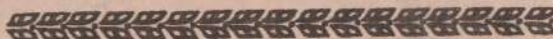




ПЛАМЯ

СУББОТА, 12 февраля 2000 года
№ 12 (5015)

Ваша семья и ваша любовь —
это сад, за которым необходимо ухаживать.



ИнформБюро

• **ВЫБОРЫ-2000**

Первые кандидаты в борьбе за мандаты

В минувшую среду территориальная избирательная комиссия Каменского района зарегистрировала первых кандидатов в депутаты районной Думы. Удостоверения получили:

Соломеин Виктор Николаевич, 03.04.1938 г. р., образование высшее, директор совхоза «Сосновский», проживающий в с. Сосновском (Сосновский одномандатный округ № 13);

Черемин Геннадий Петрович, 01.08.1949 г. р., общее среднее, председатель правления СПК «Бродовской», проживающий в п. Мартюш (Мартюшевский двухмандатный округ № 1);

Ваганов Василий Александрович, 04.03.1947 г. р., образование высшее, председатель правления СПК «Россия», проживающий в с. Покровском (Покровский двухмандатный округ № 2);

Русакова Наталья Николаевна, 30.07.1956 г. р., средне-специальное, председатель правления СПК «Пироговский», проживающая в с. Сипавском, (Сипавский одномандатный округ № 9);

Алябьев Николай Михайлович, 01.10.1950 г. р., высшее, председатель правления СПК «Маминский», проживающий в с. Маминское (Маминский одномандатный округ № 12);

Антонова Вера Васильевна, 28.07.1950 г. р., средне-специальное, заведующая Рыбниковской амбулаторией, проживающая в с. Рыбниковское (Рыбниковский одномандатный округ № 11);

Масалкин Евгений Александрович, 01.06.1965



г. р., среднее, контролер ОАО «Синарский трубный завод», проживающий в п. Мартюш (Новоисетский одномандатный округ № 7);

Игнашова Татьяна Викторовна, 14.05.1964 г. р., высшее, редактор районной газеты «Пламя», проживающая в п. Мартюш (Мартюшевский одномандатный округ № 1);

Курицын Анатолий Васильевич, 04.07.1947 г. р., высшее, руководитель ЗАО «Восток — Урал АВК», проживаю-

щий в д. Соколова (колчеданской администрации), (Колчеданский одномандатный округ № 8);

Тен Владимир Викторович, 25.05.1949 г. р., средне-техническое, генеральный директор ОАО «Хлебная база № 65», проживающий в п. Первомайский (Покровский двухмандатный округ № 2);

Едигарев Рудольф Васильевич, 24.06.1957 г. р., высшее, заместитель директора по реализации совхоза «Со-

сновский», проживающий в с. Сосновское (Сосновский одномандатный округ № 13);

Шубина Надежда Петровна, 02.01.1958 г. р., высшее, директор Бродовской средней школы, проживающая в п. Мартюш (Мартюшевский двухмандатный округ № 1).

На фото В. Меркурьева вручение кандидатских удостоверений.

В. Меркурьев

• ДЕЛА КРЕСТЬЯНСКИЕ

На рассвете СПК «РАССВЕТ»

На днях представители райадминистрации, управления сельского хозяйства и продовольствия Каменского района выезжали на совещание в СПК «Рассвет», организованный из бывшего СПК «Кисловский» первого мая 1999 года.

Основной имущественный комплекс передан СПК «Рассвет» в безвозмездное пользование сроком на 10 лет с условием: обеспечить сохранность имущества и преимущественно поголовье скота, следить за состоянием техники и использовать основные средства по целевому назначению.

Из фонда реформирования правительства Свердловской области предприятию выделено материальных ценностей на сумму 700 тысяч рублей: горючим, удобрениями, кормами.

Год для СПК «Рассвет» был трудный: поздняя посевная, не была вспахана земля, перебои ГСМ.

В пользование СПК «Рассвет» передано 5945 гектар земли, 1321 гектар пашни и 180 гектар пастбищ. Было посеяно 1712 гектар зерновых, 362 гектара однолетних трав, посажено 36 гектар картофеля, 20 гектар моркови, 5 гектар свеклы.

Урожайность картофеля составила 63,8 центнера с гектара. (Средняя по району 170,8 ц/га). Урожайность зерновых 9,9 ц/га (по району 11

ц/га). Было собрано 8270 центнеров зерновых и зернобобовых.

Сенокос проводился позднее положенных сроков из-за непогоды и старой техники.

В животноводстве поголовье коров дошло до 400 голов. В течение весны и лета удои поднялись до восьми литров с одной фуражной коровы. С сентября наблюдается спад до 2,5 литров. Сказывается недостаток витаминов и концентратов.

Большую проблему составляет нехватка кадров, желающих добросовестно работать за небольшую зарплату. Сейчас автобусом возят доярок из Бекленищева, хотя в с. Кисловском много безработных. На удоях сказывается плохая обеспеченность водой, буренок плохо поят, плохо убираются коровники, не налажено навозоудаление.

