

# Городская газета

№ 171 (16801) Среда, 10 сентября 1997 г.

## Актуально!

### Школьникам - бесплатный проезд

Глава администрации Г. В. Коняхин подписал распоряжение о введении на территории города бесплатного проезда школьников.

Сделано это с целью оказания материальной помощи семьям, имеющим детей. В соответствии с распоряжением право бесплатного проезда на городском общественном транспорте (кроме маршрутных такси) предоставлено школьникам 1-5-х классов. Ребята смогут бесплатно ездить на автобусах и троллейбусах в период с 1 сентября текущего года по 1 июня 1998 года. Такая льгота, безусловно, имеет большое значение, поскольку позволит школьникам сэкономить родительские деньги на другие цели, в том числе на то, чтобы лишний раз перекусить в школьном буфете.

### Помощь центру реабилитации

Участвуя в благотворительном марафоне «Не оставим детей в беде», многие предприятия и организации оказали помощь городскому центру реабилитации детей-инвалидов.

Руководство шахты имени Ярославского нашло возможность выделить центру стройматериалы для ремонта помещений. Районный узел связи проявил благотворительность в форме бесплатной установки здесь двух телефонных номеров. Но особенно щедрыми оказались спонсоры на мебель. ЛШСМУ-3 подарило центру десять кушеток, ЗАО «Вереск» - офисную ме-

таль. Не могло остаться в стороне и ПТТ «Ленинскмебель», которое предоставило в безвозмездное пользование центру свою продукцию. Так благодаря людской доброте и участию сделано большое, нужное дело - обрело новый вид место, где дети-инвалиды находятся в обстановке доброты, заботы и внимания.

Т. ВАСИЛЬЕВА.

### Подарки детскому дому

Благотворительность! Какое емкое, чудесное слово! Творить благо для других - на это способны люди щедрого сердца, широкой души, ответственные за будущее, мыслящие масштабно.

В Кузбассе более 50 детских домов, и один из них наш ленинск-кузнецкий, № 1. У нас 56 детей разных возрастов, и всем им нужна забота, внимание, любовь взрослых.

Увы, как бы ни любили мы детей, с которыми общаемся с утра до вечера, с вечера до утра, мы не заменим им маму и папу, от которых к ребенку тянутся особые, родительские нити. Но мы, взрослые, стараемся чем-то восполнить, компенсировать эту родительскую любовь.

Детей-сирот нужно одеть, обуть, накормить.

### Приобщились к поэзии

В рамках всекузбасского марафона «Не оставим детей в беде» 3 сентября в кинотеатре «Победа» прошла встреча членов Союза писателей России с учащимися школ-интернатов № 5 и № 6.

Кемеровские поэты Виталий Креков, Владимир Матвеев и Евгений Левшов читали ребятам свои стихи, рассказывали о себе, вспоминали забавные случаи из жизни. В школьные библиотеки они передали экземпляры своих книг с дарственными авторскими надписями. А в награду за свои произве-

дения поэты получили шквал аплодисментов и искреннее внимание со стороны воспитанников интернатов. С неменьшим интересом посмотрели ребята и художественный фильм «Вундеркинд», который стал подарком кинотеатра в счет благотворительного марафона.

Г. ИВАНОВА.



### Чтобы «черное золото» отгружалось ритмично

Станция Ленинскоголь погрузочно-транспортного управления по штату и размерам небольшая. Но ее коллектив выполняет большой объем работы. Через станцию проходят самые различные грузы, доставляемые на шахту имени Кирова и завод «КРОК». Но главная задача, которую выполняет коллектив станции, - это перевозка угля с шахты. Поэтому работники делают все,

чтобы по их вине не было простоев вагонов, а «черное золото» своевременно доставлялось по месту назначения.

На снимке: начальник станции А. А. Школа (в центре) обсуждает текущие дела с И. П. Артемовым, М. С. Трепышкиным и А. А. Инкиным (слева направо).

## КРИМИНАЛЬНАЯ ХРОНИКА

### Смелые воры

6 сентября, днем, воспользовавшись отсутствием хозяев, неизвестные, подбрав нужный ключ, беспрепятственно проникли в один из домов по ул. Воронежской.

