

# Городская газета

№ 22 (16652) Вторник, 4 февраля 1997 г.



Свой визит он начал со встречи с городским советом ветеранов. Естественно, в первую очередь разговор шел вокруг четырехмесячной задержки пенсии - только начали разносить за октябрь. Одну из главных причин такого положения дел Михаил Борисович видит в крайне неудачной, ошибочной и преждевременной системе пенсионного обеспечения - через Пенсионный фонд.

Чтобы как-то смягчить удар по пенсионерам, в области созданы и действуют чрезвычайные экономические комиссии, при помощи которых в среднем на десять процентов улучшается наполняемость бюджетных и внебюджетных фондов, но коренным образом изменить ситуацию такие комиссии не в состоянии. Хотя Кислюк по рекомендовал, чтобы в состав ЧК были включены представители ветеранских движений, которые бы требовали от руководителей свои пенсии. А, к примеру, только одна шахта имени 7 Ноября задолжала в Пенсионный фонд 17 миллиардов рублей - это как раз месячная сумма для города.

Конечно, эти доводы Кислюка не слишком успокоили собравшихся. Один за другим ветераны жестко ставили вопросы: почему в Новосибирске уже отдана

**В ходе** своего визита глава администрации области М. Б. Кислюк встретился и побеседовал с журналистами городских средств массовой информации.

Встреча губернатора с журналистами проходила, как и в прошлый раз, в помещении редакции «Городской газеты». График визита был довольно плотным, поэтому беседа получилась кратковременной. Тем не менее основные вопросы выяснились удалось.

Губернатор выделил две задачи, стоящие сейчас перед обществом: возрождение и преобразование. В этом смысле наш город, по мнению Кислюка, пронесся вперед. Несмотря на экономический кризис, активно развивается социальная инфраструктура. Строятся и сдаются жилые дома, школы, коммунальные объекты, учреждения здравоохранения и культуры. Город заметно изменился за последние годы, приобрел свое неповторимое лицо, стал чище, уютнее и современнее. В этом направлении нужно развиваться и впредь.

Журналисты, как отметил губернатор, тоже должны участвовать в этом

## В ГУШЕ ПРОБЛЕМ

**В СУББОТУ В НАШЕМ ГОРОДЕ ПОБЫВАЛ ГЛАВА ОБЛАСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ М. Б. КИСЛЮК**

декабрьская пенсия? почему фактически уравняли в пенсиях шахтера и дворника? зачем строить международный аэропорт и роскошные церкви, когда старики не получают своих кровных заработанных? почему так дорого медицинское обслуживание? и так далее. Михаил Борисович, как мог, объяснял, что не все в силах областной администрации - многие проблемы должны решаться на уровне Госдумы, а если заморозить все строительство, тогда окончательно впадем в разруху.

Следующей в программе стояла шахта имени Кирова. Здесь М. Б. Кислюк встретился с директрами угольных предприятий и разговор начал с того, как выживать отрасли в нынешних условиях. Как известно, правительство и лидеры ведущих думских партий и фракций, по сути, обманули угольщиков, пообещав при многочисленных встречах выделить на 1997 год 10 триллионов госдотаций (уровень прошлого года), а фактически в бюджете так и остались первоначальные 6,4 триллиона рублей, из которых половина - это различные будущие кредиты

Директор шахты имени Кирова И. А. Ивлев рассказал о сегодняшнем и завтрашнем дне своего предприятия. Увы, получается парадоксальная вещь - численность за три года сократилась

на две тысячи человек при том же уровне добывающей мощности, на предприятиях постоянно имеются лавы, работающие в миллионном режиме, а люди, устанавливающие рекорды, в заработках это никак не ощущают. Почему же невыгодно хорошо трудиться? Во-первых, постоянно сокращается уровень госдотаций. Если в 1994 году бюджетные деньги в зарплате кировцев составляли 54,9 процента, то в 1995-м уже 12,7, а в 1996-м - 1,5. При этом налоговый пресс нисколько не ослабевает. Хорошо, хоть в прошлом году действовала система, позволяющая пятьдесят процентов поступающих средств оставлять на предприятии. Улучшить ситуацию можно было бы, если бы в регионе угольщики и энергетики договорились о единой ценовой политике. Давно назревла необходимость в создании специального угольного банка под инвестиции предприятиям.

