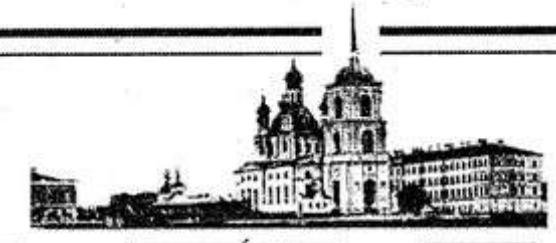


# КРАСНЫЙ МАРК



ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ ОПОЧЕЦКОГО РАЙОНА

СРЕДА, 27 ИЮЛЯ 2005 ГОДА

№60 (11661)

ГАЗЕТА ОСНОВАНА В ДЕКАБРЕ 1918 ГОДА

ВЫХОДИТ ПО СРЕДАМ И СУББОТАМ

Цена 2 руб.

**LENTA.RU**  
Rambler  
**Новости**  
**из интернета**

Владимир Путин подписал Федеральный закон "О внесении изменений в Федеральный закон "О днях воинской славы (победных днях) России". В соответствии с законом, в России устанавливаются пять памятных дат и порядок проведения мероприятий, посвященных памятным датам.

\* \* \*

Большинство участников опроса, проведенного ВЦИОМ, не связывают дело о "касьяновской даче" с намерением экс-премьера податься в президенты. 47 процентов респондентов полагают, что Касьянов действительно нарушал законы и злоупотреблял своим служебным положением. Лишь 14 процентов видят в этом деле политический мотив.

\* \* \*

Президент России Владимир Путин подписал закон о реформе избирательной системы. Этот документ запрещает политическим блокам участвовать в выборах – такое право предоставляется только партиям. Для прохождения в законодательные собрания регионов партиям будет необходимо набрать не менее 7 процентов голосов.

\* \* \*

Глава оппозиционного Христианско-демократического союза Германии Ангела Меркель заявила, что если она станет канцлером страны, то займет более "требовательную и критическую" позицию по отношению к президенту России Владимиру Путину и будет обсуждать с ним вопросы конфликта в Чечне и другие "проблемные тенденции" в России.

\* \* \*

Премьер-министр Михаил Фрадков подписал постановление, которое значительно увеличивает стипендии для аспирантов и докторантов. Согласно документу, с 1 января 2006 года аспиранты будут ежемесячно получать по полторы тысячи рублей. Стипендия докторантов государственных образовательных и научных учреждений поднимается до трех тысяч рублей.

\* \* \*

Спецслужбы Грузии и ФБР США начали поиск сообщников Владимира Арутюняна, подозреваемого в покушении на Джорджа Буша. Неназванные представители МВД Грузии заявили, что не верят в отсутствие внешних контактов Арутюняна. Среди прочего следователи проверяют возможные контакты Арутюняна с бывшим руководством Аджарии.

• Лето-2005

## «ЗАРЯ» НА РЕКЕ ВЕЛИКОЙ



В оздоровительном лагере «Заря», который принадлежит сейчас Опочецкой школе-интернату для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, заканчивается вторая смена. В июле здесь отдыхало 60 детей. Ходили купаться на Великую, загорали. В лагере проводились разнообразные соревнования, в том числе спортивные, конкурсы, развлекательные программы. Была и поездка на празднование Дня города в Опочку.

- Ребята здесь не только отдыхают и развлекаются, – сказал начальник лагеря Афиноген Шамирович Агульевский. – Они также работают на огороде, заготавливают сено, ходят за ягодами и так далее. Работе они отдают час в день.

«Заря» работает в три смены – целое лето. Воспитатели здесь – работники школы-интерната, а вожатые – студенты педколледжа.

## ТЕХНИКА ХОРОШАЯ, но дорогая

В Пушкинских Горах прошел областной семинар с руководителями районных управлений сельского хозяйства «День поля - 2005». На семинаре присутствовали первый заместитель губернатора области И.Максимов и начальник государственного управления сельского хозяйства и технического надзора В.Кириленок.

Как сообщил редакции начальник райсельхозуправления В.Лукьянов, на семинаре шла речь об использовании новых технологий в возделывании сельскохозяйственных культур и была продемонстрирована техника нового поколения. В частности, широко известный Кировский завод Санкт-Петербурга рекламировал на семинаре не только трактора, но и большой набор прицепной и навесной сельскохозяйственной техники, в числе которой были плуги-рыхлители, дисковые бороны, культиваторы, пневматические сеялки точного высева и др. Все технические агрегаты, продемонстрированные в Пушкинских Горах, европейской разработки, отвечают современным стандартам, но очень дороги по цене. К примеру, трактор «Киро-

вец» стоит 2,5 миллиона рублей, навесная роторная косилка совместного российско-германского производства – почти 23 тыс. евро. Явно не по карману придется нашим сельхозпроизводителям и современный посевной комплекс производительностью 4 гектара в час и с шириной захвата 6 метров. Этот комплекс одновременно ведет вспашку почвы, ее культивацию, выравнивание поверхности и посев. Другое дело, что вряд ли в ближайшее время удастся лицезреть эту чудо-технику на наших мелкоконтурных полях.

На семинаре затрагивался вопрос использования люпина на кормовые цели, семена которого готов поставить один из Брянских НИИ. Стоимость семян – 8000 рублей за тонну, но затраты по их приобретению подлежат возмещению из госбюджета. В Пушкиногорском районе в этом году уже опробовали посевы люпина в смеси с овсом для приготовления сена. Результаты хорошие.

