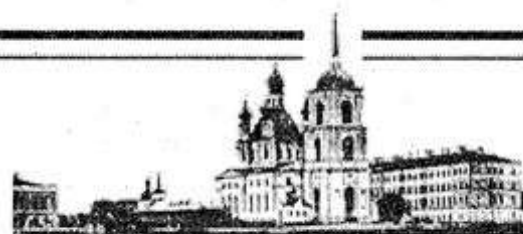


КРАСНЫЙ МАЯК



ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ ОПОЧЕЦКОГО РАЙОНА

СУББОТА, 23 АПРЕЛЯ 2005 ГОДА № 33 (11637) ГАЗЕТА ОСНОВАНА В ДЕКАБРЕ 1918 ГОДА ВЫХОДИТ ПО СРЕДАМ И СУББОТАМ Цена 3,5 руб.

LENTA.RU
Rambler

НОВОСТИ
ИЗ ИНТЕРНЕТА

Губернатор Алтайского края Михаил Евдокимов выступает за объединение Алтайского края и Республики Алтай. Об этом Евдокимов сообщил на брифинге 19 апреля в Барнауле. Ранее в тот же день кемеровский губернатор Аман Тулеев высказался за объединение Республики Алтай и Алтайского края с Кемеровской областью.

Владимир Путин собирается посетить Израиль 28-29 апреля. Об этом министр иностранных дел России Сергей Лавров сообщил, открывая переговоры с председателем комиссии Кнессета Израиля по международным делам и обороне Ювалем Штайницем.

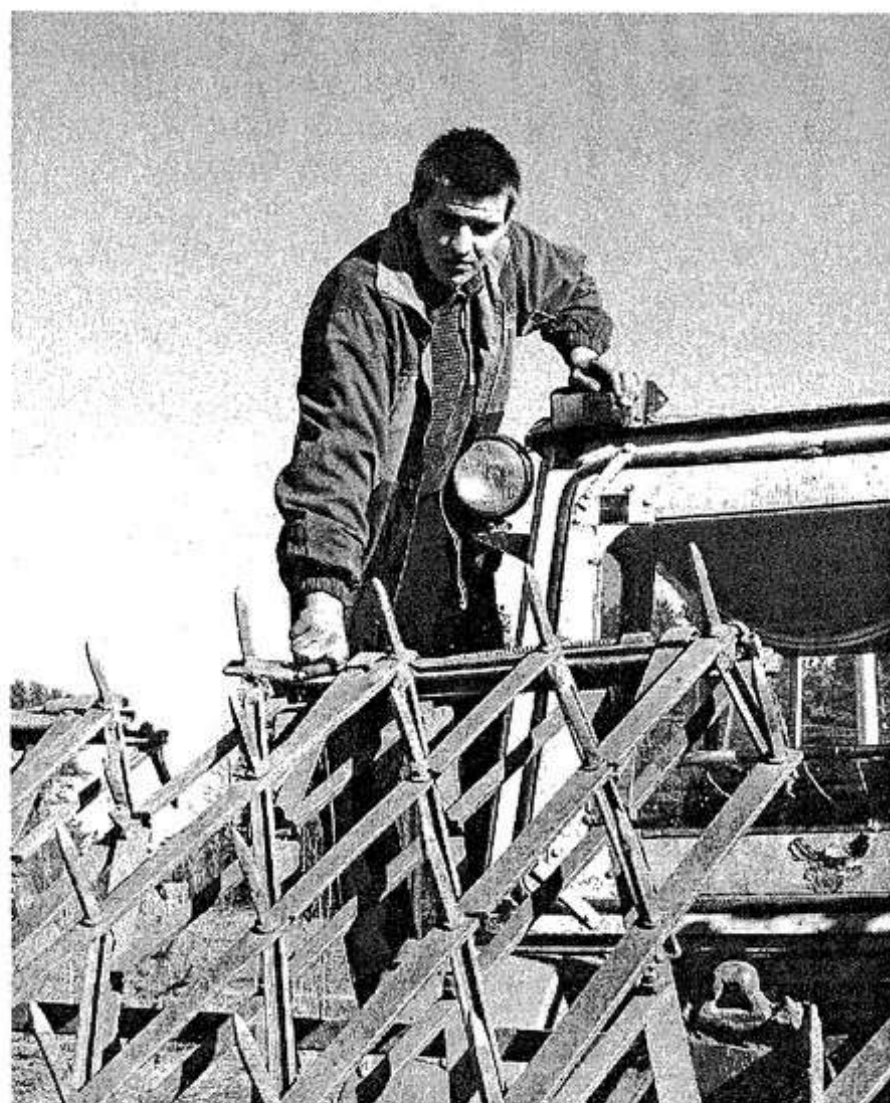
Амнистия по случаю 60-летия Победы затронет в тысячу раз меньше человек, чем было помиловано пять лет назад к 55-летней годовщине. Свободу независимо от тяжести преступления получат около 200 ветеранов войны, тружеников тыла и узников концлагерей. При этом амнистия не коснется участников афганской и чеченских войн.

В российскую армию снова призвуют чеченцев. По словам главы организационно-мобилизационного управления штаба СКВО, в весенний призыв 2005 года в армию придут около 150 призывников из Чечни. Они будут служить на территории республики в стрелковых подразделениях и охранять военные комиссариаты и объекты жизнеобеспечения.

Президент Белоруссии Александр Лукашенко считает «цветные революции» в странах СНГ «открытым бандитизмом под видом демократии». Выступая с ежегодным обращением к народу и парламенту страны, президент заявил, что он не приемлет сценария «демократической смены» политических элит, неугодных Западу. Лимит таких революций Белоруссия уже исчерпала, убежден Лукашенко.

Японским медикам впервые удалось вылечить сахарный диабет пересадкой инсулинпродуцирующих клеток поджелудочной железы от живого донора. Через три недели после операции 27-летняя женщина, которой пересадили клетки ее 56-летней матери, смогла полностью отказаться от инъекций инсулина.

