

ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

Газета основана 1 октября 1930 г. До 1994 г.
выходила под названием "Ленинский шахтер"

№ 176 (16335) Пятница, 15 сентября 1995 г.

СЕМЕЙНАЯ



ПЯТНИЦА

ПОЛИТИКА - дело серьезное, можно сказать, профессиональное. Но поскольку выборы высших эшелонов власти касаются всего народа, то есть они всенародные, то обсуждение выборов про-

ляя, «рулила», как говорят острословы. Ну и правда, пели же: «Партия - наш рулевой». А теперь этих партий - вроде больше двухсот. Даже «любителей пива». Ну это же несерьезно, смешно

«ГАЛОПОМ - ПО ПЛАТФОРМАМ»

Поговорим о том о сем...

исходит в самых неожиданных местах, и никуда от этого не денешься: на работе, на транспорте, на пикниках и пирушках, в очередях, на лавочках.

Платформы - платформами, агитаторы и доверенные лица свое дело делают, печать и другие средства статьи печатают и передают, а народ все это по-своему воспринимает и интерпретирует. В силу увиденного и услышанного свое резюме выносит.

А. М., служащая: - То ли нарочно такой разброс в народе возбуждают? Чтобы, значит, ни одной партии не победить, чтобы неразбериха, какая сейчас, и дальше продолжилась?

Т. И., служащая: - У нас, в нашей многострадальной России, все какие-то крайности. То была одна партия коммунистов, всем она заправляла

слушать, как они поливают друг друга.

Алексей Н., горняк: - За кого голосовать, кому верить? Ну не Жириновскому же. Это же пародия какая-то на лидера. Никакого чувства меры, ни капли совести. Пустозвон несдержанный. Вообще, это сейчас очень сложно, ум нараскоряку. Кому верить - не знаешь.

Баба Таня: - Я бываю сразу за того голосовала, кто бы этих денежных министров к порядку привлек, чтобы пенсию давали в срок. Ведь месяц от месяца все хуже и хуже. Вот за август некоторым в сентябре только дали. Ну как тут жить? Кому жаловаться? Ведь пенсия - единственные деньги для старого человека. И ее не дают. Да какая же вера будет к правительству, если оно оплюет на народ. Грубо

говорю? Зато правильно, так и запиши. Плюет. А раз флюет - грех ему цена.

Ирина и Николай: - Нам нравилось «Яблоко», ну, блок их, а он тресну дал, распался. Блоков много, у каждого своя программа, а какая - кто их знает... А мы еще пиво любим; так, может, к этой примкнем. А может, свою создадим, ну, например, к пиву - «Воблы сущеной»... Ха, ха...

К. А., коммерсант: - А зачем эти разговоры о какой-то политике, о выборах? У наших господ, по-моему, одна политика - окопачивать людей. Околопаченной толпой легче править. А у меня к лидерам теплое чувство: рынок пусть господствует в финансовой политике. Только жаль, денег у простого народа мало, нешибко-то развернешься... Доллар? Он должен быть там, где является нацивалютой. У нас рубль, так? Вот рубль должен царствовать. Полновесный, не «деревянный».

А. Ф., медсестра: - А не кажется ли вам, что выборы сейчас, когда в бюллетенях пишут несколько фамилий, так же нерациональны, как и раньше, когда писали одну? Люди не знают избранныков, а эти избранныки дерутся без зазрения совести. На весь мир срам. И тем не менее надо определяться, выбор свой делать надо.

Я. СТРЕЛЕЦ.

Пожилые, для вас!

На очередном заседании городского совета женщин, проходившем под председательством Л. С. Ананьиной, шел разговор о проведении дня пожилых людей. В работе принимали участие председатель совета ветеранов Л. Д. Востриков, заместитель начальника «Заботы» А. А. Ушакова, заместитель начальника управления социальной защиты Н. Ф. Гурова, представители других организаций.

Было предварительно решено, что в этот день пожилых людей примет ДК имени Ярославского. Программа дня включает в себя чествование ветеранов, семейных пар, долгожителей, художественную и спортивную части.

Все присутствовавшие на заседании получили задания: связаться с предприятиями и выяснить обстановку с ветеранами, неработающими пенсионерами, решить вопрос финансирования дня пожилых людей, подготовить спортивно-концертную программу; организовать работу буфетов, столов или лотков сувениров и многое-многое другое, что будет обеспечивать проведение дня пожилых людей.

В. ГРИГ.

ХОЧЕШЬ БЫТЬ КРАСИВОЙ - БУДЬ!

Большой популярностью в городе пользуются кружки машинной вышивки, которые работали в ДК имени Ярославского и клубе ВГСЧ.

По просьбе женщин с октября такой кружок будет работать во Дворце культуры имени Ярославского, и вести его вновь согласилась истинная волшебница в этом виде прикладного искусства Роза Евгеньевна Сафина. К ней в кружок уже ведется запись.

