, ПОМНОСОВ Владимир Семенович, ГАВУДОВ Давид Рамазанович, КУДРЯШОВ Александр Евгеньевич, ВАЖНИЦКИЙ Петр Тощикович, ЛОМАКИН Петр Павлович, ТОМБАСОВ Геннадий Михайлович, ЖУКОВ Александр Алексеевич, ГАЗРАТОВ Гаджи Абдулла Ахмет-Оглы, ПЕТРОВ Владимир Алексеевич, ЮШКОВ Владимир Федорович, РУСИНОВ Анатолий, ПУЧКОВ Владимир, КОПЫТОВ Герман, ГРУЗНОВ Борис, ТРУХАЧЕВ Виктор, САМОВАРОВ Юрий, КУРТЕЕВ Александр Аркадьевич, КАРАСЬ Сергей Адамович, КАРАСЬ Вера Александровна, УГАЙНОВ Петр Данилович, СИТНИКОВ Леонид Григорьевич, КУЗНЕЦОВ Александр Иванович, ПАНАЧЕВ Леонид Филиппович, МАКАРОВ Иван Филиппович, ГИГОРЬЕВ Михаил Григорьевич, МУХАМАДИЕВ Александр Шагевич.

Почетными грамотами Кежемского района за плодотворную активную работу по развитию лесной промышленности в Кежемском районе:

КОРЯШКИН Виктор Владимирович, ХМЕЛЕВСКАЯ Валентина Николаевна, ФАХРУТДИНОВ Равиль Хусанович, СЕРГЕЕВ Анатолий Андреевич, ГУБИН Олег Дмитриевич, ПАНОВА Людмила Викторовна, НИКИФОРОВА Римма Николаевна, ЛОРЕН Петр Филиппович, ЮРЬЯНОВ Эдуард Иванович, КРУТЕВКОВ Анатолий Алексеевич, КЛИЩЕНКО Владимир Иванович, ИВАНОВ Петр Николаевич, ВАРОЛОМОНОВ Виктор Илларионович, МАРКИН Владимир Ильич, ЕРЕМИЧ Алексей Витальевич, ЗЫКОВ Виктор Ильич, ЛОБКОВ Сергей Игоревич, РАКИТСКИЙ Виталий Федорович, АБАРЯНОВ Михаил Алексеевич, МОРДУХОВИЧ Виктор Григорьевич, СОБОРИН Павел Федорович, СКОТНИКОВ Александр Васильевич, ТЕРЕЩЕНКО Михаил Николаевич, БРЮХОВ Виктор Петрович.

Почетными грамотами Кежемского района трудовые коллективы за эффективную работу, экономические и социальные достижения:

ООО «Имба-лес», ООО «Агранская лесопромышленная компания», Кодиный лесхоз, ООО СП «Бива», УП-288/1 Министа РФ, Тагаринский филиал ЗАО «Лесосибирский ЛДК-1».

Инвестиции Кто к нам пришел

Все чаще в нашем районе заходят разговоры о тальяттинском «Техтранстрое», организовавшем у нас свое дочернее предприятие «Техтранстрой-лес» с целью обеспечения головного производства лесосырьевыми материалами. Говорят о «ТТС-лесе» на самом веру районного и краевого руководства, судачат на кухнях, в очередях за пенсией и детскими пособиями - везде и все, кому уже изрядно надоело «владеть» и очень хочется жить по-человечески. Что же это за «ТТС», откуда он взялся и сумел вдруг заставить людей повернуть к нему голову? Ведь на нашем веку разное бывало - придут, наговорят красивых слов, взбаламутят честной народ, а как дело коннется действовать, смотришь, а их уж и след простыл.

Раньше приходил на работу «новенький» в обязательном порядке заполнял анкету с очень многими вопросами. Помните? «Не состоял, не привлекался, не имел...». Сегодня анкет с такими вопросами уже нет, остались только те, что раскрывают деловые качества вновь пришедшего.

Вот и мы решили сообщить читателю о новом предприятии, изложив его трудовую, так сказать, биографию. Она, на наш взгляд, довольно интересна и обещает наперед не пожалеть о том дне, когда свела кеймарей судьба с «пришельцами» из Среднего Поволжья.

предложает динамично развиваться и испытывает потребность в качественных строительных материалах и изделиях. Удобные подъездные пути, наличие энергетической базы и ряд других преимуществ позволили сделать Тальятти инвестиционно привлекательным, несмотря на экономическую ситуацию России в целом.

Все эти условия и подтолкнули предпосылкой для возникновения крупных современных предприятий по выпуску строительных изделий, таких как «Техтранстрой». Это предприятие по производству строительных изделий из дерева и камня уже заслужило известность и отличную репутацию во многих регионах России.

«Техтранстрой» создан 11 лет назад, в 1989 году. За эти годы, несмотря на работу в условиях экономической и политической нестабильности, предприятие не только выросло из маленького (с коллективом в четыре человека) в современное высокотехнологическое производство, но и приобрело неоценимый опыт. Сегодня

собственные инвестиции «Техтранстройка» составили более 1,5 миллионов долларов. В результате инвестиционных вложений сегодня «ТТС» осуществляет комплексный подход от заготовки древесины до изготовления конечного продукта.

Дочернее предприятие «ТТС-лес», прописавшееся у нас в районе, в этой комплексной технологической цепочке как раз и начинает свою деятельность «от корня», то есть ведет заготовку и вывозку древесины к уже строящемуся лесопильному заводу, способному в недалеком будущем переработать и отправить головному предприятию в Тальятти до 300 тысяч кубометров сортиментов в год, а также обеспечить рабочими местами уже к будущей весне более чем 1000 человек. Это не только непосредственные рабочие на заводе, а и люди, занятые заготовкой и вывозкой древесины.

Вот такие основные штрихи к портрету нашего нового инвестора. Думаем, что даже эти краткие сведения о нем привлекут внимание многих, и не только в нашем родном Приангарье.

**Подготовил
Леонид ВАСИЛЬЕВ.**

Традиции

Связь времен и поколений



Директор Кодинского лесхоза В. В. Заболотин. «Лес - наше общее дело, общая забота»

Я очень люблю авторскую передачу Леонида Филатова «Чтобы помнили...». Нельзя не восхищаться настойчивостью, с какой этот сегодня очень больной человек пытается донести до нас правду о своих друзьях-актерах, трагически ушедших из жизни, забытых страной, ради которой они работали и творили. Один человек - Леонид Филатов - с удивительной преданностью и любовью воскрешает их подзабытые лица и имена, освобождая от плена забвения, чтобы помнили...

Как важна эта позиция сегодня, когда за десятилетие перемен будто тяжелый каток прошелся по стране, уничтожая все прежние заво-

евания, разрушая обычаи и традиции, которыми мы совсем недавно гордились. Предательство и забывчивость - тяжкие грехи, не может народ, позабывший свое прошлое, предавший старшее поколение, возродить и отстроить Россию заново. И, к счастью, все больше и больше уголков в нашей стране, где стали задумываться об этом, пытаются возродить то, что было бездумно уничтожено в пылу перестройки.

Мне кажется, таким уголком можно считать и наш Кежемский район, где достаточно людей, хранящих историю родной земли, делающих многое, чтобы не забывал Кежемский народ свою историю, чтобы помнил заслуги предыдущих поколений.