Видимо, зная, что владельцы на работе, грабители основательно изучили содержимое шкафов. Взяли с собой золотые изделия. Но самое интересное, что в доме они нашли еще и ключ от гаража, расположенного здесь же во дворе. И не замедлили воспользоваться своей находкой: открыли дверь гаража и угнали мотоцикл.

К сожалению, преступление остается нераскрытым. На поиски преступников ориентирован личный состав УВД, разосланы ориентировки по городам области.

### Бесславный конец

7 сентября в 11 часов в районе отстойника шахты «Заречная», на обочине

дороги, был поднят труп неизвестного мужчины с признаками насильственной смерти - с рубленой раной на виске.

На сегодня личность погибшего установлена - это особо опасный рецидивист, в прошлом житель города Польскаева. За неудавшейся жизнью последовал и не менее неудачный ее конец. А вот виновник гибели этого человека пока не установлен.

### Будьте осторожны!

Внимательные горожане наверняка обратили внимание на объявление-просьбу УВД города, прошедшую «бегущей строкой» на экранах телевизоров по каналу НТВ. Сотрудники милиции просили обратиться в управление людей, подвергшихся грабежу на улицах города. А 5 сентября о грабителе, объявившемся в районе сквера памяти героям Мартовского восстания, сообщала наша газета.

Как это ни неприятно, но кто-то продолжает за-

ниматься этим крайне неблаговидным ремеслом до сих пор. И 6 сентября в 19 часов неизвестный сорвал с потерпевшей золотые серьги. Происшествие случилось на улице Ворошилова.

Постарайтесь быть особенно внимательными и осторожными. Милицией же активизированы действия по поискам уличного разбойника.

### На кражи, как на работу?

2 сентября в дежурную часть отделения милиции УВД поступило заявление от потерпевшего, у которого украли охотничье ружье.

А 4 сентября в одном из домов по улице Каширской была совершена кража аппаратуры и носильных вещей, ущерб от которой составил почти 5 миллионов.

Подозреваемый в совершении этих краж задержан. Как удалось установить, ружье он украл у своего родного брата. Остается только догадываться, что он хотел сделать с ним в дальнейшем. А вдруг да изготовить обрез, с которым и отправиться на новые свои «подвиги»?

### Наркопритон

5 сентября, в полдень, наряд сотрудников отдела

внедомственной охраны, проезжающей по улице Сухова, обратил внимание на стоящий у обочины автомобиль, у которого не было заднего бампера. Не осталось незамеченным и то, что людей, сидевших в автомобиле - молодых парней, появление сотрудников милиции насторожило.

При проверке выяснилось, что ни у кого из находившихся в машине не оказалось документов на автомобиль. Кроме того, в салоне был обнаружен полиэтиленовый пакет, набитый высущенными стеблями мака.

Во время проверки из дома, напротив которого стоял автомобиль, вышел мужчина, тут же скрывшийся в нем при виде милиционеров. Работники отдела решили обратиться в дежурную часть УВД. Совместно с сотрудниками управления они вошли в дом и провели там досмотр. В присутствии понятых в доме были обнаружены и изъяты пакеты с порошком зеленоватого цвета, все тот же мак, разовые шприцы и простейшее приспособление для изготовления наркотических веществ.

В результате проведенных действий в УВД были доставлены семь человек и все изъятое в доме. Подборка составлена по материалам УВД и ОВО города.

**Д**ОЛГОЕ время не было уголовной ответственности за полученные невозвратные кредиты. Кредиты выдавались, поскольку их выдача была предусмотрена государственной политикой, а потом долго добивались их возвращения. А некоторые недобросовестные кредитополучатели не погордились ими возвращать. Банкам приходилось обращаться в арбитражные и народные суды, но гражданское законодательство не располагало достаточно эффективными мерами, и невозвратные суммы кредитов обернулись сегодня крупными убытками банковских систем.

С 1 января 1997 года, как известно, принят новый Уголовный кодекс Российской Федерации. Глава 22 данного Кодекса регламентирует ответственность за преступления, совершенные в сфере экономической деятельности. Характерной особенностью этой главы являются не существующие ранее новые статьи за получение кредитов в банковской системе. Это статья 176 УК за незаконное получение кредитов и статья 177, предусматривающая наказания за уклонение от погашения кредиторской задолженности.

Если раньше невыплата кредитов гарантировалась только гражданским правом, то есть банки могли обращаться только в суды, то теперь за аналогичные преступления наступила уголовная ответственность.