Жизнь села ОЧЕРЕДНАЯ ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ



Весенняя посевная уже в который раз становится экзаменом для сельских тружеников, усложненным в этом году резко возросшими ценами на дизельное топливо. По сравнению с прошлой весной они подскочили более чем в полтора раза. И тем не менее, в тех сельхозпредприятиях, где руководство и трудовые коллективы поставили себе задачу выстоять и сохранить производство, несмотря на все трудности, на полях ни на один день не смолкает гул тракторов.

В АО «Глубокое» мы с главным агрономом сельхозуправления В.И. Дмитриевым приехали в начале десятого часа утра и с руководителем хозяйства встретились чисто случайно. Белый «жигуленок» председателя «Глубокое» А.П. Иванова летал между

тывая запредельные цены на солярку, смысла не имеет. Этой весной перед механизаторами нашего хозяйства поставлена задача провести сев на двухстах гектарах. На текущую неделю дизтоплива хватит, а чтобы завершить все работы, необходимо завезти еще один бензовоз солярки.

Бригадир третьей бригады Е.Ф. Федорова считает, что нынешняя посевная проходит нормально.

Почвы в Ровном Бору легкие, влага уходит быстро, — рассказывает Евдоким Федоровна. — Сами видите, какие клубы пыли поднимаются за трактором с сеялкой. Поэтому сев мы должны провести в самые кратчайшие сроки. До этого в нашей бригаде проведена подкормка минеральными удобрениями

на 78 гектарах озимой ржи, на 58 гектарах посеян клевер.

В этот день (а в «Глубоком» мы были 19 апреля) на полях хозяйства работали три трактора на бороновании почвы и еще два — на весеннем севе.

Примерно такое же количество техники удалось увидеть на поле возле деревни Косилово, что находится в кооперативе им. Мичурина. Только здесь за трактором Т-150 поднималась не пыль, а кружились стаи белокрылых чаек, опускаясь и взлетая с влажной земли.

На вспашке работаю третий день. Иногда на подъемах в гору «стопятидесятка» пробуксовывает, земля местами еще избыточно влажная, — делится своими впечатлениями механизатор хозяйства А.Егоров. — Но раз время подошло, надо работать. За день вспашиваю до 7 гектаров. Вместе со мной на этом поле пашет трактор «Беларус». Скоро присоединится еще один колесник.

На другой стороне отлогого холма двигался трактор Т-150 со сцепкой борон, вел подработку почвы под предстоящий сев.

В. САМАРИН.

НА СНИМКАХ: механизаторы АО «Глубокое» А.Михайлов и СПК им. Мичурина А.Егоров.



зерноскладом, мастерскими и полями, где проходил весенний сев. Разговор о ходе посевных работ в хозяйстве складывался спонтанно и в чисто рабочей обстановке. Задержались на поле возле деревни Ровный Бор, где начинали в этот день сеять овес.

Полевые работы начались 12 апреля, — лаконично поясняет Александр Петрович. — Могли бы приступить и раньше, но ждали, когда в область поступят удобрения. Сеять в пустую землю, учи-



В ЧИСЛЕ ПЕРЕДОВЫХ

В рамках семинара, организованного ООО «Росгосстрах Северо-Запад» для руководителей районных отделов и агентств филиала, проходившего в Пскове, были подведены итоги работы за I квартал 2005 года. В пятерку лучших отделений вошло и Опочецкое (131,9%), обслуживающее два района — наш и Красногородский. В отделении трудится 16 агентов по Опочецкому, 9 агентов по Красногородскому району и 10 штатных работников. Лучшим агентам выдали хорошие портфели.

ПОСТАВЛЕНА ТОЧКА В ТРАГЕДИИ

Похороны, состоявшиеся в понедельник 18 апреля в деревне Фомкино Духновской волости, поставили точку в трагедии, произошедшей в прошлом году на озере Березовское, о чем писалось в нашей газете от 17 ноября 2004 года в статье под заголовком «Трое суток голода, холода, страха». В первых числах ноября в водах этого озера утонули супруги Лебедевы и их сын Александр. Чудом остался в живых их внук Толик, который провёл на берегу озера трое суток. С обморожением конечностей и переохлаждением он был доставлен в больницу.

Прибывший тогда на место трагедии поисково-спасательный отряд из Себежа обнаружил лишь тело их сына Александра. В минувшие выходные тела родителей нашли рыбаки.

Е. СТАСОВ.

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА НА ГАЗЕТУ КРАСНЫЙ МАЯК

на 2 полугодие 2005 года.
Стоимость подписки
с 1 апреля по 1 мая
СОСТАВЛЯЕТ:

В ОТДЕЛЕНИЯХ СВЯЗИ
С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ:

на 1 месяц — 20 руб. 18 коп.
на 3 месяца — 60 руб. 54 коп.
на 6 месяцев — 121 руб. 09 коп.

ДО ВОСТРЕБОВАНИЯ:

на 1 месяц — 18 руб. 73 коп.
на 3 месяца — 56 руб. 18 коп.
на 6 месяцев — 112 руб. 35 коп.

В ОТДЕЛЕНИИ «РОСПЕЧАТЬ»:

на 1 месяц — 20 руб.
на 3 месяца — 60 руб.
на 6 месяцев — 120 руб.