Начальник участка № 2, знаменитый «миллионщик» А. Т. Речкин, входящий в координационный совет КУК, обратил внимание на то, что очистники сейчас очень быстро «съедают» лавы, а проходчики

конфликтовать. Губернатор охарактеризовал его как опытного и толкового хозяйственника, серьезного и трезвого политика, знающего жизнь и поступающего в соответствии с ее запросами. Есть надежда, что Законодательное Собрание не будет больше выступать у нас в роли дестабилизирующего фактора. Надо сообща, спокойно и целенаправленно работать над проблемами Кузбасса.

Отвечая на вопросы журналистов, Кислюк не стремился быть оригинальным. Рецепт выхода из кризиса один, он всем известен: предприятия и экономика в целом должны работать. Тогда найдутся деньги и на социальные программы, и на зарплату бюджетников, и на выплату пенсий с пособиями. Скорее это не делается, нужно терпение, ведь идет ломка стереотипов, структурная перестройка производства, внедрение принципиально новых технологий, финансовых механизмов. На Москву здесь надеяться нечего, надо рассчитывать только на собственные силы. Денеж-

больше ощущает на себе «прелести» соседства с неуправляемой «Кузнецкой», выработки которой то горят, то затопляются. Другая «закавыка» - шахта еще год назад отгрузила Юрмашу уголь под поставку комплекса КМ-138, но из-за длительных забастовок поставки оборудования сорваны, и октябрьцы вынуждены сейчас корректировать свою производственную программу, искать какие-то временные варианты.

Участовавший во встрече начальник управления угольной промышленности областной администрации В. Н. Катриченко, которого горожане хорошо знают, записал все произнесенные предложения, замечания и пообещал совместными усилиями добиваться их решения.

Выступил М. Б. Кислюк и на сменном собрании кировцев, где он еще раз обозначил позицию областной администрации по поддержке угольщиков и вручил И. А. Ивлеву свидетельство о том, что шахта является коллективным членом Кузбасского угольного конгресса.

**И. ЧИКУРОВ.**

**На снимках:** идет встреча на шахте имени Кирова.

**Фото М. НИКОНОВА.**

ные «подкормки» снимают остроту, но лишь на время. Кислюк привел в качестве иллюстрации такой пример. За два последних месяца из Москвы «привезли» в область 1 миллиард 350 миллионов бюджетных рублей. А кузбасские предприятия задолжали в бюджет триллионы рублей. Верни они даже часть долга - и обстановка сразу изменится в лучшую сторону.

Губернатор развеял слухи о своем возможном назначении в правительство и скором отъезде в Москву. Сказал, что мог бы туда уехать уже давно, если бы имел такое намерение. Но он - убежденный патриот своего края, он не может бросить Кузбасс в столь сложной обстановке, не имеет права подвести людей из своей команды, которые ему поверили и включились в работу. Слухи ходят разные, допускается непроверенная и даже откровенно лживая информация в прессе. Ко всему этому и относиться надо ответственно.

**В. ИВАНОВ.**

## ЧТОБЫ ШКОЛЬНИК НЕ РОС БЕЛОУЧКОЙ

В межшкольном учебно-производственном комбинате прошел семинар для директоров общеобразовательных школ города.

Темой семинара стала проводимая работа по внедрению образовательного направления «Технология». Как отметил в своем докладе директор МУПК Н. Е. Чернов, материально-техническая база и высококвалифицированные педагогические кадры комбината позволяют предложить школьникам шир-

окий набор образовательных услуг. Они могут получить здесь начальную профессиональную подготовку по таким специальностям, как строительное и швейное дело, металлообработка, электротехника, радиоэлектроника, основы экономики, вычислительная техника, аэrostасарь. Последние три

специальности особенно популярны среди учащихся.

