

Голос времени

Суббота, 10 марта 2001 года

№20 (6156)

ИНДЕКС
54022

Общественно - политическая газета Кировского района Ставропольского края

СООБЩАЕТ ПРЕСС-СЛУЖБА ГУБЕРНАТОРА КРАЯ

В Москве под председательством Президента России Владимира Владимировича Путина состоялось очередное заседание Государственного Совета РФ. В повестке дня стоял один из наиболее острых вопросов, обсуждаемых в последние годы в нашем обществе, - о ходе земельной реформы в стране.

При его обсуждении Президент предоставил слово губернатору Ставрополья Александру Черногорову, который рассказал о ситуации, связанной с земельными преобразованиями в нашем крае.

Ставропольский губернатор внес ряд предложений в проект Российского Земельного Кодекса, в частности, о закреплении правовых аспектов отчуждения у владельца земель, не используемых в сельскохозяйственном производстве, а также об ограничении права распоряжения земельным участком, находящимся в коллективно-долевой собственности.

По принципиальному вопросу купли-продажи земли сельскохозяйственного назначения позиция Александра Черногорова осталась прежней - торговать нужно не землей, а правом на ее аренду. Губернатор также предложил закрепить за регионами возможность самостоятельно определять методы хозяйствования на земле, формы владения и управления ею.

Памятный день

Пожалуй, ни один указ свыше, ни один закон так не сплываются с народом, как искусство и спорт. Это мысль подтверждает спортивный праздник двух школ: села Куба и станицы Марьинской. Спортивные соревнования посвящались Дню защитника Отечества.

Марьинцы, как радушные хозяева, встретили гостей по-русски, хлебом-солью. И сразу вслед за этим ритм времени, обретая спортивный азарт, как бы спрессовался в единое мгновение. Зрители и участники на одном дыхании пережили двухчасовую фееричную борьбу сил и молодости. Юноши соревновались в силе и ловкости. Турник, гири, стрельба по мишеням из воздуха, элементы баскетбольной игры - вот далеко не полный перечень состязаний.

10:10. Ничья. Может, кто-то подумает, что судьи округлили счет. Но это было иначе. Кто присутствовал на соревнованиях, недолго запомнит, как Павел Чернов, напрыгавшись, выталкивал вверх трехпудовые гири, а братья Мацуковы, Рустам Шаов и вся команда гостей добывали нелегкие очки в упорной борьбе. Зрители так бурно и заодно поддерживали и своих, и соперников, что в воздухе, казалось, звенела аура молодости.

Организаторы этой встречи - марьинцы А. М. Карлов и А. П. Дьяков - продумали и интеллектуальную сторону соревнований. Обе команды задавали друг другу нелегкие вопросы из истории армии. Например: кто самый молодой генерал Великой Отечественной войны, сколько дней длилась оборона Кавказа и кто его командовал?

10:10. Ничья. Победы нет. Но она есть в исторической копилке двух народов, в памятном спортивном дне 2001 года.

Анатолий КРИЩЕНКО,
Ст. Марьинская.

Знай наших!

В Георгиевске прошел краевой зональный конкурс детской художественной самодеятельности, участвовали в котором 6 районов. Наш район представляли детский ансамбль "Станичники"; воспитанники прогимназии "Ювента" и шестиклассница из Коммаяка Вика Луговская. Она, а также Инна Савченко из прогимназии и "Станичники" выдержали отбор и поедут на заключительный тур конкурса в Ставрополь.

(Соб. инф.)

Являясь одним из важнейших звеньев подразделения государственной инспекции безопасности дорожного движения (ГИБДД), служба КПМ (контрольно-пропускной милиции) выполняет немалую разнообразную работу: разыскивает похищенный и скрывшийся с места ДТП транспорт, проверяет автомашины и перевозимый груз, обеспечивает безопасность дорожного движения и т.д. Возглавляет эту службу капитан милиции Михаил Дмитриевич Копылов, который прошел путь от старшего инспектора до начальника двух КПМов. Те, кому приходится проезжать через эти посты, не могут не заметить большого потока проходящего здесь транспорта, автомобилей всевозможных марок из самых различных регионов. Практически все они останавливаются и проверяются - нельзя допустить перевозок запрещенных грузов, необходимо проверить наличие документов.

