





## ● Моя позиция в перестройке

# ЗАВИСИТ ОТ УЧАСТИЯ КАЖДОГО

С большой заинтересованностью коммунисты нашей партийной организации колхоза «Урожай», все труженики хозяйства следили за ходом XIX Всесоюзной партийной конференции. Шел разговор о широком развитии демократии, гласности, о перестройке колхозной жизни.

**К**ОНЕЧНО, не обошлось у нас и без того, что некоторые коммунисты, да и рядовые труженики высказывали мнения, что перестройки не видно, что нет людей, которые бы по-настоящему взялись за это дело. По этому поводу вспоминается выступление писателя-публициста псковича Ивана Васильева, который подметил, что перестройка — это не товар, который завезут в лавку и его можно купить и применить в жизнь. Перестройка, развитие гласности, демократии зависит всецело от каждого из нас и прежде всего от коммуниста, который обязан отвечать не только за порученное дело в той или иной отрасли народного хозяйства, но и за общественную работу.

Среди наших колхозников немало людей, которые с должным энтузиазмом берутся за новое дело. И среди них в первую очередь хочется назвать коммуниста Алексея Егоровича Евдокимова, который, несмотря на определенный риск, взяв на семейный подряд для от-

корма гурт бычков и добился в этом положительных результатов.

С энтузиазмом взялся за новое дело и возглавил коллектив интенсивного труда Анатолий Алексеевич Черницкий. У парня все есть для того, чтобы возглавлять группу механизаторов, направлять ее деятельность. Однако желаемых результатов КИТ не добился и распался на отдельные звенья и отряды. Создание КИТов, как мы убедились, дело сложное. Здесь нельзя винить кого-то отдельно, что работа не удалась, это дело новое и далеко еще не изученное.

И то, что КИТ просуществовал зиму и начало весны, вина не его организаторов. Может быть, в коллектив вошло слишком много механизаторов, и у каждого из них был свой подход к организации труда. Некоторые из них стремились работать по старинке, что привело к определенным срывам и сбоям.

Нередко задумываемся над этим, может быть, в не-

долгой жизни КИТа виноваты главные специалисты? Пожалуй, нет. У людей не было единого порыва, рабочего настроя, а главное, как об этом неоднократно писалось, психологической совместимости.

Считаем, что в этом направлении нашему парткому, главным специалистам еще предстоит многое сделать, чтобы на подряд брали не только скот, но и землю, выращивание в больших объемах зерновых, кормовых и других культур.

А людей хороших в нашем колхозе хватает. Это и коммунист Владимир Алексеевич Петров, и молодой механизатор Виктор Владимирович Алексеев, и многие другие. Хотя в ряде отраслей и отсутствуют новые формы организации труда, это не значит, что мы сидим сложа руки.

На должном агротехническом уровне прошли весенне-полевые работы. Наши механизаторы с вниманием отнеслись не только к пахоте и севу, но и к заправке почвы необходимыми дозами органических и минеральных удобрений.

Парткому ничто не помешало провести организационные мероприятия по созданию кормовой базы для

общественного животноводства. Грубые и сочные корма решили заготавливать звеньевым методом. От косяницы трав до уборки их на силос или сенаж каждый отвечает за свое дело. Я работаю на КИРе, на заготовке сочных кормов, Анатолий Алексеевич Черницкий и другие механизаторы заняты отвозкой зеленой массы. Рабочий день с восьми утра и до семи вечера. Оплата труда ведется от заготовленной тонны сочных или грубых кормов.

Проявлена должная забота и об обслуживании людей, работающих на «зеленой жатве». Механизаторы обеспечены горячими обедами, на отдаленные участки люди вовремя доставляются на колхозном транспорте.

И в заключение хочется сказать, что дело перестройки работы народного хозяйства прежде всего заключается в перестройке сознания каждого земледельца, каждого животновода. Это дело не одного дня. Это произойдет тогда, когда каждый проникнется чувством большой ответственности за дальнейшее развитие хозяйства.

**В. ЯКОВЛЕВ,**  
механизатор, член КПСС.

## Как нас обслуживают

### Нужна инструкция?

Две свои стиральные машины я сдал в мастерскую быткомбината. Отремонтировать их там не могут, поскольку, по словам работников мастерской, у них нет запасных частей.

Тогда я решил взять стиральную машину напрокат. Пошел в пункт проката. Но все стиральные машины были разобраны. Я спросил, нельзя ли записаться на очередь?

