

КРАСНЫЙ МАЯК

ОРГАН ОПОЧЕЦКОГО РАЙОННОГО КОМИТЕТА КПСС И РАЙОННОГО СОВЕТА НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ ПСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Газета основана
в 1918 году

№ 11 (9929)

ЧЕТВЕРГ, 25 января 1990 года.

Выходит по вторникам,
четвергам и субботам

Цена 3 коп.

КАНДИДАТЫ В ДЕПУТАТЫ областного Совета народных депутатов по избирательному округу № 119

ЗВОНКОВ

Алексей Петрович



ЗВОНКОВ Алексей Петрович родился в 1932 году в деревне Терехи Лебяжского сельского Совета Опочецкого района. Учиться в школе начал до великой Отечественной войны, а после окончания семи классов Щемелинской школы в 1949 году поступил в Опочецкое педагогическое училище. Служил в армии, затем закончил Псковский педагогический институт. В 1970 году был назначен директором Макушинской восьмилетней школы, а в 1976 году был переведен директором средней школы № 2 города Опочки, где и работает сейчас.

А. П. Звонков много сил и энергии отдает укреплению материально-технической базы школы, оформлению, насыщению каюнитетов необходимой аппаратурой. Хорошо знает возможности возглавляемого им коллектива, поддерживает любую инициативу, прогрессивное начинание. Среди педагогов царит творческая, дружеская атмосфера, что способствует внедрению в учебно-воспитательный процесс опыта педагогов-новаторов.

Алексей Петрович в целях самообразования работает над темой «Роль школы, семьи и общественности в воспитании учащихся в свете основных направлений школьной реформы» и практически применяет накопленные по этой теме знания в микрорайоне школы.

Кандидат в депутаты областного Совета был инициатором проведения дней школы в отделении завода АТС, на швейной фабрике, в районных электросетях, в совхозах «Опочецкий» и «Красный фронтовик». Под его непосредственным руководством были организованы праздники Набережной и Пролетарской улиц.

Коммунист А. П. Звонков за свой плодотворный труд награжден правительственными наградами, Почетной грамотой Министерства просвещения РСФСР и республиканского комитета профсоюза работников просвещения, высшей школы и научных учреждений РСФСР.

КОТЕШОВ

Виктор Васильевич



КОТЕШОВ Виктор Васильевич родился в 1946 году в городе Ревеле Латвийской ССР в семье военнослужащего. После демобилизации отца семья переехала на постоянное место жительства в город Опочку, где в 1964 году Виктор Васильевич закончил среднюю школу. За время учебы в школе он получил специальность слесаря-ремонтника и шофер. Это позволило ему сразу после училища поступить на работу водителем в Опочецкое автотранспортное предприятие.

В 1965 году В. В. Котешов был призван на службу в Советскую Армию, а после увольнения в запас работал вновь в автоколонне, затем в комбинате бытового обслуживания населения, в «Псковрадиоизтехнике» в качестве старшего инженера и в других организациях. С 1978 года стал работать на Опочецком ремонтном заводе в должности электрика.

За время работы на ремонтном заводе показал себя дисциплинированным, исполнительным и инициативным специалистом. Постоянно работает над повышением своих профессиональных знаний, без отрыва от производства закончил Псковский сельскохозяйственный техникум. Это позволило Виктору Васильевичу стать не только классным специалистом, но и активным рационализатором.

Для Виктора Васильевича характерно не только добросовестное, творческое отношение к своим обязанностям, он активно участвует и в общественной жизни трудового коллектива. Не случайно коммунисты предприятия избрали его секретарем первичной партийной организации. На этом важном общественном поприще В. В. Котешов должное внимание уделяет перестройке работы партбюро, развитию гласности, демократии.

Виктор Васильевич выступает за дальнейшее развитие социально-экономических объектов в городе и на селе.

СЕРИКОВ

Сергей Петрович



СЕРИКОВ Сергей Петрович родился в 1901 году в городе Гирловка Донецкой области в семье служащих, после окончания в 1978 году средней школы начал свою трудовую биографию рабочим строительства в поселке Манском Краснодарского края. В 1980 году поступил учиться в Адыгейский государственный педагогический институт и после окончания его в 1984 году был направлен на работу в Опочецкое педагогическое училище преподавателем музыки.

Затем был призван в армию и после увольнения в запас в 1986 году продолжил свою преподавательскую деятельность в училище. В ноябре 1987 года принят кандидатом в члены КПСС, через год — в члены партии.

Работая в педучилище, Сергей Петрович проявил себя как талантливый учитель, воспитатель молодежи, стремился привить студентам чувство прекрасного, уделяя важное внимание нравственному воспитанию молодежи.

