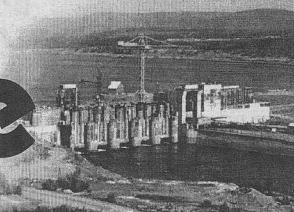


Советское Приангарье

Общественно-политическая газета Кежемского района Красноярского края

18 июля 2004 года
ВОСКРЕСЕНЬЕ
113-116 (9294-9297)



Лицо номера

Окончив Ирбинскую школу, семнадцатилетняя Анна Николаевна САМОХАЛОВА сразу же устроилась в нее учителем географии. Сейчас педагогический стаж молодой учительницы насчитывает уже восемь лет, и нынешней весной она получила диплом о высшем образовании.

Эду Анна Николаевна выпустила своих первых питомцев - класс из шести человек. Все ребята поступили в учебные заведения. Приезжая в родную Ирбу, они обязательно приходят в гости к любимой учительнице (не зря на творческом отчете школы Анне Николаевне была вручена грамота «Самому классному классному»).

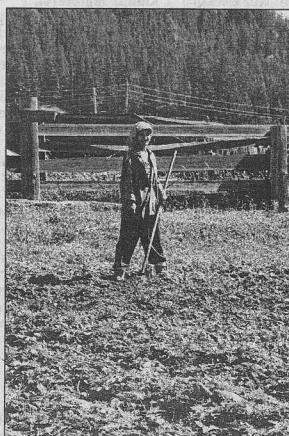
Фото Екатерины ПЕРВУХИНОЙ.

Рекламный ролик «СП»

Поутру полю картошку.
Духота. Мошка грызет.
Отдохнуть пора немножко.
Ба! Да кто это идет?
Это ж гости с «Приангарки»
К нам решили заглянуть.
Несмотря на полдень

жаркий,

Вглубь района держат путь.
Я воспользуюсь моментом,
Попаду в «СП» хоть раз.



районные будни

В Кодинске будет светлее

Предприятие Гидроэлектромонтаж (В. М. Насекина) производит плановые работы по проведению освещения по улице Михайлова.

Там уже установлены опоры и проложен кабель. Затем бригада рабочих сделает освещение летней эстрады в верхней части бульвара - там будет установлено 22 фонарных столба. Параллельно с этими работами производится реконструкция ТП в районе бульвара. Этим же летом предприятие планирует установить 34 опоры по улице Гидростроителей. 15 августа все работы по графику должны быть завершены.

На объектах ГЭМ работает бригада из 12 человек под руководством мастера Д. П. Багреева. Недавно часть сотрудников Гидроэлектромонтажа вернулась с Вилойской ГЭС, где электромонтажники повысили квалификацию. Их работа была отмечена благодарностью руководства Вилойской ГЭС.

В районе появилась «Заря»

Администрация района приобрела «Зарю» для пассажирских перевозок внутри района.

В данное время судно готово к эксплуатации, но руководству района необходимо решить три главных вопроса: перерегистрировать «Зарю» в Красноярске, подыскать надежный экипаж, определиться, какое из предприятий возьмет судно на баланс и будет заниматься пассажирскими перевозками.

«Вести» в Кодинске

Объектом пристального внимания стала тяжелая ситуация, сложившаяся на Богучанской ГЭС.

Проблемами ее дальнейшего строительства заинтересовались не только краевые СМИ, но и московские. На днях наш город посетят журналисты телепрограммы «Вести». Съемочная группа, которую возглавляет Марат Хасанов, будет снимать сюжет о Богучанской ГЭС.

В Болтурино будет девятилетка

С нового учебного года в Болтуринской полной средней школе грядут большие перемены - она станет основной общеобразовательной школой (в ней сегодня всего 47 учащихся).

Несмотря на то, что болтуринские дети смогут теперь получать в родном поселке только девятилетнее образование, для десяти преподавателей основных предметов ставки будут сохранены.

Последний срок

По-прежнему не снята проблема с обменом паспортов не только в нашем районе, но и в целом по Красноярскому краю.

В Кежемском районе еще не обменяли паспорта 538 человек, в Красноярском крае - 2 тысячи. В связи с этим вышло особое распоряжение краевой администрации, продлевавшее срок обмена паспортов еще на три месяца. По истечении этого времени выплата пенсий людям с паспортами старого образца будет прекращена.

Подготовили Екатерина ПЕРВУХИНА,
Наталья РОМАНОВА.

Как живешь, глубинка?

Глава Ирбы мечтает о бульдозере, чтобы разровнять дороги и разгрести хлам

На этот раз «в погоню за информацией» мы решили отправиться в Ирбу. Первое впечатление - как водится, ужасная дорога (а ведь она была сдана только в прошлом году). До сельсовета мы, конечно, доехали, хотя сначала верилось в это с трудом - я думала, что по таким колдобинам могут ходить только бронетранспортеры. И вот оглядываемся горочки деревушки.

Да, ирбинцы!.. Нельзя так относиться к родному поселку. Пусть в сельсовете нет денег на отсыпку дорог, но уж очистить улицы, собрать хлам, подремонтировать собственные заборы и убрать мусор в двух метрах от дома - это в ваших силах. И на вашей совести. Деревенка-то совсем небольшая! Забыли о проблемах, похоже, только глава Ирбы Светлану Викторовну Тырнову, которая из дна в день утваривает наездники односельчан прибраться хотя бы в собственной ограде. Но чаще всего слышит в ответ: «Она тебе чеша, мешает»!

Сегодня в Ирбе проживает 360 человек. Здесь работают лесопильное предприятие «ЧП Гребнева», школа, медпункт и 4 магазина. Все, кто не трудоустроился в этих организациях, состоят на учете по безработице. Деревня маленькая, бедная, и «дыры», требующие ремонта немедленного латания, в ней очень много.

Срочный ремонт требуется ирбинскому клубу. В прошлом году там были заменены полы и установлены окна, но на этом все и закончились:

нет денег, нет материалов... Сегодня территория запертого клуба превратилась во временно пастье для коней, которых не хотят пасти хозяева. Необходимо заменить кровлю на сельсовете, начинаящую течь при первых каплях дождя, отремонтировать мост через Мурь, починить и покрасить остановку, вместо запланированных 100 тысяч рублей на благоустройство поселка сельсовет получил всего 16.

Деньги маленькие, но в Ирбе все же сразу закипела работа. Тракторами очистили мост, под которым весной застравают груды хлама, вынесенного разливавшейся Мурой. Совместными усилиями взрослых ирбинцев, старшеклассников и студентов ПУ-67 отгородили кладбище, очистили некоторые участки улиц, сделали тротуары. Большую помощь в благоустройстве Ирбы оказали частные предприниматели Анатолий Горюхов, снабживший сельсовет пиломатериалами, и Александр Бриюханов, который на личном тракторе не отказывал-

ся выполнять общественные работы.

Нынешней весной в Ирбе бушевали стихии. На поселок начала сползать гора (ее края располагаются до сих пор). На склоне Светлане Викторовне просоветовали срезать откос бульдозером и закрепить столбами, но Тырнова опасается, что если гору трунуть бульдозером, она снесет жилой дом и перегородит дорогу. Воды в реке прибыло много. Дома остались нетронутыми, но летнюю кухню у семьи Тимофеевых подтопило основательно. Больше всего жители Ирбы опасались народения, как произошло четыре года назад.

С электроснабжением ирбинцы проблем нынче не испытывают и без света не сидят - в прошлом году в деревне появилась новая линия электропередач и два дизеля, электричество отключается только на период с двух часов ночи до шести утра.

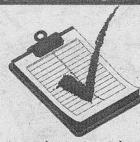
Самой большой проблемой Ирбы было и остается благо-

устройство. Голубая мечта Светланы Викторовны Тырновой - пригнать в деревню бульдозер, чтобы разровнять дороги и разгрести весь хлам на улицах. «Некоторые ирбинцы, - рассказывает глава поселка, - валят мусор в канаву, а летом она высыхает, и вся помойка оказывается на виду». Поэтому перед нашим приездом Светлане Викторовна страшала однослечан и призывала к порядку, поэтому с таким уважением называла имена тех, чьи усадьбы считаются самыми красивыми в Ирбе - Светланы Катковой, Ирины Гребневой и Валентины Локотко.

В Ирбе я была впервые, но после поездки туда испытала уже знакомые чувства - обиду и боль за умирающие деревни и стыд за непутевого русского человека, который прямо в обуви лежит на кровати, обрастает грязью и... жалуется на судьбу.

Наталья РОМАНОВА.
Фото Екатерины ПЕРВУХИНОЙ.

Колонка
главного
редактора



Летом с редакцией всегда тяжело: весь немноголюдный коллектив рвется отдохнуть в июне - августе, и отказаться коллегам у меня не получается. В результате время отпуска для многих сотрудников проходит у нас в половинном составе и к концу «сроков» мечтаешь об одном - чтобы трудное лето этого года наконец закончилось, чтобы все вышли из отпусков и энзисы редакции покатались дальше в нормальном режиме, без арахов и стрессов.

Нынешнее лето не исключение: оставшиеся журналисты по призывке ударно трудятся «за себя и за того парня», мечтая быстрее оказаться в отпуске. Но появилось и то, чего за 13 лет работы в редакции я не привык: в обществе исчезло летнее благоустройство, поглощенное личными заботами и проблемами.

Обычно, обсуждая и планируя очередной летний номер, мы могли рассчитывать только на собственные задумки, свои собственные материалы. Потом ясаб, писем, обращений в газету в штуке традиционно искала «наступая, как мы говорим, «летний сезон». Все свои обиды и несогласия люди оставляли до осени, когда, убрав урожай, они вспоминали о роли газеты в общественной жизни района...

Нынче же, даже в разгар лета, практически ежедневно в газету обращаются за поддержкой люди, отчаявшиеся найти «правду» в других местах.

Нам звонят, пишут, рассказывают о своих обидах и проблемах, надеясь, что мы сможем им помочь, сможем «расшевелить» чиновников и получить от них конкретные ответы на конкретные вопросы. Мы никому не отказываем и тут же начинаем поиск этих самых «ответов». Увы, далеко не всегда успешен. То, что нам порой сообщают на запрос официальные лица, зачастую похоже на обыкновенные отписки, по рыбагов заставляет их отвечать по существу у нас нет.

При этом мы хорошо понимаем, что если земляки обращаются за помощью в редакцию - значит они уже исчерпали другие возможности, значит им действительно некуда ити. А это находит на грустные мысли: в районе ослабли связи между «верхами» и «низами», теряется управляемость, практически не ведется разъяснительная работа с гражданами, которые, питаясь самими невероятными слухами, живут в тревоге, беспокоясь о завтрашнем дне.

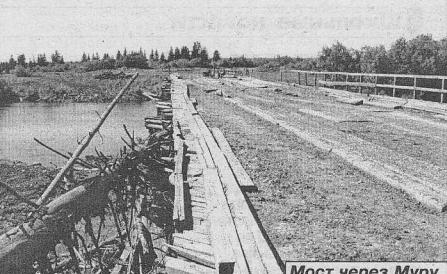
Порой незначительные конфликты разрастаются до больших скандалов только из-за нежелания (или неумения?) власти предпринимать объяснить свою позицию людям, взглянуть на ситуацию глазами простого человека, замороченного безденежьем и неискренними пугающими реформами.

Пропасть между «магнатским человеком» и глядя становит- ся все шире, все труднее перебрасывать через нее мостик взаимного доверия. Жаль, что этого не понимают те, кто должен это понимать.

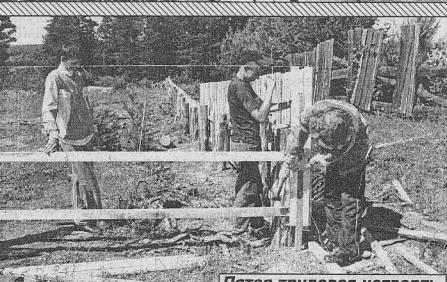
Нелли ЗОНОВА.



На село ползет гора.



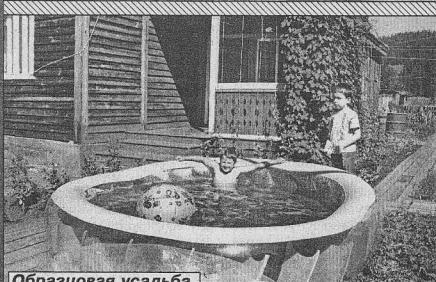
Мост через Мурь.



Пятая трудовая четверть.

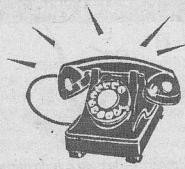


Лошадки «тянутся» к культуре.



Образцовая усадьба.

У нас
зазвонил телефон...



8 июля в редакцию из Недокуры позвонила Елена Ивановна Салега. Она, от имени многих односельчан, попросила нас разобраться и по возможности помочь жителям Недокуры в очень болезненном вопросе:

- Вы знаете, у нас в дни КМУП ЖКХ отрезает по водозабору летний водопровод. Представляете? Лето в разгаре, мы все живем с огороем, только три месяца в году можем позволить не таскать на себе воду, а нам говорят, что летний водопровод не стоит на балансе КМУП ЖКХ и потому не будет обслуживаться этим предприятием. Еще нам говорят, что вода эта непригодна для питья, потому что велики по трубам, которые никто не проверяет.

Водопровод у нас в поселке существует с 1993 года, он оправился, когда водозабор был еще на балансе администрации. В 1998 году водозабор передали ПЛКРЭО, а летний водопровод - нет. Но если эти годы мы пользовались летом водопроводной водой, платили примерно по 600-700 рублей с семьи. А теперь вдруг выясняется, что этого делать нельзя.

Ну почему с нами так поступают? Почему за людей не считают? Мы и так в Недокуре не избавлены отлагами цивилизации, даже связи постолиной с районцентром нет, а тут еще в самую жару грозится вода отключить.

В администрацию мы уже обращались. Яков Горбачевич Кучерук посоветовал нам собрать ход к организовать кооператив, чтобы расширяться с КМУП ЖКХ за воду в полном объеме. Так мы ведь и не откладываем платить по своим счетчикам, а привозная вода будет гораздо дороже.

Директор КМУП ЖКХ Виктор Петрович Боблов был в комариновке, мне посоветовали обратиться в энергосбыт предприятия. Позиция коммуналчиков разъяснил ведущий инженер Олег Викторович ЖЕЛЯБИН:

- Это самовольное подключение к нашему водозабору. Водопровод нам не принадлежит. Чтобы его взять на баланс, нужно оформить специальную документацию, сделать проект, там ведь сегодня все подключаются, кто как хочет и может, без всякой системы, и случится что - как нам на помощь побежут.

Наши предприятия не может устраивать то, что 50% из поднаполненной воды составляют потери - оплата должна идти за ВСЮ воду, которую дает водозабор.

Пусть сделают учета на месте подключения к водозабору и сами определят, сколько будет платить, так как больше потерять воды возникает из-за прочек труб, и для нас невыгодно, если счетчик эксплуатируется на входе в свои усадьбы. Сейчас в Недокуре в комариновке находится зам. главного инженера Левон Иванович Подкуров, который должен устроить все вопросы.

Мы долго разговаривали с Олегом Викторовичем, но я так и не смогла понять: почему именно в июле 2004 года так остро встал этот вопрос водоснабжения в Недокуре и что вскоре мешает КМУП ЖКХ взять на баланс летний водопровод и упороть плату потребляемой воде. Неужели поднять эту проблему и рассказать все точки над «и» нельзя было загоды, до начала поливного сезона?

Нелли ЗОНОВА.

К 70-летию Красноярского края

Зоя Егоровна - дважды орденоносец

«Постановлением бюро Красноярского краевого комитета КПСС, исполнкома краевого совета народных депутатов, Президиума краевого совета, бюро краевого комитета ВЛКСМ за высокие показатели в краевом соцсоревновании, за повышение продуктивности скота и птицы, за увеличение производства и заготовок продуктов животноводства в 1980 г. Тырновой Зое Егоровне, дядьею совхоза «Богучанский» Богучанского района, присвоено звание «Лучший мастер животноводства-80».

