

Полысаево

№ 31 (49) 3 августа 2001 г., пятница

Более 9 км горных выработок нарежали с начала года проходчики ш. «Заречная». Об этих бригадах читайте на **2 стр.**

Когда коза превращается в орла в авторской рубрике Ангелики Вольф «Шахтерские горизонты» читайте на **3 стр.**

7 стр.: на нашей Кухне с рецептом - руководитель отдела физкультуры, спорта и туризма администрации города

РОГАЧЕВ

8 стр. - самая разная и полезная **ИНФОРМАЦИЯ**



На **6 стр.** Вы прочтете, что показывают космические «часы»; В детской рубрике - загадка сверчка Скипи;

Прогноз погоды от Дмитрия Катаева на 3 месяца; Участники нашего фотоконкурса-дети.



ИНФОРМАЦИОННЫЙ ОБЗОР

Это город мой...

УСЗН пенсия Кузбасса выплачена 70% получателей. В санаторий «Лебяжье» отправлены на отдых пенсионеры. Начата выплата пенсии за август.

...

За 11 дней (с 16 по 26 июля) месячника высокопроизводительного труда успешно выполнили взятые обязательства бригады **К.В. Загорко** (добыча составила 36,6 тыс. тонн при месячных обязательствах - 90 тыс. т.), **А.С. Череповского** (13,6 тыс. т. при обязательстве - 30) ш. «Полысаевская». Бригада **А.А. Морозова** (ш. «Заречная») при обязательстве добыть 85 тыс. т. выдала на-гора 33,7 тыс. т. угля. **Поправка:** ш. «Октябрьская» уч-к №2 вместо бригады М.Журавлева следует читать: «взяла обязательства участвовать в месячнике бригада **В.Н. Усикова**».

...

МП УЖКХ выполнено 50% запланированных работ по замене теплосетей. Завершены работы по замене 120 м теплосетей в р-не ул. Космонавтов, 77. Со следующей недели начнутся работы в р-не ул. Покрышкина, 73, Космонавтов, 8.

...

1 августа остановлена котельная **ППШ** для проведения профрабкок согласно утвержденному графику. На 50% выполнены работы по устройству автоматической углеподачи котельной №29. Завершены электромонтажные работы электрокотельной в пос. Красногорский. В рамках спонсорской помощи ведут ремонтные работы по подготовке к зиме и предприятия города: ш. «Октябрьская» - дома №92 по ул. Космонавтов, д/с №26; ЛШУ - ул. Иркутская, 4-а; ПСК - д/с №26; р-з «Моховский» завершает работы по замене системы отопления школы №9.

...

Городским центром занятости для ребят, желающих провести лето с пользой, дополнительно создано 100 рабочих мест по благоустройству школ города. В июне здесь работало 88 чел. (на оплату труда которым из средств федерального бюджета выделено 42680 руб.), а в июле - 12 подростков. По вопросу трудоустройства на постоянное место работы в центр занятости обратилось 37 подростков, из них 6 трудоустроены.

...

На этой неделе начался городской конкурс рисунков «Живописная стена». Из 35-ти поданных заявок отобраны для участия 15 человек.

Внимание!

«Прямая телефонная линия»

В среду, 8 августа, с 10.00 до 12.00 на вопросы горожан по тел. **1-56-97** ответит нач. отдела по молодежной политике администрации города **КАПИЧНИКОВА ЛАРИСА ГРИГОРЬЕВНА**

ПРАЗДНИЧНЫЕ ДАТЫ

Станция «Полысаевская»: будни и праздники

Скучать на этой неделе просто некогда. Будни сменяются праздниками с промежутком в 2 дня. 2-го августа - День воздушно-десантных войск, **5-го - День железнодорожника**. Отмечают свой профессиональный праздник и работники станции «Полысаевская», официально относящейся к шахте. Т.о. на станции справляют два профессиональных праздника: День железнодорожника и День шахтера. Согласитесь, не всем так везет. Станция основана на базе 32-го училища, в 1940 году, одновременно с основанием шахты.

Работа на железной дороге часто связана с риском и физически очень сложна. Но что

сцепка вагонов и другие виды работ - все по плечу нашим милым дамам. Мужчины же, в основном, работают машинами, помощниками машинистов, составителями и т.д. Однако, глядя на работниц станции, трудно поверить в то, что эти обязательные, красивые создания выполняют порой совсем неженскую работу. Так, при ремонте дороги нужно вытащить костьль, скрепляющий шпалу и рельс, затем подкопать шпалу, вытянуть ее специальным крюком, заменить на новую, поднять рельс и положить новый. После чего работа выполняется в обратном порядке. При этом вес одной шпалы - 40 кг, а вес одного рельса - 845. Один такой рельс поднимают 10 - 13 женщин. Так что,

общее возможно... за рубежом. А вот в России возможно все!

Нужно отметить одну важную закономерность: на станции почти нет кадровой «текучки», а это значит, что в коллективе царят мир и гармония. И многие работники являются старожилами. По 25-26 лет отработали на станции маневровые диспетчера: **Евланова Л.А., Калашникова А.Г., Махлейт Н.И.** По 23 года - дежурные по станции: **Курышкина Н.М., Орешникова В.М., Баумбах Н.В., Белкина В.И., Торгунакова И.В.** По 26 - стрелочники: **Лушпа В.И., Ширина Е.Ф.** 32 года отдала станции учетчица **Марченко Н.Л.** Машинист **Перминов В.Г.** работает уже 30 лет, **Гофман А.И.** - 27, **Красильников А.А.** - 27 лет и мн. др.

Неудивительно, что своей увлеченностью работой старожилы заражают и молодое поколение. На станции формируются трудовые династии. Вслед за родителями сюда пришли работать **Сапрыгина Е.В., Диденко И.А., Слуцкая Н.В.** и др., зарекомендовав себя как ответственные, трудолюбивые работники. Смена растет на редкость талантливая, по мнению **Городовой Т.А.**, которая называет в числе лучших и молодежь: **Хлыбова И.П., Корнеева А.И.** и др. Т.о. на станции есть кому продолжать традиции квалифицированной, добросовестной работы.

И.о. начальника станции **Городова Татьяна Александровна** отмечает, что даже в самые трудные времена, когда на станции, как и везде, подолгу задерживали заработную плату, люди оставались верными родной станции. Тяжелый



период был пережит сообща. Сегодня станция возвращается к старым объемам работы, отгружая до пяти-шести составов в сутки, как и в «доперестроечные» времена. Уголь со станции «Полысаевская» отправляется не только по области, но и по стране в целом. Кроме того, экспортируется в Ливан, Турцию, Польшу, на Украину и в др. Дирекция училища подготовила своим работникам праздничный подарок. Каждый из тех, у кого нет нареканий по работе, получит премию от 300 до 600 руб. Кроме того, 3 августа в ДК Ярославского г.Л-Кузнецкого лучшим работникам станции будут вручены награды, показан праздничный концерт. Здесь умеют и работать, и веселиться, что опять же положительно характеризует коллектив.

Редакция газеты «Полысаево» от всей души поздравляет работников станции с их профессиональным праздником и желает им постоянного наличия работы, а, следовательно, и заработка; здоровья и счастья.

А. ВОЛЬФ.
На снимках: и.о. начальника станции **Т.А. Городова;** женщины-путейцы.



парадоксально, в штате станции основная масса работников - женщины. Так, в службе эксплуатации насчитывается только 20% мужчин, а в службе пути и того меньше - 5%. Т.о. основную работу приходится выполнять женщинам. Укладка и ремонт путей, торможение составов,

в среднем на одну приходится от 84 до 65 килограммов чистого веса. Что ни говори, а есть в наших женщинах что-то таинственное и непостижимое. Могли бы вы представить себе француженку или англичанку, несущую на своих плечах 80 кг и выглядящую при этом как богиня. Сомнительно, что такое во-

И они вносят свою лепту

Уже в конце июля подготовительные коллективы шахты «Заречная» выполнили годовую программу по проходке горных выработок. На 2001 год план по проведению горных выработок составил 8065 погонных метров. На 25 июля проходчиками «Заречной» было пройдено более 9 км (9014 погонных метров).

Весомый вклад в общий успех проходческих коллективов внесли хорошо известные не только на шахте, но и за ее пределами, бригады, возглавляемые заслуженными шахтерами с участка №3 А.Е. Люкиным (за полгода ею пройдено 1725 погонных метров при плане 800), В.И. Соловьевым (за этот же период бригада прошла 1076 погонных метров при плане 780) и Анатолий Евграфович, и Владимир Иванович опытные горняки, умелые организаторы производства, каждый со своими секретами профессионального мастерства, общепризнанные лидеры слаженных горняцких коллективов.

Однако в досрочном выполнении общей государственной программы по подготовке горных выработок немаловажную роль сыграли и проходческие бригады участка Горных капитальных работ. Этот коллектив был создан не столь давно. Он начал работать с января 1999 года, но сначала это была небольшая группа проходчиков, потом принимались новые рабочие, создавались бригады.

Во главу нового коллектива поначалу назначили С.И. Булдакова. Полтора года назад его сменил на этой должности В.М. Черухин. Сейчас на участке горнокапитальных работ три бригады: две маршевые и одна объемная. За I полугодие участком ГKR пройдено 1840 погонных метров при плане 1340, (из них бригадой В.И. Соловьева - 1076, а бригадой А.Ю. Точенова - 749).

Недавно удалось побеседовать с начальником участка В.М. Черухиным, к которому обратилась с просьбой рассказать о возглавляемом им коллективе, заботах и проблемах. Оговорюсь сразу, Виктор Михайлович не из числа тех, кто любит и умеет много говорить о своих делах. Он, как утверждают на шахте, - человек не слова, а дела. Те, кто давно его знает, рассказывают, что это опытный грамотный горный инженер, проходке он отдал без малого три десятка лет, долгие годы трудился на «Кольчугинской». Особенно хорошо на участке ГKR сработала в июле бригада Е.И. Соловьева (правда, сам бригадир находился в этот период в отпуске).

При месячном плане 50 погонных метров горных выработок на 30 июля ею было пройдено 177. Отлично потрудились проходческие звенья Ю. Иноземцева, Б. Байлагашева, С. Андропова, С. Елаженцева, Г. Куропаткина (во главе звеньев стоят комбайнеры). Тут

надо учесть, что проходческие бригады на участке ГKR ведут подготовку горных выработок техникой старой модификации, комбайны ГПКС уже, можно сказать, изжили свой технологический ресурс. Поэтому, чтобы поддерживать механизмы в исправном состоянии, очень сложно работает и энерго-механической службе участка. Есть здесь очень опытные слесари. В том числе по бригаде Е.И. Соловьева начальника участка назвал Ю. Соболевского, С. Носова, а по бригаде А.Ю. Точенова Виктор Михайлович говорил с похвалой об электрослесарях В. Шилоке, Е. Михайлове, Ф. Кастрюкове, В. Кирпиченко.

Добрые слова были сказаны начальником участка и адрес проходчиков обеих бригад. Он отказался кого-либо выделять - все хорошо работают. А обижать он никого не хочет.