Много говорится и пишется о том, как женщины стать обаятельной и привлекательной. При-

ческа, одежда, умеренный и правильный макияж, фигура - все это должно быть красивым, подчеркивать все достоинства женщины.

Однако во все времена в одежде женщины большое значение придавалось деталям. Воротники, галстуки, манжеты, пелерины, шарфики, выполняемые вышивкой всевозможных стилей и способов, делают одежду женщины оригинальной, непохожей на чью-то. И вместе с красивой одеждой элегантной, привлекательной и обаятельной становится женщина.

В. ГРИГОРЬЕВА.



Фото В. ГЕОРГИЕВА.

Осенняя тоска

Осень временно старит природу. Исполняет извечный обряд. Вышла ночь на большую дорогу, В речке звезды кострами горят. Постепенно наш пруд леднеет. Рыбаков уж не видно гурьбой. Над водою задумчиво реет Шумной осени лист кочевой.

В. АБАШОВ.

КРИМИНАЛЬНАЯ ХРОНИКА

НЕ ВСЕГДА ШАМПАНСКОЕ

30 августа около восьми часов вечера пожарные выехали для тушения пожара на одну из улиц города. Во время тушения в квартире был обнаружен хозяин квартиры с рубленой раной головы...

Как удалось установить в ходе предварительного расследования, жертва оказалась сама виновной в своей беде. В тот день молодой мужчина вдруг почувствовал себя подлинно свободным человеком: накануне жена уехала в гости в другой город. Ну как же не воспользоваться случаем?

И случай, действительно, подвернулся в виде совершенно не знакомой ему женщины. После недолгого застолья она была приглашена радушным хозяином в его дом. Однако его любовные домогания неожиданно вызвали яростное сопротивление прекрасной незнакомки. Более того, схватив топор, она ударила им незадачливого ухажера по голове. А когда тот упал,

решила, что убила его. И выбрала свой метод замятия следов: подожгла дом.

Остается добавить, что незнакомка оказалась женщиной, страдающей психическими заболеваниями. И на последок: в отсутствии жены пострайтесь не уподобляться тому, о ком здесь рассказано. Помните: не всегда тот, кто рискует, пьет шампанское.

ДВАЖДЫ ПОТЕРПЕВШИЙ

31 августа в 4.30 ночи неизвестные лица проникли через форточку в одну из квартир. Грабителей интересовал цветной телевизор, находившийся в доме.

Хозяин квартиры попытался предотвратить кражу, но в момент неудачного задержания получил удар ножом в спину.

Один из подозреваемых в совершении грабежа задержан. Представьте, он всего-навсего 1980 года рождения. Так что утверждения об омоложении преступности - далеко не слухи.

ПРЕСС-ЦЕНТР ГУВД.



Тепло души даря без остатка

Как ни зайдешь, у нее всегда люди. В основном ветхие старики и старушки, которым за помощью обратиться больше не к кому. Общество Красного Креста и его председатель Т. Н. Ставровитова часто бывают для них последней инстанцией, где можно поплакать, пожаловаться на жизнь, выплеснуть наболевшее.

Здесь внимательно выслушают, побеседуют. Не официальным тоном, как принято у нас, а простым, человеческим, по-домашнему теплым и радушным.

Помрчай посетителям материально особенно нечем. Иногда поступают гуманитарные посылки с медикаментами. Но все это добро расходится почти сразу по прибытии. В первую очередь, отделение геронтологии обеспечить надо. Да и одиноких, больных по-долечных преклонного возраста, которые обслугиваются на дому, у Общества больше сотни. Каждого надо периодически навещать,ставить уколы, делать необходимые лечебные процедуры. А ещеходить в магазин за продуктами, по хозяйству прибраться, если попросят.

Далеко не всем по

нутру работа сестры милосердия. И содержать их стало сейчас не на что. Когда-то по штату в Обществе было 15 таких работников, теперь же только 5. Остались самые стойкие, сердобольные, прикипевшие, что называется, душой к нелегкому делу помощи ближнему. Ведь об их зарплате и сказать смешно - нет у Красного Креста надежных источников финансирования. Организация-то общественная, деньги на блюдце не подадут, их еще добывать надо, обивая пороги спонсоров с протянутой рукой. Тут требуется настырность. Любит обещать руководители, а вот делать...

В последнее время с благотворительными взносами совсем худо стало. Причины общизвестны. Как говорит

ся, не до жиру... Но и в столь тяжкий период находятся у Общества понимающие и сочувствующие чужой беде спонсоры. В их числе администрация города и управление здравоохранения, отделение «Кузбассоцбанка», шахтоуправление «Кольчугинское», мебельная фабрика и магазин «Забота».

