



Голос Времени

5 ЯНВАРЯ
СУББОТА 2002

ИЗДАЕТСЯ С 16 МАРТА 1971 ГОДА

№2 (6243) ИНДЕКС 54022

Общественно - политическая газета Кировского района Ставропольского края

С Рождеством Христовым!

Сердечно приветствуем боголюбивых соотечественников, жителей нашего благополучного района и прекрасного города Новопавловска, а также верующих Святой Православной Церкви, всех вас, дорогие мои, и с любовью поздравляю с великим праздником Рождества Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа!

Своим пришествием в мир Христос Спаситель не просто приблизился к человеку, но Сам воспринял образ человеческий. Боговоплощение - это великая тайна, это откровение Божие нам, людям. Господь ожидает от нас, что и мы устремимся к Нему всем своим существом. Но быть со Христом и во Христе - это, значит, любить Его и исполнять Его заповеди. Со Христом Спасителем мы преодолеем любые трудности.

Созидаю мир в своей душе, мы тем самым способствуем устроению мира и любви в семье, в наших отношениях с родными и близкими. А построенное на таком основании общество будет человечным и справедливым. Мы обязательно должны служить общему делу примирения и сотрудничества всех людей. Вражде и разделением надо противопоставить наше общее сотрудниче-



ство с государственной властью, различными гражданскими объединениями и всеми добрыми людьми.

Пусть наступивший год станет временем благоприятным для каждого из нас и для всех людей Отечества нашего, пусть и мы, и будущие поколения живут в мире и благоденствии.

Мир и благословение Божие да пребывают со всеми нами!

Протоиерей Игорь БОБЫЛЕВ, настоятель храма Владимирской иконы Божией Матери, г. Новопавловск.

Благотворительная акция

"С Новым годом, солдат!"

Под таким названием в последней декаде декабря 2001 года телекомпанией АТВ совместно с комитетом Ставропольского края по делам молодежи проводилась благотворительная акция по сбору гуманитарной помощи для солдат 247-го десантно-штурмового полка, которые служат в Чечне.

На это обращение откликнулись молодежные организации города. Профессиональное училище № 48 и первая новопавловская средняя школа совместно с Союзом молодежи района стали инициаторами оказания помощи воинам. Дело это для них не новое. Молодые кировчане постоянно поддерживают связи с воинскими частями. К 23 февраля, ко Дню Победы и ко Дню молодежи шли посылки и письма в воинские части поселка Комсомолец и города Буденновска, на погранзаставу Верхний Баксан, в военные госпитали Пятигорска и Георгиевска от жителей нашего района. И вот сно-

ва пошли соленья и варенья, пачки чистых конвертов с пожеланиями: "...Налиши письмо маме!", книги и авторучки, тетради и календари, конфеты...

А от начальника пятигорского госпиталя М.Б. Полежаева пришло в наш район письмо:

- Командование военного госпиталя МВД России и военнослужащие, проходящие здесь лечение, сердечно благодарят вас за оказанное внимание и поддержку. Ваша помощь придает нам силы. А мы служим Родине.

Это письмо читали в классах, а дети рассказывали о нем своим родителям. Ведь это они передавали подарки солдатам. Патриотов растит семья, и только потом уже - общество и государство. И это не громкие слова, когда мы говорим: "Армия и народ едины". Так оно и есть. Ведь в армии служат наши отцы и дети.

Валентина ЧЕРНЫШЕВА.

Слава в вышних Богу!

Рождество Христово - великий праздник, святой день, почитаемый более всех других дней года - после дня Светлой Пасхи. Сын Божий "нашего ради спасения" приходит на Землю, чтобы принести Себя в жертву за всех людей, - искупить их грехи и указать путь к спасению.

Мерцает звездами ночное небо над Вифлеемом. А мы вместе с пастухами слышим ангельское пение, видим ангела-благовестника и радуемся рождению чудесного Отрока. Но радость наша не буйна, как ликование язычников. Она тихая, христианская. Мы знаем, что страдание и смерть ждут этого Младенца. Он, безвинный, будет неправедно осужден, и те, ради кого Он явился в мир, будут кричать Пилату: "Распни Его!" Поэтому радость о пришествии Бога окрашивается грустью. Но знаем мы и то, что Он пришел для Воскресения, для того, чтобы избавить нас от смерти и победить зло. И опять на душе покой.