Но все же тепло и уважительно (несмотря на свою немногословность и сдержанность в вопросе похвалы) В.М. Черухин рассказывал о А. Вебере, бригадире объемной бригады, о его людях. По утверждению Виктора Михайловича ни на одной шахте нет такого коллектива. В нем - 70 человек, создан он около года назад, здесь опытные проходчики подошлись, сам бригадир - прекрасный организатор, специалист своего дела. Ему под стать - Н. Крылов, А. Богушевич, В. Королев, С. Гудасов, С. Сидельников, А. Ананьев, А. Авде-

ев. Они не только сами прекрасно работают, но и учат молодежь секретам своего мастерства. А молодых ребят немало в бригаде. Этот коллектив фактически помогает держаться на плаву всем маршевым бригадам обоих участков. А Вебер и его коллектив готовят кроссинги, разделяют площадки. Трудятся в сложных условиях, ведут подготовку горных выработок методом буровзрывных работ, по породе. А это очень тяжело. Поэтому можно сказать, что без их тяжелого упорного труда тех успехов, которые достигают остальные бригады на шахте, не могло бы быть, - утверждает Черухин.

Ну что ж, остается пожелать всего доброго этому хорошему коллективу. Он уже вполне сложился, участок горнокапитальных работ уверенно заявил о себе. Здесь, в основном, хорошие проходчики, электрослесари, вспомогательные рабочие. И руководители участка друг другу под стать. В.М. Черухин попросил отметить вклад в общее дело и его помощников: С.И. Власенко, С.И. Кондратенко.

Словом, дальнейших вам успехов, горняки участка ГKR шахты «Заречная», упорства в преодолении трудностей, в достижении поставленных целей. Пусть возрастает ваш вклад в общий успех очистников, проходчиков «Заречной».

А. КОЛЧИНА.

Заряд энергии на весь год

Летние каникулы - прекрасная пора отдыха для школьников. По разному отдыхают наши юные горожане в этом году. Но надо отдать должное нашей городской администрации, руководителям предприятий и учреждений, управлению образования и, конечно же, тем педагогам, профсоюзным работникам, ответственным лицам предприятий и учреждений, которые непосредственно общаются с детьми и организуют их досуг. Около десяти предприятий и учреждений города обеспечили отдых почти 1500 детей нынешним летом. 180 детей прекрасно проводят время в спортивно-оздоровительном лагере «Дружба». Небольшой процент детей города отдыхает за его пределами: на море, в санаториях страны и т.д., основная масса школьников остается в городе и пользуется услугами, предлагаемыми местными школами, предприятиями, администрацией. Вот и в школе №14 уже начался III сезон, в котором отдыхают 180 учащихся.

Обширную развлекательную программу представили педагоги для своих учеников. Несмотря на сюрпризы, преподносимые нам природой, педагогам удалось создать солнечную, теплую ауру в своем лагере отдыха, и дети в нем чувствуют себя замечательно. В актовом зале школы проводятся конкурсы «День именинника», «Два рожья», «Мисс лагеря» и многие другие.

Как только погода немного улыбнулась нам, отдыхающие устремились на улицу. Здесь и футбол между отрядами, и городские соревнования между лагерями отдыха, проводимые отделом физической культуры и спорта на стадионе ДЮКФП (зав. отделом - В.И. Рогачев).

Но самым интересным мероприятием можно назвать «Поиски клада». На линейке были объявлены правила игры и даны инструкции. С помощью условных знаков (стрелок, записок и т.д.) юные следопыты устремились на

поиски таинственного клада. Каждый условный знак таил в себе закодированную информацию. Это помогало детям определить направление поиска клада. Были здесь и пиратский корабль, и разрушенный замок, и остров сокровищ с сундуком. Упорство помогало детям продержаться около двух часов в напряженной борьбе, которая увенчалась победой: недалеко от школы, под одинокой березой, был найден клад. Это были вкусный йогурт и апельсины. Сюрприз был более чем приятным для юных сладкоежек. Участие в этой игре принимали все без исключения.

Нужно отдать должное педагогам и воспитателям: они умело направляли поиск в нужное русло, подерживая интерес к нему. Игра прошла на высоком организационном уровне. Каникулы продолжают. В. МАРКИН.

ЧЕЛОВЕК И ЕГО ДЕЛО

Мы молоды были и счастливы

С этой пожилой, но не утратившей привлекательности женщиной мы встретились на крылечке ее дома.

- Проходите, присаживайтесь...



Но мы вежливо отказались и пристроились тут же, на чистых, покрытых домоткаными дорожками ступеньках. Федора Тимофеевна и Владимир Васильевич Копанцевы труди-

лись на «Полысаевской-2» (ныне «Октябрьской») со дня ее открытия. Работали честно, на совесть, внося свой посильный вклад в копилку былой славы предприятия. А уйдя во второй

половине 80-х годов на пенсию, сохранили самые теплые воспоминания о своем коллективе, о шахте.

- Вспоминаю все, как будто сейчас там работаю, - улыбается Федора Тимофеевна.

Никогда она не думала, что свою

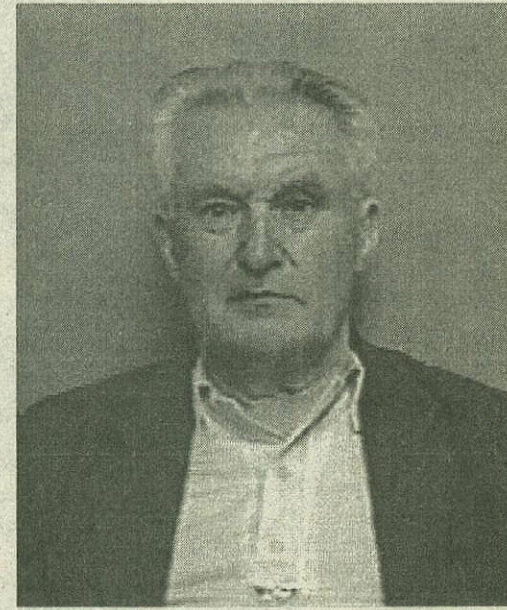
жизнь свяжет с шахтой. Да судьба распорядилась по-своему. Жила ее семья далеко отсюда, в Тюменской области. Отца потеряли рано. Когда брата призвали в армию, остались они

втроем - мать, Федора и младшая Валя. Трудно было в послевоенные годы, нужда стояла на пороге, но они надеялись на лучшие времена. Брат после службы уехал к другу в Полысаево, да так и остался здесь. Писал письма, звал к себе. Матери не хотелось покидать родные края, и Федора с Валей переехали в Полысаево только после смерти мамы. Федора сразу устроилась откатчицей на «Полысаевскую-2».

- Сколько вагонов за смену откатывали? Да кто их считал. Есть уголь - так и всю смену ни минуты отдыха. И дома особо не отдохнешь: и еду приготовить, и по хозяйству управиться. А вечером и в кино хочется, молодые ведь были... Потом уж подучилась и стала работать опрокидчицей. Тут и познакомились с Владимиром Васильевичем, он был машинистом подземного электровоза.

В 1957 году у них родилась дочь Галя, а через год сын Павлик. Дом построили своими силами, доброт-

но, надежно. Молодые были, счастливые, трудностей не замечали. Жили хорошо, дружно, помогали друг другу, семья и работа были для них на первом месте. Дети подросли



и пошли в школу, а Федора Тимофеевна вернулась на свое уже старшее родным предприятие. Выучилась на лаборанта-аппаратчика котельной и работала там до самой

пенсии. На заслуженный отдых они ушли почти одновременно с мужем. А сейчас вот детям помогают. Их Галина, когда закончила Новосибирский авиационный институт, работала инженером на авиазаводе им. Чкалова, но в начале 90-х его закрыли. Пришлось ей искать другое занятие. Сын работал на шахте «Кузнецкая», ее тоже в 1997 году закрыли - о с т а л с я без работы и без пенсии.

- Нам повезло больше, чем нашим детям, - говорит Федора Тимофеевна. - Мы родились в хорошее время, а вот нынешнему поколению приходится выживать. Горько и обидно за наших детей и внуков. Но все же надеждой живем, что все наладится и будет хорошо.

Федора Тимофеевна закончила свой рассказ, сложила натруженные руки на груди, тяжело вздохнула. Смотрел я на эту милую, приветливую, доброжелательную женщину и думаю, как многое в жизни она испытала, как она этими руками с еще не огрубевшими тогда ладошками толкала тяжелые вагонетки, нажимала рукоятку опрокидчика, как трудилась вместе с мужем в вечной темноте подземных лабиринтов, внося и свою лепту в трудовую славу шахты. О своем муже Федора Тимофеевна отзывается с уважением и любовью: «Он у меня труженик, советчик и помощник. Живем мы с ним счастливо, дай бог прожить так другим».

Вместе они переживали, когда на «Октябрьской» наблюдался спад производства, и радуются сейчас, когда родное предприятие вновь заявило о себе, как в былые времена, ведь они были одними из первых, кто начал работать с момента открытия шахты.

В. МАКАРОВ.

На снимках: Федора Тимофеевна и Владимир Васильевич Копанцевы.

ЛЕТНИЙ ОТДЫХ

Победа за НЛО!

Заканчивается второй сезон отдыха детей в спортивно-оздоровительном лагере «Дружба». А что примечательного было в нем? Одно из запоминающихся событий для жизни лагеря и отдыхающих ребятишек в этом сезоне – летняя спартакиада, которая прошла 30 июля. В лагере 7 отрядов (4 – «старших» отряда и 3 – «малыши»), и каждый выставил на соревнования команду из 10 человек: 5 мальчиков и 5 девочек.

После бурной череды дождей наконец-то выдался замечательный денек, и радости ребятишек не было конца. С самого утра территория лагеря заполнилась шумной оравой мальчишек и девчонок – кто-то на качели качается, кто-то в волейбол или теннис играет, а кто-то просто загорает на солнышке. Лагерь заполняется веселым «щебетанием» детских голосов. И как прекрасно, что именно сегодня в лагере проводится летняя спартакиада сезона.

А начинается она, как обычно, с торжественной линейки. Вот они – отряды юных спортсменов. Строевым шагом, весело выкрикивая речевку, идут на линейку малыши. Подтягиваются, не такие активные, старшие отряды.

А какие интересные названия придумали ребята своим командам, здесь детская фантазия безгранична. Знаете, например, что такое «НЛО»? Наш любимый отряд. А «СМИД»? Союз мальчишек и девчонок.

Физрук лагеря Татьяна Васильевна Алгайкина объявляет этапы соревнований; с напутственным словом перед ребятами выступил председатель Совета РОСТО Геннадий Михайлович Осипенко. (Эта организация занимается проведением для ребят различных слетов и стрельб, готовя их для обороны и защиты Родины).

А самим участникам уже не терпится посостязаться, они ждут лишь команды «Старт!».

Вожатые выводят отряды на первые этапы спартакиады:

- Бег на 60 и 500 метров.
- Прыжки в длину.
- Отжимание.