Что же подразумевается под незаконным получением кредита? В первой части ст. 176 - это получение индивидуальным предпринимателем или руководителем организации кредита либо льготных условий кредитования путем представления банку или иному кредитору (а у нас в городе существует достаточное число крупных организаций, обладающих правом кредитования) заведомо ложных сведений о хозяйственном и финансовом положении своей организации.

Вторая часть - это незаконное получение государственного целевого кредита равно использованию его не по прямому назначению.

Частный предприниматель, претендующий на кредит, обязан представить сведения о своем финансовом положении. Одним из ложных сведений может быть умолчание о том, что организация или предприниматель уже имеет непогашенный

кредит либо невозвратенные долги другим организациям на момент получения нового кредита. Банк в данном случае не обязан проверять подлинность этого заявления, заемщик сам должен быть предельно откровенным. Однако иногда этого не происходит. И в настоящее время в производстве имеется уголовное дело, возбужденное по заявлению областного Сбербанка на одного из частных предпринимателей города Ленинска-Кузнецкого. Ему в 1996 году удалось получить два кредита в банках города. При получении второго

предприниматели или руководители, получающие кредит на незаконном основании, то статья 177, предусматривающая злостное уклонение от погашения кредиторской задолженности, распространяется как на руководителя, так и на гражданина. То есть в данном случае круг субъектов шире.

Что же означает понятие «злостное уклонение»? Кредит получен на вполне законных основаниях (здесь никаких беспокойств у человека, взявшего его, быть не может), но по каким-то причинам этот человек не гасит сумму кредита. Однако все мы

квалифицируем их по ст. 159 УК.

Примером такого получения кредита является один из материалов, также имеющийся в производстве следствия. В этом случае частный предприниматель, получив кредит в одном из банков города (сразу же представив фиктивный договор) и перечислив деньги на подставной расчетный счет, выписался из города и скрылся. Санкции данной статьи значительно тяжелее. Здесь также предусматриваются штрафные санкции, возмещение кредита, исправительные работы либо лишение свободы на срок до трех лет.

При причинении значительного ущерба увеличиваются размеры штрафов, а срок лишения свободы может быть от двух до шести лет.

К слову, потерпевшими от мошенника могут стать не только банки и организации, но и просто граждане. В одном из уголовных дел, имеющихся на сегодня в производстве, потерпевшими стали люди, излишне доверившиеся преступнице. Она же, получив несколько кредитов на довольно крупную сумму, продала квартиру, уехала из города и сейчас находится в розыске.

Хочется предупредить граждан о том, что в случае излишней доверчивости в первую очередь страдают прежде всего они сами, так как банк именно с них взыскивает суммы невыплаченных кредитов. Поэтому не стоит доверять людям, просящим вас о столь сомнительных услугах.

Статьи эти пока новы и для нас, работников следствия, и для судов, и для кредитно-банковских систем. Однако случаи недобросовестности при выплате кредитов были и есть. Поэтому их введение крайне своевременно и необходимо. Начата работа, ведется следствие по первым делам, скоро они поступят в суд. Будем надеяться, что наказания, последующие за этим, заставят будущих заемщиков быть более добросовестными и обязательными. В противном случае их ждет достаточно серьезное наказание, которого прежде они могли избежать.

**Н. ПОТРЕБНИКОВА.**  
Ст. следователь УРОПД СУ  
УВД администрации  
Кемеровской области,  
подполковник милиции.

## СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

### СКАЖКА ЦЕН НЕ БУДЕТ

Значительная часть денег нового образца уже отпечатана фабриками Гознака, а печатание банкнот и чеканка монет образца 1995 года прекращена еще в прошлом году. Об этом заявил председатель Банка России Сергей Дубинин.

Банкноты нового образца практически не будут отличаться по дизайну и исполнению от обращающихся ныне банкнот номиналом 5, 10, 50, 100 и 500 тысяч рублей. Новые купюры будут оснащены дополнительной защитой, в частности, на некоторых из них показатель номинала будет воспроизведен большее число раз, чем сейчас.

Председатель Центробанка сказал, что округление цен при их пересчете в связи с деноминацией будет производиться по действующим бухгалтерским правилам.