Именно эти люди задумали и провели 15 сентября торжественный вечер ветеранов и работников лесной отрасли в РДК «Рассвет». А задача изначально была поставлена непростая: собрать со всего района заслуженных ветеранов лесной отрасли, посвятивших многие годы развитию лесопромышленного комплекса района, вспомнить их трудовые подвиги и достижения.

Помогли в этом уже непростом деле (кто может вспомнить, когда в последний раз собирались ветераны-лесозаготовители?!), старожилы района, его бывшие руководители - Генрих Дмитриевич РАДАЕВ, Борис Петрович ВЕРХОВЫХ, Василий Сергеевич ПОТИМКО. Это они поименно назвали инициатору встречи - лесному отделу администрации - людей, которых нужно было обязательно пригласить на праздник. Список оказался внушительным, но это не испугало организаторов. Специалист лесного отдела Елена Федоровна Неделина и ее добровольный, очень активный помощник ветеран войны и труда Георгий Михайлович ПАНОВ, с задачей справились - в считанные дни все приглашения были розданы. Во все концы района (и за его пределы) полетели телефонограммы и письма.

Кроме ветеранов, приглашенные участвовать в мероприятии получили все ныне действующие предприятия и организации лесной отрасли. Почти все откликнулись. На тор-



Подарок получает орденносолец Иван Васильевич Буренов

жественном вечере присутствовали делегации ООО «Ангарская лесопромышленная компания», ООО «Кодинская лесопромышленная компания», ООО «ТТС-лес», ООО «Имба-лес», Кодинского лесхоза, В.-Ангарского химвлесхоза, Тагаринского филиала ЗАО «Лесосибирский ЛДК-1», УП 288/1, авиалесоохраны.

Спикерами праздничного застолья стали тоже сами лесозаготовители и лесники. Организаторы мероприятия очень благодарны за помощь руководителям ООО «Ангарлеспром-компани» (Г. Б. Стукалов), Тагаринского филиала ЗАО «Лесосибирский ЛДК-1» (С. В. Дмитриев), ООО «Имба-лес» (Б. И. Стасюк), Кодинского лесхоза (В. В. Заболотин), ООО «ТТС-лес» (А. А. Дружинин), ООО «Кодинская лесопромышленная компания» (Ю. И. Буркут).

Творческий, энергичный коллектив районного отдела культуры и РДК сделали все от него зависящее, чтобы гостям на празднике было интересно, уютно, комфортно, весело. Сценарий соединил в себе два начала, органично соединил приемы и наработки традиционного в прежние годы торжественного собрания и вечера по типу «Голубого огонька».

Вынос знамени и книги Почета, доклад, выступления, награждение ветеранов и передовиков грамотами и подарками неплохо совместились с тематической частью, программой художественной самодельности, веселыми конкурсами и разговорами по душам за праздничными столами.

Забывших, обиденных вниманием на вечере не было, ветераны искренне радовались вниманию, новое поколение - общению с коллегами по лесному цеху района. Цель была достигнута - участники встречи ощутили себя звеном одной цепи, почувствовали связь поколений и осознали, по моему, себя сообществом людей, от труда которых во многом зависит благополучие района.

Нелли ЗОНОВА.
Фото К. ДАНИЛЕНКО.



Член оргкомитета праздника Борис Петрович Верховых



Делегация ООО «Ангарская лесопромышленная компания»



Слова благодарности Анатолию Васильевичу Попову - ветерану Проспихинского лесопункта Кежемского леспромхоза



Ветераны лесной отрасли Виталий Николаевич Бороненко и Михаил Георгиевич Сырбу



Делегация авиалесоохраны



Николай Павлович Никулин - ветеран Дворецкого ЛЗП Кежемского леспромхоза

Выступление первого заместителя главы администрации района П. Ф. Безматерных на праздновании Дня работников леса

УВАЖАЕМЫЕ ветераны, работники лесной отрасли района, гости нашего праздника! От имени администрации района, по поручению главы района, а также глав населенных пунктов я искренне рад приветствовать вас на нашем празднике!

К сожалению, мы давно не проводили таких мероприятий, но на то были объективные причины. Во-первых, финансовые. Во-вторых, не очень веселое положение в лесной отрасли района.

А сегодня мы с удовлетворением можем сказать, что ситуация кардинально изменилась.

За последние два года мы в два раза увеличили заготовку древесины. В этом году мы надеемся достигнуть объема в 1,5 млн. кубометров.

Наши лесные предприятия вывели экономическую ситуацию, платят долги прошлых лет и оказывают серьезнейшую помощь социальной сфере района.

У нас эффективно работают два лесопильных предприятия на основе импортной технологии: ЗАО СП «Имба» (Кодинск), ООО «Никсис» (Недокум) и одновременно строятся еще два лесопильных производства в Кодинске. Строительство одного из них недавно открыл губернатор края А. И. Лебедь.

Если эти проекты состоятся, мы сможем перерабатывать на месте 60 процентов заготавливаемой древесины. И это не предел. Есть планы строительства лесопильных мощностей в пл. Таежный, Паново и Имбинский.

С большим удовлетворением нужно отметить, что у нас практически не осталось белых пятен, т. е. тех населенных пунктов, где нет лесной промышленности, за исключением дд. Бидея, Яркино и Усольево.

В прошлом году возобновила лесозаготовительную деятельность п. Таежный, появились лесозаготовительные предприятия в п. Златоустье, а текущим году дд. ЛДК-1 высадился в Кежме, и первые плоты пойдут на комбинат.

Серьезные объемы в этом году будут впервые за многие

годы заготовлены в п. Паново. Там лесники взяли на прицеп еще и бывший совхоз и уже начали жилищное строительство, чего в сельском хозяйстве района давно не было.

Все, о чем я говорю, происходит благодаря конкретным людям, которые собрались сегодня в зале, а также многим другим, кто не смог приехать или прийти сюда.

В первую очередь за успехи в лесной отрасли нашего района нужно благодарить и кланяться в пояс ветеранам.

Созданы традиции, которые живут до сих пор. До сих пор работают люди, которые воспитаны и обучены в 60 - 80 годы. 70 процентов «лесников» - немолодые люди, и на них держится отрасль. К сожалению, притока молодых невелика.

Невозможно назвать и поблагодарить всех, кто работал в лесной отрасли прежних лет. Это были великие труженики, у которых можно многому поучиться. Среди них: Егор Егорович КОХ - первый оператор

челюстного погрузчика (Проспихино), Бибинур Тимебаевна ЛЕОНЧИК - сборщица в Ангарского ХЛХ, отработавшая более 20 лет; Николай Васильевич СТРАШНИКОВ (п. Тагара); Михаил Михайлович ПОПОВ (д. Сыромолотово), Василий Васильевич КОЛПАКОВ - оператор

челюстного погрузчика Дворецкого лесопункта, Геннадий Константинович БЕЛОВ - мастер Проспихинского лесопункта, Иван Самсонович КРУТИН - пл. бухгалтер Кежемского лесхоза и многие другие, чьи имена мы сегодня будем называть, вручая грамоты и подарки.

Нельзя не сказать и о поколениях лесников, которое продолжает трудиться в новых экономических и социальных условиях, о тех, кто достойно «прошел» через трудные времена.

