



КРАСНЫЙ МАЯК

ГАЗЕТА ОСНОВАНА
В 1918 ГОДУ

ЗОЛОТОЙ
ФОНД
ПРЕССЫ
2012

Среда, 22 августа 2012 года

№69 (12401)

ВЫХОДИТ ПО СРЕДАМ И СУББОТАМ

Цена 7 руб.

LENTA.RU

НОВОСТИ
ИЗ ИНТЕРНЕТА

Московской области компенсируют налоговые потери, связанные с передачей части ее земель Москве. По данным «Ведомостей», президент Владимир Путин поручил Минфину и Минэкономразвития совместно с властями Подмосковья и Москвы оценить потери области от передачи земель и представить предложения по их компенсации.

* * *

Правительство РФ одобрило законопроект о введении обязательных прямых выборов мэров во всех городах России. Документ еще в мае был представлен Минрегионом. Сейчас главы муниципалитетов могут избираться как прямым голосованием, так и депутатами законодательных собраний. Законопроект запрещает нечестные выборы.

* * *

Число избирателей в России составило 108 миллионов 649 тысяч человек. Такие данные содержатся в очередном отчете Центризбиркома РФ по данным на июль 2012 года. Как отмечает «Коммерсантъ», это на 736 тысяч меньше, чем значилось в списках избирателей по итогам президентских выборов 4 марта.

* * *

Патриарх Московский и всея Руси Кирилл и председатель Епископской конференции Польши архиепископ Юзеф Михалик призвали русские и польские народы простить друг друга, подписав в Варшаве послание о примирении. При этом главы церквей выразили стремление сотрудничать с государством и осудили однополые браки и аборт.

* * *

Министр спорта России Виталий Мутко заявил, что в стране есть трудности с тренерскими кадрами и для решения этой проблемы планируется массовое приглашение иностранных специалистов. В первую очередь иностранные тренеры будут приглашаться в плавание, где, по словам министра, потеряна система подготовки кадров.

* * *

Директор российского топливного союза Григорий Сергиенко прогнозирует осеннее повышение цен на бензин в среднем на 2-2,5 рубля. Эксперт связал подорожание с окончанием отопительного сезона и началом уборочной страды.

Противопожарная безопасность

ОГОНЬ БУДЕТ ПОБЕЖДЕН

Погода в наших краях – вещь часто непредсказуемая и труднопрогнозируемая. Сегодня еще идет дождь, а завтра траву и лесной мох высушит солнышко, и от брошенного окурка может запылать лес или деревенский дом. Чтобы этого не происходило или происходило как можно реже, на уровне района имеется противопожарная служба. Непосредственно на местах созданы добровольные пожарные дружины или команды. Вторые в отличие от первых имеют более высокий статус и наделены противопожарной техникой.

В Звонской волости, к примеру, создана ДПК, имеющая на вооружении настоящую пожарную машину на базе ГАЗ-66. Закреплена она за жителем деревни Терехи Ю.В.АЛЕКСЕЕВЫМ.

– Эту машину я помню еще новенькой, пахнущей свежей краской, – рассказывает Юрий Васильевич. – В 1985 году ее получил колхоз «Урожай». Закрепили автомобиль за мной и еще одним водителем. Когда колхоз стал рушиться, досталось и пожарной машине – бывшие колхозники стали помаленьку автомобиль разбирать. Его давно бы уже не стало, если бы не передали в волость. Частично мне пришлось машину восстанавливать. Сейчас ГАЗ-66 в порядке, в любой момент мы с ним готовы выехать на пожар.

Некоторое недоверие присуще каждому журналисту, и автор статьи в этом отношении не исключение. Попросил Юрия Васильевича завести старенькую «пожарку», чтобы проверить этот самый «любый момент». Он с легкой усмешкой повернул ключ зажигания, и два месяца не заводившийся мотор мерно зарокотал. Для пущей убедительности водитель указал на стоящее рядом с машиной пускозарядное



устройство, с помощью которого ГАЗ-66 можно завести в любой мороз.

Машина стоит в бывшем колхозном овощехранилище, утепленном слоем земли. Ю.В.Алексеев говорит, что воду из пожарного автомобиля он не сливает до января. Делает это только в сильные морозы, когда автомобиль и его водителя снимают с дежурства.

А так в случае пожара в Лобовской волости в доме Юрия Васильевича раздается телефонный звонок из пожарной части, и он на старенькой машине устремляется навстречу огню. Только в этом году три раза приходилось выезжать на пожар, последний раз в июне, когда горел ангар в деревне Лобово. Конечно, противопожарная техника в ПЧ-20 более мощная и современная, но и старенькому ГАЗ-66 работа находится. Часто он на пожар приезжает раньше городских пожарных машин, что и неудивительно. Достаточно сказать, что от Лобова до самой удаленной от него деревни Жюги 15

километров. Плюс к ним 28 километров от Опочки до Лобова. Пока машины из города преодолевают почти полсотни километров, местный пожарный автомобиль может первым противостать огню.

Сельское бездорожье машине с самоблокирующимися мостами не преграда. Передний и задний мосты на ней родные, резина тоже заводская, нигде не потрепалась. Поддерживать автомобиль в рабочем состоянии помогает большой опыт Юрия Васильевича в обращении с техникой. В колхозе «Урожай» он работал и на машине, и на комбайне. Сейчас у него в личном хозяйстве есть два трактора, зерноуборочный комбайн и машина «Соболь». Так что справиться с одной пожарной машиной ему вполне по силам. В любое время дня и ночи ГАЗ-66 из деревни Терехи готов выехать на ликвидацию пожара, но лучше, чтобы огонь обходил наши края стороной.

А. КРЫЛОВ.

Православие

БЛАГОДАТНЫЙ МОЛЕБЕН У СТЕН ПОЛУРАЗРУШЕННОГО ХРАМА

14 августа, в праздник святых мучеников Маккавеев (медовый Спас), в д. Камено Опочецкого района у полуразрушившегося храма в честь иконы Божией Матери «Знаменская» состоялось освящение воды и меда нового урожая. Здесь собрались местные жители, паломники из Опочки. Возглавил праздничную службу настоятель Преображенского храма отец Николай.