С миру по нитке пополнится копилка людской доброты и участия. Бывает, приносят в кабинет Общества поношенные вещи. Они не остаются без применения - много ли нужно дожидающим свой век старикам? Чтобы мог раньше подумать, что даже медсестринские сумки пригодятся малоимущим горожанам. Дали их многодетной семье в качестве портфелей - ребятишкам в школу бегать. Купить школьные принадлежности не на что...

Обездоленные, неимущие люди обращаются к Татьяне Николаевне по самым разным поводам. Были одно время бесплатные обеды в 19-й столовой - шли сюда за талончиками. Одному надо в геронтологию оформиться, другому - лечение на дому получать, третьей - соседку безродную похоронить...

Весь день напролет: пиши, звони, оформляй, разъясняй. А старому, недаром говорят, что малому - часто трудно втолковать азбучную истину. Терпение здесь нужно, какое поискать.

Чего-чего, а терпения Татьяне Николаевне не занимать. Самой вот 60 исполняется, и 35 из них (представить только!) - на одном-единственном месте, в должности председателя Общества Красного Креста. Такой усидчивости, верности избранному делу стоит позавидовать. Искренней, не показной, доброте - тоже. Скажите вот, кто из чиновников способен принести для случайного посетителя, явившегося к нему на прием, что-либо из собственного дома? Долго ломать голову придется. Нелепость прямо какая-то, не принято у нас

способен принести для случайного посетителя, явившегося к нему на прием, что-либо из собственного дома? Долго ломать голову придется. Нелепость прямо какая-то, не принято у нас

Б. БЛАГОВ.

На снимке: Т. Н. Ставровитова в кругу активистов Общества Красного Креста.

Фото М. НИКОНОВА.

ЗАГЛЯНУТЬ в завтрашний день, узнать, что будет через десять, пятьдесят лет жизни, хочет едва ли не каждый из нас. Да и что уж говорить об обычных смертных, если даже ученые пытаются разгадать феномен предсказателя Ноstrадамуса... И в его зашифрованном послании потомкам приведены для нашей измученной матушки-России да и всей планеты Земля. Влекут, притягивают людей всевозможные прорицатели, астрологи, гадалки. Но не дано человеку знать о своем будущем ничего, все покрытотайной. Почему?

Не в том ли мудрость природы? Наверное, зная каждый из нас все наперед, потерял бы всякий интерес к жизни - хорошей или плохой. Одни бы ждали «манны небесной», обещанной судьбой, не прикладывая к тому рук. Другие бы опустили руки перед неизбежными ударами и бедами.

А так. Живешь, работаешь, просыпаешься утром и не знаешь, что будет с тобой к вечеру. А значит, готов ко всему. Более того, пытаешься «соломку подстелить» или судьбу получше устроить, памятую о пословице - человек сам кузнец своего счастья.

Но незыблемый интерес, особенно у женского пола, хоть на сантиметр-другой приоткрыть занавесы тайны не пропадает. Порой гадают на картах (а этими несложными приемами владеет едва ли не каждая женщина), пробуют узнать что-то из рисунков на кофейной гуще, в крайнем случае прибегают к помощи цыганок или «профессиональных» гадалок.

А уж они находятся в достаточном количестве. То, глядишь, ходят по квартирам, выдавая себя за беженок, вынужденных покинуть родину, то останавливаются на улице, не скрывая своей принадлежности к цыганскому роду. Доверчивые дамы подчас рады таким гадалкам и, открыв душу, внимают каждому их слову, готовы платить за эти слова сколько угодно и в какой угодно форме. Только бы подсказали: кто украл машину, долго ли проживешь на этом свете, когда вернется в семью муж, нет ли порчи на членах семьи?

Не в силах осуждать таких людей. Ведь жизнь наша сегодня столь нестабильна, непредсказуема, зыбка, что боишься верить не только себе, но и обществу в целом. А все это является пре-

красной почвой для деятельности всякого рода предсказательниц. И если к залетным «гастролерам» есть еще некоторое описание, то к своим, местным, овеянным доброй славой, - «ну, прямо, всю правду говорит», - доверия куда как больше. Неведомыми каналами облетает молва почитательниц талантов такой га-

той была у матери, с детства ослепла. Интересно, конечно, было побольше узнать о таком необычном человеке. Но, если честно, все же больше хотелось услышать о своем будущем. И слушала, как, наверное, и другие клиенты, с открытым ртом.

Да и как иначе, если вырисовывалось все блестящим! И проживу-то я долго, и у детей моих все будет хорошо. С полной ясностью и всеми подробностями изложила баба Дуся, когда кто выйдет замуж или женится, сколько у них будет детей, а у меня внуков, и многое чего еще...

Подруга от гадания отказалась, объяснив это своей эмоциональностью: «Вдруг что плохое скажет, я потом думать буду...»

Я же, прилетев домой, едва ли не с порога выложила все дочери. И та, недолго думав, отправилась по тому адресу уже с двумя ворищами подругами. Порешили мы так: если все сказанное мне про дочь баба Дуся и ей подтвердит, владеет бабушка даром невиданым.