— Нет, у нас на очередь не записывают, — сказали мне, — ждите, когда сдадут, тогда и возьмете. Сегодня должны одну машину сдать.

Прихожу вечером, мне говорят: — Эту стиральную машину забрали еще до обеда.

На следующий день я снова пришел в пункт проката. Стиральных машин не было. Я сказал работникам пункта, что вижу очень плохо, инвалид второй группы, так нельзя ли будет очередную сдавшую стиральную машину записать на мое имя.

— Нет, по инструкции не положено! — ответили мне.

— Неужели мне весь день здесь сидеть и ждать? — спросил я.

— Да, сидите и ждите, когда сдадут машину, — последовал ответ.

И я подумал: когда же, наконец, создадут инструкцию, предписывающую работникам службы быта проявлять доброе человеческое отношение к своим клиентам?

**В. ЗАХАРОВ,**  
ветеран войны,  
инвалид II группы.

**От редакции:** А почему бы районному производственному управлению бытового обслуживания населения на самом деле не облегчить жизнь больным и пожилым людям, имеющим перед Родиной немалые заслуги? Думается, что не так сложно ввести в пункте проката предварительную запись (по желанию клиента) на бытовую технику.

## Покупатели пока недовольны

Наш город невелик, в нем мало промтоварных магазинов, но зато много продовольственных. И продавцы этих заведений, по-моему, работой не перегружены. Зачастую работника магазина на рабочем месте не найти, и стоят покупатели, выглядывая, откуда же, наконец, появится долгожданная фигура в белом халате. Такое очень часто бывает в магазине «Гастроном».

Еще хуже у нас поставлено дело с приемкой порожней стеклотары. Лимонад продается во всех продуктовых магазинах. А вот почему бы не сделать обязанностью этих торговых точек приемку посуды? Выпил бутылочку лимонада — и сразу же сдал ее. Раньше ведь было именно так. А сейчас люди мучаются в очередях у ларьков, принимающих посуду, на улицах Дзержинского и Красногородской. Пора менять такой порядок.

**А. ВАСИЛЬЕВА,**  
г. Опочка.

## „Красному маяку“

отвечают

### ПАВИЛЬОН ОТКРОЕТСЯ В АВГУСТЕ

В корреспонденции «Досадные мелочи», опубликованной в газете за № 71 от 14 июня 1988 года, речь шла о затянувшемся строительстве павильона у кинотеатра «Маяк».

Редакция получила следующий ответ за подписью заместителя директора треста общепита Л. Б. Егоровой: «Опочецкий трест общественного питания сообщает, что в данный момент ведутся отделочные и сантехнические работы в павильоне возле кинотеатра «Маяк».

Открытие павильона планируется в конце августа. В павильоне будут продаваться напитки, соки, выпечные и кондитерские изделия».

### КАЧЕСТВО ПОВЫСИЛОСЬ

В статье «Когда принижена требовательность», опубликованной в газете за № 73 от 18 июня, речь шла о причинах низкого качества молока в колхозе «Урожай».

Редакция получила из этого хозяйства ответ, подписанный секретарем парторганизации колхоза А. В. Дроздецким:

«Критика признана справедливой. Статья обсуждена на расширенном заседании специалистов колхоза. С доярками ферм, откуда поступало молоко низкого качества, проведены индивидуальные беседы главным зоотехником хозяйства С. Д. Белоус. Им указано на необходимость более тщательного соблюдения санитарно-гигиенических норм.

В данный период качество молока повысилось на большинстве ферм колхоза».



НА СНИМКЕ: Г. А. НИКИТИНА.

Фото Ю. Орлова.

## ● ТРУДОМ ПРОСЛАВЛЕННЫЕ

### ПОРТРЕТ НА ДОСКЕ ПОЧЕТА

**Н**А УЛИЦЕ уже не жара, а жарница, но в цехе — еще жарче. Машины шумят, пылят, мнут, тянут льняное волокно.

— Сейчас разве пыльно у нас? — удивляется Маргарита Васильевна Николаева. — Вот раньше так действительно пыль была. А теперь хорошо...

Маргарита Васильевна, разумеется, помнит многое. Работает она на льнозаводе с 1950 года. Все делала: начинала на сушилке, бригадиром была долгое время, теперь вот работает съемщицей волокна.

— Я здесь всю работу знаю, — рассказывает она. — Как что случится — сразу ко мне бегут: «Рита, Рита, помоги...».