К 60-летию Великой Победы ПОРОХОМ ПРОПАХШИЕ СТРОКИ

Великая Отечественная война не обошла, пожалуй, ни одну семью. О ней помнят дети и внуки фронтовиков, некоторые при этом хранят как самые ценные семейные реликвии фронтовые письма-треугольники, фотографии, документы. О таких семейных реликвиях рассказала нам сотрудник центральной районной библиотеки Валентина Алексеевна Балад. В 1943 году ушла защищать родную землю ее тетя Клавдия Никандровна Григорьева. В г.Туле окончила она курсы по подготовке поваров Московского военного округа и, получив квалификацию старшего повара, отправилась в часть. Сохранилось два солдатских треугольника со штемпелями полевой почты и отметкой «Просмотрено военной цензурой». Один — письмо от мужа Николая в Тулу. Трогательное и взволнованное. Листок испан простым карандашом. Приветствие и низкий поклон, пожелания здоровья и заверения в том, что думает Николай о своей Клавочке днем и ночью. А дальше о войне: рад, что обим выпала честь «защищать родину от гадов», что жена будет поваром, а значит, может, и не попадет на фронт, а будет где-нибудь в госпитале. О себе Николай сообщает: взяли Чернигов, переправились через Днепр севернее Киева в 100 километрах, и, видимо, скоро наступление на Киев. Письмо пришло в Тулу 14 октября 1943 года. А через месяц получила Клавдия Никандровна другой треугольник. Фронтовой товарищ сообщает о гибели Григорьева Николая, место гибели, указан-

ное в письме, тщательно зачеркнуто (видимо, цензурой)... Сохранилась благодарность, подписанная командиром 1410-го зенитно-артиллерийского полка гвардии подполковником Юдановым: «Старший сержант Григорьева Клавдия Никандровна. Приказом Верховного Главнокомандующего Генералиссимуса Советского Союза тов. Сталина от 9 октября 1944 года за прорыв сильно укрепленной обороны противника северо-западнее и юго-западнее г.Шауляй (Шавли) всему личному составу нашего соединения, в том числе и Вам, принимавшей участие в боях, объявлена благодарность».

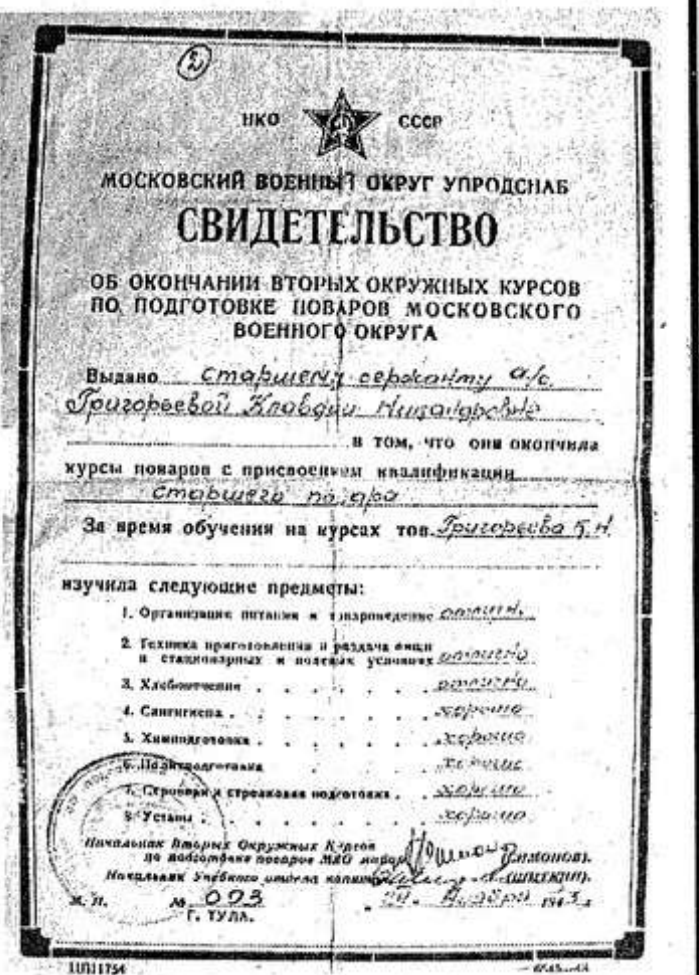
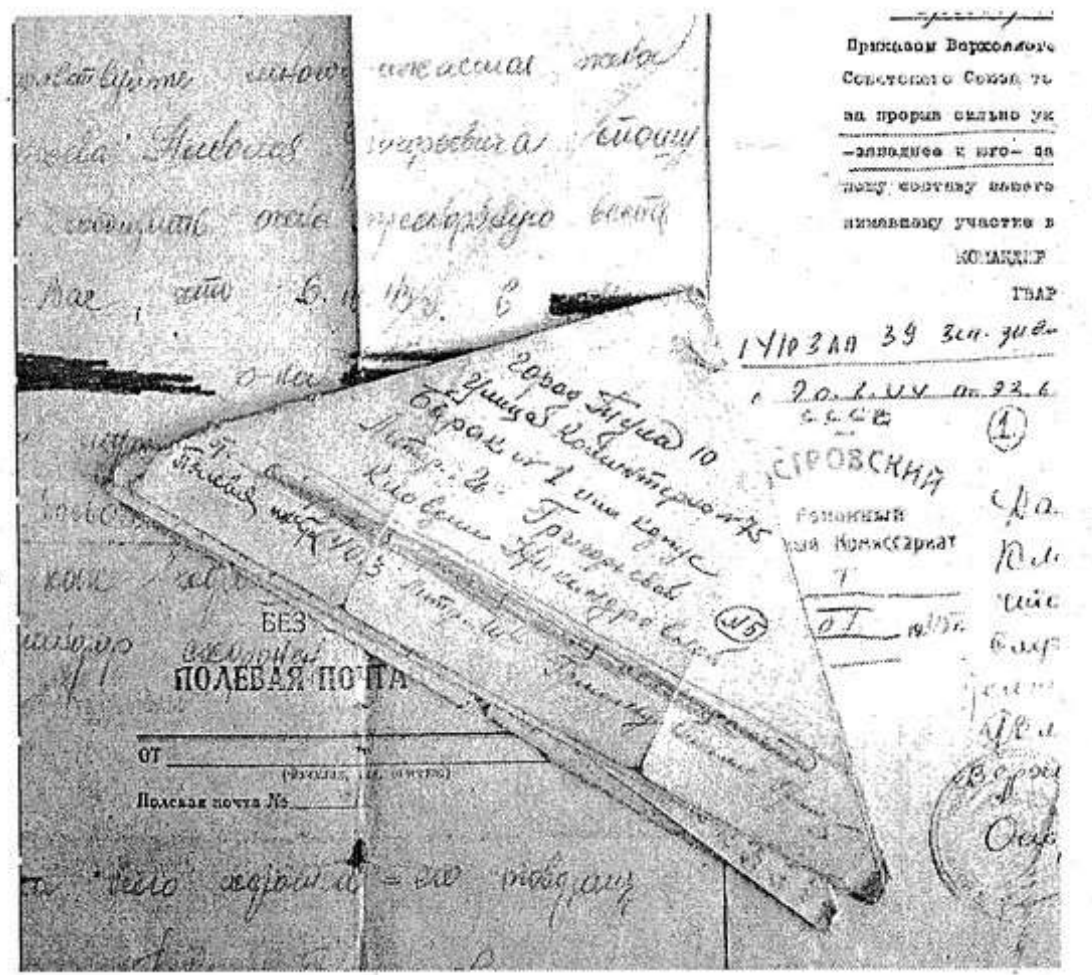
А как приятно было получить благодарственное письмо от своих командиров после победы! Это письмо-прощание с боевым товарищем, с которым пройдено бок о бок немало трудных верст на пути к долгожданной победе. Вот строки из него: «Теперь, когда мы победили гит-