Каменная церковь в свое время была одним из центров паломничества в Псковской губернии. Есть сведения, что сюда приезжали верующие из Москвы и других отдаленных городов поклониться чудотворной Знаменской иконе Божией Матери, от которой совершались многие чудеса.

В советское время храм был закрыт, колокольня разрушена. В здании размещались клуб, конюшня. Сегодня храм нахо-

дится в плачевном состоянии. Крыша прогнила, дверей и окон нет, пол провалился. Но стены еще крепкие, уверенно удерживают своды и центральный купол.

Речи о восстановлении храма пока не идет, поскольку связано это с большими материальными затратами. Но к празднику силами местных жителей удалось навести порядок вокруг – были выпилены деревья около храма и на самом храме, скошенная трава.

В этот день шел дождь. Как отметил отец Николай, видимо, так устроил Господь, чтобы собравшиеся помолились в храме, в его притворе, где была хоть некоторая защита от непогоды. Молившиеся в этом святом месте явно ощутили благодать. А когда все вышли на крестный ход, дождь закончился, но после завершения службы пошел снова. Отец Николай назвал это маленьким чудом.

Благоустройство

ЗААСФАЛЬТИРУЮТ ДВОРЫ И ПРОЕЗДЫ

Как стало известно, тендер на благоустройство дворов и улиц нашего города выиграла дорожно-строительная организация ДЭУ-2. Где и на каких участках будет уложен асфальт, мы попросили рассказать главного инженера Опочецкого филиала ДЭУ-2 Александра Григорьевича ДУДЕЦКОГО.

– По условиям контракта, нам предстоит заасфальтировать участки проездов во дворах микрорайона улицы Автозаводской, улицы Ленина (возле дома №16), многоквартирного дома по адресу: улица Коммунальная, дом №70, к домам на улицах Суцеской и Строителей. На последнем объекте уже выполнены подготовительные работы – сделана планировка проезжей части и обочин. Сейчас эти работы ведутся на улице Автозаводской.

Как только бригада асфальтоукладчиков завершит работы на объектах в Краснотуровской, она начнет их в Опочке. Окончить благоустройство дворов и проездов дорожники намерены к октябрю.

Областные новости

Большой театр России выступит на праздничных мероприятиях в Изборске

7 сентября в Изборске состоится концерт Большого театра России под названием «Большой театр – Старому Изборску». Он пройдет в рамках основных праздничных мероприятий, посвященных 1150-летию зарождения Российской государственности и 1150-летию основания Изборска.

Как сообщил председатель Государственного комитета Псковской области по культуре Александр Голышев, для концерта в Изборске будут установлены сцена и партер на 1500 зрительских мест.

Концерт пройдет в двух отделениях с участием оркестра, хора, солистов Большого театра России. Зрители услышат увертюру, арию князя Игоря, «Половецкие пляски» из оперы «Князь Игорь» А.Бородина, «Славянский марш» П.Чайковского, арию Андрея Болконского, дуэт Наташи Ростовской и Сони, арию Кутузова из оперы «Война и мир» С.Прокофьева и другие знаменитые произведения композиторов-классиков.

В концерте примут участие солисты оперной труппы

Большого театра – заслуженный артист России, народный артист Республики Татарстан Михаил Казаков (бас), Светлана Шилова (меццо-сопрано), заслуженный артист Азербайджана Эльчин Азизов (баритон) и артисты Молодежной оперной программы Большого театра России Константин Шушаков (баритон) и Анастасия Кикоть (сопрано).

Александр Голышев выразил благодарность Президенту ОАО «РЖД» Владимиру Якунину за содействие в доставке артистов Большого театра России на выступление в Изборске. «Для нас это царский подарок», – отметил председатель Госкомитета по культуре Псковской области.

Билеты на концерт можно приобрести в кассе БКЗ филармонии, их стоимость составляет

от 300 до 1000 рублей. Кроме того, заказ можно сделать по Интернету – через раздел «Афиша мероприятий» официального сайта Псковской областной филармонии. Каждый желающий может забронировать билет на концерт и в течение трех дней выкупить его в кассе.

Добавим, 7 июня 2010 года Президентом Российской Федерации издан Указ №685 «О праздновании 1150-летия основания Изборска».

В Псковской области мероприятия проводятся в соответствии с афишей основных праздничных мероприятий, посвященных 1150-летию зарождения Российской государственности и 1150-летию основания Изборска (7-10 сентября 2012 г.).

Генеральная уборка

АКЦИЯ «СДЕЛАЕМ!»

30 мая 2012 года в аппарате полномочного представителя Президента Российской Федерации в Северо-Западном федеральном округе Н.А.Виниченко состоялось заседание Общественного совета Северо-Западного федерального округа. В ходе заседания совета была подержана инициатива по

проведению 15 сентября в Северо-Западном федеральном округе акции «Все-российская уборка «Сделаем!» – 2012». Принять участие в проекте «Сделаем!» могут любые организации, инициативные группы, сообщества и жители России, которые хотят, чтобы наша страна стала красивой и чистой.

Человек и закон

УПРОЩЕНА ПРОЦЕДУРА УСЫНОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ

26 мая 2012 года вступило в силу Постановление Правительства РФ №474 «О внесении изменений в некоторые акты Правительства Российской Федерации по вопросам передачи детей, оставшихся без попечения родителей, на воспитание в семью».

Данным постановлением установлено, что соответствующие заявления в орган опеки и попечительства граждане могут подавать не только лично, но и с использованием федерального или регионального портала государственных и муниципальных услуг либо через официальный сайт органа опеки и попечительства. Заявления могут подаваться также через должностных лиц многофункциональных центров предоставления государственных и муниципальных услуг, с которыми у органа опеки и попечительства заключены соглашения о взаимодействии.

Необходимые документы запрашиваются органом опеки и попечительства в соответствующих уполномоченных органах посредством межведомственного электронного взаимодействия, процедура ко-

торого подробно регламентирована (некоторые документы граждане в последующем должны самостоятельно представлять в оригинале).

Также уточнен перечень лиц, которые не могут быть усыновителями или воспитателями. К ним относятся лица, имеющие или имевшие судимость, подвергавшиеся уголовному преследованию (за исключением лиц, уголовное преследование в отношении которых прекращено по реабилитирующим основаниям) за преступления:

- против жизни и здоровья, свободы, чести и достоинства личности (за исключением незаконного помещения в психиатрический стационар), половой неприкосновенности и половой свободы личности;
- против семьи и несовершеннолетних, здоровья населения и общественной нравственности;
- против общественной безопасности, а также лица, имеющие неснятую или непогашенную судимость за тяжкие или особо тяжкие преступления.