Среди них я бы назвал Геннадия Борисовича СТУКАЛОВА. Он воссоздал лесную промышленность в Таежном и оказывает большую социальную помощь поселку, как и директор

Кежемского хмилесхоза Анатолий Федорович МАХЛАЕВ, Владимир Семенович МОРГУНА - директора Ковинского ХЛХ. Его хмилесхоз не только наращивает объемы, но и ремонтирует мосты, дороги, возит дрова. На нем держится поселок Косой Бык.

К великому сожалению, с нами больше нет Владимира Николаевича ТИХАЮВИЧА, работавшего директором Тагаринского ЛДК-1. Владимир Николаевич не только вывел Тагаринский филиал ЛДК-1 на рубеж заготовок 120 тысяч кубометров в год, приняв его с объемом 30 тысяч, но и постоянно заботился о том поселке, где работало его предприятие. Давайте в этот вечер вспомним о нем.

Хочу отметить и Бориса Ивановича СТАСЮКА, который трудоустраивает население п. Имбинский, помогает Имбинской школе и поселку в целом.

Много в коллективах лесозаготовителей людей, которые трудятся с полной отдачей, но среди них я назову только некоторых из них, так как на полный перечень нужно очень много времени. Это Римма Николаевна НИКИФОРОВА - ст. мастер Тагаринского филиала ЛДК-1, вальщик этого же предприятия Эдуард Иванович ИЮРЬЯНОВ, водитель ООО «Ангарлеспромпкомани» Олег Дмитриевич ГУБИН, газозлектромашерик Равиль Хусанович ФАХРУТДИНОВ.

Отдельно хочется сказать о работниках Государственной лесной охраны, авиалесоохраны. Несмотря на сложнейшую финансовую обстановку, леса у нас в районе горят меньше, чем ранее, т. е. налажена более четкая их охрана. Значительно меньше стало лесонарушений.

Отлично трудятся Виктор Васильевич ЗАБОЛОТИН - директор Кодинского лесхоза, Анатолий Николаевич ГРИБАНОВ - пл. лесничий лесхоза, Петр Васильевич ВЕСТИФЕЕВ - лесничий Кодинского лесничества, Владимир Витальевич АРХИПОВ - госинспектор Проспихинского лесничества и другие.

Много сделали для лесной отрасли Елена Артемьевна РОЖКОВА, ветеран лесхозохраны, Юрий Семенович ГОЛОВИН, бывший директор Кежемского лесхоза.

На заслуженном отдыхе ветераны авиалесоохраны Вячеслав Михайлович ШВЕЛЕВ, Александр Иванович ВОРОБЕВ, но мы помним их добросовестный долготелый труд.

Хочется отметить Виктора Николаевича ПОНОМАРЕНКО, инструктора Кежемского отделения ППС, Руслана Вячеславовича БОНДАРЕНКО, инструктора ППС Проспихинского отделения, Владимира Федоровича КАЛИНИНА, инструктора-парашютиста Кежемского отделения авиалесоохраны.

Помним мы и о ветеранах МВД, которые строили лесные дороги, объекты соцкультбыта, лесные поселки и привнесли свою лепту в развитие района. В том числе, Виктор Федорович

РАКИТСКИЙ - начальник К-100, Михаил Алексеевич АБАРИНОВ - главный инженер, Виктор Григорьевич МОРДУХОВИЧ - зам. по строительству, Генрих Дмитриевич РАДАЕВ, Павел Иванович САБЯНИН - начальник сплава, Владимир Павлович ПРОКОПОВИЧ, Николай Иванович МУХАЧЕВ - начальник СИК-1 и многие другие.

Очень помогают лесной отрасли Евгений Георгиевич НАУМЕНКО и Анатолий Михайлович ИГНАТЬЕВ. Всех, кого я назвал сегодня, всех, кого еще будем называть в этот вечер, а также в целом работников и ветеранов лесной отрасли района и бывших руководителей района я поздравляю с профессиональным праздником и от всего сердца благодарю за ваш нелегкий, но благородный общественно-полезный труд.



И драгматики, и романтики

ПРАЗДНИК в ДК «Рассвет», посвященный Дню работников леса, собрал разных людей со всего района. Благодаря этому событию встретились много старых друзей.

Анна Петровна ГОЛОВИНА и Елена Артемьевна РОЖКОВА - давние подруги. Они вместе проработали в Кежемском лесхозе более двадцать лет.

Елена Артемьевна в 1967 году, как молодой специалист, была направлена в Кежму по распределению из Канского технологического техникума и начала работать инженером лесного хозяйства. В обязанности Рожковой входили лесозащита, контроль за добычей живицы и вырубкой леса, а также многое другое. Это только на первый взгляд кажется, что сколько деревьев не срубил, а тайга веками стоять будет - она же бескрайняя. А на самом деле лесное хозяйство всегда требовало больших забот, неослабного внимания и бережного обращения с каждой елочкой. Так что работы у Елены Артемьевны всегда хватало.

Анна Петровна занималась в лесничестве совсем другим делом. Она работала бухгалтером.

В 1967 году женщины познакомилась и подружилась так, что водой было не разлить. Они и дня не могли прожить

друг без друга, делились между собой самым сокровенным. Окружающие приходили в изумление, как они из дома на работу и обратно вместе ходят.

Но жизнь повернула так, что подруги разъехались по разным местам. Сначала Рожкова переехала в Новую Кежму, потом Головины - в Кодинск. Очень скучали подруги друг без друга, плакали даже. Шутка ли: двадцать лет был рядом с тобой человек, который и радовался за тебя и горевал. А потом раз - и только несколько строчек иногда от него приходят. Да ведь с письмом не поговоришь. А выбираться друг к другу в гости подругам было непросто.

Анна и Елена после долгой разлуки увиделись только благодаря празднику. Приглашение на него от лесного отдела для обеих оказалось одновременно и радостным, и неожиданным.

За праздничным столом подруги вспомнили старые времена, свою работу в Кежемском лесхозе и просто радовались встрече друг с другом.

НА ПОРЖЕСТВЕННОМ вечере присутствуют и те, на чьих плечах держится лесная промышленность района сегодня. Из руководителей лесопромышленных компаний самым молодым здесь был Борис СТАСЮК, директор

ОАО «Имба-лес». Бизнесмену всего 29 лет. В 1994 году Борис приехал в Имбу из Украины по приглашению брата, который в то время управлял Кодинским ЛДЗ СП «Агривуд».

Стасюк начал свою карьеру «лесного» предпринимателя с должности водителя лесовоза, затем поднялся до главного механика. В 1997 году он образовательно свое предприятие - ОАО «Имба-лес». Конечно, не без помощи брата.

Любопытно, что до начала работы в «Агривуде», Борис не имел никакого представления о лесном бизнесе. Сейчас же ОАО «Имба-лес» является процветающим предприятием, которое ежедневно поставляет в Братский ЛПК около 100 тысяч кубов древесины.

Борис утверждает, что заработки на его предприятии самые высокие и выплачиваются они регулярно. Задержки денег, если и бывают, то не больше, чем на полмесяца.

Для Имбы соседство с ОАО «Имба-лес» очень выгодно. Помимо предоставления рабочих мест, Стасюк взял под свое крыло школу. В скором времени Борис Иванович намерен расширить производство. Предпринимательство - то, видимо, в крови.

ЛЕС - СТИХИЯ, объединяющая и практиков-прагматиков, зарабатывающих неплохие деньги, и романтиков, чьих деньги интересуют постольку, поскольку. Главное для таких людей - участие в большом и нужном деле.