В самое ближайшее время результаты областного семинара будут обсуждены на совещании с руководителями хозяйств.

А. КРЫЛОВ.

## СПРАШИВАЛИ – ОТВЕЧАЕМ

В редакцию районной газеты поступило несколько обращений от сельских жителей, которые интересуются: с какой целью работники ветеринарной службы района этим летом брали пробы крови у лошадей? Тем более что на протяжении не одного десятка лет исследований в такой форме не проводилось. Вот что сообщила редакции главный эпизоотолог районной ветеринарной станции Т.И.ЗЕЛЕНКОВА:

-Наши работники брали пробы крови для исследования на сап, очень опасную болезнь для лошадей и человека. Раньше с этой целью проводилась маленизация (глазная проба), а с прошлого года в соответствии с указаниями вышеизложенных органов проводятся исследования крови. По России отмечаются только единичные случаи заболевания лошадей сапом.

Обстановка у нас в области с этим заболеванием благополучная. И тем не менее, учитывая опасность заболевания, в районе запрещен забой на мясо лошадей. Забой может производиться только на мясокомбинатах. Для продажи лошадей от одного владельца другому никаких ограничений нет.

## У ГЛАВЫ РАЙОНА

Совещание в администрации района в понедельник началось, как обычно, с информации начальника РОВД Г.О.Муравского об оперативной обстановке. За неделю в милиции зарегистрировано 61 заявление и сообщение. Совершено пять краж, два человека пропали без вести, изъято три единицы незаконно хранящегося оружия и 15 патронов, зарегистрировано шесть случаев побоев. К административной ответственности привлечено 247 человек, в том числе 20 – за мелкое хулиганство, 23 – за появление в пьяном виде в общественных местах, 15 – за нарушение паспортного режима. 7 водителей задержаны за управление транспортом в нетрезвом состоянии.

Начальник пожарной части И.Н.Васильев сообщил, что на минувшей неделе было шесть выездов, один из них – на загорание опилок на пилораме, находящейся на территории сельского лесхоза.

Основной вопрос, внесенный в повестку дня совещания, касался подготовки теплообеспечивающих организаций к отопительному сезону. Выступившие начальник ГП «Опочецкие теплосети» И.И.Михайлов, директор хлебокомбината Н.В.Васильев, директор завода пищевых продуктов Е.И.Грезнева доложили о степени готовности котельных на своих предприятиях к работе в осенне-зимний период, обеспеченности топливом, состоянии теплотрасс и о положении с кадрами.

В основном подготовка к отопительному сезону идет нормально. Везде проходит зачистка и ремонт котлов, пополняются запасы топлива, нет проблем с кадрами. Но есть и нерешенные вопросы. По словам заместителя главы района В.И.Полуляха, «самый большой вопрос, который пока не нашел правового решения», – с котельной бывшего ГДРСП. Есть проблемы и с котельной, которая была в аренде у ОАО «Опочкаагропромстрой». Там необходимо заменить два котла, они заказаны и до 10 августа должны быть получены.

В заключение совещания В.И.Полулях сказал, что в скором времени будет издано распоряжение администрации района о подготовке всех служб к отопительному сезону и тогда от руководителей потребуют обеспечения всех подготовительных работ согласно установленному графику.

## ЛЕТОМ «ВОЛНА» НЕ ПУСТУЕТ

С приходом тепла, как известно, людьми овладевает охота к перемене мест. А где встать на постой в чужом городе, как не в гостинице, если родственников и хороших знакомых нет? В Опочке гостиница одна — «Волна». И на днях сотрудник газеты побеседовал о делах этого учреждения с директором МУП «Коммунсервис» А.С. РУБЦОВЫМ.

- Анатолий Семенович, много ли народа проживает летом в нашей гостинице?

- Можно сказать, что летом свободных мест в «Волне» нет. Бывают и массовые заезды — приезжают на соревнования спортсмены, останавливаются туристы, участники совещаний...

- Сколько мест в нашей гостинице?

- Всего — 68. По проекту, конечно, их должно быть гораздо больше — 108, но весь 2-й этаж здания отдан стоматологической поликлинике. Есть в «Волне» и «люкс», есть и 4-местные номера. А так в основном — 1- и 2-местные. Одно место в «люксе» стоит 400 рублей в сутки, в самом дешевом номере — 80 рублей. Номера на южной стороне здания более благоустроенные, комфортабельные. Там есть холодильники, телевизоры, водонагреватели.

- Коллектив гостиницы готовился к летнему наплыну посетителей?

- Конечно. Купили еще несколько водонагревателей, мягкий инвентарь и другое, провели небольшой ремонт. Частный предприниматель открыл при гостинице буфет. Позднее должен начать работу и банкетный зал (в прошлом — кафе «Зодиак»).

- Анатолий Семенович, как оценивают работу коллектива опочецкой гостиницы ее гости?

- Нареканий не слышал. А если и встречаются какие-то шероховатости в работе, то они быстро устраняются усилиями коллектива гостиницы.

Беседовала  
В. ИВАНОВА.

На протяжении почти ста лет (конец XVIII — конец XIX в.) шел процесс включения Кавказа в состав России.