В настоящее время разрабатываются три программы. Первая направлена на повышение продуктивности стада.

Вторая разрабатывает возможности снижения лейкоза. В одном коровнике нельзя содержать больной и здоровый скот, поэтому в деревне Соко-

лово будет организовано безлейкозное стадо.

Третья программа обеспечит снижение падежа скота. В настоящее время приобретены 24 племенные телки, которые обеспечат увеличение и повышение продуктивности молочного животноводства.

В СПК «Рассвет» получено 4815 центнеров молока за минувший год, 172 килограмма в месяц на одну фуражную корову. (Для сравнения в СПК «Исетском» 336 кг на одну корову, в совхозе «Сосновский» — 385 кг).

Из 140 работающих в хозяйстве необходимо сделать животноводческие и полевые бригады, основанные на хозяйствах, чтобы заинтересовать людей в труде и оплата зависела от производства продукции.

С целью увеличения рентабельности планируется произвести техническую реорганизацию: в деревне Соколово сделать орошаемую сеть на 15 гектарах, ввести в эксплуатацию зерно-сушильный комплекс и агрегат витаминно-травяной муки.

Для повышения плодородия почв ввести посеы бобовых

трав, выделяющих азот. Бобовые так же являются необходимой белковой добавкой на корм скоту.

Планируется реконструировать корпуса коровников в деревне Соколово на 200 голов скота.

Повышение качества молока позволит реализовывать его не только на молокозаводе, но и на рынке.

Не смотря на то, что задолженность по зарплате в СПК «Рассвет» составляет 250 тысяч рублей, счет в течение всего времени работала, регулярно поступали текущие платежи в бюджетные и внебюджетные фонды.

Сформировался работоспособный костяк сотрудников, способный выполнять поставленные перед ними задачи. Это животноводы Рублева, Корепанова, Хромова, Шаганова, полеводы Ялунин, Кокорин.

В настоящее время сельхозпроизводителям нужна поддержка правительства области.

На совещании решили принять меры по слаженной организации труда, внедрить бригадную хозрасчет с тем, чтобы получить хорошие результаты.

Со слов специалистов
материал подготовил
А. ПЯНКОВ.



Семья

Хозяйке на заметку

Солнечное освещение улучшает наше самочувствие и укрепляет здоровье; особенно необходим солнечный свет ребенку.

Солнечные лучи губительны для многих видов опасных для нас возбудителей болезней. Например, микробы туберкулеза в темном сыром углу могут жить много дней и даже недель. А прямой солнечный свет уничтожает их через несколько часов. Чтобы комната хорошо освещалась солнцем, надо заботиться о чистоте оконных стекол, не загромождать подоконники, утром раздвигать занавески.

Комнату как можно чаще проветривайте. Подсчитано: за сутки взрослый человек теряет через легкие и кожу около 1 кг воды — это существенно меняет состав воздуха в квартире. Вот почему надо стараться держать окна открытыми целый день, в холодную же погоду чаще открывать форточку, особенно утром и перед сном. Это удалит и неприятные запахи, и сырость.

Чем медленнее оттаивает мороженое мясо, тем меньше сока и питательных веществ теряет оно. Лучше всего мясо размораживать в холодильнике, поместив в кастрюлю и прикрыв мокрой тканью. Так кристаллы льда тают медленно и часть образующейся влаги успеет впитаться в мышечные волокна, которые набухают и в значительной степени восстанавливают свои свойства. Если же мясо нужно оттаивать быстрее, его оставляют при комнатной температуре на 2-3 часа. Не следует оттаивать мясо в воде или теплом месте. Чтобы уменьшить потери сока, нарежьте мясо очень острым ножом.

И невольно пытаешься в той же самой жизни, ниспровергающей всякие идеалы добродетельности, чести, преданности, порядочности и верности, найти примеры благородства, возвышенности, жертвенности и любви среди самых рядовых, неприметных золушек, которых воспевают тихо, скромно, тайно, не афишируя своей страсти и обожания.

Сократ советовал: «Женись, несмотря ни на что. Если попадется хорошая жена, будешь исключением, а если плохая — станешь философом». В нашем случае счастливый муж, восторженный любовник и вдохновенный поэт оказался одновременно и исключением и философом. Исключением, потому что Ольга выбрала его сама, не смотря на протесты со стороны родителей и друзей. И философом, потому что Игорь с детства был парализован из-за травмы позвоночника и не владел руками и ногами. Картины и стихи своей супруге он писал держа карандаш во рту.

Брак с беспомощным физически человеком, а потом еще и постоянный за ним уход, и зачатие ребенка — откуда такое стремление приобретать себе вериги в современной, красивой, молодой, обаятельной, хрупкой девушке, не знающей отбою от ухажеров до замужества? И после этого покажутся ли справедливыми заверения Бальзака: «Женщина — самое коварное, подлое, хитрое существо на свете. Отсюда, кстати, сказать и происходит все их очарование: разве интересно охотиться за ручными животными?»

