



Голос Времени

5 ФЕВРАЛЯ
СРЕДА 2014

ИЗДАЁТСЯ С 16 МАРТА 1971 ГОДА

№ 9 (7497)

ИНДЕКС 54022

16+

Общественно-политическая газета Кировского района Ставропольского края

Ещё одна приёмная семья



В этом году у нас в районе появилась ещё одна, вторая по счёту приёмная семья. Находится она в посёлке Физанном. Здесь Ирина и Геннадий Козьянские воспитывают шестерых детей, трое из которых находятся под опекой.

Двум из опекаемых ребят сегодня по семь лет, а самому маленькому четыре года. Несмотря на столь юный возраст, этот малыш уже многое успел пережить. Без мамы он остался, когда ему ещё не было и полтора лет. Женщина сначала была осуждена за жестокое обращение со своим крошечным сыном, потом лишена родительских прав. Уже тогда мальчика взяли Ирина Викторовна и Геннадий Дмитриевич, привязались

к нему и без колебаний оставили у себя навсегда.

Люди они необыкновенно доброжелательные и трудолюбивые, так же воспитывают и всех своих детей. И дома, и в огороде у них всегда образцовый порядок. Детвора окружена любовью и заботой.

Недавно полученный статус приёмной семьи позволит оказать ей необходимую материальную поддержку. Теперь приёмные родители будут получать вознаграждение за воспитание детей – ведь это тоже работа, и не менее сложная, чем любая другая, – пособие на содержание детей и раз в год – средства на организацию для детей летнего отдыха.

Любовь САЛТЫМАКОВА.

Открылся месячник оборонно-массовой и спортивной работы

Торжественное открытие традиционно прошло в 13-й школе города Новопаоловска. Здесь собрались ветераны Великой Отечественной, участники боевых действий в Афганистане и Чечне, учащиеся и педагоги школ района, представители патриотических клубов, сотрудники администрации и центра по работе с молодёжью.

Открыла церемонию заместитель главы администрации района Елена Туниченко. Она поздравила всех с началом месячника оборонно-массовой и спортивной работы и отметила, что его проведение – добрая традиция нашего времени.

Председатель Совета ветеранов района Михаил Андриенко, начальник военного комиссариата Роман Белый и другие официальные лица адресовали немало тёплых слов подрастающему поколению и выразили уверенность

в том, что наша молодёжь всегда будет помнить о героических подвигах отцов, дедов и прадедов, защищавших свободу и независимость России во всех войнах современности.

На открытии выступили образцовый ансамбль «Станичники», воспитанники музыкальной школы и хореяла.

В течение месяца в районе пройдут уроки мужества, военно-патриотические и спортивные праздники, эстафеты, соревнования по различным видам спорта, торжественные линейки и митинги у памятников погибшим воинам. Особое внимание будет уделено встречам с участниками Великой Отечественной войны.

Продлится месячник до 23 февраля. Его окончание приурочено ко Дню защитника Отечества и будет празднично отмечено по всему району.

Артём РУДЕНКО.



Первый среди сильнейших

Казалось бы, зима – не самое подходящее время для бега. Может быть, но только не для настоящих спортсменов: в это время года у нас проходят многие важные соревнования.

Так, во второй половине января Кубанский легкоатлетический манеж Краснодарского университета физической культуры и спорта принимал у себя участников чемпионата и первенства Южного и Северо-Кавказского федерального округов по лёгкой атлетике. Общее число участников превысило 1350 человек. Здесь собрались сильнейшие спортсмены Волгограда, Астрахани, Ростова, Адыгеи, Осетии, Кабардино-Балкарии, других областей, городов и республик.

Состязания шли два дня и получились очень насыщенными и зрелищными: множество доброжелательных зрителей и болельщиков, большое число легкоатлетов разных возрастов (были представлены четыре возрастные группы, от старших юношей до взрослых) и разных дисциплин. Было и много известных спортсменов, чемпионов России и Европы.

Очень удачно выступила сборная Ставропольского края, занявшая первое место в командном зачёте. В состав сборной вошли двое кировчан, которые достойно справились с задачей и внесли свою лепту в общую победу.

В первый день в беге на 1500 метров в старшей возрастной группе прекрасный результат показал Никита Берестовский. Тут надо сказать, что

Никите всего 14 лет и соревновался он с ребятами на полтора-два года старше него. Поэтому многого мы не ждали. Пределом мечтаний было войти в десятку, ну максимум – шестёрку сильнейших. Но характера на дорожке нашему стайеру не занимать. На этой дистанции было три забега. Никита вошёл в группу сильнейших и по итогам всех трёх забегов завоевал серебряную медаль.

В этот же день в беге на 400 метров восьмой результат показал Артём Ерёмин. Он впервые в жизни бежал по настоящему виражу – наклонной дорожке, имеющей свою специфику, к которой с непривычки очень непросто приспособиться. На следующий день на таком же вираже Артём за 25,19 секунды преодолел 200-метровку.