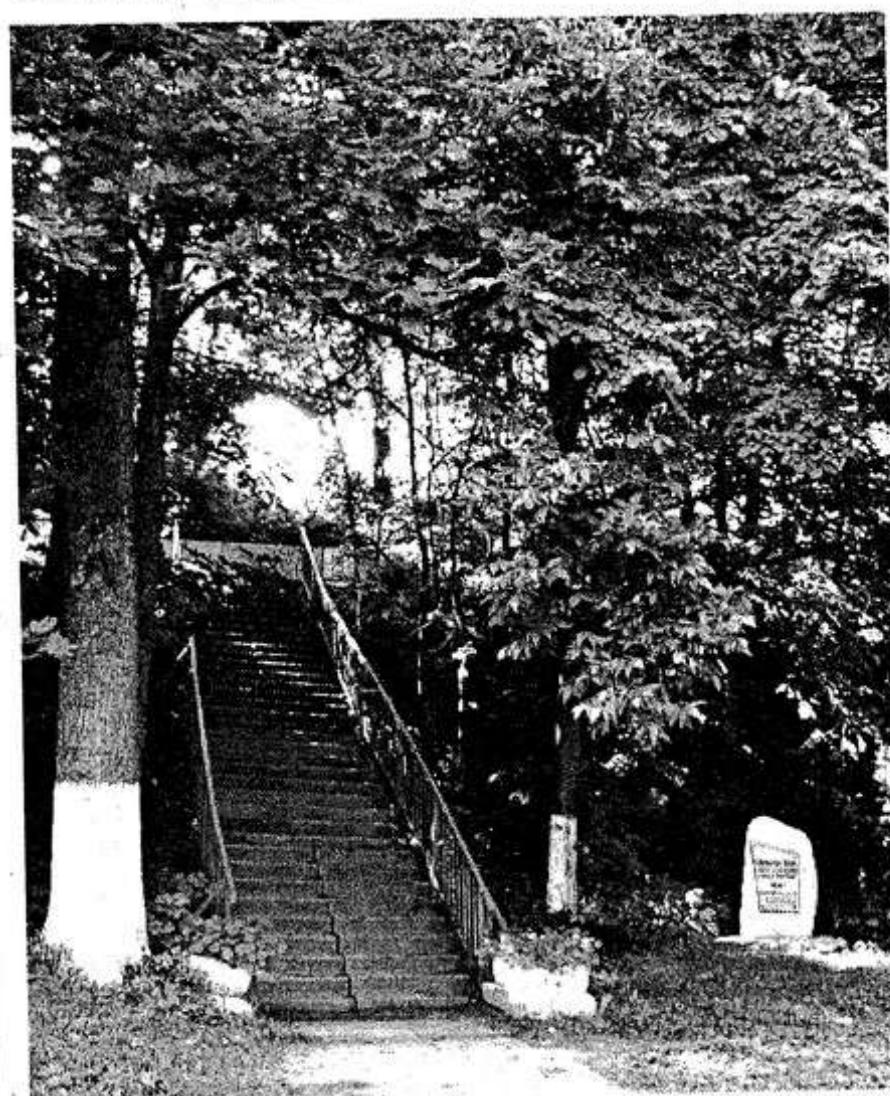
Кавказская война, длившаяся более 45 лет (1817—1864), завершилась покорением народов Кавказа и массовым переселением горцев, не желавших подчиниться русскому царю. С 1862 по 1882 г. одним из мест их ссылки являлась Псковская губерния.

После окончания Кавказской войны продолжались стихийные выступления горцев Дагестана. В 1877 г. горцы Дагестана и Чечни подняли восстание, закончившееся его подавлением.

Главнокомандующий Кавказской армией великий князь Михаил Николаевич принял решение о высылке

## • Наш опрос ВАШЕ ЛЮБИМОЕ МЕСТО В ГОРОДЕ?..

С таким вопросом обратился корреспондент газеты к опочанам и гостям города



П.И.НИКОЛАЕВ, пенсионер:

- Мое любимое место в Опочке — парк в районе Вала. Недалеко находится дом, где я вырос. Здесь прошло мое детство. В годы моей юности я любил ходить сюда с друзьями. В выходные и праздничные дни играл духо-

вой оркестр, работали аттракционы. Вечером на летней площадке были танцы.

Сейчас вожу туда на прогулку внука. Обидно, что такое прекрасное для отдыха место приходит в запустение.

В.Н.АНДРЕЕВА, служащая:

- Трудно выделить какое-то одно любимое место, в Опочке их много. Например, мне нравится берег реки в районе городского стадиона. Там всей семьей мы летом любим купаться и загорать. Мне кажется, для большинства людей самыми любимыми являются места их детства, они всегда дороги и всегда самые лучшие.

А.А.СМИРНОВ, водитель:

- Сам я родом из Мурманска. Когда пять лет назад я приехал в гости к своим знакомым, мне безумно понравился ваш город. И когда встал вопрос, куда переезжать жить (врачи посоветовали супруге сменить климат), мы, не задумываясь, выбрали Опочку. Купили дом. Река рядом, вокруг много зелени и цветов.

Н.А.АЛЕКСАНДРОВ, военный комиссар Опочецкого района:

- Я отношуясь к числу опочан, для которых парк на Валу — самое любимое место. С ним связаны воспоминания юности. Во время учебы в военном училище и службы вдали от дома, приезжая в отпуск, обязательно посещал эти места. Считаю, Опочка повезло, что в центре города есть такой зеленый уголок. Надо ценить это и относиться к нему бережно.

Опрос провел  
Е. ПУЛЬША.

## ВЕК ЖИВИ — ВЕК УЧИСЬ

Мир вокруг нас так быстро меняется, что взрослый человек начинает понимать: он должен изменяться и сам, он должен учиться... Принцип пожизненного образования — это веление времени.