Сколько же было смеха по возвращении моей доченьки! Полной противоположностью прозвучали предсказания бабы Дуси в ее адрес. А после смеха посыпалася. Зачем эта старая женщина берется людей обманывать, грех такой на душу берет? Порасуждали немного об этом и решили - не нам ее судить! В конце концов, за руку она к себе никого не ведет. Живет одна, детей нет, значит, и помощи ждать неоткуда. А ей ведь и угля, и дров на зиму нужно запастись, продуктов каких-либо купить. Так что пусть себе зарабатывает на жизнь собственным способом. Насильно денег ни с кого не требует - сами отдадут.

...Как ни крути, а мудра все-таки природа. Не ищи себе легких путей в завтрашнем дне. Живи и радуйся сегодняшнему. Работай, не пасуй перед трудностями. Опять же, природой заложена в нас способность к преодолению беды, дана нам надежда и вера в хорошее. Так верь и надейся, полюби себя за эту веру и поделись этой любовью с окружающими тебя людьми. Меньше вреди себе и не приноси зла другим. А для этого, согласитесь, никакая Ванга не нужна.

А родилась баба Дуся в Алтайском крае, шес-

тья поведет. Динге там быстренько щеночек сделают.

Саша, 3 года. Увидев на балконе вывешанный для просушки ковер:

- Мама, а вот те живут еще богаче нас: у них ковры даже на балконе.

ГОВОРЯТ ДЕТИ

Яна, 3 года.

Отбирает у мамы телефонную трубку и говорит маминой собеседнице:

- Тетя Лина, я к тебе в гости сейчас приду. А? С мамой. Только мама потом уйдет с Дингой. Да недалеко.

В КУПЕ вошла хорошо одетая молодая миловидная женщина. Она крепко держала за руку малыша лет пяти. Наружность у него прямо ангельская: синеглазый, златокудрый, с пухлыми, нежно-розовыми щечками. Одет в джинсовые брючки-клеш, матроску, на голове - бескозырка.

Войдя, этот ангелочек сразу вырвал свою руку из маминой, схватил со столика лежавшую там пачку печенья, молниеносно распечатал ее, вытащил несколько штук, откусил и с набитым ртом стал энергично отеснять меня от окна, заявив, как самой разумеющееся: «Я хочу тут сидеть».

- Виталик, так нельзя! Нехорошо! Не тревожь тетю! Не смей, я тебе говорю! - Пыталась угомонить его мама, с каждой последующей репликой все повышая голос и дойдя в конце концов до пронзительного крика. - Пестрань сейчас же, не то накажу! В угол поставлю!

Сын на вопли матери - коль внимания. Ему нужно получить свое.

- Пусти! - крикнул он мне. - Хочу к окошку!

- Я тоже хочу, - возразила я довольно миролюбиво. - Это мое место.

Он опешил и на секунду замолчал, с неподдельным изумлением разглядывая меня своими синими глазицами, словно увидел перед собой динозавра. Но затем снова стал проталкиваться между мной и столиком, а когда это не удалось, гневно замахнулся на меня маленьким кулачком.

Ты что? Не тревожь тетю! Верни, тебе говорят! - мать в сердцах шлепнула его и тут же обратилась ко мне:

- Вы уж уступите ему место, - униженно попросила она. - Виталик такой настороживший, такой упорный - если что-то по его, всю дорогу капризничать будет... Кричи, не кричи на него - все едино.

И действительно, словно в подтверждение ее слов раздался такой оглушительный рев, что я капитулировала. Слегка смущенная мама начала жаловаться на то, какие больные нервы у ее ребенка, как он часто «психует», а врачи ничего не понимают и отказываются лечить, говорят, что здоров, а ей приходится потрафлять ему во всем...

Да, немало тяжелых минут доставляют нам детские капризы. И на что только мы не ссылаемся, оправдывая их. То киваем на стресс, то на гены. То еще на что-нибудь не менее модное, звучное и малопонятное. При этом обвиняем

кого угодно, кроме самих себя.

Но чтобы уметь бороться с детскими капризами, надо хорошо знать их причины. А они самые различные. Так, это может быть действительно болезнь, даже не осознаваемая самим ребенком, и тогда необходимо показать его врачам, проконсультироваться с ними и начать последовательное систематическое лечение.

норм семейного общежития. Если эта «азбука» пройдена, малыш откликается на первое слово. Стоит хотя бы дважды повторить приказание - и ребенок уже знает, что и потом будет так же: отчего бы маме или папе не сказать это и три, пять, десять раз?

С ребенком, который усвоил азбуку поведения дома, в семье, легко заниматься учителю. С избалованны-

востью, физическое наказание. Ведь детская неокрепшая душа очень раннима. В крайних случаях такое чувство может обернуться злобой, мстительностью - это опасно.