Для Никиты второй день оказался ещё более удачным. Он бежал свою коронную дистанцию в три тысячи метров, и «пролететь» её ему не мешали ни усталость после трудного и поздно закончившегося первого дня, ни более взрослые соперники. Буквально с первых метров был задан очень высокий темп. Признаться честно: боялась, что Никита не выдержит. Но он не спавал, держался в группе лидеров, а на последнем километре стал обходить конкурентов, ушёл в отрыв и финишировал первым. С результатом девять минут 17,96 секунд он стал абсолютным чемпионом.

Ольга РУСИНА,
тренер

Нерешаемых проблем не бывает

Последнее время на юго-востоке нашего края сложилась тревожная ситуация. Естественно, что многих родителей тревожат вопросы безопасности школы.

Хочется сказать, что замечательных союзников в преодолении некоторых трудностей наша Марьинская школа нашла в общешкольном родительском комитете, который работает в этом году под руководством очень деятельного человека – Елены Лукьяновой. Вопросы охраны ответственно занимается Любовь Карникая, сумевшая организовать родительские комитеты классов. Составлен график дежурства родителей на каждый день, на две смены занятий. Ежедневно родители

с восьми часов до окончания занятий на дежурстве, за что им огромное спасибо.

В школе ведётся круглосуточное внешнее и внутреннее видеонаблюдение, все данные поступают на монитор у входа в специальном помещении. Работают пожарная сигнализация и система оповещения о пожаре, тревожная кнопка, обслуживаемая по специальному договору.

Кроме того, в школе введён пропускной режим, ведётся журнал регистрации посещений. По просьбе родителей и по согласованию с отделом образования изменён режим работы школы: занятия в первой смене начинаются с восьми часов 40 минут и заканчиваются

в 17 часов во второй смене. Теперь дети по-прежнему идут в школу и возвращаются из неё. Мы вместе переживаем эти временные изменения и трудности и считаем, что основная масса родителей на правильном пути: совместный поиск ответов на сложные вопросы многое для нас значит. Мы чувствуем себя защищёнными благодаря таким родителям.

Надеемся, что все трудности мы сможем пережить так же достойно, как это делают другие учебные и детские учреждения района.

Антонина ВАСИЛЬЕВА,
председатель
административной
комиссии станицы
Марьинской.

◆ За дорогу без опасности

Пострадала несовершеннолетняя

В январе недалеко от станицы Зольской произошло дорожно-транспортное происшествие, в результате которого пострадала несовершеннолетняя пассажирка, жительница города Георгиевска. Водитель автомашины «Опель-Астра» по неустановленным причинам выехал за пределы проезжей части дороги и врезался в дерево. В нарушение требований правил дорожного движения пассажирка не была пристёг-

нута ремнём безопасности и в результате получила тяжёлые травмы.

Уважаемые участники дорожного движения!

Несмотря на многочисленные предупреждения, детей и подростков часто перевозят без использования ремней безопасности и детских удерживающих устройств. Итоги подобной небрежности бывают плачевны. Одними мерами административного воздействия жизнь и здоровье

юных пассажиров не уберечь. Каждому взрослому необходимо осознать высокую степень своей ответственности за жизнь ребёнка, которого он собирается перевозить. И сегодня мы в очередной раз обращаемся ко всем водителям: помните – жизнь бесценна! Сделайте всё, чтобы её сохранить!

Виктор ДЕМОЧКИН,
начальник ОГИБДД
Отдела МВД России по
Кировскому району

◆ Позаботьтесь о своём здоровье
Неблагоприятные дни в феврале:
4, 6, 11, 15, 20, 22, 25, 26, 28

С Её величеством книгой – В ногу современем

2014
ГОД КУЛЬТУРЫ

С Лидией Кучуро, отла- шей библиотечному делу без малого полвека своей жизни, мы перечитываем страницы старых газет, пре- жде всего – районных. У Лидии Васильевны хранятся номера «районки», начиная с середины 60-х годов. По- желтевшие страниц рассказыва- ют о работе библиотек нашего района.

Вспоминаем, чего только не приходилось делать нам, библиотечным работникам, вместе с тружениками ста- нии и сёла. Так же выполняли планы пятилетки за четыре года, были агитаторами и пропагандистами, обобщали и распространяли передовой опыт, помогали трудиться по- новому. Чему удивляться: в те годы на полном серьёзе обсу- ждали, например, достаточную ли ленту вносят иркутские и бурятские библиотекари в спасение Байкала...

Менялись статусы наших библиотек. Были они станичными, зо- нальными, районными. Одно оставалось неизменным – донести полученную книгу до каждого читателя. Рассказать о ней так, чтобы читатель убедился: да, эта книга ему необходима. Мечтали мы только о том, чтобы пополнились фонды. Но создание в 1977 году центра- лизованной библиотечной системы не оправдало наших надежд: финансы для библиотек по-прежнему цели романом. Но библиотекари района не унывали. По словам Виктора Лунёва, они ста- рались донести до читателя умное, до- ходливое, живое слово о той литературе, которая была, и заказывали ту, которой не было.

