

## ДОЖДАЛИСЬ...

В ночь с субботы на воскресенье разморозилась отопительная система в поликлинике. Всего из строя вышло двадцать пять радиаторов. Полопались почти все батареи в кабинетах на первом этаже здания и начали лопаться радиаторы на втором этаже. В понедельник поликлиника не работала. Когда врачи начнут вновь нормально вести прием больных, никто сегодня из руководства больницы сказать не может. Ремонт отопительной системы требует времени и больших средств. Между тем, поликлинике предъявлен счет за отопление (октябрь — декабрь) на сумму 36 миллионов рублей.

## Ситуация с отоплением в посёлке по-прежнему КРИТИЧЕСКАЯ.

В Яйский районный суд поступило 58 исков к АО «Яялес» от жильцов многоквартирных домов по поводу нарушения Закона «О защите прав потребителей». Каждый истец оценивает нанесенный ему моральный вред в 5 миллионов рублей.

„Тот, кто хочет, делает больше, чем тот, кто может...“

(См. 2 страницу)

# нашевРЕМЯ

Среда,  
17 января  
1996 года  
№ 5 (7662)

## На заседании коллегии

В понедельник, 15 января, состоялось первое в этом году заседание коллегии районной администрации. Были рассмотрены вопросы: «О мерах по сохранности продукции сельского хозяйства в сельскохозяйственных предприятиях», «Об упорядочении работы карьеров по добыче песчано-гравийной смеси», «Об итогах работы администраций сельсоветов по проведению выборов депутатов Государственной Думы», «О распределении лесных податей», «Об утверждении сметы на содержание ДНД на 1996 год» и др. По обсуждаемым вопросам были приняты соответствующие постановления.

## В зоне холода

К нулевой отметке приблизились показания на градусниках в кабинетах РОВД. А в ночь с субботы на воскресенье от холода лопнула батарея в вешевом складе райотдела. Водой залито форму, в том числе и меховые изделия. Где их просушить при таком холоде, в милиции не знают.

## Сколько можно красть?

В первые дни нового года в районе произошло несколько краж. Вот некоторые из них.

Из магазина района в Яя-Борике преступники унесли товаров на 150 тысяч рублей. Чтобы попасть в магазин, они разбили окно.

Из склада КСХП «Бекетское» воры унесли масло «Крестьянское». Ущерб — более трех миллионов рублей.

Из кладовки пенсионерки, проживающей по ул. Енисейской в Яе, злоумышленник украл 12 килограммов масла «Крестьянское».

Справа с гаража замка по ул. Гвардейской в Яе, воры угнали мотоцикл «Иж-Юпитер».

## Послезавтра, 19 января, — БОГОЯВЛЕНИЕ (КРЕЩЕНИЕ) ГОСПОДА НАШЕГО ИИСУСА ХРИСТА

О жизни Иисуса Христа до Его крещения Святые Евангелисты сообщают мало подробностей. Когда же Спасителю исполнилось 30 лет, первый раз Он явился народу в стране Иорданской, где перед этим св. Иоанн Предтеча возвестил народу пришествие Спасителя, проповедуя всем крещение и покаяние для прощения грехов. Народ стекался к Иоанну со всех сторон, и многие стали принимать его за обещанного Мессию, но он говорил: «Я крещу вас водою, но идет сильнейший меня, у которого я не достоин связывать ремень обуви; Он будет крестить вас Духом Святым и огнем». И вот однажды Иоанн увидел Иисуса. И когда Иисус подошел к нему, чтобы принять крещение, Иоанн воскликнул: «Мне надо от Тебя креститься, и Ты ли идешь ко мне?». Но Христос сказал: «Оставь теперь — не удерживай Меня, ибо так надлежит нам исполнять всякую правду». Иисус, вошедший в Иордан, принял крещение от Иоанна. Когда же Христос выхо-

дил из воды — небо открылось, и Дух Святой сошел на Него в виде голубя, и с неба был слышен голос: «Сей есть сын мой возлюбленный, в котором Мне благоволение». Таким образом, при крещении Иисуса Христа перед всем народом таинственно явилась Пресвятая Троица: был услышен голос Бога Отца, свидетельствовавшего о Боге Сыне, и Бог Дух святый в виде голубя сошел на главу Спасителя Мира.

Поэтому празднику этот называется Богоявление (Крещением). По принятии крещения от Иоанна Иисус Христос явился миру и начал учить народ, который до тех пор еще не знал Его и не понимал — кто Он.

С тех пор всякий христианин должен принимать крещение во имя Отца и Сына и Святого Духа через это таинство, становясь соучастником благ, дарованных Иисусом Христом всем верующим в Него. Накануне Богоявления совершаются: царские часы, литургия и вечерни, так же, как и накануне Рождества Христова, с той только разницей, что накануне Богоявления бывает освящение воды, которая и называется потому Богоявленской.