Педагоги активно и заинтересованно обсудили многие проблемы, связанные с работой МУПК. Одна из актуальных - слабый спрос на строительные специальности, а также на специальности, связанные с обработкой металлов. Поэтому неудивительно, что многие мальчики не умеют толком держать

молоток в руках, работать отверткой и напильником, выполнять элементарный ремонт бытовых электроприборов.

Чтобы школьник не рос белоручкой, и необходимо внедрение в обязательную часть базисного учебного плана образовательного направления «Технология». Это позволит школам дать своим воспитанникам необходимые навыки самообслуживания, что им очень пригодится в наше нелегкое время.

**Г. ИВАНОВА.**

**В КРАЕВЕДЧЕСКОМ** музее идет распределение тиража четвертого тома Книги памяти, посвященного нашему городу и району. Одна из тех, кому недавно было вручено это бесценное издание, - известный в городе человек, директор парка имени Горького Раиса Максимова Климова. На одной из страниц Книгиувековечены имена ее братьев, павших на фронтах Великой Отечественной войны. Вместе росли, жить бы да жить большой русской семьей. Но судьба распорядилась иначе. Остались воспоминания: о том времени, о войне, о своем детстве. И еще - слова благодарности тем, кто помогает сохранить память о погибших родных. Об этом рассказывается в предлагаемом материале.

Говорят, что плохое долго помнится, а хорошее забывается. Я с этим не согласна. В моей памяти много сохранилось доброго. Есть такое, что никогда не сотрется.

С особенной теплотой вспоминаю далекие годы моего детства. Жили мы тогда в небольшой, дворов на 120-150, деревне Христиновке. Тянулась она вдоль гор, красивого соснового бора. Мужчины трудились на золотом приске, а женщины все занимались домашним хозяйством, растили детей. Ребятишки, едва встав на ноги, уже ходили в тайгу. Пяти-шестилетний ребенок обеспечивал семью ягодой и грибами. А этого добра было в наших краях вдоволь.

Я была в семье шестым ребенком. Дом у нас - крепкий, добротный - стоял крайним. Дальше - на сотни верст тайга, высокие кроны елей и лиственниц; разлапистые макушки сосен, дремучие заросли душистой черемухи. В деревне проживал на редкость дружный народ. Вечерами, помню, часто собирались за самоваром: женщины вязали, пряли, мужчины неспешно беседовали, и все больше почему-то шепотом. Часто пели, причем старинные песни. Да пели так, что свечи гасли. И мы, ребятишки, забравшись на русскую печь, слушали, как казачка провожала казака, или о несчастной падчерице и злой мачехе.

В доме у нас все было просто, по-деревенски. Да и кто тогда гнался за мебелью или видеотехникой! Все думали только о хлебе насущном. Да еще, по доброте душевной, о том, как помочь соседу или соседке.

В переднем углу ком-

наты вместо икон, на вышитом рушнике, висел черный рупор - радио. Как мы ему покло-

с серой сумкой через плечо. Какую весть она несет? Треугольничек солдатского письма или

### ПАМЯТЬ

## КАК Я БРАТЬЕВ НА ФРОНТ ПРОВОЖАЛА...

нялись, слушали с за-миранием... Он был для нас эхом другого, большого мира, полного тайн и великих открытий. Но рупор доставлял не только радость. Однажды вечером все собирались в наш дом и притихли. Звучал голос Левитана. Война.

Женщины заголосили... Мы, пятилетние дети, не понимали тогда еще, что это такое. Но нам было ясно, что война - это что-то страшное. Вскоре и я, малолетняя босоногая девчонка, все поняла и увидела своими глазами.

Вся деревня провожала мужчин в село Красное, к пункту отправки на фронт. Братья по очереди несли меня на руках, передавая друг другу. Я обнимала их и целовала, целовала без конца, будто знала, что провожаю навсегда.