В ноябре 1987 года по рекомендации комсомольской организации Опочецкого педагогического училища С. П. Сериков избирается вторым секретарем Опочецкого районного комитета ВЛКСМ. В октябре 1988 года избирается первым секретарем райкома ВЛКСМ и до сего времени трудится на этой должности.

На комсомольской работе Сергей Петрович зарекомендовал себя способным, инициативным работником. С большой ответственностью относится к выполнению возложенных на него обязанностей, пользуется авторитетом среди комсомольцев района, обладает организаторскими способностями. Трудолюбив, честен и принципиален.

В трудные дни перестройки этой важной общественной молодежной организации первый секретарь районного комитета ВЛКСМ принимает необходимые меры по возрождению утраченных традиций. Считает необходимым принятие закона о молодежи.

Органику — на поля

СВЕДЕНИЯ

о вывозке органических удобрений колхозами и совхозами района собственными силами на 24 января 1990 года (в процентах к плану).	79
«Кр. Октябрь»	67
«Духновский»	59
«Кр. фронтовик»	50
«Заветы Ленина»	44
им. Мичурина	36
«Россия»	35
«Урожай»	34
«Вперед»	31
«Большевик»	29
«Опочецкий»	22
им. Любимова	20
«Авантаж»	18
«Кр. Заречье»	18
«Глубоковский»	17
«Салют»	13
«Организатор»	6
«Агропромхимия»	66
ПМК-17	19
ПАТО-2	6
По району	31

В колхозах и совхозах района хотя медленными темпами, но продолжается вывозка органических удобрений. С 1 октября по 24 января на поля доставлено собственными силами 49065 тонн органики, что составляет 31 процент к плану.

По-прежнему лучше других трудятся механизированные звенья в колхозах «Красный Октябрь», «Заветы Ленина», имени Мичурина, совхозах «Духновский», «Красный фронтовик».

Однако в колхозе «Красное Заречье», совхозах «Организатор», «Салют», «Глубоковский» вывозке органических удобрений не уделяют должного внимания. В данных хозяйствах собственными силами вывезено меньше пятой части доведенного планового задания на зимне-весенний период. Если такими темпами эти хозяйства будут вести заготовку и в дальнейшем, то ясно, что план они не выполнят.

Хорошо трудится отряд плодородия из районной «Агропромхимии». Им уже доставлено на поля хозяйств района 32560 тонн органики из плана 49 тысяч тонн, или 66 процентов. Ощущимо помочь механизаторы организации оказали в доставке органики на поля колхозу «Россия» и совхозу «Организатор». В этих хозяйствах ими доставлено соответственно 8694 и 8906 тонн органических удобрений.

Слабо наращивают темпы вывозки органики механизаторы ПМК-17. Ими на отчетный день на поля хозяйств района вывезено 12 тысяч тонн, или менее пятой части запланированного.

Для увеличения темпов вывозки органики в колхозах и совхозах района имеются все возможности. Руководителям и специалистам в оставшееся время необходимо проявить больше заботы о судьбе будущего урожая, лучше спланировать работу механизированных звеньев, с таким расчетом, чтобы план выполнить успешно.

*Мнение
коммуниста*

Как недавно стало известно, секретарь партбюро лызова «Опочецкий» В. И. Ляшов подал заявление о выходе из рядов партии. Но за несколько дней до партийного собрания Василий Иванович забрал свое заявление. Случай, конечно, беспредентный. И в связи с этим мы попросили коммуниста Ляшова поделиться своим мнением.

РАЗРЫВ между сегодняшними нашими успехами в развитии демократии, гласности и продолжающимся кризисом в экономике породил много различных, зачастую полярных мнений, суммирующих наши умы и чувства. Критика, переходящая в яриканство, демократия, переходящая в демагогию, нарастающая агрессивность и нетерпимость к чужому мнению, неверие — все это присутствует сегодня в нашей жизни.

Всякий человек, способный

ПРЕОДОЛЕНИЕ КРИЗИСА

Говоря о том, что именно партия начала перестройку, мы как-то упускаем из виду, что партия состоит из конкретных людей. И если одни члены этой партии действительно начали перестройку, другие ее поддержали, то трети и сегодня являются тормозом этой перестройки.

Среди этих третьих есть и откровенные противники, и люди, не понявшие всю глубину нравственного падения общества и продолжающие поклоняться лозунгам и революционным фразам, и люди растерявшиеся, а то и просто равнодушные.

Зачастую именно действия этих людей оказываются на виду. Тогда и следуют заключения о том, что все равно ничего не изменишь, то

есть психология маленького человека «а что я могу?».

Наверное, нужно было этим перебороть, укрепиться в вере. Нужно было прийти к пониманию слов великого Гете: «Кто болеет за дело, тот должен уметь за него бороться, иначе ему вообще не зачем браться за какое-либо дело».