Ребенок постоянно ощущающий себя оскорблённым, униженным в своем достоинстве, замыкается, становится недоверчивым, подозрительным, непослушным, с ним трудно иметь дело. Наверное, замечали, что дети, с которыми всегда говорят ровным, уважительным, ласковым тоном, самые добрые и обходительные в обращении, трудолюбивы, заботливы, внимательны.

Та же Маринка с удовольствием помогает маме во всех делах: моет посуду, вытирает пыль, поливает цветы. Мама чуть ли не с пеленок учila девочку всякой домашней работе. Ей ничего не стоило терпеливо ждать, пока девочка вымоет картофель или сама оденется. Учила ее не бросать недоделанное, беречь игрушки и одежду, следить порядок в квартире. Ведь недаром К. Д. Ушинский советовал родителям оставлять детям как самое драгоценное наследство не деньги, не вещи, а безграничное трудолюбие, в котором он видел важнейшее условие счастья человека.

Маринка вырастет, конечно, трудолюбивой и доброй. Она уже сейчас любит угощать. Каждую конфетку делит на три части: папе, маме, себе. Угощает своих подружек. Гостю всегда предложит пройти и сесть. Но родители не воспитывают в ней слепое послушание. Девочка твердо знает, почему от нее требуют то или другое. Маринка всегда объясняет ей причину, используя веские, разумные и понятные доводы. Но вместе с тем она уважает мнение маленькой дочери и, в чем можно, советуется с ней, как с большой.

И еще одно. Родители Маринки никогда не делают так, чтобы одно и то же сегодня запрещалось, завтра позволялось, потом запрещалось снова неизвестно почему... А ведь, что греха таить, нередко такое шараханье зависит от нашего взрослого самочувствия, настроения, к которому ребенок волей-неволей приходится поддакивать... Он уже заранее знает, когда ему все можно и когда мы, наоборот, будем срывать на нем свое раздражение.

Словом, если ребенок растет капризным, упрямым, непослушным, приглядимся к своему поведению: все ли здесь ладно?

Н. ИПАТОВА.

Азбука поведения

Семья: семья "Я"

Но чаще всего причины детских капризов, своееволяния, развязности кроются в непоследовательном поведении родителей, в разрывах между словом и делом, в пустых обещаниях, которые - дети это знают - никогда не выполняются.

- Игорь, домой! - зовет мама шестилетнего сынишку. Он будто не слышит и продолжает играть с товарищами. Мама тоже замолкает и со спокойной совестью занимается своими делами. Потом, вспомнив, снова кричит:

- Игорь, я кому сказала - домой! Говорю первый и последний раз!

Сын и ухом не ведет. Минут через десять мать опять зовет его «первый и последний раз» - и с тем же результатом. Это повторяется еще и еще... Наконец, терпение женщины лопается, и она пронзительно вскрикивает:

- Игорь, я кому сказала? Иди сейчас же, паршивец! Смотри, ремень взять!

Только теперь мальчик считает, что его зовут по-настоящему, и медленно, нехотя отправляется домой.

- Не представляю, чтобы я дважды звала свою дочку, - говорит молодая мать, знакомая мне. Ее четырехлетняя дочурка в самом деле очень послушная девочка, хотя в то же время, вполне самостоятельная. Она часто гуляет одна. Но твердо знает, что отлучат ее от дома и выходить на дорогу нельзя. Оставляя ее во дворе и уходя в магазин или аптеку, мать всегда уверена, что найдет дочку в установленном месте. Маленькая Маринка - девочка живая, веселая и доброжелательная, с раннего детства приученная к сознательной дисциплине: к тому, что можно и что нет.

С этого и начинается азбука поведения - с твердого определения границы «можно» и «нельзя», с безуконосительного выполнения элементарных

ми, капризными детьми гораздо труднее, так как у них нет ни усидчивости, ни внимания. «Ну, а что же делать, если все-таки ребенок с первого слова не послушался?» - спросят иные.

Вот как поступила мама Маринки. Однажды девочка заигралась во дворе и не пришла домой по первому зову матери. Та не стала повторять, а попросила мужа, когда девочка вернется, сказать ей, что она отправилась в гости к тете Оле.

Так и сделали. Для Маринки это было ударом: она так любила бывать в семье тети Оли, где можно было поиграть с Вадиком, посмотреть диафильмы, где всегда весело и интересно, много игр и детских книжек с яркими картинками. Маринка горько плакала и, когда мать вернулась, сквозь слезы упрекнула ее:

- Что же ты без меня ушла?

- Я тебя звала, - спокойно взглянула мать, - но ты не послушалась. Обижаться не на кого. Неужели думаешь, что я буду несколько раз повторять одно и то же?