На пункте отправки называли фамилии собравшихся, и я только успевала улавливать родные имена: Кишкин Степан, Кишкин Николай, Кишкин Дмитрий, Кишкин Александр... Семь близких и дорогих мне людей уходили на фронт, в кромешный ад войны.

Помню, как боялись все тогда почтальонки

горькую весть о гибели?

Наш дом тяжелые вести не обходили. 1942 год - похоронка за похоронкой. С тех пор я ненавижу этот серый листок, на котором было выведено аккуратным почерком: «Ваш сын, Кишкин Николай, разведчик, погиб смертью храбрых...».

Словно черная туча обволокла нашу деревню. Пропыгаясь утром, мы уже слышали чей-то плач или причитание - это опять пришел зловещий листок. В деревню с войны не вернулся никто, словно рождены были для гибели.

Истоит в Христиновке памятник, на котором выбиты слова вечной памяти и фамилии погибших. Длинный-длинный список, даже все не вошли. Вот если бы метров 20 высотой была стела, тогда, может, и вместились бы.

Прошли годы. В честь павших на той войне названы дети, внуки. И вот однажды меня пригласили в краеведческий музей. Думаю: зачем бы это? Пришла, смотрю: горят свечи, в зале сидят люди, идет торжество. Называют меня, вручают Книгу

памяти. А мне кажется, что не книгу держу я в руках, а плиту мраморную, на которой имена моих родненьких... Перелистываю страницу за страницей. Вот они, братья родные и двоюродные: имя-отчество, год рождения и призыва, место службы и гибели.

Рядом со мной женщина вытирает платком глаза, глухо всхлипывает. В руках - такая же книга. Две старенькие сестры ставят свечку в память братьев и, сняв платки, бережно заворачивают свою книгу. Вручают экземпляр мужчине, погибший отец которого внесен в скорбный список на страницах этого бесценного издания.

Все эти люди передавали слова благодарности главному редактору - составителю Книги З. П. Верховцевой, а также ныне покойному А. И. Лакисову, С. Н. Хорошевскому, директору музея Т. В. Чухно, заместителю главы администрации А. М. Ишмазеву, всему редакционному совету. Ведь составители буквально по крупицам собирали сведения о погибших, проделана огромная работа во имя и по долгу памяти.

Эта Книга говорит нам о том, что даже в наше нелегкое время память - не пустой звук. И хочется сказать вместе с поэтом: «Мы слышим их. Они нам близки Своим наследием прямым. Они для нас не обелиски. Они - сегодняшние мы».

От чистого сердца, от души спасибо всем, кто принимал участие в создании Книги. Низкий им поклон от семей погибших. Пусть никогда не гаснет Вечный огонь благодарной памяти.

И я искренне верю, что со временем появятся у нас книги о ребятах, погибших в Афгане, не вернувшихся из Чечни. Таков долг общества - знать поименно и помнить тех, кто отдал свою жизнь за свободу и интересы Отечества.

**Р. КЛИМОВА.**

медицинской сестре Г. П. Горнауловой, культурно-образовательной организатору Л. Н. Довбанос, инструктору по трудотерапии Т. И. Ванюковой, шеф-повару И. Г. Шаламовой, санитарке Г. В. Смоляковой.

Пенсионеры ДЯДИНСКАЯ, КОНОНОВА, БОЖКО, СТАРОВОЙТОВА и другие (всего 16 подписей).



Немало добрых слов можно услышать в коллективе электроцеха АО «Крок» в адрес Людмилы Константиновны Кошицыной. Это грамотный, высококвалифицированный специалист. Про таких говорят: «Мастер - золотые руки». Своим добросовестным трудом Людмила Константиновна заслужила уважение в коллективе.

На снимке: электрообмотчица Людмила Константиновна Кошицына.

Фото В. КИРИЛЛОВА.