Он заявил также, что ЦБ не прогнозирует резкого увеличения цен в первые дни после проведения деноминации и будет настойчиво рекомендовать правительству, чтобы рост регулируемых на федеральном уровне цен был «приторможен» в первые дни после 1 января 1998 года.

### ПОДАРОК-НА БАЛАНС

Заместитель главы администрации Кемеровской области Александр Гаврилов сдал на баланс АКО подаренный ему фирмой «Ингосстрах» набор авторучек.

Впервые чиновник такого уровня обладминистрации выполнил Указ Президента РФ, предписывающий всем чиновникам приходить ценные подарки, получаемые на работе.

В администрации области создали даже специальную комиссию, чтобы выяснить действительную стоимость набора. Комиссия установила, что «Ингосстрах» чуть позже подтвердил документами, что цена подарка ниже той, о которой было первоначально заявлено. На наш взгляд, этот факт нисколько не умаляет и не порочит достойное имя «Ингосстраха» и не ставит под сомнение методы работы этой одной из крупнейших страховых компаний. С другой стороны, высокопоставленный чиновник тем более даже в малом оказался на высоте и его поступок достоин подражания.

### ЭЛИТНЫЙ ДОМ В СТАРОЙ «ХРУЩОБЕ»

Тысячи метров дополнительной жилой площади без отвода земель и больших капиталовложений получит Тюмень в самом ближайшем будущем. Специалисты производственно-коммерческой фирмы «Инфлэкс» разработали долгосрочную программу по реконструкции домов старой постройки (так называемые «хрущобы»). Предполагается, в частности, надстроить эти здания жилыми мансардами облегченной конструкции. Для реализации программы, по словам директора фирмы Александра Гулько, проведены расчеты, закуплены импортные материалы, запущена собственная производственная база, где есть цеха по производству металлических реек и стековых панелей, алюминиевых конструкций, герметичных оконных и дверных блоков. Есть и образец для сомневающихся: за несколько месяцев старая «хрущоба», где прежде размещалась ведомственная гостиница, превратилась в элитный дом.

Стоимость квартир в мансардных этажах будет значительно ниже сложившейся сейчас на городском рынке недвижимости. По сообщениям ИТАР-ТАСС и пресс-службы АКО,

## БРАТЬ, НО ОТДАВАТЬ

• Актуально! •

кредита, представив в банк балансовый отчет своего предприятия, он умышленно не указал в специальной графе отчета факт существования на данный период полученного и непогашенного им кредита. Этот факт и рассматривается законом как представление кредитодателю заведомо ложных сведений о своем финансовом положении. А следовательно, и служит основанием для возбуждения уголовного дела. К тому же следует отметить, что, умудрившись получить незаконным образом два кредита, этот человек ни один из них так и не погасил, причинив весьма значительный ущерб организациям, предоставившим ему кредиты.

Санкции по этим статьям предусматривают очень крупные штрафы - в размере от двухсот до семисот минимальных размеров оплаты труда или в размере заработка платы или иного дохода осужденного за период от двух до пяти, а по второй части до семи месяцев, арестом либо лишением свободы на срок от двух до пяти лет.

Надо подчеркнуть, что наравне с выплатой этих крупных штрафов еще необходимо погасить и кредит вместе с процентом за пользование этими деньгами. В иных случаях это может быть наказание в виде выплаты кредита и лишения свободы.

Если субъектами статьи 176 УК являются индивидуальные

понимаем, что кредиты должны погашаться. В этом случае банки вновь выступают на защиту своих интересов. И представители банковских систем обращаются в суды с исками о выплате долгов. Но происходит так, что и после вступления в силу решения суда человек по-прежнему не возвращает кредиты. Тогда речь идет уже о злостном уклонении от уплаты кредита. И поскольку эта статья уже введена в действие, банки теперь пересматривают списки невозвратенных кредитов и передают их уже следственным органам. Причем, поверьте, что это не одна-две фамилии, а действительно списки. Проверкой их занимаются сотрудники ОБЭП. На некоторых лиц возбуждаются уголовные дела. Особенно активно ведется работа по возвращению невыплаченных кредитов Сбербанком нашего города. Дело в том, что это преступление длящееся. И если раньше невозвратные кредиты ловисали на банках убытками, то теперь принимаются все меры по их возмещению.