леровскую Германию, ты, честно выполнив свой долг перед Родиной, уходишь из рядов Красной Армии, возвращаешься домой к своей семье, к мирному созидательному труду... Вместе с нами ты прошла большой боевой путь... Много дней ты провела в ожесточенных боях, проявляя невиданный героизм, не зная отдыха и сна, стойко перенося невероятные тяготы и лишения... Нам жаль с тобой расставаться, годы совместной борьбы породнили всех нас, но знай, боевой друг, мы тебя никогда не забудем! От имени всего рядового, сержантского и офицерского состава спасибо тебе за верную службу Родине. Ты заслужила вечную благодарность всего нашего народа-победителя... Не забывай нас, помни о своей части, поддерживай с нами постоянную связь. Рассказывай своим детям и внукам о подвигах советских воинов в

дни Великой Отечественной войны, о бессмертных делах твоей части, воспитывай их на ее боевых традициях. От всего сердца желаем тебе долгой, счастливой, радостной жизни и успехов в труде на благо нашей Родины-матери». Письмо это подписали командир 39-й зенитной дивизии полковник Гайдуков и начальник политотдела подполковник Волынкин. Ленинградский фронт. 10 июля 1945 года.

Как трогательно перечитывать эти строки спустя 60 лет после Великой Победы. Пожелтевшие листки — свидетели истории. За ними люди. Трудные судьбы. Радость победы и слезы потерь. Память сердца...

И. ПРОКЛОВА,
ОТ РЕДАКЦИИ: Мы будем рады вашим письмам с рассказами о ваших семейных реликвиях, связанных с Великой Отечественной войной.



Энергетика СТОПРОЦЕНТНАЯ ОПЛАТА ДОЛЖНА СТАТЬ НОРМОЙ

В феврале текущего года в ОАО «Псковэнерго» приступили к реализации программы «Честный киловатт», предусматривающей снижение потерь от несанкционированного использования электроэнергии. Простота использования и доступность электроэнергии породили и продолжают порождать у части нашего населения иллюзорное мнение о неисчерпаемости энергетических ресурсов. В действительности электроэнергия такой же товар, как и любой другой, а потому необходимо рассчитывать за ее потребление полностью и в срок.

За последние годы существенным образом изменилась структурная составляющая в потреблении электроэнергии. Например, доля использования энергетических ресурсов в сельском хозяйстве района составляет не более 15-20%. Точно такая же тенденция просматривается и в промышленности, доля которой в потреблении электроэнергии составляет в настоящее время 9%. В то же время доля населения в общем по-

треблении электроэнергии остается высокой — 20-25% летом и 25-35% зимой. Исходя из этого, одной из первоочередных задач, стоящих перед Опочечким отделением «Псковэнергоагента», является недопущение неоплачиваемого отпуска электроэнергии и пресечение ее хищений.

В этом направлении нашей организацией проведена определенная работа. Основное внимание обращено на частный сектор. Создана группа из наших специалистов, непосредственно работающих с населением. Они выявляют абонентов, являющихся неплательщиками за электроэнергию, и проводят их отключение от электросети. По существующим правилам абонент должен ежемесячно (до 10 числа месяца, следующего за расчетным) произвести оплату за потребленную электроэнергию. Что касается должников, то мы их отключаем и будем отключать от электросети независимо от суммы задолженности.

Для удобства жителей многоквартирных домов наши работники снимают показания счетчиков, установленных на лестничных площадках, выписывают

счета и разносят их абонентам. К настоящему времени две тысячи абонентов получают таким образом счета за использование электроэнергии. В случаях, если наши работники не имеют возможности проверить показания расчетных счетчиков у абонентов, проживающих в частных домах, устанавливаются выносные щиты учета электрической энергии. В настоящее время нашим отделением установлено 200 таких щитов.