"Недоумевает ум", не вмещает сознание великой тайны Боговоплощения. Как представить себе, что этот лежащий в яслях ребенок - Божий Сын и Сам Бог, всемогущий царь Небесный! Для Его родителей не нашлось места в гостинице, и Рождество совершается в вертепе - в пещере, где на ночь укрывали скот. В храме служится Божественная литургия. Все



мы - и взрослые, и дети - вместе участвуем в ней. А посреди храма, там, где обычно выставляется праздничная икона, стоит устроенная из еловых веточек, усыпанная звездочками пещерка. Как много дает праздник всем, кто в нем участвует! Но наибольшую радость получают те, кто, живя его ожиданием, очищается в горниле поста и таинства исповеди, их душа особенно чутко отзывается на богослужение.

Канун Рождества - Сочельник. День этот соединяется в нашем сознании с первым днем самого праздника. В этот день в пищу нам предлагается особое предрождественское

кушанье - "сочиво". Именно оно дало название кануну Рождества - Сочельнику. "Сочиво" называли на Руси сваренные с медом зерна пшеницы. И это не просто обычай. Как все, что освящено церковной традицией, трапеза сочельника имеет свое глубокое символическое значение. Мы поминаем кутьей Христа-Богочеловека, подобно волхвам, прозревая в Его Рождестве земной подвиг, смерть и Воскресение. Ведь зерно - это евангельский образ смерти и воскресения: "если зерно пшеничное, упав на землю, не умрет, то одно и останется, а если же умрет, много плодов сотворит". В смерти Бога - залог Его Воскресения и воскресения нашего.

Ночь Рождества - несказанная, чудесная, - воспета высочайшей духовной поэзией рождественских канонов. В них вновь и вновь вспоминаются все подробности Рождества, и славят его единими "устаами и единым сердцем" священники Божий и православный народ. И каждый год новые христиане - родившиеся на свет младенцы и родившиеся для духовной жизни взрослые - славят вместе с ангелами подателя жизни Христа и Его Пречистую Матерь: "Слава в вышних Богу, на земли мир, в человецех благоволение!"

Протоиерей Игорь БОБЫЛЕВ.

Вышли к елке

Около двух часов только что наступившего, еще совсем нового, года на центральной площади у главной елки города собрались новопавловцы, большие и маленькие.

Выслушано обращение президента, выпит традиционный бокал шампанского и после уютного домашнего стола хочется общения и веселья. Поздравляли друг друга, участвовали в подготовленной работниками ДК программе. За конкурсами и розыгрышами, песнями и танцами время пролетело незаметно. Похоже, никто из собравшихся - а их, поверьте, было немало - не пожалел о том, что пришел сюда. А это значит, что такие праздники у главной елки станут традиционными.

Татьяна НИКИТЕНКО, заведующая культурно-массовым отделом СКО.

Больше продукции, шире ассортимент

В новый год наше предприятие вступило уверенно: по сравнению с 2000 годом производство продукции выросло в 2,5 раза! Это большой успех всего коллектива. А значит, выше зарплата, больше рабочих мест. Работают у нас сейчас 346 человек, в среднем каждый получает по 2300 рублей. Есть столовая, где цена за обеды чисто символическая, а обед из трех блюд. У нас свое подсобное хозяйство. держим поросят разных возрастов для обеспечения хорошего круглогодичного питания людей, в теплице зелень растет. Хлеб сами печем для столовой, покупают его и рабочие (в счет зарплаты) по цене ниже рыночной.

Продукция предприятия пользуется спросом. Ее охотно берут в Кабардино-Балкарию,

Чечню, Ингушетию, в Ставрополь. Мы постоянно изучаем спрос на потребительском рынке и быстро на него реагируем. У нас в ассортименте более 100 видов продукции, поэтому не составляет труда пересертифицироваться на выпуск того товара, который нужен именно в данное время. Нашу продукцию берут энергетики, военные и гражданские строители.

За последние месяцы мы освоили выпуск больших и малых дорожных столбов, столбов ограждения, дорожных плит.

Василий ДМИТРИЕНКО, директор ОАО КПП "Кировский".

Вниманию жителей и гостей города!

В храме Владимирской иконы Божией Матери г. Новопавловска праздничное Рождественское богослужение состоится: 6 января в 15.00 часов, 7 января в 7.00 утра.

7 января в 6.30 по городскому маршруту пройдет автобус.

На конференции РОСТО

В актовом зале районной библиотеки собрались более полусотни делегатов от первичных организаций РОСТО Кировского района на свою вторую отчетно-выборную конференцию.