Богоявленскую воду

церковь употребляет

для оропления храмов,

жилищ и как врачебное

средство (Ев. Матфея III, 13—17).

В нашей церкви

праздничная служба

начнется 18 января в

16 часов, 19 января, в

пятницу, в 8.30 утра ли-

тургия. После литургии

— крестный ход на реку

на освящение воды.

Отец ЕВГЕНИЙ.

## Открытое письмо

ГЛАВАМ РАЙОННОЙ И СЕЛЬСКОЙ АДМИНИСТРАЦИИ, ГОСПОДАМ М. ДМИТРИЕНКО И С. ЮРИНУ ОТ ЖИТЕЛЕЙ СЕЛА МАРЬЕВКИ.

Вот уже несколько месяцев как в наш магазин не завозится хлеб из Яйского хлебозавода. Разногласия между хлебозаводом и районом отражаются на нас, жителях. Сейчас в село привозят «Дока-хлеб» только белый, не всегда качественный, как это было 4 января.

Еще осенью мы обращались к Главе района М. Дмитриенко, чтобы решили этот вопрос, но на этом все и закончилось. Глава нам ответил,

что нет в Марьевке помещения, где можно было бы продавать хлеб. Помещение мы найдем, главное, вопрос решить.

Арышева, Шаповалова, Ткачева, Ломова, Ветошкина, Пилигина, Марчукова, Андреева, Юркина, Сизова, Гвоздева, Уколова, Клещева, Тарабриня, Бочкина, Белицкая, Шишкова, Волошина, Никитина, дед Дерюгин.

## НА ЛИЧНОМ ПОДВОРЬЕ

Районный отдел статистики провел перепись скота в личных хозяйствах. Выяснилось, что 20 процентов семей в Яе держат в личном хозяйстве скот. По району в личных и крестьянских хозяйствах насчитывается 5470 голов КРС, из них — 3299 коров, 4509 овец и коз, 291 лошадь и 5332 свиньи. Надо отметить, что поголовье скота в личном секторе района осталось на прежнем уровне, хотя растет маточное поголовье, так как люди обеспокоены воспроизводством стада и начали заниматься им самостоятельно.

## С днём рождения!

Поздравляю дорогую, любимую ДЕРЯБИНУ Елену Михайловну с 16-летием!  
Пусть будет жизнь твоя светла,  
Окружена любовью.  
Желаю счастья и добра,  
А главное — здоровья.

Твой ВИТЮШКА.

Поздравляю с днем рождения дорогую маму КРУТОВУ Нину Александровну! Желаю счастья, здоровья, добра.

Твой сын АЛЕКСЕЙ.

## Вознесенские вести

В благоустроенных квартирах и учреждениях Вознесенки нынешней зимой тепло. По словам главы администрации территории Г. Шерстнева, котельные стали работать лучше после того, как их передали в ведение коммунального хозяйства. Недавно сюда завезли еще 150 тонн угля для отопления бюджетных учреждений. Так что его теперь должно хватить до весны.

В тепле встретили жители Вознесенской территории новогодние и рождественские праздники. В школах, детских садах и клубах Вознесенки и Емельяновки прошли новогодние утренники и вечера. Детям, как полагается, на них дарили подарки. Администрация территории выделила дополнительно на каждого ребенка по 3 тысячи рублей.

Как сообщил нам Г. Шерстнев, в прошлом году ни копейки не было выделено из бюджета на развитие базы учреждений культуры территории. Помог только П. Финк, который выделил сельской культуре 2 миллиона на приобретение синтезатора. С его помощью сделаны новые двери клуба.

Не ходит автобус по маршруту Яя — Емельяновка. Через Анжерку жителям Вознесенки и Емельяновки добирать-

ся до учреждений районного центра долго и накладно. Иногда выручают сельская администрация, заказывая автобус для поездки в Яю. Стоит он не дешево: 231 тысяча рублей за 8 часов, но глава администрации людям не отказывает.

Сложное финансовое положение в администрации Вознесенской территории (как и во всем районе). Бюджетники не получали зарплату с октября. Им администрация уже должна 100 миллионов рублей. Кочегары грозят забастовкой. Еще 100 миллионов рублей администрация территории должна коммунальщикам за отопление, водоснабжение и транспортные услуги. Скоро в школах и детских садах нечем будет кормить детишек. Одно время выручила межрайбаза, которая в счет погашения долгов в бюджет завозила продукты в эти учреждения. Долги уплатили — продукты на исходе.