Невозможно в небольшой статье выразить всю массу чувств, мыслей, событий, фактов, выводов, которые пришло переварить в себе в этот промежуток времени.

Ну, а результат? Укрепление веры в партию, в ее дело, в начатую перестройку. Но только при поддержке всего общества, всего народа.

Если каждый из нас чай-

мет, что именно от него сегодня зависит успех выхода нашего общества из кризиса, значит это будет шаг к цивилизованному обществу. Если же мы будем продолжать трудиться спустя рукава, будем кричать на всех углах только о чужих недостатках, забывая о своих собственных, если мы наконец не уясним себе той простой истины, что всякое общество имеет ту власть, которую оно заслуживает, тогда никакая партия с самыми прогрессивными взглядами и радикальной программой не сможет привести наше общество к всемобщему благоденствию. Слободствовать духовному возрождению общества, возрождению общепризнанных человеческих ценностей, служить делу перестройки — в этом и вижу свою задачу коммуниста.

В. ЛЯШОВ.

● Резонанс

Чтобы оправдать себя

С интересом мы прочитали интервью нашего молодого шоффера, бывшего кандидата в члены КПСС Бориса Михайловича Тимофеева, которое было опубликовано в газете «Красный маяк» 9 января этого года.

У наших коммунистов, у меня лично складывается впечатление, что бывший молодой коммунист хочет выйти из воды сухим, с хорошей миной при плохой игре. Дело в том, что некоторые заявления Бориса Михайловича в газете, не совпадают с его заявлениями, некоторые из которых даже зафиксированы письменно.

Скажем, Б. М. Тимофеев очень хорошо отозвался о секретаре партийной организации колхоза имени Любимова Н. П. Пуртовой. Может быть, действительно, как выразился Борис Михайлович, жить и работать в партийной организации колхоза было намного интереснее. Однако это не совпадает с написанным заявлением об исключении его из членов КПСС. В этом заявлении Тимофеев, в частности, пишет, что кандидатом в члены КПСС он вступил в колхоз имени Любимова ошибочно, так как его насилием заставили.

Мне кажется, у Бориса Михайловича были другие мотивы выхода из партии.

Очень хорошо помню, что когда заработок молодого во-

дителя перевалил за триста рублей и ему пришлось платить партийные взносы более девяноста рублей, он категорически отказался от этого. Я, как секретарь партбюро, сказал, что за неуплату членских взносов людей исключают из партии. «Тогда исключайтесь», — сказал он. И с того момента, мне кажется, у него зародилась мысль о выходе из рядов партии.

Несколько слов хочется сказать и о партийных поручениях, которые не давались молодому коммунисту. Не следует забывать, что Борис Михайлович был кандидатом в члены КПСС, от него пока требовалось добросовестно относиться к своим обязанностям, хорошо работать и серьезно изучать Устав КПСС. Партийные поручения были еще впереди. И как их можно было ему давать, если он несколько месяцев вынашивал мысль, как расстаться с партией?

Скорее всего вступление в ряды КПСС для Бориса Михайловича было серьезной ошибкой, так как в партии нужно было работать, посещать собрания коммунистов, что стало серьезной обузой для молодого человека. И нечего тут душой кривить, в ошибках надо признаваться честно.

М. ФЕДОРОВ,
секретарь партбюро
ПАТО-2.

● Идет предвыборная кампания

Селе — комплексное развитие

ПРЕДВЫБОРНАЯ кампания в местные и республиканский Советы подошла к самому ответственному периоду — началась борьба за депутатский мандат. Вот и на днях в Доме культуры колхоза «XXI партсъезд» состоялась встреча избирателей с кандидатом в депутаты областного Совета по избирательному округу № 121 Николаем Петровичем Павловым, председателем областного комитета народного контроля.

Перед собравшимися выступила секретарь партийной организации колхоза Людмила Геннадьевна Павлова. Она представила присутствующим кандидата в депутаты. Затем выступила доверенное лицо кандидата, председатель исполнкома Звонского сельского Совета Нина Васильевна Иванова, которая ознакомила с биографией Н. П. Павлова, охарактеризовала его как инициативного и грамотного работ-

ника, по роду своей деятельности находящегося в первых рядах народных дозорных в борьбе за сохранность социалистической собственности.

Выступил перед избирателями и Н. П. Павлов. Он кратко изложил свою предвыборную программу, сказал, что в случае избрания его депутатом будет делать все для укрепления народного хозяйства и улучшения благосостояния граждан. Отметил, что осуществление этой программы он видит прежде всего на селе, в его комплексном развитии, укреплении не только производственной базы, но и социально-бытовой.