Именно таким человеком можно назвать районной фамилией Подопригора. Он также присутствовал на празднике. Александр Федорович ПОДОПРИГОРА проработал на

заготовках леса не очень долго - с 1970 по 1976 год, но след о себе оставил яркий.

В возрасте 27 лет Александр Федорович приехал в Кежемский район из города Николаев, что на Украине. Перед этим он закончил на Родине Судостроительный институт, был мастером спорта: выигрывал разные соревнования, в том числе и международные, по боксу.

Но тяга к приключениям побудила его бросить все и приехать в дремучие леса Сибири.

Александр Федорович несколько лет проработал бригадиром укрупненной комплексной бригады на заготовке леса в Болтурино. Тогда на лесовоках получали очень неплохие деньги. Но Александра это не удержало - когда началось строительство Богучанской ГЭС, он бросил тайгу и отправился строить новый город.

Все то же стремление принимать участие в чем-то грандиозном (а строительство новой гидроэлектростанции должно быть именно таким) заставило Александра Федоровича оставить лесную работу и освоить новые строительные специальности.

Ушел Подопригора на пенсию с должности директора каменногообитного завода. Но и на заслуженном отдыхе Александр Федорович на месте не сидит. Он охотится, рыбачит и принимает активное участие в общественной жизни.

К охотничьей и не замечаем ее как воздуха, который дышим. Но она играет большую роль в жизни и судьбах каждого из нас. Поэтому праздник лесников собрал таких разных людей.

Валентина БУТАКОВА.

КАРАМЕЛЬ



Страничка для девочек №3



Лето уже кончилось, а ты все еще не можешь в это поверить или не хочешь. Конечно, кому хочется тем более, что на каникулах ты как-то не нуждотойти от впечатлений, пережитых этим летом, зьями и о всем том, что произошло с летними друзьями и учителя, а тут еще эти уроки и первые контрольные, к коНет, я не собираюсь поздравлять тебя с началом учебного года. Сто говорим о том, что из себя представляет школьная жизнь, как предмал и учителя, как вести себя в школе, чтобы тебя правильно пониммнение о ней, изменится в лучшую сторону. Ведь недаром считают многие люди школьную пору лучшим временем своей жизни.

Не скучай,

лежа на задней парте, тупо уставившись в почти забытое лицо, смутно напоминающее лицо географички, которое зачем-то распинается по поводу степи и лесостепи, не нужно всем своим видом показывать, что лето кончилось и жизнь тоже. Сделай лицо попоуще, подумай, что не все так плохо, как кажется первые две учебных недели. Этот реабилитационный период пролетит так, что ты даже не заметишь. И вот почему:

1. Твоих рассказов о лете и рассказов твоих одноклассников хватит минимум на три недели. Это значит, тебе придется выслушать кучу невероятных историй, пересмотреть гору летних фотографий и ответить на 1000 и 1 вопрос друзей о твоём отпуске. Согласись, скучать некогда.
2. Не успеешь ты устать от нудных уроков, а тут традиционные дни на картошку, конечно не самый лучший отдых, но все лучше, чем школа.
3. Еще несколько дней, и тебя ждет осенний турслет, где с хорошей, дружной компанией не соскучишься. Ты уже чувствуешь, что просыпается интерес к шко... нет, пока только к школьным развлекательным мероприятиям. И не зря. Неделька-другая - и в школе Осенний бал. А там и до каникул недалеко. И не забывай - все-таки придется учиться, и только одно это не даст тебе скучать.



Учись

Все-таки основная функция школы - сделать тебя более-менее подготовленной хотя бы в одном направлении. И чем раньше ты выберешь для себя это направление, тем лучше. Не любить школу очень легко, направление, тем лучше, нежные жалобы на строгих учителей, возмущения по поводу пенны «этой чертовой школы» заводят на ложный путь: а что же делать тебе после школы? Знаешь ли ты точно, чем собираешься поступить ни в какой вуз. И знания эти не должны колыхаться

Чтобы найти свое место в жизни, ты ни на минуту не должна останавливаться в учебе. Твои знания должны подкрепляться новыми индивидуальными занятиями с преподавателем, участием в Олимпиадах. Выполнение всех домашних заданий, участие на уроках - все это только тебе на пользу. Четко выбери те предметы, которые тебе необходимы и ставитивах и бери дополнительные задания. Занимаясь на факультете было неплохо, если бы ты совмещала учебу с занятиями в спортивной секции. Ведь ничто так не тренирует характер и силу воли (которые просто необходимы для достижений в учебе), как спорт. И не жничь, что так свободного больше у человека нагрузки на день, тем рациональнее он распределяет свое время, и чаще случается так, что девочка, занимающаяся по несколько часов в день в какой-либо секции, посещающая сразу все факультативы, у которой по 10 репетиторов на неделю, да еще и музыкалка после уроков, все всегда успевает.



Ты будешь задействована во всех школьных творческих мероприятиях и не пропустишь ни одной дискотеки. Тебя зауважат и учителя, и друзья. Но знай, если ты хочешь начать учиться по-новому, времени на раскачку у тебя нет. И доводы типа: еще целых два года, год, месяц приведут только к одному результату: в конце концов, ты не найдешь в списках поступивших в хороший вуз своего имени.

Не забывай о себе

Я имею в виду не только внешний вид, но и поведение, манеру общения в школе, умение произвести впечатление, которое тебе необходимо. В том, что начались учебные дни, есть и свои прелести. Наверняка, тебе уже порядком надоела летняя одежда и летний персиковый макияж. Тогда вперед!

1. Позаботься о школьном гардеробе. С каждым началом учебного года у любительниц менять свой образ появляется возможность радикально изменить себя. Это может быть новая модная причёска, совершенно новая для тебя одежда или новые аксессуары. Возьмем строгий классический костюм, который обязательно покупать за безденежные деньги, можешь сшить в ателье или, если ты в этом мастере самой. Или приобрести симпатичную сумку, на которую ты уже давно молла бы сменить свой детский рюкзац. Бесформенные ботсы на платформе можно поменять на элегантные туфельки на каблукке. Если же тебя наоборот привыкли видеть в мрачном мешковатом пиджаке, юбке ниже колен, в очках с широкой оправой и туго затянутым хвостиком на затылке, то на удивление одноклассников в новом учебном году ты можешь преобразиться с помощью прикрасной стрижки, коротенькой юбочки или веселенького (в меру) платочка. А если подружки вдруг начнут тебя бурно обсуждать и высказывать неодобрение по пово-

ду твоего нового вида, не обращай внимания. Если ты сама довольна собой и чувствуешь себя комфортно в новой одежде, то все нормально.

2. Что касается косметики, то она, конечно, должна отличаться от летней (тем более, если ты захотела что-то в себе изменить). Начнем с теней. Если все лето ты пользовалась светлыми тенями теплых оттенков, то теперь можешь перейти к темным-коричневым или золотистотонам. Если же ты предпочитаешь светло-голубые, серебристые, белые цвета, то воспользуйся более холодными темно-серыми, стальнотенями. Тушью, как и прежде, совету не пользоваться, а если же с трудом можешь отказаться от туши, то попробуй черную или коричневую подводку. Если ты всемоу предпочитаешь подводку карандаш или розовенькую, летнюю помаду и блеск для губ можешь поменять на более

выразительную «емне на 2-3 тона) стой», помаду. Но помни, что школьный макияж должен оставаться школьным, и твоей задачей учителя. Лучше оставить милонидей, вызывая улыбку старшего поколения, что не мешает, а даже наоборот, помогают исправлять злосчастные тройки; чем вульгарно раскрасшенной, безвкусно одетой девочкой, глядя на которую преподаватель вспоминает о ее старых «хвостах».