Когда мы говорим "образование взрослых", то имеем в виду не просто дополнение к среднему и последующему образованию, от чего мир уже практически отказался, а всю систему формирования человека, его воспитание, обучение, переподготовку, совершенствование, неформальное постоянное пополнение знаний в течение всей жизни. Сегодняшнее состояние образования взрослых в Опочецком районе можно характеризовать как недостаточное. Хотя этим вопросом занимаются и образование (дополнительные курсы, кружки, повышение квалификации), и культура (клубы, хоры, кружки ремесел, студии), и служба занятости (переобучение, работа с женщинами, молодежью, инвалидами), и даже руководители любой организации (семинары, планерки, рабочие собрания...). Однако основная масса взрослого населения района лишена возможности само совершенствования и адаптации

к стремительно изменяющимся условиям жизни. В определенной степени это не способствует развитию района. Назревает необходимость создания центра обучения взрослого населения в районе.

На протяжении последних трех лет методический отдел ЦДиК в плотную занимался подготовкой к этому. Специалисты отдела посещали специальные курсы по вопросам андрогогики, изучали опыт работы европейских стран в этом направлении. ЦДиК является инициатором и организатором ряда межрайонных семинаров по актуальным вопросам развития местной культуры.

В мае — июне этого года методическим отделом ЦДиК было проведено анкетирование, целью которого являлось выявление интересов граждан Опочецкого района, состоявших на учете в центре занятости населения. 82% опрошенных за последние 2-3 года не участвовали ни в каких образовательных мероприятиях (имелись в виду кружки, семинары, тренинги, хобби-курсы и т.д.). При этом 68,8% опрошенных высказали явное желание продолжить свое обучение и даже готовы за это вносить не-

большую плату. Интересен факт, что хотят продолжить свое обучение те, кто уже имеет высшее или среднее специальное образование. Наибольшее количество опрошенных желающих заниматься на курсах садоводства и цветоводства, любителей охоты и рыбалки, 15,6% изъявили желание выезжать в столичные музеи, театры, 9,4% хотят учиться красиво организовывать семейные торжества, 11,5% — заниматься в спортивно-оздоровительных секциях.

Результаты анкетирования показывают, что даже при нынешнем уровне мотивации спрос на образовательные услуги далеко опережает предложение.

Проект "Районный центр образования взрослых", разработанный методическим отделом ЦДиК, на первом этапе предусматривает не только проведение исследовательской деятельности, развитие информационной и методической базы, но и создание центра инициатив. Мы приглашаем к сотрудничеству всех желающих изменить свою жизнь и ждем ваших предложений.

Л. ВАСИЛЬЕВА,  
зав. методическим отделом  
ЦДиК.

## ОГАИ РАСКРЫТО 15 ПРЕСТУПЛЕНИЙ

При надзоре за движением за 6 месяцев текущего года сотрудниками ОГАИ Опочецкого РОВД было выявлено 1390 нарушений правил дорожного движения.

За управление транспортом в состоянии алкогольного опьянения задержано 46 водителей, за отказ от прохождения медицинского освидетельствования — 96.

Во время проведения специальных мероприятий сотрудниками ОГАИ было раскрыто 15 преступлений, изъято 36 единиц огнестрельного оружия и 207 патронов.

За полгода на территории района зарегистрировано 18 дорожно-транспортных происшествий, связанных с травмированием и гибелю людьми. Основные причины ДТП — выезд на полосу встречного движения, превышение скоростного режима. Нарушили ПДД и пешеходы.

## Нам пишут ЕСТЬ ИДЕЯ!

Многие регионы стали зарабатывать туризмом. Почему бы и нашему району не перенять положительный опыт?

По телевизору видела сюжет: небольшие фирмы предлагают провести выходные за городом. Отдых активный. Плоходы, соревнования, конкурсы, а вечером песни у костра. Места у нас есть очень красивые.

Почему бы работникам культуры не взяться за разработку подобных проектов? Продумать туристские маршруты, подготовить небольшую спортивно-развлекательную программу. Затрат на такой вид организованного отдыха немного. Необходимо лишь приобрести несколько палаток и спальных мешков. Причем затраты скоро окупятся даже при самых низких ценах на путевки.

Приглашать желающих отдохнуть можно через газету и через интернет. Грамотно продуманные и интересные туристические маршруты с рассказом об исторических местах опочецкой земли и возможностью оторваться от цивилизации и найти новых друзей привлекут и стоячих жителей.

Думаю, стоит подумать над моей идеей.

С. СТЕПАНОВА.

## • Страницы истории ОПОЧКА — МЕСТО ССЫЛКИ

«мятежных горцев». Министерство внутренних дел разместило часть семей в уездном городе Опочке.

Несмотря на четкую организацию приема и размещения горцев, вспышку массовых заболеваний предотвратить не удалось. Около 10% прибывших оказались больны тифом, быстро распространившимся. Местными властями предпринимались меры по оказанию медицинской помощи, организации правильного питания и быта переселенцев.

Не осталась в стороне и общественность. Для улучшения надзора и ухода за больными, приготовлением и разнообра-

зием их пищи в Опочке «составился особый попечительский дамский комитет с ежедневным дежурством». Постепенно был созданы наладился. К октябрю 1878 г. 11 мальчиков-горцев получали русской грамоте. В казармах открылись мастерские по изготовлению серебряных и медных изделий, сапожного дела, что способствовало получению дополнительных заработков переселенцами.

Военная служба традиционно была «отхожим промыслом» горцев. Во время Кавказской войны в состав Русской армии входили соединения, сформированные из местных жителей. Среди высланных горцев

были состоявшие ранее на службе в Русской армии и имевшие награды от русского правительства. В Опочке таких насчитывалось 17 человек.