Эта грамота - далеко не единственная награда жительницы Ирбы Зои Егоровны Тырновой. Ордена Трудового Красного знамени и «Знак почета», два значка «Ударник одиннадцатой пятилетки» и внушительная стопка грамот за самые высокие наряды бережно хранятся у нее вот уже больше двадцати лет.

Работать Зое Егоровна начала в Канске, на текстильной фабрике. Там вышла замуж за Виктора Тырнова, с которым рука об руку прожила 48 лет. Когда в семье появился сыновья - Владимир и Юрий, - Тырнова некоторое время помогала у родителей Виктора, затем у родителей Зои, а потом решила начать самостоятельную жизнь и отправилась на Ангари.

В 1965 году семья переселилась в Ирбэ. Зоя сразу стала дядкой в колхозе «Заветы Ильиной» и посвятила этой профессии 24 года.

- Хлеба в 65-м году здесь не пекли, - вспоминает Зоя Егоровна. - Давали темную муку второго сорта, да и то только на детей. А Володя с Юрий тоже жили у бабушки. Пекарни в Ирбэ не было, купить хлеб негде - только в Богучаны самолет летал. А работала спасибо! Посажу, бывало, стряпню в печь - убегают: «Ходите с дырок - не ждите! Возвращаешься - хлеб сгорел». Вообще дома не жили: руками пока отдохнули, накормишь - напоишь скотину - только в 12 идешь домой. А в 3 часа ночи уже пора силос раздавать. Благо, всегда помогал муж, который был здесь скотником: поил скотину, давал коровам силос, таскал фляги на молоканку.

Школьные новости

Закончилась ответственная пора у выпускников 2004 года. Завершен второй год эксперимента итоговой аттестации в форме единого государственного экзамена.

Рассказать о ходе эксперимента мы попросили заместителя начальника РУО по развитию образования, ответственного организатора ЕГЭ в Кежемском районе Галины Федоровны Захарченко.

- В этом году в эксперименте принимали участие 278 выпускников 2004 года и трое - 2003-го. Я хочу остановиться на результатах единого экзамена.

Порадовали результаты по математике. По сравнению с прошлым годом они значительно улучшились. Этот предмет выбирала дети, которым он был необходим для поступления в вуз. Оценки «4» и «5» получили 57,1%, а в прошлом году было только 18,2%. Причем, наши выпускники

нично, помочь родителей. В этом учебном году существенно увеличилось количество учащихся, получивших по математике оценки «4» и «5». Их оказалось 56,5%, а это на 12,8% больше, чем в прошлом году. Почти вдвое меньше учеников получили неудовлетворительные оценки - 5,8% против 10,7% прошлогоднего учебного года.

Можно порадоваться и результатам по химии. Количество ребят, сдавших химию, значительно уменьшилось, зато качество знаний заметно улучшилось. Этот предмет выбирала дети, которым он был необходим для поступления в вуз. Оценки «4» и «5» получили 57,1%, а в прошлом году было только 18,2%. Причем, наши выпускники

ни не получили ни единой двойки, а в прошлом году одна двойка была. Средний балл по химии составил 56%. У нас есть данные по России, и следует отметить, что по стране он составляет только 45,9%, то есть наши результаты опережают российские на 12%.

Второй обязательный экзамен - русский язык. Результаты его остались примерно на уровне прошлого года. Количество детей, сдавших этот экзамен, несколько увеличилось. В прошлом году - 111, в этом - 123. Более половины учащихся - 58,5% - получили оценки «4» и «5». В этом году выпускница КСОШ № 3 Екатерина Котова набрала 99 баллов из 100 возможных. Это просто чудо!

Биология. Ровно половина

рую по рогам. Каждая буренка чем-то от других отличается.

В 1974 году колхоз был переименован в совхоз «Богучанский», в 1986-м объединился с совхозом «Ангара». Зоя Егоровна Тырнова проработала на одном месте (доряжкой, старшей дядрой), председателем месткома) до самой пенсии (1989 г.). Начиная с 1980-го, Зоя Егоровна ежегодно становилась победительницей соревнований: при плане на одну корову в 1910 кг молока в год она надавала до 3226 кг.

Все эти 10 лет фотография Тырновой занимала достойное место на Доске почета, ее имя не сходило со страниц газет.

Рассматриваю пожелавшие странички «Ангарской правды» от 7 марта 1985 года. Читано строки статьи о Зое Егоровне «Легко ли быть впереди?»: «При плане 90 центнеров отделение надшло в январь 142, 49 из них - Тырновой».

- Много было публикаций, - говорит Зоя Егоровна. - Ветераны постоянно ко мне приходили. Я всегда получала премию за перевыполнение плана, ездила в Москву на ВДНХ, по путевке в Сочи. Сейчас власть переменилась. Кому мы теперь нужны? Отработали свой век, ушли на пенсию - и живите, как хотите.

Тырновы до сих пор держат двух коров, но силы, естественно, уже не те: у Зои Егоровны болевые руки, у Виктора Федоровича пятый год парализована правая сторона. «Может, еще год продержим - и все, - говорят супруги. - Свеник уже не держим - корома дорогие. Скоря и от коров откажемся».

Последняя награда, которую получила Зоя Егоровна Тырнова, - Благодарственное письмо главы Кежемского района в 1998 году, когда отмечался 70-летний юбилей района.

Наташа РОМАНОВА.
На снимке: З. Е. Тырнова.
Фото Екатерины



Результаты радуют

Парадоксы наших дней

Нет бетона, дождик льет, а ремонт себе идет...

Долгострой в нашем городе раздражает уже даже самых спокойных граждан. Еще никогда в редакцию не обращалось столько людей, возмущенных беспорядком на улицах Кодинска. Работы, казалось бы, идут - радуйтесь, горожане, но почему в других городах благоустройство небольшого двора или устранение двух маленьких ям на дороге занимает считанные дни, а у нас тянутся месяцами?

Очередным поводом для разговора на эту тему стал ремонт кусочка дороги возле здания налоговой инспекции. Кто не едет по этой дороге, тот, возможно, вообще ничего не заметил, а редакционной машине из-за дынь приходится проезжать именно здесь, и мы устали ждать, когда же можно будет снова двигаться по прямой дороге, не приобретая по обочине.

От старшего рабочего дорожной бригады МУПП КР (Муниципальное унитарное транспортное предприятие Кежемского района) Сергея Петровича Сизова я узнала, что эта работа была запланирована и деньги на нее заложены, но бюджетных средств на это не выделяли. А когда они внезапно появились, столь же внезапно стали ремонтировать трассу, да, видно, не очень были к этому готовы. Иначе почему участи, которые требо-

вались всего-навсего залить трещинами машинами бетона, ремонтировались почти три недели?

По словам бригадира, частично работы задержались из-за дождя: строители, подготовив ямы, засыпали их песком, который сразу же размы вал. И если бы был бетон, дело было бы тут и закончилось, но бетона не было - руководство МУПП КР с трудом выбило одну машину только через две с лишним недели после начала работ и еще две на следующий день, так как, по их словам, на ЗКПДС' не было цемента. Вскоре работы были завершены. Но возник вопрос: как получилось, что почти три недели рабочие были вынуждены пространствовать ми не раз наблюдали за их «посиделками» за картами или неспешной беседой) или заниматься бесполезной работой, в которой раз после дождя засыпая ямы песком?

Позвонив заместителю ди-



ректора ОАО «Богучанская ГЭС» Ивану Игоревичу Наидко, я была удивлена, услышав, что цемент на заводе есть и, мало того, был и две, и три недели назад и что лично он впервые слышит об этой проблеме.

Андрей Федорович Зайцев пояснил, что МУПП КР не могло заказать производство бетона только для своих нужд, иначе эти три куба выплыли бы в копеечку, и приходилось ждать, когда завод будет отговаривать бетон для СМУ КНП, которое тоже производит городские строительные работы. Что ж, у каждого своя правда. Тем более что проблема уже

решена и по дороге можно нормально ездить.

Но на некоторые вопросы так и нет ответа. Почему, например, остались безучастными городские власти и заказчик работ? Почему не посодействовали МУПП КР, чтобы предприятие могло завершить работу раньше, если бетон все-таки был? И как вообще оплачиваются такие работы - по затраченному времени или по конечным результатам? Хотелось бы узнать это в официальном ответе.

Наталья РОМАНОВА.
Фото Екатерины ПЕРВУХИНОЙ.

Врач предостерегает

Не лишайте себя отпуска

ЕСЛИ ВЫ из тех, кто все сих пор все еще не знает, как курить, сложно при этом старея, сейчас самое время бросить! В июле по крайней мере треть нас отправляется в отпуск: с детьми или же без них, с мужем или в гордом одиночестве - все равно куда-нибудь подальше от дома, где воздух свеж, словно нектар. К морю, в горы, на дачу, к родственникам в деревню! Подумайте только: дышать воздухом, свободным от газов, и подгравливать организм сигаретным дымом.

Лучший способ расслабиться с табаком - просто однажды БРОСИТЬ курить. Задумайтесь: одна выкрученная сигарета сокращает жизнь на целых 12 минут! Тот, кто курит по 10 сигарет в день, добровольно лишает себя целого месяца жизни в год. А это ведь и есть отпуск!

ИТАК, мы с удовольствием греемся на солнце, принимаем воздушные ванны, плаваем. Одни любят двигаться, другие отдыхают лишь во время «ничегонеделанья». Напоминаем, что солнце - в первую очередь для физически здоровых подростков и молодежи. Мнение

о том, что солнечные ванны вредны при юношеской себорее и угрях, применено лишь в исключительных случаях. В действительности же у 99 процентов молодежи, страдающей юношескими угрями, летом наблюдается значительное улучшение состояния именно благодаря солнечным ваннам, летней витаминной диете и свежему воздуху, свободному от городской пыли и грязи.

ДАМАМ лучше всего пользоваться благословенным солнцем: очи и очень охотно смотрятся: не пытаются за один-два дня достичь шоколадного оттенка. В лучшем случае дело кончится обширным ожогом, после которого кожа начнет сплюзывать шелушками, а на теле навечно останутся пигментные пятна. Из тех, кому уже за 30, солнечные ванны могут позволить себе со спокойной совестью лишь обладательницы жирной или нормальной кожи. После сорока они тоже могут загорать, но только с обливанием чрезвычайных мер осторожности. Ни в коем случае не следует этого делать женщинам сухой кожей. Начиня с 50, загорать не следует ни в коем случае (если, конечно, вам дороги привлекательность и здоровье). Солн-

це способствует образованию глубоких морщин и обрюзгости кожного покрова, а также росту волос на всех участках тела, кроме головы, и образованию разнообразных пигментных пятен, бородавок, ороговению кожи и даже

развитию ее предраковых состояний. Через парочку месяцев загар исчезнет, а неприятности останутся...

А. КЛИМОВА,
врач кабинета метод.
профилактики.

Прислушайтесь к советам Нам бы месяц продержаться...

Если вы вдруг решите завязать с губительной привычкой, приготовьтесь к тому, что первое время вы будете стремительно прибавлять в весе, страдать расстройством кишечника, отеками рук и ног. Не исключение также, что вас будут мучить тошнота и судороги. Утешайтесь тем, что, когда в организме все наладится и он отыяснит от привычной дозы никотина, вы будете чувствовать себя как огурчик. Чтобы свести эти неприятные последствия к минимуму, врачи-диетологи разработали специальный режим питания. Схема такова:

Завтрак. Фрукты и соки в любом количестве. Можно кусочек ржаного хлеба.

Обед. Отварные овощи, небольшой кусочек рыбы. Или порция любого молочного продукта, кроме сметаны. Кусочек ржаного хлеба. Несладкий чай.

Ужин. Вареное яйцо, помидор, ржаной хлеб. Несладкий чай.

Протянуть на такой суровой диете нужно месяц-полтора, чтобы организм очистился от вредных веществ, скопившихся в нем за долгие годы. В промежутках между приемами пищи можно бороться с голодом, поглощая мед, орехи или семечки. Но воздержитесь минеральной воды. Забудьте пока про мясо, белый хлеб, шоколад, мороженое.

«Собеседник 36.6».

Приемная «СП»



На этой неделе письмо читателя в редакцию впервые пришло по электронной почте.

«Добрый день, уважаемая редакция! Обращаюсь к вам с проблемой, которая стала актуальной для всех жителей дома № 11 по улице Михайлова.

Уже вторую неделю напротив магазина «Кежмарк» производятся ремонтные работы. Дорожное покрытие снято, подъездная дорожка к стоянке около дома разбита, ведущая к магазинам дорожка перекопана. Уже долго все остается без изменений - к дому подъехать невозможно, т. к. там выросли горы грязи и глины. Дойти до магазинов тоже стало проблематично, а ведь в доме живет много бабушек-пенсионеров. Хотелось бы узнать, кто занимается проведением данных работ и как долго это будет продолжаться.

С уважением, Роман Гейко.

Вопрос читателя мы передадим специалисту Дирекции по подготовке к затоплению ложа водохранилища Богучанская ГЭС Тамаре Николаевне НАВРОДСКОЙ. Вот что она ответила:

- Плановые работы по благоустройству в районе магазинов «Кежмарк», «Орбито» и др. производят подразделение ОАО «Богучанская ГЭС» СМУ КНП. На этом участке будет сделан водобойный (ранние во время дождей там все заливается водой), установлены бордюры, наложен электроосвещение. Появится нормальный подъезд к домам и к магазинам. Подготовка к этой перепланировке велась давно, были ликвидированы все «лишние» магазинчики. Люди возмущаются напрасно: благоустройством города заниматься необходимо. К сожалению, жители дома придется потерпеть - такую работу невозможно сделать за одну неделю.

Процесс не затягивается, лишь недолгое время бригада была вынуждена простоять из-за дождливой погоды. К концу лета работы на этом участке города будут завершены.

Подготовила Наталья РОМАНОВА.

О РЕДАКЦИИ. Этот ответ не удовлетворил нас, как, наверняка, не удовлетворил и жителей дома. Все, что ни строится в нашем городе, почему-то строится очень медленно, и причина тому - не только бюджетных средств. Хотелось бы узнать, какова нормативная длительность работ на конкретных участках города и как эти нормативы соблюдаются строительными организациями.

Требует ответа

Рассчитываться будем здоровьем детей

Взялся за авторучку и написать этот материал меня побудили вопиющие нарушения санитарно-эпидемиологических правил в организациях торговли города Кодинска. В каждой стационарной торговой точке (а в городе их значительно более сотни) налицо полное игнорирование санитарных правил, что чревато угрозой жизни и здоровью человека и может способствовать возникновению и распространению заболеваний.

С попустительства и преступной безответственности районной СЭС и отдела торговли администрации, которые из контролирующих органов по непонятным причинам превратились в статистические, нарушения касаются практически всего диапазона требований, а именно:

- размещения, устройства, планировки, санитарно-технического состояния организаций торговли;
- условий транспортирования, приемки, хранения, переработки продукции;
- реализации продовольственного сырья и пищевых продуктов.

Чтобы не быть голословным, приведу ряд примеров.

Практически в одном стационарном магазине, реализующем овощи, яйца и рыбу в сыром виде, нет отдельных фасовочных для разных групп пищевых продуктов. Фасовка, продуктов, готовых к употреблению, и продажа продуктов в сыром виде осуществляются в одном и том же помещении, не говоря уже об обязательном оборудовании фасовочных двухгнездными моечными ваннами с подводкой горячей и холодной воды через смесители и раковинами для мытья рук. Подавляющее большинство стационарных магазинов мелкорозничной торговли в нарушение санитарно-игиенических норм не оборудованы туалетами.

«Места размещения стационарных, т. е. временных, торговых точек должны быть оборудованы туалетами». Вы где-нибудь в Кодинске это видели?

В соответствии с нормами и

правилами размещения организаций торговли расстояние от рынков до жилых зданий должно быть не менее 50 метров. Наш же городской рынок площадью, значительно превышающей 1000 кв. м, расположен в семи метрах от жилого дома. Кто в этом виноват и кто за это нарушение ответит?

Нынешний владелец рынка господин В. С. Литвин судится с администрацией района за право приобретения земельного участка, занимаемого рынком, в безраздельное пользование. Но, на мой взгляд, означенного господина Литвина следует привлечь к администрации ответственности за нарушение санитарных норм содержания рынка по ряду невыполненных требований:

рынок не оборудован туалетом и раковинами для мытья персонала. На территории рынка до настоящего времени не построен отдельный туалет для посетителей;

территория, примыкающая к рынку, должна быть благоустроена и содержаться в чистоте. А что мы видим со стороны столовой и магазина «Сибирь»? Полная антисанитария.