А. ЁЛГИН,
прокурор Опочецкого района.

Сердитое письмо

ОБОРОТНАЯ СТОРОНА СОРЕВНОВАНИЙ



13 августа в редакцию «Красного маяка» пришла группа дачников-москвичей, которая передала письмо, касающееся экологической обстановки на границе Глубоковской волости. В конце письма стоит подпись А. Попова. Вот только некоторые выдержки из него.

«В июле неподалеку от деревень Алоль и Мякишево состоялся традиционный 39-й Всероссийский фестиваль спортивного ориентирования «Алоль-2012». В рамках фестиваля проводились юбилейный «Мемориал Александра Матросова» и Чемпионат России среди ветеранов, в котором приняли участие спортсмены из России, Украины, Белоруссии, Литвы, Латвии, Швеции и Эстонии...



Сегодня, когда все победители получили награды и спортсмены разъехались на другие соревнования, мы решили проехать по местам, где проходили забеги, и с удивлением обнаружили, что после фестиваля лес находится буквально на грани экологической катастрофы. На протяжении нескольких километров вокруг лесной дороги между деревнями Полеи и Мякишево разбросаны горы мусора, организованы многочисленные свалки, не разобраны и не законаны возведенные для соревнований общественные туалеты, а места стоянок вытоптаны. Организаторы не позаботились даже о том, чтобы снять прибитые к деревьям таблички с указателями стартов и обозначениями трасс...

Данное письмо обращено ко всем людям, которые неравнодушны к судьбе нашего леса».

Фотографии принадлежат автору письма. Как удалось узнать в прокуратуре Опочецкого района, москвичи намерены обратиться с заявлением в Псковскую природоохранную прокуратуру по вышеприведенным фактам.

Коротко

НЕ ВСЕМ СЛУХАМ МОЖНО ВЕРИТЬ

Один житель города утверждал, что такого бедственного положения с общественными туалетами, как в Опочке, нет больше нигде. Мол, пассажирам междугородных автобусов в ночное время по естественным нуждам совершенно некуда податься, а новый туалет на старом рынке вообще закрыт. Высказывания нашего земляка верны лишь наполовину. В районе автостанции несчастным проезжающим ночью действительно некуда сходить по нужде, а вот туалетом на базаре вполне можно воспользоваться всем желающим. Его металлические двери закрыты на крепкие запоры, но с 10 до 17 часов готовы распахнуться за 15 рублей. Об этом извещает расписание о работе общественного туа-

лета, на нем и висящее. Обращаться следует в соседний цветочный киоск. Соседство несколько странное, но что есть, то есть.

15 рублей – много это или мало? Смотря где и с чем сравнивать. В том же автовокзале на Обводном канале в Питере за пользование туалетом с вас спросят 25 рублей (если нет билета на автобус), хотя условия там ничуть не лучше. Лично наблюдал отломанный и лежащий в углу писсуар и слышал матерящегося мужика, на все лады склоняющего администрацию вокзала за незакрывающуюся дверь в туалетной кабине (не было крючка). Так что у нас не лучше и не хуже с этим делом. Мы живем в России и живем так, как и вся Россия.

Егор БУРЧАЛКИН.

Юбилей

НЕ ПОЗВОЛЯТЬ ДУШЕ ЛЕНИТЬСЯ И В ПАМЯТИ ХРАНИТЬ ДОБРО

Узнав о том, что **Анне Федоровне КОСТЮЧЕНКО** исполняется девяносто, захотелось побольше узнать о ее жизни, о семье, о том, что помогает сохранить бодрость духа (супруги Костюченко еще и огорода небольшой держат!). Мою просьбу о встрече Анна Федоровна вначале восприняла без энтузиазма, человек она скромный и о себе рассказывать не любит, с другой стороны – много в жизни было потерь, переживаний и тревог, но все же побеседовать согласилась...

Родом она из д.Шопорево Звонской волости. Жили здесь истинные труженики. Семьи крестьянские были большие, крепкие. У родителей Анны Федоровны – Федора Федоровича Бойкова и Федосьи Ивановны Ивановой – детей было пятеро. В семейном альбоме чудом сохранилась фотография родителей со старшим сыном, когда тот был еще маленький.

Федор Федорович был призван в армию в период русско-

лет. Работали много, так что с подружками-ровесницами Анну отпускали погулять только в воскресенье, и то ненадолго.

Семья держала корову и лошадь. Корова была хорошая, молочная. Хватало и себе, и чтобы сметаны собрать на продажу. На вырученные деньги покупали одежду и обувь. Но лишнего ничего не было.

Старший брат устроился работать на спиртзавод, возил спирт в бочке на лошади. А потом выучился на шофера и перешел на льнозавод.

Второй брат окончил педучилище. Жил на квартире на ул. Некрасова. Третий из старших братьев Анны Федоровны получил профессию кинемеханика в Орловском училище. Сама Анна училась на курсах от Ленинградского сельскохозяйственного техникума. Оставалось выучить еще одного пацана, но помешала война...

Старший ушел воевать в период финской



С сыном Виктором

дители в отношении судьбы детей. Еще в 1941-м, по возвращении в деревню, услышали, что якобы где-то под Себежем часть эвакуированных попала в плен, еще говорили о многих погибших. И сердце матери разрывалось на части...

Что помогало Анне Федоровне выжить в трудные военные годы? В первую очередь, добрые люди. Хозяйка, у которой жили Анна Федоровна с братьями Петром (его, несмотря на увечье, полученное еще в детстве, все же чуть позже призвали в армию) и Валентином (самый младший), оказалась душевной, сердобольной женщиной. На фотографии она сидит рядом с Петром, а за ними стоят Валентин, сын хозяйки и Анна Федоровна.

Врезались в память отдельные моменты. Да и как забудешь, к примеру, ту буханку хлеба, которая спасла жизнь, или добросердечность хозяйки дома, разрешившей пользоваться частью ее огорода. Каким огромным подспорьем стал мешок картошки, выращенный на зиму! Однажды Анна вернулась с работы и просто диву далась. Брат Валя в ее отсутствие наварил супу, картошки. Это было немыслимым расточительством. Но он утешил сестру: «Давай хоть раз наедемся досыта!»

