



ИЗДАЕТСЯ С 16 МАРТА 1971 ГОДА

# Голос времени

11 ДЕКАБРЯ  
СРЕДА 2002

Общественно - политическая газета Кировского района Ставропольского края

№99 (6340)

ИНДЕКС 54022

## 12 декабря - День Конституции Российской Федерации

### ДОРОГИЕ ЗЕМЛЯКИ!

Горячо и сердечно поздравляю вас с общенациональным праздником - Днем Конституции Российской Федерации!

Нынешняя Конституция, принятая всенародным голосованием 12 декабря 1993 года, является основным Законом самостоятельного, суверенного государства.

Не самые лёгкие времена переживает наша страна, но в любом случае нужно помнить, что мы граждане великой страны - России, а значит, каждому из нас необходимо сохранять высокую гражданственность, патриотизм, чувство гордости за свою Родину.

На наших глазах в России крепнет демократическая система, идёт становление местного самоуправления, отрабатывается вертикаль власти, разграничены полномочия законодательной и исполнительной ветвей власти, что позволяет наращивать положительные тенденции в социально-экономическом развитии регионов, в том числе и на Ставрополье.

Уважаемые кировчане, поздравляю вас с праздником, желаю всем крепкого здоровья, благополучия, счастья и мира вашим семьям! Стабильности и процветания нашему Кировскому району!

Петр КОЖИН, глава Кировской районной государственной администрации.

## ГЛАВ РАЙОНОВ ПОСТАВЯТ ПЕРЕД ВЫБОРАМИ

В Ставропольском филиале Северо-Кавказской академии государственной службы прошел трехдневный семинар-совещание с главами территориальных и районных государственных администраций, а также городов краевого значения, организованный правительством края. С представителями местной власти общались руководители краевых министерств и ведомств.

Такой разговор тем более актуален, что со времени последнего общения в таком формате прошло три года. И, как отметил, открывая семинар, губернатор края А. Черногоров, за этот период произошли не только значительные положительные перемены, но и накопилось немало новых проблем, требующих всестороннего обсуждения и решения. Поэтому и возникла необходимость посоветоваться с руководителями городов и районов, обсудить сложившееся положение дел, определить пути движения вперед.

А. Черногоров обратил внимание на то, что в стране в ближайшее время будут более полно разграничены полномочия между федеральным центром и регионами, государственной властью и местным самоуправлением. Кроме того, в соответствии с указом президента в 2003-2005 годах будет осуществлен комплекс мероприятий, направленных на совершенствование правовых, организационных, финансовых и методических основ государственной службы. Значительные преобразования затронут силовой блок. Пройдет череда крупных избирательных кампаний, в ходе которых будет заложена основа и предстоящих в 2005 году выборов губернатора Ставропольского края. А. Черногоров под-

черкнул, что не исключен вариант проведения в крае, в порядке эксперимента, уже в конце 2003 года выборов глав администраций районов, которые напрямую коснутся каждого из ныне действующих руководителей районов.

Характеризуя краевую экономику, губернатор отметил, что по многим показателям Ставрополье занимает ведущие позиции не только в ЮФО, но и в Российской Федерации. Фактически уйдя от банкротства, край за последние шесть лет сделал значительный шаг вперед, превратился в крупную житницу и здравницу России.

Вместе с тем, говоря об экономических проблемах, А. Черногоров подчеркнул, что главы администраций на подведомственных территориях должны внимательно отслеживать тенденции, складывающиеся вокруг тех или иных предприятий, упреждая увод финансовых потоков из Ставрополья. Была подвергнута критике также деятельность отдельных администраций в связи с ситуацией в сельском хозяйстве.

А. Черногоров также затронул проблему местного самоуправления и межбюджетных отношений. Действующий закон о местном самоуправлении, как показала жизнь, оторван от повседневных реалий, возможностей бюджета, во многом противоречив по отношению к другим законодательным актам и прежде всего в части разграничения государственной и муниципальной власти, а также вопросов собственности. Это создает постоянные конфликты при формировании местных бюджетов, строительство сказывается на повседневной деятельности. Губернатор считает, что накопленный в крае опыт позволяет вносить предложения по улучшению организаций и деятельности органов местного самоуправления, их взаимодействию с органами

Виктор Васильевич Роганов - ветеран труда, уважаемый в ст. Зольской человек, замечательный токарь - более 50 лет он отдал своей профессии и продолжает работать. Он награжден медалями "За трудовое отличие" и "За трудовую доблесть".