Маргарита Васильевна ввела в курс дела и новичков, и молодых бригади-

ров, помогала им разбираться в производственных делах.

— Моя работа мне нравится, — говорит Николаева. — Конечно, сначала трудно казалось, но, я считаю, ко всякому делу можно привыкнуть. Главное — старание, а навыки, умение — все это придет со временем. Я, разумеется, в юности даже представить себе не могла, что буду работать на льнозаводе. Выросла я в деревне, и больше всего на свете хотелось мне работать в колхозе. Но в 1945 году моя мать решила переехать в город, в Опочку. Очень мне не хотелось покидать родные места, помню, даже ссорилась с мамой из-за этого. А уехать все равно пришлось. Ну, а теперь ни о чем не жалею.

На производственном участке основного производ-

ства коллектив очень дружный. Но вот молодежи, правда, здесь нет.

— У нас здесь одни ветераны, — смеется Маргарита Васильевна. — Не хочет молодежь к нам идти. У нас работать трудно, вот и боются. Усердия, аккуратности, терпения у нынешних молодых маловато.

Через два года Маргарита Васильевна отметит уже сорокалетний юбилей работы на льнозаводе.

Труд Маргариты Васильевны Николаевой отмечен орденами «Знак Почета» и Трудовой Славы третьей степени, юбилейными медалями. Такими работниками по праву может гордиться предприятие, и недаром фотография Маргариты Васильевны помещена на заводской Доске почета.

**М. ШЕВЧУК.**



Город—селу

# Не стоим в стороне

Период заготовки кормов очень важный для тружеников сельского хозяйства. Чтобы обеспечить на зиму животных необходимым запасом качественных кормов, как никогда нужна помощь горожан. Это хорошо понимают работники инспекции Госстраха и оказывают помощь своему подшефному колхозу имени Жданова.

В первую субботу июля мы коллективно выехали на поляну корнеплодов. На пятнадцати гектарах вели эти работы совместно с шефами из Агропромбанка, межрайонного управления «Псков-облводхоз».

В связи с тем, что мы не располагаем своим транспортом, колхоз предоставляет нам свой. В отличие от предыдущих выездов теперь будем трудиться на закрепленных участках, получая конкретные задания.

**В. ИВАНОВА,**  
начальник инспекции  
Госстраха.



В совхозе «Красный фронтвик» Валентина Николаевна Федорова работает тридцатый год, причем более двадцати лет — в животноводстве. Сейчас на ее попечении 57 свиноматок. С начала года получено 803 поросенка, отъемный вес каждого составил 14,5 килограмма.  
Фото Ю. Орлова.

Корма—забота главная

# ДЛЯ СЕБЯ И СОВХОЗА

Немалое значение в совхозе «Духновский» ежегодно придают индивидуальной заготовке сена. И это не случайно. Большая разбросанность полей, их мелкоконтурность, заустаренность на многих участках не позволяют эффективно или вообще использовать технику, а из-за частых и длительных ее перегонов снижается производительность. Вот тут-то и помогают хозяйству рабочие совхоза, которые с простыми косами и с конными косилками заготавливают сено и для совхоза, и для личного своего хозяйства.

ТРУДНЫМ для заготовки кормов выдался прошлый год. Ведь при индивидуальной заготовке сена у людей кроме лошади ничего нет, а значит, нет и такой быстроты уборки, оперативности, как с применением техники. Не можем мы также использовать досушивание сена с применением активного вентилирования. Из-за этого погодные условия мешают прежде всего нам, индивидуальщикам. В минувшем году только наша бригада Белавино выполнила установленные задания. Получилось так, что я с женой Ниной Александровной заготовил сена больше всех, при плане 21 тонна мы запасли его 31 тонну.

В настоящее время наступила самая напряженная пора для заготовки этого грубого корма. Вместе с женой мы работаем в полеводческой бригаде, а когда есть время, утром и вечером сразу же спешим на сенокос. За мной закреплена лошадь, которую мы зимой и летом содержим дома на заготовленных нами кормах, есть новая конная косилка, грабли. Обычно сначала я провожу несколько дней скашивание, а затем траву досушиваем в валках и стогуюем уже готовое сено. Сейчас, например, заготовлено около полутора тонн сена, так как ежедневные дожди большего сделать не давали возможности. Но в последние дни погода стала улучшаться, и в течение трех дней я косил травы. Накошено примерно на семь тонн сена. Часть травы уже высухла, и мы приступили к стогованию.