Только за эти нарушения господина В. С. Литвина следуют наказывать по полной программе.

Кроме того, вызывает недоверие реализация непродовольственных товаров совместно с пищевыми продуктами (например, магазины «У Петровых», «Сибирь» и др.). Действующие нормы запрещают не только реализацию, но и расфасовку непродовольственных товаров в магазинах продовольственной торговли.

Не согласна!

Культуру поведения нужно воспитывать

Здравствуйте, уважаемые работники редакции газеты «Советское Приангарье»!

Я бы хотела этим письмом выразить свое несогласие с ответом сотрудника отдела при администрации района Г. А. Климовой по поводу порядка, благоустройства и культуры поведения в нашем городе.

Уважаемая Галина Александровна! Позвольте с Вами не согласиться по поводу того, что работники культуры не должны отвечать за культуру поведения граждан, а тем более тех, кто приходит на их же мероприятия. Нет! Не только должны, но и обязаны прививать, развивать, учить, на конец, как должно вести себя в общественных местах. Именно они, работники культуры, призывают нести культуру массы.

А Вас послушать, так получается, никто ни за что не отвечает. Тогда позвольте Вам задать вопрос: а для чего все это благоустройство придумано в городе, для чего бульвары, фонтаны, для чего разработаны конкурсные мероприятия по озеленению торговых павильонов и территорий, к ним прилегающих? Для чего? Ведь все равно же

будут сорить, топтать, бить бутылки и т. д. Если следовать такой точке зрения, то так мы скоро вообще окостинимся. Школа скажет: мы не должны учить культуре поведения, работники культуры тоже не обязаны, а в семье папа с мамой не научили культуры. Перспектива вырисовывается малоприятная.

Я считаю, что ВАМ в первую очередь нельзя оставлять без внимания вопросы благоустройства и озеленения нашего города. Приведу один пример.

До 2003 г. у здания РДК «Рассвет» были зелены насыаждения, кустарники. Но после обустройства площади их срубили, взамен ничего не посадили, даже не разбили плохонюкую клумбу. Правда, иногда работники выносят два горшка с цветами и ставят их на заросшую травой площадку, а когда готовятся какое-то мероприятие, то из леса привозят саженцы, березки и втыкают по всей территории. Неужели так должно быть?

С уважением, Л. КАРНАУХОВА.

А что у нас

Не стыдитесь этого рода!

По космическим масштабам наша Земля - очень маленькая планета. Полеты в космос показали, что переселяться с Земли человечеству пока некуда. Поэтому надо дорожить тем, что имеем - нашим щаром, на котором есть уникальное для Вселенной чудо под названием жизнь. Равновесие - один из основных законов природы. Есть множество примеров тому, как материальная экологическая неграмотность человека приводила к печальным последствиям. Нам нужно всерьез изучать экологию, тогда мы сможем помочь природе.

Замечательные строки написаны об этом Самуил Яковлевич Маршак:

*Человек -
хочу будь он трижды гением -
Остается*

*мыслящим растением.
С ним в родстве*

*деревья и трава.
Не стыдитесь этого рода!*

В воспитании экологической культуры населения библиотека играет огромную роль. В 2004 году проводятся массовые мероприятия, посвященные отношениям человека и природы, уроки экологических знаний, ярмарки здоровья, экологические лабиринты и многое другое. В библиотеке можно найти любую литературу по проблемам экологии. Здесь осуществляется справочно-библиографическое и информационное обеспечение населения Кодинска по этой теме. Для этого оформляются тематические спикеры литературы, проводятся биографические обзоры, дни информации, часы интересных сообщений - «Богучанская ГЭС и экология», «Охрана природы в Красноярском крае», «Земля - мой дом родной». Мы проводим большую разнообразную работу по экологии. Об этом несколько раз писал в своих публикациях И. Ридкий (газета «Наши край»).

С июня по сентябрь 2004 г. краевая научная библиотека

проводит конкурс среди библиотек края по экологическому просвещению населения. Наша центральная библиотека решила принять участие в этом конкурсе. Для этого требовались материальные затраты (на альбомы, фотопленку и т. д.). Чтобы найти средства, мы обратились за помощью к предпринимателям, и они нам не отказали. Выносим огромную благодарность нашим спонсорам - Алексею Васильевичу Клеопину (зав. отделом оргтехники, магазин «Интек», Марине Викторовне Абушахмановой («Меридиан»), хангуле Александру Евгеньевичу («Торгхемпонт»), Василию Николаевичу Шарминову («Айтуй») и Виктору Федоровичу Мельнику («Север»). Благодаря выделенным средствам мы можем принять участие в краевом конкурсе и надеемся занять одно из призовых мест.

Уважаемые спонсоры! От всей души желаем вам крепкого здоровья, больших успехов в работе и личного счастья, которое всегда сопутствует людям с добром и щедрой душой.

А. КОВЕШНИКОВА
по поручению коллектива
центральной районной
библиотеки.

Слова благодарности

Ее доброта побеждает болезни

Хочу через вашу газету выразить слова искренней благодарности фельдшеру поселка Имбинский Ниине Леонидовне Перевертайловой.

В Имбинском я живу с 1991 года и от однослельчан слышала о Ниине Леонидовне много добрых теплых слов, но обратилась к ней за помощью болезнь заставила 11 июня этого года.

И действительно, я увидела перед собой требовательного, внимательного, хорошо знающего свое дело человека. Она сразу же откликнулась на мою просьбу, пришла ко мне домой и помогла, правда, пожурив за то, что не обратилась к ней в начале болезни, а тянула до последнего, когда стало уж совсем худо. Но сколько в ней было сочувствия, сопереживания!

В течение двух недель она навещала меня по несколько раз в день - и рано утром, и в обеденный перерыв, и поздно вечером. Не считаясь со своим личным временем, она ухаживала за мной - ставила уколы, давала советы, назначала лечебные препараты, стараясь от немногого уменьшить боль.

Нина Леонидовна своим искренним сопереживанием помогает выздороветь, вселяет твердую уверенность, что все будет хорошо. И болезнь отступает.

Хочется пожелать Ниине Леонидовне всегда оставаться такой же отзывчивой, внимательной, доброй и чуткой.

Низкий поклон вам, здоровье, счастья на долгие годы!

С уважением,

Лариса Николаевна УТИНА,

п. Имбинский.

ГУБЕРНАТОР НАВЕСТИЛ ЗЕМЛЯКОВ

6 ИЮЛЯ В МОСКВЕ АЛЕКСАНДР ХЛОПОНИН ПОСЕТИЛ ДИВИЗИЮ ВНУТРЕННИХ ВОЙСК МВД ИМ. ДЗЕРЖИНСКОГО, ГДЕ ПРОХОДЯТ СЛУЖБУ БОЛЕЕ 600 ПРИЗЫВНИКОВ ИЗ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

Каждый, кто служил в армии, знает, как дорога солдату любая весточка из родных краев. А уж тем более – приезд гостя-земляка. А тут – приехал навестить сам губернатор...

Первым делом Александр Хлопонин прошелся по казармам, посетил зал боевой славы дивизии. Дотошно и детально он интересовался всеми мелочами, касающимися условий службы земляков.

А затем в клубе состоялась встреча гости со всеми воинами-красноярцами. Более часа губернатор подробно отвечал на вопросы солдат. Их интересовало очень многое: что изменилось в крае за время их службы, какие реформы ждут гвардейцев. Особенно много вопросов началось перспективы развития родных городов – Норильска, Талнаха, Ачинска, Железногорска, Зеленогорска, Минусинска и, конечно, Красноярска. Губернатор рассказал о строительстве железнодорожного вокзала в краевом центре, нового Дворца спорта, перспективах развития спорта в регионе.

Разговор коснулся и дру-

В столице края прошло совместное заседание Совета Сибирского федерального округа и Совета межрегиональной ассоциации «Сибирское соглашение» (МАСС), главой которой избран губернатор нашего края Александр Хлопонин.

УРОВЕНЬ ЖИЗНИ НЕ СНИЗИТСЯ



Обсуждение параметров бюджета страны в федеральных округах стало нормальным рабочим процессом, ежегодной практикой. Нынче этот процесс осложнен тем, что, согласно изменениям в законодательстве, со следующего года расходы регионов России увеличатся (в частности, для Красноярского края – на 2 млрд. рублей), а доходы, наоборот, сократятся. Правда, как считает Александр Хлопонин, «наш край – один из немногих регионов-доноров, поэтому он подготовлен к такого рода процессам».

В ходе обсуждения параметров бюджета на следующий год участники заседания внесли в него около двух десятков предложений, которые будут переданы в правительство РФ и Президенту. Как отме-

тил Александр Хлопонин, результатом работы МАСС стали предложения по корректировке будущего закона о «монетизации льгот». Так, например, по сегодняшним расчетам, Красноярский край должен получить из федерального бюджета по денежным компенсациям в связи с отменой социальных льгот порядка 2,5 млрд. рублей.

Губернатор края также внес предложение по корректировке и законодательному закреплению методики, по которой рассчитываются помощи регионам со стороны Федерации. Все они направлены на то, чтобы в ходе реформ не допустить снижения уровня жизни жителей нашего края.

По окончании заседания полномочный представитель Президента РФ в Сибирском Федеральном округе Леонид Драчевский и губернатор Красноярского края Александр Хлопонин



гих актуальных и серьезных тем: грудоустройства «дембель», возможностей их дальнейшей учебы после возвращения домой. Губернатор заверил военнослужащих, что таланты, умения и потенциал вернувшихся с военной службы будут воспрещены интенсивно развивающейся экономикой нашего края.

Тех солдат, родители и семьи которых испытывают сегодня финансовые сложности, Александр Хлопонин попросил изложить ситуацию на бумаге. Он заверил, что все эти заявления будут внимательно рассмотрены администрацией края, и в каждом конкретном случае краевая власть определит возможности и формы оказания помощи солдатским семьям.

В завершение встречи губернатор дал землякам свой мобильный телефон, по которому десятки бойцов смогли тут же позвонить домой, в Крас-

ноярский край. На следующий день Александр Хлопонин улетал в Красноярск, и поэтому захватил с собой все солдатские письма, чтобы они быстрее попали к адресатам.

Не обошлось и без щедрых подарков. Губернатор подарил дивизии шесть персональных компьютеров и шесть видеодиктофонов, которые будут установлены в Центре реабилитации. Также

Александр Хлопонин вручил «за добросовестное выполнение служебно-боевых задач» персональные подарки 10 бойцам, призванным из Красноярска, – именные часы и благодарственные письма. Кроме того, всем нашим землякам-военнослужащим на их лицевые счета будут перечислены губернаторские денежные премии. Кстати, все расходы, подарки, премии солдатам Хлопо-

нин оплатил сам, за счет личных средств.

Подводя итоги визита, Александр Хлопонин отметил высокий уровень военной и социальной культуры дивизии им. Дзержинского. «Я сам служил два года в пехоте, регулярно бывало в разных воинских частях и могу заверить, что подобных условий службы я не видел никогда. Я имею в виду и качество воинской подготовки, и качество бытовых условий, в которых находятся ребята», – заявил губернатор.

Его поддержал военком Красноярского края Николай Ивченко, который сопровождал губернатора: «Мы ехали сюда, чтобы внимательно посмотреть, в каких условиях проходит службу наши земляки. Я считаю, что матери, перекрывающие за своих сыновей, могут быть спокойны».

... Военнослужащие дивизии, призванные из других регионов России, по-хорошему завидовали красноярцам: к сожалению, не каждого солдата земляки окружают таким вниманием и щедрой работой...

Сергей ФЕДОРЧЕНКО.

ЗАКОНОДАТЕЛЬНОЕ СОБРАНИЕ

По инициативе губернатора края Александра Хлопонина краевая администрация представила на утверждение депутатов Законодательного собрания две важные краевые целевые программы, которые 6 июля были приняты депутатами на сессии ЗС.

Первая программа называется «Социальная поддержка населения, находящегося в трудной жизненной ситуации на 2004 год».

Анализ обращений граждан, проводимый органами исполнительной и законодательной власти края, показывает: зачастую люди обращаются за помощью в крайне трудной жизненной ситуации, возникшей не только из-за малообеспеченности, но и вследствие инвалидности, внезапной или длительной болезни, преклонного возраста, одиночества, сиротства, отсутствия определенного места жительства, работы, ущерб от стихийных бедствий, пожаров, наводнений. Поэтому новый закон содержит два основных раздела. Первый раздел касается адресной социальной помощи семьям и одиночко про-

ЕСЛИ ТРУДНО, ВЛАСТЬ ПОМОЖЕТ

живавшим гражданам, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Второй – регулирует обеспечение граждан, находящихся в трудной жизненной ситуации, извещениями, изделиями медицинского назначения дополнительно к тем, которые предусмотрены «Программой государственных гарантий оказания населению Красноярского края бесплатной медицинской помощи в 2004 году».

Анализ обращений граждан, проводимый органами исполнительной и законодательной власти края, показывает: зачастую люди обращаются за помощью в крайне трудной жизненной ситуации, возникшей не только из-за малообеспеченности, но и вследствие инвалидности, внезапной или длительной болезни, преклонного возраста, одиночества, сиротства, отсутствия определенного места жительства, работы, ущерб от стихийных бедствий, пожаров, наводнений. Поэтому новый закон содержит два основных раздела. Первый раздел касается адресной социальной помощи семьям и одиночко про-

тивниками, проработавшие по специальности от 3 до 10 лет; учителя, которым пришлось в связи с закрытием школы переехать для работы в другой район, а также педагоги, которые заняли давно не востребованые вакансии.

Жилье будет предоставлено совершенно бесплатно, но при одном условии – новосел должен заключить контракт о работе в образовательном учреждении в течение определенного срока.

По истечении этого срока жилье безвозмездно переходит в собственность учителя.

По мнению депутата Законодательного собрания Алексея Клещко, эта программа носит «прорывной характер» и она сможет стать серьезным стимулом закрепления молодых специалистов на селе. Понятно, что двумя программами не решить всех проблем тех жителей края, которые сегодня нуждаются в помощи государства. Но главное, что власть знает эти проблемы, работает над ними, и в силу возможностей краевого бюджета их решает.

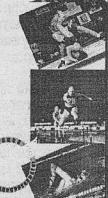
Сергей РАДЕЦКИЙ.



«Олимпийские звезды Красноярья – верим, поддерживаем, ждем!»

Вы можете поддержать наших олимпийцев, ПРИСЛАВ СВОИ НАКАЗЫ И ПОЖЕЛАНИЯ ДО 9 АВГУСТА по адресу:
Красноярск, Красной Армии 3, крайспорткомитет, или
www.krysport.org

ЛУЧШИЕ ПИСЬМА ДОСТАВЯТ В ГРЕЦИЮ!





Вопрос-ответ

СПРАВОК
ПОНАДОБИТСЯ МЕНЬШЕ

Порядок замены удостоверений «чернобыльцам» упрощен. Вот уже больше года я пытаюсь поменять свое старое удостоверение «чернобыльца» на новое. Проблема в том, что я не могу документально подтвердить свой статус. Пять лет назад я переехал с Украины в Красноярск, и все необходимые справки остались там. И теперь мне их не возвращают, отвечают, что мои документы там не числится. Но я ведь как-то получил у них удостоверение? А здесь, в Красноярске, мне не выдают новое удостоверение без подтверждения документов. Что же теперь делать, неужели нельзя обойтись без лишней бумажной волокиты?

Георгий Полежаев,
Минусинский район.

На вопрос нашего читателя отвечает начальник мобилизационного управления администрации края Юрий КОЛЮПАЕВ:

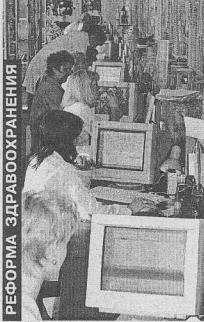
В начале этого года Верховный Суд Российской Федерации отменил прежний порядок оформления и выдачи удостоверений нового образца участникам ликвидации последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС.