- Самой лучшей по итогам работы за прошлый год является смена капитана милиции Виктора Алексеевича Демочкина, - говорит М. Д. Копылов. - На ее счету больше, чем в других сменах, задержаний преступников, изъятия нар-

котиков, оружия и боеприпасов, угнанных автомашин, пресечений незаконного перевоза спиртного. Словом, по всем позициям показатели высокие, что говорит об ответственности каждого сотрудника за свое дело.

На снимке, сделанном нашим фотокором, вы видите (слева направо) работников КПМ г. Новополеовеска А. И. ПЕТРАКОВА, С. И. ЗИМЧЕНКО, П. А. МИХАЙЛОВА и В. А. ДЕМОЧКИНА, которые в день нашего посещения поста несли службу.

Николай КИРЬЯНОВ.



"Голос времени" - в Вашем доме!

УВАЖАЕМЫЕ КИРОВЧАНЕ!

По 31 марта продолжается ДОСРОЧНАЯ подписка на районную газету "Голос времени" на 2-е полугодие по старой цене: 48 рублей.

Подписку можно оформить у почтальона, по телефону, в любом почтовом отделении.

Подпишись
и читай!

Подписывайтесь именно сейчас: это выгодно для Вашего семейного бюджета! С 1 апреля цена будет выше.

Чтоб неповадно было

Казалось бы, что еще надо? По всему Новополеовеску расставлены контейнеры для сбора мусора. Надо - закажи в коммунальном тракторную тележку для вывоза всякого хлама с частного подворья, можно и на своем транспорте отвезти на свалку (по асфальту - считанные километры), но житель улицы Дзержинского, 56 Саят Асцатрян хотел обойтись без особых хлопот: весь мусор вывез на своем "Москвиче" с прицепом к водонапорной башне Новополеовеска (район колхозного кирпичного завода) и разгрузил его на линии магистрального газопровода с помощью братьев Волошиных - Ивана и Николая.

Это заметил руководитель одного из подразделений

колхоза "Нива" Сергей Атаман и потребовал прекратить безобразие. В ответ от братьев Волошиных понеслись в его адрес угрозы и оскорбления.

Кончилось тем, что Кировский районный суд приговорил братьев Волошиных к административному аресту на 15 суток, а гражданин Асцатрян по решению административной комиссии муниципального образования оштрафован на 300 рублей. На эти деньги и уберут мусор, а впредь, чтоб неповадно было, кто сорит, тот сам и будет убирать за свой счет и своими руками!

Любовь ЕГОРИНА,
специалист по работе с населением
муниципального образования г. Новополеовеска.

"Фронтвик"

Из краевого совета ветеранов в городской пришло 243 наградных знака "Фронтвик", выпущенных к 55-летию Победы, для тех, кто участвовал в боевых действиях в 1941-1945 годах.

Часть знаков уже вручена на торжественном собрании, посвященном Дню защитника Отечества и прошедшем во Дворце культуры. Вручал знаки и удостоверение к ним именной комиссар района, подполковник В. А. Соколов.

Всего в районе свыше 700 ветеранов получат нагрудный знак "Фронтвик".

Георгий ДАНИЛОВ,
председатель городского совета ветеранов.

ОХРАНА ТРУДА - ЭТО ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ ЛЮДЕЙ

О том, какая работа была проделана по охране труда на предприятиях и в организациях района в прошедшем году и какие задачи предстоит решать в наступающем, шла речь на совещании, в котором приняли участие главы городского и сельских муниципальных образований, руководители, специалисты по охране труда, председатели профкомов. После обстоятельного анализа этой очень важной работы, сделанного заместителем главы райгосадминистрации Л. П. Стеховой, прозвучали выступления государственных инспекторов по охране труда, надзору и энергонadzору, начальника пожарной охраны, представителей отделения ГИБДД и фонда социального страхования.

Участники совещания наметили конкретные мероприятия по охране труда на 2001 год и приняли соответствующее постановление.

Были названы победители смотра-конкурса по охране труда. Ими стали ГУП ЖКХ (первое место), районная база и ПЗ "Комсомолец" (третье). Их представителям Л. П. Стехова вручила почетные грамоты.

(Соб. инф.)