Да, «метод естественных последствий» оправдал себя: девочка поняла, что действительно сама виновата и что родители в таких случаях будут непреклонны... Этого урока оказалось достаточно. Самое главное в таких ситуациях - выдержать характер, не изменять себе, неукоснительно выполнять свое решение: требовать чего-то только один раз и не бросать на ветер пустых угроз вроде «Не пущу домой», «Не приходи ужинать», «Не буду с тобой разговаривать» и т. д.

Бывает, однако, что детские капризы, упрямство, непослушание, казалось бы, совершенно необоснованные, выражают желание растущего человека как-то самоутвердиться. Либо являются его реакцией протеста на обиду: грубый окрик, несправедливость

бит, а от семьи не уходит. Стойку затягивает, с огородом возится. Сейчас я понимаю, что и дом его держал, в котором все своими руками сделано, и сыновья. Бросить все это и прийти в мою двухкомнатную квартиру, воспитывать моих детей - это было выше его сил. Он хорошо относился к ним, подарки носил, но ведь дома двое собственных мальчиков, родных.

Так и рвали мы его на части: я к себе тянула, семья - к себе. И всем нам дотого скверно было, что не выскажать. Я про себя все правильно понимала: и что в чужую жизнь влезла, удетей отца отнимая, и что во всем сама виновата. А в сердце каждая клеточка трепещет, когда его вижу.

Со временем жена его ко мне ходить перестала, ведь пользы ей от этого никакой. Только костерила меня на всех перекрестках. Мальчишок подсыпал, чтобы на двери подъезда писали обо мне

всякие гадости. Только сотру, бывало, опять надпись появляется. И соседи об мое имя постоянно языки чесали. Ясно, что авторитета такого положения никому не прибавляет. Прохожу, здороваюсь, а они с таким любопытством глядят, только что вслух не спрашивают. И это стерпела. Сколько слез пролила ночами - одна подушка знает.

Подруга решила меня спасти. Познакомила с одним вдовцом. Хороший человек, порядочный, степенный. И намерения у него были серьезные. Но не приняла его моя душа. Никто другой мне не был нужен. Так и не вышла я больше замуж. И не желаю, кстати. Даже сейчас, когда все в прошлом, я хранию в памяти то дорогое, что у нас было за десять лет.

Наверное, слишком сильной и горькой была наша любовь, поэтому выжгла все внутри до пепла. И однажды поняли мы, что можем обой-

тись друг без друга. Не сразу, но постепенно расстались. Видимся редко, потому что работаем теперь в разных местах и живем тоже. Встречаемся тепло, почти по-родственному. Но - не более того. И не перехватывает горло, не холодают руки, не обдает жаром лицо. Пусто в душе, светло и грустно, как в погожий осенний день. И только теперь поняла, какая была счастливая в продолжении этих десяти лет, когда готова была биться головой о стену оттого, что не могу вырвать из сердца эту проклятую любовь.

Сейчас мне за сорок. Я уже бабушка. Дети тактично ни о чем не напоминают, все быльем просло. Я их любила, и растила, как могла, а они у меня добрые, все прошли.

И ни о чем я не жалею. Подарила мне жизнь такое чувство, и за это я ей благодарна. А если бы можно было повернуть время вспять, пережила бы все заново. Через все бы снова с ним прошла. Вот и судите меня, как хотите.

ГАЛИНА.

ДА НЕ СУДИМЫ БУДЕТЕ

ОТКРОВЕНИЯ

- Ну что, красавица, как мужика делить будем?

Наговорила она мне много «хороших» слов, в выражениях не стесняясь. Я молчала - право было на ее стороне. И унижала она меня, как хотела. Напоследок предупредила:

- Еще узнаю - помню!

Господи, чего только не пережила я! И дверь она мне выбивала, и на улице позорила, и на работу приходила - в профком. Досталось, одним словом. Стыда я натерпелась: А сделать уже ничего не могла. Умом понимала, что надо этот узел разрубить, а сердце не давало. Думаю, бывало: «Если придет, выгоню - и делу конец». Даже слова придумала, которые скажу. А переступит он порог - не имею. Не могу - и все тут.

А усамой в душе обида горькая. Ну, любит он меня, вижу же, что лю-



Постепенно я начала понимать, что жду встречи с того самого момента, как за ним закрывается дверь. Что бы ни делала, о чем бы ни думала, а подспудно, подсознательно в душе - он. Отнесись он к нашей связи легко, мы бы вскоре расстались. Но и с ним произошло то же, что со мной. Мы задерживались у проходной, на остановке, в магазине, чтобы только перекинуться словом, а то и просто взглянем. А потом жили этими воспоминаниями до новой мимолетной встречи.

Конечно, долго такие отношения скрывать невозможно. И однажды у меня на пороге появилась его жена.

Л ЕТО передало эстафету осени и пошло на юг. Сейчас оно отдыхает в Сочи. Отдохнет месяц-другой, и дальше - в Индию, в Африку.