Раньше, чтобы поменять старое удостоверение на документ нового образца, «чернобыльца» для подтверждения своего правового статуса необходимо было

предъявлять множество справок. Теперь для получения нового удостоверения граждане должны представить только заявление о выдаче удостоверения, ксерокопию ранее выданного удостоверения, ксерокопии паспорта и одну фотографию 3x4 см.

Удостоверения старого образца участников ликвидации последствий аварии на Чернобыльской АЭС будут действительны до 1 января 2006 года.

БЕЗ ОЧЕРЕДИ



РЕФОРМА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Современные средства связи служат медицине
Жители Красноярского края, обращавшиеся за помощью в краевую больницу, знают, какую длинную двух-трехчасовую очередь нужно выстоять с раннего утра в регистратуре консультативно-диагностической поликлиники, чтобы взять талон на прием к специалисту. А это, в основном, больные люди, приехавшие издалека.
Современные средства связи помогли решить эту сложную проблему.

ниду не позднее, чем за один час до назначенного времени и получает в регистратуре поликлиники свой талон, не выставая очередную очередь.

Однако имеется одно ограничение. Направление на консультативный прием в краевую клиническую больницу выдается только клинико-экспертными комиссиями центральных районных больниц. Дело в том, что объемы бесплатной медицинской помощи и, соответственно, число специалистов, ведущих прием в поликлинике, рассчитываются управлением здравоохранения администрации края с учетом заболеваемости и экономических возможностей. Остальным пациентам, приехавшим без направления КЭЖ, помощь обязательно будет оказана, но на платной основе.

На сегодняшний день во все центральные районные больницы края разосланы информационные письма с описанием технологии предварительной записи на консультативный прием в поликлинику ККБ с помощью электронной почты. И уже идет активное сотрудничество с центральными больницами Лесосибирской, Березовского и Курагинского районов. В среднем в день в поликлинику ККБ приходит до 100 талонов.

Эта система допускает возможность предварительной записи на любую дату, чтобы человек из района мог спланировать посещение больницы. Предусмотрен и режим срочной консультации. После заявки пациент приезжает в боль-

ЧЕМПИОНЫ ЛЕСОСЕК
В Большемуртинском районе прошли III краевые соревнования по валке леса

Соревнования вальщиков леса ежегодно проходят во многих лесных регионах России и за рубежом.

В Красноярском крае состязания проводились в 2000 и 2001 годах. По итогам отбора лучшие вальщики вошли в сборную края, которая на Всероссийских соревнованиях заняла 5 место из 17 команд-участников.

В этом году после двухлетнего перерыва соревнования по валке леса возобновлены по инициативе управления лесного комплекса и управления природных ресурсов администрации края. Участие в них приняли 12 лучших вальщиков из шести районов: Пиринского, Сухобузимского, Казачинского, Енисейского, Большемуртинского и Манского. Это представители Красноярского управления сельским лесами, Большемуртинского, Сухобузимского, Енисейского лесозаводов, ООО «Енисейская кулическая корпорация» и Новосибирского ЛЖК.

Оценка результатов проводилась в пяти упражнениях: валка леса, обрезка сучьев, подготовка бензопилы к работе, раскряжевка комбинированым резом, точность распилования бревен. Сумма очков за все упражнения явля-

лась сравнительным результатом соревнований.

Первое и второе место по количеству набранных очков заняли представители Манского сельского лесозавода. Третье место завоевал представитель Большемуртинского опытно-показательного лесозавода. Победители примут участие в российских соревнованиях вальщиков леса в октябре 2004 года.

Ольга ЕФРЕМЕНКО.



Хорошо известная жителям края программа новостей «ИКС» вернулась к зрителям. Сейчас возможность смотреть ее имеют 600 тысяч человек. А к концу года аудитория «ИКСа» превысит миллион зрителей

МИСТЕР «ИКС» ВОЗВРАЩАЕТСЯ

Задача – создать телевизионный канал, который будет вещать на территории ВСЕГО края, – губернатор Александр Хлопонин поставил в марте, на заседании Совета администрации, где были определены основные направления развития системы «Енисей». На тот момент областной канал вещал в 95 небольших населенных пунктах и охватывал около 310 тысяч человек. В июне зона вещания «Енисея» упоминалась как четырехкратное расширение 4 крупных городов. Так, в Канске пакетом систем «Енисей» стала ТРК «З-канал» в Назарово – ТРК «Причулымы» (12 каналов), в Сосновоборске – муниципальная кабельная сеть «Железногорск» (12 каналов). До конца лета при поддержке ТРК «Наш город» система «Енисей» придет в Ачинск. А к началу 2005 года возможность смотреть краевые программы получат жители еще 5 населенных пунктов: Шарыгово, Ботого, Шушенского, Ужура и Лесосибирска. Таким образом, аудитория системы «Енисей» превысила 1 млн зрителей.

у себя вещание краевого канала, создавать свои программы и «врезать» их в программы передач.

Заместитель губернатора края Юрий Олейников считает, что развитие системы «Енисей» будет играть значительную роль в процессе грядущего объединения края:

«Ни одна из существующих сегодня телекомпаний не может претендовать на статус общекраевого. Аудитория краевого государственного телекомпания и ТВК – одна приблизительно равны – около полутора миллионов человек. Аудитории остальных – значительно меньше. И, в основном, их зрители – городское население. При этом очевидно, что огромный Красноярский край, который территориально равен трети европейского континента – может стать по-настоящему единым регионом только при наличии единого информационного пространства. Иначе говоря – с помощью СМИ, которые будут доносить информацию из самых отдаленных районов и поселков. Посмотрите, в масштабах страны – та же проблема. Думаю, без Первого канала и РТРК, которые объединяют собой территорию Российской Федерации, контуры нашего государства не могли бы выглядеть иначе. Не зря правительство так щипательно оберегает систему трансляции двух крупнейших телекомпаний страны и несет при этом большие затраты. Перед системой «Енисей» сегодня стоит скользкая задача государственного масштаба – обединить собою край, тем более что впереди нас ждет создание нового субъекта Федерации вместе с Таймыром и Енисеем. Поэтому администрация края рассматривает систему «Енисей» как стратегический социальный проект, удаленный ей столько внимания и ставит задачу по увеличению зоны вещания».

Ярослав ПИНИТИН.

Полезно знать

«Любил я с отцом ходить в банию... Там мы и парились часами, до устали, до изнеможения. А потом... в какой бы город я ни приезжал, первым долгом шел в баню и потом без конца мылся, намыливаясь, обивался, парился, шпарился и опять начинал все сначала» - так писал о бани Федор Шаляпин в своих воспоминаниях.

А вы ходите в баню или сауну? Если нет, то непременно, отбросив все предрассудки и лень, отправляйтесь в баню и познайте этот целительный дар, который на протяжении тысячелетий хранили наши народы. Представьте себе, что древние славяне не мыслили свою жизнь без бани. Любая болезнь, хворь, тоска лечилась именно здесь. Сейчас любой насморк или кашель мы стремимся лечить дорогими лекарствами или антибиотиками. Они, конечно, избавляют от неприятных симптомов, зато вызывают побочные эффекты в виде аллергии или дисбактериоза. А баня и сауна дарят настоящее здоровье, излечивая не симптомы, а саму болезнь.

Эта волшебница - баня

В читальном зале центральной библиотеки для вас действует выставка-сочет «Эта волшебница - баня». Остановимся на наиболее, на мой взгляд, полезных и интересных изданиях.

А. Бабушкин, автор книги «Баня: дом здоровья» из серии «Испели себя сам» вернула себе здоровье после двух инфарктов, и не последнюю роль в исцелении сыграла она. В книге вы найдете целительные рецепты лечения жаром и паром сердечно-сосудистых, кожных, ревматических, простудных и других заболеваний.

М. Нарушевич в книге «Русская и финская баня для женщин» рассказывает об истории создания бани, разъясняет особенности русской и финской бани (сауны), дает советы исполнения от разных заболеваний. Ну а если вы здоровы - совет, как с помощью бани стать красивой и стройной. Ведь посещение бани - самый лучший повод поработать над своей внешностью! Вы, конечно, используете иногда скраб для лица. Но, возможно, не знаете, что одним из лучших являет

ся от спичного натурализма кофе. Затем на очищенное лицо с открытыми порами накладывается маска из натуральных продуктов. В бане она окажется намного эффективнее. В распаренную кожу, отличную от обычной, впитываются всякие масла для тела и питательные маски для волос.

В приложении «Хозяюшка» к журналу «Крестьянка» Денис Ковалев представляет статью «Детская радость - баня». Замечено, что к детям, которые часто бывают в бане, «не пристает» простуда, а если они все же заболевают, то выздоравливают быстрее непривычных к парной или сауне сверстников. Ревматизм и другие хронические недуги обычно обходят их стороной. Словом, такие ребяташки распутут крепкими и активными и не доставляют хлопот докторам. Автор рекомендует принять ребенка к бане постепенно, ведь если малыш отправится в баню, наступив брови, готовый развернуться в любую минуту, - пользы от такого похода будет мало.



Под воздействием пара кожа очищается, раскрываются поры, она, что называется, начинает дышать, значит, ткани получают больше кислорода, улучшается обмен веществ, глубоко прогреваются мышцы, суставы и верхние дыхательные пути, что делает ребенка более гибким, подвижным, улучшает дыхание, слушает профилактикой воспалительных заболеваний; тренируется сердечно-сосудистая система; повышается защита от респираторных инфекций. Словом, париться веником - не просто забава. От этого занятия огромная польза!

Кстати, в повседневных хлопотах не забудьте, друзья, заготовить десятка два веников для бани. Веник для бани - исконно русское изобретение, бана без веника - майка и только.

Ценен веник по многим статьям. Прежде всего, это бесподобный массажер: приходится по телу под сухой горячий паром, и застоявшаяся кровь убыстряет движение, а эфирные масла, содержащиеся в нем, улучшают обмен веществ и предупреждают старение кожи. В заготовке веников есть свои секреты. Наиважнейший из них - успеть запастись ветками за одну-две недели, когда у березы еще молодая листва. Опоздаешь - листья утратят целебность. Второй секрет: для заготовок годятся только молодые березы, ветки с мелким или средним листом. Длина каждой 50-60 см. Делается это так. Ветки неплотно связывают в пучки лыком, пеньковым или джутовым шпагатом. Главное, чтобы это был натуральный материал, а не синтетика. Высушить сырье необходимо как можно быстрее. Развесить лучше в тени, под навесом на протянутую веревку или жердь, чтобы они не соприкасались друг с другом.

А теперь о том, как правильно запарить веник. Очень хорошо об этом сказано в № 6 журнала «Сельская новь» за 2004 г. Расскажу главное из

статьи. Если веник положить сразу в кипяток, тогда все биологически активные вещества перейдут в воду. Поэтому веник сначала опускают в таз с теплой водой - на 2-3 минуты, а затем, чтобы он ожидал аромат, на 1-2 минуты в кипяток. И все - можно париться.

А вот А. Лавров в статье «Вяжем веники» из журнала «Приусадебное хозяйство» советует одновременно с заготовкой березовых веников собрать различные лекарственные травы, которые используют в банных процедурах. Их заваривают горячей водой и оставляют в тазике.

Выдыхать аромат настоев не только приятно - это помогает избавиться от многих недугов. Шалфей, действуя возбуждающе, повышает жизненную силу организма. Запах хвои снимает физическое и умственное переутомление, приводит в норму расщатанные нервы. В борьбе с бесконицей хорошо помогает настой сена, чабреца, герани и ромашки. Смородина полезна для кожи. Веник из пихты усиливает кровообращение и дарит хороший сон.

Вы еще не построили баню у себя на даче? Что ж, если вы мастер, хозяин, то журналы «Приусадебное хозяйство» подскажут, как построить простую, жаркую, экономичную, истинно русскую баньку.

Вы знаете, что «С легким паром!» - это стариное русское приветствие тем, кто вернулся из бани. А пение русского пары включает в себя и приятность, и полезность. Стоит попробовать. Ведь мы ходим в баню не просто мыться, а в первую очередь греться, да еще и подлечиться, прогнать болезни.

С легким паром!

Н. НОВОКРЕЩЕНОВА,
зав. читальным залом ЦБ

СПОРТЗАЛ

И снова победа!

В июне три команды юных футболистов (тренеры В. Якушин и В. П. Якушин) участвовали в краевых соревнованиях «Кожаный мяч», которые идут в зачет спартакиады «Юный олимпиец».

Самые младшие ребята (1995-96 гг. рождения) заняли второе место, футболисты средней группы (1993-94 гг. рождения) стали третьими, команда старших ребят (1991-92 гг. рождения) тоже завоевала второе место.

Эти соревнования завершили спартакиаду «Юный олимпиец». Успешное выступление кодинских ребят позволило им уже третий раз подряд выиграть эту спартакиаду в общекомандном зачете.

Молод тот, кто молод душой

В последнее воскресенье июня в России традиционно отмечается День молодежи. В Кежемском районе в этом дне вот уже второй год проводится спортивные соревнования. На этот раз состязания длились два дня - 26 и 27 июня.

В субботу проводились соревнования по легкой атлетике среди взрослых (эти соревнования входят в зачет городской спартакиады среди трудовых коллективов, их итоги планируется подвести ко Дню плющурниста - 14 августа) и юношей.

Среди взрослых лучший результат показали Неля Бандышева (РОВД) и Александр Купцов (РОВД). В беге на 1500 метров одержали победу Светлана Чечиль (РУО) и Александр Купцов (РОВД).

В беге на 100 и 400 м среди женщин не было равных Нине Долговой (РУО). Среди мужчин 100 м лучше всех пробежал Роман Гейман (РОВД). В беге на 100 и 400 м среди женщин не было равных Нине Долговой (РУО).

В эстафете 4x100 м лидерами команды РОВД были Нина Долгова (РУО), Елена Киор (РОВД) и Ольга Лущенко (СВЭС).

Первое место по толканию ядра заняли Николай Радыгин (РОВД) и Нина Долгова (РУО).

В эстафете 4x100 м лидерами команды РОВД были Нина Долгова (РУО) и Ольга Лущенко (СВЭС).

Юные спортсмены тоже показали неплохие результаты.

Первое место по прыжкам в длину заняли Егор Якушин (КСОШ № 4) и Настя Михеева (КСОШ № 3). В беге на 1500 м лучшими стали Света Панасенко (КСОШ № 4) и Вадим Кудун (КСОШ № 2). Дистанции 100 и 400 м лучше всех пробежали Ирина Киор (КСОШ № 3) и Александр Мутовин (КСОШ № 3).

В толкании ядра среди девочек победу одержала Ольга Лещинская (КСОШ № 2).

На второй день состоялись соревнования по гиревому спорту, армрестлингу, дартсу и футбольный турнир.

Победителем в гиревом

спорте в весовой категории до 80 кг стал Александр Шведов (СВЭС). Второе и третье места заняли представители РОВД Николай Радыгин и Александр Купцов. В категории свыше 80 кг победил Роман Дускуев (частный предприниматель), второе место досталось Ивану Короткову (СВЭС), третье - Сергею Забарину (РОВД).

Первое место в соревнованиях по армрестлингу (весовая категория до 80 кг) занял Николай Радыгин (РОВД). Вторым стал Дмитрий Штерман (СВЭС), третьим - Геннадий Гейман (РУО). В весовой категории свыше 80 кг победил Василий Кадацкий (СВЭС), частный предприниматель Роман Дускуев занял второе место, а Владимир Масибут (ОАО «Богучанская ГЭС») - третье.

В состязаниях по дартсу участвовали и мужчины, и женщины. Среди женщин в этом виде спорта победительницей стала Светлана Чечиль из команды РУО. На вторую и третью позиции вышли Наталья Бильч (РОВД) и Ольга Лущенко (СВЭС). Лучшим среди мужчин в метании дротиков стал Дмитрий Штерман из СВЭС, немного уступили ему Сергей Гагарин (команда государственных) и Александр Купцов (РОВД) - они заняли второе и третье места соответственно.