В то же время стоит сказать, что проблема хищения электроэнергии остается очень серьезной. Определенная категория незаконопослушных граждан стремится подключиться к электросети, минуя приборы учета. Линейная служба Опочечкого отделения «Псковэнергоагента» выявляет подобные факты и делает перерасчеты на срок исковой давности. В таких случаях оплата может составлять несколько тысяч рублей. Если раньше некоторые неосознательные граждане прибегали для хищения электроэнергии к примитивному механическому повреждению корпуса электросчетчика, то год от года их хищения стано-

вятся все более изощренными. Несмотря на это, все тайное когда-нибудь становится явным. Ежемесячно наша организация направляет в суд от пяти до десяти исков о возмещении ущерба, причиненного ОАО «Псковэнергоагент» хищениями электроэнергии. Хочу особо подчеркнуть: пока не было ни одного прецедента, чтобы решение суда по таким исковым обращениям было не в нашу пользу.

В среднем за месяц по Опочечкому участку «Псковэнергоагента» выявляется до 15-20 случаев хищения электроэнергии на сумму 65-75 тысяч рублей. Большинство граждан, уличенных в этом, возмещают ущерб в добровольном порядке, стараясь не доводить дело до судебного разбирательства. Что же касается социальных категорий людей, занимающихся хищениями электроэнергии, то это присутствие не только малоимущим, но и обеспеченным гражданам.

В. ЛАЗАРЕВ,
начальник
Опочечкого отделения
ОАО «Псковэнергоагент».

СЛОВОМ И ДЕЛОМ

13 апреля на базе Дома детского творчества прошла III районная научно-практическая конференция «Шаг в будущее», на которой были подведены итоги эколого-биологической работы школ. В работе конференции приняли участие представители гимназии, школы №4, ДДТ и восемь сельских школ. Ребята всеерьез озабочены тем, что происходит вокруг. Они понимают, что не просто имеют право голоса в защиту окружающей среды, но и могут вложить практический вклад в сохранение красоты и богатства природы. Свои мысли участники конференции выражали в стихах собственного сочинения, рассказах, эссе, рефератах, докладах, экологических рисунках, плакатах и листовках.

Особо хочется отметить исследовательские работы. В течение двух лет собирала материал о шумовом загрязнении окружающей среды, проводила наблюдения, тестирования Елена Смирнова, ученица 10 класса школы №4. На конференции она представила итог своего исследования по теме «Шум как экологический фактор, его влияние на организм».

Ольга Трофимова (9 класс, гимназия) задалась иной целью. Она решила привлечь внимание к широко рекламируемому энергетическим напиткам (доклад «Наркологическая оценка энергетических напитков»). Входящие в их состав кофеин и другие тонизирующие вещества наносят непоправимый вред организму. Ольге удалось это наглядно показать, опираясь на материалы медицинских опытов, химико-биологические характеристики ингредиентов энергетических напитков и сопоставление известных данных.

О влиянии шума на детский организм говорила в своем докладе «Влияние внешних факторов на организм человека» Вероника Федорова, представлявшая Дом детского творчества. Ребята провели, в частности, наблюдение, как влияет шум от проходящего мимо ДДТ транспорта на эффективность занятий.

Вызвали интерес и работы (рефераты и доклады) Ольги Крыловой из Макушинской школы («Проблемы экологии: промышленные и бытовые отходы»), Светланы Сергашевой из Глубокого («Вода — основа всех жизненных процессов»), Ольги Сабининой из Лобовской школы («Водные ресурсы Псковской области») и других. Много говорилось о разумном использовании природных богатств, о бедах, которые уже натворил человек.

Загрязнение воздуха, воды, почвы, уничтожение лесов и их обитателей — все это волнует юных экологов. Многие подготовили обращения к взрослым. Хорошо, если слова, произнесенные с трибуны конференции, не будут в жизни ребят расходиться с делом.

Н. ИЛЬИНА.



МАЯК ПРАВОСЛАВИЯ

"Русь святая, храни веру православную!"



По благословию Высокопреосвященнейшего Архиепископа Псковского и Великолукского ЕВСЕВИЯ

ВХОД ГОСПОДЕНЬ В ИЕРУСАЛИМ. ВЕРБНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ

За шесть дней до Пасхи пришел Иисус в Вифанию, где был Лазарь умерший, которого Он воскресил из мертвых.

Пасха в год смерти Иисуса Христа совершалась в пятницу вечером, следовательно, пришествие Господа в Вифанию за шесть дней до пятницы падает на предшествующую субботу. Там, то есть в Вифании, приготовили Ему вечерю...

Его вифанские друзья — Лазарь, Марфа и Мария — приготовили вечерю, конечно, в своем доме, чему подтверждением служат слова, что *Марфа служила*, как хозяйка дома, а *Лазарь был одним из возлежащих с Ним*. Указание на Лазаря евангелист делает, несомненно, ради напоминания о недавно случившемся великом чуде Господа, совершенном над Лазарем.



Во время вечера Мария возлила миро на ноги Иисуса и отерла волосами своими. На востоке был обычай возливать на почетных гостей миро.

Иуда Искариотский, бывший также на вечери, сказал: *для чего бы не продать это миро*

за триста динариев и не раздать нищим?

Далее евангелист замечает, что Иуда лгал, когда говорил, что лучше бы раздать нищим деньги, какие могли бы быть выручены от продажи мира. Истинная же причина сделать такое замечание была в сребролюбии Иуды.

Толпы богомольцев, шедших в Иерусалим на праздник Пасхи, узнав, что Иисус Христос находится в Вифании, зашли туда, чтобы посмотреть и послушать Его, а также и для того, чтобы увидеть воскресшего Лазаря, ибо слава о чудесном событии уже далеко облетела окрестности Вифании. Многие, увидев Лазаря живым, уверовали в Иисуса, а старейшины и представители синедриона еще более усилились в своей вражде к Иисусу и, ослепленные злобой, решили убить и Его, и воскресенного Им Лазаря, чтобы стереть всякие следы совершенного Иисусом Христом чуда...

На другой день после субботы Господь пошел в Иерусалим. Множество народа, то есть, главным образом, пришедшие на праздник, а не жители Иерусалима, которые были запуганы синедрионом и фарисеями, взяли пальмовые ветви и пошли к Иисусу навстречу.