Следом за летом потянулись стаи перелетных птиц. Летят они больше ночью, а днем остаются на кормежку и отдых. Печальны их прощальные песни.

В один погожий день пошел я в лес. От легкого морозца он вспыхнул, как факел, заиграл, засверкал яркими красками - красными, оранжевыми, багряными.

У дороги стоит клен. Листья у него алые, будто на пламени каленые. Рядом две молодые березы. Они обнялись, как подружки, и роняют на землю листья, будто золотые монетки.

По лесу бродит осень. Она развесила серебряные паутинки, будоражит грибными запахами.

Листик за листиком падает позолота с кустов и деревьев: один лист летит парашютом, другой - винтиком, третий - будто мотылек спускается.

Сентябрь из листьев в лесу ткет цветное теплое покрывало и надежно укрывает им от холода корни кустов и деревьев.

КРАСКИ ОСЕННИ

ев.

Я иду по еле заметной тропе. Она извива-

кисель, сок, испечь с начинкой пироги.

Я сел на валежину от-

голосок слева. На куст боярышника опустилась стайка длиннохвостых



ется, как змея, то выскакивает на бугор, то снова ныряет в лощину. На болоте, красные от ягод, красуются кусты калины, шиповника, боярышника. До морозов ягоды калины были горьковатые. Тронули ее холода, и горчинка исчезла. Теперь можно ягоды и в дело пустить - на

дохнуть и залюбовался красивым пейзажем. Вдруг налетел шквал ветра, потрясал кудри берез, поиграл с молотьем по-рослью тальника, выскошил из зарослей на поле и помчался по вспаханной полосе наперегонки с пылью.

Си...-си...-си... - услышал я тихий нежный

синиц. Люблю я этих белоголовых птичек за их тихую и нежную мелодию.

Длиннохвостые синицы живут в смешанных и лиственных лесах, ведут стайный образ жизни, перелетая с места на место в поисках корма.

Сентябрь - охотничий месяц. Бродят охотники

по краям болот, полей, по лесным покосам. Тетеревы подсели и при виде опасности высоко взлетают от охотников.

Тетерев-косач очень красив: красные брови, хвост лирой, черные, с зеленоватым отливом перья. В поисках корма тетерева кочуют по полям. Они любят овсянное жнивье. Еще не убранные с поля колосовые привлекают к себе подрастающих гуляхарей.

Некоторые гуляхи и в сентябре устраивают токовища, но разве можно их сравнить с весенним азартом!

В сентябре становятся самостоятельными молодые росомахи, распадаются семьи у лисиц.

Летят на юг птичи стаи. Если в конце месяца ночное небо ясно, среди россыпи Млечного Пути можно различить созвездие Лебедя. На астрономических картах в старину его изображали в виде большой летящей птицы, которая указывала направление пути всем перелетным птицам.

Ф. ЕГОРОВ.
Пенсионер.

Фото
В. КИРИЛЛОВА.

Из новых
стихов

Листопад

Я иду сквозь сплошной листопад.
Первый снег неуверенно
тает.
Я иду в никуда, наугад.
Грузный след мой листва
засыпает.
Вот рябина стоит
в тальнике,
Что ей осень?
Красна, как невеста.
А душа где-то там,
вдалеке,
Не находит в груди моей
места.
Там за дальними
далями ты
В одиночестве век
проживаешь.
Бог не дал нам с тобой
теплоты,
И, как, я осень молча
встречаешь.
Можно много о том
говорить,
Сердце давит порой
не на шутку.
Жизнь заставила осень
любить,
А тебя вспоминать
на минутку.
Я иду в никуда, наугад.
Первый снег неуверенно
тает.
Надо мною шумит
листопад.
Засыпает мой след,
засыпает.
В. АБАШОВ.

Ваше здоровье

Хирос - рука. А хирургия, хиропрактика - это ручное воздействие, то есть лечение руками. В России хиропрактиков называли костоправами, которые из поколения в поколение передавали искусство врачевания путем воздействия на позвоночник. Этому искусству исправления болезненных дефектов (сколиозов, кифозов, остеохондрозов) А. И. Бобырь обучался не только у медицинских метров, таких, как Касьян, но, объездив всю Россию, он собрал все лучшее, что было в российской школе костоправов, и переплавил это в горниле современной вертеброневрологии, из чего, на мой взгляд, получился изумительный метод лечения.

Те, кто видел Анатолия Ивановича за работой, поражались его виртуозному владению руками - сильным, пластичным, точным, выверенным движением, свойственным лишь профессионалам высокого класса. Несмотря на колоссальное физическое напряжение - за день через его руки проходит несколько десятков больных, - Анатолий Иванович неизменно доброжелателен, улыбчив; он непременно най-

ЛЕЧИТЕ ПОЗВОНОЧНИК, ЕСЛИ БОЛИТ И ТАМ И ТУТ

дет доброе слово для каждого.

