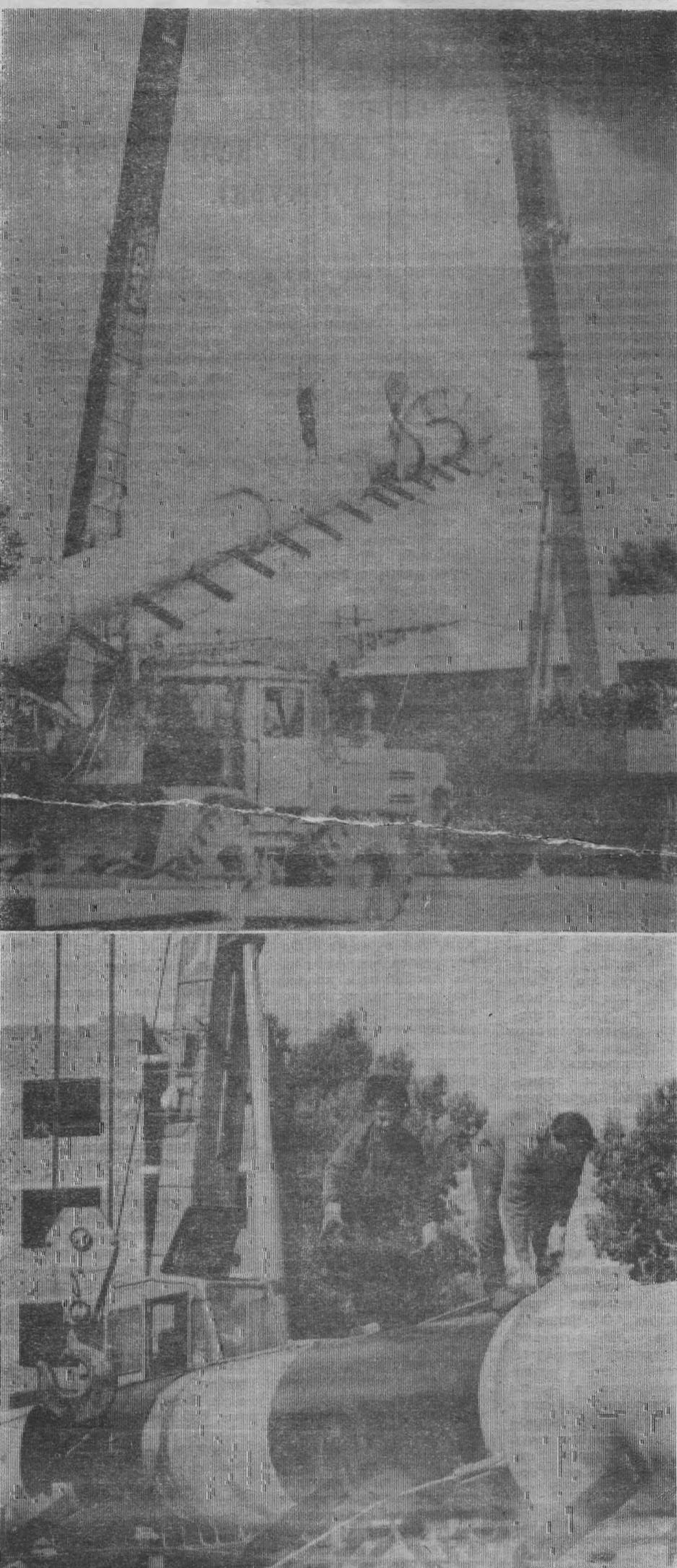


В регистрации отказали

В районную администрацию поступила заявка от руководства АО «Яйлес» о создании на его базе еще одного дочернего предприятия. Как нам пояснили в районной администрации, связано это было с тем, чтобы найти выход из сложного экономического положения, кото-

рое сегодня переживают лесники, и привлечь на новое предприятие инвестиции.

Однако в регистрации этого предприятия районная администрация по ряду причин отказала. Проблемы возникли с уставом и другими нюансами.