Перед собравшимися с отчетным докладом выступил председатель райсовета РОСТО А.П. Тутов. Он говорил о едином уставе РОСТО и о работе по военно-патриотическому воспитанию молодежи, о подготовке юношей к службе в армии и об овладении ими военно-техническими видами спорта.

Начальник второго отделения райвоенкомата А.А. Хрунтьев отметил положительную роль РОСТО в работе с молодежью и хорошую морально-психологическую подготовку призывников как правило, наши ребята в армии служат отлично. Однако у многих призывников проблемы со здоровьем.

Преподаватель ОБЖ из Старопапавловской Н.Т. Копейко рассказал о военной подготовке станичных парней в казачьих традициях, о работе военно-патриотического клуба, в кото-

Чтобы тело и душа были молоды

ром занимаются 90 ребят. Они одержали 70 побед в различных видах соревнований по военно-прикладным видам спорта и туризму как в районе, так и в крае. Говорил он о необходимости создать на базе РОСТО единую методическую и техническую базу. Для работы в первичках нужны винтовки и патроны, наглядные пособия для оборудования кабинетов ОБЖ, методическая литература, а также необходима в районе единая программа по военно-патриотическому воспитанию молодежи, поскольку все: и РОСТО, и школы, и спорткомитет, и Союз молодежи - заинтересованы в этом, ибо делают одно общее дело.

Председатель районного спорткомитета Ю.А. Дудкин поделился опытом совместной работы с РОСТО по воспитанию у молодого поколения стремления к здоровому образу жизни и предложил разработать планы совместных мероприятий с казачьими общинами и Пав-

ловским отделом ТКВ по типу игр "Зарница", на которых призывники постигали бы начальную подготовку к службе в армии.

Специалист районного отдела образования Т.М. Мурашкина отметила, что были тиры для стрельбы в Новопапавловске, Орловке, Горнозаводском, а теперь они появились в Марьинской и Зольской, есть макеты автоматов Калашникова. Семь школ имеют лицензии на подготовку водителей категорий "В", "С", и 187 школьников получили права.

Председатель Совета ветеранов района А.Н. Краснов предложил восстановить работу городского тира и развивать у молодежи интерес к овладению техническими видами спорта.

Его поддержал преподаватель ОБЖ первой новопапавловской школы А.П. Голубь. Он обратился к председателю РОСТО А.П. Тутову с предложением: поддержать развитие военно-прикладных видов спорта в районе, для чего организо-

вать совместно с военкоматом обучение молодежи парашютному спорту и стрельбе.

Заведующая отделом по социальным вопросам Кировской райгосадминистрации Л.П. Стехова отметила хорошую работу председателя райсовета РОСТО А.П. Тутова и предложила избрать его на новый срок.

А еще она обратилась ко всем собравшимся с предложением: принять самое активное участие в организации сборов материалов о солдатах, вернувшихся с войны, для "Книги Памяти". Она выйдет в свет к 60-летию Великой Победы и будет называться "Солдаты Победы".

Делегаты конференции единодушно избрали председателем райсовета РОСТО А.П. Тутова, ревизионную комиссию, а также двух делегатов на районную конференцию: Т.В. Фальченко и А.П. Тутова.

Инна БЕЛИНСКАЯ, инструктор по организационно-массовой работе Кировского райсовета РОСТО.

Пить или не пить?

Время быстротечно. Заключился первый год нового тысячелетия. Везде в трудовых коллективах подводятся итоги, делаем это и мы. С начала года в нашем медвытрезителе побывали (на 21 декабря) 2170 человек, что на 534 больше, чем в 2000-м году. Статистика, конечно, удручающая. Народ продолжает пить, и причины у всех разные: одни пьют с горя, другие с радости, а третьи (их большинство) просто так по привычке.

Кто же попадает в медвытрезитель? Основная их масса - это неработающие люди. Тревогу вызывает то, что не откладываются от "зеленого змия" женщины и тянется к рюмке молодежь. Побывали у нас на отрезвлении 93 женщины и 285 подростков в возрасте от 18 до 24 лет. Молодые люди, посетители ночных баров, кафе, попадая к нам, оправдываются тем, что пили пиво "Балтика №9". Но скажу вам, что это далеко не безобидный напиток, а если он смешан с чем-то покрепче, то голова задурманивается еще больше. И тогда начинаются разборки.