На встрече с кандидатом шел обстоятельный разговор о проблемах и нуждах, стоящих перед хозяйством. Председатель колхоза «XXI партсъезд» Юрий Гаврилович Матвеев выразился за необходимость строительства ремонтных мастерских.

Е. СТАСОВ.

Турнир „Белая ладья“



С 7 по 12 января в нашем городе проводились финальные соревнования по шахматам среди пионерских дружин Псковской области на призы клуба ЦК ВЛКСМ «Белая ладья».

Приняли участие в этих соревнованиях юные шахматисты из Пскова, Псковского района, Острова, Куны, Ве-

ликих Лук. Город Опочку представляла команда из средней школы № 4.

Пять дней шахматных баталий проходили в интересной спортивной борьбе. Это обуславливается и тем, что здесь состязались сильнейшие команды, уже прошедшие отборочные состязания у себя в районах, имеющие опыт подобных соревнований, к тому же многие участники впервые участвуют в них.



Особенно острая борьба за первенство проходила в последний день турнира, когда определялся победитель. Основными претендентами на выход в финал были команды Опочки и Куны. Всего на полочка удалось опередить нашу команду шахматистам из Назимовской средней школы Кунынского района. Им были вручены кубок и Почетные грамоты с памятными подарками. Они получили право защищать честь области на зональных соревнованиях РСФСР.

Команда Опочецкой средней школы № 4 заняла в этом турнире второе место.

Хочется отметить самого юного участника шахматного турнира — Илью Шефера (1981 года рождения), который выступил наравне со своими старшими товарищами из команды средней школы № 4 города Пскова. А значит, есть и его вклад в то, что команда заняла третье место.

Е. ПУЛЬША.

НА СНИМКАХ: вверху — команда Опочецкой средней школы № 4; в центре: играют юные шахматисты; внизу — команда Назимовской школы Кунынского района. Фото Ю. Орлова.

Участковые избирательные комиссии по выборам народных депутатов РСФСР и местных Советов

Участковая избирательная комиссия избирательного участка № 76/402

сообщает, что 19 января 1990 года проведено организационное заседание, на котором были распределены обязанности следующим образом:

Председатель комиссии — **Прилепский Александр Анатольевич**, председатель кооперативно-государственной строительной организации.

Заместитель председателя комиссии — **Зыков Валерий Иванович**, директор средней школы № 4.

Секретарь комиссии — **Леонтьева Лидия Сергеевна**, библиотекарь средней школы № 4.

Члены комиссии:

Баринов Юрий Федорович — начальник котельной завода железобетонных конструкций.

Кисиль Людмила Михайловна — заместитель заведующего аптекой № 57 г. Опочки.

Ляшко Валентина Николаевна — диспетчер производственного объединения «Опочкаагропромхимия».

Мороз Марина Юрьевна — воспитатель яслей-сада «Светлячок».

Никитин Николай Петрович — мастер электриков линейно-монтажного участка Опочецкого предприятия «Агропромсервис».

Павлова Ирина Викторовна — учитель средней школы № 4.

Радзин Роман Петрович — учитель средней школы № 4.

Горелова Лидия Николаевна — инженер кооперативно-государственной строительной организации.

Участковая избирательная комиссия находится в клубе КГСО (ул. Карла Маркса, дом 17/35).

Время работы — с 9 до 16 часов.

Участковая избирательная комиссия избирательного участка № 77/403

сообщает, что 18 января 1990 г. проведено организационное заседание, на котором были распределены обязанности следующим образом:

Председатель комиссии — **Хренов Алексей Михайлович**, начальник дорожной передвижной механизированной колонны № 2.

Заместитель председателя комиссии — **Филиппов Юрий Александрович**, заместитель директора ремонтного завода.

Секретарь комиссии — **Войковская Нина Ивановна**, заведующая технической библиотекой ремонтного завода «Опочецкий».

Члены комиссии:

Алексеева Раиса Алексеевна — бухгалтер дорожной передвижной механизированной колонны № 2.

Егорова Галина Михайловна — главный бухгалтер дорожной передвижной механизированной колонны № 2.

Ефимов Олег Прокопьевич — главный механик дорожной передвижной механизированной колонны № 3 треста «Спецстроймеханизация».

Крылова Галина Витальевна — экономист дорожной передвижной механизированной колонны № 2.

Лукьяновчев Алексей Сергеевич — главный механик ремонтного завода.

Михайлова Нина Александровна — инженер Опочецкого дорожного ремонтно-строительного управления.

Семенова Галина Аркадьевна — инженер дорожной передвижной механизированной колонны № 2.

Сергеев Юрий Иванович — директор Опочецкого универсального торга.

Соловьева Ирина Михайловна — экономист-финансист ремонтного завода.

Федорова Инна Васильевна — инспектор по кадрам Опочецкого района.