Чтобы выжить

Начинает возвращаться в рабочий ритм МП «Яйский лесоучасток». Сегодня здесь полностью укомплектованы штаты, а рабочие напряженно работают над выполнением заказов. Заявок на изготовление оконных и дверных блоков, плинтусов, опанелки и других столярных изделий много. В основ-

ном, они поступают от сельскохозяйственных предприятий, учреждений и населения района. Заказы выполняются быстро, качественно. А большой объем работ, который постоянно расширяется, позволяет малому предприятию избавляться от долгов и более оптимистично смотреть в будущее.

Поддержали витаминами

Одно частное лицо, которое пожелало остаться неизвестным, в качестве благотворительного жеста передало осужденным Яйской колонии полторы тонны дынь, лука и чеснока.

Продукты были приняты по документам на склад и будут выдаваться заключенным. На все продукты имеются соответствующие документы и сертификат качества.

Охота продолжается

Как сообщил редакции егерь охотовещества Александр Борзенков, продолжается охота на медведя, который в Вознесенке задрал уже десять коров. Во время одной из ночных засад охотникам удалось ра-

нить косолапого, но он убежал в лесную чащу. Заочется ли ему вновь наведаться к загону для скотины, покажет время. Охотники намерены все же успешно завершить свой промысел.

Больше всех

За шесть месяцев этого года было временно трудоустроено в области свыше 18 тысяч подростков. Как сообщили в областном Кемеровском центре занятости населения, больше всех ребят было направлено на работу центрами занятости городов

Кемерова, Осинники, Новокузнецка, а также Яйского и Беловского районов. В основном, подростки занимались благоустройством территорий, ремонтом школ, оказывали помощь престарелым одиноким людям.

Есть такой праздник

Вчера в учреждении УН-1612|37 прошел традиционный День колонии. На торжественной части были отмечены лучшие сотрудники, а после этого работники колонии вместе с семь-

ями отдыхали на природе. Здесь проводились спортивные соревнования между отделами, была организована торговля и культурная программа.

С днем рождения!

Поздравляю с днем рождения БОЯНОВУ Лидию Ивановну!

От всей души тебя я поздравляю.
Живи на свете много-много лет.
Здоровья, бодрости желаю,
Родной мой, милый человек.
Пусть все печали и ненастья
Тебя обходит стороной,
Пусть будет в жизни больше счастья,
Душа пусть будет молодой.

АНТОНИНА.

ВО ВТОРИЙ, 30 июля, возле строящейся котельной в центре поселка была поставлена почти пятидесятиметровая труба. Серебристая, красивая, она для многих жителей районного центра стала своеобразным символом надежды, что, может быть, хоть в следующую зиму в их квартирах будет тепло.

Как рассказали кемеровские специалисты, занимающиеся установкой оборудования, все работы по монтажу они закончат в сентябре. Все необходимые узлы зашевлены на строительную площадку. Для рабочих созданы хорошие условия для работы и отдыха. После того, как закончится монтаж оборудования, за дело должны приняться мест-

ные рабочие. Им предстоит обмуровать котлы и провести отделочные работы.

Пока все идет по графику и есть вероятность, что в октябре новая котельная сможет дать тепло.

На снимках: устанавливается труба на новой котельной.

Фото Валерия ЯЗОВСКОГО.

Новости

ЗАВТРА работники железной дороги будут принимать поздравления с профессиональным праздником. Несмотря на многие проблемы, яйские железнодорожники намерены отметить этот день, С праздником!

в НОЧЬ с 25 на 26 июля преступник проник в дом пенсионера, 1916 года рождения, проживающего в Улановке, и похитил деньги в сумме трех с половиной миллионов рублей. В краже подозревается молодой односельчанин, у которого часть денег была изъята сотрудниками милиции.

У ЖИТЕЛЯ ст. Судженка, 1972 года рождения, была обнаружена и изъята маковая соломка. Как пояснил ее хозяин, хранил он ее «для собственного потребления».

31 ИЮЛЯ на улице Фабричной ученик одиннадцатого класса школы № 3 избил сторожа швейной фабрики «Восход». Пострадавший получил сотрясение головного мозга.