Назову постоянных посетителей нашего заведения, так сказать, "непримиримых борцов за свободу пьянства". Все рекорды побил Александр Иванович Здорин, который в течение года доставлялся в медвытрезитель 11 раз, не намного отстали от него Валентин Васильевич Кариков, Александр Петрович Троц, Андрей Викторович Чмулев - они побывали у нас по 9 раз, 8 посещений медвытрезителя на счету Юрия Петровича Чумакова, 7 - у Ивана Николаевича Троицкого. А сколько доставлялось по 4, 5, 6 раз! Среди женщин рекордсменкой стала Светлана Юрьевна Орлова, доставлявшаяся в медвытрезитель 5 раз.

Как видите, большинство употребляющих спиртное ищут у нас свою прописку, претендуют уже не на гостей медвытрезителя, а на его постоянных жильцов. Алкоголизм - огромное зло, с ним надо бороться всем нам. Особенно тревожит то, что под его влияние попадают дети. По неполным данным в Российской Федерации насчитывается 56 тысяч детей-алкоголиков. Это страшно.

Андрей КОСАРЕЦКИЙ, начальник медвытрезителя, капитан милиции.

Безопасное материнство

Дорогие вы наши...

- Сегодня многие едят одну муку. Сужу об этом хотя бы по тому, что несут больным: сплошь макароны. Сейчас в больнице лучше кормят. Вот вам и преждевременные роды, и дети слабенькие да недоношенные: не хватает витаминов, получаемых через кровь от матери. Откуда взяться здоровому потомству? - С этого начался наш разговор в кабинете заведующей гинекологическим отделением ЦРБ, заслуженного врача Российской Федерации Ж.К. Сухиной. А пришла я туда не из праздного любопытства, а дабы узнать, как выполняется районная целевая программа "Безопасное материнство", принятая весной этого года. И разговор наш сразу же - надо заметить, уже привычно, какой бы темы ни касался - куда же денешься от быта? - свернул на социалку.

- Рабочих мест катастрофически не хватает, доходы у семей низкие. Молодежь из города уезжает, население стареет, рождают мало. Русские отваживаются максимум на одного ребенка - рождают больше те, у кого традиционно принято иметь много детей, - продолжает Жермена Константиновна.

- Малоотрадная картина вырисовывается. Уж не превратится ли в знойное время Новопапавловск со окрестностями в эдакий огромный стардом?

- Это, конечно, перебор, но тенденции действительно не очень обнадеживающие, - вступает в беседу заведующая родильным отделением Н.Г. Радченко. - Сегодня в среднем приходится 60 родов на месяц, 700-740 детей в год. Раньше эта цифра переваливала за тысячу, а населения в районе было раза в два меньше нынешнего. Причина одна: неустойчивое материальное положение, неуверенность в завтрашнем дне. Загляните в историю: в графе социального положения - сплошь - «он не работает», «она - домохозяйка».

- До 70% беременных имеют какую-нибудь патологию, - сказано в обосновании к программе "Безопасное материнство".

- И даже больше! - восклицает Жермена Константиновна. - У нас нет практически ни одной здоровой женщины, хоть что-нибудь, да выявим.

- В связи с ухудшением состояния здоровья женщин возросла заболеваемость новорожденных детей, - про-



должаю цитировать я. - Естественно. Много дыхательных расстройств, различных внутриутробных инфекций. В этом году два малыша умерли от врожденного порока сердца. Раньше в магазинах беременные по справкам могли брать продукты по низким ценам, - вновь возвращается к питанию Жермена Константиновна. - И сегодня бы это не помешало, хотя бы белковые продукты. Но кто у нас думает о будущем России!

- С девочками положение еще более-менее благополучное, их с семи лет смотрит детский гинеколог, - не удерживается от разговора еще один вошедший в кабинет врач К.А. Сухин. - А до мальчиков руки доходят только в военкомате, при постановке на воинский учет. А до 15-16 лет 60-70% уже хронически больны!

- Кстати, с этого года у нас в районе для мальчиков будут читать лекции дерматовенеролога и гинеколога - в лице Константина Анатольевича.

- А для девочек лекции читают?

- Пытались и предметы специальные вводить, типа "Этики и психологии семейной жизни",

да не прижились они что-то. И лекции читаем. Мало этого. Прежде всего говорить на эти темы должны родители. А у нас 46% девочек страдают воспалительными процессами из-за несоблюдения элементарных правил гигиены! А, простите, ниже белье сейчас какое? Сплошная синтетика и светится насквозь. А его зимой носят под тонкие колготочки.

- "Аргументы и факты" пишут, что в России ежегодно делается два с половиной миллиона абортов. Какая у нас ситуация?