16 декабря Виктору Васильевичу исполнится 70 лет. Мы от души поздравляем ветерана с юбилеем, желаем ему долгого здоровья и благополучия!



### Уважаемые кировчане!

Конституция - Основной Закон нашей жизни. Она определяет исторический путь и достижения страны в правовой и политической, экономической и гуманитарной сферах, служит объединяющим, консолидирующими началом нашего общества.

Все мы хотим жить в богатой, процветающей стране, где для каждого созданы достойные условия труда, быта и отдыха, повышения уровня благосостояния и культуры, образования и профессиональной подготовки, охраны здоровья. Именно такие задачи выдвигает Российская Конституция.

Но никто, кроме нас самих, не создаст нам эти условия. И чтобы обеспечить их, необходим повседневный, созидательный труд всего общества.

Дорогие друзья! Сердечно поздравляю вас с Днем Конституции! Желаю крепкого здоровья, мира, счастья и благополучия!

Юрий ГОНТАРЬ, председатель Государственной Думы СК.

### За чистоту окружающей среды

В Государственной Думе Ставропольского края состоялись депутатские слушания по вопросу «Об отходах производства и потребления на территории Ставропольского края». Депутаты, представители правительства Ставропольского края и органов муниципального самоуправления, обсудив состояние оборота отходов на территории края и комплексного управления в этой области, признали сложившуюся ситуацию с переработкой и хранением отходов в крае тревожной.

Уже накопленные и ежегодно образуемые миллионы тонн отходов представляют собой значительный источник загрязнения окружающей среды, влияющий на здоровье населения.

Участники слушаний приня-

ли рекомендации, в которых предлагают обратиться в Правительство Российской Федерации с предложениями принять нормативные акты, обеспечивающие создание и внедрение природоохранных, малоотходных, ресурсосберегающих технологий и вовлечение отходов в хозяйственный оборот; правительству Ставропольского края внести на рассмотрение краевой Думы закон, регламентирующий обращение отходов на территории края; главному управлению природных ресурсов и охраны окружающей среды по Ставропольскому краю организовать паспортизацию отходов производства и потребления, завершить создание Государственного реестра объектов размещения отходов; органам местного самоуправления утвердить удельные нормы сбрасывания отходов и разработать схемы их сбора и транспортировки.

Пресс-служба ГДСК.

### Снег - спаситель

А начну ударившие более недели назад двадцатиградусные морозы доставили аграриям немало хлопот и тревог. Во всех районах была проведена, как говорят агрономы, ускоренная диагностика взошедших растений озимых. Диагноз специалистов таков: 95 процентов обследованных культур "живы" - находятся в нормальном состоянии. О судьбе остальных пяти пока говорить рано. Они могут со временем поправиться, набрать силу. Все теперь зависит от почвенно-климатических особенностей.

Больше других досталось озимому рапсу, который гораздо нежнее своих растительных собратьев. Здесь скорее всего и можно ожидать определенных потерь. Точные данные будут известны после 15 декабря.

В минувшие выходные снег выпал практически во всех районах края (кроме Красногвардейского) и причем щедро. К утру девятого декабря высота снежного покрова на Ставрополье была от 1 до 27 см. Менее всего снега - по 10 см - принял аланасенковский, аргирский и новоалександровский земли, больше - в южных районах и зоне Кавказских Минеральных Вод. Так, в Георгиевском районе поля покрыты снежной периной толщиной 27 см. На основной территории края белый покров составляет от 18 до 27 см.

По данным гидрометцентра, в ближайшие дни обильных снегопадов не ожидается. Так что высота снежного покрова останется на прежнем уровне. А вот морозы в 12-17, а местами до 25-26 (в ночные часы) градусов сохранятся до 15 декабря. Ветер ожидается слабый и умеренный.