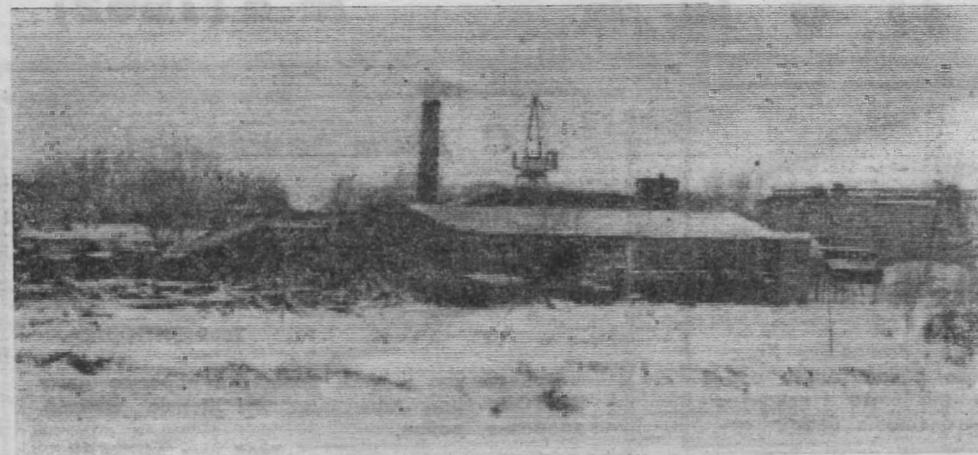
Закончим подборку информаций приятной новостью. В Вознесенке открылся еще один продуктовый магазин. Его хозяин — фермер Б. Аленовский — продает товары по более низким ценам, чем другие магазины села. Поэтому новый магазин пользуется успехом у населения Вознесенки.

Игорь АЛЕХИН.

Как мы уже сообщали, в четверг, 11 декабря, состоялось совещание по передаче котельной № 1 АО «Ялес» в хозяйственное ведение ПОЖКХ. На совещании присутствовали коллектив котельной, директор ПОЖКХ Ю. Осипюк с главными специалистами коммунального хозяйства, главный инженер АО «Ялес» А. Мезенов, заместитель Главы районной администрации В. Тищенко, председатель комитета по управлению государственным имуществом В. Родин, представители средств массовой информации.

Юрий ОСИПЮК ознакомил присутствующих с условиями передачи котельной. В частности, он сказал:

## Свершилось! Котельная № 1 АО «Ялес» передана в хозяйственное ведение ПОЖКХ. Население посёлка с надеждой смотрит на своих возможных спасителей и от души желает:



## КОММУНАЛЬЩИКИ!»

Третьего января Главой администрации Янского района было подписано распоряжение по передаче котельной АО «Ялес» в муниципальную собственность и в хозяйственное ведение ПОЖКХ. Поэтому мы должны сегодня оговорить ряд вопросов, которые касаются приема-передачи котельной. Мы подпишем сегодня акт приема-передачи котельной с руководством АО «Ялес» и представителями администрации на период строительства новой котельной (котельная № 3, которую начали строить на территории бывшего клепавода).

Передача осуществляется в связи с тем, что сложилась непростая ситуация в АО «Ялес» по финансированию котельной. Акционеры не в силах финансировать котельную и нести ее затраты, которые сегодня ложатся на производство тепла и пара. Поэтому совместно с областной администрацией принято решение по передаче котельной.

Наши экономисты обсчитали штаги расписание коллектива котельной. Оно складывается из 53 человек. Важна зарплата в полтора раза будет выше, чем та которую вы имели в АО «Ялес». Кроме того, отдел снабжения занимается вопросами нашего обеспечения спецодеждой. Коллектив котельной имеет возможность получать

коммунальное хозяйство выкупило кафе Янского района. Ведем ремонтные работы. В конце января откроем свой магазин. Отовариваться будете в нем.

Остановлюсь на организации ремонтных работ. Будем работать в несколько смен, аварийно. Будет решен вопрос с доставкой горячего питания. У нас есть договоренность по этому вопросу с райпо, которое должно нам более 100 миллионов рублей. В счет взаиморасчета горячее питание будем брать в ресторане и обеспечивать людей на ремонтно-восстановительных работах.

Не надо поднимать панику, никто никого увольнять с работы в котельной не будет. В каком составе вы работали, в том и должны продолжать. Ведь основной костяк коллектива работоспособный. Естественно, котельной же хватает специалистов. Необходимо принять на работу двух сварщиков, двух электриков, двух сменных машинников, зольщика. Этим вопросом мы будем заниматься.

Запас угля есть, но недолгий. Сейчас В. Тищенко решает вопрос с поставщиком угля по протоколу, чтобы в январе уже угля начали поступать.

По расчетным делам мы определились с важным генеральным директором, господином Гурой, что все вы

плату вы не получаете с августа.