Спрашивали? Отвечают.



«Здравствуйте! Меня зовут Наташа. Мне 11 лет. Я хотела написать вам раньше, но не решалась. Я хочу у вас попросить, чтобы «Карамель» выходила почаще. А теперь вопросы: 1. Как можно избавиться от прыщей? Можно их выдавливать? 2. Как, чем и когда нужно питаться, чтобы хорошо выглядеть и хорошо себя чувствовать? 3. Я и моя лучшая подружка часто споримся. Означает ли это, что мы друг другу надоели или это что-то другое? До свидания. Раннее воэроу спасибо.»

Спасибо, Наташа, что решилась все-таки мне написать. Попробую ответить на твои вопросы: 1. Разные виды прыщей лечатся по-разному. В твоём случае скорее всего это проблема переходного возраста. Старайся не есть много сладкого, жирного. Прыщи могут появляться как от неправильного питания, так и от грязи. Следи, чтобы лицо всегда было чистым, поры не загрязнялись. Используй или простую гигиеническую косметику или простую салфетку. Не думай выдавливать прыщи, не проводя предварительную чистку лица, и не продезинфицировав прыщики. Но все же лучше их не трогать. 2. В твоём случае, я думаю, еще не должен остро стоять вопрос по поводу того, как, когда и чем пи-

таться. Ешь больше фруктов и овощей, меньше сладкого. Старайся злоупотреблять солью. Старайся не есть после 20 часов, а для того, чтобы хорошо выглядеть по утрам ешь овсяную кашу (можно натереть в хлопья ореховую ягуду, яблоко, добавив орехов, мед, молоко, лимон - это есть под рукой). 3. О твоих ссорах с подругой. Ты, наверное, сама можешь ответить на вопрос: надоели вы друг другу или нет. Если вы лучше подруги и давно дружите, то мне думаю, что эти ссоры имеют большое значение. Но если ссоры делают ваше общение нездоровым, то, пожалуй, вам лучше расстаться. С уважением Е. П.

Программа телевидения

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 ОКТАБРЯ

1 6.00 Телеканал "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
10.20 Повесть "Смекалочка"
11.25 "Смекалочка"
12.00 "Смекалочка"
12.10 "Смекалочка"
12.15 Телеканал "Добрый день"
13.00 "Визит к Минотавру"
13.05 "Визит к Минотавру"
14.30 Программа "Вместе"
15.00 Новости
15.20 "Что нового за праздниками"
16.15 "До шестидесяти и старше"
16.55 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
18.00 Новости
18.15 "Ералаш"
18.30 "Моя семья"
19.40 "УСОРЕННАЯ ПОМОЩЬ". Сернал
21.00 "Слова в комнату"
21.05 "Слова в комнату"
21.00 Время свидания!
21.40 До свидания, Сидней, до свидания!
23.35 "ТЕМНЫЕ НЕБЕСА". Сернал

2 7.00, 8.00, 9.00, 10.00 Вести.
7.30, 8.45, 9.40 Доброе утро, Россия.
7.50, 8.50, 9.50 Городские новости.
8.15 Подборки.
8.25, 10.15 Черным по белому.
9.30 Москва - Минск.
8.35-8.45 Почта РТР.
10.20 Дюжурная часть.
10.35 Семейные новости.
11.00 "МАНУЭЛА". Телесериал.
12.00 Вести.
12.30 "САНТА-БАРБАРА".
13.30 "Что хочет женщина".
14.00 "Старая квартира". Одесса.
15.00 Вести.
16.25 "БОГАТЫЕ И ЗНАМЕНИТЫЕ".
17.20 "ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ".
18.00 Вести.
18.30 "ВСПОМИНАНИЯ".
21.00 Вести.
21.55 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ". Дело № 20
0.00 Вести.
0.05 Мелочи жизни
0.15 Валерия Прикормова.
0.30 "ТОК".
0.50 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ".
2.30 "Футбол + ТВ". С.А.Вашинджер.

ВТОРНИК 3 ОКТАБРЯ

1 6.00 Телеканал "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
10.20 "УСОРЕННАЯ ПОМОЩЬ-2". Сернал
11.00 "Чужая комната: 21.00".
11.40 "Когда мы плачем".
12.00, 15.00 Новости
12.15 Телеканал "Добрый день"
13.00 "Визит к Минотавру"
13.05 "Визит к Минотавру"
14.30 Программа "Вместе"
15.00 Новости
15.20 "Что нового за праздниками"
16.15 "До шестидесяти и старше"
16.55 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
18.00 Новости
18.15 "Николай Дроздов в парке"
18.30 "Слова в комнату"
18.50 "Моя семья"
19.40 "УСОРЕННАЯ ПОМОЩЬ". Сернал
21.00 "Слова в комнату"
21.05 "Слова в комнату"
21.00 Время свидания!
21.40 До свидания, Сидней, до свидания!
23.35 "ТЕМНЫЕ НЕБЕСА". Сернал

2 7.00, 8.00, 9.00, 10.00 Вести.
7.30, 8.45, 9.40 Доброе утро, Россия.
7.50, 8.50, 9.50 Городские новости.
8.15 Подборки.
8.25, 10.15 Черным по белому.
9.30 Москва - Минск.
8.35-8.45 Почта РТР.
10.20 Дюжурная часть.
10.35 Семейные новости.
11.00 "МАНУЭЛА". Телесериал.
12.00 Вести.
12.30 "САНТА-БАРБАРА".
13.30 "Что хочет женщина".
14.00 "Старая квартира". Одесса.
15.00 Вести.
16.25 "БОГАТЫЕ И ЗНАМЕНИТЫЕ".
17.20 "ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ".
18.00 Вести.
18.30 "ВСПОМИНАНИЯ".
21.00 Вести.
21.55 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ". Дело № 20
0.00 Вести.
0.05 Мелочи жизни
0.15 Валерия Прикормова.
0.30 "ТОК".
0.50 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ".
2.30 "Футбол + ТВ". С.А.Вашинджер.

СРЕДА 4 ОКТАБРЯ

1 6.00 Телеканал "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
10.20 "УСОРЕННАЯ ПОМОЩЬ-2". Сернал
11.00 "Чужая комната: 21.00".
11.40 "Когда мы плачем".
12.00, 15.00 Новости
12.15 Телеканал "Добрый день"
13.00 "Визит к Минотавру"
13.05 "Визит к Минотавру"
14.30 Программа "Вместе"
15.00 Новости
15.20 "Что нового за праздниками"
16.15 "До шестидесяти и старше"
16.55 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
18.00 Новости
18.15 "Николай Дроздов в парке"
18.30 "Слова в комнату"
18.50 "Моя семья"
19.40 "УСОРЕННАЯ ПОМОЩЬ". Сернал
21.00 "Слова в комнату"
21.05 "Слова в комнату"
21.00 Время свидания!
21.40 До свидания, Сидней, до свидания!
23.35 "ТЕМНЫЕ НЕБЕСА". Сернал

2 7.00, 8.00, 9.00, 10.00 Вести.
7.30, 8.45, 9.40 Доброе утро, Россия.
7.50, 8.50, 9.50 Городские новости.
8.15 Подборки.
8.25, 10.15 Черным по белому.
9.30 Москва - Минск.
8.35-8.45 Почта РТР.
10.20 Дюжурная часть.
10.35 Семейные новости.
11.00 "МАНУЭЛА". Телесериал.
12.00 Вести.
12.30 "САНТА-БАРБАРА".
13.30 "Что хочет женщина".
14.00 "Старая квартира". Одесса.
15.00 Вести.
16.25 "БОГАТЫЕ И ЗНАМЕНИТЫЕ".
17.20 "ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ".
18.00 Вести.
18.30 "ВСПОМИНАНИЯ".
21.00 Вести.
21.55 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ". Дело № 20
0.00 Вести.
0.05 Мелочи жизни
0.15 Валерия Прикормова.
0.30 "ТОК".
0.50 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ".
2.30 "Футбол + ТВ". С.А.Вашинджер.