В этом году нам также нужно заготовить 21 тонну сена, но сделаем мы это, видимо, с трудом, а о перевыполнении плана нынче не приходится и мечтать. Дело в том, что те участки,

где мы в течение многих лет косили, убирали камни, вырубали кусты, от нас нынче отобраны и дали другие. Травостой там хуже, они более отдалены, да и площадь сократилась на пять гектаров.

Слабо заинтересовывает нас в хорошей работе и руководство совхоза. Запасных частей к конным косилкам и граблям почти нет, а в последнее время перестали оплачивать нам и за их ремонт. Каждый год от заготовленного сена мы получаем определенный процент его для себя. Однако здесь действует своего рода уравниловка. Тот, кто выполнил план, получает 2,1 тонны сена, а кто перевыполнил — 2,5 тонны, причем независимо, насколько ты перевыполнил план — на одну или десять тонн. Нет также никакого соревнования среди индивидуальных косцов. В прошлом году, например, за то, что я накопил больше всех сена, от райисполкома, райкома партии и райкома профсоюза работников АПК я получил Почетную грамоту с присвоением звания «Лучший полевод района», а вот от совхоза никакой благодарности. Выходит, что внимания нам нет здесь никакого, хотя сено нужно не району, а хозяйству.

С каждым годом в полеводческих бригадах остается все меньше людей. Нет пока смены уходящим на пенсию работникам. Я думаю, что к этой, одной из основных сейчас на селе проблем всем нужно вернуться лицом, иначе потом может быть уже поздно и отдаленные деревни совсем опустеют. Больше надо проявлять заботы о сельских тружениках, и они тоже не останутся в долгу.

**П. БОТВИН,**  
рабочий совхоза  
«Духновский».

# Звеньевым методом

Перед земледельцами нашего колхоза стоит задача, заготовить не менее 20 центнеров кормовых единиц на условную голову скота. Понимая всю ответственность, возложенную на них, механизаторы кормозаготовительных звеньев, используют каждую минуту погожего дня.

Хорошо справляется с поставленными задачами звено по заготовке сена, руководит которым старейший механизатор Виктор Петрович Петров. Этим коллективом запасено 350 тонн прессованного сена. Вместе с Виктором Петровичем на пресс-подборщиках работают Иван Николаевич Павлов и комсомольцы Александр Семенов и Виктор Кузьмин. В настоящее время они ведут прессование на полях первой и третьей бригад. После этого сено поступает на досушивание на пункты активного вентилирования.

Успешно трудится и звено по заготовке сенажа, которое возглавляет Юрий Федорович Орлов. Им уже заложено в траншею 380 тонн сенажа, а теперь земледельцы приступают к уборке на силос горохо-овсяной смеси, которой

заняты поля второй бригады. Механизаторы Иван Васильевич Сергеев и Иван Иванович Силантьев отвозят наполненные силосной массой прицепы.

Приятно отметить, что активное участие в заготовке кормов принимают наши комсомольцы во главе со своим вожаком Михаилом Ивановым. Среди них хороших показателей в труде добиваются Владимир Семенов, Юрий Николаев и другие ребята. Особенно хочется отметить Юрия Николаева, который является стипендиатом нашего хозяйства и учится в Себежском сельскохозяйственном техникуме. Во время производственных практик и каникул Юра участвует в хозяйствах во всех полевых работах.

Все механизаторы хозяйства, занятые на заготовке кормов, трудятся с полной отдачей. Умелое маневрирование всеми оборотными средствами позволяет до минимума сократить простои техники.

**Л. ПАВЛОВА,**  
секретарь парторганизации  
колхоза «XIX партсъезд».

Итоги месячника

# Качество остается низким

СВЕДЕНИЯ

по качеству молока, реализованного колхозами и совхозами района в первом полугодии 1988 года.

В первой графе — продано молока первым сортом, во второй — жирность (в процентах), в третьей — прибыль (+) или убыток (—), полученные от качества продукции (в рублях).

им. Жданова	100	3,62	+10205
«Вперед»	97	3,32	-3957
«Кр. фронтвик»	96	3,56	+8264
«Большевик»	90	3,48	+1944

«XXI партсъезд»	88	3,38	-4555
«Авангард»	85	3,42	-2342
им. Любимова	85	3,31	-7681
«Опочецкий»	85	3,27	-37530
им. Мичурина	80	3,39	-9513
«Организатор»	79	3,25	-14759
«Глубоковский»	78	3,47	-174
«Кр. Октябрь»	75	3,29	-12793
«Урожай»	73	3,34	-10840
«Кр. Заречье»	66	3,38	-5600
«Духновский»	65	3,33	-12292
«Салют»	61	3,33	-3889
«Заветы Ленина»	53	3,4	-5480
По району	82	3,37	-97186

«Большевик» и имени Мичурина.