Место работы комиссии — ДПМК-2, ул. Шоссейная, д. 10.

Время работы — с 10 до 17 часов.

Участковая избирательная комиссия избирательного участка № 78/404

сообщает, что на организационном заседании обязанности были распределены следующим образом:

Председатель комиссии — **Осипов Евгений Иванович**, директор неполной средней школы № 1.

Заместитель председателя — **Иванов Алик Алексеевич**, управляющий Опочецким трестом «Межрайгаз».

Секретарь комиссии — **Ефимова Татьяна Васильевна** — бухгалтер маслодельно-сыродельного завода.

Члены комиссии:

Полтарак Виталий Петрович — мастер дорожной передвижной механизированной колонны № 3 треста «Спецстроймеханизация».

Иванова Ирина Евгеньевна — продавец универсального торга.

Иванова Наталья Борисовна — портниха районного производственного объединения бытового обслуживания населения.

Иванова Нина Петровна — инспектор отдела кадров районного производственного объединения бытового обслуживания населения.

Игнатьева Валентина Евгеньевна — учитель неполной средней школы № 1.

Карасев Сергей Владимирович — дорожный рабочий дорожной механизированной колонны № 3 треста «Спецстроймеханизация».

Камлаткина Нина Ивановна — учитель неполной средней школы № 1.

Молчанов Анатолий Васильевич — учитель неполной средней школы № 1.

Место работы комиссии — неполная средняя школа № 1.

Время работы — с 10 до 13 часов.

Участковая избирательная комиссия избирательного участка № 89/415

сообщает, что 20 января 1990 года проведено организационное заседание, на котором обязанности были распределены следующим образом:

Председатель комиссии — **Дроздецкий Александр Васильевич** — директор совхоза «Духновский».

Заместитель председателя комиссии — **Гаврюшенков Николай Иванович**, строитель совхоза «Духновский».

Секретарь комиссии — **Смирнова Галина Андреевна**, пенсионерка.

Члены комиссии:

Игнатьева Надежда Николаевна — заведующая медпунктом д. Кунино.

Васильев Павел Васильевич — механизатор совхоза «Духновский».

Кондратьев Александр Николаевич — энергетик совхоза «Духновский».

Константинов Николай Григорьевич — водитель автомобиля совхоза «Духновский».

Мельников Валерий Николаевич — механизатор совхоза «Духновский».

Морозов Владимир Николаевич — механизатор совхоза «Духновский».

Семенова Галина Аркадьевна — инженер дорожной передвижной механизированной колонны № 2.

хоза «Духновский».

Николаева Вера Васильевна — директор Духновской неполной средней школы.

Смирнова Татьяна Анатольевна — воспитатель детского сада совхоза «Духновский».

Место работы комиссии — д. Духново, Дом культуры.

Время работы — с 8 до 19 часов.

Участковая избирательная комиссия избирательного участка № 91/417

сообщает, что 20 января 1990 года проведено организационное заседание, на котором обязанности распределены следующим образом:

Председатель комиссии — **Никитин Алексей Иванович** — главный инженер-механик совхоза «Духновский».

Заместитель председателя комиссии — **Чернышев Михаил Николаевич**, бригадир тракторной бригады производственного участка совхоза «Духновский».

Секретарь комиссии — **Михайлова Нина Михайловна** — санитарка Волковского медпункта.

Члены комиссии:

Дмитриев Михаил Ильич — рабочий совхоза «Духновский».

Зуев Алексей Иванович — инженер по МТРЖ совхоза «Духновский».

Павлов Анатолий Петрович — водитель автомобиля совхоза «Духновский».

Устинов Виктор Васильевич — механизатор совхоза «Духновский».

Место работы комиссии — медпункт д. Волково.

Время работы — с 8 до 19 часов.

Участковая избирательная комиссия избирательного участка № 90/416

сообщает, что 20 января 1990 года проведено организационное заседание, на котором обязанности распределены следующим образом:

Председатель комиссии — **Филиппов Владимир Александрович** — механик совхоза «Духновский».

Заместитель председателя комиссии — **Игнатьев Вячеслав Иванович** — учитель Духновской школы.

Секретарь комиссии — **Николаева Татьяна Леонтьевна** — экономист совхоза «Духновский».

Члены комиссии:

Игнатьев Иван Васильевич — рабочий совхоза «Духновский».

Магнитов Николай Васильевич — рабочий совхоза «Духновский».

Мищенков Юрий Евгеньевич — механизатор совхоза «Духновский».

Зенков Алексей Геннадьевич — начальник производственного участка Кунино совхоза «Духновский».

Место работы комиссии — контора отделения Кунино совхоза «Духновский».

Время работы — с 8 до 19 часов.