## Кто поможет поселку?

С жителями поселка шахты «Октябрьская», я уже больше десяти лет связана через своих учеников: преподаю в школе N 29 с августа 1985 года. Хорошо помню, как мы со старшеклассниками собирали материалы по истории поселка, шахты и школы. Собирали многочисленные факты по зарождению, развитию поселка Красный Орел, появлению на его территории в 1952 году шахты, известной потом славными трудовыми делами. Вместе с ребятами мы оформили три больших стендаД.

Примеры упадка поселка можно приводить еще и еще. Когда-то при шахте «Октябрьская» был клуб, где демонстрировали кинофильмы, проходили вечера, концерты. Была библиотека, которой пользовались сами шахтеры, их семьи.

Были, был, было - слишком часто в моей заметке повторяются эти слова. Я не знаю, кто виноват в том, что поселок хиреет. Но никак не люди, которые живут там. Кто им поможет?

Понимаю, что почти все беды происходят от того, что плохи дела в нашей экономике - у той же шахты «Октябрьская» нет средств, чтобы содержать клуб. Но оставлять людей без необходимого все же не годится. Прочитала на днях в «Комсомольской правде», что один предприниматель (кажется, в городе Жигулевске) обеспечивает пенсионеров подобного нашему поселка бесплатным хлебом - по полбулки на человека. Каждый день привозит им. Жителям поселка шахты «Октябрьской» хоть бы не бесплатно продукты первой необходимости возили. Где вы, наши добрые предприниматели?

В. КНЯЗЕВА.

Учитель школы N 29.

### Добрые строки

В «Городской газете» уже писали об открытии отделения дневного пребывания при центре социальной помощи населению. Но мы, пенсионеры, первыми отдаляем в этом отделении, поэтому считаем необходимым для себя сказать теплые слова в адрес его сотрудников.

### СПАСИБО ЗА ОТДЫХ

которые здесь можно принять, и не перечислишь.

За организацию такого отдыха мы говорим большое спасибо директору центра Н. А. Алексеевой, заведующей отделением Г. И. Малых, за обслуживание и предоставление различных услуг - старшей

# ТУСОВКА

СТРАНИЦА ДЛЯ МОЛОДЫХ

## В Сочи - с шуткой

Наши интервью

**В середине января члены городского клуба веселых и находчивых побывали на очередном международном сочинском фестивале «Кивин-97». Рассказать о нем мы попросили директора общественного фонда поддержки и развития молодежных инициатив Т. А. Якушину.**

**- В чем особенность нынешнего фестиваля?**

Прежде всего в огромном количестве команд - в Сочи их приехало порядка полутора сотен со всех концов СНГ. Поэтому условия отбора были очень жесткими. К примеру, если в прошлый раз на второй отборочный этап допускались все команды, то теперь такое право было предоставлено только пятидесяти.

**- В это число наша команда попала?**

Да, мы удачно выступили в обоих отборочных турах. Достаточно сказать, что некоторые наши шутки потом постоянно цитировались кавээнской тусовкой в ночном клубе фестиваля.

**- Значит, вас взяли на заключительный телевизионный гала-концерт?**

К сожалению, нет. Как объяснил редактор КВН «Амик» Михаил Марфин, наша команда не подходит для телевизионной картинки - нет красивых зрелищных костюмов. В общем-то, это застарелая наша болезнь. По сравнению с тем, какими «упакованными» приезжают другие команды, мы смотрелись бедными родственниками.

Но нас вновь пригласили играть в первой центральной лиге в городе Воронеже. Это хороший результат. К примеру, сборная Кузбасса, объединившая игроков из команд «Сибирские богатыри» (КузГТУ), «Веселые ребята» (Анжеро-Судженск), «Мамины си-

бирияки» (Новокузнецк), после отборочных просмотров была приглашена только в украинскую лигу.

**- Поедете вы в этом году в Воронеж?**

Вероятней всего, нет. Для нас это очень дорогое удовольствие. Но я бы хотела от души поблагодарить всех, кто помог съездить на сочинский фестиваль. Это городская и областная администрации, АО «Ленинскоголь», «Кузбасспромбанк».