Выше речь шла о преступлениях, совершенных любыми после получения кредита. Однако бывают случаи, когда человек, получающий кредит, уже заведомо знает о том, что возвращает его не собирается. Тогда действия такого гражданина расцениваются как хищение чужого имущества путем мошенничества. И закон

### На школьные темы

## СЕРДЦЕ НЕ ЗАБУДЕТ...

вот о чём. За кулисами праздника часто остаются старые, не работающие уже учителя. Это несправедливо. Они, даже если уже не стоят перед классом, все равно внесли свой огромный вклад в дело воспитания нового поколения, заложили добрые зерна в сердца и души своих учеников.

Я более 40 лет назад закончила школу, а до сих пор своих учителей помню, особенно первую, что начинала нас учить в 1943 году. Это Нина Васильевна Тархова. Отлично помню Полину Даниловну Печеркину. Учителя были нашим непререкаемым авторитетом на уроках, мы слушали их, затаив дыхание.

А какие хороводы вошли они с нами на переменах! В какие интересные игры мы играли! Вот ведь помнится незамысловатый, но полный патриотизма стишок, что мы хором декламировали и инсценировали: «Тыр-тыр, пулемет! Выше, самолет! Бах, артиллерия! Скачет кавалерия!». Для нас, учащихся в годы войны, это было очень важно: наши победали!

Никогда не забуду учительницу Марию Григорьевну Авралеву, эту особенную женщину, которая все свое тепло, всю любовь детям отдавала, готовила к жизни. Помню, как учила она нас писать справки, заявления, письма. Это - в

четвертом классе, дополнительно к урокам.

Я называла некоторых учителей школы № 11, не той, что сейчас находится на Дачном, а той, что стояла на улице Чапаева.

А вот замечательные, добрые, заботливые и внимательные учителя средней школы № 5: математик Валентина Аркадьевна Янгель, Ия Вячеславовна Крупович, Ольга Борисовна Шпиртус, Евгений Петрович Обнорский, Казимир Казимирович Витковский, Анна Павловна Миловидова, Алексей Федорович Родченко, Любовь Петровна Петровская, Надежда Никифоровна Кулагова, Александра Ивановна Аревкова и незабвенная Анна Борисовна Лернер,

которая учila нас русскому языку - правильно, красиво писать и, конечно, чтоб письменная речь была деловой, жизненной, грамотной.

Все они, дорогие наши учителя, - уверены! - любили нас искренно, учили с надеждой на то, что вырастем мы хорошими людьми.

Может быть, кого-то из тех учителей уже нет в живых. Но остались их дети, внуки, правнуки. Пусть знают, что их корни, их предки были замечательными людьми, что их помнят их ученики, тоже уже дедушки и бабушки.

У отдела образования города еще есть время, чтобы отыскать, припомнить самых-самых ложных учителей и не оставить их без внимания.

**П. САВОСИНА-ДУБОВАЯ.**

# Литературная страница

## СЕНТЯБРЬ

Плынет над крышами, плывет над головами сплошное скопище угрюмых облаков. И плачет, всхлипывая, почва под ногами, Марая брызгами сентябрьских ходоков. А дым униженно к земле продрогшей жмется, Не видя выхода, пластиается в грязи. Как видно, и ему невесело живется, Коль неба синего не видится вблизи. Стоят на взводе у межи комбайн и трактор. Хлеба озябшие поникли, ведра ждут, Молиться небу призывают губернатор, А небо сердится: дожди идут, идут... Но все же гнев его к утру сменился милостью, С полей кузнецких облегченья слышен вздох, К рассвету небо благодарно зазвездилось, И солнца луч на землю утреннюю лег...

В. ЛИШОВ.

Заосеннился край наш, заплакал. Под негромкие всхлипы дождей Я иду, словно смертник на плаху, Меж холодных поникших ветвей. Приунял в этот миг поневоле, Наблюдаю, как лес на закат Опустил темно-красные брови, Не весело думой обят. Что за мысли его обуяли? Не хватает чего для души? С ним молчим в неухоженном зале Заосененной пестрой тиши.

В. АБАШОВ.



КРАСНОЕ ЛЕТО.

Фото С. ПЕТРОВА.