Участковая избирательная комиссия избирательного участка № 92/418

сообщает, что на прошедшем заседании распределены обязанности следующим образом:

Председатель комиссии — **Петров Сергей Николаевич**, электросварщик совхоза «Красный фронтовик».

Заместитель председателя комиссии — **Петров Геннадий Федорович** — водитель автомобиля совхоза «Красный фронтовик».

Секретарь комиссии — **Косинова Елена Анатольевна** — агроном совхоза «Красный фронтовик».

Члены комиссии:

Анушенко Борис Михайлович — водитель автомобиля совхоза «Красный фронтовик».

Васильев Владимир Николаевич — механизатор совхоза «Красный фронтовик».

Васильев Владимир Николаевич — инженер по эксплуатации машин совхоза «Красный фронтовик».

Грищенко Александр Анатольевич — строитель совхоза «Красный фронтовик».

Дмитриева Елена Васильевна — бухгалтер совхоза «Красный фронтовик».

Дмитриев Владимир Иванович — агроном совхоза «Красный фронтовик».

Николаев Геннадий Иванович — строитель совхоза «Красный фронтовик».

Петрова Галина Алексеевна — бухгалтер совхоза «Красный фронтовик».

Степанов Иван Кузьмич — водитель автомобиля совхоза «Красный фронтовик».

Семенова Иранда Сергеевна — бухгалтер совхоза «Красный фронтовик».

Савельев Виктор Яковлевич — рабочий совхоза «Красный фронтовик».

Федоров Александр Иванович — тракторист совхоза «Красный фронтовик».

Ящикова Елена Анатольевна — заведующая сектором Дома культуры совхоза «Красный фронтовик».

Комиссия расположена в д. Петровское в ДК совхоза «Красный фронтовик», работает с 14 до 20 часов.

Участковая избирательная комиссия избирательного участка № 107/433

распределила свои обязанности следующим образом:

Председатель комиссии — **Яковлев Алексей Федорович** — пенсионер.

Заместитель председателя комиссии — **Титов Николай Иванович**, пенсионер.

Секретарь комиссии — **Лещикова Татьяна Аркадьевна** — животновод совхоза «Красный фронтовик».

В последние годы ухудшение экологической обстановки, появление различных новых болезней все больше заставляет людей обращаться за помощью к врачам. Конечно, уровень медицины значительно возрос, лечение больных происходит значительно эффективнее. Но лечение проходит путем применения фармакологических средств, и это, естественно, оказывает побочное влияние на организм человека.

Как добиться улучшения, укрепления здоровья, не применяя различных медицинских препаратов? Об одном из таких методов я хочу рассказать. Этот метод называется физической культурой.

ЗАНЯТИЯ физической культурой включают в себя оздоровительный бег, или бег трусцой, выполнение различных комплексов физических упражнений, занятия гимнастикой, закаливание, катание на лыжах и велосипеде. Можно продолжить перечень всевозможных физических нагрузок, но остановимся на одной из них — оздоровительный бег, или бег трусцой.

Те, кто занимается оздоровительным бегом, не знают, что такое болезнь и простуда, они отличаются жизнерадостностью, трудолюбием, активной жизненной позицией. Известны случаи, когда, начав заниматься оздоровительным бегом, многие излечи-

лись от болезней, в том числе от инфаркта, радикулита, гипертонии, бросали курить, употреблять спиртные напитки.

Очень полезен оздоровительный бег для тех, кто имеет лишний вес и хочет похудеть.

При систематическом занятии бегом укрепляется опорно-двигательный аппарат, улучшается работа сердечно-сосудистой системы, укрепляется нервная система, происходят изменения организма

его немногого. Думаю и даже уверен, что каждый человек найдет полчаса для того, чтобы позаботиться о своем здоровье. Если кто чувствует себя неважко, боится чем-либо, обратитесь к врачу за консультацией о разрешении бегать.

В первое время постараитесь начать занятия в том месте, где можно меньше увидеть знакомых. На первых занятиях не увлекайтесь нагрузкой. Выберите маршрут так, чтобы вы могли его пре-

одолеть без особых усилий. Продолжительность бега на первых занятиях небольшая. Вы должны пробежать небольшое расстояние, когда почувствуете усталость, перейдите на ходьбу шагом, как только отдохнете, снова переходите на бег. Интенсивность или скорость бега должна быть невысокой.

Постепенно сокращайте

совхозе «Красный фронтовик» создается клуб любителей оздоровительного бега. Тех, кто решит заниматься в клубе оздоровительного бега, ждут занятия под руководством инструктора, беседы о пользе бега. У нас есть помещение для проведения занятий. Мы ждем в клуб всех желающих детей и людей пожилого возраста, школьников и студентов, рабочих и служащих.