В колхозе имени Любимова жирность молока упала к прошлому году на 0,36 процента, и если год назад это хозяйство имело свыше одиннадцати тысяч рублей прибыли, то нынче убыток составил уже 7681 рубль. На 0,2 процента и более жирность молока снизилась в колхозе «Вперед», совхозах «Организатор», «Салют».

Все это, конечно, сказало и на финансовом положении хозяйств. За первое полугодие прошлого года прибыль от качества реализуемого молока получили семь хозяйств, а нынче только три. Высоки убытки в совхозах «Опочецкий», «Организатор», «Духновский», колхозах «Красный Октябрь», «Урожай», имени Мичурина. Немало денег из-за бесхозяйственности и бесконтрольности теряется и в других хозяйствах. В целом по району убыток получен почти в сто тысяч рублей, тогда как год назад он был чуть больше одной тысячи.

Не дал должного эффекта и проводимый в районе месячник «За лучшее качество молока». Всю продукцию первым сортом в июне продали колхозы имени Жданова и «Вперед», неплохо потрудились в совхозе «Красный фронтвик», колхозах имени Мичурина, «XXI партсъезд». Победителей среди хозяйств и коллективов молочно-товарных ферм ждут почетные грамоты и дипломы, а также денежные премии.

Однако ряд колхозов и совхозов в период месячника не только не улучшил свои результаты, а наоборот,

утратил уже завоеванные позиции. Всего 21 процент первым сортом сдали молока на маслозавод из колхоза «Заветы Ленина», 31 процент — из совхоза «Салют». Низким качеством свою продукцию поставляли колхозы «Красное Заречье», «Урожай», совхоз «Глубоковский» и другие.

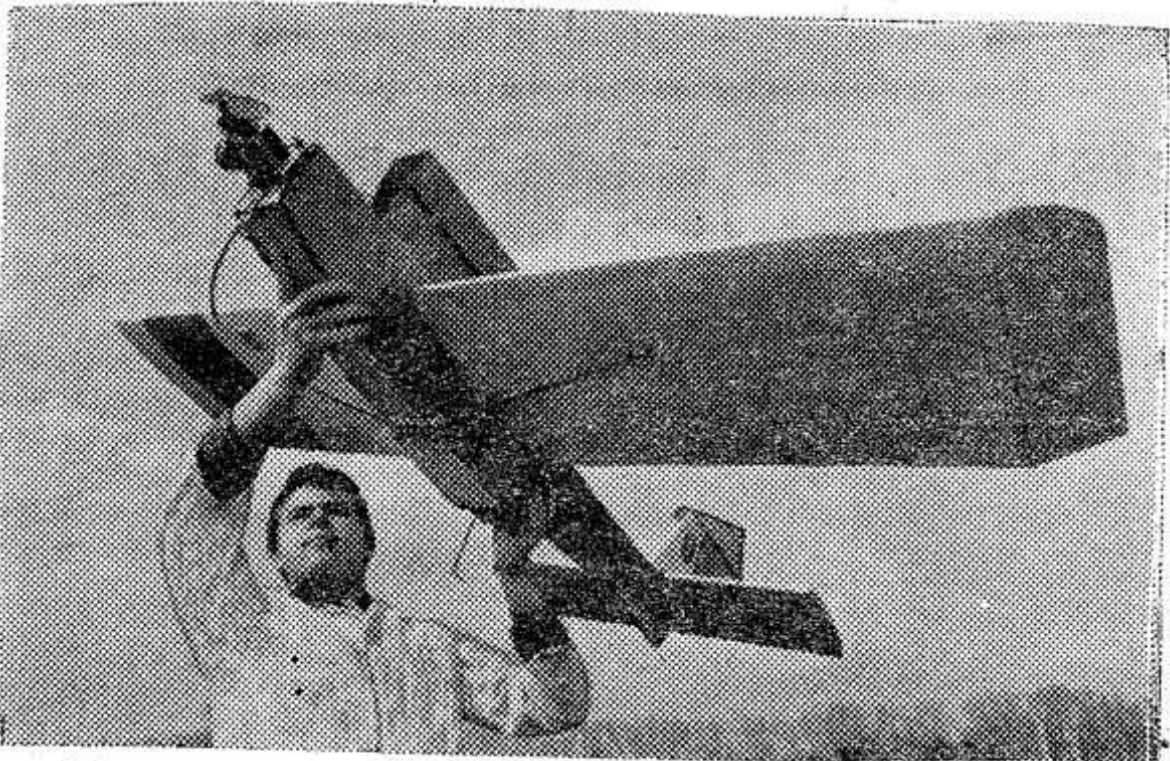
Следует отметить также и то, что из 13,4 тонны несортового молока, поступившего на маслозавод с начала года, 8,3 тонны сдано в период месячника. Наибольшее количество несортового молока продали в июне из колхоза «Заветы Ленина» — 5,4 тонны. Поступало такое молоко из колхозов «Большевик», «Красное Заречье», «Красный Октябрь», «XXI партсъезд».