## Для мечта

Алых парусов легкая мечта. В голубую даль все зовет меня. Алых парусов сладостный мираж За окном моим проплы whole не раз. Сказкой промелькнул наш счастливый миг И растаял вдруг, Капитан, твой бриг, Я же, как Ассоль, сидя у окна, Острова тоски в облаках нашла, Алых парусов дого́рел закат, Ничего нельзя возвратить назад, Но упорно в даль пристально смотрю, Парусов мечты все ищу зарю. Верю, он придет новый счастья миг, Я увижу вновь, Капитан, твой бриг, Заберешь Ассоль в светлые края, Где тепло душа, где любовь твоя.

И. СИДОРАКА.

## Рябина

Дивным утром по долине Спешим на лыжах в лес с тобой, Где осыпается рябина В снег серебристо-голубой. Земное чудо из чудес... Кафой ее ваятель создал? Сквозь поредевший стылый лес Она приветно тянет гроздья. Горчащий сок в ее плодах, Отведали, что поспелее: Румянец, вспыхнул на щеках И стало на сердце теплее. Когда ж домой пошли потом, Рябина, загрустив в сторонке, Как будто алым, вдруг платком, махнула нам с тобой вдогонку!

Н. ИПАТОВА.

БОЛЬШОЙ пятистенний дом стоял у излучины реки Ини. До недавнего времени из него слышались звонкие детские голоса. Теперь все поутихло, присмирело и унылым одиночеством повеяло. Дети выросли и разлетелись по своим семейным гнездам кто куда, только отец с матерью остались доживать свой век, хотя их дети к себе ни единожды звали.

-

— Ну вот, вроде бы все и готово к сборке, — разгибаясь проговорил Елисей Матвеевич про себя, а когда увидел рядом стоящего Андрея, повторил:

— Сейчас мы ее, Андруша, быстренько соберем до вечернего заката.

-

Сначала в эти обручи вертикально поставим клепки, а потом на всю их высоту между ними проложим по

тотчас их накрыла. Чем больше козы метались под сетью, тем сильнее запутывались. Андрей поочередно их доставал из-под сети, и мазал жгучей горчицей под хвостом. Юла и Марта стрелами вылетели из огорода, а там стали елозить по траве задом, потом же кинулись во двор Елисея Матвеевича, крича благий криком.

Подбежали к нему, мечутся, хвостами дергают, трясутся, как от большого испуга. Смотрят на них Елисей Матвеевич и понять ничего не может. Вроде бы и опасности вокруг не видно. Осмотрел обеих внимательно и следов побоев нигде не нашел.

Минут через тридцать Юла и Марта успокаиваться стали, однако, как ни выпроваживали их Елисей Матвеевич, на улицу не пошли. Так и проторчали во дворе, и только тогда,

-

когда Елисей Матвеевич вышел повечерять на скамейку у забора, Юла с Мартой вслед за ним пошли. Щиплют траву у забора, а сами то и дело в сторону двора Андрея пугливо поглядывают, словно опасность какую ждут.

-

Стоило только из своей калитки Андрею появиться, как Юла с Мартой во двор шмыгнули. Сматрят на все это Елисей Матвеевич и понять толком ничего не может.

-

Улыбающийся Андрей подошел и сел рядом с Елисеем Матвеевичем.

-

Чем же ты, Андруша,

и

их

так

силенко

на

наш

запах

и

на

# ЗЕРКАЛЬНАЯ МОЛОДОСТЬ

**Страх перед старением - одна из коварных эмоций. Но если есть яд, всегда находится и противоядие.**

Вот как по этому поводу рассуждает великолепная Софи Лорен: «Тайна приоткрылась мне во время съемок картины «Леди Л», вышедшей на экраны в 1965 году. По сценарию я должна была превратиться в 80-летнюю старушку. Для последних кадров гримеры сделали мне морщины и приклеили лишнюю кожу. Я с изумлением смотрела, как прямо на глазах исчезла моя юность. Изменилось не только лицо: пришло подражать манерам и движениям старой женщины. Тело одеревенело, плечи скрутились. А глаза начали косить. Я не только выглядела, но и чувствовала себя старой».

Сама актриса, как известно, не поддалась гипнозу цифр, перешагнув за 60-летний рубеж. Отсюда урок: поймав себя на негативном настроении, следует противиться ему с первых же секунд. Всегда есть воспоминания о хорошем, добром, смешном. А значит, улучшать свою внешность изнутри не такое уж экзотическое занятие. Просто маленькая житейская хитрость - уметь заставить себя улыбаться.