По ремонтным работам. Котельная находится в непривлекательном виде, в аварийном состоянии. С завтрашнего дня начинаем аварийно, но будем работать не так, чтобы всех согнать, ходить и не понимать, чем заниматься. Работы будут вестись строго по графику, параллельно несколькими бригадами.

По поступлении денег на 230 миллионов приобретем топку на первый котел (потому что котел выведен из строя и необходима его замена), решетку на второй котел, забрасыватели и ряд других механизмов. Но оборудование поступит на следующий неделе. Нам же ждать некогда. Принятое решение о восстановлении второго котла. С завтрашнего дня одна бригада будет заниматься восстановлением решетки второго котла, другая бригада отсоединять циклоны (такое решение было принято по согласованию с комитетом по экологии), так как они забиты и тяготы гидравлические котельной нарушаются. По этой причине горят дымососы и другое оборудование. Так что первые недели или месяц мы будем здесь днечать и ночевать, чтобы вывести котельную на тот уровень, который полагается. Это не прихоть, а необходимость, которая возникла на сегодняшний день. Вы сами ясноете в благоустроенным жилищем фонде. Температура в домах 6-8 градусов. Не

смотря на это, придется решать в рабочем порядке.

После выступления Юрий Адольфович ответил на вопросы присутствующих.

—Юрий Адольфович, как в дальнейшем будет финансироваться котельная?

—Сейчас идет формирование финансового плана на 1996 год. При формировании плана мы должны все затратные моменты учесть и заложить отдельной строкой в план. То, что касается ремонтных работ, на это есть мероприятия по подготовке к отопительному сезону 1996-97 года. Там уже конкретно заложен перенем необходиимых работ по этой котельной. В добавок к этому должен быть календарный график производства работ. С руководством «Ялес» помимо актов передачи мы должны заключить договор на отпуск тепловой энергии и оговорить в нем, на какой срок будем летом останавливать котельную для ремонта. Пока же ремонт будем производить по ходу дела, без остановок. Сейчас мы должны второй котел восстановить своими силами, а первым котлом, который вышел из строя, будет заниматься бригада машинистов из города Кемерова по мере поступления оборудования.

Что передается в ведение ПОЖКХ вместе с котельной?

—Улучшатся ли бытовые условия нашей работы?

—Будем делать ваши бытовые помещения. Они в скверном состоянии. С понедельника бригаду штукатуров-маляров пришли с тем, чтобы навести здесь элементарный порядок. Чтобы не было у начальника котельной такой грязи, постелим линолеум. Обратим внимание на бытовые условия.

—Обеспечат ли вас рабочим инструментом?

—Этот вопрос мы с начальником котельной обговорили. В. Прохоров готовит заявку на них. Все, что необходимо в течение следующей недели, у вас появится.

—Включили ли в план на этот год строительство моей котельной?

—В. Тищенко:

—Об этом еще рано говорить. Пока идет формирование всех планов.

—Но в этом направлении администрация ведет работу!

—Обязательно, ведь:

—В заключение совещания главный инженер АО «Ялес» А. Мезенов поблагодарил коллективу котельной успехов в нелегком труде и сказал:

Я попросил Александра Павловича рассказать о ситуации, сложившейся на котельной № 2 АО «Ялес».

—Вы знаете, что эта котельная не работает в полную силу из-за перебоев с топливом (нет древесины, опилок). Вот запустили второй котел. У нас есть около 150 кубометров сухой бересклета. Сейчас дали людей из коммунального хозяйства, из РСУ для того, чтобы разделять бересклет на маленькие чурки. Выделена техника для подъезда опилок. Выгребем все свои старые запасы, чтобы второй котел работал, потому что уже есть случаи, когда перенервали батареи отопления.

Итак, котельную передали в ведение ПОЖКХ. Конечно, надеясь на то, что после передачи моментально начнется тепло в квартирах и учреждениях, не приходится. Предстоит еще очень много работы по ремонту изношенного оборудования.

Обнадеживает только то, что дело, наконец, движется с меркой точки. И мы, безусловно, надеемся на то, что энергенные и огнестойкие специалисты ПОЖКХ при финансовой поддержке из области покроют ситуацию с теплоснабжением в районном центре.

Следует подчеркнуть, что Игорь АЛЕХИН,

Несмотря на то, что в Яе проживает почти четырнадцать тысяч населения, она напоминает большую деревню. Многие жители либо знают друг друга, либо являются родственниками, либо просто знакомые знакомых. А поэтому происшедшее в поселке событие обсуждается буквально везде: на работе, дома, в магазине. Вот и 12 мая (теперь уже прошлого года) слух о том, что муж убил и закопал свою жену в подполе собственного дома, облетел всю Яю. Об этом говорили несколько дней, а потом забыли.