(СП).

◆ 12 Декабря - День Конституции России

## “Граждане” бывают не только в милиции

“Для меня Родина - место, где я родился, мой маленький город и все то, что с ним связано. Дороже у меня ничего нет. Красивое на земле много, вся земля красивая, но дело не в этом... Родина - это родной язык, друзья, родственники, мои родители и сознание того, что есть место, где можно отдохнуться, собраться с духом. И куда бы человек ни уехал, хоть никогда, его всегда тянет домой.”

Я хочу, чтобы моя Родина была счастлива. Чтобы перемены, происходящие в стране, сделали ее богаче. Если будет счастлива Родина, буду счастлив и я.”

Владимир ДЬЯЧЕНКО, 6 класс.

Что Конституция - основной государственный документ, знает каждый. Зачастую этим знания ограничиваются. Кто-то вспомнит еще “право на труд”, образование, отдых, а также службу в армии, которая же и почетная обязанность. Да, не блещем мы, простые россияне, знанием законов, по которым вроде как обязаны жить, даже основных, не говоря уже о всевозможных указах и подзаконных актах, в которых и юрист не сходу разберется. Гордиться тут, конечно, нечем: лучше знающий свои права и защитить их сможет лучше. Да и обязанности знать не помешает. Одним словом, с какой стороны ни посмотрим, юридически грамотному человеку и жить легче, и иметь определенную гражданскую позицию.

С чего эта позиция начинается? И кто такой гражданин, который не просто “не товарищ”? Это оно только звучит страшно. А если “сформулировать гражданина” на бытовом уровне? Наверное, это тот, кто не равнодушен к судьбе своей страны. Еще короче - любит свою родину.

Да, любовь к родине - тоже штука многослойная и у каждого своя. Впитывают ли ее с молоком матери или она с чего-то начинается - факт, на который до сих пор доподлинно не установленный. Но вот осознание этой любви когда-то приходит, по крайней мере, должно прийти. И чем раньше, тем лучше.

Поэтому вводить такой предмет, как граждановедение, в пятом классе, наверное, не рано: самое время начинать понимать, что у тебя есть родина и любовь к ней может проявляться иногда так обыденно просто.

Например, так: “не бросать



мусор, не ломать деревья, не загрязнять город, в котором ты родился”. Пишет это ученик 2-й школы Дима Панченко и прибавляет: “Оказывается, не очень-то мы любим свою родину. Пора уже нам отучиться от плохих привычек и помочь нашей стране быть сильной!”

Его поддерживает Лена Веселова: “Люди, которые все ломают, например, в нашем парке возле школы, родину не любят. Там было много деревянных статуэток, горка для малышей. А сейчас все сломали, украли, изуродовали”.

Слова, которые чаще всего встречаются в ребяческих сочинениях: “Родина”, “родные”, “родители” - как ни крути, одного корня, языком заслужил это задолго до сегодняшних пяти- и шестиклашек.

И оказывается, родина - это так просто, и как же ее не любить, ведь это - “моя школа, песни, которые поет мне мама и которые я буду петь моим детям” (Яна Мальцева). “Здесь проходит мое детство, живут мои родственники и друзья. Здесь я научилась читать, любить природу, которая меня окружает. Если я уеду в другую страну, конечно, я научусь говорить на другом языке. У меня появятся новые знакомые и друзья. Но моя родина, место, где я родилась, навсегда останется в моем сердце”, - к такому выводу приходит Галия Гуд. До гражданской позиции отступаю уже один шаг. И делает его Галина Немцова, она пишет: “Когда Родине трудно, она нуждается именно в гражданин-патриоте. Я буду любить ее всегда, какой бы она ни была. Поэтому что родной дом любят независимо от того, каким он становится с годами”.

А я хочу сказать спасибо учителям 2-й школы Валентине Николаевне Сыроватко и Наталье Викторовне Кузнецовой, предоставившим мне возможность почтить эти сочинения и затеять разговор о гражданственности. О многом и многом можно было бы еще сказать о нем, но я надеюсь: сделаете это вы, наши читатели.