ИЗ ПТИЦЕФЕРМЫ села Емельяновки похищена 21 курица. В краже подозревается сторож птичника.

ИЗ ФЕРМЫ ИСХП «Вознесенское», были похищены напольные алюминиевые решетки. Хозяйство пострадало на 190 миллионов рублей. Вероятно, преступники решили совершили кражу, чтобы продать цветной металл и неплохо на этом заработать. Подозреваемые в хищении — житель Вознесенки [ранее судимый] и его сородичи из Анжеро-Судженска — задержаны. Продолжается следствие.

25 июля среди бела дня неизвестные преступники похитили с юлей ИСХП «Яйское» девять рулонов сена. Хозяйство пострадало на один миллион рублей. В краже сена подозревается житель г. Анжеро-Судженска.

В ПЕРИОД с 21 по 29 июля из стайки жителя Сергеевки были похищены запчасти от мотоцикла «Иж-Юпитер» на сумму 515 тысяч рублей. В совершении этого преступления подозревается односельчанин потерпевшего, у которого похищенное было изъято сотрудниками милиции.

НВ»-ТЕЛЕВИДЕНИЕ**Понедельник**

5 АВГУСТА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 6.00 Телеутро.
9.00 Новости.
9.15 «Новая жертва».
10.05 Пое чудес.
11.05 Человек и закон.
11.30 Мультфильмы.

- 12.00 Новости.
12.10 В эфире «Мир».
12.50 Олимпийские игры.
15.00 Новости.
15.20 Мульти сериал.
15.45 Марафон-15.
16.00 Звездный час.
16.40 «Элен и ребята».
17.05 Джэм.
17.30 «Вокруг света».
18.00 Новости.

- 18.20 «Новая жертва».
19.10 Час пик.
19.35 «Золотые» моменты Олимпиады.
20.45 «Спокойной ночи, малыши!».
21.00 «Время».
21.40 Церемония закрытия XXVI летних Олимпийских игр.
01.05 Новости.

- КАНАЛ «РОССИЯ»**
7.00 Час плюс.
8.00 Олимпиада-96.
13.00 Олимпиада-96.
14.00 «Санта Барбара».
15.00 «Вести».
15.20 Спасение-911.
16.05 Русское лото.
16.45 Деловой автограф.
16.50 Новинки от ТВ-Медиа.
16.55 Шаг из круга.

- 17.20 Там-там новости.
17.35 «Челленджерс», Сериал.
18.05 Деловая Россия.
18.30 Не забудьте включить телевизор.
19.00 «Городок мой», К 40-летию г. Мыски.
19.35 Сегодня.
20.00 «Вести».
20.20 Смотри в оба.

- 20.30 Пульс».**
21.00 «Санта Барбара».
21.55 Новости Би-би-си.
22.05 «Династия».
23.00 Церемония закрытия XXVI летних Олимпийских игр.
00.00 «Вести».
00.30 Новинки от ТВ-Медиа.
00.40 Л-клуб.
01.25 Со скоростью звука.

Вторник

6 АВГУСТА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 6.00 Телеутро.
9.00 Новости.
9.15 «Новая жертва».
10.05 «Клуб путешественников».
10.50 Мультфильм.
11.00 Смехопанорама.
11.30 «Угадай мелодию».
12.00 Новости.
12.10 В эфире «Мир».

- 12.55 «Секретный фарвартер», 1-я серия.
14.00 Мультфильм.
14.25 Любовь с первого взгляда.
15.00 Новости.
15.15 Шанс.
15.20 Мульти сериал.
15.40 Кварьете «Веселая кампания».
15.50 Мультитроллия.
16.10 Волшебный мир, или Синема.
16.40 «Элен и ребята».
17.05 «...До 16 и старше».
17.30 «Вокруг света».

- 18.00 Новости.
18.20 «Новая жертва».
19.10 Час пик.
19.35 «Угадай мелодию».
20.00 Тема.
20.45 «Спокойной ночи, малыши!».
21.00 «Время».
21.40 «Москва, любовь моя», Мелодрама.
23.30 «По дороге в Голливуд». Муз. программа.
00.30 Новости.
КАНАЛ «РОССИЯ»
7.00 Час плюс.