Решивших вступить в клуб любителей оздоровительного бега просим обдумать вопросы: каким должен быть клуб? Как лучше проводить занятия, с вашей точки зрения? Подготовьте предложение по организации клуба.

Всех желающих вступить в клуб любителей бега просим прийти на организационное занятие в субботу, 27 января 1990 года, в 14 часов, в спортзал совхоза «Красный фронтовик» (бывший барский дом). Желаем вам успеха в походе за здоровьем и ждем вас 27 января.

Н. КАБАНОВИЧ,
инструктор по спорту
совхоза
«Красный фронтовик».

Спорт — в массы

БЕГ — ЭТО ЗДОРОВЬЕ

лись от болезней, в том числе от инфаркта, радикулита, гипертонии, бросали курить, употреблять спиртные напитки.

Очень полезен оздоровительный бег для тех, кто имеет лишний вес и хочет похудеть.

При систематическом занятии бегом укрепляется опорно-двигательный аппарат, улучшается работа сердечно-сосудистой системы, укрепляется нервная система, происходят изменения организма

его немногого. Думаю и даже уверен, что каждый человек найдет полчаса для того, чтобы позаботиться о своем здоровье. Если кто чувствует себя неважко, боится чем-либо, обратитесь к врачу за консультацией о разрешении бегать.

В первое время постараитесь начать занятия в том месте, где можно меньше увидеть знакомых. На первых занятиях не увлекайтесь нагрузкой. Выберите маршрут так, чтобы вы могли его пре-

время ходьбы и увеличивайте длину пробегаемого отрезка, ни в коем случае не увеличивайте скорость пробега вашей дистанции. Постепенно вы станете преодолевать выбранный маршрут полностью без остановки. Через 2–3 месяца систематических занятий вы почувствуете улучшение в состоянии своего здоровья.

Итак, вы узнали простые общие рекомендации. Для тех, кто серьезно решил заняться своим здоровьем, в

Сообщает служба 02

За период с 9 по 17 января в медвытрезвитель помещено 13 человек. Не в первый раз на протяжении года клиентами этого учреждения стали временно не работающие Георгий Гаврилович Шелепин из деревни Гнидино Пригородного сельсовета, рабочий леспромхоза Владимир Васильевич Бойков из деревни Рязувайка, рабочий торфопредприятия Иван Дмитриевич Молофеев, проживающий в Опочке по улице Карла Маркса, дом 26 «а», квартира 2, рабочий РСУ Игорь Фазаинович Алегбров, проживающий в Опочке по улице 9 Января, дом 73.

За изготовление и хранение браги оштрафован на двести рублей механик колхоза «Красный Октябрь» Виктор Ильич Игнатьев из деревни Елдино.

За мелкое хулиганство подвергнут администрации аресту на пятнадцать суток работник пожарной части Михаил Садофеев Филиппов, проживающий в Восточном переулке, дом 3. На один месяц исправительных работ осуждены рабочий дома-интерната для престарелых и инвалидов Евгений Евгеньевич Ануфриев, проживающий по улице Строителей, дом 20, квартира 5, водитель «Агропромсервиса» Сергей Федорович Семенов, проживающий по улице Стро-

телей, дом 8, квартира 9. К двум месяцам исправительных работ народный суд Опочецкого района приговорил строителя «Агропромхимии» Сергея Владимира Борисова, проживающего по улице Ленина, дом 87, квартира 10; работника Болгатовской библиотеки Анатолия Алексеевича Иванова из деревни Раково; кочегара колхоза имени Мичурина Вячеслава Константиновича Тюхая.

В Доме культуры совхоза «Красный фронтовик» взломана дверь в комнату для хранения музыкальной аппаратуры и оттуда похищен магнитофон — приставка «Олимп-004 - стерео» № 871926. Ведется расследование.

На 438-м километре шоссе Ленинград — Киев тракторист совхоза «Глубоковский» А. Н. Иванов не справился с ручным управлением, съехал в кювет и перевернулся. Тракторист погиб на месте дорожно-транспортного происшествия.

В колхозе «XXI партсъезд» взломан сейф. Ведется расследование.

СПРАВКИ ОБЪЯВЛЕНИЯ РЕКЛАМА

ПОЗДРАВЛЕНИЯ

Уважаемую Галину Ивановну ПАВЛОВУ сердечно поздравляем с 50-летием. Желаем крепкого здоровья, успехов в труде и всего самого наилучшего.

Пусть годы мчатся. Их движенье
Нам не дано остановить.
Но радость жизни, бодрость духа
Тебе желаем сохранить.

Исполком Варыгинского сельсовета.

Коллектив первого хирургического отделения поздравляет Ольгу Александровну СМИРНОВУ с юбилеем. Желает крепкого здоровья, семейного благополучия, всего самого наилучшего.