Уже после шоферских курсов Валентина удалось устроить в МТС. Работал он усердно. Был исполнительным. Так что, когда настала пора возвращаться домой, на работе пожалели, что он уезжает. Со слезами провожала их и хозяйка... Добрые люди встречались на долгом жизненном пути Анны Федоровны не раз. И всех их она помнит хорошо, хотя с некоторыми встречи были как мгновения...



А.Ф. и И.Ф. Костюченко

Себеже, к примеру, опыты ставил...

В разговоре узнаю, что этот год у Анны Федоровны юбилейный вдвойне. Не так давно они с Иваном Федоровичем отметили 60-летний юбилей совместной жизни. Естественно, интересуюсь, где и как они познакомились. Оказывается, на Украине. Брат Анны Федоровны, получивший педагогическое образование, работал в Красногородске, женился на враче. Жена его была с Украины, там жили ее родители. И в самом начале войны они, собравшись наскоро, отправились на Украину.

После войны Анна Федоровна с матерью ездила проводить брата. Там и познакомилась с Иваном Федоровичем. Переписка была недолгой. Иван Федорович приехал в Опочку. Расписались летом. Свадьбу негде и не на что было справлять. Жили на Завеличье, в комнатке на втором этаже двухэтажного дома рядом со школой №2. Уже по зиме соседка с первого этажа предложила, чтобы отпраздновать наконец свадьбу, более просторную комнату своей квартиры. Вещи вынесли в кухню. Стол накрыли. И даже танцевали. Брат приехал с Украины...

Иван Федорович сам тоже из большой семьи. К трудностям был привычный. Трудился на заводе, образование повышал в вечерней школе. В Опочке он в разные годы возглавлял службу пассажирских перевозок, затем автопредприятие, обеспечивавшее промышленные транспортные перевозки (оно находилось рядом со спиртзаводом), на ЖБК...

Перебираем старые фотографии. На них и праздники, и будни. Многих, с кем вместе запечатлены на снимках, уже нет, и от этого грустно... Со всем с другим настроением показывает Анна Федоровна семейные фотографии. Вот они вместе с сыном, который является настоящей опорой, во всем помогает. Большую радость приносят внуки и правнуки. Рядом с ними можно и про возраст забыть!

Н. ИЛЬИНА.



Родители и брат Анны Федоровны

германской войны, как называли тогда Первую мировую. Служил исправно, за что получил отпуск. Но вернуться к назначенному сроку у него не получилось, опоздал. Наказание ему было определено, по нашим меркам, сродни дедовщине: он должен был несколько дней таскать за спиной мешок с кирпичами. Но благодаря своему боевому духу и отваге Федор Федорович снискал уважение командиров и товарищей. И называть его стали Бойков именно в армии (до этого фамилия его была Андреев).

Дома Федора Федоровича и его родного брата в деревне стояли по соседству. Семьи у обоих братьев большие, так что их родители (дедушка и бабушка Анны Федоровны) договорились разделить – одной семье будет помогать отец, другой – мать. А когда не стало деда, то бабушке приходилось помогать уже тем и другим. В памяти Анны Федоровны четко отпечатались и последние дни жизни бабушки. Уставшая, она прилегла на печи, а когда Федор Федорович вернулся домой, то обнаружил, что мать не отвечает на вопросы. Сняв ее с печи, он вызвал врача из Маврина. Врач сказал, что состояние старушки похоже на летаргический сон. Через три дня она скончалась...

Родители Анны Федоровны прилагали все силы, чтобы сыновья и дочка вошли в жизнь трудолюбивыми и с профессией. Дети помогали по хозяйству и на огороде с малых



В эвакуации

кампании. Он был ранен, лечился в Ленинграде. А когда началась Великая Отечественная, повоевать пришлось всем троим. Один из братьев Анны Федоровны погиб под Ржевом...

Отступление советских войск сопровождалось массовым перемещением мирного населения в глубокий тыл. С двумя братьями Анне Федоровне удалось эвакуироваться в Калининскую область, вначале в Завидово, а потом на время еще дальше от фронта. Родителям, покинувшим деревню на лошади, пришлось вернуться из Кудевери, где была страшная бомбежка. До 1944 года Анна Федоровна ничего не знала о судьбе родителей. А им пришлось нелегко. В период оккупации они лишились дома, жили в бане. К счастью, им оставили корову, что и спасло жизнь. В полном неведении были и ро-



На празднике в Опочке

КАК ОБУЗДАТЬ АППЕТИТ?

Очень хочу поху-
деть. Но желание
съесть что-нибудь
бывает просто нестер-
пимым. Есть ли какие-то
способы унять аппетит?

1. Не перебивайте аппетит

Не пытайтесь унять голод, съев перед обедом кусочек шоколадки или конфету. Это заблуждение, будто бы от такой «закуски» пропадет желание есть. Наоборот, от сладкого в организме вырабатывается много инсулина – гормона, стимулирующего аппетит. Чем его больше, тем сильнее желание подкрепиться.

2. Потрите уши

За 30 минут до еды интенсивно потрите руками ушные раковины. Воздействуя на активные точки, расположенные на ушах, вы снижаете аппетит.

3. Смотрите, что едите

Обращайте внимание на состав продуктов. Производители специально пичкают их пищевыми добавками, которые раздражают аппетит. Таким коварным компонентом является, например, добавка E621 (глутамат натрия). Ее много в колбасах, печенье, бульонах из пакетиков, кетчупах, рыбных, куриных, грибных, соевых полуфабрикатах, в чипсах, сухариках, соусах, различных сухих приправах, бульонных кубиках и супах. Огромное количество этого и других усилителей вкуса содержит пища в заведениях фастфуда. Добавка разрешена к применению, но, попробовав продукт, в состав которого она входит, вы, скорее всего, захотите еще. На это и рассчитывают производители, ведь их задача – продать побольше.

4. Не грызьте семечки

Еще одна ошибка: грызть семечки, чтобы унять голод. стакан семечек по калорийности равен целому обеду! Но одним стаканом дело обычно не ограничивается, ведь от монотонного луганья так трудно оторваться!