- 8.00 «Вести».
8.15 Мульти сериал.
8.40 Время деловых людей.
8.50 Л-клуб.
9.35 «Певец России отдаленной», Док. фильм.
9.45 «Санта Барбара».
12.40 Деловой автограф.
12.45 Новинки от ТВ-Медиа.
12.50 Дорогая редакция...
13.20 «Эй, ухнем».
13.35 Иванов, Петров, Сидоров и другие.
14.25 Деловая Россия.
15.00 «Вести».
15.20 Не забудьте включить телевизор.

- 20.00 «Вести».
20.20 Мастер-инфо.
20.30 «Пульс».
21.00 «Санта Барбара».
21.50 Будьте здоровы.
22.00 Новости Би-би-си.
22.10 «Династия».
23.00 «Капитал, или Как сделать деньги в Польше», Худ. фильм.
23.30 Ночная жизнь городов мира.
00.00 «Вести».
00.35 Новинки от ТВ-Медиа.
00.45 Музыка всех поколений.

Среда

7 АВГУСТА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 6.00 Телеутро.
9.00 Новости.
9.15 «Новая жертва».
10.05 Тема.
10.50 В мире животных.
11.30 «Угадай мелодию».
12.00 Новости.
12.10 В эфире «Мир».
12.55 «Секретный фарвартер», 2-я серия.
14.00 Мультфильм.
14.25 Любовь с первого взгляда.

- 15.00 Новости.
15.15 Телеподружка.
15.20 Мульти сериал.
15.45 Кактус и К.
15.55 До-ми-солль.
16.10 Зов джунглей.
16.40 «Элен и ребята».
17.05 Тет-а-тет.
17.35 «Вокруг света».
18.00 Новости.
18.20 «Новая жертва».
19.10 Час пик.
19.35 «Угадай мелодию».
20.00 «Парижские тайны Э. Рязанова».
0.45 «Спокойной ночи, малыши!».
21.00 «Время».
21.40 «Ночная Маргарита».

- Худ. фильм.
00.05 Новости.
КАНАЛ «РОССИЯ»
7.00 Час плюс.

- 8.40 «Рапсодия в стиле блюз».
9.00 Своя игра.
9.30 В отдельно взятой Новгородчине.
9.55 «Санта Барбара».

- 10.50 «Я не утратил прежний свет», А. Блок, Док. фильм.
11.45 «Эй, ухнем».
12.00 «Вести».
12.20 «Дон Кихот и Дон Жуан», Телесериал.
13.10 В мире животных.
13.35 Там-там новости.
13.50 Дорогая редакция.
14.15 Деловая Россия.
14.45 Лицо с обложки.
15.00 «Вести».
15.20 Иванов, Петров, Сидоров и другие.
16.00 Не забудьте включить телевизор.
16.20 Россия в лицах.
16.35 «Памяти музыканта».

Четверг

8 АВГУСТА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 6.00 Телеутро.
9.00 Новости.
9.15 «Новая жертва».
10.05 «Парижские тайны Э. Рязанова».
10.45 Футбол. Лига чемпионов, «Глазго Рейнджерс» (Шотландия) — «Алания» (Владикавказ). 2-й тайм.
11.40 Смак.
12.00 Новости.

- 12.10 В эфире «Мир».
12.55 «Секретный фарвартер», 3-я серия.
14.05 Мультфильм.
14.25 Любовь с первого взгляда.
15.00 Новости.
15.15 Шанс.
15.20 Мульти сериал.
15.40 Лего-рол.
16.05 Тин-Тоник.
16.35 «Элен и ребята».
17.00 Рок-урок.
17.30 «Вокруг света».
18.00 Новости.
18.20 «Новая жертва».
19.10 Час пик.

- 19.35 Смехопанорама.
20.00 «Моя семья».
20.45 «Спокойной ночи, малыши!».
21.00 «Время».
21.40 «Королева бензоколонки», Худ. фильм.
23.15 Футбол. Лига чемпионов, «Глазго Рейнджерс» (Шотландия) — «Алания» (Владикавказ).
00.55 Новости.
01.15 «Обоз».