Зоотехнические и ветеринарные службы, руководители хозяйств нынче очень мало внимания уделяют в летний период качеству молока. Как раньше, так и в настоящее время оно поступает из многих хозяйств грязное, недостаточно охлажденное, с повышенной кислотностью. Не отвечает требованиям и санитарное состояние многих ферм, летних лагерей, для охлаждения не применяется лед, причем даже там, где он имеется.

Многим специалистам и руководителям с переходом хозяйств на хозяйственный расчет следовало бы изменить отношение к качеству молока, продаваемого государству.

**О. ОРЛОВСКАЯ,**  
государственный инспектор по закупкам и качеству сельхозпродуктов РАО.





**НА СНИМКАХ:** объем и достоверность обследования возрастают при использовании радиуправляемого самолета, оснащенного видео- и фотоаппаратурой, с помощью которого возможно вести съемку в течение 30 минут с высоты 5—150 метров. Сразу по монитору можно наблюдать результаты этой съемки;

точная информация о состоянии агроресурсов достигается наземными исследованиями с помощью передвижной агробиологической лаборатории (ПАВЛ). Ее приборы и оборудование позволяют собирать необходимую информацию о фитосанитарном состоянии посевов и сопутствующей экологической обстановке, оперативно обрабатывать данные и передавать результаты по радию. (Фотохроника ТАСС).

В Краснодарском крае расположен Северо-Кавказский филиал Всесоюзного научно-исследовательского центра автоматизированной информационно-управляющей системы «АИУС-Агроресурсы». Эта организация использует для нужд сельского хозяйства информацию, получаемую с летающих, а также наземных передвижных лабораторий, которая позволяет специалистам проводить дистанционное зондирование сельскохозяйственных угодий, водоемов, лесных насаждений. Таким образом выявляются очаги поражения растений вредителями, степень засоренности почв, изреженности растений, определяются запасы влаги, качество выполнения полевых работ. Толь-

ко в Краснодарском крае в минувшем году благодаря правильной оценке состояния сельхозугодий экономический эффект приблизился к 1 миллиону рублей.



**После перенесенного инфаркта миокарда состояние больного, естественно, отличается от того, каким оно было до заболевания. Поэтому у каждого переболевшего возникает много вопросов, касающихся различных сторон его жизни и деятельности.**

Каждый больной, перенесший инфаркт миокарда, после выписки из больницы должен наблюдаться врачом вначале на дому, а в последующем при удовлетворительном состоянии — в поликлинике не менее двух лет. Однако вопросы трудоспособности ре-

мнить, что она не должна вызывать чувства резкой усталости, разбитости.

При расширении режима после длительного пребывания в постели у некоторых больных иногда возникают боли в различных частях тела, что связано с наступив-

долго до него прогулка в течение получаса.

Большой, перенесший инфаркт миокарда, должен быть хорошо знаком с основными принципами рационального питания. Резкие нарушения в диете могут спровоцировать повторное возникновение заболевания. Нежелательным является избыточное питание и особенно переедание, даже эпизодическое.

При наличии сердечной недостаточности после перенесенного инфаркта миокарда следует ограничить количество потребляемой жидкости (в среднем около литра в сутки, включая чай, молоко, суп и фрукты). Очень важно в таких случаях придерживаться приема только малосоленой пищи.

Тучным людям необходимо добиваться постепенного уменьшения веса тела, очень быстрое похудание может значительно ухудшить самочувствие больного.

Общезвестно отрицательное влияние алкоголя и табака на здоровье человека. Поэтому сохранение этих привычек заболевшим крайне нежелательно. У курящих или злоупотребляющих алкоголем восстановление здоровья, трудоспособности происходит гораздо медленнее.