Однако об уголовном деле не забыло правосудие. Суд несколько раз разбирал дело Василия Прохорова, и пока не был вынесен окончательный приговор, газета не могла опубликовать материал из зала суда.

Небольшой зал заседания народного суда был полон. Судили начальника котельной ЗЛМ Василия Прохорова за избиение жены Галины (матери трех детей), повлекшее за собой смерть.

На суде обвиняемый рассказал о своей жизни с женой. Прожили они с ней десять лет. Ничего хорошего, по его словам, в их жизни не было с самого начала. Мать Галины — Татьяна Тимофеевна — подтверждала, что скитались они по чужим углам, жили в заброшенных домах. Работали в ту пору на хлебокомбинате, оба выпивали. Уже в первые годы совместной жизни с Галиной Василий бил свою жену. Тя избита прибегала к матери. Мать уговаривала бросить его, но утром жена находила на крыльце материнского дома букет цветов и любовное послание на нескольких листах...

За что уж любила Галина своего мужа, почему прощала его и возвращалась к нему снова — одному Богу известно. А бывал муж свою жену, видно, часто. По показаниям на суде Татьяны Тимофеевны, в 1986 году от побев Галина потеряла беременность. На мужа Галина никому не жаловалась, таила все в себе.

Вероятно, от такого с

ней обращения, от безысходности пить Галина стала чаще. Известно: пьяная мама — какая мама. Вот и детям своим внимание уделять стала меньше. Старшая дочь от первого брака жила у бабушки, двое других, нажитые с Прохоровым, во время вышивки забывались.

Однако на просьбы, уговоры матери бросить пить, не терпеть побои мужа и разойтись с ним Галина не реагировала. И тогда Татьяна Тимофеевна пошла на отчаянный шаг. Подала

нарушала дисциплину. На работе была ответственна, в коллективе уважаема. С детьми — доброй и ласковой, дети ее любили. Обо всем этом и написали в ее характеристике.

В беседе с журналистом методист детского сада Елена Константиновна Зискова сказала: «Наш коллектив считает, что на суде ее просто оклеветали». При рассмотрении в суде дела В. Прохорова вторично в суд была приглашена в качестве свидетеля заведующая детским садом

Г. Кононенко. Дети и муж были голодные. Хоть, по его же словам, на кануне Галина пекла блины, и засохшие их никто не ел. Удивительно, как вечно голодные дети, воровавшие даже яйца у соседки, как говорил сам Прохоров, не съели блины сразу, когда их пекла мама! Вечером он отправил за ней сына Дими. Галина домой не вернулась. Во втором часу ночи он сам пошел к соседке. И тут, по его словам, он застал ее с неизвестным молодым челове-

механической асфиксии, т. е. она попросту задыхнулась кровью. Проснулся Прохоров оттого, что Галина начала на него наваливаться. Оттолкнув ее рукой, обнаружил, что та мертвая. Какое чувство испытал тогда Василий? Страх, ужас, что спал с мертвотой? Или стыд за со-девянное? Как знать... Он не вызвал милицию, не кинулся к родственникам, он не придумал ничего лучшего, как закопать труп в подполе собственного дома.

## После приговора

# Загубленная душа

на алименты для старшей внучки, которую она воспитывала. Вначале Галина алименты платила по исполнительному листу. Потом попросила его забрать, дескать, будет отдавать деньги сама. Однако добровольно не получилось. Пить она стала все больше. Муж бил ее чаще. Несколько лет назад он даже обращался к инспектору детской комнаты милиции Л. Семёниной, чтобы приструнила жену. Людмила Филипповна действительно поговорила с ней. Та на какое-то время притихла. Может, если бы подключились родные, общественные организации, профсоюз, инспектора, Галина бы как-то утихомирилась. Но воспитывали ее, видно, от случая к случаю.

Во всей этой истории меня удивляет одно. Несмотря на пьянство Галины, которое так подчеркивали все свидетели на суде, Галина работала помощником воспитателя детского сада в «Чайке». Этой должности она занимала более четырех лет. За это время она ни разу не была замечена пьяной, ни разу не

«Чайка» Галина Егоровна Терентьева. Она подтвердила, что Г. Прохорова пьяной действительно за все время работы замененной не была, прогулы без причины не допускала. А если не приходила на работу, в коллективе знали, что она избита. Ее жалели. По характеру была доброй, общительной, о своих детях заботилась, покупала им продукты, одежду.

Хорошую характеристику на Галину дали со швейной фабрики «Восход», где она тоже работала. И здесь подчеркнули, что она была добрая и ласковая. Труд ее отмечали благодарностями. Отчего же пила тогда Галина, не вина ли здесь мужа? Ведь по признанию самого Прохорова на суде, пьяная онакричала, что немавидит его. А выпить он может тоже. Хотя, как утверждали на суде свидетели, обвиняемого на работе пьяным не видели. А если так рассуждать, и Галина на работе пьяной никогда не была. А трагедия случилась.