Футбольный турнир, проходивший в День молодежи, не входил в зачет спартакиады. Участвовали в нем взрослые и юношеские команды. На этот раз юным футболистам завоевать призовое место не удалось - победила в турнире команда СВЭС, второе место заняли спортсмены ОАО «Богучанская ГЭС», третье - Гидромонтаж.

Черно-белый поединок

С 17 по 21 июня в Красноярске проходил чемпионат края по быстрым шахматам среди сельских шахматистов.

Кежемский район представляла команда из трех человек - за победу сражались руководитель шахматной секции Центра творчества детей Борис Александрович Абиг и его воспитанники Саша и Дима Деменковы. Всего в турнире приняли участие 32 человека.

В личном зачете Борис Александрович занял шестое место. Поздравляем тренера с хорошим результатом и надеемся, что у юношей все победы еще впереди!

Наталия РОМАНОВА.

Июльские работы

в огороде

Убирают зелень первого оборота. Обязательно осуществляется прорыжка, прореживание растений. Большое внимание надо уделять борьбе с сорняками и болезнями растений, проводят полив и подкормку. Окунивают картофель ранних сортов. Выпавшивают стрелки у чеснока. Их можно засолить или замариновать, получается вкусно. Пасынкуют томаты в теплице и в открытом грунте. Начинается закладка компоста из растительных остатков. В июле убирают первый урожай щавеля, лука-батуна, салата, укропа, шпината. Высевают повторно редис, салат, шпинат, а также цветную капусту.

в саду

Проводят подкормку, при необходимости - поливают, рыхлят почву, уничтожают сорняки, ведут борьбу с вредителями и болезнями. Необходимо своевременно убирать из сада упавшую завязь. Она в большинстве своем «наследует» вредителями. На участках витии обрезают усы, ненужные для размножения. При дождливой погоде возрастает опасность заражения яблонь парши и плодовой гнилью. Поэтому деревья опрыскивают 1%-й бордосской жидкостью или зольно-мыльным щёлком. С крьжовника и смородины стягивают в раскрытый зонтик личинок пильщика, вырезают и склоняют побеги поражённой малины, а также обильную молодую поросьль.



Поражённые ветви смородины опрыскивают подкормкой. Деревья, кустарники и многолетние цветы, которые слишком разрослись, обвязывают и подпирают. Садовые культуры в июле особенно нуждаются в поливе и питательных веществах. Завязи плодов прочнее держатся, если нет недостатка в воде. В это время витии, плодовые деревья, кустарники желательно подкормить азотными удобрениями.

Думая о будущем урожае в саду, следует накапливать и создавать запасы органических удобрений. Для этого годятся растительные остатки сада и отходы с кухни.

в цветнике

Пора подкормить пионы. У них удаляют боковые бутоны, оставляя на сильных кустах по два-три на стебле. Поливы многолетники, на каждое ведро воды добавляют 2-3 г борной кислоты и несколько кристаллов марганцовки. Астры и левкои поливают раствором марганцовки розового цвета. Двулетники высаживают на рассадную грядку.

Выращиваем помидоры

Начнем с пасынкования. Многие начинающие любители-овощеводы искренне радуются, когда видят на помидорном кусте большое количество пасынков в стадии цветения. Но наши климатические условия не позволяют к началу августа всем цветочным кистям сформироваться в плоды. И поэтому из-за неправильного пасынкования иные любители выращивают большое количество недоразвитых плодов, а спелых получают единицы.

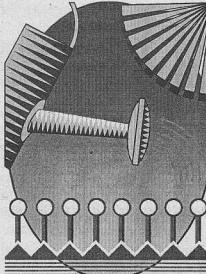


Все оставленные пасынки по мере их появления обламывают и постоянно срезают до созревания помидоров. В начале августа скоштвия, которые не сформировались в плоды, обламывают, чтобы ускорить созревание зеленых помидоров. С серединами июля можно обламывать листья, которые закрывают зеленые плоды, чтобы солнечное тепло могло ускорить прогрев и созревание. Не позднее 15 июля помидорные кусты окунивают, подкармливают и накануне удобрениями, лучше всего аммофосом. Два неполных спичечных коробка удобрения разводят в 10 л воды. Под каждый куст выливают 1 л раствора.

Если есть перегной, то вокруг пристольного круга куст обкладывают перепревшим навозом. Куст окунивают. Чтобы площадь окуничивания не покрывалась коркой, на глинистой почве нужно проводить поверхностное рыхление.

Поливают растения так, чтобы не обливать сам куст. Следует помнить: излишний полив вреден для корневой системы.

Страницу подготовила Наталья РОМАНОВА.



Учитесь поливать

Му должно не под силу напоить жаждущие корни. В солнечные дни, когда долго нет дождей, помидоры поливают не менее двух раз в неделю. Нерегулярный полив в сухую погоду не только повредит урожаю, но и ухудшит качество плодов - наиболее крупные будут трескаться. Огурцы без поливов вообще вырастают никудышные. Эта культура особенно требовательна к влаге - листвы много, поэтому активно идет испарение. Кто держит огурцы на «сухом пайке», тот просыпается и цветки, и завязь.

Надо способствовать появлению большого количества женских цветков. Это достигается прищипыванием пленки 5-6-м листом. После прищипки образуются боковые пленки, на которых образуется

множество женских цветков, даже больше, чем на основной пленке. Досадно, когда вырастает горький огурец. Это значит, что в плюдах накопилось много куркумата. Избыток его неприятен. А накапливается это вещество при недостатке влаги, солнца, питания, при высоких и низких температурах. Особенно горчат огурцы, которые растут на сухих грядках в теплую погоду. Кстати, злоупотребляя поливом, буквально заливая грядки, тоже нельзя. Самое лучшее - поливать чаще, но небольшими дозами. Воду для полива можно использовать не всяую. Подходит стоялая, прогретая на солнце. А лучше накапливать в бочках дождевую.

Морковка любит тепло!

Морковь по сравнению с другими корнеплодами лучше переносит холод и засуху, проклоняется даже при температуре 2-3 градуса тепла. Но этот овощ требует хорошего освещения и плодородной почвы. И к теплу морковка неравнодушна. При температуре 10-15 градусов полез из земли как на дрожжах. А если уж семена предварительно намочить в воде или любом стимуляторе роста, - только успев прорезываться. Морковные семечки лучше всего закапывать в землю на тех грядах, где в прошлый сезон росли капуста, картофель, кабачки, огурцы, помидоры, лук.

Урожай будем собирать перед самыми апогеем заморозков. Плоды своих трудов просушим под навесом. От прямых солнечных лучей морковь привянет. Хранить ее лучше всего в погребе при температуре +1°. Можно также держать в ящиках, пересыпав корнеплоды песком. А еще есть смысл пересыпать морковку луковой шелухой или опилками и хранить в открытом подиэтиле-новом мешке.

Рядки морковки устраивают на расстоянии 20-40 сантиметров друг от друга. Семечки загибают на глубину 1-1,5 сантиметра. После посева почву слегка уплотняют. Как ни печально, но сорняки прорастают намного быстрее культурной морковки. Поэтому, чтобы в почву борьбы с сорняком и молочаем не выдрать заодно будущие корнеплоды, можно смешать



морковные семена с небольшим количеством семечек редиски или салата, которые быстро прорастут и обозначат засеянный рядок.

Кроме дачников, сочную морковку с аппетитом кушают и морковные мухи. Чтобы защитить от вредителя своей моркови, между рядами корнеплода стоит посадить лук-севок. Морковка в свою очередь защитит его от луковых мух.

Хотя оранжевый овощ не слишком привередлив к поливу, он все-таки изрядно нуждается в живительной влаге сразу после посева и в начале развития ростков. Причем при резких перепадах от засухи к переувлажнению плоды загрубоют и потрескаются.

Морковные семечки очень мелкие, поэтому всходы получаются слишком густыми. Если их не проредить, толку с такой морковки не будет. Вырастут криевые тощие уроды. Так что, как ни жалко вырывать потенциальные овощи, придется всходы прорывать. Первый раз эту операцию надо совершить, когда у растения образуется несколько настоящих листочков. Расстояние между ростками оставляем 2-3 сантиметра. Второй раз проредить морковку придется, когда под листьями уже вырастет плод диаметром 1-2 сантиметра. Окончательная дистанция между съедобными корешками должна быть 5-6 см. Выдранные всходы можно съесть. Зато те, что остались на грядке, вырастут крупными и ровными. Не забывайте только рыхлить землю и избавлять будущий урожай от сорняков.

Аnekdoty в тему

- Вас, а почему ты больше не растешь огурцы на своей даче?

- А они у меня получаются хуже магазинных - не соленые и без банок.



Встречаются два дачника:

- О, Петро! Где ты так загорел?

- Огород в воскресенье копал...

- Слушай, приходи завтра ко мне загорать!

«Ароматы» ваших соток

Туалет на дачном или садовом участке может стать серьезной экологической проблемой. Диву порой даешься: построил человек хоромы на загляденье, а «кубовства» во дворе - дощатый домик с выгребной ямой. Сами понимаете, какие это «ароматы» с мухами. Но это еще как говорится, полбеды. Фекалии, скапливаясь в яме, начинают просачиваться в почву и вполне могут дойти до водоносного горизонта.

Выход есть. Вместо рыхлая выгребной ямы, которую в конце концов приходится опорожнять, а золотарское дело, увы, не из приятных, смастерите из старых досок большой ящик с открытыми стенками. В уборной поставьте бачок для использованной туалетной бумаги и ведро с дверью, перемешанным с золой или известностью-пушнойкой. Точно так же, как спускается вода в унитаз, после пользования туалетом экскременты засыпают смесью торфа и золы или извести. Ни мух, ни зловония. Содержимое быстро превращается в черноту, съедающую массу. Ее через год, сохраняя в куче, закройте полиэтиленовой пленкой, можно использовать как органическое удобрение на огороде. Обычными же фекалиями заправлять грядку просто опасно. Этот прием утилизации отходов - из личной практики садовода с солидным стажем.

Горы в Турции	Армейский цвет	Будущая лягушка	Перелетная птица	Результат скрещивания	"Главный георгин" в парламенте	Ингридинг-менфи	Плавучая переправа	Указка от реалистичности мечты	Логотип кресты-иконы на обложке	Действие с целью что-то найти	О-ва в Мал. Курдистанской гряде
Причина, выразившая рулевое звено из-за чего	Поле	Скульптура по труду	Система цепного телевидения	Сокращенная подпись		Морской разбойник			Миниатюрная единица речи	Советский художник-народный художник	Русский писатель
Основоположник самосуда в США	Русская скаковая птица				Гос-во в Африке	Столица гос-ва в Африке	Отрывистое исполнение звуков	Группа "газа"	Кинчка "белого пуделя"	Детское забавление	
Ущерб					Состязание ковбоев				Желез		Эмма из "Ромео и Джульетты"
Прав. приток Оки	Русский писательница-драматург		Суши машина соединяющая японскую кухню	Ключевое растение из "Али-Бабы"			Инфекционная болезнь лошадей	Обл. центр Белоруссии		Видный индийский коммунист	Турецкий порт на Черном море
Запальчивый 60-летний участник	Немецко-братский скаковичек	Быкак	Широкое женское пальто		Гос-во в Азии	Поззи-вины мыши	Славяне суперродом		Женское имя	Киевская ... - наша страна "юности"	Струнный кавказский инструмент
Сов. шахматист		Бояки в поклоне крестце		Очарк						Мороженое "Роста"	
Рыцарь малайского престола			Греческая буква							Тайная полиция Французской Германии	Вражебная социальность
Дерево										Бунтующие юрильицы	Суял-ская группа
Умелец по бочкам	Индийские драматические kostyamki		Пальма с перистыми листьями	Слабость при падении давления						Генерал Наполеона	Монарх
					Новелла					Летов (ГО)	
Домашние животные						... как розовый звук					Зеленый и красочный
Гладиаторы в ХII-XVII вв.	Бремя, тяжесть, нго		Ограничение на судне		Форма занятия в группе	Река в Питере	Стандартная упаковка яиц	Предметы в последние годы	Первый будильник	Мужское имя	Упоминание в почве
Личинка гриба								Город в Эстонии	Невольники	Спиртной напиток	
										Мужское имя	
Египетский фараон	Католический священник		Сильное волнение из-за опасности							Остров в Средиземном море	Состав работников предпринимательства
Плетеная обувь	Мера объема										Вотка али
Кудесник-закататель	Город в Финляндии			Вячеслав Полушкин как он есть		Подключочный камень					
Поясничный текст на экране	Протока между озерами										
				Уплотнительная деталь машины							

Выписывайте
и читайте
газету
*«Советское
Присангарье»!*

Внимательны ли вы к мелочам?

МЕЛОЧИ ЖИЗНИ В СУММЕ МОГУТ СЫГРАТЬ РЕШАЮЩУЮ РОЛЬ В СУДБЕ ЧЕЛОВЕКА. А КАК ВЫ ОТНОСИТЕСЬ К МЕЛКИМ ДЕТАЛЯМ СВОЕГО БЫТИЯ?

1. Вас часто обсчитывают в магазинах?

- Часто пытаются, но ни у кого не получается. (2 очка)

- Бывает, но больше рубля я там ни разу не терял(а). (1)

- Увы! Но мне легче лишиться денег, чем признать себя развязой. (0)

2. Как много дат рождения своих близких вы знаете?

- Если поднапрягся, то два десятка назову. (2)

- Я и свою-то дату рождения не всегда твердо помню. (0)

- Примерно семь-восемь.

3. Готовясь к важной бесе-

де, на что обратите особое внимание?

- На то, чтобы не опоздать на нее. (0)

- Проверю, нет ли пятен на одежде, есть ли носовой платок и т. п. (1)

- Продумаю два-три варианта развития разговора. (2)

4. Какие книги вы охотнее взяли с собой в дальнюю дорогу?

- С закрученным сюжетом. Типа детективов. (0)

- Потолще и посерезнее. С описаниями природы и разных переживаний. (2)

- Лучше брать не книги, а журналы или газеты, где есть чтиво на любой вкус. (1)

5. Вы верите в приметы, вешние сны, пыганско-гадание и т. п.?

- Не все приметы сбываются. Но черную кошку или даму с пустым ведром я на

Потехе – час

всякий случай обхожу стороной. (1)

- Нет, я вообще никому не верю - только себе любимому (любимой). (0)

- Да. Я всегда стараюсь поступать в соответствии с ними. (2)

8 - 10 очков. Вы наблюдательны, почти как Шерлок Холмс! Нужно сильно постараться, чтобы застать вас врасплох или об窘ить.

4 - 7 очков. Вряд ли вы забудете зонт в автобусе или сядете на свежекрашенную скамейку. Но вашей памяти и вниманию есть еще куда развиваться.

0 - 3 очка. Ваши целеустремленность и самоуверенность не позволяют вам отвлекаться на мелочи. Но, возможно, именно они загораживают, а то и ломают судьбы большие ваши планы.

Улыбнись,

читатель!

Ротный спрашивает новобрачев:

- Кто-нибудь из вас умеет варить?

- Да, - отвечает один.

- Будешь поваром.

Проходит два дня.

- Послушай, а тебе вообще-то приходилось варить в больших количествах?

- Да.

- И что же ты варила?

- Асфальт.

В Таджикистане. Пропорщик вызывает к себе солдата и спрашивает:

- Что это, Коноплев, у тебя фамилия такая наркотическая?

- Да я сам не знаю, Гашиш Марихуанович.

Сегодняшний день в США. Цельный час капитан ведет занятия на тему «Долг солдата». Затем решали проверить результаты. - Рядовой Смит, почему американский солдат должен быть готов умереть за свою страну в любой точке земного шара?

Солдат почесал затылок, потер переносицу, нахмурил брови и ответил:

- Так точно, капитан! Вы правы. Почему американский солдат должен быть готовым умереть за свою страну в любой точке земного шара? С какой стати?

Нужно срочно заканчивать вину, но мужики уже на исходе. Пришли сюда набрать роту «головных». В блиндаже сидит соответствующего вида лейтенант, подливает ногти и кричит:

- Эй, сержант, посма-атри-и, что там у нас на переда-аво-й. Сержант смотрит в бинокль и отвечает:

- Ой, немцы, немцы!

- Ну и как они, ничего?

- Фу-у, страшные, рыжие, волосатые!

- Тогда ого-онь, безжа-алостный ого-онь!