**- Ваши планы на ближайшее будущее?**

Совместно с городской администрацией и ДК имени Ярославского мы организуем городской чемпионат КВН среди команд учебных заведений. 15 февраля состоится фестиваль открытия областной телегames «Шутить изволите» в Кемерове. Весной предстоит помериться силами в полуфинале «КВН-Сибирь».

Кроме этого, мы планируем запустить несколько телевизионных молодежных развлекательных программ на 25-м канале по типу полюбившейся «Клип, клип, ура!»

**- Я знаю, что в последнее время вы сотрудничали с кафедрой НГУ.**

Да, мы вместе играли в играх «КВН-Сибирь». Однако на фестивале в Сочи новосибирцы выступили самостоятельной командой, прошли в высшую лигу и будут в четвертый раз бороться за звание чемпионов КВН.

Беседовал  
И. ЧИКУРОВ.

**«У**Ж ЛУЧШЕ бы провалиться сквозь землю!» - наверное, каждый попадал в ситуацию, когда приходят подобные мысли. Все смотрят на вас. Кое-кто улыбается, посмеивается, а вы тем временем заливаетесь краской.

Как выйти из такого положения с наименьшими потерями? Стоит принять к сведению следующие советы венгерских психологов:

1. Убедите себя: не трагедия, если

## ЕСЛИ НАД ВАМИ СМЕЮТСЯ

что-то получилось не так! Все можно пережить. Вспомните мудрость библейского царя Соломона: «Пройдет и это».

2. Не забывайте, что одна неудача не разрушит впечатления о всей вашей личности.

3. Не стыдитесь, если покрасне-

ете и даже расплачаетесь. В определенных ситуациях это даже производит зачастую приятное впечатление и вызывает сочувствие.

4. Попытайтесь шуткой разрядить обстановку.

5. Если вы кого-то обидели, тут же попросите прощения. Даже, мо-

## Теперь - полуфинал

На днях в городе Белово состоялся зональный этап областного конкурса «Юные звезды Кузбасса». Участники выступали в номинации «Вокал».

Ююри, состоящее из специалистов областного центра, отметило профессиональный рост всех юных посланцев Ленинска-Кузнецкого. На полуфинал из нашей программы отобраны следующие солисты и вокальные группы: Аня Вершинина из школы

И. КЕДРОВ.

го обучения рисую для младших классов.

- Вы посмотрите на эти картины, они не отличаются от работ профессионалов, - говорит преподаватель методики трудового обучения Людмила Николаевна Цейтлер. - На какую ни глянешь - чувствуешь сопричастность с природой, ощущаешь объемность, кипорит.

Честно говоря, от некоторых работ Филиппа трудно глаз отвести. Овраг. Дорога. Луна. Тень. Все так, как будто смотришь не на картину, а очутился ночью перед таинственным уголком природы.

Осень у него - это колдовское буйство красок: от светлобежевых до густо-коричневых, это пляска золотых, медных, багряных оттенков. Зима - это клич бодрости, символ чистоты. В педагогическом колледже проводилось несколько персональных выставок картин Филиппа Македонского. Его работы упрашают многие кабинеты, он щедро дарит их преподавателям, друзьям. Несколько картин приобрели преподаватели Новокузнецкого пединститута.

Талантливый, настойчивый организатор, хороший художник (правда, сам Филипп ни в коем случае себя таковым не считает и протестует против подобного мнения), почему он решил стать учителем?

- Учителем быть интересно. Тут простор для творчества, тут коллектив, тут необходимость ежедневного совершенствования, - говорит Филипп. - Да и место учёбы - колледж и институт рядом с домом....

Группа неугомонных, группа серьезных, группа дружных - 941-я в этом году выпускная. Все, конечно, сейчас подчинено этому. И выпускники - это не те робкие первокурсники, что впервые три года назад переступили порог педколледжа.

Они научились искусству общения с детскими коллегами, познали таинство формулы «учась учить + учавучиться». Если кто-то поступит в институт, счастливое студенчество продлится; если кто-то с началом нового учебного года станет лицом к лицам учащихся, скажем им: «В добродушный путь, учитель!»