К 30-летию
работы

О ЧЕМ РАССКАЗАЛА СТАРАЯ ФОТОГРАФИЯ

Здравствуйте, уважаемая редакция "Голоса времени". Спасибо вам, что вспомнили о строительстве Орловской ГЭС и дали слово на газетных страницах ветеранам этой стройки века.

В тяжелое послевоенное время эта ГЭС всем была нужна, как воздух, потому что она дала воду степям, свет нашим домам, электричество нашему производству.

А представляете, какое это было событие для нас, сельских ребятшек, на чьих глазах шло строительство громаднейшего по тем временам объекта?

Я родилась в Орловке, и там прошло все мое детство. Малютками мы бегали на стройку из любопытства, там было для нас столько интересного, необычного. А когда подросли - ходили туда с учителями на комсомольские субботники: убирали мусор, подметали, загибали в каждый уголок любого помещения, вдали огромные трубы, генераторы-великаны... Это впечатляло, ошеломляло и удивляло! И мы очень гордились нашей страной.

У меня сохранилась вот эти редкая фото-

графия, где мы сняты со своими любимыми учителями Ниной Григорьевной Будко и Сергеем Ивановичем Загребневым.

На этом снимке комсомольцы Лидия Матвеева, Николай Бодин, Тамара Смагленко, Алексей Трубинов, Гансия Марченко и Таисия Филиппова, Лидия Филиппенко, Александра Демченко, Виктор Пальвинный.

Спасибо всем, кто строит эту ГЭС. Здоровья и благополучия вашим семьям.

С уважением Лидия Филипповна ДЫНИНА (в девичестве Волкова).



ОТ РЕДАКЦИИ: Интересные старые снимки передал в редакцию ветеран энергетики и электрификации, бывший бригадир электромонтажников СМУ "Сельэлектро" Константин Сергеевич Видюков из Новопаоловска. Мы их также предлагаем вниманию наших читателей. Может, кто-то узнает себя?

Снимок слева: на Орловскую ГЭС пришла первая телескопическая машина.

А вот (на санях) уже первая бригада электромонтеров в нашем городке с их детьми и женами: прораб М. Сивцов, электромонтеры И. Срадзин, И. Ржевский, К. Видюков, А. Мечульский, А.С. Лунии и А.А. Лунии, ездовой парнишка Лисицын.

Справа внизу первые электрификаторы Новопаоловска: Петр Лазуренко, Константин Видюков, Дмитрий Шимченко.

Редакция от души благодарит всех строителей Орловской ГЭС за их многочисленные горячие отклики на наши публикации и за тот ценный исторический материал, которым вы охотно поделились с нашими читателями.



ФОТО ИЗ АРХИВА.

Чтобы в истории не заблудиться



Уже много веков находятся на Руси люди, избирающие себе нелегкую, но почетную и славную долю - "Родину защищать", и, какие бы времена не настали, Отечество наше всегда будет нуждаться в защитниках, чтить их подвиги, помнить их имена.

В нашем городе идет месячник, посвященный Дню защитника Отечества. Все школы города приняли в нем участие.

Во всех школах были проведены тематические классные часы, посвященные знаменательной дате. Ветераны, воины-афганцы, бывшие офицеры рассказали ребятам о нелегких солдатских буднях, о подвигах и мужестве русского воина. В СШ № 2 прошли учебные стрельбы для старшеклассников.

К службе в армии надо серьезно готовиться, и лучший помощник в этом - спорт. В ходе школьных спортивных соревнований ребята показывали свою сноровку, физическую подготовку, учились взаимодействовать, что, конечно, пригодится им в армии.

На базе школьных музеев прошел цикл бесед "Листая страницы прошлых лет". О военных событиях и человеческих судьбах говорили библиотекари, проводя читательские конференции, организуя южные выставки под названием "XX век: события и факты".

Учащиеся и родители школ и дошкольных учреждений города собрали теплые вещи и подарки для раненых, находящихся на излечении в госпитале г. Пятигорска. А концертная бригада, в которую вошли ребята из второй и 13-й школ, дала праздничный концерт в воинской части г. Георгиевска.

Прошел конкурс рисунков и плакатов "Наша армия родная", лучшие из работ представлены на выставке в здании городской администрации.

Одним из самых важных событий стало возложение цветов к памятнику павшим воинам.