5. Уменьшите порции

От обильного приема пищи желудок растягивается. Именно поэтому после нескольких дней праздничных застолий есть хочется сильнее и чаще. Если же принимать пищу малыми порциями, желудок сократится и не будет посылать в головной мозг импульсы с требованием дать больше еды. Чтобы скорее этого добиться, сократите размер своих порций, но ешьте при этом чаще – хоть через каждые 2-3 часа. А раз в неделю полезно устраивать разгрузочный день.

6. Вдыхайте запах цитрусов

Аромат цитрусовых успокаивает аппетит. Поставьте на кухню аромалампу и зажигайте ее, когда что-то готовите, аппетит пропадет напрочь.

7. Не жуйте жвачку

Усиленное выделение желудочного сока, которое происходит от процесса жевания, подстегивает аппетит. Кроме того, любая жвачка содержит углеводы, которые превращаются в жир. Откажитесь от жвачки совсем или жуйте ее только после еды, не дольше 15-20 минут.



ПОПУЛЯРНАЯ СТРАНИЦА

ЧТО ОТНИМАЕТ ЖИЗНЕННЫЕ СИЛЫ?

Наши повседневные бытовые привычки нередко приводят к тому, что сил у нас становится все меньше и меньше. Таких привычек, как минимум, семь.

ПЕРВАЯ: регулярное недосыпание

В 60-е годы прошлого века среднестатистический человек отводил на сон 8 часов, сейчас – примерно 6,5. Мы стали меньше спать из-за ускорившегося темпа жизни, вынуждающего заниматься все большим количеством дел. Но помимо этого увеличилось количество людей, страдающих расстройствами сна, например, на фоне стресса. Многие пытаются компенсировать недостаток сна на выходных, предаваясь так называемой «сонной булимии» – то есть отсыпаясь до середины субботы. Особой пользы это не приносит. Исследователи доказали, что недосып, накопленный в течение нескольких дней, нельзя компенсировать за один раз. Дело в том, что нехватку сна в течение суток организм способен без ущерба компенсировать на следующий день. Систематическое неполучение «компенсации» в течение нескольких дней подряд приводит к раздражительности, подавленному состоянию и ожирению.

ВТОРАЯ: постоянные попытки похудеть с помощью диеты

Любителей посидеть на диете можно разделить на три группы. Одни (и их меньшинство) действительно умудряются, посидев на диете, расстаться с лишним весом. У других ничего не получается – и они оставляют свои попытки ограничить свой рацион. Третьи же без сна и отдыха подбирают себе все новые диеты или начинают одну и ту же каждый раз с начала. Именно они, эти упорные любители диет, находятся в группе риска. Они постоянно испытывают чувство вины и неудовлетворенности за невыполненные планы по похудению, они пытаются наказывать себя все более строгой диетой, страдают от постоянного чувства голода (и часто – от недостатка важных веществ). В результате они снова срываются. Как ни банально, но придется в очередной раз повториться: диета должна быть сбалансированной, а попытки похудеть успешнее всего, если они сопровождаются физической нагрузкой.

ТРЕТЬЯ: хронические боли

Некоторые люди, испытывающие хронические боли, годами откладывают визит к врачу, руководствуясь соображениями вроде: «Сегодня, кажется, полегче – может, оно вообще перестанет болеть?» Однако исследования показывают, что между пациентами с депрессией, посттравматическим синдромом и хронической болью есть определенное сходство. Это так называемая дезадапционная реакция, которая выражается в мышечной слабости, снижении аппетита и либидо, уменьшении физической активности, беспокойном сне и снижении концентрации внимания. Такой человек постоянно чувствует себя измотанным, истощенным, и это сильно снижает качество жизни.

ЧЕТВЕРТАЯ: привычка «глушить» кофе литрами

Чашка кофе прибавляет бодрости, зато литр



кофе каждый день эту бодрость отнимает. Все просто: возникает эффект привыкания, для бодрости требуется все большая доза, которую, в конце концов, невозможно постоянно увеличивать. Кроме того, потребление кофеиносодержащих напитков усиливает обезвоживание. Тем, кому сложно отказаться от привычки пить несколько чашек кофе в день, имеет смысл сочетать их с питьем воды в течение дня. Впрочем, тем, кто обходится без кофе, вода тоже не повредит. Диетологи советуют пить 8 стаканов воды ежедневно.

ПЯТАЯ: регулярный прием энергетических напитков

«Энергетики» не должны становиться постоянным утренним напитком. Принимая этот достаточно мощный стимулятор, человек получает ударную дозу кофеина, таурина и часто женьшеня. После такой мобилизации внутренних резервов организму требуются восстановление и отдых. В особой опасности находятся печень, нервная и сердечно-сосудистая системы. А при регулярном приеме «энергетиков» происходит привыкание, и «бодрящий напиток» со временем бодрит все меньше и меньше.

ШЕСТАЯ: недостаток кислорода

Недостаток кислорода от постоянного пребывания в душном помещении замедляет обмен веществ и приводит к повышенной утомляемости. Советом «побольше гуляйте после работы», увы, сможет воспользоваться далеко не каждый.

Поэтому можно поискать выход в другом: во-первых, существуют кислородные коктейли, а во-вторых, можно изменять технику дыхания. В течение всего дня мы дышим поверхностно, делая неглубокие вдохи. Стоит уделить хотя бы несколько минут в день тому, чтобы «продышаться», делая медленные глубокие вдохи, или обратиться к релаксационным дыхательным техникам.

СЕДЬМАЯ: недостаток движения

Малоподвижность вовсе не приводит к экономии сил: мышцы без нагрузки теряют тонус, в итоге исчезает и энергия. Более того: физическая активность снижает не только риск сердечно-сосудистых заболеваний, но и риск возникновения депрессии и, как выяснилось, влияет на продолжительность жизни.

Исследователи Университета Южной Каролины в течение 12 лет вели наблюдения за группой из 2600 пожилых людей. Выяснилось, что физическая активность влияет на продолжительность жизни гораздо сильнее, чем даже наличие нормального индекса массы тела. Иными словами, неважно, полный человек или худой: если он много времени в течение дня проводит в движении, он проживет дольше.

ЖЕЛАТИН – ПОМОЩНИК ДЛЯ СУСТАВОВ

Вечером залить 1 ч.л. обычного пищевого желатина на 1/3 стакана холодной водой и оставить на ночь набухать. Утром содержимое довести до объема целого стакана кипятком (!), размешать. Можно добавить 1 ч.л. меда (если нет аллергии) и выпить. После чего не кушать 1-1,5 часа.