...В тот день, 8 мая, после обеда Галина, по словам обвиняемого, была у со-

ком в спальне. Однако по путанным показаниям свидетельницы Г. Кононенко, двое молодых людей разговаривали с Галиной то у калитки, то на крыльце. А то вдруг... в ее спальне? Хотя в этой же спальне спал ее собственный муж.

Во всей этой истории Галина Кононенко — главный свидетель тех последствий, которые случились. На суде она явно чего-то недоговаривала, меняла показания. Так, в протоколе доложено 12 мая о двоих молодых людях речь не шла. А в протоколе от 16 мая они уже появились.

Из показаний В. Прохорова жену он начал избивать уже дома. Бил ремнем до тех пор, пока он не порвался. Потом начал бить железным совком. По его словам, она была настолько пьяная, что даже не оборонялась. Ремнем и совком он ее бил так, что сломал ей нос, ребра, нанес черепно-мозговую травму. После «нравоучений» Прохоров положил Галину спать, сам лег рядом.

От переломанных костей

вить жену?

В своем последнем слове обвиняемый признал свою вину, раскаивался в случившемся и просил оставить его с детьми, на значив ему любой срок. «Встать! Суд идет», — раздалось в зале. Каждый приговор вынесет суд Василию. Но каким бы он ни был, он не снимает грех с его души.

Пройдет время, Василий женится. Вот только куда он приведет новую жену?

В дом, где была законана первая? Кто же будет та храбрая женщина, что не побоится жить в этом доме? Русские люди суеверны, они боятся мертвых, призраков. Не будет ли ей видеться погибшая Галина?

Не будет ли становить по ночам ее загубленная душа?

Валентина ГИМАЕВА,

ПОСТСКРИПТУМ: Яйский народный суд приговорил Василия Прохорова к 3 годам лишения свободы. В декабре областной суд оставил приговор районного суда без изменений.

**Только до 26 января вы можете продлить подписку на районную газету.**

Только с помощью районки в холодные дни мы плечом друг к другу.

Всё будет хорошо, если вы не забудете продлить подписку.

Напоминаем, что газета по-прежнему стоит 6 тысяч рублей в месяц и вас по-прежнему ждут в редакции.



Январское настроение.



## Советы Юрия Лонго

### Заговор против алкоголя

«Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь. Хмель и вино, отступитесь от раба Божьего (имя) в темные леса, где люди не ходят, и кони не бродят, и птицы не летают.

Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Хмель и вино, выходи на быструю воду, на которой воде люди не ездят. От раба Божия (имя), хмель и вино, поди на буйный ветер, который ветер по дальности ходит, привязавшись к лихому человеку, который на меня (имя) лихо думает. К тому пригнялись, который

добра не делает. От меня во веки отвяжись. Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь».

Такой вот заговор. Согласится муж сам его прочесть, может, и подействует. Есть и другой способ, более безопасный. Пойти в церковь, поставить свечку перед иконой «Неупиваемая чаша». Потом купить эту иконку и книжечку «Как исцелиться от недуга пьянства». Дальше все уже зависит от вашей веры, желания бросить пить и добросовестности выполнить все, что написано в книжке.

### Заговор от испуга

— В разных книгах заговоры от испуга вообще отсутствуют. Есть способ «выливать испуг», если испуган не взрослый, а ребенок.

Нужно взять консервную баночку из-под кофе или сгущенки, нарвать в нее восковую свечку и подержать баночку над огнем, чтобы свечка растаяла. Можно при этом читать «Отче наш». Затем вы подходите к ребенку, держа баночку с расплавленным воском над чашкой с водой. И проговарива-

ете:

Господи, Божья Матушка, прошу я трех святых: первого святого — Иоанна Богослова, второго святого — Кузьму-Демьяна, третьего святого — самого Господа Иисуса Христа!

Затем выливаете из баночки воск в чашку с водой и говорите: Я испуг выливаю, Переполох вызываю: Из рук, из ног, с буйной головы, с ретивого сердца [имя].

[Журнал «Свет»].

## Просто анекдот

Автомобилист наехал на почтенную старушку. При разборе дела в суде она заявила:

— Я вышла на улицу и сразу же увидела этого водителя в машине. Я — влево, и он — влево. Я кинулась направо, и он — направо. Наконец, он крикнул через опущенное стекло: «Мадам, стойте же на месте, черт побери!». Я остановилась, и тут он на меня и наехал!

\*\*\*

Судья укоряет бомжа: — Как же вам не стыдно? Почему вы такой бесстыдный? Старушка дала вам сдобную булочку, а вы ей взяли и замкнули окно разбили!