Еще одна дата ушла в прошлое, но никогда не должны исчезнуть из памяти человеческой подвиги защитников Отечества. А это и наша с вами память, наша боль, наша гордость, которую обязательно надо передать нашим детям. "Без наших отцов, героев и учителей, - писал А. Платонов, - наша жизнь была бы невозможна ни в физическом, ни в духовном смысле... Без живой памяти о них люди могли бы заблудиться на протяжении одного века в истории".

Наталья НЕСТЕРЕНКО, зав. методкабинетом отдела образования г. Новопаоловска.

"Тепло ли тебе, девица?", или куплю валенки с турбоподогревом

В ноябре прошлого года центральная районная библиотека после двухлетнего изгнания вернулась в свое исконное помещение. Какое ей на прежнем месте?

С этим вопросом прежде всего я обратилась к директору библиотеки Н.П. Щепловой.

- Конечно, здесь удобнее гораздо просторно, и хранилище под рукой, а там за редкими книгами бегать постоянно приходилось. Почему так долго шел ремонт? Сначала отремонтировали крышу, потом год ждали, пока все внутри основательно просохнет. Поменяли электропроводку, в читальном зале и холле отставший паркет заменили линолеумом; где требовалось - поштукатурили, везде побелили и покрасили. Оплатила работы администрация района методом взаимозачетов. За 15 лет это был первый серьезный ремонт. Вся проблема в том, что плоские крыши нуждаются в постоянном ремонте, хотя бы раз в два года. В прошлом году его не было, если не будет и в этом, есть вероятность новой течи. Второе большое неудобство: отопление. Система большая,

взаимосвязанная и старая. Менять ее полностью - дорого. Мне кажется, удобнее было бы поставить новые регистры - их и прочистить, и красить легче. Будет ли такое и когда - не знаю. Пока ситуация такая: в кабинетах относительно тепло, в кабонементах батареи чуть теплятся, в читальном зале - форменный ледник. А ведь здесь люди находятся дольше всего. Сидят, не раздеваясь, в верхней одежде. Отражается такая температура и на здоровье библиотекарей: люди постоянно болеют, иногда хоть библиотеку закрывай - работать некому.

То же услышала я и от О.И. Кошелевой, заведующей читальным залом.

- Люди, конечно, приходят. Есть книги и журналы, которые можно получить только здесь. Но сидят уже не так долго, как раньше. Большинство - в пальто и куртках. Мы тоже утепляемся, надеваем несколько теплых кофточек и свитеров, на ноги несколько пар носков. Но и это не всегда помогает.

В читальном зале в это время сидели два посетителя, терпение которых было прямо пропорционально занятости. Я

оторвала их ненадолго почти сказочным вопросом: "Тепло ли тебе, девица, тепло ли тебе, красная?" Вера Константиновна сидела, не снимая платка, в теплой кофте, накиннув на плечи пальто: "Я 30 лет проработала в школе, сейчас на пенсии. Читаю вот о Есенине... А к холоду мне не привыкать, у меня дома почти так же".

Женя, студент четвертого курса новопаоловского филиала Ставропольского колледжа экономики и права, готовился к близкой контрольной: "У меня сдача на носу, мне выбирать не приходится. Да я и рассчитывал на холод: оделся потеплее".

Мои респонденты, тоже в соответствии со сказочными правилами, особо не жаловались, но от повышения температуры до комфортной не отказались бы. Лично я, пробыв здесь минут 15, поймала себя на том, что мечтаю о валенках с турбоподогревом.

Достаточно предсказуемый ответ дал мне директор Дворца В.А. Пахаленко:

- У меня самого в кабинете плюс 11. Ремонт распределителя в 1999 году - единственный ремонт отопительной системы за 15 лет существования здания. Какие именно в ней неполадки, никто не знает - чтобы

Проблемы культуры

установить их, тоже нужны деньги. Скорее всего, если не всю, то большую часть отопительной системы придется менять. На это нужны огромные средства. Где их взять? Мы люди государственные, следовательно, от государства. Но оно средств таких не дает и пока даже не обещает. А потому рассчитывать приходится только на себя. Если удастся, на чем-то сэкономить. Например, на оплате за то же тепло, за которое мы платим так, как будто получаем его в полном объеме. Эту зиму в любом случае придется перетерпеть. Хорошо, если только эту.