Принимается ежедневно в течение двух недель, затем сделать недельный перерыв и снова повторить курс (смотреть по результатам).

Очень хорошо влияет на волосы, кожу и ногти, а также замечательно помогает тем, у кого болят суставы. Результат потрясающий!

ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ИММУНИТЕТА

0,5 кг размяченной клюквы, стакан грецких орехов, 2-3 зеленых яблока с кожурой, нарезав кубиками. Добавить 0,5 стакана воды и 0,5 кг сахара. Выложить в стерилизованные банки.

Принимать по 1 ст. л. (детям – по 1 ч. л.) утром и вечером, запивая чаем, независимо от приема пищи.

ЯБЛОЧНАЯ КОСМЕТИКА

● Чтобы быстро освежить вялую кожу, достаточно помассировать лицо и шею ломтиком свежего яблока.

● Яблочная маска

Яблоко очистить от кожуры, натереть на мелкой терке, отжать сок. Хорошо смоченную соком марлевую салфетку наложить на лицо на 15-20 минут. Сухую кожу предварительно смазать жирным кремом. После снятия маски протереть лицо сначала влажным, а затем сухим тампоном. Для кожи, которая склонна краснеть при смене температур, полезна маска из тертого яблока с добавлением небольшого количества молока и яичного желтка.

Маска из растертого печеного или сваренного яблока с добавлением нескольких капель оливкового масла и ложечки меда делает кожу эластичной и замедляет старение.

ТЕМНЫЕ КРУГИ ПОД ГЛАЗАМИ

Когда «нападает» бессонница, под глазами появляются темные круги. От длительного сидения за компьютером некрасивые темные круги также появляются под глазами.

С этой проблемой легко бороться с помощью петрушки и сметаны. Измельчить несколько веточек петрушки, смешать со столовой ложкой сметаны. Полученную маску наносить на темные круги под глазами. Через 15 минут смыть теплой водой.

Дневник путешественника

КРАСОТЫ СЕВЕРА. МАГИЯ КАМНЕЙ И ВОДЫ

(Продолжение.
Начало в №67)

ПРОШЛОЕ И НАСТОЯЩЕЕ ГЛАЗАМИ ПУТЕШЕСТВЕННИКА

Город Кандалакша одновременно старый и молодой. Первое упоминание о поселении относится к 1517 году, а городом Кандалакша стала лишь в 1938 году.

Топоним Кандалакша — карело-саамского происхождения. В русифицированном виде он означает залив реки Канды (место впадения или «вхождения» реки (протоки) в залив). Это наиболее правдоподобное из всех существующих объяснений топонима. В одной из книг, посвященных изучению северных топонимов, указывается на закономерность, характерную для всего Карельского побережья, между названиями рек и принимающих их заливов: р.Канда впадает в губу Канда, являющуюся верхней частью Кандалакшского залива (Кандалакша), р.Нурми — в залив Нурмилакша и т.д.

Вдоль берега Кандалакшского залива оборудована туристическая краеведческая тропа. Она ведет от Монастырского наволока (наволоком поморы называли приметный мыс или полуостров), где в XIV веке находился монастырь, мимо скалы Барыни, находящейся у подножия Крестовой горы, к древнему каменному лабиринту. О пешеходных экскурсиях к лабиринту сообщается в прессе. К сожалению, мы за неимением времени принять участие в подобной экскурсии не смогли...

Историческое место — Монастырский наволок — в народе прозвали «Японией». По одной из версий (прочла в Интернете), левобережную часть старой Кандалакши в свое время так называли солдаты, вернувшиеся с Русско-японской войны. В советский период здесь было начато строительство гостиницы. Оригинального вида «недострой» привлекает внимание туристов. С высокого берега в хорошую погоду великолепный вид на залив. Здесь мы побывали дважды. Первый раз во время отлива, второй — во время прилива.

Интересно наблюдать, как быстро здесь меняется погода. Казалось бы, только пять минут назад четко просматривались острова, входящие в состав Кандалакшского заповедника, где селятся находящиеся под охраной гаги. Но вот с сопки поползла серая муть тумана, постепенно скрадывающего картинку. Еще немного — и впереди густая пелена, из которого выплескиваются волны, расчесывающие прикрепившиеся к камням водоросли.

На берегу залива мы набрали на память камушков, сделали несколько приличных снимков. В кадр попали и туристы, путешествовавшие по заливу на катамаране...

Чуть в стороне на берегу старинное поморское кладбище. На нем покоятся и жертвы интервенции 1918 года. Рядом памятник погибшим в Великую Отечественную. Отсюда хорошо видна церковь в честь Рождества Иоанна Предтечи, сто-

ящая на возвышенности, за Нивой. В нее мы съездили 12 июля, в день памяти святых апостолов Петра и Павла, после окончания литургии. На входе висят юбки и платки, что весьма удобно для путешествующих женщин, не имеющих с собой приличествующей для посещения храма одежды. Церковь Рождества Иоанна Предтечи новая, но в ней есть иконы, перед которыми молилось не одно поколение православных жителей города и его окрестностей. Эти иконы передали в дар храму сами жители.

Старинная церковь, что была построена в 1526 году в честь Крестителя и Предтечи Господня Иоанна и при которой в 1548 году был основан мужской монастырь, не сохранилась. В 1654 году в Кандалакшском монастыре находился в ссылке один из лидеров раскола и сподвижник мятежного протопопа Аввакума — Иван Неронов. Этот персонаж есть в фильме Николая Досталь «Раскол» (продюсер В.Н.Досталь), который снимали в Кандалакше. После съемок историческое место, превращенное на время в съемочную площадку, в Интернете называли «жертвой киноискус-

цию первый капитальный причал в порту. Но если порт в настоящее время работает далеко не в тех масштабах, как в советский период, то крупным железнодорожным узлом Кандалакша остается по сей день.