Пальма на востоке служит символом крепости и красоты, ветви её в руках — символ радости и торжества. Шествие получилось очень торжественное. В Вифанию шли огромные толпы вышедшего навстречу из Иерусалима народа. Все восклицали: *Осанна! Благословен Грядущий во имя Господне Царь Израилев!* Осанна — собственно значит «спаси, даруй спасение». Это слово иудеи употребляли как народное восклицание, выражавшее радость, особенно на празднествах. Этим народ изъяснял свою радость и благожелания Сыну Давидову, то есть Мессии. Иисусу подвели осла, и Он, воссевши на него, продолжал путь по дороге, усыпанной пальмовыми ветвями и покрытой одеждами народа...

СВЯЩЕННОЕ ПИСАНИЕ



Два человека вошли в храм помолиться: один фарисей, а другой мытарь. Фарисей, став, молился сам в себе так: «Боже! Благодарю Тебя, что я не таков, как прочие люди, грабители, обидчики, прелюбодееи или этот мытарь. Поцусь два раза в неделю, даю десятую часть всего, что приобретаю». Мытарь же, стоя вдали, не смел даже поднять глаза на небо; но, ударя себя в грудь, говорил: «Боже! Будь милостив ко мне грешнику!»

«Говорю вам, — заканчивает Христос эту притчу, — кто сей пошел оправданным в дом свой более, нежели тот; ибо всякий, возвышающий сам себя, унижен будет, а унижающий себя возвысится» (Лука, 18:10-17).

СЛОВО В ДЕНЬ ВЕРБНОГО ВОСКРЕСЕНЬЯ

Между обстоятельствами, сопровождавшими торжественное шествие Господа нашего в Иерусалим, одно обстоятельство, особенно умиленное и трогательное, невольно привлекает сердца и останавливает внимание.

Когда первосвященники и книжники иудейские с завистью и затаенной злобой смотрели на это великое и знаменательное событие; когда колеблющийся и хромающий на обе плесне народ то прониклся, по-видимому, восторгом учеников Христовых и вторил их хвалебному пению, то, увлекаясь обольщением слепых вождей своих, с недоверием взирал на происходившее, — тогда дети, бывшие в церкви, не подверженные никакому лукавству и двоедущию, от полноты чистых и непорочных сердец предались всецело одному святому восторгу, звахи и глаголаху: *осанна Сыну Давидову, благословен Грядый во имя Господне!*

Не то же ли самое замечаем мы и ныне? Мы, взрослые, часто вносим в самые живоносные торжества Церкви тупое равнодушие и хо-

лодность или же поддельное веселье, возбуждаемое грубыми плотскими удовольствиями. Одни дети умеют предаваться радости светлых церковных торжеств всецело, безраздельно и безгранично. Только в их непорочных сердцах, как солнце в капле чистой воды, отражается со всей яркостью живительный свет праздников Божиих и возбуждает в них тот чистый неподдельный восторг, с которым давно уже не знакомы сердца взрослых, огрубевшие под гнетом житейских забот и попечений, или под злобным дыханием страстей душевных и похотей плотских.

Нельзя не сознаться, братья мои, что, взирая иногда на детскую радость, в которой слышится столько искреннего душевного восторга, чувствуешь невольно близость того светлого мира, в котором блаженные духи от полноты ощущения славы Божией покоя не имут день и ночь, поюще, вопиюще, зывающе и глаголюще: *Свят, Свят, Свят Господь Саваоф, полны суть небеса и земля славы Твоя.*

Аминь глаголю вам, — говорит Он, — аще не обратитесь и

будете яко дети, не увидите в Царство Небесное (Мф. 18:3).

Дитя говорит то, что знает и что думает, делает то, чего желает, хвалит то, что ему нравится, негодует на то, что нехорошо и что действует на него неприятно; от чистого сердца верит тому, что говорят ему его родители и старшие.

Не есть ли это — истинно драгоценное свойство, которое необходимо для нас и в отношении нашем к Богу, и в отношении к братьям нашим, человекам, и от которого зависит спокойствие жизни нашей, и внутренняя, и внешняя?

Архиепископ ХЕРСОНСКИЙ и ОДЕССКИЙ Димитрий (МУРЕТОВ; † 1883).



ИЗРЕЧЕНИЯ

Воздавать злом за добро — по-дьявольски, воздавать добром за добро — по-человечески, воздавать добром за зло — по-Божьи.

ОСВЯЩЕННАЯ ВЕРБА

Вербе приписывалась магическая сила влиять на орошение полей и лугов (верба растет в сырых местах, у воды), а значит, она, верили предки, способствовала плодородию и будущему урожаю.

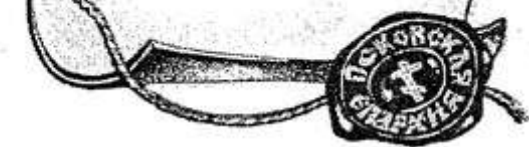
Считалось также, что верба обладает способностью наделять здоровьем и половой энергией скот и людей, предохранять от заболеваний и очищать от нечистой силы. В древности существовал обычай: вернувшиеся из церкви родители стегали освященной вербой детей и приговаривали: «Верб — хлест! Бьет до слез. Верб — красна, бьет не напрасно». Это делалось с целью оделить детей здоровьем.

Освященной вербой постигали и молодых женщин и девушек, а также новобрачных, желая тем самым сделать их чадородными.

На Руси было принято освященную вербу хранить дома в переднем углу за иконами весь год. А в самый праздник веточки вербы стегают скотину и приговаривают: «Как вербочка растет, так и ты расти» — помимо пожелания здоровья домашним животным, это должно было предохранять их от нечистой силы. Веточки освященной вербы укрепляли в сараях,

ИЗРЕЧЕНИЯ

Удар вича оставляет рвцы, а удар языка сокращает кости.