Проконментировав ситуацию согласилась и главный специалист районной администрации Н.В. Каблучева. Ее оценка оказалась более оптимистичной.

- Мы в курсе проблемы, пытаемся ее решить. Котельная, подающая тепло во Дворец, работает исправно. Следовательно, причина неисправности заключается в отопительной системе самого Дворца. Это сильная закоксованность труб. Их нужно прочистить. В летний период мы непосредственно займемся очисткой труб, будем думать и о частичной их замене.

Оксана МЕДЯНИК.

Прямой разговор

о жизни и обо всем, что в ней волнует, состоялся в гимназии. Заинтересованное участие в нем приняли учителя и ученики 9-10 классов и гости - член Союза писателей России Олег Воропаев и бард Александр Ковалев.

Участники разговора дискутировали, читали стихи, пели песни. Разнодушных не было еще и потому, что пришли только те, кому было интересно, по предварительному врученному приглашению. Организовала разговор учитель русского языка и литературы Н.И. Лалтева.

(Соб. инф.).

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ с 12 по 18 марта

Table with 7 columns (Pонедельник 12, Вторник 13, Среда 14, Четверг 15, Пятница 16, Суббота 17, Воскресенье 18) and multiple rows of program listings under various channel logos (ОРТ, РТР, НТВ, ТВ-6, ТНТ).

Судьбы людские

Вот в разных умных книжках пишут, будто тополь - такое дерево, что у человека враз всю энергию забирает и лишает его жизненных сил. Враки все это!? Может, благодаря своим двум тополлям, что растут у нашего дома, я еще и держусь на этом свете... Да, видно, и с ними скоро расстаться придется: вот какие вымахали. Не ровен час, в непогоду рухнут - завалят и наш дом, и соседский. Уже один отросток им на крышу обламывался, сколько же еще можно искушать судьбу?! Умом-то все понимаю, а сердцем это принять не могу - рука не поднимается рубить по живому: эти два дерева - память о моих детях: не дай Бог родителям пережить их смерть!

Варвара Филипповна Хлопова тяжело перевела дыхание (свалил-таки недуг ее на больничную койку). Но заговорила сейчас о своих тополях-близнецах - и ожили глаза, засветились теплом и любовью. И слова пришли самые главные. Потому что все пережитое в душе ими отстоялось.

Раньше-то в нашей станице Новоавлаговской зелени считали, ни какой и не было. Глина крутом да безводье, пустыри на окраинах - целина непаханая, по весне везде цветы лазоревые полихали да маки, валерьяна цвела зонтиками да морковник с бузиной, а летом жарко пахло пылью и пыльцой. На одуревших от зноя улицах было душно и пустынно.

Помню, у нас в палисаднике росла чашка акации с желтыми сухими цветочками. А вот в Куре в Белой пене стояли вишни, сливы. По балкам буйно росли боярышник, барбарис, калина и шиповник. Калину мы на зиму мешками заламывали на пироги, терн в бочках замачивали - укусят в погреб - бери ешь, как живой, будто только что с ветки сорванный.

Ходили и в Куре за черносливом. В махотках его ставили в русскую печь и томили. Без сахара - мед медом, возьмете сверху блестящей коричневой корочкой, как молоко топленое, - объедение, не было для ребятшек в голодные военные и послевоенные годы лучшего лакомства.

Может, и не болели мы тогда потому, что ели не бананы заморские, а то, что под ногами растет: сладкий корень солодки, козельчики, ягоды кислого розового барбариса и колечного шиповника, столбуцы акации и винограда, "калочки".

Хозяйке на заметку

И ГРАФИН, И УТЮГ БЛЕСТЯТ НА ПАРУ

Отмыть графин, позеленевший изнутри или покрытый мутным налетом, не так просто: ерш для мытья бутылок не поможет из-за формы графина. Налейте в графин немного теплой воды, добавьте ложку уксуса и оставьте на час-другой. Теперь добавьте в раствор горсть крупной соли. Энергично взболтайте и хорошо прополощите графин. Вместо уксуса можно использовать соду или нашатырный спирт. Тогда лучше всыпать в раствор мелко толченую яичную скорлупу. Песок, толченая скорлупа при энергичном взбалтывании помогают сдирать налет со стенок.