ЧЕТВЕРГ 5 ОКТАБРЯ

1 6.00 Телеканал "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
10.20 "ОСТАВКА ПО ТРЕБОВАНИЮ АВТОБУСЫ НЕ ХОДЯТ". Сернал
11.00 "Чужая комната: 21.00".
11.40 "Когда мы плачем".
12.00, 15.00 Новости
12.15 Телеканал "Добрый день"
13.00 "Визит к Минотавру"
13.05 "Визит к Минотавру"
14.30 Программа "Вместе"
15.00 Новости
15.20 "Что нового за праздниками"
16.15 "До шестидесяти и старше"
16.55 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
18.00 Новости
18.15 "Николай Дроздов в парке"
18.30 "Слова в комнату"
18.50 "Моя семья"
19.40 "УСОРЕННАЯ ПОМОЩЬ". Сернал
21.00 "Слова в комнату"
21.05 "Слова в комнату"
21.00 Время свидания!
21.40 До свидания, Сидней, до свидания!
23.35 "ТЕМНЫЕ НЕБЕСА". Сернал

2 7.00, 8.00, 9.00, 10.00 Вести.
7.30, 8.45, 9.40 Доброе утро, Россия.
7.50, 8.50, 9.50 Городские новости.
8.15 Подборки.
8.25, 10.15 Черным по белому.
9.30 Семейные новости.
10.35 Семейные новости.
11.00 "МАНУЭЛА". Телесериал.
12.00 Вести.
12.30 "САНТА-БАРБАРА".
13.30 "Что хочет женщина".
14.00 "Старая квартира". Одесса.
15.00 Вести.
16.25 "БОГАТЫЕ И ЗНАМЕНИТЫЕ".
17.20 "ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ".
18.00 Вести.
18.30 "ВСПОМИНАНИЯ".
21.00 Вести.
21.55 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ". Дело № 20
0.00 Вести.
0.05 Мелочи жизни
0.15 Валерия Прикормова.
0.30 "ТОК".
0.50 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ".
2.30 "Футбол + ТВ". С.А.Вашинджер.

ПЯТНИЦА 6 ОКТАБРЯ

1 6.00 Телеканал "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
10.20 "ОСТАВКА ПО ТРЕБОВАНИЮ АВТОБУСЫ НЕ ХОДЯТ". Сернал
11.00 "Чужая комната: 21.00".
11.40 "Когда мы плачем".
12.00, 15.00 Новости
12.15 Телеканал "Добрый день"
13.00 "Визит к Минотавру"
13.05 "Визит к Минотавру"
14.30 Программа "Вместе"
15.00 Новости
15.20 "Что нового за праздниками"
16.15 "До шестидесяти и старше"
16.55 "БАВИЛОНСКАЯ БАШНЯ". Сернал
18.00 Новости
18.15 "Николай Дроздов в парке"
18.30 "Слова в комнату"
18.50 "Моя семья"
19.40 "УСОРЕННАЯ ПОМОЩЬ". Сернал
21.00 "Слова в комнату"
21.05 "Слова в комнату"
21.00 Время свидания!
21.40 До свидания, Сидней, до свидания!
23.35 "ТЕМНЫЕ НЕБЕСА". Сернал

2 7.00, 8.00, 9.00, 10.00 Вести.
7.30, 8.45, 9.40 Доброе утро, Россия.
7.50, 8.50, 9.50 Городские новости.
8.15 Подборки.
8.25, 10.15 Черным по белому.
9.30 Семейные новости.
10.35 Семейные новости.
11.00 "МАНУЭЛА". Телесериал.
12.00 Вести.
12.30 "САНТА-БАРБАРА".
13.30 "Что хочет женщина".
14.00 "Старая квартира". Одесса.
15.00 Вести.
16.25 "БОГАТЫЕ И ЗНАМЕНИТЫЕ".
17.20 "ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ".
18.00 Вести.
18.30 "ВСПОМИНАНИЯ".
21.00 Вести.
21.55 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ". Дело № 20
0.00 Вести.
0.05 Мелочи жизни
0.15 Валерия Прикормова.
0.30 "ТОК".
0.50 "СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ".
2.30 "Футбол + ТВ". С.А.Вашинджер.

СУББОТА 7 ОКТАБРЯ

1 8.00 Новости
8.15 Слово пастыря. Митрополит Кирилл
8.30 "Что да как"
8.50 "Альфонс". Сернал
9.20 "Клуб путешественников"
10.10 "Непуговые заметки"
10.30 Повесть "Смекалочка"
11.00 "Смекалочка"
11.30 "Смекалочка"
11.40 "Утренняя почта"
11.40 "Фанаты"
12.05 Футбол. Сборная Югославии против сборной России.
14.45 История одного шеф-повара.
16.05 Программа "КОАП".
16.35 "Дисней клуб".
17.05 "Ералаш"
17.30 "Слова в комнату"
18.00 Новости
18.10 Программа "Другая жизнь"
19.10 Х/ф "ИГРА ВСЕРЕЗЬЯ"
19.10 "Женские истории"
18.50 Х/ф "ВОЗДУШНАЯ ТОРЬМА"
21.40 Х/ф "ВИД НА ЖИТЕЛЬСТВО"
23.45 Х/ф "ЦАРЬ ЭДИТ"
(до 1.40)

2 8.30 Диалоги о рыбалке.
8.55 "Рикки-Гинки-Тапи". Мультфильм.
10.00 Близкие в фильме "КОЛОКОЛА".
11.15 "Паста, мама, я". Офильм для детей.
10.30 "Приключения Папируса". Мультфильм.
11.00 Доброе утро, страна.
11.50 "Сто к одному". Телеигра.
12.30 "Слова в комнату".
13.05 "Дюжурная часть".
13.35 Золотой слок.
15.00 Вести.
16.20 Парламентский час.
17.05 Диалоги о животных.
18.00 Пилота Земля.
19.00 Сам себе режиссер.
20.00 "Слова в комнату".
21.00 "Слова в комнату".
21.00 "Зеркало". Программа Николая Саввида.
21.55 "МАРСОСЛЕКА 12".
22.25 "НИКОНОВЫЙ СПУЛЧУК".
23.00 "Последняя бомба".
2.25 III Международный фестиваль искусств имени С. Михалки (до 1.41)