Уже и будучи в замужестве, многие представительницы слабого пола выискивают себе Шварцнеггеров, имеющих

Волойский феномен

Село Волое Калужской области прославилось тем, что в нем в свое время проживало 72 многодетные семьи. 27 матерей семейств были удостоены звания «Мать-героиня», то есть имели по 10 детей и более. В среднем на каждую семью в этом селе приходится по пять ребятишек. На январь 1992 года в селе с населением 886 человек проживало 25 женщин, удостоенных высшей материнской награды.

Усыновила 48 детей

Александра Авраамовна Деревская из Украинского города Ромны усыновила 48 детей разных национальностей (17 девочек и 31 мальчика).

Александра родилась в 1902 году. Между двумя войнами — гражданской и Великой Отечественной — она стала приемной матерью для 14 детей. Позже усыновила еще 34. Одновременно в школу ходили от 22 до 25 детей.

фантастические мускулы и доходы. А наша героиня бросилась в омут с головой, в неизвестность без перспектив выживания. Сюжет скорее напоминает склонность к самоубийству, чем трезвый расчет.

И все же через год на дне рождения я вижу, как молодые покупают себе новую квартиру, и занимают в доме целый этаж, заставленный самой современной

фантастические мускулы и доходы. А наша героиня бросилась в омут с головой, в неизвестность без перспектив выживания. Сюжет скорее напоминает склонность к самоубийству, чем трезвый расчет.

или законный супруг становится воскресным супругом, вербуясь на дальние заработки... И все равно никто не в состоянии убежать от себя, от обид и сор, от ревности и зависти, от равнодушия и усталости, от суда собственных детей, повторяющих вслед за Блоком, что молодость — это возмездие.

В День Святого Валентина хочется пожелать всем женщинам Каменского района и остальным жительницам Земли, чтобы обвалившийся потолок не испортил новую прическу, чтоб стирка белья и мытье полов действовали на нежные руки как самый лучший крем, чтоб мужья никогда не узнали о ваших любовниках, чтоб самое подгорелое блюдо воспринималось как изысканный деликатес; чтоб дойка коров и вождение тракторов делали вас более стройными, очаровательными и любимыми. И пусть в новом тысячелетии в вас стреляют только глазами!

Оказывается, инвалидная коляска не помеха и в получении высшего психологического образования и в зарабатывании неплохих средств к существованию. Рядом с Игорем стано-

Оказывается, инвалидная коляска не помеха и в получении высшего психологического образования и в зарабатывании неплохих средств к существованию. Рядом с Игорем стано-



• ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА ДЛЯ ВАС, ЗОЛУШКИ

Великий Дон Жуан и бунтующий дух романтиков — Байрон вечно насмехался над реальными типами женщин: «Неужели вы думаете, что будь Лаура женой Петрарки, он бы всю жизнь писал сонеты?».

Оказывается, инвалидная коляска не помеха и в получении высшего психологического образования и в зарабатывании неплохих средств к существованию. Рядом с Игорем стано-

Оказывается, инвалидная коляска не помеха и в получении высшего психологического образования и в зарабатывании неплохих средств к существованию. Рядом с Игорем стано-

Коридоры власти

За алкоголем нужен глаз да глаз

Состоялось заседание областной межведомственной комиссии по вопросам регулирования оборота алкогольной продукции. Совещание проводил заместитель председателя правительства Свердловской области С. М. Чемезов.

На совещании присутствовали представители областного УВД, управления по налогам и сборам Свердловской области, таможенного комитета, министерства торговли, представители ОВД и налоговой инспекции города Каменска-Уральского и Каменского района, руководители торговых предприятий.

В адрес торгового отдела администрации города Каменска-Уральского были высказаны замечания: не принимаются строгие меры к нарушителям порядка торговли алкогольной продукцией, не приостанавливаются действия лицензий.

В Каменском районе торговлю алкогольной продукцией осуществляют 65 торговых точек Каменского райпотребсоюза и 18 объектов других торговых предприятий. Круглосуточно торгуют четыре объекта (два принадлежат райпотребсоюзу, а два частным предпринимателям).

Товароборот алкогольной продукции за 1999 год составил 12192 тысячи рублей.

Наибольший удельный вес в товарообороте составляет объем продаж Каменского района.

В связи с выходом Федерального закона № 18 от 07.01.99 г. «О государственном регулировании производства и оборота алкогольной продукции», сокращена торговля мелкооптовой сети (павильонов) с одиннадцати до трех.

Алкогольная продукция на рынок Каменского района поступает в основном от поставщиков-производителей (заводы «Алкона», «Звезда», «Виншампанькомбинат»). Контроль за соблюдением правил торговли алкогольной продукцией в районе осуществляют органы РОВД, госторгинспекция, инспекция по налогам и сборам по Каменскому району и ведущий специалист по потребительскому рынку администрации Каменского района.