хлевах. Перед первым выгоном скота в поле эти веточки скармливали животным.

Вербе приписывалась также сила охранять дома от пожаров, нивы — от града, останавливать бурю, распознавать колдунов и ведьм, обнаруживать клады и т.д.

Приготовление вербных веток в городах было особым обрядом. Накануне Вербного воскресенья в старину россияне, без различия сословий и званий (от царя до простолюдина), отправлялись ломать вербу на берега близко протекающих рек. В Москве, например, в Китай-город и на берега Неглинки, поросшие ивой и вербой.

Того же, кто проспал заутреню Вербного воскресенья, хлестали достаточно больно, приговаривая: «Верб хлест — бьет до слез».

ТВ-программа с 25 апреля по 1 мая

Table with 4 main columns: ПОНЕДЕЛЬНИК \ 25.04, ВТОРНИК \ 26.04, СРЕДА \ 27.04, ЧЕТВЕРГ \ 28.04. Each column contains a list of TV programs with their start times and channel names (ОРТ, ТВЦ, НТВ, etc.).

6.00 Д... вости 9... Дисней-... ета зве... "Трево... ров" 18... стинк" 1... Больш... гречес... 3.20 Х... 5.00 Д... 14.10, ... говори... 10.45, ... 14.00, ... 12.00 В... приклю... ра. Хро... партнер... любовь... "Юрма... Х.ф." У... 6.00 Се... 13.00, ... ное де... "Челове... ние" 14... "Игры... "Стреш... шестви... верше... Джонн... 9.00 "З... Пинг!" ... зин 14... стая д... 17.00, ... нал" 19... менени... 7.00 "Е... туры 10... ное и К... Культу... и меч" ... ют лау... кунчик... Яшки... древно... 17.50 И... худож... 19.55... Рошин... "Смерт... 9.35, 0... 9.55 Х... "Время... са 13... 15.35, ... "Честь... наты и... мента... Х.ф." В... 9.30, 1... мужа... Час су... канал... ны" 20... тели" 2... 9.00, 1... "Зачар... 12.30 О... тень" 1... воинов... прекра... Х.ф." Тр... 9.00 Х... Мульт... Х.ф." 0.30 Х... 9.00 Х... века ... "Я - м... ный в... спекто... кулиса... фильм... 18.05... телема... Больш... 21.25 ... ко" 0... ский в...

МАЛЕНЬКИЕ СОВЕТЫ

- При кровоточивости десен в зубную пасту следует добавлять порошок плодов шиповника в соотношении 1:1.
- Беспокоят отеки под глазами? Причиной могут быть заболевания внутренних органов. Если же врач ничего серьезного не обнаружил, можно воспользоваться примочками из настоя цветков календулы, шалфея или листьев малины.
- Если вы излишне потливы, то попробуйте после душа обтирать тело раствором воды с яблочным уксусом. На 1 л воды — полчашки яблочного уксуса. Запаха бояться не стоит — он быстро улетучится.



ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ СТРАНИЦА

ЛЕКАРСТВА В ТАРЕЛКЕ

Многие продукты обладают целебными свойствами. Надо только их правильно приготовить и, сидя за столом, соблюдать меру.

Употребление рыбы, например, предупреждает сердечные заболевания. Ученые доказали, что ежедневная стограммовая порция трески за шесть недель разжижает кровь.

Не стоит и окончательно отказываться от мяса. Железо и витамины, содержащиеся в мясе, усваиваются в 20 раз лучше, чем их аналоги в растительной пище. Поэтому нежирная говядина, особенно отварная, чрезвычайно полезна.

Яйца по своему составу и питательной ценности могут полностью заменить мясо. Биологическая ценность яичных белков более высока, чем мясных, поэтому для поддержания белкового баланса в организме их требуется меньше по сравнению с мясными. Но прибегать к такой замене могут только те, у кого нормальный уровень холестерина в крови.

Одно яблоко по содержанию углеводов можно приравнять к двум-трем кусочкам сахара. Пектин, содержащийся в яблоках, способствует снижению холестерина, а яблочные волокна стабилизируют деятельность кишечника.

Лимон кроме витамина С содержит минеральные соли, богат фосфором и кальцием. Он не только антисептик, а еще и помощник печени и кровеносных сосудов.

Глаза устали от компьютера — поешьте клюквы. Вещества, содержащиеся в ней, улучшают зрение и успокаивают глаза.

Соя стабилизирует содержание инсулина в крови, регулирует функции кишечника, снижает риск онкологических заболеваний. Однако людям, склонным к полноте, надо иметь в виду: соя богата углеводами.

У ХРАПУНОВ ПОСТОЯННО БОЛИТ ГОЛОВА

Исследование, проведенное в Национальном институте старения в США, обнаружило связь между храпом и хронической головной болью.

Оказалось, что люди, страдающие от хронической головной боли, в два раза чаще страдают от хронических храпунов, чем те, у кого головные боли бывают изредка, сообщает medicus.ru. В исследовании приняли участие 206 человек в возрасте от 18 до 65 лет, страдающие хроническими головными болями около 5 лет, и 507 человек с эпизодическими головными болями.

Участников опросили, как часто они храпят, а затем разделили по типам головной боли. Чтобы проверить значимость этого открытия, исследователи разделили испытуемых на группы в соответствии с полом, возрастом, семейным положением и типом головной боли и не обнаружили различий. Является ли храп причиной головной боли, или головная боль причина храпа, пока неизвестно.

ФОРМУЛА ПРОСТА: ЗДОРОВА МАТЬ - ЗДОРОВО И ДИТЯ

Неблагополучная демографическая ситуация, низкий уровень рождаемости и возросший показатель младенческой смертности заставляют нас вновь обратить внимание на вопросы, касающиеся охраны здоровья матери и ребенка. Мы беседуем с врачом-гинекологом Н.Г. САВИНОЙ и районным педиатром М.В. ЗАГАН.