Так или иначе - будет продолжаться интересная жизнь, в которую 941-я понесет свои планы, задумки, мечты.

В. ГРИГ.

жет, легко коснитесь руки «жертвы» - это способствует близости и доверительности.

6. Признайте свои слабости.

7. Проявите находчивость. Спустилась петля на чулке, да еще на вас и мини-юбка? Не нужно постоянно рассматривать поехавшую петлю. Заметили - продолжайте делать свое дело, будто ничего не случилось!

ЭКСТРА-ПРЕСС.



## СПОРТ

## &lt;Негостеприимные&gt; хозяева

Весь январь на спортплощадках подросткового клуба «Коммунальщик» проходили турниры по хоккею и мини-футболу. Всего их прошло четыре, и во всех победили хозяева - команды юношеской клуба «Коммунальщик».

В дни зимних каникул прошел турнир по хоккею среди юношей 1983-1985 годов рождения. Четыре команды в однокруговом турнире померялись силами. Не проиграв ни одной игры, «Коммунальщик» стал победителем. Второе место у гостей из района - команды «Олимп» поселка Мирный.

Юноши, которые на год старше, играли в мини-футбол. Здесь команды были разбиты на две подгруппы. Сыграв матчи в подгруппах, определились

финалисты, которыми стали «Звезда» (село Ариничево) и хозяева поля «Коммунальщик». В финале победили хозяева с минимальным счетом 1:0.

Но самым интересным получился турнир по хоккею среди юношей 1980 года рождения и младше. Четыре команды района приехали в гости к «Коммунальщикам». Хозяева радушно приняли гостей, предоставив им раздевалки, оказавши помощь в экипировке, точке коньков, отлично подготовили лед.

На этом их гостеприимство кончилось. На льду они не оставили никаких шансов гостям. Отыграв со счетом 7:1 «Юность» (село Чусовитино) и 6:0 «Олимп» (поселок Мирный). Затем одержали убедительные победы над «Звездой»

(Ариничево) и «Рассветом» (Новоивановка). Так и стали победителями.

Автозавторское место борьба была очень упорной. В этом матче встречались «Юность» и «Олимп». Соперники поочередно обменивались шайбами. Почти до конца игры счет был 5:5. А вот концовка оказалась за ребятами из «Юности». За две минуты до конца матча они забили две шайбы и заняли второе место. Третье - у «Олимпа». Команды и лучшие игроки были награждены призами.

**Л. ТЕТЕРИН.**  
Главный судья  
соревнований.

На снимках: во время турнира по мини-футболу.

Фото М. НЕЧАЕВА.



## УЧРЕДИТЕЛИ:

Ленинск-Кузнецкая городская администрация и трудовой коллектив редакции.  
\*\*\*

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

Редактор С.П. БАРАНОВ.

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 7385.

## РАСТЕНИЯ - ПРОТИВ АСТМЫ

В свободное время я увлекаюсь сбором рецептов из лекарственных растений, рекомендемых специалистами народной и научной медицины.

Хочу предложить несколько рецептов лечения бронхиальной астмы, очень распространенного среди детей и взрослого населения Кузбасса заболевания.

Издавна применяется при бронхиальной астме настой листьев мать-и-мачехи обыкновенной (1 столовую ложку измельченных листьев заварить стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить. Пить по 1/4 стакана 4 раза в день).

Хорошо исцеляет и такой сбор: птичий горец (спорыш) - 3 части, мать-и-мачеха - 1 часть, медуница лекарственная - 1 часть, чабрец (богородская трава) - 1 часть, крапива двудомная - 2 части. Взять 1 столовую ложку сбора на стакан кипятка, настоять 30 минут. Выпить в течение дня за 3-4 приема.

Подорожник большой - 3 части, ромашка аптечная - 2,5 части, лист малины - 1,5 части, лист шиповника - 1 часть. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка. Настоять 30 минут. Выпить в течение дня. Днем пить с молоком, вечером - с медом.