Младшие отряды (самые активные и непосредственные участники спартакиады) до изнеможения отжимаются – и мальчики, и девочки. Каждый болеет за свою команду. И даже малявка-дошколенок пытается, подражая старшим, поднять свое тело на еще слабых ручонках.



Для старших отрядов дополнительно бег с препятствиями в противогазах. Интересно и не так уж тяжело! Но противогазы достаются не всем (а лишь первым пяти членам команды), и поэтому каждый старается вырваться вперед.



Еще один этап для старших команд – поиск с помощью специального прибора радиоактивных элементов. Командиру каждой команды нужно самому настроить прибор и определить зону заражения. От его усердия зависит «участие» всей команды, и ребята активно пытаются помочь своему лидеру.

Последний этап спартакиады – самый увлекательный – это стрельба из пневматического ружья. Нужно самому повесить для себя мишень, зарядить ружье и по команде «Пли!» постараться попасть, конечно же, в «десятку». За юными стрелками зорко следят (как бы чего не произошло!) и, когда нужно, помогают представители РОСТО. И хотя спартакиада заканчивалась, мальчишек было непросто



«оторвать» от ружья и притягивающей их мишени.

В конце соревнований – традиционное награждение победителей: грамоты, поздравления, дружные крики «Ура!». И место заняла команда «НЛО» (4-й отряд), II место – у команды «СМИД» (2-й отряд) и III – у команды «БЕМС» (3-й отряд). И хотя победители определены, но главное, что никто из ребят не остался в стороне.

Закончилась спартакиада, позади упорная борьба за победу, ребята спешат в столовую, где их уже ждет дымящийся обед. И они дружно убегают, унося с собой веселый гам, азарт и непосредственность детского восприятия.

Н. КАДЕСНИКОВА.

На снимках: отряды на этапах спартакиады – работа с прибором, стрельба и бег в противогазах.

Авторская рубрика АНГЕЛИКИ ВОЛЬФ

«ШАХТЕРСКИЕ» «ГОРИЗОНТЫ»

Сегодня пятница, и мы снова с вами, уважаемые читатели, в рубрике «Шахтерские горизонты». Вы, может быть, думали, что тема «животные» в наших публикациях исчерпана? Ничего подобного. Осмелюсь доложить вам, что собаки и крысы – это еще далеко не вся живность, населяющая подземный мир шахты. Есть и гораздо более грозные «животные». Перефразируя известную поговорку, скажем так: «Вернемся к нашим козам».

КОГДА КОЗА ПРЕВРАЩАЕТСЯ В ОРЛА?

Можете ли вы ответить на вопрос, поставленный в названии статьи? Для горняка это даже не вопрос. А для нас, дилетантов – загадка. Эту загадку загадал нам работник шахты «Октябрьская» Быков Василий Иванович. Его вопрос привел нас в некоторое замешательство. Понятно, что нам пришлось сдаться без боя и попросить Василия Ивановича дать вразумительный ответ на поставленный вопрос, что он и сделал незамедлительно. ИТАК, слушайте и вы, наши любознательные читатели.

Знаете ли вы вообще, кто такая коза? Да-да, конечно же знаете. Мы даже слышим ваши ответы: «Это такое домашнее животное, которое дает много шерсти и молока. У него есть рожки, четыре ноги и хвостик». Еще вы можете сказать, что шерсть ангорской козы – самая теплая после верблюжьей, и, думаем, еще много интересного. «Нет, нет и еще раз – нет!» – ответил нам Василий Иванович. Козой в шахте называется ВАГОНЕТКА, у которой по ширине вырезаны торцевые части. Она предназначена для транспортировки длинномерных материалов (например, труб или стоек) по рельсам, находящимся в шахте. Речь снова идет об изменении первоначального значения слова на основе внешнего сходства. Линия отреза на вагонетке действительно похожа на рожки бодливой козочки. В общем-то, безобидное название для техники, но только до момента ее превращения в «ОРЛА». Как вы думаете, когда же такая коза может превратиться в орла? Не сомневаюсь, что большинство из вас ответит: «Когда полетит!», – и будет совершенно прав. Дело вот в чем. При сцепке или при перерасцепке вагонеток иногда случаются внештатные ситуации. Одной из них является ситуация, когда вагонетка отцепляется и начинает катиться под уклон, набирая скорость. Незвестно, когда и кем это придумано, но в таких случаях звучит, ставшая уже классикой, фраза: «Все, полетела. Прямо орел!», – или – «Орел пошел!» Представьте себе несколько тонн, летящих на бешеной скорости, сметающих и крушащих все на своем пути. Такая «взбесивша-

я» вагонетка сносит до десяти – пятнадцати кругов, превращая в труху оборудование, материалы и всех, кто попадет на ее пути. «Пустить орла» – для любого горняка означает одно: случилась беда! За подобную халатность можно, в лучшем случае, поплатиться местом работы, в худшем – отправиться в места не столь отдаленные. На специальных комиссиях, созданных для расследования причин аварии, можно услышать: «Убрать всех животных из шахты!», – что означает: «Принять меры для предотвращения подобных ситуаций».

Как видите, ответ на, казалось бы, невинную загадку – трагедия. Напрашивается вопрос: «Почему именно «орел»? Видимо, это связано с представлениями людей о мощи, силе этой хищной птицы, о размахе ее могучих крыльев. Но, согласитесь, «орел» в шахте – явление гораздо более грозное и страшное, нежели его тезка из животного мира.

А теперь – о менее трагичной истории, которая чудом закончилась более или менее благополучно. Ее рассказал нам горняк с шахты им. 7 Ноября города Ленинска-Кузнецкого, пожелавший остаться неизвестным. Шахтеры – веселый народ. Жизнь без шуток кажется им пресной, но шутки эти часто бывают злыми. Помните сказы Бажова, главной героиней сказов является Хозяйка Медной горы. В Кузбассе – свои легенды. В роли хозяина угольных недр у нас выступает «ПОДЗЕМНЫЙ ЧЕРТ». Байки о нем мы еще надемся получить от вас, наши уважаемые читатели.

Это случилось энное количество лет назад. Один из начальников участка по какой-то надобности оказался в лаве один. На глубине нескольких сот метров, где не было никого, кроме него и шуршащих крыс и ничего, кроме обступающей со всех сторон темноты, он с ужасом увидел, что на него смотрят два горящих глаза. Что бы почувствовали вы, наши смелые читатели? Нет сомнения, что даже самый храбрый из вас не выдержал бы взгляда «подземного черта», про-

жигающего вас насквозь. Наш герой бросился бежать, что было силы, – результате чего получил травмы разной степени тяжести. Мы не говорили уже о психологическом состоянии человека, попавшего в такую переделку.

«Что же, – спросите вы, – «подземный черт» существует на самом деле?» «Да, – отвечаем мы вам, – но только в нашем воспаленном мозгу». Нет, это не было галлюцинацией. На горняка действительно смотрели из темноты два горящих глаза... КОЗЫ. Как она там оказалась?

Очень просто. К счастью, сегодня все меньше остается открытых уклонов шурфов, по которым раньше беспрепятственно можно было попасть на шахту, минуя проходную. Во времена же, когда случилась эта история, шурфы функционировали как проходная для тех, кому лень было делать лишний крюк. По одному из таких шурфов горе-шахтеры протаскивали в шахту гуляющую на поверхности козу, мирно щиплющую травку. Бедное животное бродило в кромешной темноте, вряд ли хоть что-нибудь понимая, буквально потеряв дар речи, вернее, бляяния. Иначе как объяснить его упорное молчание при встрече с героем нашего рассказа. Быть может, в нем коза увидела одного из тех, кто так зло подшутил над ней. Какой немой укор можно было прочесть в ее измученных глазищах? В конце концов все закончилось благополучно: коза была транспортирована на поверхность, наш герой – госпитализирован, а «шутники» так и остались неизвестными. Интересно, не снятся ли им по ночам кошмары?

Как видите, «козы» в шахтах бывают разные, даже живые.

Вот такой неспокойный, опасный, трагический, а порой, и комический мир предстает перед нами. Мир, заселенный разным зверьем, живым и неодушевленным, но от этого не менее опасный для горняка. Это мир ШАХТЫ.

А на сегодня новостей больше нет. До следующей встречи, дорогие читатели. Ждем ваших откликов.





понеделник, 6 августа

НТВ 25 канал

ТНТ 29 канал

Наше ТВ

ТВ-6

1 канал	РТР 2 программа
06.00 «Доброе утро»	7.00 8.00 9.00 10.00 12.00 Вести
09.00 Новости	07.15 «Верьность любви»
09.15 Т/с «Земля любви»	07.50 08.50 Вести
10.15 Независимое расследование	08.15 09.50 «Семейные новости»
11.05 «Смехопанорама»	08.25 «Телепузики»
11.40 Ералаш	09.15 Мультфильмы
11.50 Библиомания	09.30 «Москва-Минск»
12.00 Новости	09.45 Православный календарь
12.15 «Добрый день»	10.15 Два рояля
12.45 Х/ф «Мазедро «с ни-точкой»	11.00 Моя семья
15.00 18.00 23.30 Новости	12.30 «Фитиль»
15.20 М/с «Все псы попадают в рай»	12.45 Т/с «Санта-Барбара»
15.45 М/с «Покемон»	13.35 Т/с «Селеста»
16.05 «Большая стирка»	14.30 «36,6»
17.00 Х/ф «Собаачье дело»	15.00 18.00 21.00 00.00 Вести
18.20 «Ералаш»	15.30 Т/с «Шальные деньги»
18.30 «С легким паром!»	16.25 Т/с «Дикий ангел»
19.00 Т/с «Земля любви»	18.30 Губернские новости
20.00 Жди меня.	18.50 Советы огородникам
21.00 Время	19.05 В центре внимания
21.40 Д/с «Закон джунглей»	19.30 21.30 ПУЛЬС
22.35 «Секретные материалы»	19.50 Прозрачный бюджет
23.45 Цивилизация	20.00 Каникулы с «Аншлагом»
00.20 Т/с «Полная безопасность»	21.50 Х/ф «Свободное падение»
	23.25 03.10 Легкая атлетика
	00.30 Вести - Москва
	00.40 Вечер А. Волоковой
	02.15 «Спорт за неделю»

07.00 Сегодня	19.00 «Карданный вал»
07.30 «Впрок»	19.10 Примите поздравления
07.45 «Карданный вал»	19.15 «Криминальная Россия»
08.00 Сегодня	20.00 Сегодня
08.20 «Криминал»	20.30 Примите поздравления
08.30 Т/с «Курортный роман»	20.35 «Криминал»
10.00 Сегодня	20.45 Т/с «Поющие в терновнике»
10.30 Т/с «Курортный роман»	21.50 Т/с «Шейх Бадиар по прозвищу «Пират»
12.00 Сегодня	23.00 Сегодня
12.30 Т/с «Вечный зов»	23.35 «Криминал»
14.00 Сегодня	00.05 Т/с «Неприкасаемые»
14.20 «Старый телевизор»	
15.40 «Куклы»	
16.00 Сегодня	
16.30 «Очная ставка»	
17.00 Т/с «Ее звали Никита»	
18.05 Геннадий Хазанов. «Жил-был Я»	