Корр.: В чем основные причины младенческой смертности?

М.В.: Младенческая смертность — наш основной показатель. Нынче впервые за последние годы этот показатель у нас оказался выше среднеобластного. Увеличился он за счет роста ранней неонатальной смертности (смертности новорожденных). А причина кроется в увеличении числа случаев врожденных пороков развития плода, не совместимых с жизнью. Были и вообще вопиющие случаи. Один ребенок погиб из-за того, что роды проходили на дому: женщина пыталась скрыть факт родов, скрыть не удалось, но в результате ребенок погиб. Другой умер на дому из-за необращения за медицинской помощью. Убивает равнодушие, и не только матери, но и тех, кто живет рядом.

Во многом врожденные пороки — это результат нездоровья матери, экологических проблем и питания. По статистике из 18-летних девушек практически здоровы только 15%...

Н.Г.: Среди беременных здоровыми можно назвать не более 30%.

Корр.: А что делать остальным, если они хотят испытать счастье материнства?

Н.Г.: Необходимо больше внимания уделять планированию семьи. Думать не только о том, сможет ли мать (семья) вырастить, обеспечить материально ребенка, но и сможет ли выносить и родить здорового малыша. Женщина должна подготовиться к беременности. Желательно посетить женскую консультацию и обследоваться хотя бы по минимуму на предмет болезней сердца, почек, эндокринной системы (сахарный диабет, заболевания щитовидной железы), а также заболеваний женской половой сферы, особенно если раньше она была пациенткой женской консультации или стационара по поводу воспалительных заболеваний. Обследоваться и на хронические инфекции.

Корр.: А такие случаи в вашей практике есть?

Н.Г.: Единичные, хотя так должна поступать каждая женщина, которая любит себя и своего будущего ребенка. Но чаще на консультацию приходят женщины, решившие родить второго ребенка, если первая беременность протекала с осложнениями, или же после замершей беременности. Мы пролечиваем их и при необходимости их мужей или половых партнеров, как теперь принято называть. Нужно помнить, что беременность — это большая нагрузка.

Корр.: Могут ли у здоровой женщи-

ны возникнуть сложности?

Н.Г.: Вполне. Они могут быть вызваны, например, перенесенной, безобидной на первый взгляд, простудой или гриппом.

М.В.: Много неприятностей могут таить в себе сыпи. Краснуха, к примеру.

Н.Г.: Во время беременности можно заразиться инфекциями, передающимися половым путем, той же гонореей или сифилисом. Лечение часто проходит анонимно



и даже не здесь, а в Пскове в кожнодиспансере. Мы можем и не знать о перенесенной инфекции, впоследствии эти инфекции напомнят о себе.

Корр.: Каким образом?

Н.Г.: Инфекции влияют на внутриутробное развитие. Они могут привести к гипотрофии, гипоксии плода. Допустим, за 40 недель беременности плод не достигает и 2 кг. Случаются рождения недоношенных детей и т.д.

Сейчас беременные могут обследоваться не только на самые распространенные инфекции, передающиеся половым путем, но и на такие, как хламидиоз, уреаплазмоз, папилломо-вирусные и другие инфекции. Правда, обследования эти можно сделать по направлению только в Пскове в перинатальном центре или кожно-венерологическом диспансере платно.

Корр.: Что еще тревожит сегодня врачей?

Н.Г.: На втором месте по распространенности — анемии. Как питается население? Куску мяса и рыбы люди сегодня предпочитают лимонады, леденцы, колбасы с

красителями и консервантами.

М.В.: Мы наблюдали, когда пятилетнего ребенка мать кормила крабовыми палочками! Главный принцип для мамы — не надо возиться, продукт готов к употреблению, а то, что он может быть вреден — даже в мыслях не возникает. Сразу хочу обратить внимание, что малоимущим родителям оказывается помощь: по справке из управления социальной защиты населения по федеральной программе помощи малообеспеченным семьям бесплатно выдаются каши и смеси.

Н.Г.: Анемии — наш бич. Такого раньше не было. И откуда такие дети.

М.В.: Гемоглобин является переносчиком кислорода. Вследствие его недостатка возникает гипоксия (нехватка кислорода в тканях). В первую очередь страдает головной мозг как самой матери (первое проявление — головокружение), так и плода. У ребенка возникает кислородное голодание, которое приведет к тому, что на свет он появится маловесным, либо может проявиться темповой задержкой развития, в дальнейшем он будет часто болеть (ослаблен иммунитет).

Н.Г.: И сама женщина подвергает себя опасности. Уже после родов анемия может «аукнуться» нарушениями работы печени и других внутренних органов. Поддержка железосодержащими препаратами не всегда явно повышает гемоглобин, но накопление его в тканях идет, и это снижает риск нежелательных последствий.

М.В.: Действующая в настоящее время программа «Безопасное материнство» предусматривает бесплатное ультразвуковое обследование (УЗИ) всех беременных женщин (в т.ч. выявление пороков) и обследование новорожденных на врожденный гипотериоз (снижение функции щитовидной железы) и фенилкетонурию. Крайне важна их ранняя диагностика, так как если не провести корректирующее лечение в первые месяцы, то эти заболевания могут привести к необратимым процессам, к снижению интеллектуального развития, развитию слабоумия.

Н.Г.: Мы направляем женщин на УЗИ, но, к сожалению, аппаратура у нас старая, и далеко не всю патологию мы можем выявить. А направлением при необходимости в Псков могут воспользоваться далеко не все женщины, поскольку сама поездка упирается в деньги. В остальных же вопросах хочется пожелать женщинам: больше любить себя, заботиться о собственном здоровье и здоровье будущих детей.

Беседовала
Н. ИЛЬИНА.