Будешь разведчиком.

- Нет, не могу, у меня, знаете ли, позвоночник кривой.

- Ничего странного, мы тебя как бumerang будем забрасывать в тыл врага.

- Бабушка, пусты переночевать.

- Заходи, солдатик.

- Да я не один... с сферайтором.

- Ничего. Привяжи его к забору.

У команда сломалась рация. Он построил личный состав и говорит:

- У меня на бронетранспортере сломалась рация. Кто ее починит - поедет в отпуск.

Из строя раздается голос:

- Товарищи командир, у вас рация на чём, на полупроводниках или на лампах?

- Для добывших повторно: на бронетранспортере!

Женский батальон.

- А я служить не хочу!

- Что? А если война? Пусть враги топнут на нашу землю?

Насилия наших мужиков? А ну-сobrete всю волю в кулак! Только ногти не переломайтесь.

Лейтенант муштрует взвод, состоящий из женщин.

- Рядовой Петрова! Была команда «Автомат на грудь», а не «Груди на автомат»!

Генерал держит речь перед солдатами:

- Товарищи бойцы, вам сегодня предстоит очень тяжёлый бой. Противник великолепно подготовлен. Он силен, коварен, хитер. На вооружении у противника имеются 146 танков, 400 минометов, 60 пулеметов. Враг будет беспощаден и жесток...

Тут его перебивает один из солдат:

- Товарищ генерал! А зачем тогда нам туда лезть?

Нужно срочно заканчивать вину, но мужики уже на исходе. Пришли сюда набрать роту «головных». В блиндаже сидит соответствующего вида лейтенант, подливает ногти и кричит:

- Эй, сержант, посма-атри-и, что там у нас на переда-аво-й. Сержант смотрит в бинокль и отвечает:

- Ой, немцы, немцы!

- Ну и как они, ничего?

- Фу-у, страшные, рыжие, волосатые!

- Тогда ого-онь, безжа-алостный ого-онь!

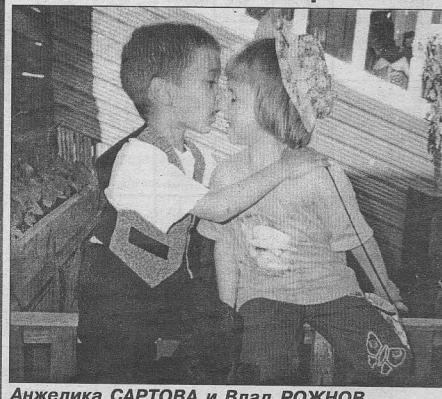
УЧРЕДИТЕЛЬ: Управление по телерадиовещанию, печати и информации администрации Красногорского края. Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций 03.08.2000 г.

Регистрационный № 02533.

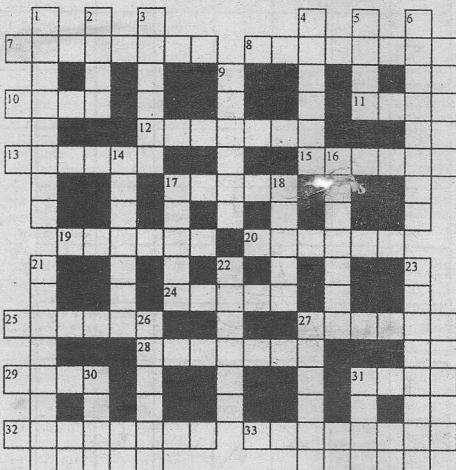
РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ: ответственный секретарь - Ю. БАРАНОВСКАЯ; зав. общественно-политическим отделом - М. В. БАРАНОВА; зав. социально-экономическим отделом - В. М. БУТАКОВА; зав. отделом информационных материалов - Е. В. ПЕРВУХИНА; зав. отделом писем - Н. А. РОМАНОВА.

Потехе – час

На конкурс:
«Мы с тобой два берега...»



Анжелика САРТОВА и Влад РОЖНОВ.



слова «предпочтение». 13. Тара для синцев и парчи у некрасовского коробейника. 15. Из них складываются финансовые партии. 16. Хозяин древнегреческого базиописца Эзола. 20. Сапожник постарому. 21. Декоративный рододендрон. 22. Бобовое растение, одно из наиболее активных растений, которые регулируют деятельность сердечно-сосудистой системы.

27. Фехтовальный прием. 28. Одна из самых известных оперетт Ж. Оффенбаха называется «Чтобы красная...». 30. Издей... - выпекание которого первый получается комом. 31. Вредное насекомое, которое может прожить без пищи до двух лет.

Ответы на кроссворд и сканворд от 11.07.2004 г.



По горизонтали: 7. Чатуранга. 9. Резонер. 10. Келлерман. 11. Пляяров. 13. Атрей. 14. Лиепа. 15. Гмыры. 18. Автомоделизм. 21. Анджапаридзе. 24. Диодро. 25. Шимми. 26. Шальва. 29. Ингэзис. 30. Аянрианов. 31. Алхимики. 32. Выгорование.

По вертикали: 1. Паперть. 2. Буряев. 3. Ларра. 4. Зенон. 5. Подрамник. 6. Медодрама. 8. Гравирование. 12. Аплодименты. 16. Авиан. 17. Кензо. 19. «Националь». 20. Удерждание. 22. Барабан. 23. Ездоким. 27. Сирин. 28. Ершов.

Главный редактор - Н. В. ЗОНОВА.

Газета сверстана в компьютерном центре «СЛ», отпечатана в ООО «Типография «Красногорский рабочий», пер. Выборгский, д. 9. 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 - 52336. Тираж - 3700 экз.

Абасака + тв

Реклама, частные объявления, поздравления и пр.

Примите поздравления!

Поздравляем с Днём рождения нашу дорогую, ловкую маму Светлану Юрьевну ЧЕРНЫХ!

Всё было в жизни:
радость, боль потерп.,
Но ты, как прежде, мама,
молодая,

Такая же красивая, уверена!
Растила нас ты,

устали не зная.

Тебя мы с Днём рождения поздравляем,
И в этот день тебе мы говорим:

За все заботы,
за любовь, родная,
От всей души

тебя благодарим!

Желаем солнечного света,
Друзей за праздничным столом.

Пусть будет жизнь

твоя согрета

Любовью, радостью,
добром.

Муж, дети.

Салон «Клеопатра»
поздравляет Ольгу РЫБКОВУ
с Днём рождения!

Пусть много солнечного

света
Тебе подарит жизнь твоя!
Пока в душе бушует лето,
Грустить не будешь ты ни дня!

Любимого отца, дедушку,

предающую - Михаила Евгеньевича ЧУКЛИНА

поздравляем с Днём рождения!

Мы желаем тебе здоровья,

долгих лет жизни!

Любящие тебя дочери,

зятья, внуки, правнуки.

Поздравляем с Днём рождения

Петра Александровича КАМИНСКОГО!

Желаем здоровья, душевного равновесия и сердечного тепла. Пусть Вам всегда сопутствуют удача и простое человеческое счастье!

Совет ветеранов.

По номеру 7-06-90 можно

АНОНИМНО сообщить ин-
формацию о точках сбыта наркотиков и лицах, распространяющих наркотики.

№ 1628

ОНТ 2420006986 «Озерки»

ЛИКВИДИРУЕТСЯ. Претен-
зии принимаются в течение

двух месяцев со дня опублико-
вания.

№ 1188

Автосалон

ПРОДАЮТСЯ: «Ниссан Ла-
урель» (1988 г. в., салон люкс);

мотоцикл «Урал». Всё в хоро-
шем состоянии, недорого.

№ 7-24-59.

№ 1165

ПРОДАМ а/м «NISSAN-
ATLAS» (холодильник, дизель, 2
тонны, 1991 г. в.).

№ 7-21-72 (домашний).

№ 1140

ПРОДАЁТСЯ легковой авто-
мобиль «VOLKSWAGE PASSAT»

(1998 г. в., коробка-автомат,
цвет - «синий металлик»).

№ 7-42-84 (раб.), 7-02-10 (дом.).

№ 1171

ПРОДАЁТСЯ КАМАЗ-43106

«Батыр». Недорого.

№ 7-43-44,

7-40-12.

№ 1177

Томский университет систем

управления и радиоэлектроники

продолжает набор сту-

дентов на обучение с

применением дистан-

ционной технологии.

30 специальностей

Справки по 7-06-31 с 9.00 до 19.00.

Установочная сессия с 1 ноября 2004 года.

Прием документов для очной формы обу-

чения до 27 августа 2004 года.

№ 1025

ОБМЕНЯЮ двухкомнатную приватизированную квартиру (30,2 кв. м жил. пл.) в 5-этажном доме (3 этаж) на однокомнатную (12 кв. м или 15 кв. м). 1-й, 9-й этажи и в «тополе» не предлагать. Рассмотрим варианты.

№ 7-29-13.

№ 1078

ОБМЕНЯЮ однокомнатную квартиру (общ. пл. 28 кв. м) и «гостинку» (20 кв. м) на двухкомнатную квартиру.

№ 7-80-97.

№ 1170

ПРОДАЁТСЯ гараж в кооп.

«Медведь».

№ 7-42-77.

№ 1176

«Советское Приангарье» №№ 113-116, 18.07.2004 г.

© 2004. ТОО «СМИ «Советское Приангарье»

Свидетельство о регистрации СМИ

№ 0001708181 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708182 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708183 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708184 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708185 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708186 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708187 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708188 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708189 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708190 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708191 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708192 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708193 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708194 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708195 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708196 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708197 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708198 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708199 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708200 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708201 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708202 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708203 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708204 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708205 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708206 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708207 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708208 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708209 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708210 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708211 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708212 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708213 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708214 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708215 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708216 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708217 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708218 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708219 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708220 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708221 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708222 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708223 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708224 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708225 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708226 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708227 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708228 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708229 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708230 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708231 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708232 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708233 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708234 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708235 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708236 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708237 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708238 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708239 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708240 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708241 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708242 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708243 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708244 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708245 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708246 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708247 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708248 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708249 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708250 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708251 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708252 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708253 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708254 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708255 от 25.07.2004 г.

Свидетельство о регистрации

№ 0001708256 от 25.07.2004 г.

**Понедельник,
19 июля**

Первый канал

До 12.00 - профилактика.

- 12.00, 15.00, 18.00 «Новости».
- 12.10 «ДВОЙНЫЙ ПРОСЧЕТ».
- 14.10 «ЖЕНЩИНЫ В ЛЮБВИ». Сериал.
- 15.20 «СЕЗОН ОХОТЫ-2».
- 16.30 «Криминальная Россия».
- 17.00 «Русская рулетка».
- 18.20 «Самый обаятельный и привлекательный».
- 18.50 «КЛОН», Сериал.
- 19.50 «Стирка на миллион».
- 20.00 «Жди меня».
- 21.00 «Время».
- 21.30 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Сериал.
- 22.40 «Криминальная Россия».
- 23.10 «Фарс-макр».
- 23.50 «Дэвид Копперфильд. Ра-зоблаченная иллюзия».
- 00.20 «24 ЧАСА», Сериал.
- 01.10 «ВОСПЛАМЕНЕНИЕ», Х/ф.
- 03.05 «ПУЛЕНОВЕРБОВАЯ МЫСТЬ», Х/ф.
- 04.40 «БАДДИ ФАРО».

РМР

До 11.45 - профилактика.

- 11.45 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС. МИССИЯ «КЛЕОПАТРА»», Х/ф.
- 14.00, 17.00, 20.00 «Вести».
- 14.10, 16.40, 20.30, 22.50 «Вести-Москва».
- 14.30 «Мой серебряный шар».
- 15.25 «ПРОТИВОСТОЯНИЕ». Сериал.
- 17.10 «АГЕНТСТВО «ЗОЛОТАЯ ПУЛЯ»», Сериал.
- 18.05 «БЕДНАЯ НАСТЯ», Сериал.
- 19.00 «КОМИССАР РЕКС», Сериал.
- 20.50 «Спокойной ночи, малыш!».
- 20.55 «МАРШ ТУРЕЦКОГО».
- 22.30 «Дежурная часть».
- 23.10 «Славянский базар – 2004».
- 00.25 «ВЫЛИТЫЙ СИНТАР».
- 02.30 «Дорожный патруль».

МЧМ

- 05.55 Мультфильмы.
- 06.15 «Москва: инструкция по применению».
- 06.40 Мультфильмы.
- 07.05 «Глобальные новости».
- 07.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 08.30 «ТВ-клуб».
- 08.50 «Наши песни».
- 09.00 «Завтрак с «Дискавери»».
- 10.00 «ВОСПОМИНАНИЯ ЧЕЛОВЕКА-НЕВИДИМКИ».
- 12.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 13.30 «ТВ-клуб».
- 14.00 «Обед с «Дискавери»».
- 15.00 «ДЕВСТВЕННИЦА».
- 16.00 «Шоу «Дом-2»».
- 17.00 «Окна».
- 18.00 «Цена любви».
- 19.00 «МАСКИ-ШОУ». Сериал.
- 19.30 «Москва: инструкция по применению».
- 20.00 «Окна».
- 21.00 «Шоу «Дом-2»».
- 22.00 «БОЛЬШОЙ РАЗМЕР». Комедия.
- 00.00 «Шоу «Дом-2»».
- 00.05 «Москва: инструкция по применению».
- 00.20 «Москва: инструкция по применению».
- 00.50 «Наши песни».
- 01.10 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».
- 02.45 «ЕХАЛИ В ТРАМВАЕ ИЛЬФ И ПЕТРОВ», Х/ф.

**Вторник,
20 июля**

Первый канал

- 06.00 «Доброе утро».
- 09.00, 12.00, 15.00, 18.00 «Новости».
- 09.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».
- 10.10 «КЛОН».
- 11.10 «Ералаш».
- 11.20 Мультисериял.
- 11.40 «Дисней-клуб».
- 12.05 «Мы, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ», Х/ф.
- 13.30 «Звезды эфира».
- 14.00 «ЖЕНЩИНЫ В ЛЮБВИ».
- 15.20 «СЕЗОН ОХОТЫ-2».
- 16.30 «Криминальная Россия».
- 17.00 «Слабое звено».
- 18.20 «80 мгновений Т. Лиозновой».
- 18.50 «КЛОН». Сериал.
- 19.50 «Стирка на миллион».
- 20.00 «ЧЕРНЫЙ ВОРОН».
- 21.00 «Время».
- 21.30 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».
- 22.40 «Убить Кеннеди».
- 23.40 «Разведка. Версия для кино».
- 00.10 «24 ЧАСА». Сериал.
- 01.00 «ГАРРИ ПО РОЗВИЦЫУ «ТВОЭД»», Х/ф.
- 02.50 «В ИСТИННОМ СВЕТЕ».
- 04.40 «БАДДИ ФАРО». Сериал.

РМР

- 05.00 «Доброе утро, Россия!».
- 08.45 «БЕДНАЯ НАСТЯ».
- 09.45 «ДИРЕКТОРИЯ СМЕРТИ».
- 10.40, 13.45, 00.25 «Дежурная часть».
- 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести».
- 11.30, 14.10, 16.40, 20.30, 22.50 «Вести-Москва».
- 11.50 «МАРШ ТУРЕЦКОГО».
- 14.30 «Городок».
- 14.30 «Мой серебряный шар».
- 15.25 «ПРОТИВОСТОЯНИЕ».
- 17.10 «АГЕНТСТВО «ЗОЛОТАЯ ПУЛЯ»», Сериал.
- 18.05 «БЕДНАЯ НАСТЯ».
- 19.00 «КОМИССАР РЕКС».
- 20.50 «Спокойной ночи, малыш!».
- 20.55 «МАРШ ТУРЕЦКОГО».
- 23.20 «Славянский базар – 2004».
- 00.40 «ЭПОХА», Х/ф.
- 02.35 «Дорожный патруль».