07.00 Мультсеанс	23.35 Городская панорама
07.30 Т/с «Пытливый ум»	23.45 Музыка на ТНТ
08.00 Т/с «Лето нашей тайны»	00.00 «Страсти по Соловьеву»
09.00 Т/с «Сеньора»	00.35 Т/с «Папочка-майор»
09.30 «Хит-парад на ТНТ»	01.10 Глобальные новости
09.55 «Телемагазин»	01.20 -01.50 Хит-парад на ТНТ
10.00 «Сегоднячко»: лучшее за год	
11.00 «Магазин на диване»	
11.10 Т/с «На краю Вселенной»	
13.30 Телемагазин	
14.30 Т/с «Королева сердец»	
15.30 Мультсеанс	
16.00 Т/с «Пытливый ум»	
16.30 Т/с «Лето нашей тайны»	
17.30 Д/с «Дикая Америка»	
18.00 «Страсти по Соловьеву»	
18.30 «Из жизни женщины»	
19.00 Кольчугинские копии	
19.20 «Сбербанк»	
19.30 «Женщина-полицейский»	
20.30 Городская панорама	
20.50 «Желаю счастья»	
21.30 Х/ф «Выйти замуж за капитана»	

7.00 7.55 9.00 9.20 9.55 20.30	22.55 Т/с «В плену страсти»
21.15 21.50 22.10 Погода	23.50 «5 мин. с делов. Москвой»
07.05 16.35 Момент истины	00.55 Х. ф. «Железная маска»
08.00 Т/с «Бeverли Хиллз 90210»	03.15 Времечко
09.25 Шоу-бизнес	03.45 «Петровка, 38»
10.00 «Настроение»	04.20 «Ночной полет»
13.00 «Версты»	04.55 «Интернет-кафе»
13.45 Телемагазин	
14.05 Т/с «Три жизни Софии»	
15.00 18.00 События	
15.15 Телеканал «Дата»	
16.10 Петровка, 38	
16.20 Удачный выбор	
17.30 Деловая Москва	
18.15 Т/с «Инспектор Кресс»	
19.20 «Мир без наркотиков»	
19.30 «Наше трофейное кино»	
20.00 Регионы: прямая речь	
20.35 Музыкал. поздравления	
21.00 00.00 04.00 События	
21.20 Т/с «Веселая компания»	
21.55 «Наш сад»	

07.00 Музыка	16.10 «Следствие ведут знатоки»
07.55 «Мое кино» с В. Мережко	18.15 «Баллада о Чухрае»
09.05 «Вы - очевидец»	19.00 Сегодня
09.40 Музыка	19.30 «Чехов и К...»
10.05 День за днем	21.00 Т/с «Шпионские игры»
13.00 Новости	21.55 Т/с «Последний Дон», 1 с.
13.15 Погода	22.50 Телепанорама. Клипы.
13.25 Т/с «Агент национальной безопасности»	23.00 Сегодня
14.30 «Все в сад!»	00.00 Т/с «Самые громкие преступления XX века»
15.00 «В нашу гавань заходили корабли»	00.25 Музыка
16.10 «Следствие ведут знатоки»	01.00 Сегодня
18.15 «Баллада о Чухрае»	01.40 03.25 Спорт
19.00 Сегодня	01.45 «Скандалы недели»
19.30 «Чехов и К...»	02.40 Музыка
21.00 Т/с «Шпионские игры»	03.00 Сегодня
21.55 Т/с «Последний Дон», 1 с.	03.40 Дорожный патруль
22.50 Телепанорама. Клипы.	03.55 Х.ф. «Приди и возьми»
23.00 Сегодня	05.25 Дорожный патруль

вторник, 7 августа

НТВ 25 канал

ТНТ 29 канал

Наше ТВ

ТВ-6

1 канал	РТР 2 программа
6.00 «Доброе утро»	06.50 07.50 08.50 09.50 Пульс
9.00 Новости	7.00 8.00 9.00 10.00 12.00 Вести
9.15 Т/с «Земля любви»	07.15 Т/с «Верьность любви»
10.15 Жди меня	07.50 08.50 Вести
11.10 Д/ф «По следу «своих»	08.15 «Семейные новости»
11.40 Ералаш	08.25 «Телепузики»
11.50 Библиомания	09.15 Мультфильмы
12.00 Новости	09.45 Православный календарь
12.15 «Добрый день»	09.50 Дежурная часть
12.45 Мультсеанс	10.15 «Два рояля»
13.10 Звездный час	11.00 «Моя семья»
13.35 Х/ф «Дополнительный при-ебывает на второй путь»	12.30 «Фитиль»
15.00 18.00 23.30 Новости	12.35 Т/с «Санта-Барбара»
15.20 «Все псы попадают в рай»	13.35 Т/с «Селеста»
15.40 «Ералаш»	14.30 «Советы огородникам»
16.05 «Большая стирка»	15.00 18.00 21.00 00.00 Вести
17.00 Т/с «Собаачье дело»	15.30 Т/с «Шальные деньги»
18.20 «Дикие звезды Голливуда»	16.30 Т/с «Дикий ангел»
18.50 Т/с «Земля любви»	18.30 Губернские новости
19.50 Т/с «Остров страха»	19.05 «Найди меня, мама!»
21.00 Время	19.50 Трудные легионы Кузбасса
21.40 Х/ф «Крылышко или нож-ка»	19.25 «Долговечная красота»
23.45 На футболе	19.30 21.30 ПУЛЬС
00.25 Х/ф «Гражданин Икс»	20.00 Т/с «Любовь.ру»
	21.50 Х/ф «Городские пизоны»
	00.30 Вести-Москва
	00.40 Х/ф «Газонокосильщик»

07.00 Сегодня	19.10 20.30 Примите поздравления
07.45 «Криминал»	19.15 «Совершенно секретно»
08.00 СЕГОДНЯ	20.00 Сегодня
08.15 «Впрок»	20.35 23.35 «Криминал»
08.30 «Карданный вал»	20.45 Т/с «Поющие в терновнике»
08.40 «Криминал»	21.55 Т/с «Шейх Бадиар»
08.50 Т/с «Поющие в терновнике»	23.00 Сегодня
10.00 Сегодня	00.05 Т/с «Неприкасаемые»
10.25 Т/с «Шейх Бадиар по про-звищу «Пират»	
11.25 Чистосердечное признание	
12.00 Сегодня	
12.30 Т/с «Вечный зов»	
14.00 16.00 Сегодня	
14.30 «Старый телевизор»	
15.40 «Впрок»	
16.30 «Служба спасения»	
17.05 Т/с «Ее звали Никита»	
18.10 Г. Хазанов	
19.05 «Карданный вал»	

07.00 Мультсериал	20.30 23.35 Городская панорама
07.30 Городская панорама	20.50 «Желаю счастья»
08.00 Т/с «Лето нашей тайны»	21.30 Х/ф «Два убийцы»
09.00 Т/с «Сеньора»	23.55 Музыка на ТНТ
09.30 «Хит-парад на ТНТ»	00.10 «Страсти по Соловьеву»
09.55 Телемагазин	00.45 Т/с «Папочка-майор»
10.00 Т/с «Женщина-полицейс-кий»	01.20 Глобальные новости
11.00 «Магазин на диване»	01.30 «Хит-парад на ТНТ»
11.10 Х/ф «Выйти замуж за ка-питана»	
13.30 Телемагазин	
14.30 Т/с «Королева сердец»	
15.30 Мультсериал	
16.00 Т/с «Пытливый ум»	
16.30 Т/с «Лето нашей тайны»	
17.30 Д/с «Дикая Америка»	
18.00 «Страсти по Соловьеву»	
18.30 «Из жизни женщины»	
19.00 Телегра	
19.30 «Женщина-полицейский»	

07.05 События	22.15 «21 кабинет»
08.00 Т/с «Бeverли Хиллз 90210»	23.00 Т/с «Узурпаторша»
09.25 «Осторожно, модерн-2»	23.50 5 мин. с деловой Москвой
10.00 «Настроение»	00.50 Т/с «Графиня де Монсоро»
13.00 «Портрет артиста»	02.00 Т. с. «Деррик»
13.45 Телемагазин	03.15 Времечко
14.05 «Три жизни Софии»	04.20 Х/ф «Ласковый толстячок»
15.00 События	05.55 Творческий вечер В. Чайки
15.15 Телеканал «Дата»	
16.10 03.45 «Петровка, 38»	
16.20 «Удачный выбор»	
16.35 Т/с «Волчица»	
17.30 «Деловая Москва»	
18.00 21.00 00.00 04.00 События	
18.15 Т/с «Инспектор Кресс»	
19.20 Как добиться успеха	
19.30 Музык. серпантин	
20.00 Регионы: прямая речь	
20.35 Поздравления	
21.20 Т/с «Веселая компания»	
21.50 «Цвет надежды»	

07.00 Музыка	16.10 Т/с «Следствие ведут знатоки»
07.50 «Чехов и К...»	17.55 Т/с «Последний Дон»
09.05 Т/с «Женаты... с детьми...»	19.00 Сегодня
09.25 «3-я планета от Солнца»	19.30 «Чехов и К...»: «Дипломат»
10.05 День за днем	«Папаша», «Перпетум мобиле»
13.00 Новости	21.00 Т/с «Шпионские игры»
13.25 «Бабы»	21.55 Т/с «Последний Дон»
15.00 Т/с «Шпионские игры»	23.00 Сегодня
16.10 Т/с «Следствие ведут знатоки»	23.30 23.55 Погода
17.55 Т/с «Последний Дон»	23.50 Гороскоп
19.00 Сегодня	00.00 Т/с «Возвращение Шерло-ка Холмса»
19.30 «Чехов и К...»: «Дипломат»	01.00 Сегодня
«Папаша», «Перпетум мобиле»	01.40 Погода
21.00 Т/с «Шпионские игры»	01.50 Х.ф. «Приди и возьми»
21.55 Т/с «Последний Дон»	03.00 Сегодня
23.00 Сегодня	03.30 Спорт
23.30 23.55 Погода	03.40 Дорожный патруль
23.50 Гороскоп	03.55 Х.ф. «Одержимые»
00.00 Т/с «Возвращение Шерло-ка Холмса»	05.40 Дорожный патруль