Если налет застарелый и не отмывается - попробуйте добавить в теплую воду ложку отбеливателя для стирки.

Белесый осадок на стенках стакана, прозрачной цветочной вазы, кружки, где неделями стояла вода, - это результат ее испарения и отложения солей на стенках. Отмыть осадок обычными средствами не удастся, зато он легко удаляется уксусом, смешанным с поваренной солью.

Хрусталь, потерявший блеск, протирают срезом сырой картофелины. После этого остается сполоснуть изделие в холодной воде, куда добавлена соль.

Если в вашей семье пользуются аэрозольным лаком для волос, его мельчайшие капли неизбежно попадают на зеркало. Со временем оно затуманивается, теряет блеск. Это легко поправимо, если время от времени протирать зеркало тряпочкой, смоченной одеколоном.

Заржавевший утюг легко очистить сухой столовой солью.

Если к горячему утюгу случайно пристал и расплавился полиэтилен, не пытайтесь соскрести его - вы испортите поверхность утюга. Дайте утюгу остыть и сотрите расплавленный полиэтилен жидкостью для снятия лака.

Учредитель: Кировская районная государственная администрация.

Время подписания в печать по графику - в 14.00. Подписано - в 14.00.

Газета зарегистрирована Региональной инспекцией по защите свободы печати и массовой информации (Ростов-на-Дону). Регистрационное свидетельство № Р 1169.

Газета выходит два раза в неделю, по средам и субботам.

И остались у нас с мужем моим, Алексеем Михайловичем, в память о детях эти два тополя. Я люблю слушать тихий шелест их листьев, будто говорят со мной о чем-то. И перед глазами проходит вся моя жизнь.

Весною тополя стоят тихие, наизранные, в черных траурных кружевах седоватых ветвей. Зато однажды ночью можно проснуться от дружного салюта лопающихся почек. Невидимые хлопья взрываются над головой в гулкой тишине, и на тебя

сыплется золотистая мишура... Так приходит в наш дом каждый год весна, и тополя распускают свои фиолетовые листочки, наполняя воздух запахом ладана. Просыпаются каштаны в удивительно измятых листьях, покрытых рыжеватым пухом, но с такими торжественно пылающими белыми свечами!

Цветут теперь в нашей станице и пахучие липы. Летом липы сладко медоносят, их желтые кроны становятся похожими на огромные софы, они звенят и качаются от множества пчел. Тягучий аромат соцветий забирается в каждую щелочку, растекается по дому, наполняя все вокруг.

Осенью особенно роскошны березы: золотая резьба листьев звенит в прозрачной синеве бабьего лета не опавшей редкой монетой, и не понять, то ли ветерок шутит, то ли так громко тенькают в ветвах крохотные синички...

"Зимой деревья" замолкают под тяжестью мокрого снега, сверху они похожи на большие белые папки горцев, изрезанные барашковой курчавостью кроны...

Нет, пойду я все-таки к мэру нашего городка, пусть распорядится он срубить эти тополя: надо! У самих ведь рука не поднимется. Только как жить-то мы будем без своих тополей?!

Записала Валентина ЧЕРНЫШЕВА.

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ КИРОВСКОГО РАЙОНА!

Кировское отделение 5231 Сберегательного Банка СБ РФ предлагает вам приобрести ПАМЯТНЫЕ монеты из драгоценных металлов. В продаже имеются золотые и серебряные монеты.

Памятная монета - это оригинальный подарок близким и друзьям к юбилею, на золотую и серебряную свадьбу, в день рождения и к любому празднику. Приобрести их вы сможете в любом филиале Кировского ОСБ 5231.

СДЕЛАЙТЕ ПОДАРОК СВОИМ БЛИЗКИМ!
Стоимость монет вам доступна: серебряные - от 180 рублей, золотые - от 820 рублей (в зависимости от номинала и веса).

Редакция газеты «Голос времени» принимает заявки на публикацию объявлений, поздравлений, благодарностей.

ЦЕНЫ - ДОГОВОРНЫЕ.

Адрес редакции: г. Новоавлаговск, ул. Октябрьская, 4.
Телефоны: главный редактор - 2-04-20; отдел социально-бытовых проблем, агропромышленный отдел - 2-27-94; ответственный секретарь, отдел писем, бухгалтер - 2-03-94; фотокорреспондент - 2-27-94.