- Вот уже года четыре, как число абортов удалось снизить. На 17 тысяч фертильного - то есть детородного - населения у нас приходится 26 абортов - таков официальный показатель. В среднем это где-то 260 абортов в год. Плюс около 30 криминальных, о них мы узнаем, потому что потом с кровотечением попадают к нам. В селе криминальных абортов больше, автобусное сообщение плохое, уровень сознания ниже.

- Я могу понять, когда здоровье не позволяет рожать или по материальным соображениям не хотят иметь много детей. Но когда женщина с первой беременностью идет на аборт, зная, что есть риск остаться бездетной?

- О, и тут причин масса. Самая распространенная: "Петька-паразит жениться не хочет, а зачем хвост оставлять, нищету плодить?"

- В этом году у нас в ЦРБ используется новый метод исследования, с помощью которого мы здесь, на месте, можем определить внутриутробные аномалии развития плода на любых стадиях беременности, в том числе прогнозируем болезнь Дауна, - добавляет Нина Григорьевна. - Было несколько случаев, когда прогнозировали уродство. Все женщины прервали беременность. Операция бесплатная, как и само обследование. Ежедневно отправляем в краевой диагностический центр кровь на гипотериоз и фенилкетонурию. Если диагноз подтверждается, рекомендуем специальное кормление. С января этого года впервые стали делать детям прививку от гепа-

тита: вакцинация идет в три тура, и первый - у нас в отделении. Все новорожденные этого года эту прививку получили. Очень хорошее начинание.

- Вот мы и добрались до обеспеченности медицинским оборудованием. В программе сказано: оснастить родильное отделение кюветом для выхаживания маловесных детей, пеленальными столами "Аист" с подогревом...

- Кювет в прошлом году нам подарила администрация района, но один вышел из строя, и теперь у нас их по-прежнему два. Было одновременно 4 маловесных малыша - хорошо, что маленькие, положили их по двое. А если бы еще один в этот момент, его куда? "Аист" этот около 50 тысяч стоит. Вообще оборудование очень дорогое. Вот получили дозатор для дозированного введения препаратов, он 10 тысяч стоит, еще один ЦРБ недавно купила, так что теперь два дозатора. Есть у нас лампа для подогрева, дрожим над ней. Очень хотим иметь лампу фитотерапии (тоже около 50 тысяч стоит) - прекрасное подспорье для лечения патологии в случаях несовместимости при разных резус-факторах или группах крови. Эта патология очень опасна, вплоть до угрозы жизни ребенка. А встречается все чаще...

Полтора месяца назад заменили матрасы во всем отделении, препараты для экстренной помощи все есть. Надо отдать должное: администрация больницы всегда идет навстречу родильному отделению, понимая его важность, - заключает Нина Григорьевна.

Но, к сожалению, это не дает возможности решить все проблемы, а уж тем более - улучшить материальное благосостояние наших граждан и поднять рождаемость. Парадокс: в стране, где настолько угрожающая демографическая ситуация и столько больных детей, родить (не говоря уже о вырастить) ребенка стоит очень дорого. И какие бы программы не принимались на уровне районов, решать проблему нужно прежде всего на федеральном уровне.

Ольга МАЛАХОВА.

Языком цифр

● На сегодняшний день население района составляет 66 тысяч человек. Из них работающих - 11219. В промышленности занято 915, в сельском хозяйстве - 4653, в связи - 2331, в торговле - 324, в здравоохранении, соцобеспечении, спорте - 991, культуре и искусстве - 245, в коммунальной службе - 438, в строительстве - 129, на транспорте - 20 человек.

● Жители Кировского района на досуге могут посетить 36 учреждений культуры. У нас имеется 14 Домов культуры, 15 библиотек, 5 музыкальных школ и детская художественная, работают 12 киноустановок.

● Для детей у нас имеются 29 дошкольных учреждений и 16 общеобразовательных школ, а также три учреждения дополнительного образования, специализированный интернат.

ПРОГРАММА ТЕЛЕПЕРЕДАЧ с 7 по 13 января

Table with 7 columns: Day of the week (Понедельник, Вторник, Среда, Четверг, Пятница, Суббота, Воскресенье) and 6 rows of program listings. Each cell contains channel name (e.g., ОРТ, РТР, НТВ) and a list of programs with their start times.

Бедам вопреки

Потомственная народная целительница
Инна Михайловна Полецкая

Статья заряжена от слеза, порчи, зависти, на удачу в делах.