Оксана ВОРОПАЕВА,

вода под напряжением. Ежемесячно похищают электрическую энергию на сумму, за которую можно построить около километра новой линии электропередач.

Всяческие меры применяем мы по предотвращению хищений. Так, только в 2002 году выполнен монтаж более 20 км кабельных вводов, установлены современные приборы учета и т. д.

В одном из хуторов района заменили вводы и счетчики, два месяца потеряли были в норме, но потом люди набрались опыта, и величина потерь вновь стала прежней. Это напоминает соревнование, в котором абонент пытается обмануть сам себя, так как отсутствие средств на ремонт электролиний приведет к их физической ликвидации и воровать будет нечего.

Имеет место в нашем районе варварское отношение к электрическим сетям. Так, 15 октября на дороге Зольская - Марьинская была сбита опора воздуш-

◆ К 60-летию освобождения Северного Кавказа от фашистов



Андрей Андреевич Баранов (снимок военных лет) - ветеран Великой Отечественной, участник боев за освобождение Кавказа. Проживает в г. Новопавловске. Уважаемый, авторитетный человек. У него прекрасная семья. Дети его выросли, получили образование, определились в жизни.

Несмотря на спор 77, А.А. Баранов активен, подвижен и никогда не сидит без дела, все время чем-то занят: то по хозяйству хлопочет, то в саду или огороде копается, а вечерами много читает - личная библиотека у него богатая, особенно военной литературы много. Сейчас вот взялся перечитывать трилогию К. Симонова “Живые и мертвые”. И хобби есть - увлекается фотографией, имеет несколько фотоаппаратов и много сделанных в разное время снимков - ярких, выразительных.

За плечами у ветерана большая, насыщенная жизнь. Родом А.А. Баранов из Куйбы-

## Не ропщет на судьбу ветеран

шевской области, из рабочей семьи. Рано оставилшись без отца, Андрей во всем помогал матери, которой надо еще было расти меньшую дочь Веру. В 1932 году переехала семья в станицу Новопавловскую, в которой насчитывалось тогда не более двух тысяч жителей. Здесь Андрей пошел в первый класс (начальная школа размещалась на месте нынешней краевой управы).

- Как сейчас помню свою первую учительницу, - говорит ветеран. - Строгой, справедливой была Мария Александровна Гринко, старой закалки женщина.

Андрей Андреевич достал из семейного альбома уже пожелтевшую от времени фотографию своего класса. Вспомнил ветеран, как дети помогали взрослым в колхозе, и то, как перед войной колхозники собирали небывалый по тем временам урожай и получали на заработанные трудодни по 5 тонн пшеницы. Ожили люди - от кукурузной мамалыги, кислых чуреков перешли к настоящему хлебу.

- Окончил я восемилетку и надумал учиться дальше, - вспоминает А.А. Баранов, - решил поступать в Харьковское аэрокосмическое училище. Но помешала война. Уже летом 1942-го немцы оказались на Кавказе. Пришли в августе и в нашу станицу, в январе 1943 меня в составе сотни таких же ребят после короткой военной подготовки отправили в г. Лабинск Краснодарского края. Попал я служить в 123-й Ставропольский погранотряд. Помню, ожесточенные шли бои, немцы днем и ночью бомбили.

После принятия военной присяги (1 мая 1943 года) я продолжил службу в органах госбезопасности.

На памяти ветерана немало боевых эпизодов и спецопераций, в которых ему пришлось участвовать. Освобождал города Херсон и Николаев, их отряд обеспечивал безопасность границы на Черном море. 14 апреля 1944 года наши войска вошли в Одессу, а уже через три месяца участвовал в освобождении Румынии. В декабре его вызвали в штаб армии и сделали предложение - учиться в высшем пограничном училище имени Менжинского. Учился Андрей прилежно и потом до самого конца 1950 года не расставался с армией. Служил Родине честно. Был награжден медалями “За оборону Кавказа”, “За победу над Германией”, имеет два нагрудных знака отличного пулеметчика и снайпера, множество юбилейных медалей, благодарностей лично от президента России Б.Н. Ельцина и В.В. Путина. А.А. Баранов - участник парада Победы 9 мая.