На нарушителей составляют протоколы, руководители привлекаются к административной ответственности. В течении 1999 года у трех предпринимателей было приостановлено действие лицензии (до устранения выявленных нарушений).

Перед областной межведомственной комиссией поставлены задачи в области контроля за соблюдением законности в реализации алкогольной продукции. В частности, не



снижающаяся торговля спиртосодержащей продукцией с частных домов, квартир.

Участники совещания просили определить порядок лицензирования выездной торговли для населенных пунктов, где нет стационарной сети.

В. РОМАНОВА,
заместитель главы
администрации по экономике,
председатель комитета
по экономике и управлению
муниципальным имуществом.

ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Россия — зимняя страна

Все основные вехи российской жизни — зимние: 14 декабря — восстание декабристов, 19 февраля 1861 года — отмена крепостного права, 1 марта 1881 года — убийство царя, 9 января 1905, Февральская и ноябрьская революции 1917. Смерть Ленина 21 января, Сталина — 5 марта. Все остальные события — зимой или к зимнему кругу прилегая.

Во Франции наоборот: лето — средоточие социальной жизни: 14 июля — штурм Бастилии; июльская революция 1830; «Сто дней» Наполеона с марта до июня; июньские дни 1848; Парижская коммуна: март-май.

Напасти ж все на Россию летние: 12 июня — Наполеон, 22 июня — Гитлер. Что 21 августа — ввод войск в Чехословакию — ошибка, удар по России, еще и оттого очевидно, что не в присущее России время — летом. 17 августа встретило нас неожиданным повышением цен.

А в заснеженное 15 февраля отмечается день вывода советских войск из Афганистана (1989). День памяти воинов-интернационалистов в России был подугадан удачно. Все хорошо, что хорошо кончается. Вот бы еще наморозило зиму для охлаждения чеченских страстей!

Г. ГАЧЕВ

ПАМЯТЬ

День памяти воинов-интернационалистов в России отмечается 15 февраля в день вывода советских войск из Афганистана (1989 г.).

Садись, сынок, опять расстроен?
Ты не ищи себе вины,
Ведь тысячи вас не вернулись,
С этой безумной войны.
И нам, матерям, отрада,
Когда друг сына в дом зайдет,
Голову склонит в поклоне
И доброе слово найдет.
Материнское наше спасибо,
Что навещаете нас,
Дорого это и мило
Еще раз увидеть вас.
Что не вернуть нам павших,
В этом не ваша вина.
Пусть дети рождаются ваши,
Пусть их не карает война.

Н. ЧЕРНЫХ.

Под этими искренними стихотворными строчками могли бы поставить свои подписи многие матери и вдовы, чьи сыновья и мужья не вернулись с афганской войны.

СЕКРЕТЫ



мужчины в полтора раза чаще болеют ангиной и другими простудными заболеваниями.

К сожалению, проблема одиночества не нова и по сей день актуальна. Но ученые пришли к выводу, что способ общения не так уж важен. Вовсе необязательно одинокому иметь романтическую связь, вполне достаточно простого человеческого об-

Беседуйте на здоровье!

Исследования подтвердили — одиночество может привести к различным заболеваниям. Ученые пришли к выводу, что люди, жалующиеся на недостаток общения, болеют чаще, чем те, кто не страдает от одиночества.

Эту проблему можно считать и возрастной. Оказывается, не только старики подвержены болезням от одиночества, ими страдает и молодежь. К примеру, студенты, жалующиеся на напряженные отношения с родителями, в зрелом возрасте страдают от гипертонии и сердечно-сосудистых заболеваний гораздо чаще, чем их более счастливые сверстники. Замечено, что женщины, имеющие недостаточный круг общения, рожают детей с меньшей массой тела. По статистике же одинокие женщины больше подвержены раку молочных желез и яичников. А вот одинокие

мужчины. Ученые полагают, что если люди регулярно беседуют или пишут о тревожащих их вещах, то иммунная система находится в гораздо лучшем состоянии, чем у тех, кто этого не делает.

Общение способно изменить и нашу психологическую реакцию на стрессы. Гормоны, вызывающие стресс, заставляют организм работать в экстремальном режиме. Несколько минут в день еще не так страшно, но если это состояние затягивается, начинаются проблемы со здоровьем. Ученые доказали, что те, кому не хватает общения, «варятся в котле своих гормонов» дольше, чем люди общительные.

Вывод напрашивается сам собой: не замыкайтесь в себе, общайтесь, отбросьте ненужные страхи ради своего здоровья.