— Гражданин судья! Это был вовсе не камень. — А что же?

— Та самая булка.

\*\*\*

Офицер распекает солдата:

— Рядовой Джон, мне доложили, что вы вернулись ехать в казарму пьяный и еще толкали перед собой украденную тачку с каким-то дерьмом.

— Так точно, мой капитан!

— Марш под арест!

— Так точно, мой капитан! Но, может, вы вспомните, что в той тачке находились вы?

На суде прокурор спрашивает убийцу:

— Подсудимый, объясните, почему же вы, прежде чем взломать сундук, убили глухую старушку, спавшую в соседней комнате?

— А на сундуке было написано: «Вскрыть только после моей смерти».

\*\*\*

— Арестуйте меня! — кричит мужчина милиционеру — Я кинул кастрюлю жене в голову.

— Она убита?

— Нет, гонится за мной!

\*\*\*

Питер и Бил мчались на автомобиле, боясь опоздать на встречу Нового года. У железнодорожного переезда Питер выпалил:

## Наше время

МАССОВАЯ ГАЗЕТА ЯЙСКОГО РАЙОНА КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ. Выходит с ноября 1993 г. Газета «Наше время» учреждена администрацией Яйского района и трудовым коллективом редакции. Зарегистрирована Омской региональной инспекцией по защите свободы печати и массовой информации 22 декабря 1993 года, свидетельство о регистрации № 3.

## Клин клином?

В народе существует представление, что от похмелья надо избавляться по принципу «подобное лечи подобным». Представление это перекочевало в жизнь из среды больных алкоголизмом, которым повторный прием алкоголя нередко действительно приносит облегчение. У здоровых людей прием спиртного, наоборот, увеличивает продолжительность и тяжесть переживаемого недуга. Более того, опохмеление является обязательным этапом формирования алкоголизма.

Как же лучше и быстрее избавиться от похмелья и предупредить развитие связанных с ним опасных для жизни последствий? Во-первых, следует руководствоваться двумя главными принципами — не опохмеляться и не пить крепкий кофе или чай. Последнее связано с тем, что кофеин и другие алкалоиды, содержащиеся в этих напитках, усиливают токсическое действие катехоламинов, которых и без этого в организме избыток и которые являются одним из главных виновников нарушений сердечной деятельности при похмелье. Во-вторых, следует помнить, что при похмелье легкой и средней степени тяжести организм нуждается прежде всего в восполнении дефицита жидкости и ионов калия

и магния. Для этой цели вполне годятся провенные временем растворы свечей, компоты или щи. Можно использовать мед, который нормализует обмен углеводов и кетоновых тел, а также восполняет дефицит энергии. Неплохо помогает в этой ситуации арбуз, который является уникальным в природе продуктом по содержанию воды и ионов магния. Многие пытаются облегчение от молока, которое связывает токсические продукты метаболизма спирта в желудке и кишечнике, нормализуя их деятельность. Наиболее радикальным представляется использование натуральных фруктовых соков, которые содержат многие необходимые для нормализации самочувствия компоненты.

Все перечисленные выше пищевые продукты относятся к категории немедикаментозных средств, которые не оказывают негативных эффектов, безопасны для здоровья и которые практически невозмож но передозировать. К этой группе средств относится и напиток «Аметист», о котором многие слышали, но мало кто видел и пробовал, поскольку приобрести его можно только в наркологических диспансерах Москвы. Поэтому всех своих знакомых и незнакомых страдающих похмельем я направляю

туда. Напиток этот, судя по этикетке, состоит из яблочного сока и ряда специальных добавок, придающих ему лечебные свойства. Ему присущи все свойства перечисленных выше пищевых продуктов. Но самое главное, он обладает способностью защищать сердце от поражения алкоголем. Врачи-наркологи активно используют «Аметист» для облегчения выхода из запоя и купирования абстинентного синдрома у больных алкоголизмом.

Другая группа средств, активно рекламируемых в последнее время по телевидению и в периодической печати, относится к категории лекарственных соединений, которые следует использовать с определенной осторожностью. Прежде всего, это препараты, содержащие ацетилсалициловую кислоту, такие, как «Алка-Зельтцер» и «Асгирин УПСА». Готовятся к производству отечественные препараты под названием «Алкалгин», содержащий помимо ацетилсалициловой кислоты эуфиллин, анальгин, кофеин и лимонную кислоту. Ацетилсалициловая кислота снижает выраженность ряда токсических эффектов продуктов метаболизма этилового спирта и благодаря этому устраняет головную боль, оказывает противовоспалительное действие и улучшает

самочувствие. Необходимо помнить, однако что в больших количествах эти препараты способны вызвать серьезные повреждения слизистой оболочки желудка.