Из промышленных предприятий к градообразующим можно отнести алюминиевый завод, выпускающий первичный алюминий, алюминиевые сплавы, алюминиевую фольгу. В прошлом году КАЗ отметил свое 60-летие. Предприятие входит в состав ОАО «РУСАЛ» и считается одним из самых стабильных в Мур-



Кандалакшский залив



Вид с Монастырского наволока

коренные кандалакшане хорошо помнят, как в качестве шефской помощи двум пригородным совхозам работники предприятий и железнодорожники ездили на сенокос и на заготовку ягеля для скота. В совхозах держали коров, свиней, птицу, выращивали картофель и овощи. Но все разом рухнуло. В городе и районе немало заброшенных построек, напоминающих о прошлом. О многом говорит и нумерация работающих сегодня в городе школ (№1, 2, 5, 10 и 19). Социальные проблемы тоже не спрячешь — в



ства», поскольку съемочная группа оставила здесь после себя горы мусора и волонтерам пришлось немало потрудиться, чтобы привести Монастырский наволок в порядок.

Ничего не могу сказать о «Расколе», а вот фильм Николая Досталь «Петя по пути в Царство Небесное» по сценарию Михаила Кураева, также снимавшийся в Кандалакше, на меня особенно впечатление не произвел. События в фильме разворачиваются именно в Кандалакше 1953 года. Думается, проблем с подбором природы здесь не возникало, поскольку в городе сохранилось немало старых построек и жилых домов барачного типа. К слову сказать, сохранился и дом в районе вокзала, где в пятидесятые годы жили мои родители...

ГОРОД-ПОРТ, ГОРОД-ТРУЖЕНИК

Годы перестройки больно ударили по многим промышленным предприятиям Кандалакши. Сокращение производства серьезно повлияло и на численность населения.

Начало строительства пристани в Кандалакше датируется 1915 годом. В следующем, 1916-м, произведена стыковка карельской и кандалакшской частей Мурманской железной дороги. В 1938 году вступил в эксплуата-



Здание ж/д вокзала

манской области. Оно потребляет энергию Нивских ГЭС. Трудится на КАЗе более 900 человек.

Остальные предприятия вряд ли могут похвалиться стабильностью. На Кандалакшском машиностроительном заводе в настоящее время работают лишь отдельные цеха. Авторемонтный завод часть площадей сдает другим организациям, в том числе и Военно-мемориальной компании. Рыбоконсервный завод и лесокombинат возродиться не смогли. А вот рыболовный, числившийся одно время банкротом, два года назад начал новую жизнь. В старые пруды для молодежи вновь запустили лососевых.

центре города работает социальное учреждение «Детская деревня SOS»...

Одним из интересных событий стала случайная встреча с зем-

ляком. По пути к железнодорожному вокзалу, куда мы направлялись, чтобы посмотреть на дом, где жили когда-то родители, мой двоюродный брат (коренной кандалакшанин, сорок лет проработавший на железной дороге) остановился поздравиться с начальником железнодорожного отдела кадров. Оказалось, что Геннадий Владимирович Иванов наш земляк, родом из Новоржева. Он увлеченный краевед. В Новоржевском музее имеет свой уголок. И в Кандалакше не оставляет своего увлечения, изучает историю края, где живет и работает уже много лет. Он был машинистом, инструктором, параллельно возглавлял партийную организацию железнодорожников, а потом перешел в отдел кадров. Подобные встречи являются лучшим подтверждением поговорки «Как тесен мир»...

Еще одну пешую прогулку мы совершили к каналу. Отсюда открывается прекрасный вид на порт. На берегу рыбаки ожидали подхода сельди, другие отправились на промысел в лодке. Мы же, сделав несколько снимков, прошли вдоль канала (против течения) до места, где речная вода после каскада ГЭС выходит из-под земли.

На обратном пути заметили интересный объект. Это уже из серии «Приколы нашего городка». Рядом с обнесенной забором стройплощадкой установлен информационный щит. Судя по надписи, здесь «возводят» детский сад на 75 мест. Перечислены заказчик, подрядчик, субподрядчик, фамилии и телефоны ответственных лиц, но главное — даты: «Начало строительства — 17.10.2011 г. Окончание строительства — 30.08.2012 г.» Поскольку стройку можно охарактеризовать одной фразой — «Конь не валялся», то за оставшиеся полтора месяца построить детсад можно разве что по мановению волшебной палочки...

Н. ИЛЬИНА.
(Окончание следует)



Вид на порт

РЕКЛАМА ОБЪЯВЛЕНИЯ

купон на СКИДКУ



-3%*
ГОДОВЫХ

ул. Пролетарская, 14а

8-800-100-7-100
www.express-bank.ru

100 000 р.

кредит за 15 минут

Предъявителю купона – экономия по кредиту от 3% годовых!*

Кредитная карта "Первая": Сумма 25-100 т.р. Срок кредита до востребования. Ставка 23-30% в год. Возможно присоединение к страховой программе 0,6% в мес., от суммы кредитного лимита. При отказе страхования ставка 33-40% в год. Оформление карты 800р. Годовое обслуживание карты со второго года 600р. Снятие наличных 3,5% мин. 135р. Оплата кредита в кассе 110р., в терминале 90р., в стороннем банке - комиссия стороннего банка + 10р. Штраф за факт просрочки 490р. Требования к заявителю: гражданство РФ, возраст 21-62 года с учетом срока действия карты, паспорт. Банк вправе потребовать доп. документы и отказать в выдаче кредита. ОАО КБ "Восточный". Генеральная лицензия ЦБ РФ №1460 от 09.06.2009.

Срок действия предложения: 01.08.2012-15.09.2012

*Приведен размер скидки по процентам от базового тарифа КК "Первая". Акция проводится с 05.06.2012г. без ограничения срока действия. Организатор акции - ОАО КБ "Восточный". Информацию об организаторе акции, о правилах и местах проведения акции, порядке и размере предоставления скидки можно получить по тел 8-800-100-7-100 (доб. 2).

ВОСТОЧНЫЙ
ЭКСПРЕСС БАНК

СЕЗОННАЯ РАСПРОДАЖА



СВЕТОТЕХНИКА

- 30%



ЭЛЕКТРОИНСТРУМЕНТ

- 7%



ПОСУДА

- 10%

г. Опочка,
ул. Коммунальная, 54
(811 38) 2 46 608 800 100 05 15
www.expert.nov.ruЭКСПЕРТ
бытовая техника и электроника

ООО «Данси» **ВОЗЬМЕТ В АРЕНДУ** помещение или часть помещения для фирменной торговли мясными продуктами. Рассмотрим варианты: магазин – от 25 кв. м, отдел – от 20 кв. м.
Тел. 8-911-3623622, Янис.