среда, 8 августа

НТВ 25 канал

ТНТ 29 канал

Наше ТВ

ТВ-6

1 канал	РТР 2 программа
6.00 «Доброе утро»	7.50 8.50 9.50 19.30 21.30 Пульс
9.00 Новости	7.00 8.00 9.00 10.00 12.00 15.00
9.15 Т/с «Земля любви»	18.00 21.00 00.00 Вести
10.15 Х/ф «Остров страха»	07.15 Т/с «Верьность любви»
11.15 «Пока все дома»	07.50 08.50 Вести
11.50 Библиомания	08.15 «Семейные новости»
12.00 Новости	08.25 «Телепузики»
12.15 «Добрый день»	09.15 Мультфильмы
13.10 «Царь горы»	09.45 Православный календарь
13.35 Т/с «Дополнительный при-ебывает на второй путь»	10.15 «Два рояля»
15.00 Новости	11.00 «Моя семья»
15.20 Мультсеанс	12.30 «Фитиль»
15.40 «Ералаш»	12.45 Т/с «Санта-Барбара»
16.05 «Большая стирка»	13.35 Т/с «Селеста»
17.00 Т/с «Собаачье дело»	14.30 «Живага»
18.00 Новости	15.30 Т/с «Шальные деньги»
18.20 «Человек и закон»	16.25 Т/с «Дикий ангел»
18.50 Т/с «Земля любви»	18.30 Губернские новости
19.50 Х/ф «Остров страха»	19.05 В центре внимания
21.00 Время	19.50 Прозрачный бюджет
21.40 Х/ф «Вербовщик»	20.00 Т/с «Любовь.ру»
23.30 Новости	21.50 Х/ф «Опасно для жизни»
23.45 «Русский экстрим». Завтрак с акулами.	23.35 02.40 Чемпионат мира по легкой атлетике
00.15 Х/ф «Тотти»	00.30 Вести-Москва
	00.40 Х/ф «Иштар»

07.00 Сегодня	19.15 20.30 Примите поздравления
07.45 «Криминал»	19.20 «Растительная жизнь»
08.00 СЕГОДНЯ	20.00 «Путь к спасению»
08.15 «Впрок»	20.35 23.35 «Криминал»
08.30 «Карданный вал»	20.50 Т/с «Поющие в терновнике»
08.40 «Криминал»	21.55 Х/ф «Шейх Бадиар»
08.50 Т/с «Поющие в терновнике»	23.00 Сегодня
10.00 Сегодня	00.05 Т/с «Солдаты удачи»
10.25 Т/с «Шейх Бадиар»	
11.35 «Среда»	
12.00 Сегодня	
12.25 Т/с «Вечный зов»	
14.00 Сегодня	
14.30 «Старый телевизор»	
15.40 «Впрок»	
16.00 СЕГОДНЯ	
16.30 Дог-шоу «Я и моя собака»	
17.00 Т/с «Ее звали Никита»	
18.05 Г. Хазанов	
19.05 Карданный вал	

07.00 Мультсериал	20.30 23.35 Городская панорама
07.30 Городская панорама	20.50 «Желаю счастья»
08.00 Т/с «Лето нашей тайны»	21.30 Х/ф «Мстители. Игра для двоих»
09.00 Т/с «Сеньора»	23.35 Городская панорама
09.30 «Хит-парад на ТНТ»	23.50 Музыка на ТНТ
09.55 Телемагазин	00.05 «Страсти по Соловьеву»
10.00 «Женщина-полицейский»	00.40 Т/с «Папочка-майор»
11.00 «Магазин на диване»	01.15 Глобальные новости
11.10 Х/ф «Гангстеры и филант-ропы»	
13.30 Телемагазин	
14.30 Т/с «Королева сердец»	
15.30 Мультсериал	
16.00 Т/с «Пытливый ум»	
16.30 Т/с «Лето нашей тайны»	
17.30 Д/с «Дикая Америка»	
18.00 «Страсти по Соловьеву»	
18.30 «Из жизни женщины»	
19.00 Кольчугинские копии	
19.30 «Женщина-полицейский»	
20.30 Городская панорама	
20.50 «Желаю счастья»	
21.30 Х/ф «Мстители. Игра для двоих»	
23.35 Городская панорама	
23.50 Музыка на ТНТ	
00.05 «Страсти по Соловьеву»	
00.40 Т/с «Папочка-майор»	
01.15 Глобальные новости	

07.05 15.00 События	06.15 Концерт для скрипки с оркес.
08.00 Т/с «Бeverли Хиллз 90210»	
09.05 Музыка	
09.25 «Стильные штучки»	
10.00 «Настроение»	
13.00 «Квадратные метры»	
13.45 «Телемагазин»	
14.05 Т/с «Три жизни Софии»	
15.15 Телеканал «Дата»	
16.10 03.45 «Петровка, 38»	
16.20 «Удачный выбор»	
16.35 Т/с «Волчица»	
17.30 «Деловая Москва»	
18.00 21.00 00.00 04.00 События	
18.15 Т/с «Инспектор Кресс»	
19.30 «Как вам это нравится»	
20.00 Регионы: прямая речь	
20.35 Поздравления	
21.20 Т/с «Веселая компания»	
21.50 «Скрытая камера»	
22.15 Приглашает Б. Ноткин	
23.00 Т/с «Узурпаторша»	
23.50 5 мин. с деловой Москвой	
00.45 «Российские тайны»	
01.10 Т/с «Графиня де Монсоро»	
02.20 Т. с. «Деррик»	
03.15 Времечко	
04.20 Х.ф. «Начнем, когда стемнеет»	

07.00 Музыка	16.00 СЕГОДНЯ
--------------	---------------



29 канал		Наше ТВ		ТВ-6	
07.00 Мультсериал	18:00 «Страсти по Соловьеву»	07.05 07.35 События	логия», «Свистуны»	20.35 Телепанорама	
07:30 Городская панорама	18:30 «Из жизни женщины»	08.00 Т/с «Бeverли Хиллз 90210»	21.00 Т/с «Шпионские игры»	21.55 Т/с «Последний Дон»	
08:00 Т/с «Лето нашей тайны»	19:00 Прямой эфир		23.00 Сегодня	23.55 Погода	
09:00 Т/с «Сеньора»	19:30 Т/с «Женщина-полицейский»		00.00 Т/с «Возвращение Шерлока Холмса: «Собака Баскервилей»	01.00 Сегодня	
09:30 «Хит-парад на ТНТ»	20:30 23.35 Городская панорама		01.35 Спорт	01.40 Тушите свет	
09:55 «Телемагазин»	20:50 Желая счастья		01.45 Катастрофы недели	03.00 Сегодня	
10:00 «Женщина-полицейский»	21:30 Х/ф «Снова в бой»		03.30 Спорт	03.35 Погода	
11:00 «Магазин на диване»	23.45 Музыка на ТНТ		03.40 Дорожный патруль	03.55 Х/ф «Тень смерти»	
11:10 Х/ф «Мстители. Игра для двоих»	00:00 «Страсти по Соловьеву»		05.40 Дорожный патруль		
13:30 «Телемагазин»	00:35 Т/с «Папочка-майор»				
14:30 Т/с «Королева сердец»	01.10 Глобальные новости				
15:30 Мультсериал	01.20 Хит-парад на ТНТ				
16:00 Т/с «Грозные камни»					
16:30 Т/с «Лето нашей тайны»					
17:30 Д/с «Дикая Америка»					

пятница, 10 августа

1 канал		Наше ТВ		ТВ-6	
6.00 «Доброе утро»	06.50 07.50 08.50 09.50 Пульс	7.05 15.00 18.00 0.00 4.10 События	07.00 Музыка	07.55 «Чехов и К...»	
9.00 Новости	07.00 08.00 09.00 10.00 Вести	08.00 «Бeverли Хиллз 90210»	07.55 «Чехов и К...»	09.05 Т/с «Женаты... с детьми...»	
9.15 Т/с «Земля любви»	07.15 Т/с «Верность любви»	09.25 Видеомода	09.05 Т/с «Женаты... с детьми...»	09.25 «3-я планета от Солнца»	
10.15 Телесериал «Остров страха»	08.15 «Семейные новости»	10.00 Телеканал «Настроение»	09.25 «3-я планета от Солнца»	10.05 День за днем	
11.15 «Сами с усами»	08.25 «Телепузики»	13.00 «Сорок сороков»	10.05 День за днем	12.55 Телепанорама	
11.50 Библиомания	09.15 Мультфильмы	13.25 «Спешите делать добро»	12.55 Телепанорама	13.00 Новости	
12.00 Новости	09.30 «Тысяча и один день»	13.45 «Телемагазин»	13.00 Новости	13.25 «Новая Москва»	
12.15 «Добрый день»	09.45 Православный календарь	14.05 Т/с «Три жизни Софии»	13.25 «Новая Москва»	15.00 Т/с «Шпионские игры»	
13.10 «100%»	10.15 «Два рояля»	15.15 Телеканал «Дата»	15.00 Т/с «Шпионские игры»	16.15 «Следствие ведут знатоки»	
13.35 Х/ф «С вечера до полу-дня»	11.00 «Моя семья»	16.10 «Петровка, 38»	16.15 «Следствие ведут знатоки»	17.50 Т/с «Последний Дон»	
15.00 Новости	12.00 15.00 18.00 21.00 Вести	16.20 «Удачный выбор»	17.50 Т/с «Последний Дон»	19.00 Сегодня	
15.20 Х/ф «Трон»	12.30 «Фитиль»	16.35 Т/с «Волчица»	19.00 Сегодня	19.30 Интеллект-шоу	
16.50 «Ералаш»	12.45 Т/с «Санта-Барбара»	17.30 «Деловая Москва»	19.30 Т/с «Мир дикой природы»	21.00 «Шарм»	
17.00 «Собачье дело»	13.35 Т/с «Селеста»	18.15 Т/с «Инспектор Кресс»	20.00 Регионы: прямая речь	21.10 «Смотри в оба»	
18.00 Вечерние новости	14.30 «Темная лошадка»	19.30 Т/с «Дознание Да Винчи»	20.35 «Хорошее настроение»	21.35 Т/с «Агент национальной безопасности-2»	
18.20 «Русская глубина»	14.45 «Ваш выход»	20.30 23.35 Городская панорама	21.00 События	22.35 Телепанорама	
18.50 Т/с «Земля любви»	15.30 Х/ф «Три дня в Москве»	20.50 «Желая счастья»	21.20 «СВ-шоу»	23.00 Сегодня	
19.50 «Поле чудес»	18.30 Губернские новости	21.30 Х/ф «Человек из группы Альфа»	21.50 «Скрытой камерой»	23.30 Спорт	
21.00 Время	18.50 «Живага»	23.40 Музыка на ТНТ	22.15 Х/ф «Казаам»	00.00 Т/с «Последний Дон»	
21.40 Х/ф «Роб Рой»	19.30 21.30 ПУЛЬС	23.55 «Первые лица»	23.50 «5 минут с деловой Москвой»	01.00 Сегодня	
00.10 Новости	20.00 Т/с «Любовь.ру»	00.30 Глобальные новости	00.40 Х/ф «Найдеши друга, найдешь сокровище»	01.40 03.30 Спорт	
00.25 Боевик «Под маской Беркута»	21.40 Регион-42	01.10 Х/ф «Ангелы-хранители. Возрождение»	02.40 Детектив-шоу	01.45 Т/с «Собака Баскервилей»	
	21.50 Х/ф «Живая мишень»		03.25 Времечко	03.00 Сегодня	
	23.40 Концерт к 65-летию ГИБДД		03.55 «Петровка, 38»	03.35 Погода	
	01.40 Легкая атлетика		04.30 «Русский век»	03.40 05.40 Дорожный патруль	
			05.15 Х/ф «За нас двоих»	03.55 Х/ф «Отряд спасения»	