Сильные горцы пробыли в городе около трех лет. Многие из них умерли от чужого климата и тоски по родине. Если на 16 февраля 1878 г. их насчитывалось 830 человек, то на 1 января 1882 г. — 332 человека. Вели себя очень хорошо. По воспоминаниям современника, «кладбище для них было отведено за Новоржевской слободой, рядом со старым иудейским».

Как было слышно, горцы получили свободу и возвращены на родину по ходатайству Опо-

ческой помещицы княгини Дондуковой-Корсаковой, жены Кавказского наместника князя А.М. Дондукова-Корсакова. Было также слышно, что и в городе их много умерло, в особенности во время перехода через Черное море много из них заболело, и весьма немногие из них вернулись домой».

Горцы оставили заметный след в Опочке; в память об их пребывании городская Дума в 1910 г. назвала одну из улиц Кавказской.

Последнее упоминание в архивах о пребывании горцев в Опочке относится к 18 января 1882 г. Сведений о возвращении и отправке их на родину не имеется.

Подготовил  
А. БОГДАНОВ.

На приеме у врача**ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ИНСУЛЬТА**

Большинство людей четко представляют себе, что надо делать, чтобы не попасть под машину, не заразиться ВИЧ или не утонуть. Основам безопасности нас учат с детства. Однако мало кто знает, что инсульт уносит не меньше жизней, чем аварии и несчастные случаи. По статистике, в результате инсульта погибает каждый второй или третий человек. Поговорить об инсультах мы решили с врачом-неврологом центральной районной больницы А.В.ЛЫСЕНКО.



**- Алла Владимировна, каковы основные причины развития инсультов?**

- Наиболее частыми причинами сосудистых поражений мозга являются гипертоническая болезнь (35%), атеросклероз (30%) и сочетание атеросклероза с повышенным артериальным давлением (23%). Значительно реже (12%) – инфекционные и инфекционно-аллергические заболевания, токсические и травматические поражения сосудов мозга, аномалии сердечно-сосудистой системы, болезни крови и эндокринных органов.

Можно сказать, что инсульт всегда развивается на фоне «сосудистого неблагополучия мозга».

**- Кто же рискует пострадать от инсульта?**

- Различных факторов и патологических процессов, приводящих к цереброваскулярным нарушениям, более 100. В их числе выделяют наследственность и некоторые семейные заболевания, сочетающиеся с атеросклерозом, например, ожирение, желчнокаменную болезнь, гипертонию, сахарный диабет.

Возраст наиболее значимым фактором риска становится у лиц старше 50 лет. Мужчины «опережают» женщин в возрастных изменениях липидного обмена примерно на десятилетие. Поэтому среди больных с инсультом до 70 лет преобладают мужчины из-за склонности к развитию атеросклероза в более молодом возрасте.

Особое место среди факторов риска занимают повышенное артериальное давление и атеросклероз. Именно гипертония повышает вероятность развития инсульта в молодом возрасте.

Развитию раннего атеросклероза способствуют и от-

дельные особенности характера – агрессия, суеверность, нервность и нетерпимость к окружающим, раздражительность. Не менее опасны и противоположные наклонности – малоподвижный образ жизни в сочетании со слабостью нервных процессов, особенно тормозного. В образе жизни человек должен придерживаться «золотой середины».

К факторам риска относятся алкоголь и курение. При злоупотреблении спиртными напитками наибольшее количество алкоголя накапливается в мозге. Если концентрацию алкоголя в крови принять за единицу, то в мозге его будет больше почти в два раза. 100 г принятого алкоголя сгорают примерно за сутки, а его метаболиты задерживаются в головном мозге от 2 до 3 недель!

Алкоголь вызывает изменения не только сосудов, но и свойств крови. Безвозвратно погибает обескровленная нервная ткань.

Не меньший вред сосудам головного мозга наносит курение. Причем страдает не только сам курильщик, но и те, кто находится рядом с ним. Ученые предупреждают, что сочетание воздействия никотина и оксида углерода, образующегося при курении, приводит к быстрому прогрессированию атеросклероза, особенно у молодежи и у тех, кто выкуривает 1,5-2 пачки в день.

**- А как влияет питание?**

- Доказано, что одним из факторов риска является высокий уровень холестерина. Питание должно быть рациональным. В рацион необходимо включать грубую растительную пищу, ограничивать употребление насыщенных жиров, рафинированного сахара, поваренной соли. Особое значение в антисклеротической диете при надлежит морепродуктам.



**- Алла Владимировна, каков же главный принцип профилактики инсультов?**

- Главный принцип – индивидуальность. Хотя можно дать и общие рекомендации. Немедикаментозная профилактика предполагает правильный образ жизни, контроль за состоянием здоровья лиц с сосудистыми заболеваниями, организацию режима труда и отдыха, нормальный сон, правильную психологическую настроенность, отказ от курения, ограничение употребления алкоголя, борьбу с избыточным весом, занятия лечебной физкультурой и сбалансированное питание.

Медикаментозная профилактика проводится по результатам обследования. Лечебные препараты может назначить только врач. Иногда люди, услышав об очередной «плане», от всех болезней, прекращают прием назначенных лекарств, в результате чего их состояние ухудшается.

**- Какова статистика инсультов по Опочецкой ЦРБ?**

- Следует отметить, что число инсультов растет. Так, в 2003 году из 51 больного с инсультом 21 умер. В прошлом году больных было несколько больше, а смертность ниже.