МЧМ

- 05.55 Мультфильмы.
- 06.15 «Москва: инструкция по применению».
- 06.40 Мультфильмы.
- 07.05 «Глобальные новости».
- 07.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 08.30 «ТВ-клуб».
- 08.50 «Наши песни».
- 09.00 «Завтрак с «Дискавери»».
- 10.00 «ДОРОГАЯ КЛАУДИА», Комедия.
- 12.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 13.30 «ТВ-клуб».
- 14.00 «Обед с «Дискавери»».
- 15.00 «ДЕВСТВЕННИЦА».
- 16.00 «Шоу «Дом-2»».
- 17.00 «Окна».
- 18.00 «Запретная зона».
- 19.00 «МАСКИ-ШОУ».
- 19.30 «Москва: инструкция по применению».
- 20.00 «Окна».
- 21.00 «Шоу «Дом-2»».
- 22.00 «МОЙ ПАПА-ГЕРОЙ», Комедия.
- 00.20 «Шоу «Дом-2»».
- 00.25 «Москва: инструкция по применению».
- 00.55 «Наши песни».
- 01.10 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».
- 02.45 «ЕХАЛИ В ТРАМВАЕ ИЛЬФ И ПЕТРОВ», Х/ф.

**Среда,
21 июля**

Первый канал

- 06.00 «Доброе утро».
- 09.00, 12.00, 15.00, 18.00 «Новости».
- 09.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ», Сериал.
- 10.20 «КЛОН», Сериал.
- 11.20 «Ералаш».
- 11.40 «Дисней-клуб».
- 12.05 «Мы, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ», Х/ф.
- 13.40 «Звезды эфира».
- 14.00 «ЖЕНЩИНЫ В ЛЮБВИ».
- 15.20 «СЕЗОН ОХОТЫ-2».
- 16.30 «Криминальная Россия».
- 17.00 «Слабое звено».
- 18.20 «Просто смех!».
- 18.50 «КЛОН». Сериал.
- 19.50 «Стирка на миллион».
- 20.00 «ЧЕРНЫЙ ВОРОН».
- 21.00 «Время».
- 21.30 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».
- 22.40 «Человек и закон».
- 23.30 «Дорожная сила».
- 00.00 «Место действия-Россия».
- 00.50 «ГДЕ УГОДНО, ТОЛЬКО НЕ ЗДЕСЬ».
- 02.50 «ПАПОЧКА-ДИКАРЬ», Х/ф.
- 04.30 «БАДДИ ФАРО».

РМР

- 05.00 «Доброе утро, Россия!».
- 08.45 «БЕДНАЯ НАСТЯ».
- 09.45 «ДИРЕКТОРИЯ СМЕРТИ».
- 10.40, 14.00, 01.15 «Дежурная часть».
- 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести».
- 11.30, 14.10, 16.40, 20.30, 22.50 «Вести-Москва».
- 11.50 «МАРШ ТУРЕЦКОГО».
- 14.30 «Мой серебряный шар».
- 15.25 «ПРОТИВОСТОЯНИЕ».
- 17.10 «АГЕНТСТВО «ЗОЛОТАЯ ПУЛЯ»», Сериал.
- 18.05 «БЕДНАЯ НАСТЯ».
- 19.00 «КОМИССАР РЕКС».
- 20.50 «Спокойной ночи, малыш!».
- 20.55 «МАРШ ТУРЕЦКОГО».
- 23.10 «Славянский базар – 2004».
- 01.30 «МЕЛОЧИ ЖИЗНИ», Х/ф.
- 03.15 «Дорожный патруль».

МЧМ

- 05.55 Мультфильмы.
- 06.15 «Москва: инструкция по применению».
- 06.40 Мультфильмы.
- 07.05 «Глобальные новости».
- 07.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 08.30 «Русская усадьба-3».
- 09.00 «Завтрак с «Дискавери»».
- 10.00 «ДОРОГОЙ БОЖЕНЬКА», Комедия.
- 12.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 13.30 «ТВ-клуб».
- 14.00 «Обед с «Дискавери»».
- 15.00 «ДЕВСТВЕННИЦА».
- 16.00 «Шоу «Дом-2»».
- 17.00 «Окна».
- 18.00 «Цена любви».
- 19.00 «МАСКИ-ШОУ».
- 19.30 «Москва: инструкция по применению».
- 20.00 «Окна».
- 21.00 «Шоу «Дом-2»».
- 22.00 «МОЙ ПАПА-ГЕРОЙ», Комедия.
- 00.20 «Шоу «Дом-2»».
- 00.25 «Москва: инструкция по применению».
- 00.55 «Наши песни».
- 01.10 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».
- 02.45 «ЕХАЛИ В ТРАМВАЕ ИЛЬФ И ПЕТРОВ», Х/ф.

МЧМ

До 16.00 - профилактика.

**Четверг,
22 июля**

Первый канал

- 06.00 «Доброе утро».
- 09.00, 12.00, 15.00, 18.00 «Новости».
- 09.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ», Сериал.
- 10.10 «КЛОН».
- 11.10 «Ералаш».
- 11.20 Мультисериял.
- 11.40 «Дисней-клуб».
- 12.05 «ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ».
- 14.00 «ЖЕНЩИНЫ В ЛЮБВИ».
- 15.20 «СЕЗОН ОХОТЫ-2».
- 16.30 «Криминальная Россия».
- 17.00 «Слабое звено».
- 18.20 «Просто смех!».
- 18.50 «КЛОН». Сериал.
- 19.50 «Стирка на миллион».
- 20.00 «ЧЕРНЫЙ ВОРОН».
- 21.00 «Время».
- 21.30 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».
- 22.40 «Человек и закон».
- 23.30 «Дорожная сила».
- 00.00 «Место действия-Россия».
- 00.50 «ГДЕ УГОДНО, ТОЛЬКО НЕ ЗДЕСЬ», Х/ф.
- 02.50 «СЕМЬ ДНЕЙ ДО СМЕРТИ», Х/ф.

РМР

- 05.00 «Доброе утро, Россия!».
- 08.45 «БЕДНАЯ НАСТЯ».
- 09.45 «ДИРЕКТОРИЯ СМЕРТИ».
- 10.40, 14.00, 01.15 «Дежурная часть».
- 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести».
- 11.30, 14.10, 16.40, 20.30, 22.50 «Вести-Москва».
- 11.50 «МАРШ ТУРЕЦКОГО».
- 14.30 «Мой серебряный шар».
- 15.25 «ПРОТИВОСТОЯНИЕ».
- 17.10 «АГЕНТСТВО «ЗОЛОТАЯ ПУЛЯ»», Сериал.
- 18.05 «БЕДНАЯ НАСТЯ».
- 19.00 «КОМИССАР РЕКС».
- 20.50 «Спокойной ночи, малыш!».
- 20.55 «МАРШ ТУРЕЦКОГО».
- 23.10 «Славянский базар – 2004».
- 01.30 «Мелочи жизни», Х/ф.
- 03.15 «Дорожный патруль».

МЧМ

- 05.55 Мультфильмы.
- 06.15 «Москва: инструкция по применению».
- 06.40 Мультфильмы.
- 07.05 «Глобальные новости».
- 07.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 08.30 «Русская усадьба-3».
- 09.00 «Завтрак с «Дискавери»».
- 10.00 «ДОРОГОЙ БОЖЕНЬКА», Комедия.
- 12.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 13.30 «ТВ-клуб».
- 14.00 «Обед с «Дискавери»».
- 15.00 «ДЕВСТВЕННИЦА».
- 16.00 «Шоу «Дом-2»».
- 17.00 «Окна».
- 18.00 «Цена любви».
- 19.00 «МАСКИ-ШОУ».
- 19.30 «Москва: инструкция по применению».
- 20.00 «Окна».
- 21.00 «Шоу «Дом-2»».
- 22.00 «ДОРОГОЙ БОЖЕНЬКА», Комедия.
- 00.30 «Шоу «Дом-2»».
- 00.35 «Москва: инструкция по применению».
- 01.05 «Наши песни».
- 01.20 «Любовь и тайны Сан-Сет-Бич».
- 02.45 «Семь дней до смерти», Х/ф.

МЧМ

- 05.55 Мультфильмы.
- 06.15 «СЕМЬ ДНЕЙ ДО СМЕРТИ».
- 06.40 Мультфильмы.
- 07.05 «Глобальные новости».
- 07.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 08.30 «Русская усадьба-3».
- 09.00 «Завтрак с «Дискавери»».
- 10.00 «ДОРОГОЙ БОЖЕНЬКА», Комедия.
- 12.10 ««Никелодион» на ТНТ».
- 13.30 «ТВ-клуб».
- 14.00 «Обед с «Дискавери»».
- 15.00 «ДЕВСТВЕННИЦА».
- 16.00 «Шоу «Дом-2»».
- 17.00 «Окна».
- 18.00 «Школа ремонта».
- 19.00 «МАСКИ-ШОУ».
- 19.30 «Москва: инструкция по применению».
- 20.00 «Окна».
- 21.00 «Шоу «Дом-2»».
- 22.00 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕТОВА ЗБРУЕВА», Комедия.
- 00.15 «Шоу «Дом-2»».
- 00.20 «Москва: инструкция по применению».
- 00.50 «Наши песни».
- 01.05 «Любовь и тайны Сан-Сет-Бич».
- 02.35 «Убей меня снова».

**Суббота,
24 июля**

Первый канал

- 06.00, 10.00, 18.00 «Новости».
- 06.10 «Все путешествия команды Кусто».
- 06.50 «ТРОПОЙ БЕСКОРЫСТНОЙ ЛЮБВИ». Х/ф.
- 08.20 «Играй, гармонь любими!».
- 09.00 «Слово пастыря».
- 09.10 «Здоровье».
- 10.00, 12.00, 18.00 «Новости».
- 10.10 «Смак».
- 10.30 «Тайны века».
- 11.10 «Возвращение домой».
- 12.10 «Миллион в БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». Х/ф.
- 14.00 «Динес-клуб».
- 14.30 «Умницы и умники».
- 15.20 «Живой Высоцкий».
- 16.00 «ПРИЛОЖЕНИЯ МОЛОДОГО ИНДИАНЫ ДЖОНСА».
- 17.50 «Классика Уолта Диснея».
- 18.10 «КАЛИНА КРАСНАЯ». Х/ф.
- 20.00 «Кто хочет стать миллионером?».
- 21.00 «Время».
- 21.20 «Летний вечер на «Первом канале»».
- 22.50 «СВЯТОЩА». Комедия.
- 01.00 «ОТРЯД «ДЕЛЬТА»». Х/ф.
- 03.20 «СЛАСТЕНА». Х/ф.
- 04.10 «Подводный мир А. Макаревича».

RMP

- 06.00 «ДВА ФЕ...». Х/ф.
- 07.25 Мультфильм.
- 07.45 «Золотой ключ».
- 08.05 «Русское лото».
- 08.40 «Не скучай!».
- 09.30 «Третья почта».
- 10.00 «Смехопарома».
- 10.45 «Одиночка». Х/ф.
- 12.45 «Тирамиса».
- 13.15 «Клуб сенаторов».
- 14.00, 20.00 «Вести».
- 14.20 «СЛЕДСТВИЕМ УСТАНОВЛЕНО». Х/ф.
- 16.00 «ВОЙНА НА БОБОВОМ ПОЛЕ МИЛАГРО». Х/ф.
- 18.00 «Славянский базар - 2004».
- 19.00 «Аншлаг».
- 20.25 «Честный детектив».
- 20.55 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕРЛИХ-ХИЛЗ-3». Х/ф.
- 22.55 «МЫБИЛИ СОДАТАМИ».
- 01.35 Футбол. Чемпионат России.
- 02.30 «Кинескоп».
- 03.20 «Фор...

MFM

- 07.00 «Незвестная планета».
- 07.40 «НАША СЕКРЕТНАЯ ЖИЗНЬ». Сериал.
- 08.35 «КОМЕДИЙНЫЙ КОКТЕЙЛЬ». Сериал.
- 09.05 «Фигли-Мигли».
- 09.30 «Микс файт: бои без правил».
- 10.00 «Завтрак с «Дискавери»».
- 11.05 «Каламбур».
- 11.35 «Москва: инструкция по применению».
- 12.05 «СЕМЬ НЕВСТ ЕФРЕЙТОРА ЗВЕРЬБОВА».
- 14.25 «Фигли-Мигли».
- 14.55 «Каламбур».
- 15.25 «МАСКИ-ШОУ».
- 16.00 «Шоу «Дом-2»».
- 17.00 «САЧА + МАША».
- 17.30 «КОМЕДИЙНЫЙ КОКТЕЙЛЬ».
- 18.00 «Запретная зона».
- 19.00 «Великаны: загадки и мифы».
- 20.00 «Цена любви».
- 21.00 «Шоу «Дом-2»».
- 22.00 «САЧА + МАША».
- 22.30 «СМЕШНЫЕ И ГОЛЫЕ».
- 23.00 «ПРАВИЛА СЕКСА».
- 23.30 «Шоу «Дом-2»».
- 23.35 «СТУКАЧ». Х/ф.
- 01.45 «Микс файт: бои без правил».

**Воскресенье,
25 июля**

Первый канал

- 06.00, 10.00, 12.00 «Новости».
- 06.10 «Все путешествия команды Кусто».
- 06.30 «АДМИРАЛ НАХИМОВ».
- 08.20 «Армейский магазин».
- 08.50 «Динес-клуб».
- 09.10 «В мире животных».
- 10.00, 12.00, 18.00 «Новости».
- 10.10 «Непутевые заметки».
- 10.30 «Пока все дома».
- 11.10 «Дог-шоу».
- 12.10 «ДЕФЕКТИВНЫЙ ДЕТЕКТИВ». Сериал.
- 13.00 «Путешествия натуралистов».
- 13.40 «Динес-клуб».
- 14.10 «Живой Высоцкий».
- 15.00 «Дарная сила».
- 15.30 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». Х/ф.
- 17.00 «Хил такой парень».
- 18.20 «ДРУГАЯ ЖИЗНЬ». Х/ф.
- 19.20 «ДЖОРДЖ ИЗ ДРУЖН-ЛЕНЬ». Комедия.
- 21.00 «Время».
- 21.20 «ЦЕНПАРНАЯ РЕАКЦИЯ».
- 23.20 «Бои сильнейших профессионалов мира».
- 00.20 «ДЖЕННИФЕР ВОСЕМЬ».
- 02.40 «ПОБЕГ С ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН». Х/ф.
- 04.30 «БАДДИ ФАРО».
- 05.10 «Лики Туниса».

RMP

- 05.55 «НАВОСТОК ОТ ЭДЕМА».
- 07.45 Мультфильмы.
- 08.05 «ДРУЖНАЯ СЕМЕЙКА».
- 09.05 «ТВ Бигно шоу».
- 09.25 «Вести недели».
- 10.05 «Городок».
- 10.40 «КОМАНДИР СЧАСТИЛИВОЙ ЦЫПЛЯКИ».
- 12.45 «Пираты».
- 13.15 «Крейсер «Варяг»».
- 14.00, 20.00 «Вести».
- 15.10 «Комната смеха».
- 15.50 «ИГРА ВСЕРЬЕЗ». Х/ф.
- 18.00 «КАНИКУЛЫ В ВЕГАСЕ».
- 20.15 «Русский Ирак».
- 21.00 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ». Х/ф.
- 23.05 «МЕЧТАЯ ОБ АРГЕНТИНЕ». Х/ф.
- 01.05 «Формула-1».

MFM

- 07.00 «Незвестная планета».
- 07.40 «НАША СЕКРЕТНАЯ ЖИЗНЬ». Сериал.
- 08.40 «КОМЕДИЙНЫЙ КОКТЕЙЛЬ».
- 09.05 «Фигли-Мигли».
- 09.30 «Микс файт: бои без правил».
- 10.00 «Завтрак с «Дискавери»».
- 11.05 «Каламбур».
- 11.35 «Москва: инструкция по применению».
- 12.05 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». Х/ф.
- 13.45 Мультфильм.
- 14.25 «Фигли-Мигли».
- 14.55 «Каламбур».
- 15.25 «МАСКИ-ШОУ».
- 16.00 «Шоу «Дом-2»».
- 17.00 «САЧА + МАША».
- 17.30 «КОМЕДИЙНЫЙ КОКТЕЙЛЬ».
- 18.00 «Школа ремонта».
- 19.00 «Карликки: сильные духом».
- 20.00 «Запретная зона».
- 21.00 «Шоу «Дом-2»».
- 22.00 «САЧА + МАША».
- 22.30 «СМЕШНЫЕ И ГОЛЫЕ».
- 23.00 «ПРАВИЛА СЕКСА».
- 23.30 «Шоу «Дом-2»».
- 23.35 «ЭКСПЕРИМЕНТ ФИЛАДЕЛЬФИЯ-2». Х/ф.
- 01.40 «Микс файт: бои без правил».