Перечисленные выше рекомендации носят общий характер. Врач, наблюдающий больного, имеет возможность конкретизировать их. Это относится и к лекарственному лечению, которое также назначает врач. Здесь должен осуществляться принцип индивидуального подхода.

Если у больного, перенесшего инфаркт, возникает одышка, отеки, сердцебиение, появляются или учащаются приступы болей или другие неприятные ощущения за грудиной, следует, не дожидаясь очередного вызова на диспансерный осмотр, обратиться к врачу за советом.

При развитии приступа, подобного тому, который имел место при возникновении инфаркта миокарда, и не прекращающегося в течение 10-15 минут после приема нитроглицерина, необходимо срочно обратиться за медицинской помощью.

**Ю. ПЕТУХОВ,**  
зав. терапевтическим отделением ЦРБ.

● **Советы врача**

# Больному, перенесшему инфаркт миокарда

шаются индивидуально с учетом особенностей течения заболевания, характера и условий предстоящей работы.

Работа должна быть строго нормирована, нежелательны занятия во внеурочное время и в вечерние часы. Необходимо избегать значительных психоэмоциональных напряжений. Рекомендуется примерно через каждые 1,5-2 часа делать кратковременные (10-15 минут) перерывы в работе, во время которых, например, лица, занимающиеся умственным трудом, необходимо провести комплекс легких физических упражнений или немного пройтись.

Нельзя отказываться от того, что составляло основу жизни, т. е. от занятий, от труда, и проводить большую часть времени дома на диване, за чтением книг, игрой в домино или за телевизором. Такой режим не спасет от болезни, а наоборот, способствует появлению новых нежелательных изменений.

Прежде всего необходимо расширение режима.

Надо начать с ходьбы, постепенно увеличивая ее продолжительность и ускоряя темп движения, а также с занятиями лечебной физкультурой. Какую степень активности целесообразно сохранять в дальнейшем, решает врач. При выполнении рекомендованной нагрузки следует по-

шей детренированностью организма. Если такие боли локализируются в ногах, пояснице, крупных суставах (например, в локтевом, коленном и других), то они, как правило, не вызывают особой тревоги. Появление болей в груди также может быть обусловлено аналогичными изменениями со стороны позвоночника, мышц спины, груди, межреберных нервов. Эти боли чаще всего имеют характер кратковременных, прокалывающих или длительных, ноющих, не снимающихся нитроглицерином, но исчезающих под влиянием тепла, горчичников, обезболивающих средств.

Иногда при нагрузке могут появиться боли. Как правило, они возникают в том же месте, в котором были в период возникновения инфаркта, но отличаются продолжительностью (3—10 минут), меньшей интенсивностью и легко снимаются после приема нитроглицерина. При появлении этих приступов необходимо ограничить объем физической нагрузки и обратиться к врачу для назначения медикаментозного лечения.

Чтобы ускорить восстановление сил после перенесенного заболевания, важно обеспечить достаточный отдых и сон. Сон должен быть полноценным, продолжительностью 7-8 часов. В случаях нарушений сна рекомендуется неза-

## СПРАВКИ ОБЪЯВЛЕНИЯ РЕКЛАМА ТЕЛЕВИДЕНИЕ

12 ИЮЛЯ, ВТОРНИК

**Первая программа.**  
15.30 — Новости. 15.45 — Программа док. фильмов. 16.45 — Новости. 16.50 — Премьера худ. фильма «Трое из одного города». 18.15 — Мультфильм. 18.25 — «Поле под Прохоровкой». 18.45 — Сегодня в мире. 19.05 — Курсом XIX Всесоюзной партийной конференции. 19.20 — Минуты поэзии. 19.25 — Концерт. 21.00 — Время. 21.40 — Проектор перестройки. 21.50 — «У нас в Останкине». 23.20 — Сегодня в мире.

**Вторая программа.**  
12.45—13.50 — «Открытая книга». Фильм первый. 1-я серия. 18.00 — Новости. 18.10 — Народные мелодии. 18.25 — «...До шестнадцати и старше». 19.15 — «Спокойной ночи, малыши!». 19.30 — Футбол. Чемпионат СССР. «Динамо» (Москва) — «Динамо» (Киев). 2-й тайм. 20.20 — Реклама. 20.30 — Ритмическая гимнастика. 21.00 — Время. 21.40 — Проектор перестройки. 21.50 — Премьера телефильма «Польские дороги». 2-я серия.