В 80-х годах наш район был одним из лучших в крае по многим показателям. Была в этом и частичка нашего труда. Конечно, мы не пахали, не сеяли, не рабо- тали на комбайнах. Мы славили человека- труженика. Агитбригады, передвижные библиотеки, пополненные востребован- ными книгами и журналами, круглый год обслуживали работников сельского хозяйства. Добираться до отдалённых культурстанов порой приходилось на пере- кладных. Стопки книг в руки, байкист – байки на плече, и уже в обеденный пере- рыв на культурстане вывешена красочная «Молния», из которой ясно, кто сегодня сработал лучше, на кого равняться, с кого брать пример. И обязательно о том, как сработала соседняя бригада: дух сорев- нования, особенно на уборке, – великое дело. Пока работники обедают – концерт. И шучево, что под байки, зато звучали их любимые песни.



1975 год. После выступления агитбригады в колхозе «Советский».

Бывало и такое, что байкист обедал на ходу. С разрешения бригадира сжали в поле, останавливаясь поздравляли с успехами, исполняли по две песни, рассказывали о событиях в стране. Ни одна птицефабрика, котловодческая ферма не оставались без передвижки. В колхозе «Советский» их было 24. Оформлялись «красе уголки», вы- вешивались плакат актуальными призывами. Рекомендательные списки рассказывали о первом опыте жи- вотноводов, птичников других районов. Бывало и такое: отрава в поле часов до десяти вечера, звёзк приехал домой и видел на волах флажок. Это означало: здесь живородовик сель- ского хозяйства. Емтава и почёт, а библиотекарь доволен, что хорошо сделал своё дело.

Те годы можно вать зрой но- вых технологий. I бы! Научно- технические разрабе одна значимее другой, освоение коса, разговоры о компьютеризации, достижения в об- ласти медицины... Главной задачей библиотекарей стал только шагать в ногу со временем, а хоть чуть-чуть опережать его, чтобы оставаться ин- тересными для своих читателей.

Нам, молодым, бы кого брать при- мер. Наши учителя, или влюблённые в свою профессию, ничто указывая на наши промахи, ум прежде всего любить читателя, жить интересами; постепенно ненавязно раскрывать новую для него кн Покойная Ма- рия Васильевна Зельк было для нас вместо матери, поддевала и советом, и делом. Евгения Миловна Бареуко-

ва, довец душ детских – так мы называли её. Какие она проводила индивидуальные беседы! Могла разговорить самого молчаливого, укро- тить самого строптивого одним взглядом. Любовь Ильинична Вьюникова быстренько приходила на помощь при подборе книг для читателя. И ни единого упрёка, что ей пришлось оставить свою работу. Ни- не здравствующие. Лидия Васильевна Кучуро – би- блиотекарь от бога. У неё энциклопедические знания, и до сих пор к ней можно обратиться за советом – подскажет, поделится литературой. Александра Александровна Камарди- ни запомнилась словами «А давай попробуем сделать вот так». Пробовали, и всё получалось как бы само собой. Единственный и не- повторимый библиотекарь- мужчина, библиотекарь- творец Николай Дмитриевич Левченко. Его любят все жители села Горнозаводского, осо- бенно детвора. Мне навсегда запомни- ся его сценарий вечера, посвящённого событиям в Беслане. Пало было найти слова, которые бы затронули, и он их нашёл. Зал англозировал и утирал слёзы одновременно.

Настало время ответить на вопрос, читают ли иркутчане сегодня. Да! И ещё раз да! Есть такие, чей читатель- ский стаж превышает 30 лет. И число читателей растёт хоть и не так, как нам читателям хотелось бы, но и не убывает. Пусть бы Интернет займёт лидирующие позиции по выдаче информации, но библиотеки по-прежнему удержат свои позиции: каче- ством обслуживания, живым разговором с читателем, иногда и по душам. Ни один компьютер не согреет душу человека.

В подтверждение приведу пример из жизни. Один наш молодой читатель при- ходит с «навороченной» электронной книгой. И на вопрос, зачем ему с такой- то аппаратурой библиотека, отвечает: «Книгу я чувствую, вижу, ощущаю её – книга иранится шелеет, переворачи- ваемых страниц. Книга – она живая, живаемых страниц. И если вам тоже и без неё я не могу». И если вам тоже захочется почувствовать прелесть обще- ства, приходите в библиотеку, бывайте на встречах и праздниках, организованных творческими, неравнодушными библио- текарями нашего района, – поверьте, их у нас немало. А всем коллегам желаю главного: читателей-книгочитателей.

Надежда МАЕВА, заведующая городской библиотекой.

Вредные привычки наших детей

Учить ребёнка правильно вести себя на дороге надо с раннего возраста. Воспита- тель из сегодняшних дошколят грамотных и дисциплинированных участников дорожного движения – задача педагогов и родителей.