суббота, 11 августа

1 канал		Наше ТВ		ТВ-6	
07.00 Новости	08.25 «Диалоги о рыбалке»	07.10 15.00 18.00 00.00 02.45 События	07.00 Музыка	07.45 13.10 Телепанорама	
07.20 Т/с «Нежный яд»	08.55 Т/с «Тарзан»	08.00 Мультфильм	07.45 13.10 Телепанорама	07.55 Т/с «Женаты... с детьми...»	
08.20 Мультфильмы	09.45 «Телепузики»	08.30 М/ф «Назад в будущее»	08.00 Мультфильм	08.20 Т/с «3-я план. от Солнца»	
08.40 Слово пастыря	10.10 «Золотой ключ»	09.00 «Скрытой камерой»	08.30 М/ф «Назад в будущее»	09.05 Х/ф «Горбун из Нотрдама»	
09.00 Поле чудес	10.30 Х/ф «Аферисты»	09.30 «Улица Сезам»	09.00 Мультфильмы	10.45 «Шарм»	
10.00 Библиомания	11.50 М/ф «Том и Джерри»	10.00 М/с «Приключения Рекса»	09.30 «Улица Сезам»	11.20 Дорожный патруль	
10.10 Смак	12.00 «Доброе утро, страна!»	10.30 М/с «Сейлормун - супервоин»	10.00 Х/ф «Лекарство против страха»	11.35 Х/ф «Адмирал Нахимов»	
10.30 Смехопанорама	12.40 «Сто к одному»	11:30 Телесериал «Гонки на выживание»	12.05 Мультпарад	13.10 Т/с «Дежурная аптека-4»	
11.05 «Здоровье»	13.25 «Сам себе режиссер»	12.40 Сегоднячко: лучшее за год	12.45 «Наш сад»	13.55 «Я знаю все!»	
11.45 «Утренняя почта»	14.00 Т/с «Затерянный мир»	13.30 Т/с «Мой зоологический словарь»	13.00 Мультфильмы	14.55 Наши любимые животные	
12.15 «С легким паром!»	15.00 Вести	14.00 «Час Дискавери»	13.45 «Отчего, почему?»	15.30 Т/с «Последний Дон»	
12.45 «Святой под Андреевским стягом»	15.20 «Сильная половина»	15.00 Т/с «Дознание Да Винчи»	14.25 «Как вам это нравится?»	16.35 Х/ф «Улица полна неожиданностей»	
13.00 Х/ф «Адмирал Ушаков»	16.00 «Ждите ответа»	16.00 Мост	15.15 «Городское собрание»	18.00 «Лицо кавказской национальности. Фильм Тихомирова	
15.00 Новости	16.15 «Ваш выход»	16.20 «Будьте здоровы»	15.45 Х/ф «Праздник непослушания»	18.40 02.40 5.00 Дорож. патруль	
15.10 «Девушки с характером»	16.30 «Дейв Кикоски. трио»	16.30 «Скрытой камерой»	16.55 Мультфильм	19.00 23.00 Сегодня	
16.05 «Дисней-клуб»	17.30 «Под знаком зодиака»	17:00 Т/с «На краю Вселенной»	17.15 «Версты»	19.35 «Агент нац. безопасности»	
16.35 «Чтобы помнили»	18.00 «Есть мнение»	18.00 «Антология юмора»	18.15 Погода на неделю	20.35 Телепанорама	
17.20 «В мире животных»	19.00 «Моя семья»	19.00 Сегодня в администрации	18.20 «Денежный вопрос»	21.00 «Шарм»	
18.00 Вечерние новости	19.55 «Аншлаг»	19.30 Т/с «Дознание Да Винчи»	18.30 Концерт	21.10 Х/ф «Без видимых причин»	
18.20 «Русская глубина»	21.00 ВЕСТИ	20:30 «Наш город»	19.30 К 100-летию Б. Чиркова	22.35 «Самые громкие преступления XX века»	
18.50 Х/ф «Отель Бертрам»	21.35 Х/ф «Лучший друг»	20:50 «Желая счастья»	20.10 Поздравления	23.30 Спорт	
21.00 Время	23.40 Комедия «Брюнетка за 30 копеек»	21:30 Х/ф «Человек из группы Альфа»	20.30 Х/ф «Тихо умереть»	00.05 Х/ф «Самый желанный мужчина»	
21.40 Х/ф «Три беглеца»	01.25 Чемпионат мира по легкой атлетике.	23.45 Х/ф «Орел и решка»	22.00 Мультфильмы	01.35 Ток-шоу «Я сама»	
23.30 Лучшие кинотрюки-2001		01.30 Художественный фильм «Сладкая месть»	22.30 Полет над гнездом глухаря	02.55 Х/ф «Кислотный дом»	
00.30 Х/ф «Крутой полицейский»			23.00 Т/с «Чисто англ. убийство»		
			00.45 Х/ф «Не пойман - не вор»		
			03.05 «Мода non-stop»		
			03.40 «Поздний ужин»		
			03.55 Х/ф «Луна в сточ. канаве»		

воскресенье, 12 августа

1 канал		Наше ТВ		ТВ-6	
07.00 Новости	08.20 Х/ф «Наследница по прямой»	11.30 Телесериал «Гонки на выживание»	10.00 Х/ф «Деревенский детектив»	07.00 Музыка	
07.20 «Нежный яд»	09.50 «Русское лото»	12:40 «Встреча с ...». Ирина Салтыкова	12.00 «Ортодокс»	08.00 «Лицо кавказской нац-ти»	
08.15 «Служу России»	10.40 «ТВ Бинго-шоу»	13.30 Т/с «Все о собаках»	12.30 Т/с «Удивительный мир животных»	08.50 Гороскоп	
08.45 Дисней-клуб	11.20 «Доброе утро, страна!»	14:00 «Неизвестная планета»	13.00 Мультфильмы	09.05 Скандалы недели	
09.10 Ералаш	11.55 «Аншлаг»	14.30 «НХЛ: Короли и свита»	13.45 «Отчего, почему?»	09.30 «В нашу гавань заходили корабли»	
09.30 «Ускоренная помощь»	12.50 «Городок» из раннего	15.00 Т/с «Дознание Да Винчи»	14.25 Музык. серпантин	10.10 Ваша музыка	
10.00 Библиомания	13.25 «Большой вопрос»	16:00 Мост	15.00 События	10.55 «Шарм»	
10.10 Непутевые заметки	14.15 «И дольше века...»	16.30 Наш город	15.15 «Деловая лихорадка»	11.10 Дорожный патруль	
10.30 «Пока все дома»	15.00 Вести	17:00 Фантастика «На краю Вселенной»	15.30 Х/ф «Единственная»	11.25 Х/ф «Алитет уходит в горы»	
11.05 Клуб путешеств-ков	15.20 «Диалоги о животных»	18:00 Х/ф «Оставленный багаж»	17.05 Мультфильм	13.15 Т/с «Дежурная аптека-4»	
11.45 «Сами с усами»	16.20 «Вокруг света»	20:30 «На линии огня»	17.25 «Приглашает Б. Ноткин»	14.05 «Все в сад»	
12.15 «Вкусные истории»	17.25 Х/ф «Кто я?»	20:50 «Желая счастья»	18.00 02.35 События	14.30 Интернет-програм. «Сеть»	
12.25 «В поисках утраченного»	19.05 Т/с «Маросейка, 12»	21:30 «Телекофей на троих»	18.15 «21 кабинет»	15.15 Дорожный патруль	
13.05 Х/ф «Верные друзья»	21.00 Вести	22.05 «Однажды вечером»	18.40 «Национ. интерес»	15.35 Х/ф «В мирные дни»	
15.00 18.00 Новости	21.35 Х/ф «Книга джунглей»	23.15 «Хит-парад на ТНТ»	19.25 Мультфильм	17.25 «Лицо кавказ. нац-ти»	
15.10 Т/с «Девушки с характером»	23.50 Легкая атлетика	23.50-02.20 «Для тех, кому за полночь»	20.20 «Комиссар Наварро»	18.05 «Мое кино» с В.Мережко	
16.05 Дисней-клуб	01.10 Праздник «Московского комсомольца»		22.00 Шоу «Слушается дело»	19.00 23.00 Сегодня	
16.35 «Умницы и умники»			22.50 Т/с «Чисто английское убийство»	19.35 Т/с «Агент национальной безопасности-2»	
17.00 «Живая природа»			00.00 Момент истины	21.00 Х/ф «Кошмар на ул.Вязов»	
18.25 «Русская глубина»			01.00 Х/ф «Случай в квадрате 36-80»	22.40 Музыка	
18.50 «Там, за туманами»			02.50 Спортивный экспресс	23.30 Спорт	
19.00 Х/ф «Командир счаст-й шуки»			03.25 «Деликатесы»	23.35 03.05 Погода	
21.00 Время			03.55 «Звездный лед «Спартак»	00.05 Катастрофы недели	
21.40 Х/ф «Калина красная»				01.00 Дорожный патруль	
23.40 Т/с «Тысячелетие»				01.15 Х/ф «Кислотный дом»	
00.30 Х/ф «Пистолет Питон-357»				03.10 Х/ф «Свадьба гробовщика»	



ОВЕН (21.03-20.04)

- 06.08 Самое время взять отпуск.
07.08 Рука сама тянется к кошельку, держите ее.
08.08 Будьте осторожны с огнем и острыми предметами, не забирайтесь в опасные места.
09.08 Любовь, творчество, общение с друзьями.
10.08 Тем, кто ищет работу, представится счастливый случай или помогут близкие и друзья – обратите внимание на их советы.
11.08 Сдерживайте свои порывы, будьте внимательны к окружающей обстановке.
12.08 Женщин неудержимо потянет растративать деньги.



ТЕЛЕЦ (21.04-20.05)

- 06.08 Лучше вам заняться домашними делами, а не выяснением семейных отношений, ибо может быть серьезный конфликт, вплоть до разрыва.
07.08 Возможны значительные расходы, их лучше согласовать с домашними.
08.08 Тем, кто планирует еще хоть куда-нибудь поступить, нужно серьезно заняться подготовкой.
09.08 Держите свои эмоции в узде.
10.08 Вы полны обаяния – отличный день для самовыражения.
11.08 Могут подвернуться хорошие заработки.
12.08 Осторожнее с деньгами, можно их потерять.



БЛИЗНЕЦЫ (21.05-21.06)

- 06.08 Могут быть счастливые случайности (например, выиграете в спортлото и т. д.).
07.08 Широкое общение всех видов – телефон, гости, командировки, выезд на природу.
08.08 Не исключены скромные финансовые поступления.
09.08 Вероятность просчета в делах.
10.08 Появятся новые идеи, но возможен конфликт с партнерами (или родственниками).
11.08 Сдерживайте свои эмоции.
12.08 Не стоит собирать гостей, вы и так устали за неделю, лучше отдохните.