Чтобы помочь своей коже как можно дольше

не стареть, нужно чаще находиться в воде, хоть в естественном водоеме, хоть в бассейне, хоть в парной бане. И пить столько, сколько хочется.

Проснувшись, не вставайте мгновенно с постели, даже если проспали. Все равно время уже не веротишь назад. Но почувствуйте свое тело две-три минуты молодым и красивым. И вставайте с кровати так, чтобы первой коснулась пола правая нога. Поговорка «встал с левой ногой» имеет глубокую физиологическую причину. Прежде чем вымыть лицо, вымойте руки - эта примета теперь тоже объяснена. Во время сна человек может путешествовать в астрале. Оставшись как бы без души, физическая оболочка не защищена от темных сущностей параллельных миров. Они и пытаются проникнуть в организм через руки. Невидимую энергетическую грязь можно растворить водой.

Не стройте «рожицы» днем. Привычные улыбки и гримасы приводят к образованию на лице своеобразной маски. Следы ее вызывают соответствующее, отнюдь не добре расположение духа. Лучше закройте глаза и, забыв обо всем на свете, кроме своего лица, ощутите упругость щек, блеск глаз, чистоту лба, длину ресниц, форму носа и

брюхов. Наполните все силой своих мыслей. Через некоторое время покалывание, жар или прохлада на лице будут свидетельствовать, что вы становитесь сам себе художник. Результат поразительный - ваша кожа будет словно светиться изнутри, глаза блестят.

Не отходите ко сну в полуобморочном состоянии от утомления: не успеете отдохнуть за ночь. Даже если нет сил, сделайте горячую ванну для ног. Она снимает и негативные последствия дня, и нейтрализует, как говорят в народе, сглаз. В ванну можно добавить капельки ароматных масел - мяты, эвкалипта. И не загоняйте себя в угол. Биофизики и биоэнергетики, исследуя пространство, сделали вывод: ни кровать, ни рабочее место, ни кресло для отдыха не должны размещаться в углу помещения. Здесь происходит, выражаясь ненаучно, «отсасывание энергии». В старину так успокаивали расшалившихся детей - ставили в угол. Понаружайте за домашними животными: они никогда не лежат в углу. И самое главное, не желайте другим того, чего не желаете себе. А совсем мудрые люди не сердятся и на тех, кто доставил в течение дня раздражение, обиду, дискомфорт. Добротливость и тактичность лучше всего строят гармонию внутри себя и вокруг. А значит, самую длинную дорогу к старению.

В. КРАСНОВА.

## Собираем облепиху

Ягоды облепихи созревают в конце августа - начале сентября. Начинают уборку с вырезки сухих веток, они вскоре все равно отомрут. Собирать ягоды трудно из-за коротких плодоножек и колючек на ветках. Плоды снимают с верхних ветвей, движением от основания ветки к ее концу. При сборе в обратном направлении руки будут травмироваться колючками.

Сбор плодов можно облегчить и ускорить, если пользоваться проволочными скребками. Только плоды должны быть достаточно плотными, чтобы меньше было отходов.



К сожалению, при пользовании этим приспособлением для сбора облепихи повреждается часть почек, расположенных на побегах. После установления морозов можно стряхнуть

плоды с кустов на подстилаемую под них пленку или другой материал.

Из ягод облепихи готовят соки, кисели, компоты, мармелад, повидло, вина. Измельченные

листья заваривают, как чай, а целые листья кладут в супы и бульоны для улучшения их вкусовых качеств.

А. ПЕТРОВА.  
Фото В. СЕМЕНОВА.

Будьте здоровы

## Лекарь-мед

О лечебных свойствах меда известно с давних времен. Вот какую интересную подборку сделал Б. Воробьев.

Как использовать мед при:

**НАРЫВАХ** - смешать ржаную муку с медом до консистенции мокрой глины. Сделать из этой массы лепешку и приложить к гнойнику (нарыву), покрыть сверху куском компрессной бумаги и завязать;

**КАШЛЕ** - полезно принимать сироп из сока брусники, смешанный в равных пропорциях с медом, а также для облегчения отхождения мокроты;

**ВОСПАЛЕНИИ ЛЕГКИХ** - рекомендуют такое средство: яйца складывают в стеклянную банку, заливают соком лимонов. Банку покрывают марлей, обергают темной плотной бумагой, ставят в сухое темное прохладное место и держат до растворения скорлупы (примерно 6-8 дней). Затем прогревают мед до текучести, остужают и добавляют в смесь из яиц и лимонного сока, вливают коньяк. Лекарство переливают в темную бутыль и хранят в темном прохладном месте. Принимают по десертной ложке 3 раза в день сразу же после еды (лекарство годно к употреблению в течение 3 недель).