Детский травматизм в нашей стране в де- сятик и сотни раз выше, чем в других странах. Давно пора перестать относиться к обучению ребёнка безопасному поведению на дороге как к чему-то второстепенному. Единственное, что может спасти ребенка на дороге, – это вера и запретительные свойства красного цвета. Единственный, кто может его в этом убедить, – это взрослый. И единственным способом – своим примером.

Давно изучены и наиболее распространён- ные причины попадания детей в «дорожные» неприятности. Их полезно знать и учитывать и родителям, и водителям.

Мало кто из наших детей имеет привычку останавливаться перед тем, как переходить до- рогу, внимательно посмотреть по сторонам и контролировать ситуацию слева и справа во время движения. Ребёнок может выскочить на дорогу в неустановленном месте и прямо перед близким идущим транспортом.

Не привычки наши дети и идти к пешеход- ному переходу, выйдя из автобуса, или осма- тривать проезжую часть, прежде чем выйти из-за кустарника или сугробов.

Зато им кажется, что вся свободная терри- тория – подходящее место для игр. В том числе и проезжая часть.

И даже если рядом будет тротуар, большая часть детей имеет привычку идти прямо по до- роге, при этом чаще всего со всевозможными нарушениями.

Наша совместная «взрослая» задача – отучить ребёнка от вредных привычек и привить полезные.

Уже с малых лет ребёнок должен чётко знать, что переходить улицу можно только на зелёный свет светофора и только по пеше- ходному переходу. При этом сначала нужно посмотреть налево, а дойдя до середины – на- право. И ни в коем случае не играть на дороге или около проезжей части.

Полезно также знать и соблюдать правила поведения в транспорте и во дворе и те, которые дорожные знаки для пешеходов и водителей.

И несколько советов родителям.

Яркая одежда помогает водителю увидеть ребёнка. Чтобы его легче было увидеть на улице, одените малыша в одежду неоновых цветов с отражающими полосками или специальными отражателями. Учитите: трудно разглядеть, что делается на улице, если на глаза надвинут капюшон или обзор закрывает зонг.

Не забывайте, что перевозить «главного пассажира» в автомобиле можно лишь на заднем сидении и в детском удерживающем устройстве.

Дисциплина на улице – залог безопасно- сти, докажите это ребёнку на собственном примере.

Виктор ДЕМОЧКИН, начальник ОГИБДД Отдела МВД России по Кировскому району.

Загадочная снежная пора, красавицаты, Зимурка-зима!



Зима... Таинственное прекрасное время года! Она бережно укрывает все вокруг теплым одеялом, иногда, когда скучно, делает выпивки на нем – уличные стужки-тропинчики. По одной такой мы спешим насладиться волшебством белоснежной красавицы. Бархаными милого снега вырастают на глазах, а снег все идет! Сколько радости он дарит! Сколько красоты и очарова- ния таят в себе немые пейзажи! Гибкие ветви деревьев и белых сугробах, темная лента реки в белоснежном обрамлении берегов, сугробы, скрин

снега под ною – невозможно не попасть в плен к Зимурке-е. А сколько веселья дарит она детворе! Как на санях, лепка снеговиков, игры в снег. В такое снежно-морозное время даже взрослый становится ребенком, ведь здорово снег веселого снежного человечка подружиться! А после – скатиться с горы с ледяной гл! Крикнем همه «ура!» и будем радоваться пому морозному дню! ЖАННА САВКИНА

с. Орловск

Суд идёт

Придётся годик посидеть

Молодой человек 24 лет был в гостях. А чем по традиции потчуют гостей? Правильно, водочкой. Когда же хозяйка, закупились, уснула, гость, уже успешно справившись с одним «главным украшением праздничного стола», прихватил и другое – телевизор.

Прихватила кошелёк

Как-то днём жительница города Новоавловска, будучи в по- елке Комсомолец, зашла в продук- товый магазин. Наверное, с целью совершить покунку. Но совершила кражу. Увидела на прилавке оста- вленный кем-то кошелёк, и восполь- зовавшись тем, что продавец отле- клась, прихватила чужое имущество и вышла из магазина.

и приговорил похитителя к штрафу, равному стоимости телевизора.

А вот жительнице станицы Советской за аналогичную кражу придётся годик посидеть в колонии общего режима. Дама почтенного возраста – за 60, с почтенным «по- служным» списком – она уже не раз предстала перед судом. Но так и не отказалась от привычного ремесла – снова украла. Проникла в чужой дом и вынесла телевизор «Рубин», стоявший две тысяч рублей.

Прихватила кошелёк

без надобности, тут лежали и деньги. Да не маленькая сумма – 20 тысяч рублей. Вогви-то охот, даже прищипи- лись; сама-то не охот, а содержать не только себя надо, но и дочь. Когда кражу раскрыли, женщина ничего отрицать не стала. Лишь немного лукавила, сказав, что по- добрала кошелёк с пола. Суд учёд раскваше новоиспеченной воровки и приговорил её к штрафу в пять ты- сяч рублей и доход государства. ГЕННАДИЙ ЛЕБЕДЬКО

Лунный посевной календарь на 2014 год

На рост растений, которые мы растим на огородах, оказывают влияние фазы Луны. Конечно, это не единственный залог прекрасного урожая, но огородники предпочитают перестраховаться и учесть этот фактор, когда высаживают растения. Для этого пригодится лунный посевной календарь.