Демобилизовавшись, Андрей Андреевич работал в Пермской области, а затем вернулся с семьей в Новопавловскую и, получив специальность сварщика, работал там на строительстве гидролизного завода, а после, до самой пенсии, - в ПМК-1.

На судьбу свою ветеран не ропщет и с оптимизмом смотрит в будущее... В будущее своих детей и внуков.

Николай КИРЬЯНОВ.

### ◆ Спорт

## Душа тоскует по футболу

Много лет назад в разных странах люди собирались на городских площадях и затевали игры с мячом, которые напоминали действия воинов, стремящихся пробиться в лагерь противника. История не знает ни года, ни места рождения футбола, но и по

например, Валерий Марченко - учитель физкультуры, а Николай Дерябин - программист. Объединяет их одно: любовь к футболу.

Администрация города оказала молодой команде финансющую поддержку: в этом году было выделено 60 тысяч рублей на приобретение формы, спортивного инвентаря и транспортных расходов. Благодаря этому команда смогла выступить в чемпионате Георгиевского района. Всего в нем участвовали 14 команд.

В 26 играх, проведенных нашей командой, ею было забито 103 гола, автором 23 из них

За что же мы любим футбол? Прежде всего - за радость победы, трудной, но такой желанной, за то, что в игре рождается чувство дружбы и, конечно же, за простоту и доступность.

В нашем городе два года назад сформировалась футбольная команда “Каскад”. Входят в нее люди разных возрастов и профессий,

цветным металлом. В сентябре этого года в Комсомольце было срезано 1300 метров алюминиевого электропровода, в ноябре - в Советской еще больше. Еще раз огромное спасибо работникам милиции, которые нашли злоумышленника, но, к нашему великому сожалению, провод он уже приготовил к сдаче на пункт приема, изрубив на куски.

Неприятно выслушивать упреки абонентов из-за отсутствия электрической энергии при повреждении линий электропередач деревьями (сами абоненты их вырастили в охранных зонах электролиний и не производят их опиловки) или при восстановлении в непогоду изоляторов, расстрелянных охотниками в поисках добычи на полях и в оврагах района. Но чтобы восстановить поврежденные электролинии, необходимы дополнительные сотни тысяч рублей. Это тормозит выполнение основной задачи реструктуризации энергетической отрасли: последовательное снижение себестоимости каждого киловатт-часа, а значит, уменьшение цен на электричество.

Петр ПЕЛИХОВ, начальник Новопавловских РЭС.

## Бережно относитесь к электрическим сетям

В последние десять лет слово “реформа” у каждого россиянина вызывает отрицательные эмоции, да и само понятие “реформирование” приобрело для большинства населения сугубо отрицательный смысл. В настоящее время реформа вплотную коснулась энергетики: как компании РАО “ЕЭС России” в целом, так и электрических сетей Кировского района. Несмотря на многочисленные сложности, отрохи, ошибки в этом новом и не всем понятном деле, Восточные электрические сети смогли сохранить самое главное - стабильность электроснабжения потребителей, выполняющие договорные обязательства.

Однако стабильность работы электрических сетей зависит не только от реформы и не только от нас, но и от отношения к электрическим сетям жителей района. Несмотря на большой запас прочности, электрические сети подвержены износу и требуют затрат на восстановительные работы, средства на которые отчисляются централизованно и зависят от реализации электрической энергии. Но как раз реализация доставляет много проблем из-за чрезмерной “грамотности” абонентов: не чистые на руку люди воруют электрическую энергию, оборудование и про-

вода под напряжением. Ежемесячно похищают электрическую энергию на сумму, за которую можно построить около километра новой линии электропередач.

Всяческие меры применяем мы по предотвращению хищений. Так, только в 2002 году выполнен монтаж более 20 км кабельных вводов, установлены современные приборы учета и т. д.