ЗОЛОТАЯ СЕРЕДИНА

Равноправные отношения

Как часто женщины сетуют на то, что не могут как хотелось бы влиять на решения, принимаемые их мужьями. Но вряд ли кто из них вслух признается, что ее муж — подкаблучник. Да и не то что не создается, она этого просто не замечает. Но как отвратительно это выглядит со стороны! Поэтому по возможности следует держаться золотой середины: и вы спокойны и уверены в себе, и мужу не стыдно перед друзьями и близкими. И стоит ли вообще бороться за власть внутри «своей крепости», ведь таким образом недолго ее и развалить!



Вкусно!

Фото И. Димова.

РАЗНЫЕ ЛИКИ СЧАСТЬЯ



Мой сын не уважает отца

В редакцию пришло письмо от Светланы К. Тридцатилетняя женщина просит совета у читательниц, более удачливых в семейной жизни. Наверное, опыт воспитания детей и взаимоотношение между членами семьи исчисляются не только стажем совместной жизни, а воспитанностью, культурой отношений, чуткостью и добротой каждого, живущего под одной крышей.

И если вы сможете помочь советом или примером, то пишите в редакцию, мы обязательно опубликуем ваши письма.

Здравствуйте, дорогая редакция!

Долго терзалась и мучилась сомнениями, стоит ли писать о личных проблемах. Сейчас у всех своих «полон рот». Жизнь не стоит на месте, и если закрывать глаза на маленькую проблему, она очень быстро начинает разрастаться как снежный ком. У меня пока небольшой комок, но его уже тяжело носить.

Муж старше меня на пять лет. Когда выходила замуж, нравилась его обстоятельность, серьезность. По сравнению с моими одногодками-кавалерами он выгодно отличается. Недаром говорят, что женщины рожают детей от мужчин, а не от мальчиков. Так и мне казалось, что лучшего мужа и отца моим детям мне не найти. Ведь в деревне нужен мужчина хозяйственный, надежный и работающий. Вот и вышла замуж. Казалось бы и сердцу мил и по уму избран, ан нет.

Муженек мой оказался с червоточинкой. Любил выпить, как все, а потом и больше некоторых. Сначала выпивал по праздникам, потом по выходным, а после и через день, да каждый день. Теперь у него запой-загулы начались, дней пять-семь пьет, а потом неделю-две перерыв. По характеру не злобный, поэтому руку на нас с детьми не поднимает ни пьяный, ни трезвый, но видеть его по нескольку дней в скотском состоянии удовольствия не доставляет. Пыталась с ним разговаривать: убеждала, угрожала, плакала, ругалась

даже руку поднимала в сердцах на пьяного, ему все «по барабану».

Дети его любят. Но сын уже большой и отца совсем не уважаем, а дочь еще маленькая и для нее папка пока «свет в окошке». Когда муж пьян, сын относится к нему с пренебрежением, может его высмеять, или даже называет алкоголиком, забудлыгой и пьяницей.

Я его ругала, просила, чтобы относился к отцу терпимее. Но сын молчит, не возражает, а потом, в очередной раз все по-прежнему. Трезвому слова попереки боится сказать, а пьяному все, что хочет выговаривает, но без злобы, а так, с усмешкой. Я мужу уже сто раз внушала, потеряешь уважение, не воротишь.

Свекровь тоже пыталась воздействовать на сына, припомнила ему, как он отца пьяного не любил, ругался, из дома убежал к бабушке жить. Ничего не помогает. Я уже «грешным делом» припугнула, что разведусь, сил нет неделями с пьяницей под одной крышей находиться. Ведь спать, есть рядом приходится, а еще по хозяйству одной управляться. Трезвый-то он помогает, а пьяный не в состоянии ведро поднять. Так и пережидая его запой, ведь потом он человек-человеком, даже не верится, что таким отвратительным может быть.

Только что делать с детьми? Недавно сын с горяча сказал, что не хочет с пьяницей жить, дескать отец его позорит перед друзьями. Теперь, когда муж пьет, сын на улице глаз не кажет и к друзьям не выходит. Что же делать? Подскажите. Муж кодироваться не хочет, а выгнать его нет сил, да и не уходит он от нас. Говорит, что любит нас и ни за что не бросит. Как быть?

С уважением
Светлана К.

ВЕСЕЛЫЙ ДВОРК

Разговорники

Катя вернулась из детского садика: — Сегодня нам давали на обед такой сладкий сок, что у меня до сих пор нога сладкая.

В детском саду врач попросила детей передать родителям, чтобы принесли квитанции об оплате за текущий месяц. Ксюша забыла. Когда мама спросила через два дня, почему она ничего не сказала,

то Ксюша деловито ответила:

— Мама, да я только сейчас врубилась.

Четырехлетняя Наташа предлагает Диме:

— Давай играть в семью. Сначала будем дружить, а потом характерами не сойдемся.

Четырехлетний Стасик спрашивает за обедом маму:

— Зачем нужно есть — чтобы вырасти?

— Да, сынок.

— А зачем тогда большие едят?