РЫБЫ

(20.2-20.3)

- 06.08 Лучший день для поправки своего пошатнувшегося здоровья и отдыха.
07.08 Не принимайте близко к сердцу строптивость детей, просто день эмоциональный.
08.08 Возможно неприятное недомогание. Не забывайте о витаминах.
09.08 Самое большее удовольствие в этот день – отправиться в отпуск.
10.08 В карьерных делах обстановка может накалиться, вероятны конфликты с начальством.
11.08 Возможно обострение хронических заболеваний, не жалейте денег на лечение.
12.08 Проведите день дома. Можете получить хорошее известие.



ВОДОЛЕЙ

(21.1-19.2)

- 06.08 Тема дня – здоровье, работа и семья.
07.08 Не считая финансовых затруднений, мир и уют у домашнего очага.
08.08 День неожиданностей – радостей или неприятностей.
09.08 Опасайтесь азартных игр и надувательства.
10.08 В этот день осторожно относитесь к обещаниям и своим, и чужим.
11.08 Возможен приезд родственников или друзей из другого города.
12.08 Удачны будут короткие поездки, разрешатся многие проблемы.



КОЗЕРОГ

(22.12-21.1)

- 06.08 Утомительные контакты с официальными инстанциями.
07.08 Может ухудшиться самочувствие и могут возникнуть юридические проблемы.
08.08 Возможна неожиданная неприятность, связанная с недоброжелателями.
09.08 Во всех проблемах подержат дети, отвлекут от забот.
10.08 День хорош и для активной работы, и для активного отдыха.
11.08 Насторожитесь, кошелек может оказаться чересчур тощим.
12.08 Посвятите день небольшому путешествию.



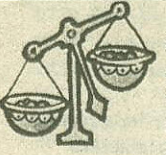
СТРЕЛЕЦ (23.11-21.12)

- 06.08 В семье все складывается хорошо, но вероятны крупные финансовые затруднения.
07.08 Возможна неблизкая поездка.
08.08 На работе могут предложить повысить вашу квалификацию.
09.08 Скорее всего, день пройдет под знаком удач.
10.08 Нет больших денег? Что ж, порадуется приличное состояние здоровья и прилив сил.
11.08 Возможны перемены в личной жизни.
12.08 Не увлекайтесь спиртным, со своими проблемами лучше обратиться к друзьям – они могут неожиданно помочь.



СКОРПИОН (24.10-22.11)

- 06.08 Вероятна далекая и нелегкая поездка.
07.08 Будьте внимательны, есть опасность несчастного случая.
08.08 Возьмитесь за себя – подлечитесь, пересмотрите свое меню.
09.08 Возможно, появится опасность желудочно-кишечных заболеваний, отравлений.
10.08 Не исключены неудачные покупки и вложение денег, соизмеряйте желания с действительностью.
11.08 На дружеской вечеринке вероятно романтическое знакомство, которое может завершиться свадьбой.
12.08 Будьте внимательны за рулем, а в остальном все хорошо.



ВЕСЫ (24.09-23.10)

- 06.08 Некоторая взвинченность без видимых причин, попробуйте обратиться к психологу.
07.08 Планы могут нарушиться.
08.08 Не торопитесь принимать важные решения.
09.08 Если вы не в отпуске еще – скорее берите его и займитесь здоровьем.
10.08 Будьте сдержаннее на язык, тогда возможны перспективные предложения.
11.08 День неприятных эмоций, на этой почве возможны конфликты с близкими людьми.
12.08 Посвятите день восстановлению сил.



РАК

(22.6-22.7)

- 06.08 Дружеские контакты, деловые и касающиеся брака.
07.08 Наступит финансовая озабоченность.
08.08 Ситуация на работе и дома – семь пятниц на неделе.
09.08 Возможны резкие перемены во всем.
10.08 Возможны интриги за вашей спиной, и возможно, их инициатором будет кто-то из ваших сослуживцев.
11.08 Уделите особое внимание здоровью, не исключены острые заболевания, стрессы.
12.08 Займитесь любимым делом, настройтесь на хорошую волну: а вдруг завтра дадут премию.



ЛЕВ

(23.7-23.8)

- 06.08 Психологически трудный день, беспокоят личные проблемы.
07.08 Возможны приступы хандры, депрессии и хронических болячек.
08.08 День довольно суетливый, но активное общение может принести пользу.
09.08 Деловые проблемы могут решиться с помощью друзей.
10.08 Дети могут нарываться на ссоры. Сон может сбиться.
11.08 Решая какие-либо проблемы, хороший совет можете получить от друга.
12.08 Могут порадовать вести от далекого друга или отпуск – не исключено, что вас ждет любовь.



ДЕВА

(24.8-23.9)

- 06.08 Обилие мелких дел, будете крутиться как белка в колесе.
07.08 На работе все благополучно, только сами ни с кем не ссорьтесь.
08.08 Может ждать приятный сюрприз.
09.08 Не стоит сердиться, если вас оторвут от дела – здоровье прежде всего.
10.08 У Дев-руководителей могут случиться карьерные баталии, а у ищущих работу появятся шансы ее найти.
11.08 Неприятные хлопоты могут доставить пожилые родственники.
12.08 Будьте особо аккуратны с огнем и электричеством.

«ШУТКА-МИНУТКА, А ЗАРЯЖАЕТ НА ЧАС!»

Любите ли вы шутки и сюрпризы? Тогда участвуйте в фотоконкурсе, присылайте юмористические снимки с оригинальной подписью к ним.

Подведение итогов фотоконкурса состоится 31 августа.

Участник №6: «С милым рай и в шалаше»



Участник №7: «Киска, улыбнись-ка!»



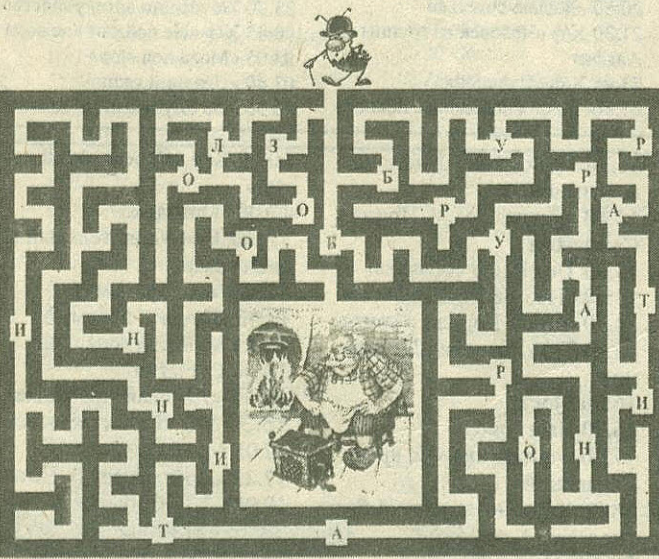
ДЕТСКАЯ РУБРИКА

ДОМОВЕНОК

«Привет, мои юные друзья!»

Я - Скипи, говорящий сверчок, проживший под лестницей в каморке у старого Карло всю свою жизнь.

И хотя я страшно занят одним важным поручением, все же расскажу вам одну удивительную историю. Сейчас мы отыщем путь в каморку и заодно прочтем название этой сказки».



СКОРПИОН (24.10-22.11)

наша КУХНЯ

Сегодня с вами, уважаемые читатели, своим рецептом поделится руководитель отдела физкультуры, спорта и туризма администрации г. Полысаево **ВЛАДИМИР ИВАНОВИЧ РОГАЧЕВ.**

«Свое первое серьезное блюдо я приготовил в пятом классе - жареная картошка. Я был старший из четырех братьев, и поэтому приходилось готовить. Предпочитаю восточную кухню - шурпа, лагман, чахохбили. Но сегодня хочу предложить рецепт напитка».



На этой неделе на приглашение **Кулинарочки** откликнулась пенсионерка **Валентина Петровна Белова**. Она очень любит вегетарианскую кухню и сегодня поделится с вами своим оригинальным и простым рецептом супа, который называется

«ДОБРАЯ ЖЕНА»

Натереть на терке 3-4 моркови, нарезать кубиками 500 г. картофеля, мелко нарезать зеленый лук. Затем потушить все это в разогретом растительном масле, залить кипящей подсоленной водой и варить около 40 минут.

Готовый суп заправить сметаной и лимонным соком.

Для наших именинников

Овощное рагу

На 1 порцию: 2 небольших кабачка, маленькая морковь, средняя луковица, 1 картофелина, 1 ст. л. муки, 1 ст. л. тертого твердого сыра, 10 г шампиньонов, 1 ст. л. растит. масла. Сложить в кастрюлю нарезанные тонкими ломтиками кабачки, морковь, картофель и лук. Залить водой, чтобы покрыть овощи, на огонь - на 15 минут. Слить бульон отдельно. Порезать грибы, обжарить. Смешать бульон с мукой, добавить грибы и вылить смесь на овощи. Посыпать тертым сыром и на 15 минут поставить в духовку.

Рис по-адыгейски

2 помидора, 3 ст. л. отварного риса, 50 г адыгейского сыра, 1 ст. л. растит. масла, 2 зубчика чеснока, 1 луковица, травы (базилик, чабрец и др.). Мелко нарезать помидор. Разогреть духовку до 200 градусов. Обжарить до золотистого цвета нарезанные лук и чеснок, добавить помидор. Оставить на огне на 15 минут, после чего всыпать туда рис, посолить поперчить, приправить травами, оставить на медленном огне. Сверху выложить нарезанный адыгейский сыр, накрыть крышкой. Снять с огня, посыпать приправой по вкусу.



Оригинально
Шербет

«Фруктовый»

В литровую кружку наливаем 1/3 стакана лимонного сока, 2/3 стакана апельсинового сока, 2-3 стол. ложки крепко заваренного чая, 1/3 стакана настоя мяты, мед по вкусу. Затем залить остуженной кипяченой водой. Напиток готов!

ОТЦЫ И ДЕТИ

В этой рубрике с вами поделаются своими рекомендациями педагоги и психологи, диетологи и педиатры. Уверены, что советы этих специалистов окажутся Вам полезны и помогут овладеть нелегким искусством воспитания детей.

Надеемся на Вашу встречную активность. Пишите нам, задавайте свои вопросы, делитесь накопленным опытом. Делайте пометку на своих письмах: «Отцы и дети».

Скоро ваш первоклассник пойдет в школу!

А Вы уже все приготовили для него: где он будет учить уроки, на каком стуле сидеть и за каким столом? Если нет, то самое время этим заняться. Устраивая уголок для своего школьника, не забудьте, что комната должна быть светлой и непроходной. **Письменный стол** следует поставить у окна, чтобы на него падали солнечные лучи (и не размещать рядом телевизор или пианино). Мебель подберите лучше светлых тонов - минимальный набор: письменный стол со стулом и книжная полка.