- КАНАЛ «РОССИЯ»**
7.00 Час плюс.
8.00 «Вести».

- 8.15 Мульти сериал.
8.40 Время деловых людей.
8.50 Проще простого.
9.20 Сам себе режиссер.
9.50 «Санта Барбара».
10.45 Наш сад.
11.15 Петербургские сезоны.
11.40 «Эй, ухнем».
12.00 «Вести».
12.20 Деловой автограф.
12.25 Новинки от ТВ-Медиа.
12.30 Дорогая редакция.
13.00 Иванов, Петров, Сидоров и другие.
13.40 Деловая Россия.

Пятница

9 АВГУСТА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 6.00 Телеутро.
9.00 Новости.
9.15 «Новая жертва».
10.10 «Моя семья».
10.50 Играй, гармонь любимая!
12.00 Новости.
12.10 «Секретный фарвартер», 4-я серия.
13.25 Фильм-сказка, «Андрееш».

- 14.25 Любовь с первого взгляда.
15.00 Новости.
15.15 Огород круглый год.
15.20 Мультфильм.
15.30 Торжественная церемония вступления в должность Президента Российской Федерации Б. Н. Ельцина.
16.35 Мульти сериал.
17.05 «Элен и ребята».
17.35 «Вокруг света».
18.00 Новости.
18.20 «Новая жертва».
19.15 Репортаж о торжественной церемонии вступле-

- ния в должность Президента Российской Федерации Б. Н. Ельцина.
19.45 Пое чудес.
20.45 «Спокойной ночи, малыши!».
21.00 «Время».
21.45 «Звезда пленительно го счастья», 1-я серия.
22.00 «Время».
00.05 «Звезда пленительно го счастья», 2-я серия.
01.25 Новости.

- КАНАЛ «РОССИЯ»**
7.00 Час плюс.
8.00 «Вести».

- 8.50 Проще простого.
9.20 Мульти фильм.
9.35 Торговый дом.
9.50 «Санта Барбара».
10.50 «Когда открывается небо», Док. фильм.
11.20 Музыка на десерт.
11.35 Деловой автограф.
11.40 Новинки от ТВ-Медиа.
11.45 Мульти фильм.
12.00 «Вести».
12.20 Дорогая редакция.
12.50 Деловая Россия.
13.20 «Эй, ухнем».
13.35 Иванов, Петров, Сидоров и другие.
14.15 Не забудьте включить телевизор.

Суббота

10 АВГУСТА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 8.05 «Ералаш».
8.25 «Удар! Еще удар!». Фильм.
10.00 Новости.
10.10 Слово пастыря.
10.30 Не зевай!
11.00 Утренняя почта.
11.35 Смак.

- 11.55 «Чуден град Москов».
12.25 Мультфильм.
12.40 «Васса», Худ. фильм.
15.00 Новости.
15.20 Мультфильм.
15.35 В эфире — Президентский оркестр.
16.05 Бомонд.
16.25 Окно в Европу.
16.55 Поэт ансамбль «Русская песня».
17.25 В мире животных.
18.00 Новости.

- 18.20 «Сыщик», 1-я и 2-я серии.
20.45 «Спокойной ночи, малыши!».
21.00 «Время».
21.40 На фестивале в Монте-Карло.
22.40 Футбол. «Спартак» (Москва) — «Локомотив» (Москва).
00.25 Брайан-ринг.
01.10 «Дороги на юг», Худ. фильм.

- КАНАЛ «РОССИЯ»**
8.00 «Вести».
8.15 «Мак и Матли», Сериал.
8.40 «Элли и Джулс», 11-я серия.
9.10 Новинки от ТВ-Медиа.
9.25 Вертикаль.
9.55 По вашим письмам.
10.25 «Бродвей нашей юности».
11.00 «Вести».
11.15 Книжная лавка.

- 11.30 Доброе утро.
12.25 Врачи вызывали?
12.55 Проще простого.
13.25 Твои возможности, человек.
14.00 «Вести».
14.20 «Эй, ухнем».
14.35 Голоса старого дома.
15.05 «Квинни», Худ. фильм.
15.25 «Бродвей нашей юности».
16.20 Пилигрим.
17.00 Лицо с обложки.