Что могут поведать ногти

Оказывается, по ногтям можно узнать об изменениях, происходящих в нашем организме. Если на ногтях появились белые пятна — вы где-то сильно ушиблись. Продольные полоски — авитаминоз, цветные полосы говорят о том, что организм перенасыщен лекарствами, которые вы достаточно долго принимаете. Желтый цвет ногтей — признак анемии, коричневый оттенок — не все в порядке с почками, красный — свидетельствует о повышенном давлении, сахарном диабете, ревматизме.

В порошок голубы



Все по голубы

Цветное белье не полиняет, если его ненадолго замочить в соленой воде.

Щетка, смоченная в солевом растворе, поможет восстановить золотистый цвет изделий из соломки.

Пригоревшую кастрюлю наполните соленой водой и оставьте на ночь. Наутро раствор соли в кастрюле вскипятите, после чего дно легко очистится.

Чтобы махровые полотенца и халаты были пушистыми, подержите их после стирки в подсоленной воде и потом не гладьте.

Если перед варкой сосисок добавить в воду щепотку соли, натуральная оболочка на них лопаться не будет.

Комочки в муке для запекания соуса или поджаривания образовываться не будут, если муку развести подсоленной водой.

Щепотка соли имеет для теста не менее важное значение чем остальные продукты. Как раз благодаря ей подчеркивается сладкий вкус выпечки.

Любовь к Родине начинается с семьи

Каков семейный очаг — таков и блеск в очах

«В стране»

«Угадайка»

Я лаю со всякой Собакой, Я вою Со всякой совою, И каждую песню твою Я вместе с тобою Пою. Когда же адали парокход Быком на реке заревет, Я тоже реву: «У-у!»

Нахмурилось небо (Наверно, не в духе!). Летают, летают Белые мухи!.. И носятся слухи, Что белые мухи Не только летают, Но даже — не тают!

Корней Чуковский (охи) Борис Заходер. (ленс ичварелл)



Половину какого рисунка забыл изобразить художник?

ЛЕКАРСТВО ОТ СТРЕССА

Современная медицина шагнула далеко вперед, но догнать себя, оказывается, позволяет и даже милостливо разрешает шагать в ногу, в резонансе с передовым опытом человечества.

Умственный труд уже становится бичом третьего тысячелетия. Спасение от него каждый пытается найти по мере своих возможностей: кто в рюмашке, кто в милашке, кто в садовом участке. Но порой и такое щадящее профилактическое оздоровление не помогает. Требуется что-нибудь более радикальное.

От постоянного эмоционального напряжения и интеллектуальных перегрузок три месяца я страдал бессонницей с вытекающей отсюда мнительностью, подозрительностью, манией преследования... Жизнь моя превратилась в ад. Но лада во время разлада мучительно хотелось.

«Ладушки!» — сказал я себе во время очередного особенно сильного сердцебиения и побежал в поликлинику впервые за последние десять лет. Обычно я спасался хатха-йогой и закаливанием, но, видимо, нагрузка увеличилась на порядок выше и привычные средства не помогали.

Терапевт посчитала не-

значительными отклонения в моей кардиограмме и артериальном давлении и, выписав успокоительные и сердечные лекарства, порекомендовала ими не злоупотреблять, чтобы не заработать побочных эффектов.

«В 36 лет болеть и рано, и стыдно, — сказала она. — Займись — ка лучше культуризмом, но так, чтобы падать

Штанга — это отдых

от усталости. Только предельная нагрузка тела может помочь предельно загруженным мозгам. Ты со мной не согласен?»

Чтобы согласиться нужно было проверить действие железных тяжелоатлетических таблеток на себе и я в тот же день записался в ближайшую секцию бодибилдинга.

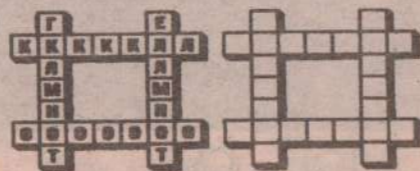
В помещении 55 садика на Ленинском поселке недавно открылся клуб «Спортфизлайф», в котором дают напрокат спортивный инвентарь: коньки, лыжи и занимаются различные секции: бокса, биатлона и т. д. Подростки ставят тяжелоатлетические рекорды под руководством опытного тренера, но это удовольствие стоит в два раза дороже, чем простое пользование тренажерами, которое предпочитают мужчины под сорок и за сорок лет.

Здесь существует что-то вроде мужского клуба, где сильная половина челове-

Семья



ГОЛОВОЛОМКА



Из букв, вписанных в первую форму, надо составить четыре слова и вписать их во вторую форму.

Овет: 'жолонлж' 'жолонлж' 'жолонлж' 'жолонлж'

ства восстанавливается после неприятностей на работе и семейных склок. Боль во всех группах мышц — прекрасное снотворное, к тому же безотказно избавляющее от навязчивых идей и переживаний. И, кстати, это намного дешевле таблеток, капель и, видимо, полезнее.