ВОСКРЕСЕНЬЕ 8 ОКТАБРЯ

1 8.00 Новости
8.10 Слово России
8.50 "Дисней-клуб".
"Алладин"
9.20 Утренняя звезда
10.10 "Непуговые заметки"
10.30 Повесть "Смекалочка"
11.00 "Смекалочка"
11.40 "Утренняя почта"
11.40 "Фанаты"
12.05 Футбол. Сборная Югославии против сборной России.
14.45 История одного шеф-повара.
16.05 Программа "КОАП".
16.35 "Дисней клуб".
17.05 "Ералаш"
17.30 "Слова в комнату"
18.00 Новости
18.10 Программа "Другая жизнь"
19.10 Х/ф "ИГРА ВСЕРЕЗЬЯ"
19.10 "Женские истории"
18.50 Х/ф "ВОЗДУШНАЯ ТОРЬМА"
21.40 Х/ф "ВИД НА ЖИТЕЛЬСТВО"
23.45 Х/ф "ЦАРЬ ЭДИТ"
(до 1.40)

2 8.30 Мультфильм.
10.00 Близкие в фильме "КОЛОКОЛА".
11.15 "Паста, мама, я". Офильм для детей.
10.30 "Приключения Папируса". Мультфильм.
11.00 Доброе утро, страна.
11.50 "Сто к одному". Телеигра.
12.30 "Слова в комнату".
13.05 "Дюжурная часть".
13.35 Золотой слок.
15.00 Вести.
16.20 Парламентский час.
17.05 Диалоги о животных.
18.00 Пилота Земля.
19.00 Сам себе режиссер.
20.00 "Слова в комнату".
21.00 "Слова в комнату".
21.00 "Зеркало". Программа Николая Саввида.
21.55 "МАРСОСЛЕКА 12".
22.25 "НИКОНОВЫЙ СПУЛЧУК".
23.00 "Последняя бомба".
2.25 III Международный фестиваль искусств имени С. Михалки (до 1.41)

Красноярск

17.05 "СМОТРИ СКАЗКУ".
17.20 "СЕБЬСЯ НЕ ТРАНИ".
17.50 Художественный фильм.
За изменения программы редакции ответственности не несет.

Красноярск

16.00 "СМОТРИ СКАЗКУ".
16.20 ЭФФИРЕ "ВОЛШЕБНЫЙ МИК".
16.50 "ИКС".
19.00 "ИКС".
19.35 "Знакомые лица". Мультфильм для взрослых.
20.00 Всероссийская лотерея "ТВ Бинго-шоу".

Красноярск

17.20 Время мультфильма. "Космин дом".
18.55, 19.55, 21.50 "ТЕЛЕГИД".
19.55 РТР "Вести".
18.40 Криминальная хроника.
19.00 "ИКС".
19.30 "АЛЛО! КРОССВОРД!".
19.40 "ТАНК". ТЕЛЕЖУРНАЛ ДЛЯ МОЛОДЫХ.

Красноярск

17.25 Время мультфильма. "Иван и Маша".
17.40 Выступление депутата Государственной Думы В.М. Зубова.
18.55, 19.55, 21.50 "ТЕЛЕГИД".
17.55 РТР "Вести".
19.00 "ИКС".
19.30 "АЛЛО! КРОССВОРД!". ТЕЛЕИГРА.
19.40 "Конфликты, контакты".

Красноярск

17.20 "Камелин цветок".
17.55 РТР "Вести".
18.30 "ОТКРЫТАЯ СТУДИЯ".
19.00 "ИКС".
19.30 "АЛЛО! КРОССВОРД!". ТЕЛЕИГРА.
19.40 "Конфликты, контакты".

Красноярск

17.20 Время мультфильма. "Космин дом".
17.45 "ОТКРЫТАЯ СТУДИЯ".
18.30, 18.50 "ЗАВТРА".
17.50, 18.50, 19.50, 21.50 "ТЕЛЕГИД".
17.55 РТР "Вести".
18.30 "ОТКРЫТАЯ СТУДИЯ".
18.40 "ИКС".
19.30 "АЛЛО! КРОССВОРД!". ТЕЛЕИГРА.
19.40 "Конфликты, контакты".

Красноярск

17.45, 18.50, 19.55 "ЗАВТРА".
17.50, 18.50, 19.50, 21.50 "ТЕЛЕГИД".
17.55 РТР "Вести".
18.30 "ИКС-СТОП!".
19.00 "ИКС".
19.30 "И.И. Была Дорога". ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ФИЛЬМ.

ОКАЗЫВАЕТСЯ...

Жир поможет похудеть. С таким сенсационным заявлением выступили американские ученые.

Пламенное желание обрести стройные формы давно обьяло любителей гамбургеров и жареной картошки. Посещение диеты на Западе является таким же обязательным, как ежегодный визит к стоматологу. Первым делом врачи предупреждают своих опечаленных пациентов от жирной пищи. А теперь оказалось, что только она и может их спасти.

В жире обнаружилось вещество под названием «кноньюгированная линолевая кислота», которая помогает сбросить вес, наладить правильный обмен веществ в организме, а также препятствует появлению диабета. Замечательная кислота в большом количестве имеется в говядине, курятине, яйцах и кунжутном масле. Эти

Учитесь ставить щит между собственными чувствами и чужими проблемами. Учитесь любить себя.

**ВАС
МУЧАЕТ ИЗЖОГА**

Изжога - частый спутник различных заболеваний органов пищеварения: гастрита, язвенной болезни, холецистита.

Но бывает она и у здоровых людей, иногда после блюд с хреном, уксусом, горчицей, после алкоголя.

Но если она слишком изматывает, естественно изгабеть позвоночник. В слишком мягкой подушке голова «тонет» и перегревается. Короче, высота подушки должна быть такой, чтобы максимально способствовать естественности позы и расслаблению мышц.

Не поленитесь летом в сборе трав и набейте подушку листьями одного из растений: мяты, герани, душицы, лавра, орешника, иглами сосны, лепестками роз.

МЕТАЛЛОТЕРАПИЯ

Последние годы XX столетия характерны нарушениями к не вполне обычным способам лечения.

**НЕВРОПАТОЛОГ**

**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ!**



продукты и должны составлять меню истинных борцов с лишним весом.

Times.

ПОМОГИТЕ!

Я все принимаю близко к сердцу. И стоит мне немного понервничать, как тут же начинается сильная головная боль. Доходит до тошноты и рвоты. Таблетки в таком состоянии не помогают. Подскажите, что в таких случаях делать?

Проше всего было бы посоветовать принять успокоительное. Но это лишь временное облегчение. Поскольку боль возникает на почве стрессов, постарайтесь стать к ним менее восприимчивой. Попробуйте изменить свой взгляд на жизнь. Если вас кто-то обидел, не таите в себе неприятных эмоций. Выскажите обидчику все, что вы думаете, но в корректной форме.

Не прокручивайте внутри себя, как многосерийное кино, этот инцидент. Переключите свое внимание на что-нибудь другое. Если вам хочется плакать — не сдерживайтесь, но не доводите себя до истерики. Не ставьте перед собой недостижимых целей. Не старайтесь быть лучше всех — это невозможно. Не старайтесь угодить всем. Это верный путь к тому, чтобы стать неудачницей, постоянно из-за всего переживать и... постоянно болеть.

когда-нибудь курения. Некоторые люди не выносят творог, кефир, черный хлеб, кислые яблоки. Эти продукты вызывают у них жжение в пищеводе.