В одном из хуторов района заменили вводы и счетчики, два месяца потеряли были в норме, но потом люди набрались опыта, и величина потерь вновь стала прежней. Это напоминает соревнование, в котором абонент пытается обмануть сам себя, так как отсутствие средств на ремонт электролиний приведет к их физической ликвидации и воровать будет нечего.

Имеет место в нашем районе варварское отношение к электрическим сетям. Так, 15 октября на дороге Зольская - Марьинская была сбита опора воздуш-

ной линии: без света на несколько часов остались промышленные потребители. Ущерб - 10 тысяч рублей только у нас, а если еще прибавить убытки, понесенные этими потребителями? Водитель скрылся с места происшествия, не уведомив по телефону нашу службу о случившемся. А ведь поврежденная линия могла стать причиной гибели людей.

Второй случай, в той же Зольской: 19 ноября на перекрестке улиц Богатинской и Степной большегрузный автомобиль переворотил линию электропередач. На сутки жители целого квартала остались без света, а на трансформаторной подстанции горело дорогостоящее оборудование. Водитель и тут скрылся. Усилиями работников РОВД в хуторе Крупско-Ульянском нашли бульдозериста, сбившего электроопору. Ему пришлось компенсировать все затраты по восстановлению.

Не перевелись у нас и “охотники” за



## ◆ Школа православия

# На пути к Рождеству

“Христос рождается, славьте, Христос с небес, встречайте, Христос на земле, возносятесь”, эти словами, задолго до начала великого праздника Рождества Христова, Церковь приглашает нас к достойной его встрече. Она возвещает нам радостную весть о рождении и пришествии с неба на землю Спасителя и призывает нас прославить грядущего Христа. Церковь в своей материнской заботе о спасении людей открывает великую тайну Богоявления и указывает путь, на котором мы можем удостоиться, чтобы Христос Спаситель родился и в наших сердцах и сотворил Себе обитель в наших душах.

Рождественский пост - первый из четырех годичных постов, установленных Церковью для внутренней духовной подготовки. Продолжается пост сорок дней, до Рождественского сочельника, который будет 6 января. Пости установлены как средство, содействующее возрождению духа над плотью, господству духовно-нравственных стремлений над чувственными. Пост существовал еще в Ветхом Завете. Так, Моисей перед получением заповедей от Бога сорок дней постился и молился. В Новом Завете пост установлен в подражание Иисусу Христу, постившемуся сорок дней в пустыни.

Нарушение поста считается грехом. Столь строгий взгляд на пост вместе с христианством пришел на Русь. Средствами освобождения человеческой души от страстей, ввергающих

вотьму греха и отделяющих от Бога, являются, по слову Спасителя, лишь пост и молитва. Если так велико значение поста в жизни каждого отдельного человека, то нет ничего удивительного, что Церковь определенные дни на протяжении года освящала соблюдением поста, обязательного для всех. Все посты имеют общую цель и назначение - очищение и обновление духовной жизни, но каждый из них имеет свою особую мысль. Так, Рождественский пост связан с праздником Рождества Христова, приготовлением к которому он служит, и ко времени, когда, собрав от земли плоды трудов предшествующего года, человек бросает в землю новое семя и терпеливо ждет его созревания и нового плодоношения.

Церковный устав предписывает в Рождественский пост определенные правила воздержания от пищи: в понедельник, среду и пятницу - пища не вариная и только один раз в день. Во вторник и четверг разрешается пища с растительным маслом. В субботу и воскресенье разрешается рыба. Строгость поста усиливается со 2 января, когда полностью отменяется употребление рыбы. В последний день поста, имеющий название Рождества Христова (Рождественский сочельник), предписывается самый строгий пост: полное воздержание от пищи до окончания вечернего богослужения (“до первой звезды”). После службы один раз за весь день разрешается “кутия с медом”.

Нарушение поста считается грехом. Столь строгий взгляд на пост вместе с христианством пришел на Русь. Средствами освобождения человеческой души от страстей, ввергающих

Отсюда происходит и само название дня - “соученник”, или в просторечии “соучельник”.

Наряду с воздержанием от пищи в пост Церковь предписывает воздерживаться от участия в каких-либо светских увеселениях.