От юбиляра в жизни не уйти,
Они настигнут каждого, как птицы,
Но главное — сквозь годы пронести
Тепло души, сердечности частицы.

Дорогую маму и бабушку Нину Петровну ФОМИНУ поздравляем с юбилеем.

Милая, любимая, хорошая,
Пусть у тебя не будет в жизни слез,
Пусть подольше снежная пороша
Сединой не трогает волос.

Марина, Володя, Сережа.

Дорогую маму и бабушку Галину Ивановну ПАВЛОВУ горячо поздравляем с юбилеем. Желаем крепкого здоровья на долгие годы, семейного благополучия, успехов в работе, радости и всего самого светлого.

Дети, внуки, родные.

Опочецкий районом ДОСААФ производят консультации и переподготовку по правилам дорожного движения по 30-часовой программе. Плата за обучение 4 рубля 80 копеек. Занятие в вечернее время. Справки по телефону 9-12-20.

2—2.

Принять участие в акции Советского Детского фонда имени В. И. Ленина вы можете, приобретая благотворительные билеты. Билеты продаются во всех отделениях связи города и района до 10 февраля 1990 года. Спешите внести свои пожертвования для маленьких сирот, лишенных родительского тепла.

3—3.

Опочецкому
дому-интернату
для престарелых
и инвалидов

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ
доярка, свинкарка (предоставляется жилплощадь без удобств), лаборант химводоочистки, прачки, кочегары, швеи, медсестры, санитарки, мойщицы посуды, кладовщик, сестра-хозяйка.

Торфопредприятию
«Опочецкое»
СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ
экскаваторщик на экскаватор МТП-71, электрик.

Жилплощадь предоставляется,

КИНО

«МАЯК»

25 января
**«СМИРЕННОЕ
КЛАДБИЩЕ»**

Начало в 17, 19, 21 час.

ДОМ КУЛЬТУРЫ

25—26 января

«ЛЮБОВЬ ВЫИГРЫВАЕТ»

2 серии

Начало в 18 час. 20 мин.

ТЕЛЕВИДЕНИЕ

25 ЯНВАРЯ,
ЧЕТВЕРГ

Первая программа.
15.30 — Фильм — детям. «Лома». 16.45 — Док. фильмы. 17.15 — У нас в студии А. Мельникова (фортециано). 17.45 — «...До шестнадцати и старше». 18.30 — Время. 19.00 — «Разговор по существу». 19.50 — «Дорога длиною в 150 лет». О династии Садовских. 21.00 — Время. 21.30 — «Акция жилье-2000».

Вторая программа.
20.00 — «Спокойной ночи, малыши!». 20.15 — Ритмическая гимнастика. 20.45 — «Еще раз про любовь». Концерт. 21.30 — «Потерявший память из Коленъя». Худ. фильм.

26 ЯНВАРЯ,
ПЯТНИЦА

Первая программа.
6.30 — 120 минут. 8.35 — Мультифильмы. 9.05 — «Дорога длиною в 150 лет». 11.15 — «...До шестнадцати и старше». 12.00 — Премьера док. фильма «Автопортрет с чужими глазами». 12.30 — Время. 16.15 — Ребятам о зверятах. 16.45 — «Белый олень». 17.10 — К национальному празднику Индии. 18.10 — Поззия Л. Лавлинского. 18.30 — Время. 19.00 — Движение без опасности. 19.35 — «Руфф». Худ. фильм. («Таджикфильм»). «Блик ин ди вельд». (ФРГ). (Премьера). 21.00 — Время. 21.30 — «Судьба одного изобретения». 21.45 — «Это было... было...». 22.05 — «Взгляд».

Вторая программа.
17.30 — Программа Ленинградской студии телевидения. 18.30 — Время. 19.00 — «Квадратура круга». Часть 1-я. 20.00 — «Спокойной ночи, малыши!». 20.15 — «Квадратура круга». Часть 2. 21.00 — Концерт. 21.30 — Спорт для всех. 21.45 — 00..45 — Премьера худ. фильма «Зима в раю».

Редактор Н. П. ЖУКОВ.

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.

Опочецкая типография управления издательств, полиграфии и книжной торговли Псковского облисполкома

Объем 1 печ. лист. Печать высокая. Заказ 226. Тираж 8405.



Челябинская область. Бурный рост садовых кооперативов, освоение арендованных земельных участков вызвало стремление обзавестись механизмами для обработки почвы. Сама жизнь подталкивает людей на создание мини-тракторов, причем своими силами, поскольку

промышленность еще не готова предложить свои разработки.
НА СНИМКЕ: станочник производственного объединения «Полет» Андрей Владимирович Кочетков сам сделал мини-трактор.
Фото Б. Клипинщера.
(Фотохроника ТАСС).