Течение инсульта зависит от характера сосудистого процесса, осложнений. Подавляющее большинство больных с инсультом подлежит госпитализации.

В Опочецкой ЦРБ неврологические койки развернуты на базе 2-го хирургического отделения. Здесь работает слаженный высокопрофессиональный коллектив.

Основная же нагрузка по выхаживанию тяжелых, порой практически безнадежных больных ложится на плечи медицинских сестер В.В.Шкарбутко (старшая медсестра), Т.В.Ивановой (трудится в отделении с 1971 года), Х.С.Наумкиной, И.В.Парамоновой, И.В.Павловой, И.О.Бахматовой и санитарок Н.М.Захаровой, О.Т.Бобровой, Н.Б.Дмитриевой, И.Б.Дмитриевой, Н.В.Павловой.

Несмотря на низкие зарплаты, они сутками не отходят от пациентов, требующих к себе повышенного внимания. Им приходится несколько раз в день перевернуть больного, перестелить его постель, через каждые два часа измерять давление. Без преувеличения мож-

но сказать, что труд их «каторжный».

Добавлю, что здесь всю жизнь проработали Л.А.Гаврилова и Г.А.Федорова.

**- Но вот пациента выпивают домой...**

- После проведенного в стационаре лечения больной нуждается в длительной реабилитации, и здесь родственникам особое внимание следует обращать на создание благоприятной эмоциональной обстановки и надлежащий уход. Многие больные тяжело переживают свою зависимость от окружающих, бездействие, у них появляется страх остаться инвалидом. Некоторые впадают в депрессию, замыкаются в себе, другие становятся капризными, раздражительными.

Проявляйте терпение, выражайте свою любовь, уверенность в том, что близкий человек обязательно вернется к активной жизни.

**- Можно ли отнести инсульт к сезонным заболеваниям?**

- Нарушения мозгового кровообращения могут произойти в любое время года, однако в весенне-летний период случаются случаи повторных инсультов. Человеку, перенесшему инсульт, кажется: раз вышел победителем, теперь ничего не страшно. И он хватается за лопату, стремясь не отстать от соседей. Результат – «скорая» привозит его в больницу прямо с грядки. Все виды инсулта имеют тенденцию повторяться. Поэтому людям с больным сердцем, высоким артериальным давлением и особенно перенесшим инсульт надо строго следить за уровнем физических нагрузок, постоянно принимать назначенные лечащим врачом препараты, проходить курсовое лечение.

В заключение добавлю, что для пациентов с начальными проявлениями недостаточности мозгового кровообращения разработана оздоровительная программа «Здоровый мозг». Бесседовала Н. ИЛЬИНА.

От редакции: основные положения программы «Здоровый мозг» будут опубликованы в одном из ближайших выпусков «Айболита».

**ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ СТРАНИЦА****РОСПОТРЕБНАДЗОР  
СООБЩАЕТ**

За последние годы на рынке Псковской области появилось большое количество некачественной и фальсифицированной продукции (речь идет о минеральной и питьевой воде, расфасованной в емкости). Во многих случаях имеют место нарушения порядка выдачи разрешительных документов, в том числе и на минеральную воду.

Главный государственный санитарный врач по Псковской области вынес постановление, которым предписал руководителям территориальных отделов Роспотребнадзора усилить государственный санитарно-эпидемиологический надзор за производством и оборотом минеральной и питьевой воды, расфасованной в емкости, определив данное направление своей деятельности в качестве одного из приоритетных на 2005 год.

В Псковской области главным государственным санитарным врачом отменен запрет на реализацию продукции ООО «Ржевпиво».

Пора подумать о новом зимнем эпидсезоне. Главное сейчас – изыскать и выделить средства для приобретения вакцины от гриппа.

Всемирная организация здравоохранения уже несколько лет прогнозирует появление новой разновидности вируса гриппа. Если это произойдет, не исключена пандемия данного инфекционного заболевания и рост смертности.

По решению ВОЗ во всем мире ведется работа по ликвидации к 2010 году кори. В течение последних семи лет в Псковской области отмечено всего 35 случаев заболевания корью, причем в 2003-2004 годах не зарегистрировано ни одного заболевшего. В Опочецком районе проходит вакцинация и ревакцинация от кори, в том числе взрослых людей. На это выделены деньги. Все жители района должны отнестись с пониманием к необходимости данной работы и пойти навстречу медработникам, проводящим вакцинацию, которая должна завершиться к концу 2005 года.

Т. МИХАЙЛОВА,  
начальник ТО  
Роспотребнадзора.

## РЕЦЕПТЫ ВАРЕНЬЯ

### ВАРЕНЬЕ ИЗ ЗЕЛЕНЫХ ПОМИДОРОВ

Зеленые помидоры – 60-70 шт., сахар – 1 кг, вода – 1 л.

Помидоры вымыть, разрезать на половинки, вычистить семена и варить в трех водах по 5-7 минут, чтобы помидоры не горчили. Тщательно промывать каждый раз холодной водой. Потом положить помидоры в сироп (можно очистить их от кожицы) и варить до загустения. Оставить на ночь охлаждаться и разлить по банкам.

### ВАРЕНЬЕ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Черная смородина – 1 кг, сахар – 400-500 г.

Смородину промывают, отделяют от кистей, подливают несколько ложек воды и при постоянном помешивании варят, чтобы она полностью размягчилась. При кипении добавляют по частям сахар и после последней порции варят еще около 10 минут.

Кипящим вареньем заполняют до краев банки, обернутые влажным полотенцем. Края быстро вытирают, быстро укрепляют крышки, банки переворачивают вверх дном, накрывают тканью и оставляют охлаждаться.