Каждый из нас понесет пост по своим силам. Для больных и ослабленных он может быть облегчен, но всякий разумный человек в эти дни должен взять на себя более возвышенный, чем обычно, подвиг. Если нет возможности хранить пост в пище, то нельзя забывать и о том, что к празднику Рождества Христова мы очищаем себя молитвой и покаянием, чтобы с чистым сердцем могли благоговейно встретить явившегося в мир Сына Божия. В дни поста нужно больше уделять времени молитве, чаще посещать храм, совершать добрые дела, помогать бедным и больным людям, читать Священное Писание и жития святых.

Пост приносит пользу тем, кто разумно к нему приступает, и вредит начинающим его неразумно. Подвижник веры авва Федор говорил: “Пост не сам по себе благо и не сам по себе необходимо. Он полезен для приобретения чистоты сердца и тела, чтобы, притупив жало плоти, человек приобрел умиротворение духа”.

*Рождество Христово наш православный народ празднует 7 января.*

Протоиерей Игорь БОБЫЛЕВ.

## ◆ Русская старина

## Образ

## домашней жизни

Предки наши, как знатные, так и простые, вставали рано: летом с восходом солнца, осенью и зимой за несколько часов до света. Вставая от сна, русский тотчас искал глазами образа, чтобы перекреститься и взглянуть на Него. После омовений приступали к молчанию. Окончив молитвословие, все расходились к домашним занятиям. Там, где муж жену допускал до управления домом, хозяйка держала с хозяином совет, что делать в предстоящий день. После всех домашних распоряжений хозяин приступал к своим обычным занятиям: купец отправлялся в лавку, ремесленник брался за свое ремесло, приказные люди заполняли приказы и приказные избы, а бояре в Москве стекались к царю и занимались делами. В полдень наступало время обеда. Холостые папочки, парни из простонародия, холопы, привезшие в городах и посадах наполняли харчевни; люди домовитые садились за стол дома или в гостях. После обычного обеда ложились отдыхать. Это был повсеместный и освещенный народным уважением обычай.



## ◆ С миру - по нитке

## ДОБРЫЙ ЖИР

Известно, что постоянно сидящие на диетах женщины больше других подвержены различным заболеваниям. Ученые Массачусетского университета считают, что это происходит в том числе и потому, что из похудательных рационов в первую очередь исключаются жиры, обеспечивающие усвоение организма жирорастворимых антиоксидантов. Именно антиоксиданты, содержащиеся в овощах и фруктах, помогают нашему организму бороться с многочисленными “болячками”. Для поддержания нуж-

ного уровня жиров в организме достаточно съедать несколько орехов в день: подойдут миндаль, фундук, бразильский орех. Что касается не менее важных для нас водорастворимых антиоксидантов, то их можно найти в составе чая. К сожалению, они не очень хорошо усваиваются организмом, поэтому чай лучше пить небольшими порциями в течение всего дня. Если вы ограничите тремя чашками в день, ваша суточная доза кофеина останется под контролем, а вы не падете жертвой многочисленных инфекций.



Недавно британские ученые пришли к удивительному выводу. Оказалось, сыр защищает зубы от карIESа. Как выяснилось, сыр - заклятый враг сахаров, разрушающих зубную эмаль и вызывающих карIES. Все дело в казеине. Он расщепляется во рту и вступает в реакцию с кальцием и фосфатами, содержащимися в сыре. Комбинация этих веществ способна восстановить минералы зубной эмали с той же скоростью, с какой кислота разрушает их. Причем сыр не теряет этих качеств в любом виде: даже если ты добавишь его в макароны, он будет положительно влиять на зубы. А главное, сыр гораздо полезнее любого “Орбита” и “Дирола”, вместе взятых!

Администрация ГУЗ «Кировская ЦРБ» проводит закупку овощей на конкурсной основе у организаций и населения района. Обращаться по телефону 2-05-15. (005790)

Срочно продается 3-х комнатная квартира в г. Новопавловске. Обращаться по телефонам: код (86558) 3-36-94 (до 16.00), 3-51-70 (после 17.00), 2-4 (005792).