**Срочно продается дом** по улице Гагарина, 4. Обращаться в любое время.

**Продается мотоцикл Урал-ЗМ-67.** Обращаться по адресу: г. Опочка, ул. Велюкорецкая, 19.

**ОПОЧЕЦКОЕ СПТУ-6 ПРОДОЛЖАЕТ ПРИЕМ УЧАЩИХСЯ**

на 1988 год по специальностям:  
каменщик, монтажник, печник;  
маляр (строительный), штукатур.  
Срок обучения два года.  
Газоэлектросварщик с правом вождения автомобиля;  
электромонтер с правом вождения автомобиля;  
швея-мотористка;  
монтажница аппаратуры проводной связи;  
киномеханик.  
Принимаются учащиеся с образованием 8 классов.  
Срок обучения три года.  
Мастер сельского строительства;  
газоэлектросварщик.  
Срок обучения 10—12 месяцев.

Заявления принимаются в училище по адресу: г. Опочка, Советская площадь, 4, телефоны 9-23-40, 9-24-02.

К заявлению прилагаются: документ об образовании, медицинская справка по форме 086-у, 4 фотографии (3х4 см), свидетельство о рождении. Зачисление учащихся после собеседования с 1 сентября 1988 года.

4—3.

13 ИЮЛЯ, СРЕДА

**Первая программа.**  
6.30 — 120 минут. 8.35 — Мультфильм. 8.55 — «Вокруг света». 9.55 — Русские народные песни исполняет Е. Устинова. 10.15 — Новости. 10.25—11.00 — «В согласии с природой». Телефильмы. 15.30 — Новости. 15.45 — «Пятилетка: дела и люди». 16.30 — «Здравствуй, музыка!». 17.15 — Новости. 17.20 — Минуты поэзии. 17.25 — Учимся демократии. 18.15 — «Музыкальный портрет». 18.45 — Сегодня в мире. 19.05 — Мультфильмы. 19.30 — Перестройка: проблемы и решения. 21.00 — Время. 21.40 — Проектор перестройки. 21.50 — Гала-концерт классической музыки. 23.10 — Сегодня в мире. 23.20—00.20 — «Действующие лица».

**Вторая программа.**  
13.50 — «Открытая книга». Фильм первый. 2-я серия. 18.00 — Новости. 18.15 — Мультфильм. 18.25 — Футбол. Чемпионат СССР. «Спартак» — «Жальгирис». В перерыве — «Спокойной ночи, малыши!». 20.20 — «Ритм». Информационная программа. 21.00 — Время. 21.40 — Проектор перестройки. 21.50 — Премьера телефильма «Польские дороги». 3-я серия.

КИНО

«МАЯК»

«ШУРА И ПРОСВИРНЯК» 12 июля

Начало в 17, 19, 21 час.

13 июля

Начало в 17 и 19 часов.

13 июля

«ОКНО СПАЛЬНИ»

Начало в 21 час.

Для детей

12 июля

«НАХОДКА»

Начало в 11 час.

«НЕ ХОЧУ БЫТЬ ВЗРОСЛЫМ»

Начало в 15 час.

ДОМ КУЛЬТУРЫ

12—13 июля

«МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ»

Начало в 18 час. 20 мин.

и 20 час.

Сердечно благодарим

всех соседей, близких, знакомых, администрацию торфопредприятия «Опочецкое»

за оказание помощи в похоронах дорогого, любимого мужа, отца **КАРПУТОВА**

**Василия Тимофеевича.**

Жена, дети, внуки.

Выражаем сердечную благодарность коллективу Опочечкой ЦРБ, друзьям, соседям и всем, оказавшим помощь и принявшим участие в похоронах дорогой и любимой **ШЕВКОПЛЯС** Иранды Андреевны.

Сестра, дети.

За редактора **Н. С. ПАВЛОВА.**

**Наш адрес:** 182330 г. ОПОЧКА, ДОМ СОВЕТОВ

**ТЕЛЕФОНЫ:** редактора — 91707, корреспондента-организатора радиовещания — 91814, отдела сельского хозяйства — 91643, зам. редактора, партийного отдела, отдела писем, ответственного секретаря — 92936, корректора — 91993, бухгалтерии — 91920, типографии — 91736.

Опочечкая типография управления издательств, полиграфии и книжной торговли Псковского облисполкома

Объем 1 печ. лист. Печать высокая. Заказ 1937. Тираж 8272.