Лунный посевной календарь на 2014 год для садоводов представлен в виде таблицы. Там для каждого вида расте-

ний ежемесячно указаны самые удачные дни для посадки, рассчитанные с учетом Луны.

Есть общие рекомендации, на которых и основан данный календарь огородника. Так, к примеру, растения растут под землей, принято сажать в период от полнолуния до новолуния, то есть когда луна убывает.

А растения, выращиваемые из-за растущих над землей плодов или ради зелени надо высаживать в период от

новолуния до полнолуния, то есть на растущей Луне.

На убывающей Луне очень хорошо бороться с сорняками, а также вскапывать землю. Это время не очень благоприятно для роста сорняков, так что большая вероятность того, что они погибнут. А в саду лучше косить на растущей лунгебы она была густой и сочной.

Соблюдения календаря это еще не гарант великолепного уро-

жая, ведь на развитие и рост растений оказывают влияние множество факторов, от качества посадочного материала до почвы и погодных условий. Поэтому лунный посевной календарь на 2014 год стоит воспринимать не как единственное и верное руководство к действию, а скорее как подсказку, для того чтобы себя подстраховать. И тогда вы порадуетесь своему богатому урожаю, когда придет время его собирать.

Культура	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь
Однолетние цветы (посев на рассаду)	8, 9, 11, 12, 13, 14, 17, 18, 19	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	-	-
Однолетние цветы (посев в грунт)	-	-	1, 2, 3, 4, 5, 22, 26, 27, 28, 29, 30	1, 2, 3, 4, 5, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	-	-	-	-	-
Двухлетние, многолетние цветы (высадка рассады, деление куста)	-	-	1, 2, 3, 5, 22, 26, 27, 29, 30	3, 4, 5, 23, 24, 25, 26, 27, 30, 31	1, 2, 3, 20, 21, 22, 23, 26, 27, 28, 29, 30	-	-	-	16, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27
Огурец, тыква, патиссоны, кабачки	-	-	22, 26, 27, 28	5, 23, 24, 25	-	-	-	-	-
Фасоль, бобы, горох	-	1, 2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	3, 4, 5, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28	1, 2, 3, 4, 22, 23, 24, 25, 28, 29, 30, 31	-	-	-	-	-
Клубника (посадка рассады)	-	2, 3, 4, 23, 24, 25, 26, 30, 31	22, 26, 27, 28	5, 23, 24, 25	1, 2, 3, 20, 21, 29, 30	1, 2, 26, 28, 29, 30, 31	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28	18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 27, 28	16, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27
Все виды капусты (посев семян)	1, 4, 5, 6, 24, 25, 26, 27, 28	2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 30, 31	3, 4, 5, 22, 26, 27, 28	-	-	-	-	-	-
Все виды капусты (пикирование)	9, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	-
Все виды капусты (высадка в грунт)	-	-	3, 4, 5, 22, 26, 27, 28	1, 2, 5, 23, 24, 25, 28, 29, 30	1, 2, 3, 20, 21	-	-	-	-
Картофель, топинамбур	-	-	9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 20	-	-	-	-	-
Лук на перо	-	2, 3, 4, 7, 23, 24, 30, 31	3, 4, 5, 26, 27, 28	1, 2, 5, 23, 24, 25, 28, 29, 30	-	-	-	-	-
Лук на репку	-	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17	8, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	-
Морковь	-	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	1, 2, 3, 4, 7, 8, 12, 13
Свекла	-	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	-
Дыня, арбуз	-	-	22, 26, 27, 28	5, 23, 24, 25	-	-	-	-	-
Кукуруза, подсолнечник	-	2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 30, 31	22, 26, 27, 28	23, 24, 25	-	-	-	-	-
Сладкий перец (посев семян)	9, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17	-	-	-	-	-	-
Сладкий перец (высадка в грунт)	-	-	22, 26, 27, 28	5, 23, 24, 25	1, 2, 20, 21	-	-	-	-
Баклажаны (посев семян)	9, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17	-	-	-	-	-	-
Баклажаны (высадка в грунт)	-	-	22, 26, 27, 28	5, 23, 24, 25	1, 2, 3, 20, 21	-	-	-	-
Щавель, укроп, петрушка на зелень	-	1, 2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	3, 4, 5, 22, 24, 25, 26, 27, 28	1, 2, 5, 23, 24, 25, 28, 29, 30	-	-	-	-	16, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27
Петрушка на корень	-	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	-
Редька, редис	-	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	-
Шпинат, салат	-	1, 2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	3, 4, 5, 22, 24, 25, 26, 27, 28	1, 2, 3, 4, 5, 22, 23, 24, 25, 28, 29, 30, 31	-	-	-	-	-
Томаты (посев семян)	1, 4, 5, 6, 24, 25, 26, 27, 28	2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 30, 31	3, 4, 5, 22, 26, 27, 28	-	-	-	-	-	-
Томаты (пикировка)	-	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21	7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	-
Томаты (высадка в грунт)	-	-	22, 26, 27, 28	5, 23, 24, 25	1, 2, 3, 20, 21	-	-	-	-
Томаты (пасынкование)	-	-	-	-	5, 6, 7, 12, 13, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 14, 15, 16, 17, 18	-	-	-	-
Чеснок	-	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17	8, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 20	7, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 19, 20	-	-	-	-	1, 2, 3, 4, 7, 8, 12, 13
Малина, смородина (посадка саженцев)	-	2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 30, 31	3, 4, 5, 22, 26, 27, 28	1, 2, 5, 23, 24, 25, 28, 29, 30	-	-	-	-	16, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27
Смородина (посадка саженцев)	-	2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 30, 31	3, 4, 5, 22, 26, 27, 28	1, 2, 5, 23, 24, 25, 28, 29, 30	-	-	-	-	16, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27
Плодовые деревья (посадка саженцев)	-	2, 3, 4, 7, 23, 24, 25, 26, 30, 31	3, 4, 5, 22, 26, 27, 28	1, 2, 5, 23, 24, 25, 28, 29, 30	-	-	-	-	16, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27
Запрещенные для посева дни									
Новолуние	-	1, 30	15, 29	28	27	27	25	24	8
Полнолуние	15	16	-	14	13	12	10	9	24