Расход продуктов: 10 лимонов, 6 яиц (свежих, с белой скорлупой), 300 г меда (лучше липового), 3/4 ст. коньяка;

**ЗАТЯЖНОМ КАШЛЕ,** пневмонии и бронхиты - используют средство, содержащее 1,3 кг меда, 1 ст. мелконарубленных листьев алоэ, 200 г сливочного масла, 150 г березовых почек, 50 г лилового цвета.

Перед приготовлением сорванные и промытые кипяченой водой листья алоэ держат 10 дней в холодном темном месте.

Потом растапливают мед, кладут измельченные листья алоэ и все хорошо пропаривают. Отдельно в двух стаканах воды заваривают березовые почки и липовый цвет, кипятят их в течение 1-2 минут. Вливают процеженный и отжатый отвар в остывший мед, размешивают и разливают в 2 бутылки, добавив в каждую поров-

ну оливкового масла. Хранят в прохладном месте. Принимают по 1 ч. ложке 3 раза в день. Перед употреблением взбалтывают.

Эти же болезни лечат лекарством, приготовленным из 300 г меда, половины стакана воды и листа мелконарезанного алоэ. Все вариат на очень медленном огне 2 часа. Затем остужают и перемешивают. Хранят в прохладном месте. Принимают по 1 ст. ложке 3 раза в день;

**СТЕНОКАРДИИ** - рекомендуется воспользоваться смесью чеснока с медом. Для этого лекарства потребуется 1 л меда, 10 лимонов, 5 головок (не долек!) чеснока. Из лимонов отжимают сок, чеснок очищают, промывают и натирают на терке (или пропускают через мясорубку). Все смешивают, добавляют мед и оставляют в закрытом сосуде в прохладном месте на неделю. Принимают по 4 ч. ложки один раз в день;

**ЛЕЧЕНИИ РАН** - применяют такую мазь. Две части оливкового масла и одну часть чистого пчелиного воска кипятят на небольшом огне. Полученную смесь остужают. Промывают рану перекисью водорода и прикладывают повязку с мазью. Участки кожи, пораженные ожогом, смазывают чистым медом. Он ослабляет боль и предотвращает образование волдырей.

Медовые растворы широко применяют при конъюнктивитах, воспалениях роговой оболочки глаз и язвах роговицы. Ими орошают больное место или используют в виде примочек и мазей. Для глазных капель и примочек готовят 30%-ный раствор меда.

Для восстановления зрения очень полезны следующие составы с добавлением меда: черника и красная рябина или напиток из лимонов и моркови, морковный коктейль, либо лимонник китайский, облепиховый сок, а также салат из сырой моркови с греческими орехами и медом.

## КУПЛЮ

Стальной канат диа-

метром от 16 до 32. ГОСТ 2668-80, ГОСТ 7668-80. Телефон 4-32-17 (Белово) до 19 часов.



### УЧРЕДИТЕЛИ:

Ленинск-Кузнецкая городская администрация и трудовой коллектив редакции.

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

Зам. редактора В. В. ПЛИСЕНКО.

Газета зарегистрирована Омской региональной инспекцией по защите свободы печати и средств массовой информации 23 декабря 1993 г., регистрационный N 428. Выходит 5 раз в неделю, кроме воскресенья и понедельника, 125 раз в полугодие. Индекс 51915. Тираж 6508

### Адрес редакции:

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

### Справки по редакции:

по вопросам социальной сферы - 2-07-09, по вопросам экономики - 2-07-12, фотоиллюстрации - 2-07-08, по рекламе и объявлений - 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.

Газета отпечатана в Ленинск-Кузнецком ППО (ул. Белинского, 17).

Телефон директора 2-07-14.

Объем 1 п.л. Номер подписан в печать в 17 часов.

Печать офсетная.  
Заказ N 5012  
Цена одного экземпляра - 600 руб.