Это отнюдь не случайно. По его глубокому убеждению, болезни позвоночника, как, впрочем,

личным заболеваниям позвоночника и во многих случаях органов, с которыми он непосредственно связан.

Признайтесь, многие

по статистике, жалуются каждый второй житель нашей страны. А по количеству выдаваемых больничных листков лишь ОРЗ и грипп опережают

кровоснабжения головного мозга и нервной регуляции внутренних органов человека. Отсюда, вероятно, головокружение, головная боль, онемение рук, могут слабеть зрение и слух, возникнуть спазмы мышц шеи, спины и головы, вызывающие, в свою очередь, нарушение дыхания и даже сердечно-сосудистые и желудочные расстройства.

Доктор Бобырь разработал комплексный метод лечения остеохондроза: кардиальный - мануальная терапия позвоночника и профилактический - массаж. Доктор Бобырь говорит, что его метод еще ни разу не дал осложнений ни у одного пациента. Мамы, изучившие курс доктора Бобыря, закроют своим детям путь к хроническим тонзиллитам, фронтитам, гайморитам.

Эффективность лечения методом доктора Бобыря подтверждается Институтом патентной экспертизы Российской Федерации № 2005456.

О. КАРПОВ.
Главный врач лечебно-оздоровительного объединения «Долголетие и здоровье».



Лидию Прохоровну Лучкину с юбилеем!
С юбилеем поздравляем
И от всей души желаем,
Чтобы старость не подкралась,
Чтобы молодость осталась,
Чтобы счастье в доме было,
Чтобы сердце меньше ныло,
Чтобы жизнь была все краше -
Такие пожелания наши.

Коллектив
магазина № 40.

Коллектив АООТ «Ленинскому» выражает искреннее со- болезнование заместителю управляющего Кузбассоцбанком В. А. Старцевой по поводу смерти ее сына Алексея

и любые другие, надо лечить комплексно. И при этом не последнюю роль играет слово. Каждый пациент, покидая кабинет Бобыря, получает не только конкретные рекомендации по профилактике болезни, но и не менее ценные советы о том, как правильно питаться, как поддерживать душу и тело в достойном состоянии.

Оказывается, наше здоровье во многом определяется простыми, на первый взгляд, истинами: правильно ли мы двигаемся, поднимаем тяжесть, гладим, стираем, сидим. Стрессы, неудобные позы при сидении, малоподвижный образ жизни приводят к раз-

ли могут похвастаться отменным здоровьем? Наверняка нет. А кто старается сохранить, поддержать его в более или менее приемлемом состоянии? Таких, пожалуй, тоже очень мало. Вот почему обычно к сорока годам каждый получает то, что заслуживает: целый букет различных заболеваний. И не последнее место в нем, как правило, занимают болезни позвоночника: остеохондроз, сколиоз, периартроз и другие.

Древние целители утверждали, что здоровье человека определяется здоровьем его позвоночника. А современная наука подтверждает это. На боль в спине, головную боль,

остеохондроз.

В структуре же заболеваний периферической нервной системы 70-75 процентов принадлежат остеохондрозу. Вдумайтесь в эти цифры! Самое же печальное, что это, на первый взгляд, безобидное заболевание, молодеет: рентгенологические и клинические признаки болезни обнаруживают даже у подростков до 15 лет.

Боли в позвоночнике, считает доктор А. И. Бобырь, свидетельствуют и об изменениях в других органах. Так, сдавление нервов и сосудов, изменения в них в результате заболевания, к примеру, остеохондрозом, приводят к нарушению

Газета зарегистрирована Омской региональной инспекцией по защите свободы печати и средств массовой информации 23 декабря 1993 г., регистрационный № 428. Выходит 5 раз в неделю, кроме воскресенья и понедельника. Доставляется подписчикам в день выхода.

Объем 1 п. л. Индекс 51915. Тираж 10712. Номер подписан в печать в 17 час. 00 мин.

Газета отпечатана в Ленинск-Кузнецком полиграфическом производственном объединении (ул. Белинского, 17).

Печать офсетная. Заказ № 5564
Цена одного экземпляра 300 руб.

ЛЕНИНСК-КУЗНЕЦКАЯ
«ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА»
КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Учредители:

Ленинск-Кузнецкая городская администрация и трудовой коллектив редакции.

Редактор
С. П. БАРАНОВ

Адрес редакции:
652500, г. Ленинск-Кузнецкий Кемеровской обл.,
ул. Белинского, 15.

СПРАВКИ ПО РЕДАКЦИИ:

По письмам - 2-07-10, по рекламе и объявлению - 2-07-13.

Авторы опубликованных материалов несут ответственность за достоверность и точность приведенных фактов. Редакция может публиковать статьи в порядке обсуждения, не разделяя точку зрения автора.