Стул рекомендуется с жестким или полужестким сиденьем, горизонтальным или слегка вогнутым. Спинка должна быть с изломом на уровне поясницы и с небольшим наклоном назад. Размеры письменного стола и стула нужно подбирать с учетом роста, чтобы правильно сидеть за столом. Правильно, это значит: ставить ноги на пол, касаясь его всей ступней; класть руки на стол свободно, чтобы локти не были на одной прямой линии и немного свисали; не ложиться грудью на стол; выдерживать между книгой и глазами расстояние примерно в 30 см от письменного стола. В зависимости от роста рекомендуются следующие высоты письменного стола и стула:

Рост	Высота стула	Высота стола
110-119	31,5	52
120-129	34	56
130-139	38	62
140-149	41	68
150-159	43	73

К **книжному шкафу** (полке) особых требований не предъявляется, достаточно лишь, чтобы он был не слишком высоким.



Освещение. Всегда предпочтительнее дневной свет, падающий на стол слева, спереди. Помните, что при недостаточном освещении у детей развивается близорукость, и если дневного света недостаточно - включайте лампу. Настольную лампу нужно ставить слева - сбоку или чуть спереди. Для освещения письменного стола достаточно лампы мощностью 60-75 ватт. Цвет абажура допускается зеленый, серый или неяркий желтый. Нежелательно, чтобы в поле зрения попадали блестящие, лакированные поверхности (крышки столов, части мебели и т. д.), т. к. они отбрасывают яркие блики, утомляющие зрение. Вреден для глаз и резкий прямой свет, особенно если видна нить накала лампы.

Материал подготовила
Н.С. ЗМАЗНЕВА,
старший учитель школы РФ.

ешьте на ЗДОРОВЬЕ!

Ученые распространили сенсационные данные медицинской статистики. Еда, оказывается, иногда страшнее табака (из каждой сотни раковых опухолей 35 возникают от вредного или неправильного питания). Они пока не готовы объяснить, каким образом химические вещества, содержащиеся в пище, предохраняют от рака, но вроде бы появлению опухолей препятствуют витамины и микроэлементы, содержащиеся в овощах, фруктах и морепродуктах. Японцы, например, убедились, что рыба, в основном лосось, на треть снижает риск заболеть раком легких. Исследованиями доказано, что опасно есть мясо красного цвета, особенно в копченном, вяленом и колбасном видах (по крайней мере, в больших количествах). Не многим лучше - жареное и печеное. Но самым вредным становится мясо, прежде считавшееся полезным, - приготовленное на гриле и с кровью.

Ученые рекомендуют питаться рыбой любого цвета или птицей. А если уж совсем грустно без свиных, говяжьих и бараньих котлет, то лучше бы кушать их не больше, чем по 100 г в день. И с картошкой под чесночной подливой. Любителям гриля надо гуще поливать мясо кетчупом, заедать овощами, травой, хлебом из муки грубого помола, запивать красным вином или хотя бы соком.

Вкусы у всех разные, но надо помнить, что не всякая еда полезна. Составляя меню, помните, что кисломолочная и растительная пища, создавая в организме щелочное содержание, а пища животного происхождения - преобладающие кислые элементы. Ограничьте

прием жиров, жарьте лучше на растительном. Любому организму наибольший вред приносит



переизбыток. Органы пищеварения не справляются с нагрузкой, кишечник забивается «шлаками», которые распадаются и отравляют организм. От этого и многие беды. Умерший от рака, как правило, имеет в кишечнике 25-30 кг отбросов, а «шлакоотвал» у «здорового» человека составляет 8-10 кг. О каком же здоровье тут можно говорить.

Меню

Англичане говорят: чем уже талия, тем длиннее жизнь! И в чем-то они правы. Делайте утреннюю зарядку, больше ходите и не наедайтесь «про запас». Устройте на неделе пару вегетарианских дней. Не пугайтесь, истязать себя не нужно. Можно приготовить такие отличные овощные блюда, что не почувствуете голода и целый день. Загляните на нашу Кухню и вы убедитесь в этом.

Какая еда от какого рака защищает

*Красные и желтые овощи и фрукты - морковь, тыква, свекла, персики, апельсины: снижают риск заболеть раком прямой кишки, матки. *Зеленые овощи с листьями - салат-латук, шпинат, съедобные травы: хорошо предохраняют от рака легких, желудка. *Капуста белокочанная - свежая и квашеная: защищает весь организм от образования предраковых клеток. *Помидоры: предохраняют от рака простаты, печени, прямой кишки. *Лук, чеснок: защищают от рака крови, желудка, легких, мочевого пузыря. *Соя позволяет избежать рака груди и лимфатических узлов. *Лимоны, грейпфруты: защищают от рака легких, желудка, поджелудочной железы и мочевого пузыря.

В зостях у ПЯТНИЦЫ

именинники

06.08 - **Борис, Глеб, Давид, Кристина, Роман.**

07.08 - **Анна, Макар, Олимпиада.**

08.08 - **Ермолай, Прасковья.**

09.08 - **Анфиса, Герман, Николай.**

10.08 - **Никанор, Прохор.**

11.08 - **Константин, Михаил.**

12.08 - **Иван, Валентин, Герман.**

ПОСАДИЛИ



ОГОРОД

Где прячутся нитраты?

В каждом овоще нитраты облюбовали свое место жительства. Зная о нем, вы легко оградите себя от вредных и ненужных веществ. У **капусты** нитраты выбрали верхние листья и кочерыжку, у **патиссонов** и **сладкого перца** срежьте часть мякоти прямо у плодоножки. В **моркови** нитраты поселились в самой сердцевине, в **крупной моркови**, у которой середина массивнее, нитратов больше. У **свеклы** обязательно срежьте верхнюю и нижнюю части корнеплода. **Огурцы** очищайте от кожицы и отрезайте хвостик. Удаляйте часть хвостика и у **редиски**. Успешнее всего обороняются от нитратов **помидоры**, но только очень зрелые. У **дынь** и **арбузов** нитраты собираются в корке и прилегающей к ней незрелой части.

Самый эффективный способ избавиться от нитратов - вымочить и сварить овощи.

Во влажные годы, с туманами и обильными росами, в конце июля - начале августа картофель и помидоры может поразить **фитофтороз**, или, как его еще называют, **поздняя гниль**.

Сначала на концах нижних листьев картофеля появляются темные бурые мокнувшие пятна, а рано утром по росе на листьях заметен белый налет, затем болезнь переходит на помидоры: на плодах появляются грязно-расплывчатые пятна, твердые на ощупь. Все пораженные плоды гнивают.

Болезнь легче предупредить, чем бороться с ней. Для этого проводят опрыскивание растворами медного купороса (20 г) или хлорокиси меди (40 г) со столовой ложкой стирального порошка на 10 литров воды. Эффективна также и 1-процентная бордоская жидкость.



Ваши огурцы повреждены мучнистой росой? Возбудитель мучнистой росы поражает растение с начала роста, особенно при частом выпадении росы и при повышенной влажности воздуха. Грибок зимует на остатках больных растений в саду и на сорняках. А весной он заражает молодые листья и стебли огурцов. Меры борьбы с мучнистой росой такие: 1. После уборки урожая удалите с гряд и уничтожьте сорняки. 2. Осенью глубоко перекопайте почву. 3. Возвращайте огурцы на прежнее место в огороде не ранее чем через 3-4 года. 4. При появлении признаков мучнистой росы опрыскивайте растения коллоидной серой (30-80 г на 10 л воды) при норме - 5 л на 100 кв.м. При сильной зараженности обработку надо повторять через каждые 7-8 дней. 5. Используйте для опрыскивания настой коровяка (1 кг коровяка залейте 3 л воды и настаивайте 3 дня, процедите и разведите литр настоя 3 л воды). 6. Тщательно промывайте обработанные плоды теплой водой. 7. Выбирайте устойчивые к мучнистой росе сорта огурцов («алтайский ранний» и др.).



Городской центр занятости населения приглашает на постоянную работу

МП УЖКХ г.Полысаево – лифтеров (удостоверение), токаря, электрогазосварщика, смотрителей свалки, слесарей ремонтников и сантехников.
ОАО “Завод ЖБИ” – электрослесаря, токаря, формовщиков ж/б изделий и конструкций, машинистов котельной установки.
ООО “ПКФ-Авто” – машинистов экскаватора и сваебойной установки, водителя автобуса, инженера-механика.
ОАО “Фабрика “Одежда” – слесарей по ремонту швейного оборудования, ремонтников и электриков; монтажников сантехнического оборудования, машиниста котельной установки, швей верхней одежды, столяра-плотника, начальника котельной.
ООО “Арсенал” – продавцов продовольственных товаров.
ООО “Вектор Плюс” – квалифицированных штукатуров-маляров, столяров, электрика, каменщика и подсобных рабочих.
ОАО “Ш. “Егозовская” – рамщика.
Д/с № 61 – повара, помощников воспитателей.
ООО “Фрокинг” – повара.
Инфекционная больница – санитарок.
Гор. больница № 1 – фельдшер, электромеханика по ремонту медицинского оборудования.
ООО “Сибэнергоресурс” – горных механиков, каменщиков, штукатуров-плиточников.
ДК “Ярославского” – штукатур-маляра.
Училище олимпийского резерва – дворника, подсобного рабочего.
Предприятие объявляет конкурс на замещение вакантной должности специалиста. Требования: высшее экономическое образование, стаж по специальности не менее 3 лет.

Справки по телефону: 3-63-30.

Газета
«Полысаево»
для своих читателей
представляет
ожидаемый
ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

Время 07.00 19.00

06.08 (пн.) +18 +27 С;
07.08 (вт.) +21 +29 С;
08.08 (ср.) +16 +29 С;
09.08 (чт.) +17 +28 С;
10.08 (пт.) +14 +20 С;
11.08 (сб.) +13 +16 С;
12.08 (вс.) +14 +17 С.

Вход во Всемирную
сеть “Интернет”
НОУ “Автокласс-
спорт”
ул. Космонавтов, 42.

<http://www.weather.list.ru>

ТРЕТЬЕ
КЛЮЧЕВОЕ
СЛОВО

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Нарочно не придумаешь!		Не пере- шибаемый плотью		Значе- ние дис- крет. сигнала		Надпись на кадре		Иньек- ция	
Товарищи! У кого пропала немецкая овчарка (типа дворняжки)? Она не признается, кто ее хозяин, но, по-видимому, ждет с ним встречи, как-то: лает, рычит и т. д. Овчарка ждет хозяина в 38-й квартире (из объявления).		lg(x)=2 x=7		Электр. заряжен. частица		Страна в Юж. Америке		5	
Челюсть		Торж. званный обед		Стрель- ба		В ней живет лиса		Т	
Естес- венный ...		Страсть к соби- ранию книг		Р		Престол		Ось X	
Возлюб- ленная Маяков- ского		Темп в музыке		Франц. компо- зитор, “Болеро”		Ирбис		Франц. футб. тренер	
Оправа		Дело благо- родное		Р		Линия стрел- ков		Фильм Хичкока	
Итап. поэт		Насеко- мые-па- разиты		Краткая застоль- ная речь		Горная вершина		Джентль- мен	
И Мыш- кин, и Нарыш- кин		Песец- поляр- ная ...		Казах. поэт- певец					
К		н		я		з		б	