### ВАРЕНЬЕ ИЗ МОРКОВИ

Морковь – 800 г, для сиропа: сахар – 400 г, вода – 3/4 стакана.

Уварить морковь до мягкости, нарезать звездочками (формой), опустить в густой сироп. На 400 г моркови довольно 200 г сахара. Уваривать до прозрачности.

### ВАРЕНЬЕ КРЫЖОВЕННОЕ ИЗУМРУДНОЕ

Крыжовник – 1 кг, сахар – 1,4 кг, вишневые листья – по вкусу.

Приготовить отвар из вишневых листьев: 100 г свежих, тщательно вымытых листьев залить 3 стаканами воды, довести до кипения и охладить. На вымытых ягодах крыжовника сделать надрезы и удалить семена, залить ягоды вишневым отваром и поставить в холодное место на 12 часов. Затем сок слить и на нем приготовить сахарный сироп. Горячим сиропом залить ягоды и варить около 15 минут, за 2-3 минуты до окончания варки бросить в варенье десяток свежих вишневых листьев.

Готовое варенье сразу же разложить в банки и закатать жестянными крышками.

### ВАРЕНЬЕ ИЗ КРЫЖОВНИКА С АПЕЛЬСИНОМ

Крыжовник – 1 кг, апельсины – 1-2 шт., сахар – 1-1,3 кг.

Крыжовник и апельсин измельчают с помощью миксера или пропустив через мясорубку. Добавляют сахар и хорошо размешивают до его растворения. Варенье раскладывают в банки и закрывают полиэтиленовыми крышками.

## РАСШИРЕН СПИСОК ПАМЯТНЫХ ДАТ

Подписан Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О днях воинской славы (победных днях) России», сообщила пресс-служба президента РФ.

Праздничный вопрос всегда волнует российское общество. Не так давно много споров вызывал даже выбор памятных и праздничных дат в календаре. Спорили и насчет 1 Мая, и насчет 8 Марта. В результате дискуссий многие видные политики высказывали предложения, что этот список еще надо уточнить и вносить изменения. И вот появились первые дополнения. В результате прежний закон расширился на одну статью – 11-ю, которая добавила еще пять памятных дат: 25 января – День российского студенчества, 12 апреля – День космонавтики, 3 сентября – День солидарности в борьбе с терроризмом. 7 ноября – День

Октябрьской революции 1917 года, 12 декабря – День Конституции РФ.

То есть к пятнадцати собственно военным дням добавлены еще пять памятных дат. Многие из них и так были официальными праздниками и даже выходными днями. Например, День Конституции или 7 ноября. Правда, «ноябрьские каникулы» в последнее десятилетие именовали «примирением и согласием», что вызвало немало скепсиса.

День российского студенчества появился благодаря указу императрицы Елизаветы Петровны, основанной в 1755 году Московский университет.

А 3 сентября будет всегда напоминать нам о трагедии в Беслане и действительно объединять в борьбе с нелюдями-террористами.

(«Российская газета»  
от 23 июля 2005 года)

## Тест КАК ВЫ ПОЖИМАЕТЕ РУКУ?

Как вы привыкли пожимать руку? Это пожатие говорит о вашем характере.

❶ Крепкое пожатие иногда вызывает у другого человека чувство неловкости. Вы как бы говорите: ты у меня в руках, я держу тебя крепко, тебе от меня не удрать.

❷ Пожатие двумя руками. Оно характеризует людей очень решительных, без колебаний. Это двойное движение служит для того, чтобы передать двойное радушение. В нем хотят передать честность и сердечность отношений. На самом деле такое преувеличение пожатия характерно для высокочек и нахалов.

❸ Пожатие руки "ножница". Делается человеком, который думает и дает вам понять о своем превосходстве над вами.

❹ Пожатие прямое, вытянутой рукой. Это значит, что перед вами человек уравновешенный и уверенный в себе. Он чувствует себя с вами на равных и рад знакомству.

❺ Одна рука пожимает руку, а другая лежит на плече. Это способ приветствия, который, с одной стороны, выглядит радушным, а с другой – держит на расстоянии. Это приветствие как бы сверху вниз, намекающее, что надо знать свое место.

❻ Иллюзия пожатия. Это дежурное, а не дружелюбное пожатие руки. Легкое прикосновение говорит только о формальном выражении вежливости.

(«Женское здоровье»)



## ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

Четверг, 28 июля

Ночью +12+14°C. Днем +19+21°C. Атмосферное давление 751 мм рт. ст. Преимущественно без осадков. Ветер западный, 4-7 м/сек.

Пятница, 29 июля

Ночью +12+14°C. Днем +22+24°C. Атмосферное давление 754 мм рт. ст. Без осадков. Ветер юго-западный, 1-3 м/сек.

Последняя четверть 28 июля в 7 часов 20 минут. С 21 часа 55 минут 27 июля до 6 часов 3 минут 30 июля Луна в знаке Тельца.

Газета зарегистрирована Государственной региональной инспекцией по защите свободы печати и массовой информации при Мининформпечати Российской Федерации, г. Санкт-Петербург. Регистрационный № П 0694 от 26.09.1997 г.

### УЧРЕДИТЕЛИ ГАЗЕТЫ

Муниципальное предприятие «Редакция газеты «Красный маяк», комитет по СМИ администрации Псковской области, администрация Опочецкого района.