У Инны Михайловны Полецкой особый дар: молитвой и заговором самую сильную порчу снимает, любое проклятие, даже мусульманское, исцеляет алкоголизм. Поэтому едут к ней люди со всего региона, бывает, и из дальних мест приезжают, ведь земля, говорят, слухами полнится.

"Кому нужна болящая старуха? У детей своих проблем хватает, на родню и вовсе рассчитывать нечего. Поэтому сама, как могу, живу, лечусь, жизнь и лечение стали неотделимы. Только не помогало ничего. Все внутренности, как огнем спалило, от головокружения приходилось за стенки держаться, чтобы не упасть, ноги от пола не отрывались, будто свинцом налились, шум в голове даже ночью не стихал. Врачи на мои жалобы отвечали одно и то же: "Это возрастное, сосудистое, пейте лекарства!" Пила, но толку не было. Решила к Инне Михайловне Полецкой съездить, в газете о ней читала. Инна Михайловна сказала, сильная, запущенная порча, нужно срочно снимать. Я на сеансы ездила, воду заряженную с солью пила, на ноги компрессы делала. В это время по утрам с кашлем и зловонной мокротой выходили жесткие черные волосы, внезапно началась рвота, болела голова, знобило, выкручивало суставы. Так плохо еще не было, хотела бросить все процедуры. Инна Михайловна успокоила, сказала, что это порча выходит, не бояться, а радоваться нужно. Но меня ожидало новое потрясение: вечером, после сеанса, начались сильные боли в животе, из кишечника вышло полведра зеленой дряни, пронизанной белыми червями. И это я носила в себе? От ужаса опоминуться не могла. Как-то добралась до постели, сразу заснула

Прснулась с ощущением легкости в теле, шум в голове исчез, ноги передвигались свободно, даже сплестись могла бы. Боялась поверить в свое новое состояние, подумала, может снится все это! Но нет! Подарок судьбы - возвращенное здоровье - со мной! К Инне Михайловне поехала, при людях ее благодарил, пусть все знают, какое великое чудо - исцеление от порчи, и совершает его Инна Михайловна! Низкий ей поклон и спасибо! Мария Федоровна, пос. Иноземцево.

Инна Михайловна всем своим пациентам заряжает воду и соль - это уникальные исцеляющие и укрепляющие средства, их рекомендуется добавлять в пищу, использовать при уборке помещения, ведь с помощью заряженных чудодейственными молитвами воды и соли можно лечить любые болезни, уничтожать энергетическую грязь.

"Нынче только умирающие не пьют. А я пока что при здоровье, да и не пью, а выпиваю, если по вод есть и не один, с друзьями, их у меня много, праздники мы сообща отмечаем, даже тещины именины празднуем. Что в этом плохого? Правда, теща моя неблагодарная, меня не ценит, а друзей моих терпеть не может. Чуть что "Опять с алкашками напилась?" Но я ее прощаю, теща все-таки. "Принял, - говорю, - мамаша от вас противодие". Она не злится, переживает за меня. "Ох, Шурица, больно часто принимаешь! Гляди, сопьешься!" Да я и сам чувствую, затрясывает водочка, пробовал убавить праздники, да куда там. Другья тут как тут, повод всегда найдется. Сказал теще, что рад бы не пить, не получается. А она мне: "Бросишь пить, деньги на мотоцикл дам". Задумался я: заманчивое те-



щино предложение. Неделю не пил, не утерпел, на рыбалке наверстал упущенное. Обидно стало, выводит я себе на хозин, раб бутылки. Несколько раз пытался "завязать", понял, сам не справлюсь. Улыбался про Инну Михайловну Полецкую: от льянки отращивает, порчу снимает. К ней поехал. Она помочь согласилась, но предупредила, что будет нелегко. И правда, намучился я, пока отвык. Первое время во сне видел, как стою на выпиво. Но Инна Михайловна отвела меня от выпивки, как обещала. Очень ей благодарен! Теща тоже обещание выполнила: на новом мотоцикле ездю. Красота! Александр П., Кировский район.

Инна Михайловна любую беду преодолеть поможет!

Инна Михайловна заряжает все мои лекарства: от давления, сердечные, мазь, которой суставы на ночь растираю. Убедилась, что заряженные таблетки и мази лучше действуют, сплю без сновидений, просыпаюсь без боли! Мария Павловна, г. Пятигорск. Улучшите свою жизнь!