Воскресенье

11 АВГУСТА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 8.00 Спортивное.
8.10 Мультфильм.
8.50 «Сто радостей, или Книга великих открытий», фильм.
10.00 Новости.
10.15 «Непутевые заметки» Дм. Крылова.
10.30 Пока все дома.
11.10 Утренняя звезда.

- 12.00 Служу России!
12.30 Играй, гармонь любимая!
13.00 В городе Н.
13.25 Под знаком «Пи».
14.00 Смехопанорама.
14.30 «Тайны пиратских кладов».
15.00 Новости.
15.20 «Звезды оперы».
16.10 «Клуб путешественников».
16.55 Как-то раз.
17.10 Мультфейверка.
18.05 Счастливый случай.
19.00 Песня-96.

- 20.00 «Время».
20.40 КВН-96.
22.45 «Удар! Еще удар!». Фильм.
00.20 Новости.
00.40 Любовь с первого взгляда.

- КАНАЛ «РОССИЯ»**
8.00 Док. фильм.
8.20 Доброе утро, Европа.
8.45 «Мак и Матли», Сериал.
9.10 «Элли и Джулс», 12-я серия.
9.35 Устами младенца.

- 10.05 Футбол без границ.
10.30 Присяга.
11.00 «Вести».
11.15 Горячая десятка.
12.10 Проще простого.
12.45 Книжная лавка.
13.15 «Эй, ухнем».
13.30 Человек на земле.
14.00 «Вести».
14.15 «Квинни», 2-я серия.
15.05 Караоке по-русски.
15.25 Диалоги о животных.
15.55 Империя игр.
16.50 Репортаж.
17.15 Волшебный мир Диснея.

5 августа—II августа

- 20.30 «Пульс».
21.00 «Санта Барбара».
21.55 Новости Би-би-си.
22.05 «Династия».
23.00 «Капитал, или Как сделать деньги в Польше», Худ. фильм.
23.30 «Ночная жизнь городов мира».

- 00.00 «Вести».
00.35 Новинки от ТВ-Медиа.
00.45 Музыка всех поколений.

- Дмитрий Покровский.

- 17.

Лучшие семена

Для получения семян огурцов и помидоров отбирают наиболее развитые, типичные для данного сорта здоровые растения, рано и обильно плодоносящие. После того как отобранные семенники огурцов и помидоров станут совершенно мягкими, их разрезают (огурцы вдоль, помидоры пополам) и ложечкой выбирают семена в посуду. Семена помидоров оставляют на 2 дня «кинуть», не допуская брожения, а огурцы на 4 дня для брожения. После чего семена хорошо промывают от мякоти, высушивают, подписывают этикетку и хранят в бумажных пакетах или тканевых мешочках, каждый сорт отдельно.

Как можно продлить жизнь срезанным цветкам?

Хорошо поставить их в слабый раствор марганцовки или борной кислоты. Можно добавить в воду сахар (3-процентный раствор) или столовый уксус (1 ст. ложку на литр воды). Предотвращает гниение стебля и раствор поваренной соли — 1 чайная ложка на литр воды, древесный уголь.

Очищенные от кожицы яблоки на воздухе быстро темнеют. А хочется, чтобы компот, который готовлю на зиму, был светлым. Как этого добиться?

Подкислите холодную воду лимонной кислотой и, очищая, кладите в нее яблоки. Пусть лежат там до начала варки компота. Нож во время чистки тоже опускайте

в холодную подкисленную воду.

Научилась сама печь хлеб, но почему-то у готового хлеба отслаивается корка.

Скорее всего вы ставите в слишком горячую печь недостаточно выбродившее тесто.

Купила полироль для мебели, но она стала от такой чистки только хуже — как быть?

Если мебель облицована синтетическим материалом — пленкой, полироль лучше не использовать. Такую мебель рекомендуется почаще протирать сухой и мягкой тканью (фланелью).

Чем бы вывести чернильные пятна со светлого линолеума?