Рекламируется также лекарственный препарат под названием «Эндрюс Ансвер», который содержит гарацетамол, кофеин и аскорбиновую кислоту. Польза от его применения представляется сомнительной.

Встречаются сообщения о новом отечественном препарате «Тиролиберин», который выпускается в виде самоклеющейся пленки, фиксируемой на десне. Сведения об его эффективности пока отсутствуют.

Можно попробовать, при случае, лекарственный препарат под названием «Аспаркам» или «Панангин», который содержит ионы калия и магния в легкоусвояемой организмом форме и широко применяется при заболеваниях сердца. Обильно запивая его водой или соком, можно ослабить некоторые проявления похмельного состояния.

И наконец, остается пожелать читателям: для того чтобы не болеть поутру, лучше всего знать свою «алкогольную норму» и стараться не превышать ее.

Владимир НУЖНЫЙ,  
доктор  
медицинских наук.

## Вы взволнованы, зевайте!

«Зевайте, вы взволнованы!» — говорит психотерапевт врач-психиатр молодой пациентке. Сейчас уже многие знают: лучшее средство от стрессов — зевание. Одновременно с чувством покоя зевание стимулирует деятельность головного мозга, повышает тонус всего организма, усиливает кровообращение сердца и легких.

Особенно полезны упражнения на зевание (гимнастика полости глотки) певцам, актерам, дикторам, а также больным, страдающим заболеваниями голосового аппарата, бронхиальной астмой, гипертонией, спазмами сосудов головного мозга и т. д.

Еще древневосточные врачи рекомендовали больным как можно чаще зевать, а античные педагоги постановки голоса предупреждали, что петь и говорить надо на состоянии «зеваки» в горле. Но чтобы научиться зевать по заказу, нужно освоить специальную гимнастику глоточного аппарата.

Упражнение 1. Откройте рот, рассмотрите в зеркало полость зева, зевните (4—8—12 раз).

Упражнение 2. Откройте рот, рассмотрите в зеркало полость зева, поднимите вверх мягкое небо, зевните (4—8—12 раз).

Упражнение 3. Продолжите 4—8—12 раз: К, Г, Г-К, К-Г. Эти звуки укрепляют мышцы глотки.

Упражнение 4. Рот закрыт, расширенные ноздри, зевните с закрытым ртом (4—8—12 раз).

Упражнение 5. Продолжите А-О-У, стараясь шире раскрыть не рот, а полость зева (4—6—8 раз).

Упражнение 6. Откройте рот, в зеркало рассмотрите полость зева, зевните и, перевивая зевание, произнесите МММ (строго утверждая) 4 раза.

Упражнение 7. Зевая, поворачивайте голову справа налево и слева направо (4—8—12 раз).

[«АиФ—Здоровье»].

## Типун от семечек?

Правда ли, что, если грызешь семечки, развивается типун, а потом и рак языка?

Нет, неправда. Когда вы едите семечки, то при разгрызании шелухи на языке могут появляться микротравмы, которые, тем не менее, как правило, не попадают

на одно и то же место. Сам процесс щелканья даже полезен, так как включает в работу те лицевые мышцы, которые в обычном состоянии «дремлют». Семечки можно использовать в качестве гимнастики, например, после пареза лицевого нерва.

## Продают

МОТОЦИКЛ «Иж-Планета-5» по ул. Судженской, 31. Обращаться в любое время.

АВТОМОБИЛЬ УАЗ 333-03, бортовой, 1993 года выпуска, пробег 5 тысяч км. Обращаться по телефону в г. А-Судженске: 2-99-74.

## Скорбят

Коллектив «Яяагроснаба» выражает соболезнование Алексеевой Надежде Федоровне по поводу смерти ее матери САМОВАРЕНКО Марии Ивановны.

Коллектив детского сада «Колокольчик» выражает глубокое соболезнование заведующей детским садом Шипиловой Лидии Ивановне по поводу смерти ее отца.

Редактор Т. И. АНАНЬЕВА.  
Адрес редакции: 652100, р. п. Яя, ул. Советская, 8. Газета отпечатана в Яйской типографии. Адрес типографии: 652100, р. п. Яя, ул. Советская, 8.

Наши телефоны: 2-11-44 — редактор (Ананьев Т. И.), 2-18-83 — ответственный, реклама и объявления (Гладышев Ю. Г.), 2-14-59 — отдел фото-илюстраций (Язовский В. А.), 2-15-55 — производственный отдел (Алексин И. А.), 2-15-43 — отдел писем (Гимаева В. Г.), 2-15-67 — бухгалтер (Алтапкина В. А.).

Газета выходит по средам и субботам.  
Тираж — 3375 экземпляров.  
Объем — 1 п. л.  
Индекс — 51954.  
Заказ — 54.  
Газета подписана 17 января в 10 час. 30 мин.