Сосновые почки - 4 части, лист подорожника - 3 части, лист мать-и-мачехи - 3 части. Столовую ложку смеси залить стаканом холодной

воды, настоять 2 часа, довести до кипения, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день. Этот сбор применяется не только при бронхиальной астме, но и при

Более здоровье  
кохлюще, бронхите, пневмонии.

Можно принимать по 0,5 стакана 3 раза в день настой сирени (через 30 минут после завтрака и за 30 минут перед обедом и ужином). Готовят его так: две столовые ложки цветков и листьев сирени заварить кипятком (0,5 л) и настоять 1 час, процедить.

Сбор: солодка голая (корни) - 1 часть, почки сосны - 1 часть, мать-и-мачеха - 1 часть, чедра трохраздельная - 0,5 части, багульник болотный (трава) - 0,5 части. Столовую ложку сбора залить 200 мл воды, греть на кипящей водяной бане 15 минут, охладить, процедить и добавить кипяченой воды до первоначального объема. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Прием мумие по 0,2-0,3 г в смеси с молоком либо с коровьим жиром и медом натощак и вечером перед сном (в соотношении 1:20). Всего необходимо 1-3 курса в зависимости от формы заболевания. Курс лечения продолжается 25-28 дней с 10-дневным перерывом.

От приступов удушья помогает кора калины: 2 столовые ложки коры

на стакан воды, кипятить 10 минут. Принимать по 0,5 стакана 2 раза в день.

Ну, а теперь вкратце о рекомендациях американских врачей, как облегчить приступы астмы (из популярной книги «Домашний доктор: Советы 537 американских врачей»).

В частности, не следует курить, быть дальше от комнат, где курят. Держаться подальше от крепкого мороза (прикрывать нос и рот, если выходите из дома).

Плавание - идеальное упражнение для астматиков.

Употреблять в пищу как можно меньше соли.

Не применять аспирин. Если ацетаминофен - проблем не будет.

Витамин В<sub>6</sub> благотворно влияет на больных астмой. 50 мг в день - безопасная доза для взрослого. Кстати, высоко содержание витамина В<sub>6</sub> в таких продуктах питания, как мясо, рыба, пророщенная пшеница, яичный желток, капуста, молоко, дрожжи, неразмолотое зерно, субпродукты.

И немаловажное: следует прислушиваться к своим легким. Если своевременно распознаете предупредительные сигналы и начнете действовать, то сможете предотвратить приступ. То есть, чем раньше вы начнете действовать, тем слабее будут проявления астмы. Доброго вам здоровья и хорошего настроения!

**И. КУЗНЕЦОВ.**

## Знаете ли вы, что...

## Суп из мяса с костями лучше варить без соли

**О** ТРАВЛЕНИЕ тяжелыми металлами приводит, как известно, к тяжелейшим последствиям для здоровья человека. В условиях усиливающегося техногенного загрязнения окружающей среды «свинцовый пресс» становится все тяжелее. В этом плане очень опасны используемые в кулинарных

целях кости животных, которые являются долговременными «накопителями» тяжелых металлов.

Ученые установили, что, при приготовлении бульона из костей с солью в нем резко повышается содержание свинца. Например, при варке костей крупного рогатого скота со средним

содержанием свинца 2,5 мг/кг в костях оставалось около 0,75 мг/кг вредоносного металла - менее трети от первоначального количества. Остальной свинец растворялся в соленом бульоне...

Несмотря на эти страшные для гурманов факты, немецкие учёные обнаружили и обнадеживающее явление: при варке костей без соли свинец в пресный бульон практически не переходит и почти весь остается в костях.

**Ю. СКОРОХОДОВ.**

Утерянное льготное удостоверение воина-«афганца» серии А N 652373 на имя Олега Анатольевича Клепикова считать недействительным.

## Справки по редакции:

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

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 752  
Цена одного экземпляра - 600 руб.