Вымыть их практически невозможно — пятна быстро проникают

внутрь. Их можно счистить лишь наждачной шкуркой или пемзой. Но такая чистка оставляет след на линолеуме, и поэтому, чтобы его не было заметно, это место следует обработать льняным маслом или олифой, а после высыхания натереть суконкой до блеска.

Скоро заготовки, а у меня заплесневела бочка. Подскажите самый простой способ, как продезинфицировать емкость.

Пропарьте ее с ветками можжевельника и мяты. Уложите их в бочку, заполните ее на 3/4 объема кипятком и бросьте сильно нагретый, чисто промытый камень. Накройте теплым одеялом и дайте сутки постоять. Потом промойте холодной водой — и бочка готова для засолки.

Соли правильно

Есть много способов соления огурцов. Вот один из них. На 50 кг огурцов берут от 1 до 1,5 кг старого семенногого укропа, 250 г хрена, немного дубовых листьев, вишневых и черной смородины, 15—20 листьев эстрагона и любчика, 3 головки чеснока, разделенные на долики, от 3 до 5 стручков красного перца, 1 большой, разрезанный на кусочки сельдерей и 50 г соли на литр воды.

Огурцы укладывают вертикально, плотно, перекладывают их специями и заливают соленой холодной водой. Мягкая вода может быть сырой,

жесткую надо вскипятить. Сверху кладут слой листьев, кадку накрывают кружком и прижимают камнем. Рассол должен покрывать кружок. Через несколько дней огурцы оседут на дно.

Кадка с огурцами должна в течение трех дней стоять при температуре около 20 градусов, затем ее переносят в погреб и хранят при температуре не выше пяти градусов.

Чтобы быстрее получить соленые огурчики, их нужно солить в высоких банках с широкими горлышками. Для этого огурцы следует

вымыть, обрезать кончики, положить их в банки, залить кипяченой водой (соленой), добавить семенной укроп, лавровый лист, долеку чеснока. Банку обвязывают марлей и через несколько дней огурцы будут готовы к употреблению. Для того, чтобы они дольше сохранились и не потеряли вкуса, берите из посуды, где они хранятся, не руками, а вилкой. А для того, чтобы они были вкуснее, в рассол для соленых огурцов добавляют немного горчицы.

Овощи солят в начале приготовления пищи, бобовые — в конце. Что-

бы вкусовые свойства картофеля остались в воде, в которой он варится, его солят в начале варки. Если же картофель предназначен для пюре, в конце варки.

Бульон мясной будет более сочным, если его посолить в начале варки, но он в этом случае будет мутным, поэтому его обычно солят за 1—1,5 часа до окончания варки.

При обжаривании мяса его солят предварительно. Чтобы мясо было более сочным, бульон солят в конце варки. Рыбный бульон солят после закипания.

ДВЕНАДЦАТЬ „ЗАПОВЕДЕЙ“ НА КАЖДЫЕ СУТКИ

Оказывается, петушиное «ку-на-ре-ку», играет в жизни человека куда более важную роль, чем мы можем предположить.

Конечно, человек — царь природы, и может никаким ритмам этой самой природы упорно не подчиняться. Однако, если вы хотите жить в гармонии с самим собой, вспомните о двенадцати «заповедях», которые, как утверждают медики, диктует нам сама природа. Итак:

— В час ночи работать бесполезно. В это время работоспособность головного мозга минимальна.

— В 5 часов утра у мужчин вырабатывается наибольшее количество гормона тестостерона. Усиливается и обмен веществ. С физиологической точки зрения, это —

самое подходящее для любовных занятий время. Разумеется, если с этим согласны оба партнера.

— В 6 часов утра в кровь попадает больше всего сахара и аминокислот. Значит, все готово для восполнения ежедневной потребности организма в энергии. Но не следует в такую рань курить и употреблять спиртное.

— 10 утра — пик кровообращения. Лучше всего снабжается кровью мозг. Мы с особенной легкостью, например, решаем математические задачи. Легче всего запоминаем услышанное, увиденное, прочитанное.

— В 11 часов быстрее

всего бьется сердце. Организм проявляет наибольшую выносливость. В этот час мы лучше всего сопротивляемся стрессу.