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.

## ◆ Как похудеть:

## Проверено на себе

В декабре, накануне новогодних праздников, мы мечтаем сбросить несколько килограмм лишнего веса. Из добра-го десятка имеющихся у нас советов, мы решили выбрать один. Называется он «Рецепт моей бабушки». Приходим его подробно.

Первый завтрак - стакан несладкого чая или чашка кофе.

Второй завтрак - 40 г твердого сыра.

Обед - крутое яйцо, 120 гвареной говядины, 20 г сыра.

Полдник - стакан несладкого чая.

Ужин - 120 г говядины, овощной салат на растительном масле.

Перед сном - стакан отвара мяты.

Начинаем диету с воскресенья. Через семь дней надо убедиться: сбросили три килограмма. Неделю после этого питаемся как обычно, но ограничиваем себя в хлебе, жирных блюдах. Затем можно вновь переходить на бабушкину диету. И опять убеждаемся, что похуде-

ли на три килограмма за 7 дней.

Честно говоря, желание сбросить вес было давно. Но силы воли не хватало. Да и рецепты попадались очень «жестокие» - ничего нельзя!

А эту диету, наудивление, организм переносит прекрасно.

В теле появляется легкость.

Добавим вот еще что. В качестве овощных салатов на ужин принимаем квашенную капусту (в пределах 300 граммов), зеленый лук. Отлично утоляет голод. А в чашку чая можно все-таки добавить ложечку меда.

Попробуйте - и убедитесь, насколько легко можно сбросить лишний вес.

## Вниманию налогоплательщиков!

МРИ МНС России № 1 по СК доводит до сведения налогоплательщиков, что в связи с началом функционирования единого счета федерального казначейства по учету доходов и средств федерального бюджета, с 15 декабря 2002 года для налогоплательщиков, состоящих на налоговом учете в МРИ МНС России № 1 по СК, будут изменены реквизиты получателя денежных средств и банка получателя.

Получатель: УФК МФ РФ по СК г. Ставрополь.

(МРИ МНС России № 1 по СК)

Счет: № 4010181030000010005

Банк получателя: ГРКЦ ГУ Банка России по СК

БИК банка: 040702001

ИНН получателя: 2609020800

На вновь открытый счет необходимо перечислять все налоги и иные платежи.

## МАЛЕНЬКИЕ ХИТРОСТИ

• Перед грязной работой густо намыльте руки и дайте высохнуть. По окончании работы мыльные перчатки легко смываются.

• Ногти станут чистыми после грязной работы, если предварительно поскребти ногтями мыло.

• Если под рукой нет рабочей рукавицы, ее с успехом заменит кольцо из поролона шириной 5-8 см, надетое на пальцы.

• Ручки металлических кастрилок, обмотанные проводом в пластмассовой оплётке, исключают ожоги рук.

• Чтобы школьные мелки не пачкали руки, окуните мелки на несколько секунд в разбавленное в 2-3 раза водой молоко.

• При заливе клея в трещину полнувшей детали распоркой может служить бельевая щипка.

• Надежно закрепить мясорубку на столе, покрытом пластиком, можно при помощи наждачной бумаги, которую нужно согнуть пополам абразивным слоем наружу, подложить под лапки и винт мясорубки, а затем закрепить.

(На странице использованы публикации из российских газет и журналов).

Пайщики СХА - колхоз «Нива», желающие сдать в аренду земельный пай на выгодных условиях, обращайтесь по телефону 6-32-70. (005791)

Коллектив работников Центра госсанэпиднадзора выражает глубокие соболезнования Дегтяревой Любови Николаевне по поводу смерти ее отца.

Адрес редакции: г. Новопавловск, ул. Октябрьская, 4. Телефоны: главный редактор - 2-04-20, ответственный секретарь и отдел писем - 2-03-94; корреспонденты - 2-27-94, 4-40-51; бухгалтер - 4-40-51.

Газета набрана и сверстана на компьютерах в редакции газеты “Голос времени”

Гл. редактор Г.П. АВАНЕСОВА

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

Печать офсетная, 1 условный печатный лист.