Подобное решение мне пришлось принять и в отно-

шении своих детей — музыкантов. Занятия в двух школах общеобразовательной и музыкальной привели их опять же к мозговой и эмоциональной перегрузке. Однажды сына вырвало на уроке прямо на концертный рояль, который мы вечером разбирали, промывали, одеколонили.

Теперь мой пятиклассник Алексей спасается от своей вундеркиндоности в секции рукопашного боя, а младшие дети дожидаются его на катке.

Так что дополнительной физической нагрузкой мы боремся с перекосами в рафинированном воспитании. Возможно и опять чего-нибудь куда-нибудь перекашиваем. Вот бы заранее предугадать где мы неправильно в этот раз закосили? А так очередные последствия могут проявиться еще через десяток лет. Может какой мудрый читатель нам присоветует из своего богатого опыта?

П. ВАСИЛЬЕВ.

Детдом

— Скажите, ребята, кто сегодня успел сделать добрый поступок?

— Я козла на дядьку на травил.

— Разве это доброе дело?

— Конечно. Он же на поезд опаздывал.

— Миша, где твоя мама работает?

— В больнице.

— Она хирург, терпелив?

— Нет, глазунья.

— Дедушка, я на улице с теленком познакомился. Можно мне его в избу привести?

— Да разве ж он придет?

— Конечно, придет, если ты не заставишь его зубы чистить.



— Наступи мне, пожалуйста, на ухо...

ВНИМАНИЕ!

Будьте бдительны!

В связи с последними заявлениями чеченских руководителей, чтобы предотвратить возможность активизации террористических групп на территории Российской Федерации, на всех уровнях власти принимаются конкретные меры и решения. Об этом свидетельствуют и приказ министра МЧС РФ, и Указ Губернатора Свердловской области, и последнее поста-

новление главы администрации о создании антитеррористических формирований на территории Каменского района.

Рядовому гражданину из всех этих документов и решений стоит усвоить свои действия (оговоренные в прилагаемой памятке) и телефоны ответственных органов власти: дежурная часть райотдела 3-44-31, штаб по делам ГО и ЧС 3-54-81, сельские администрации.

В случаях ложных звонков и заведомо злостной дезинформации может налагаться уголовная ответственность: штраф до 500 тысяч рублей и до пяти лет лишения свободы.

ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ АКТОВ

ПОМНИТЕ! Правильные и грамотные действия помогут сохранить Вашу жизнь.

Террористы могут произвести взрыв на улице, во дворе, в подъезде, в помещении, в автомобиле, в общественных местах.

Политическим терроризмом в мире заняты около 500 экстремистских групп и организаций. В настоящее время могут использоваться как промышленные, так и самодельные взрывные устройства, замаскированные под любые предметы.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

Об опасности взрыва, можно судить по следующим признакам:

— неизвестные сверток или предмет в машине или снаружи;

— остатки различных материалов, веществ и предметов нетипичных для данного места;

— чужая сумка, портфель.

Особенного отношения требует бесхозный чемодан или коробка в магазине, кинотеатре и других местах большого скопления народа.

Заметив вещь без хозяина, обратитесь к работнику милиции или другому административному должностному лицу, не прикасайтесь к находке и не подпускайте к ней других людей, избегая паники.

В целях сохранения безопасности жилища:

— уберите пожароопасные предметы; старые запасы красок, лаков, бензина и т. п.;

— уберите с окон горшки с цветами;

— задерните шторы на окнах — это защитит Вас от повреждения осколками стекла;

— сложите в сумку необходимые Вам документы, вещи, деньги для случая экстренной эвакуации.

Заходя в подъезд обращайтесь внимание на посторонних людей и незнакомые предметы. Держите в доме фонарик и приемник на батарейках. Договоритесь, где должны встретиться члены семьи, если во время взрыва вы окажетесь в разных местах.

ЕСЛИ ПРОИЗОШЕЛ ВЗРЫВ ПОМНИТЕ:

— прежде всего важно не тратить силы на панику;

— без воды и пищи вы можете продержаться достаточно долго, но первое условие — присутствие духа;

— постарайтесь определить где вы находитесь, нет ли рядом выхода и других людей, прислушайтесь, подайте голос;

— зажигать огонь нельзя;

— трубы и батареи — это возможность подать о себе информацию (путем удара по ним любым металлическим предметом).

Надейтесь на помощь и боритесь за свою жизнь сами. При задымлении защитите органы дыхания смоченным платком, полотенцем, шарфом.



Если у Вас есть возможность, с помощью подручных предметов (доски, кирпич и т. д.) укрепите потолок от обрушения и дождитесь помощи.

Действуйте в строгом соответствии с указаниями должностных лиц.