НАШ АДРЕС: 182330 г.Опочка ул.Коммунальная д.8/15  
E-mail: krmajak@ellink.ru Индекс: 53496

ТЕЛЕФОНЫ: редактора -- 2-17-07 (факс), зам. редактора, отдела социальных проблем -- 2-20-22, отдела экономики -- 2-16-43, бухгалтера -- 2-19-20 (приём объявлений)

За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет.  
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Материалы публикуются на правах рекламы.

Дорогую Марию Григорьевну КУДИНУ  
поздравляю с днем рождения.  
Желаю здоровья, душевного спокойствия, крепости сил.

Ермолаева.



### ДЛЯ ВАС, АВТОВЛАДЕЛЬЦЫ!

Новый вид услуг – промывка инжекторных и дизельных двигателей легковых автомобилей и микроавтобусов.  
Адрес СТО: г.Опочка, ул.Механизаторов, 11. Тел. 2-35-72.

### АГЕНТ ОАО СТРАХОВАЯ КОМПАНИЯ «РУССКИЙ МИР» ФИЛИАЛА «ПСКОВСКИЙ»

предлагает:

- оформление полисов ОСАГО (аптечка в подарок, скидка 10% на 3-й год страхования);
- полисы «Зеленая карта»;
- страхование строений, имущества;
- страхование от несчастных случаев и др.

Обращаться по адресу: пл.Советская, 1-а.  
Телефоны: 2-30-58, 8-911-368-84-74 в Опочке.

### СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ

надомные работники, проживающие в вашем регионе. Работы несложные, сдельные.

Оплата очень высокая.  
Заявки присыпайте по адресу:

121354 г.Москва, а/я 272  
(для ускорения ответа вложите конверт с вашим адресом).

Организация ООО «Себеж-4»  
ЗАКУПАЕТ древесину деловую, дровяную и хвойные породы. Контактные телефоны: (81140) 33497, (81140) 33498.

ПРОДАЮ радиаторы чугунные 55 секций. Стальной радиатор. Комплект газосварочного оборудования. Кислородный, пропановый баллоны, редукторы и др. Плита газовая, 4 горелки. Цена договорная. Телефон: 9-54-75.

ТРЕБУЕТСЯ продавец в палатку. Телефон: 2-45-67, звонить после 21.00.

ПРОДАЕТСЯ ЗИЛ-157. Тел. 8-921-212-47-49. Цена договорная.

Срочно недорого ПРОДАЕТСЯ ВАЗ-21043, 1998 года выпуска, двигатель 1,5. Цена договорная. Телефон: 8-911-352-85-88.

ПРОПАЛА собака ротвейлер – девочка. Знающих местонахождение прошу сообщить по телефонам: 8-911-364-92-92 или 2-48-38, за вознаграждение.

ПРОДАЕТСЯ телка, 6 месяцев. Обращаться: Краснооктябрьская волость, д.Бабенцы, к Нине Васильевне Ильиной.

ПРОДАЕТСЯ новый женский кожаный пиджак, светло-голубой, короткий, размер 44-46, Германия. Телефон: 8-911-362-89-75.

ВОЗЬМУ В АРЕНДУ ГАЗ-53 (самосвал). Рассмотрю варианты. Телефон: 8-911-384-37-09.

КУПЛЮ лес. Телефон: 8-911-350-44-97.

ТРЕБУЕТСЯ няня. Телефон: 8-911-361-33-11.

На заправочную станцию ТРЕБУЮТСЯ операторы-кассиры, мужчины без вредных привычек. Обучение. Оплата согласно штатному расписанию. Телефоны: 2-26-68 (с 9.00 до 17.00), 8-921-113-54-29.

Для работы на СТО ТРЕБУЮТСЯ квалифицированные автослесари. Адрес: СТО, г.Опочка, ул.Механизаторов, 11. Телефон: 2-35-72.

ПРОДАЮТСЯ дрова чурками с доставкой – береза, осина, ольха. Телефон: 8-911-384-37-09.

ПРОДАЕТСЯ автомобиль ГАЗ-21063 1992 года выпуска, в хорошем состоянии. Тел. 2-41-20. Цена при осмотре.

ПРОДАЮТСЯ кузнецкий пневматический молот. Телефон: 8-921-217-50-85.

КУПЛЮ кузнецкий пневматический молот. Телефон: 8-911-350-44-97.

ПРОДАЕТСЯ автомобиль «Москвич-214122», 1995 года выпуска, в хорошем состоянии. Телефон: 8-911-367-29-90.

КУПЛЮ дом на окраине или на расстоянии не более 5 км от города. Телефон: 8-921-607-07-16.

ПРОДАЮТСЯ литые диски на ВАЗ, 5 шт. в комплекте с резиной.

ПРОДАЮТСЯ шины R-13 205/60, 4 шт. Тел. 8-911-360-26-33.

ПРОДАЕТСЯ бензопила «Урал», новая, в комплекте. Обращаться: д.Карпово Ладыгинской волости, к Гавриловой З.Н.

Администрация Ладыгинской волости с глубоким прискорбием извещает, что на 79-м году жизни скончался

ИВАНОВ

Сергей Алексеевич, работник администрации Ладыгинской волости, участник и инвалид Великой Отечественной войны, ветеран труда, председатель волостного совета ветеранов, и выражает искреннее соболезнование родным и близким покойного.

Главный редактор Н.С. ПАВЛОВА

Объем 1 усл. печатный лист

ТИРАЖ: среда -- 4405  
суббота -- 5780

Печать офсетная Заказ № 34

Подписано в печать 25.07.2005 г. в 17.00 Срок подписания в печать 17.00