Общее правило для всех страдающих изжогой — дробное питание: пять-шесть раз в день небольшими порциями, отказ от сырых приправ, крепких грибов, мясных и рыбных бульонов, жареного мяса, черного хлеба.

Многие для устранения изжоги принимают питьевую соду. Она, конечно, облегчает состояние, но систематически принимать соду не следует. Лучше выпить стакан щелочной воды, например, «Боржоми». Надо не только избавляться от изжоги, но и лечить болезнь, вызвавшую ее.

**КАК ПОСТЕЛЕТЬ,
ТАК И ПОСПИШЬ**

Наполеон пытался доказать, что сон — всего лишь плохая привычка. Однако уже после двух бессонных ночей он отказался от своей точки зрения. Вы тоже знакомы с бессонницей? Тогда попробуйте... сменить подушку.

Подушка — ваша непрерывная ночная спутница, и отнеситесь, пожалуйста, к ее выбору серьезно! Она не должна быть слишком высокой (тогда подбородок прижимается к груди, затрудняется дыхание, не расслабляются мышцы

Один из них — металлопатия. Хотя каждый в детстве испытал его на себе: всем нам случилось к синякам и шишкам прикладывать медный пятак. Целебные свойства меди и других металлов издавна использовались народными целителями.

— СЕРЕБРО уравновешивает нервную систему, лечит желудочные расстройства.

— СТАЛЬНЫЕ пластинки, вложенные в носки, корректируют эпизоды.

— СВИНЕЦ дает тот же эффект, что и медь при ушибах и небольших опухолях. Используют свинец и при базедовой болезни — кусочек его прикладывают к горлу.

— Если ЖЕЛЕЗО, раскалив на огне, опустить в воду, то, приняв эту воду внутрь, можно усилить потенцию, а у женщин нормализовать менструальный цикл: пить воду сразу, лишь два немого сытых.

— ЗОЛОТО на середине груди (крестик, медальон и др.) лечит аритмию — уравновешивает тонус сердца, делает их чистыми и звонкими.

**УПРАЖНЕНИЕ
СВОИ КАПИЛЯРЫ**

Система здоровья профессора Кацузо Ниши утверждает, что двигательная сила циркуляции крови заложена

в капиллярах, а не в сердце, как это считают традиционная медицина.

Предлагаемое упражнение активизирует циркуляцию крови во всем теле. Если у вас застойные явления в организме, вы страдаете сердечными и другими внутренними заболеваниями, у вас болят ноги, делаете упражнения для капилляров!

Итак, лягте на спину на ровную твердую поверхность, под шею положите твердую подушку или валик, поднимите вверх руки и ноги так, чтобы ступни были параллельно полу. В таком положении начинайте вибрировать (трясти) обеими руками и ногами одновременно. Выдерживайте упражнение 1-3 мин. утром и вечером.

Это упражнение — тот же бег трусцой, но без нагрузки на сердце и суставы. Максимум пользы вы получите, выполняя упражнение ногами.

**ХОРОШЕЕ
НАСТРОЕНИЕ
ЗА 10 МИНУТ**

Как побыстрее избавиться от стресса?

С помощью «танца джунглей». Сначала потянитесь как следует, подражая кошачьим, пока не возникнет естественное желание зевнуть. Только покажитесь, по-настоящему, во весь рот. Теперь поставьте любимую кассету, и вперед! Танцуем, прыгаем, кружимся, громко подпеваем. Через 3 мин. кровообращение приходит в норму, а настроение — лучше не бывает!

**ЕСЛИ ЧАСТО
КРАСНЕЮТ ЛИЦО
И НОС**

Поборуйте сделать компресс из свежей капуты.

Выжмите сок капуты, возьмите 1/2 стакана сока и смочите в нем слой ваты и марлевую салфетку. Заверните вату в марлю и наложите на лицо на 15-20 мин. По мере высыхания смачивайте салфетку. Курс лечения — 15-20 процедур через день.

**ХОДИТЕ
БОСИКОМ!**

«Странный обычай» существовал в парагвайской армии во второй половине XIX века.

Согласно ему все, от солдата до генерала, не пользовались сапогами, и даже кавалеристы, гардуя на лошадях, привязывали шпоры к босым ногам. Здоровье при этом в армии было отменное.

Наш великий полководец Суворов не только облевался ежедневно холодной водой, но и, согласно свидетельству его ординара, ходил босиком по траве и снегу даже в лютые морозы. Несмотря на протесты жены, он приучал к этому и свою дочь.

В Древней Греции и Риме также широко использовалось хождение босиком для лечения и профилактики многих заболеваний, о чем имеются многочисленные свидетельства.

**Дорогую, любимую жену
Нину Исифовну ПОТИМКО
поздравляю с Днем рождения!**

Наверно, только женщины России Все могут и уметь, и спевать Своим умом, и волею, И милой Свой мир, свое Все... иную создать Для семьи — как центр притяжения И всех друзей сплотила вокруг себя, Прими же день юбилей поздравления И помни, что мы любим все тебе.

Муж.

**Поздравляем любимую,
дорогую маму, бабушку
Гермину Ивановну ЛЯМН
с 70-летним Днем рождения!**

Пусть виски седойного запаршило, И сердечко шалит иногда, Ты для нас будешь самой хорошею, Самой милой и доброй всегда. Не печалься о прожитых годах, Они прожиты были не зря. Мы желаем тебе, родная, Долго жить, не болеть никогда.

Дети, внуки.

**С 13 сентября
по 15 октября
открыта
льготная подписка
на «СП»
на 1-ое
полугодие
2001 года.**



**Льготная подписная цена составит
50 РУБЛЕЙ (цена один).
С 16 ОКТЯБРЯ СТОИМОСТЬ ГАЗЕТЫ
УВЕЛИЧИТСЯ.**



Осуществляю пассажирские перевозки по маршрутам: Козинск-Карабула (выезд в 6.30), Усть-Илимск, Братск, Иркутск.
Телефон 4-45-26

Полиграфический участок газеты «Советское Приангарье» реализует **КНИЖКИ ПО КВАРТПЛАТЕ**, объемом 24 листа по цене 15 руб. и **КНИЖКИ ПО ОПЛАТЕ ЗА ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЮ**, объемом 24 листа, стоимостью 20 рублей.

Обращаться
в часы работы
с 8.00 до 16.00.

**УЧРЕДИТЕЛИ:**

трудоуход коллектив редакции, главное управление по телерадиовещанию, печати и информации администрации Красноярского края.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

ответственный секретарь — Г. Ю. БАРАНОВСКАЯ; зав. общественно-политическим отделом — Л. В. ВАСИЛЬЕВ; зав. отделом информации — К. Ф. ДАНИЛЕНКО; фотокорреспондент — Е. В. ПЕРВУХИНА.

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 663491, г. Козинск Кежемского района Красноярского края.

ТЕЛЕФОНЫ: гл. редактор, приемная — 4-41-31, отв. секретарь, корректор — 4-46-48, отд. информации, общ.-политический отд. — 4-45-21, фотокорреспондент, бухгалтер — 4-46-33, полиграф. участок, отд. доставки — 4-28-98.

Главный редактор — Н. В. ЗОЛОВА.

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 отказать в публикации писем и статей без объяснений с авторами, за исключением официальных опровержений. Индекс — 52338. Тираж — 4150 экз.