◆ Ваше здоровье

Почему наше сердце не очень любит зиму?

Группа ученых из США установила, что именно зимой обостряются различные сердечно-сосудистые заболевания. Кардиологи выяснили причину этого явления, которая объясняется очень просто.

Дело в том, что при вдыхании морозного воздуха наступает спазм коронарных артерий, в результате увеличивается нагрузка на сердце. Вот почему с понижением температуры воздуха возрастает риск развития инфаркта миокарда, особенно при увеличении физической активности. Кардиологи США предупреждают, что зимой частая причина сердечных приступов у мужчин – уборка снега лопатой. Особенно для тех, кто не привык к физическому труду.

Ученые объясняют, что в короткие зимние дни в организме понижается уровень витамина D, а при его дефиците увеличивается склонность к развитию болезни сердечно-сосудистой системы. Эта проблема особенно актуальна для стран с затяжными зимами. Специалисты пришли к выводу, что среди причин заболеваний сердечно-сосудистой системы – особенности зимнего метаболизма. Когда наступают холода, люди начинают употреблять больше мясной и высококалорийной пищи, а овощей и фруктов едят меньше. В результате такого питания увеличивается нагрузка на сердце. Плохо воздействует на организм и зимний период повышенное употребление

алкогольных напитков.

Для зимы характерны эпидемии гриппа и вирусных заболеваний. Ученые пришли к выводу, что в это время в среднем на 30% возрастает риск смерти в результате сердечного приступа.

Сопутствующие заболевания

Зимой очень важно контролировать сопутствующие заболевания. Специалисты утверждают, что именно они увеличивают риск обострения сердечно-сосудистых заболеваний. В зимний период нужно обязательно следить за уровнем и колебаниями артериального давления, за работой сердца. Дело в том, что аритмия в сочетании с погодными факторами может стать своеобразной бомбой замедленного действия.

Отрицательным фактором, который оказывает негативное влияние на здоровье, является высокая заболеваемость гриппом и ОРВИ в зимний период, а также обострение депрессий из-за короткого светового дня. В холодное время года вырабатывается меньше витамина D, его недостаток тоже сказывается на ухудшении здоровья.

Как поддержать сердце зимой

Если человек страдает от сердечно-сосудистых заболеваний, то в зимний период ему нужно выполнять все рекомендации лечащего врача, регулярно принимать назначенные лекарства, соблюдать правильный

режим дня, наладить полноценное питание. Каждый должен помочь своему организму, отказавшись от курения и употребления спиртных напитков. Очень важно в зимний период нормализовать физическую активность, но без чрезмерных нагрузок.

Зимой нужно вспомнить о полезных свойствах лекарственных растений. К примеру, прекрасными качествами обладают плоды боярышника. Они полезны при атеросклерозе, гипертонии, аритмии. Благодаря боярышнику, расширяются сосуды, поэтому сердечная мышца лучше усваивает кислород. Жидкий экстракт плодов входит в состав препарата под названием «кардио-валекс», который продается в аптеках. Он обладает прекрасным стимулирующим влиянием на утомленное сердце, способен снизить уровень холестерина в крови.

Зимой хорошо укрепляет иммунитет шиповник, поэтому его и называют аккумулятором здоровья. Известно, что в плодах шиповника витамина С содержится больше, чем в смородине и лимоне. Этот природный поливитаминовый концентрат способен снизить давление и укрепить стенки сосудов. Препараты плодов шиповника применяют для профилактики и лечения ангины, атеросклероза, гипертонии, различных кровотечениях и других заболеваниях.