ТЕРРОРИСТИЧЕСКИЙ АКТ НА ПРОМЫШЛЕННЫХ ОБЪЕКТАХ

Террористический акт на некоторых объектах может привести к массовым поражениям людей. Из-за особенности городской аэродинамики ядовитые туманы быстро заполняют дворы, тупики, подвалы и держатся там дольше, чем на открытой местности. Надо иметь ввиду, что многие вещества в соединении с воздухом формируют и взрывчатые смеси.

О возникшей опасности населению должны сообщить местные органы гражданской обороны: работа сирен и прерывистые гудки предприятий — это сигнал «Внимание всем!», который означает, что надо включить местную радиостанцию, телевизор, репродуктор и узнать, что случилось, и что делать дальше. Стандартное сообщение (заранее готовое для различных экстремальных ситуаций) будет передаваться несколько раз подряд.

В целях предварительных мер личной защиты, важно знать порядок эвакуированных мероприятий: время, место сбора, транспортные возможности.



Рекорды в ледяной воде

В Москве были проведены соревнования «моржей» СНГ. От Гранитных трибун Парка культуры и отдыха имени Горького до Москвы-реки — 200 метров. По условиям заплыва, победителем признавался тот, кто максимальное количество раз преодолет эту дистанцию. Температура воды в этот день была 0 градусов, воздуха — минус 7.

Рекорсменом среди мужчин стал Николай Цыганков из Красноярска. Он проплавал в ледяной воде 30 минут, преодолев в общей сложности расстояние в 1400 метров.

В женском заплыве не было равных московской студентке Елеге Гусевой — 19 минут 48 секунд и 1200 метров.

Растения и настроение

Какое-то время назад активно заговорили о биополе человека. Только и было слышно об энергетических вампирах и прочей бонечности. С тех пор каждый младенец знает, что биополе зависит от его настроения: когда оно хорошее, организм излучает отрицательные заряды, когда плохое — положительные. Улучшить психологический климат в квартире могут растения. Точнее, те из них, которые ионизируют воздух с отрицательным зарядом — папоротник, пеларгония, герань. И необязательно перетаскивать их в ту комнату, где засел член семьи с плохим настроением. Потенциально зелени хватит на всю квартиру.

• ПОЭТЫ И ПИСАТЕЛИ

Очеркисту 11 лет

Великий русский писатель Лев Николаевич Толстой (1828–1910) свое первое литературное произведение написал в возрасте 11 лет. Это был очерк о Московском Кремле.

12-ЛЕТНИЙ ПИСАТЕЛЬ

Миндаугас Пелецкис из Шяуляя написал свою первую книгу «Единорог», когда ему едва исполнилось 12 лет. В 1900 году его произведение вышло в свет в издательстве «Периодика» тиражом 5 тысяч экземпляров (к тому времени писателю исполнилось 14 лет). Книга «Единорог» состоит из нескольких фантастических повестей. Одна из них — «Таинственный туннель» — заняла первое место на республиканском конкурсе «Вселенная и че-

ловек». В книгу вошли также повести, стихотворения и сказки, написанные Миндаугасом, когда ему еще не было 12.

Миндаугас увлеченно изучает арабский язык. Лингвистика — его хобби. Кроме того юный писатель занимается музыкой. А такая его работа, как «Статистика, или наука о судьбе» (объемом около 100 машинописных страниц) говорит о широте творческих интересов молодого автора.

Иллюстрации к собственной книге

12-летняя литовская школьница из города Клайпеды Скирманте Чирнюкайте написала книгу сказок и сама проиллюстрировала ее. Ре-

зультат творчества Скирманте — книгу «Мои сказки» издательство «Элдия» выпустило тиражом 4100 Экземпляров.

Гигантская белуга

На Астраханских рыбных промыслах была поймана белуга весом около тонны. Она имела «рост» 4 метра 26 сантиметров. Одной икры в ней было около центнера. Ихиологи определили возраст гигантской рыбины — около 70 лет. Она принадлежала к поколению «доплотинного» стада красной рыбы, которая раньше свободно отправлялась на нерест по Волге до реки Белая. Возможно, это последняя огромная белуга в волжских водах. Опытные специалисты сделали ее чучело для музея.

• ВАРИАЦИЯ НА ТЕМУ



Рисунок Аркадия Пяткова.

Удлинить жизнь можно только не укорачивая ее.



Редактор
Т. Игнашова.

Издается с апреля 1965 года

Учредитель: Администрация
Каменского района.
Наш адрес: 623418, г. Каменск-
Уральский, пр. Победы, 97а.

Телефоны: редактор 40377,
факс 40377. секретарь 40336.

Зарег. в РИ № Е-1327

В розницу — цена свободная.
Время подписания в печать по гра-
фику в 17 час. Номер подписан в 16.30.

Издатель — Управление печати
массовой информации г. Екатерин-
бург, ул. Мамина-Сибиряка, 145.

Ин. 53861

Газета выходит два раза в не-
делю, компьютерный набор.
Объем 1 п. л.

Отпечатано в ГУП «Шадринский
Дом печати».
Заказ № 296. Тираж 1300.