Программа передач по сети «Енисей» с 19 июля 2004 года

- ПОНЕДЕЛЬНИК 19 июля**
- 7:00, 16:30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
 - 7:25 Д/сериал «Чудеса растений».
 - 7:55, 22.5 X/ф «Сонный экспресс».
 - 9:10 «Баблус». Мульти serial.
 - 9:20 «Веселый гол Маяковского».
 - 10:00 X/ф «Карантин».
 - 11.20 Д/сериал «Орден Красного Знамени».
 - 11:45, 19:30 Д/ф «Правда о Трофе».
 - 12:40 Мульти serial.
 - 13:05 ПЕРЕПУТОВЫ ОСТРОВА.
 - 13:30 «Чердачные ведьмы». Телесериал.
 - 14:00 «Кто в доме хозяин». Алла Остинко.
 - 14:25 Д/ф «Игры с Драконом».
 - 14:40 «Сфера».
 - 15:20 Играет Михаил Петренев.
 - 16:00, 18:25 «Ночной полет. Избранные». Павел Буре.
 - 16:50 Телесериал «Лавка Луи-антеквара».
 - 17:45 «Маска по прозвищу Ширвинт».
 - 18:50 Телесериал «Стеклозавод».
 - 19:00, 21:00 ИКС
 - 20:20 «Самородки».
 - 20:30 ТЕАТРАЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ.
 - Фильм 2-й. «В начале было...».
 - 21:30 САГА ФРАНЦУЗСКОГО ШАНСОНА. Жильбер Беко.
 - 23:40 Мультифильм для взрослых. «Слонидако».
- ВТОРНИК 20 июля**
- 7:00, 16:30 Новости культуры
 - 7:25 Д/сериал «Чудеса растений».
 - 7:55 X/ф «Дни любви».
 - 9:35 ВАШЕМ ДОМЕ. Андрей Ешил.
 - 10:15 X/ф «Свадьба».
 - 11:20 Д/сериал «Орден Красного Знамени».
 - 11:45 Д/ф «Завтрак на траве».
 - 12:40 М/сериял «Медвежонок».
 - 13:05 ПЕРЕПУТОВЫ ОСТРОВА.
 - 13:30 «Чердачные ведьмы». Телесериал.
 - 14:00 Д/сериал «Понимание».
 - 14:55 Д/сериал «Слово и дело».
 - 15:25 Играет Владимир Крайнев.
 - 16:00 «Ночной полет. Избранные». Константина Райкин.
 - 16:50 Телесериал «Лавка Луи-антеквара».
 - 17:45 КУЛЬТУРНАЯ РЕВОЛЮЦИЯ. Программа М. Швыцкого
 - 18:30 «WEB - экспресс».
 - 19:00, 21:00 ИКС
 - 19:30 «Изомника».
 - 20:00 «Коробка передач».
 - 20:30 Фильм 4-й. «Сопливники».
 - 21:30 Д/ф «Деяния Пасхи».
 - 22:50 X/ф «Любовь Яровая».
 - 23:30 Мультифильмы для взрослых.
- ПЯТНИЦА 23 июля**
- 7:00, 16:30 Новости культуры
 - 7:25 Д/сериал «Чудеса растений».
 - 7:55 X/ф «Хлеб, любовь и ревность».
 - 9:30 «Пароль - Валентина Сперанова».
 - 17:40 Д/ф «Дождь до светлой полосы».
 - 18:30 «Детали».
 - 19:00, 21:00 ИКС
 - 19:30 «Пресс-нарез».
 - 19:45 КЮБИЛЕЮ МАРТЫ ЦИФРИНОВИЧ ЭПИЗОДЫ».
 - 20:30 Фильм 2-й. «Ветви и корни».
 - 21:30 Д/ф «Ной и всемирный потоп».
 - 22:20 X/ф «День поминовения».
- СРЕДА 21 июля**
- 7:00 ПРОФИЛАКТИКА
 - 14:05 «КОМЕДИЙНЫЙ КОКТЕЙЛЬ».
 - 14:05 «Фигли-Мигли».
 - 14:30 Д/сериал «Понимание». «Пирамиды».
- Полезно знать**
- Любимые узоры предков**
- Для людей одиночных очень благоприятно влияют на энергетику квартиры фотографии родных и близких людей, повешенные на стену. Не стоит думать о том, модно это теперь или не модно. Просто сделайте это, если вам одноко... Все вокруг, падают взгляды, должно быть приятно и дорого. И лучше видеть ульбающихся лица родных, чем голье стены.
- Обратите также внимание на рисунки, украшающие ваши обои, шторы, ковры и прочее. Плохо, если в них встречаются треугольники и другие резкие острые углы. Рисованные острые углы тоже являются источниками жесткой энергии и влияют на биополе негативно. Они тревожат человека, даже
- если он не обладает особой энергетической чувствительностью, портят настроение, снижают тонус. Круги и овалы, напротив, своей замкнутой формой действуют успокаивающе.
- Нашими предками любили делать на потолках лепные завитки, на обоях пчелки, затейливые вьющиеся узоры. Они обладали куда большей чувствительностью и восприимчивостью по отношению к энергетическому содержанию пространства, хотя могли и не знать, как это называется. Архитекторы и художники интуитивно угадывали те формы украшений, которые дают человеку наибольшее количество положительной энергии. А это всегда - плавная линия, круг, завиток, но никогда не открытый угол.
- Стираем тюль**
- Тюлевые занавески следят перед стиркой хорошенько вытряхнуть, затем замочить в холодной воде на несколько часов, время от времени менять воду. Но имейте в виду: если синтетические гардины пролежат долгое время в мокром состоянии, на них могут образоваться складки, которые затем не поддаются разглаживанию. После этого опустите занавески на 2-3 часа в раствор моющего средства, предназначенног для стирки изделий из синтетических тканей, а затем стирайте их в другой порции такого же раствора с температурой не выше 50 гр. Цельсия, не выкручивая и не отжимая. Прополоските занавески несколько раз сначала в теплой, затем в холодной воде. Если вы решили отбелить тюль, помните, что температура отбеливания раствора не должна превышать 60 гр. Сушить занавески лучше и удобнее всего, на карнизы, где они висят. Потом их можно снять и прогладить, если это требуется, слегка теплым утюгом.

«Советское Приангарье» №№ 113-116, 18.07.2004 г.

Внимание!

Юбилейный конкурс

7 декабря нынешнего года Красноярский край будет отмечать 70-летие со дня своего образования. Все эти десятилетия Кежемский район входил в его состав и не раз заставлял говорить о своих победах и достижениях.

Юбилей края - наш праздник тоже. Нам есть что и кого вспоминать накануне торжества: много славных дел на счету Кежемского района, он по праву гордится своими земляками.

В связи с этим редакционный коллектив «Советского Приангарья» решили объявить творческий конкурс, посвященный 70-летию Красноярского края. Проходит он будет в двух номинациях: публикации и фотографии.

Мы ждем ваших воспоминаний о выдающихся земляках и значительных событиях в жизни района и края. Мы ждем фотографий, на которых в остановленных мгновениях запечатлена биография района.

Итоги конкурса будут подведены 1 декабря 2004 года. Время есть - дерзайте! Победителей ждут денежные премии: I место - 500 рублей, II место - 300 рублей, III место - 200 рублей.

Редакция.

Школьные новости

(Окончание. Начало на 4-й стр.).

Радует, что руководство КСОШ № 3 и КСОШ № 4 провело экзамены по ЕГЭ на очень высоком уровне. На базе этих школ были созданы все надлежащие условия, организовано питание учеников.

Со стороны выпускников не было подано ни одной апелляции по процедуре проведения ЕГЭ. Следовательно, ответственные за экзамены были вполне компетентны.

Здоровьетворение

Кое-что, и весьма существенное, о правилах питания

*Никогда не ешь, если тебе не хочется. Переваривание пищи требует большого расхода энергии. Организм защищается отсутствием аппетита, чтобы сконцентрироваться на очищении внутренней среды при ее чрезмерном засорении.

*Начинай день с питья, а не с едой. Утром чай из трав с медом или сок из фруктов или моркови. Если этого недостаточно, через 20 минут можешь есть кашицу, сваренную на воде без соли. В каши можно добавлять молока, сливочного или растительного масла. Но молоко лучше усвоится, если его пить отдельно, без хлеба и каши.

*Молоко должно быть свежим. Это значит, что его нельзя хранить и нагревать выше 43 градусов, так как это приводит к разрушению белковых структур молока.

*Никогда не смешивай фруктовый сок с овощами, фрукты с овощами. Они перевариваются в разных условиях разными ферментами и мешают друг другу, когда вместе.

*Не стремись к разнообразию блюд за один прием. Поджелудочная железа легче вырабатывать ферменты для переваривания одного-двух видов пищи, чем четырех-пяти.

*Начинай обед с пищи, содержащей углеводы и жиры, а заканчивай белковой пищей. Белки перевариваются в основном в желудке, а углеводы и жиры - в двенадцатиперстной кишке, то есть в следующем отделе пищеварительного тракта. Они должны ранние белковы попасть в желудок, чтобы быстрее уйти из него и освободить место белкам.

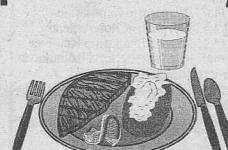
*Никогда не заешь еду следом за чаем, компотом или другим напитком. Это питье щелочное. Оно реагирует с кислым желудочным соком и нейтрализует

ны, требовательны и действовали только на основании инструкции. В этом учебном году мы впервые привлекали общественных наблюдателей. Они были аттестованы РУО и присутствовали на всех экзаменах. Это Е. В. Савинкова, Т. В. Савинцева, Т. В. Щеглова.

Хотелось бы пожелать будущим выпускникам и их родителям не расслабляться, заранее

готовясь к ЕГЭ, потому что в будущем году эти экзамены из эксперимента могут перейти в обязательную итоговую аттестацию. В этом случае ученик, сдавший ЕГЭ на двойку, получит только справку о прохождении курсов одноднадцатилетней школы, но не аттестат.

Екатерина ПЕРВУХИНА.



его. Поэтому железы вынуждены производить больше солиевой кислоты. Это истощает железы желудка и замедляет пищеварение. Ослабляет же это и поджелудочную железу. Пить можно раньше чем через час после еды. Но можно попить за 15-20 минут до еды, если в организме ее мало.

*Стараясь перед любым варенным блюлом (или вместе с ним) съесть сырой салат из овощей и тар. Сырая пища содержит ферменты, которые помогают переваривать вареную.

*Избегай большого количества вареной соли. Человеку нужны в определенном соотношении все минеральные соли. Варить картошку и другие овощи лучше не в воде, а на решете над паром, чтобы разные соли не выпадали в воду.

*Избегай концентрированных жиров и жирных продуктов. Избыточный жир в пище приводит к нарушению пищеварения в организме и повышению количества холестерина в крови. Много холестерина в мясе, яйцах, сырье, сметане, сливках, тортах и пирожных скроется.

*Избегай жареных в масле продуктов. Можно их варить (лучше на пару), запекать в духовке, туширь. Вода кипят при 100 градусах Цельсия, жиры - при 250 и выше. При такой температуре их молекулы полимеризируются - склеиваются в длинные цепи - и становятся ядовитыми. Они делают ядовитыми некоторые продукты, которые в них жарятся.

*Избегай сахара и всех продуктов, содержащих много сахара. Сахар - простой углевод, не содержащий никаких нужных организму элементов. Он является просто топливом для получения энергии. Но он требует для своего усвоения очень много ви-

таминов и большого расхода инсулина, который вырабатывает поджелудочная железа. Избыток сахара переходит в организм в жир. Повышается опасность заболевания диабетом.

*Избегай концентрированных белков. Они содержатся в твороге, сыре, мясе, яйцах. Лучше усваиваются растительные белки, которые находятся в зеленых травах и овощах, куках из злаковых зерен и бобовых: чечевице, фасоли, бобах, горохе. Есть яйца, сваренные всмятку, не больше двух в неделю. Переильные яйца полезнее куриных.

*Не ешь мясных бульонов. Ты имеешь также право на нравственный выбор, есть ли тебе мяса животных. Окружающим придется уважать твоё решение.

*Избегай чесноку калорийной пищи. Одна грамм углеводов дает 4 килокалории, белка - тоже 4, жира - 9. Когда человекрастет, ему надо больше энергии, его пища должна быть более калорийной, чем в зрелом возрасте.

*Не торопись за едой. Не отвлекайся. Обращай внимание на то, какое чудо сотворила Природа и дала тебе в пищу, чтобы ты был здоровым и сильным. Благодари в душе Природу за это. Благодаря того, кто прито́говал тебе эту пищу.

ОБЩИЙ ПРИНЦИП ПИТАНИЯ, КОТОРОЕ НАПРАВЛЕНО К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ, - УМЕНЬШАТЬ В НЕМ СОДЕРЖАНИЕ ТЕХ ПРОДУКТОВ, КТО ПЛОХО УСВАИВАЮТСЯ ВАШИМ ОРГАНИЗМОМ.

«Вестник ЗОЖ».

Вниманию руководителей предприятий и организаций!

У вашего сослуживца приближается юбилей? Вам хочется поощрить лучших работников в профессиональный праздник? Вы хотите поблагодарить уходящего на пенсию и не знаете, как это лучше сделать?

Обращайтесь к нам, в редакцию «СП». Мы изготовим красивый памятный адрес, именную похвальную грамоту, красочную газету с поздравлениями.

Мы уверены - наша продукция произведет впечатление, вызовет добрый отклик в сердцах ваших сослуживцев.

Цена изделий - договорная.
Справки по 7-46-48, 7-79-51.

Услуги

Вы еще не нашли свой стиль, образ?!

Мы вам поможем.

Салон «Клеопатра»

ПРИГЛАШАЕТ посетить мастер-парикмахера, который предложит:

*модную стрижку;

*химическую завивку (Londa, CutRim);

*цветовое окрашивание волос;

*укладки, причёски,

а также мастера маникюра:

*маникюр;

*педикюр;

*наращивание ногтей (акрил, гель);

*окрашивание бровей, ресниц;

*массаж рук, ног.

У нас НОВИНКА! Пирсынг уха, носа. Быстро, надежно, качественно.

Любите себя!

ПЛК-4 (где магазин «Кемарь»), с 9 до 20 часов.

№ 7-85-39.

№ 1108

ПЕРЕВОЗКА грузов автомо-

билями ГАЗ-кунг, «Тойота»-

фургон, УАЗ «санитарный».

ПРЕДЛАГАЕМ двери входные,

межкомнатные; ванны чугунные,

стальная, рулерод.

№ 7-41-44, 7-43-90.

№ 1189

Слова благодарности

Выражаем сердечную благо-

дарность всему коллективу

школы № 3, друзьям, знакомым

и соседям за оказание мор-

альной и материальной под-

держки в орга-

низации по

любимой

мамы - Бол...

Светланы

Александровны.

С благодарностью,

родные.

Выражаем огромную благо-

дарность друзьям, знакомым,

близким, организациям

«Биба», УПТК, СМУ ГЭС, СВЭС,

ТТС-лес, ООО «Полина», маг-

азин «Шанс» за оказание помощи

в организации похорон нашего

любимого сына - ЗЕНКОВА

Виталия Леонидовича, за мор-

альной и материальной под-

держку.

Семья Зенковых.

Выражаем искреннюю благо-

дарность коллектива ЦБР, род-

ными, близкими, друзьями за ока-

зование помощи в проведении

похорон КОТОВА Петра Анд-

реевича.

Низкий вам поклон.

Семья Котовых.

Выражаем сердечную благо-

дарность коллективам взрос

ой и детской библиотек, предст

авителю Совета ветеранов

Михаилу Евгеньевичу Чукину, всем друзьям и

знакомым за помощь в орга-

низации похорон нашего до-

рогого и любимого отца и

деда - БУРМАКИНА Алексея Никитича.

Родные.