(По материалам сети Интернет)

Внесение изменений

и извещение (№ 11) о предоставлении в аренду земельных участков, опубликованное в газете «Голос времени» № 3 от 15.01.2014 г.

Отдел имущественных и земельных отношений администрации Кировского муниципального района Ставропольского края вносит следующие изменения: в описании земельного участка, расположенного по адресу: Ставропольский край, Кировский район, г. Новопавловск, ул. Садовая, дом 105, гараж № 2, следует читать: кадастровый номер 26:35:060503:356, площадь 24 кв.м. и далее по тексту.

Начальник отдела имущественных и земельных отношений АКМР СК
Е.А. ЕРМАКОВА.

Продаётся

Земельный участок с фундаментом
в г. Новопавловске, ул. Цветочная, 59.
Телефон: 8-962-453-52-09.

◆ К вашему столу

Салат «Нежный»

Ингредиенты: 2 отварные куриные грудки, 4 варёных яйца, 2 средних банана (спелых, но твердых), 2 луковицы, сок 1 лимона, 100 г сыра, 1 банка майонеза, 1/2 стакана тёртых грецких орехов, растительное масло.

Приготовление: Куриное мясо нарезать соломкой, желтки и белки натереть на тёрке. Лук мелко нарезать и обжарить на растительном масле. Излишек масла слить.

Уложить слоями, промазывая майонезом, начиная с куриного мяса: 1 слой - обжаренный лук; 2 слой - куриное мясо; 3 слой - тёртые белки; 4 слой - кружочки бананов (предварительно хорошо политые лимонным соком); 5 слой - тёртый сыр; 6 слой - тёртые желтки; 7 слой - тёртые грецкие орехи.

Запеканка с курицей и овощами

Ингредиенты: 500 г куриного филе; 1 стакан варёного риса; 1 банка консервированной кукурузы; 400 г болгарского перца; 500 мл сметаны; 2 луковицы; 200 г твёрдого сыра; 200 г моркови; соль, молотый перец; масло подсолнечное.

Приготовление: мелко нарезаем куриное филе, очищенный от семян болгарский перец нарезаем на кубики. На крупной терке натираем морковь, мелко крошим репчатый лук.

Обжариваем куриное филе около четверти часа до готовности, слегка солим его и перчим. В ещё одной сковороде обжариваем морковь, добавляем к ней болгарский перец и жарим до мягкости. Далее добавляем лук, слегка его обжариваем и подсаживаем овощную смесь.

На дно формы для запекания выкладываем варёный рис, разравниваем его. На рис кладем овощи, разравниваем и смазываем их половиной сметаны. Следом кладем слой куриного филе, затем слой кукурузы. На кукурузу выкладываем оставшуюся сметану. Засыпаем слоем тёртого сыра и отправляем в разогретую до средней температуры духовку на полчаса. Остужаем и разрезаем на порции.

Картофель, тушенный с сухофруктами

Ингредиенты: 1 кг картофеля, 100 г изюма без косточек, 70 г чернослива без косточек, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. муки, 2 ст. л. сахара, корица и соль - по вкусу.

Приготовление: очищенный картофель порежьте небольшими кубиками, залейте водой, чтобы она покрывала картофель, доведите до кипения, чуть-чуть посолите, убавьте огонь до минимума и тушите под крышкой.

Муку прогрейте на сухой сковороде, помешивая, чтобы она не изменила цвет, но приобрела приятный хлебный запах. Добавьте в муку 3-4 ст. ложки горячей воды, хорошо замешайте, чтобы масса была однородной, доведите до кипения и снимите с огня. Когда картофель протушится до полуготовности, добавьте подготовленные сухофрукты и мучную болтушку, а через 5 минут - сахар, корицу, соль и масло. Осторожно перемешайте и оставьте на самом слабом огне еще 10 минут.

Пять продуктов для ума

Научный журнал *Psychology Today* опубликовал статью, посвященную продуктам питания, которые способствуют увеличению умственных способностей. Ученые пришли к выводу, что продукты, полезные для сердца, полезны также и для мозга и, как это ни парадоксально, большинство этих продуктов мы можем видеть на праздничном столе.

Исследователи считают, что умнее всего люди становятся от клюквы. В ней содержится больше всего антиоксидантов, которые вступают во взаимодействие со свободными радикалами кислорода. Эти радикалы делают гормон холестерин вредным для сердца и сосудов, а также отвечают за ухудшение памяти и работы опорно-двигательного аппарата с возрастом.

Исследования на крысах показали, что диета, основным компонентом которой является клюква, приводит к улучшению памяти, а также к более сбалансированной работе опорно-двигательного аппарата в пожилом возрасте.

Второе место после клюквы занимает черника. Эта ягода обладает всеми теми же свойствами, что и клюква, только антиоксидантов в ней немного меньше. Но зато в ней содержится вещество, улучшающее зрение.