— Полдень. В желудке растет количество кислот — пора обедать. Одновременно головному мозгу требуется отдых. В этом смысле особенно везет тем, кто встает «с петухами», так как это время наиболее продуктивной деятельности. Но не следует в такую рань курить и употреблять спиртное.

— В 2 часа пополудни снова высока способность к запоминанию на длительное время. В эту пору мы менее всего ощущаем боль. Подходящий случай сходить хотя бы к зубному врачу.

— В 4 часа дня во второй раз оживляются кровообращение и давление. Имеет смысл использовать это время дня для занятий спортом.

— В 6 вечера особенно учащается дыхание и становится важно дышать максимально чистым воздухом. Время для прогулок и решения важных вопросов.

— В 7 часов пульс и давление снова падают, не так активна деятельность головного мозга. Нам с трудом удается сосредоточиваться.

— После 9 часов вечера не следует есть — желудок не успеет переработать пищу к следующему дню. Быстро снижается способность головного мозга к концентрации.

— Полночь. До минимума снижается выработка гормона стресса. Вследствие этого мы можем спокойно перерабатывать полученные в течение дня стрессовые впечатления.

Предлагают работу

Требуются эл. слесари, слесари-холодильщики по ремонту торгово-технологического оборудования. Оплата — договорная.

АДМИНИСТРАЦИЯ ЯИСКОГО РАЙОНО

Недвижимость

Продают благоустроенную приватизированную двухкомнатную квартиру по ул. Анжерской, 4-17 (общая площадь — 38 кв. м., жилая — 28 кв. м.). Есть гараж. Телефон: 2-16-57.

Продается трехкомнатная квартира по улице Мостовой, 16-3. Возможен обмен. Телефон: 2-12-98 (в любое время).

Приглашают учиться

Ижморское профессиональное училище № 74 объявляет набор учащихся в 1996 году.

На базе 9 классов по профессиям: механизатор широкого профиля, водитель категории «С». Срок обучения — 2 года. Учащиеся обеспечиваются общежитием, двухразовым горячим питанием. Обучение бесплатное.

На базе 11 классов (возраст до 25 лет) — водитель категории «С». Срок обучения — 3,5 месяца. Обучение бесплатное.

Поступающие подают документы: аттестат об образовании, медицинскую справку Ф-083-У, справку с места жительства (паспорт), фото 3Х4 (уголок слева, 4 шт.), заявление.

ПРИЕМНАЯ КОМИССИЯ ИЖМОРСКОГО ПУ-74.

Транспорт

Продают автомобиль ВАЗ-21061 «Жигули» 1993 года выпуска, цвет темно-бежевый. Телефон: 2-17-06.

Продают разное

Продают сруб 4Х4 м хвойный и гараж 4Х6 м, оббитый железом. Срочно! Телефон: 2-15-11 (вечером).

Услуги стоматолога

По сордам и пятницам с 9 до 12 часов в здании типографии принимает стоматолог. Изготовление протезов с напылением, кроме съемных. Предоплата — 50 процентов стоимости работы.

Покупают скот

КСХП «Марьевское» производит закуп скота у населения по цене: КРС выше средней упитанности — 5000 рублей за 1 кг живого веса, средней упитанности — 4500 рублей за 1 кг живого веса, ниже средней упитанности — 4000 рублей за 1 кг живого веса; лошади — 4500 рублей за 1 кг живого веса; свиньи — 7000 рублей за 1 кг живого веса. Оплата будет произведена следующей натуральной оплатой: сено — по цене 36000 рублей за 1 тонну, мука концентрированная — по цене 65000 рублей за 1 тонну. По сдаче скота обращаться в администрацию. Также продается сено по цене 36000 рублей за 1 тонну с доставкой на место.

К сведению подписчиков!

В августе открыта подписка на областные и часть центральных периодических изданий на первое полугодие 1997 года по ценам второго полугодия 1996 года. Каталоги в узле и отделениях связи. Также в сельских отделениях связи продолжается подписка на районную газету с доставкой с сентября для сельских жителей.