Потомственная народная целительница Инна Михайловна Полецкая принимает по адресу: г. Ессентуки, ул. Свердлова, 1, напротив ж.д. вокзала, с 15 часов ежедневно, кроме субботы и воскресенья. Прием возобновляется с 8 января с 13 часов. Извините, отвечать на письма возможности нет, справки по телефону 7-80-62 в г. Ессентуки. Свидетельство 5158 от 24.08.2001 г. Следите за нашими публикациями!

Ваше здоровье

После праздника...

Утро. Пить! Пить! Пить! Пить! Поднимите мне веки... Отключите боль в голове...

ХОРОШО, если после внутреннего орошения организма можно снова лечь в постель и, посмотрев на вяло летящие, на разбавленных остатках вчерашнего топлива «вертолетки», снова забыться во сне. А если все же нужно к станку (штыку, рулю, перу)? Дед Мороз - красный нос на детском утреннике - это еще ничего, но опухшая Снегурочка...

Как быстро привести себя в относительный порядок?

Итак, если наутро болит голова, а она, как правило, болит...

Хороший рецепт - кстати, открытый и многократно опробованный алкоголиками: пол-литра чая средней крепости, 4-5 столовых ложек меда и сок одного лимона. Помогает.

Внимание! Популярный в народе опохмел формирует патологическую зависимость от алкоголя. И не важно, состоявшийся вы уже алкоголик или потенциальный, напоминает Владимир Нужный. Лучше «полечиться» не менее популярным рассолом - капустным или огуречным. Это поможет восстановить так называемый электролитный баланс организма.

Еще один рецепт от похмелья - приятная во всех отношениях «Кровавая Мари»: в томатный сок добавить соли, перца, а можно еще и яичный желток. (То, о чем вы подумали, в состав коктейля категорически не входит!!!) Годятся и фруктовые соки, особенно - яблочный.

Из лекарств похмельный синдром облегчают: аспирин (лучше растворимые формы, потому что слизистая желудка и так раздражена), активированный уголь, полифепам (особенно для тех, кто испытывает непри-

ятные ощущения со стороны кишечника).

«Домашнее» средство от головной боли: доковыляйте до холодильника, возьмите немного льда, положите в целлофановый пакет. На 5 минут снова примите горизонтальное положение, приложите к голове полотенце, а сверху - пакет со льдом. Уже через несколько минут вы почувствуете облегчение.

Если нет ни никаких сил, а их, естественно, нет...

Горячая ванна - 35-37°C (лучше с какими-нибудь травяными экстрактами вроде лаванды-розмарина). Погрузитесь минут на 15-20. Приятная процедура, к тому же в несколько раз увеличивает выделение почками солей, в соответствии с которыми организм быстрее очищается от шлаков и «ядов». Если у вас проблемы с сердцем или просто не хочется лежать в ванне, рекомендуем перемешать душ. Начать с теплого, затем - горячий и в заключение - прохладный. По 3-2-5 секунд соответственно.

Перелившие японцы (у 70% которых, кстати, резко снижена активность фермента крови, отвечающего за «переработку» алкоголя, поэтому они его, как правило, если и переносят, то с большими мучениями) после водных процедур делают дыхательную гимнастику. В течение 6 секунд - медленный глубокий вдох, затем на 6 секунд задержать дыхание, и в следующие 6 секунд - медленный выдох.

Если вы выглядите не лучшим образом, впрочем, как же вы еще можете выглядеть...

Для «оживления» цвета лица нарежьте кружочками холодное яблоко, приложите к щекам, немного помассируйте кожу легкими круговыми движениями.

Намочите махровое полотенце в горячей воде с добавлением 1-2 капель ментолового масла, выжмите и на несколько минут накройте им лицо.

Снять отеки с век можно следующим образом: 2 пакетика с чаем (лучше из ромашки) заварите кипятком, **ОСТУДИТЕ**, а затем теплые положите на закрытые веки.

Педагогический коллектив вечерней (сменной) общеобразовательной школы глубоко скорбит по поводу трагической гибели учителя

АСКЕРОВА
Аллахверди
Ферзиевича
и выражает искренние соболезнования родным и близким покойного

Городской совет ветеранов с прискорбием извещает о смерти ветерана Великой Отечественной войны
ЛАВРЕНОВА Петра
Ильича
и выражает искренние соболезнования семье и близким покойного

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

Печать офсетная, 1 условный печатный лист.