Газета набрана и сверстана на компьютерах в редакции газеты «Голос времени».

Главный редактор Г.П. АВАНЕСОВА

Щи да каша - пища наша

Великий пост - самый продолжительный и строгий

В постный период прекращается употребление скоромных, то есть мясных, молочных и других продуктов животного происхождения, например, яиц, но растительную пищу, включая овощи и фрукты, а иногда и рыбу можно себе позволить. Как говорят знающие люди, в дни поста главное - очистить свою душу, ослабить воздействие на нее страстных помыслов и греховных привычек, а телесное воздержание должно способствовать этому, дисциплинируя волю. Кроме того, во время поста следует воздерживаться от развлечений и увеселений. Употребление даже постной пищи должно быть умеренным и разумным по количеству.

Пост - не средство для поху-

дения или улучшения физического здоровья. Православный пост означает регулярное питание с ограничением указанных продуктов. Большим людям, тем, кто занят физическим трудом, беременным и кормящим женщинам некоторое послабление поста позволительно.

В основе великопостного питания особенно важна схема "щи да каша", поскольку своевременное употребление первых и вторых блюд в горячем виде обеспечивает необходимый энергетический запас для того, чтобы хорошо и плодотворно работать. Виноградное вино разрешается употреблять по субботам и воскресеньям, рыбу - только в праздничные дни.

Елена АКУЛОВА.

Ваше здоровье

КУРИТЕ... МАТЬ-И-МАЧЕХУ

Задлые курильщики могут обидеться к чему, мол, призывают, вместо табака какую-то траву курить в дым. Между тем все просто: сигареты из мать-и-мачехи помогают избавиться от сильного кашля, положительно влияют на секрецию бронхиальных желез, разжижают мокроту. Дым от мать-и-мачехи оказывает противовоспалительное действие.

Так советует доктор медицинских наук, профессор А. Турова. А это известный специалист в данной отрасли знаний.

У мать-и-мачехи, растения в общем-то неименитого, немало других названий - "белохвостик", "подбел" - видимо, за светлый цвет обратной стороны листьев, а еще "водяной лопух", может потому, что капельки росы долго держатся на гладкой стороне. "Ранник". Последнее название связано с тем, что растение весной просыпается раньше других. Но, все-таки более точное - мать-и-мачеха.

Потрогайте лист, с одной стороны он мягкий, теплый, с другой - холодный. Словом, мать-и-мачеха.

Желтый цветок мать-и-мачехи одним из первых зажигает свой огонек на полянках, пригорках, на придорожной насыпи, знаменуя весну. Он радует прежде всего детей, собирающих скромные букетики. А огородников огорчает мать-и-мачеха: может оказаться довольно назойливым сорняком, с которым трудно бороться. Ее длинные белые корни очень ломки и каждая долька может послужить началом новому растению. Так что, пригласив мать-и-мачеху на огород, будьте осторожны: А если она к тому же успела отцвести, то ветер разнесет пушинки парашютики по всей округе. И прорастут новые мать-и-мачехи.

Специализированный магазин

Запчасти Узлы Детали кузова

Цены ниже рыночных
Форма оплаты любая

Наш адрес: г. Прохладный, ул. Головки, 88 (мебельная фабрика)

Работаем по телефону 8-800-40-07-00

Кировская районная администрация выражает глубокое соболезнование заместителю главы администрации СТЕХОВОЙ Любови Павловне по поводу смерти ее матери

ВАХТИНОЙ
Полины Семеновны.

Работники Управления труда и социальной защиты населения выражают искреннее соболезнование заместителю главы районной администрации СТЕХОВОЙ Любови Павловне по поводу смерти ее матери

ВАХТИНОЙ
Полины Семеновны.

Коллектив редакции газеты «Голос времени» выражает глубокое соболезнование СТЕХОВОЙ Любови Павловне по поводу смерти ее матери

ВАХТИНОЙ
Полины Семеновны.

Коллектив работников Центра госсанэпиднадзора выражает глубокое соболезнование КИТАЕВОЙ Татьяне Геннадьевне по поводу смерти ее ОТЦА.