Третье место поделили между собой крупнолистная свекла и капуста. Вещества, содержащиеся в большом количестве приводит к развитию болезни Альцгеймера и снижению когнитивной функции.

Вслед за овощами идет жирная рыба. Такие сорта рыбы, как лосось, сардины и сельдь содержат жирные кислоты, которые также расщепляют вредные ферменты. Исследования показали, что, если хотя бы раз в неделю употреблять в пищу один из сортов жирной рыбы, то можно в значительной степени снизить вероятность заболевания болезнью Альцгеймера.

Почетное пятое место в рейтинге «умной» еды занимает пшеница. Ученые установили, что пшеница замедляет появление проблем в нервной системе, вызванных старением, а также препятствует возникновению нарушений познавательных способностей.

В мире интересного

- ◆ Когда мы краснеем, наш желудок тоже краснеет.
- ◆ В 1386 г. во Франции свинья была публично повешена за убийство ребенка.
- ◆ Молния в 5 раз горячее, чем поверхность солнца.
- ◆ Вы теряете 100000 клеток мозга ежедневно.
- ◆ У креветок сердце находится в голове.
- ◆ В лимоне содержится больше сахара, чем в клубнике.
- ◆ Если бы колу не подкрашивали, она была бы зеленой.
- ◆ Человеческий мозг способен хранить от 1 до 7 млн. мегабайт информации.
- ◆ Самое популярное в мире женское имя - Анна. Его носят почти 100 миллионов женщин.
- ◆ Миллионы деревьев случайно сажают белки. Они закапывают в землю орехи, а потом забывают где их спрятали.
- ◆ Колибри не могут ходить.
- ◆ Только в русском и армянском языках знак @ называется собакой, в других языках @ чаще всего называют обезьянкой или улиткой.
- ◆ Герб России бесконечен, так как в лапах орла скипетр с изображением герба, на котором орел держит скипетр с изображением герба.
- ◆ Самки голубей не могут откладывать яйца в одиночестве. Для этого им обязательно надо видеть голубя.
- ◆ Оптимистический или пессимистический взгляд на мир каждого конкретного человека программируется генетически.
- ◆ Традиция носить обручальные кольца на безымянном пальце пришла к нам от древних египтян, у которых её переняли греки и римляне.
- ◆ Более 1000 лет потребуются, чтобы посмотреть все страницы людей, которые зарегистрированы ВКонтакте.
- ◆ Если поставить горящую спичку в микроволновую печь, то можно наблюдать эффект образования шаровой молнии.
- ◆ Зрачок глаза расширяется на 45 процентов, когда человек смотрит на что-нибудь приятное.

Обнародование распоряжения
администрации Кировского муниципального района от 31 января 2014 г. № 16-р «Об утверждении Кодекса этики и служебного поведения муниципальных служащих администрации Кировского муниципального района Ставропольского края в новой редакции» проводится путем размещения текста документов на Интернет-портале администрации Кировского муниципального района Ставропольского края <http://www.akmrsk.ru>.
Н.Г. ЛАПТЕВА, управляющий делами администрации Кировского муниципального района.

В такси «ПРЕСТИЖ» требуются ВОДИТЕЛИ.
Телефоны: 5-20-22; 8-962-01-22-138. (2-2, № 45)

Продается КУРИЦА-МОЛОДКА
породы «Ломан-Браун» мясо-яичного направления (незаменимая несушка на яйцо, 320 яиц в год, отборная курица без пестука, окрас красный).
Бесплатная доставка на дом. Обращаться в любое время по телефонам:
8-928-633-35-73; 8-963-324-56-63; 8-(879-51)-36-4-19.
ИП Русланко Г.П., сч.№010202528700031 (2-7, № 32)

КУРЫ-НЕСУШКИ.
Бесплатная доставка по району.
Телефон: 8-909-404-86-22.
ИП Антонов А.Е., сч.№010202528700031 (4-22, № 849)

Погода
В среду -16...+1°C, ясно. В четверг -14...-2°C, ясно. В пятницу -12...-2°C, преимущественно ясно.

Учредитель и издатель: ГУП СК «Издательский дом «Периодика Ставрополья».
Подписано в печать по графику - в 14.00; фактически - в 14.00.
Печать офсетная. Объем 1 печатный лист. Индекс: 54022

Регистрационное свидетельство Управления Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по СК ПИ №ТУ 26-00306 от 23 декабря 2010 года
Газета выходит по средам и субботам.

Адрес редакции: г. Новопавловск, ул. Октябрьская, 4
Телефоны: главный редактор - 2-04-20; отдел рекламы - 2-03-94; корректор - 2-27-94; бухгалтер - 5-25-91. E-mail: drobnyetepet@yandex.ru
Гл. редактор Г.П. АВАНЕСОВА

Ответственность за достоверность сведений в публикации и рекламе несут авторы. Их точка зрения не всегда совпадает с позицией редакции.