Кулинария

КАРТОФЕЛЬ И МОРКОВЬ С БРЫНЗОЙ

На 4 порции: 500 г моркови, 800 г картофеля, 3 клубня фенхеля, 1 стручок желтого сладкого перца, 1/2 пучка зеленого лука, 1 зубчик чеснока, 250 мл молока, 250 мл сливок, 5 яиц, соль, молотый черный перец, тертый мускатный орех, 250 г брынзы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Предварительно нагреть духовку до температуры 200°C. Морковь вымыть, обсушить и очистить от кожуры. Картофель также очистить от кожуры и вымыть, то и другое нашинковать тонкими кружками. Фенхель очистить и вымыть. Сладкий перец и зеленый лук вымыть, обсушить, почистить и нарезать кусочками.
2. Чеснок очистить и пропустить через пресс. Взбить молоко с пропущенным через пресс чесноком, сливками, яйцами, посолить, поперчить и приправить мускатным орехом. Брынзу нарезать кубиками.
3. Фенхель, картофель, морковь, сладкий перец и лук уложить слоями в высокую, смазанную жиром, форму для запекания, посыпать брынзой и залить молочной смесью. Поставить в духовку на 50 мин. Запекать до золотисто-коричневой корочки.

Подать на стол прямо в форме.

ЛЕГКИЕ ЛИМОННЫЕ ПИРОЖНЫЕ С НЕЖНОЙ САХАРНОЙ ГЛАЗУРЬЮ

На 24 порции: 200 г сливочного масла, 150 г сахара, 1 пакетик ванильного сахара, соль, 3 яйца, 2 лимона, 250 г муки, 2 чайных ложки разрыхлителя, 150 г сахарной пудры.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Нагреть духовку до 200°C. Сливочное масло взбить в крутую пену, последовательно добавляя в него сахарный песок, ванильный сахар, соль и яйца. Лимон вымыть, обсушить, натереть цедру и выжать сок. Сок и цедру добавить к сахарно-сливочной массе. Муку смешать с разрыхлителем, просеять сверху на сливочную массу, все тщательно перемешать.
2. Противень смазать сливочным маслом, сторону без бортика ограничить вдвое сложенной полосой фольги. Заполнить противень тестом, разровнять и выпекать в духовке около 20 мин.
3. Вынуть пирог из духовки. Из второго лимона выжать сок и перемешать с сахарной пудрой. Еще теплый пирог смазать глазурью. Полностью остудить, нарезать кусочками и подать на стол.

Знаете ли вы, что...

Если завести привычку пить на работе соки вместо чая и кофе, есть надежда не только улучшить цвет лица, но и избавиться от хронической усталости, головных болей и проблем с пищеварением.

Гладкая кожа, шелковистые волосы, крепкие ногти - результат регулярного употребления соков.

Яблоки и черная смородина - настоящие кладовые витамина С. А уж если смешать яблочный и смородиновый соки, получится настоящая «витаминовая бомба».

Регулярное употребление соков предупреждает развитие сердечно-сосудистых заболеваний, в несколько раз снижает риск возникновения рака.

Капустный сок заметно восстанавливает зубную эмаль, а также поправляет здоровье «после вчерашнего».

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД

По горизонтали: 4. Обедня. 8. Аккедук. 10. Бергамот. 11. Шинок. 13. Наблюдение. 14. Раб. 16. Череп. 19. Паж. 22. Туман. 23. Жен. 24. Рыба. 26. Сокровище. 27. Лыжник. 28. Платина. 29. Клеймо.

По вертикали: 1. Скрипач. 2. «Бетон». 3. Дуб. 5. Бигуди. 6. Демонтаж. 7. Ястреб. 9. Кегли. 12. Кидет. 15. Безбожие. 17. Пучок. 18. Баррель. 20. Женщина. 21. Кролик. 25. Цветы. 26. Сиам.

Благодарность

Выражаем искреннюю благодарность начальнику Кировского РОВД Арапиди С.Г., всему личному составу отдела, близким, родственникам, соседям и знакомым в организации поездки во Львовскую область на похороны сына и брата **Нестеренко Сергея Васильевича**.
Нестеренко О.П.,
Чуприна Т.В.

Утерянное удостоверение о повышении квалификации и сертификат за №1578 на имя **Стамо Эммы Владимировны** считать **НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМИ**.
(005444)

Коллектив работников Кировской ЦРБ выражает искренние соболезнования врачу Казакову Виктору Гавриловичу по поводу смерти **МАТЕРИ**

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 1189.

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

Адрес редакции: г. Новопаоловск, 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".

Гл. редактор Г.П. АВАНЕСОВА

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

Печать офсетная, 1 условный печатный лист.