РЕАЛИЗУЕМ

доску обрезную, необрезную, брус, вагонку осиновою и хвойную, горбыль деловой и дровяную; доску для пола шпунтованную, 1 сорт, по цене 9000 рублей. С доставкой. Телефоны: 2-15-42, 8-911-6919499, 8-911-3536342.

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАКУПАЕТ

Дикорастущие ягоды:

чернику, бруснику,

голубику, клюкву

Садовые ягоды:

черную смородину, красную

смородину, зеленый крыжовник

Грибы:

лисички, белые,

подосиновники,

моховики

по следующим адресам:

г.Опочка, ул.Набережная, 20

(бывший лимонадный цех), ул.

9 Января, 115 (база КГСО), ул. Кар-

ла Маркса, 17/35 (двор офиса су-

дебных приставов и казначейства).

п.Красногородск, ул.Ани Ни-

кандровой, 46 (вход с ул.Пушкина).

Справки по телефонам

8 (81137) 2-10-57, 8-953-2408052.

ПРОСИМ ОТКЛИКНУТЬСЯ свидетелей ДТП, произошедшего 15.11.2011 года на перекрестке ул.Романенко и пер.Песочного. На пешеходном переходе в 20.30 была сбита женщина автомашины серебристого цвета Рено Клио.

Тел. 8-911-3911535,
8-981-8362300.Латвийская
транспортная компания
ПРИГЛАШАЕТ

водителей-дальнобойщиков

с категориями «С», «Е». Обяза-

тельно! – наличие загранпаспорта. Без опыта – обучаем. Марш-

рут работы: Латвия – Россия.

Тел. +371-26655073, +371-29204729.

Кафе «Сургутнефтегаз»

приглашает гостей и жителей г. Опочки
на **ЗАЖИГАТЕЛЬНУЮ ПИВНУЮ ВЕЧЕРИНКУ,**
которая состоится 24 августа в 19.00.

ВАС ЖДЕТ: азарт-шоу, конкурсы,
BreakDance, дискотека 90-х,
большой выбор пивных закусок (в т.ч. шашлык).
Стоимость входного билета – 200 руб.
Заказ столиков по телефону 8 (81138) 2-43-69.

ОСТАВЬТЕ СЕБЕ ПРИЯТНЫЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ
ОТ УХОДЯЩЕГО ЛЕТА!

ВОРОТА РЕШЁТКИ ОГРАДКИ

г.Опочка, пл. Советская, 9.

Тел. 2-16-22, 8-921-501-99-03

Это интересно

КОМПЬЮТЕР ИЛИ КНИГА:
«ЗА» И «ПРОТИВ»

Что происходит с книгой, когда литература (и книга) вступает в соревнование с новыми средствами информации, такими, как телевидение, видео и компьютеры, Интернет и прочее? Может ли современная техника полностью вытеснить книгу и заменить привычное для нас с детства чтение?

Результаты исследований, проведенных за последние десятилетия в ряде стран, показали: читающие люди способны пробыть в состоянии чтения, имеют больший объем памяти и активное творческое воображение, лучше владеют речью (она выразительнее, строже и богаче по запасу слов), точнее формулируют мысли и свободнее пишут; легче вступают в контакты и приятны в общении, более критичны, самостоятельны в суждениях и поведении. Чтение формирует качества наиболее развитого и социально ценного человека.

«Особенность чтения <...>, – отмечает доктор философских наук, президент Фонда чтения им. Н.А.Рубакина С.Н.Плотников, – в том, что чтение – всегда труд: интересный, доставляющий удовольствие, радость, но труд. Надо потрудиться, чтобы научиться читать, и надо потрудиться, чтобы стать читателем. Именно труд, вложенный человеком в самого себя, и формирует в нем эти новые качества».

Проведенные опросы среди старшекласников показали, что новое поколение выбирает более гибкую информационную систему, в то же время точка зрения детей, стоящих на пороге взрослой жизни, не столь однозначна. Вот наиболее типичные высказывания: «Мне нравится больше компьютер. Но он слишком дорогой. И не доступен для всех людей»; «Компьютеры уникальны по-своему, а книги по-своему. Поэтому нужны и книги, и компьютеры»; «Читать книгу, конечно же, интереснее, чем сидеть за компьютером. Но компьютер и книга равноценны, т.к. то, чего не найдешь в книге, можно найти в компьютере».

60% опрошенных старшекласников считают, что книга в современном ее виде не исчезнет, более того, она оставит за собой главенствующее положение. 20% высказались за электронные издания. И столько же заявили, что новые технологии и книжная мудрость не являются абсолютными антагонистами и между ними возможен компромисс.

Понятие «грамотность» сегодня подразумевает умение пользоваться компьютером. Но компьютер, как и всякая техника, всего лишь упрощает жизнь людей. Если человек считает себя действительно образованным, то он не должен забывать о книгах. Разные средства коммуникации могут сосуществовать так же, как, например, разные виды транспорта: автомобиль, поезд, велосипед, самолет.

Когда мы читаем, в нас рождаются собственные мысли и ассоциации. Книга как бы «прорастает» в нас. При каждом чтении она будто рождается заново. Книга – это манна небесная, способная накормить толпу; пища, которая, чем больше ешь ее, тем больше

становится; волшебный хлеб, дающий сытость голодным, богатство нищим, силу немощным; книга, благодаря которой любой может стать банкиром, миллионером мыслей...

Пытаясь ответить на вопрос «Что важнее: книга или компьютер?», мы сравниваем несравнимые вещи. Как можно сравнивать автомобиль и винтик, книгу и страницу, гитару и струну? Это абсурд! Тем более, если вспомнить, что компьютер – это не только достаточно компактное устройство, стоит у нас на столе, но и микросхема в наших часах, в каждом бытовом приборе! Представим чисто гипотетически, что в один прекрасный день все компьютеры исчезнут. Жизнь превратится в сплошной хаос! Останутся заводы и фабрики, перестанут работать банки и офисы, люди, живущие далеко друг от друга, не смогут часто общаться, мы не сможем удобным способом находить информацию. Вся налаженная и четкая система, что значительно облегчает труд человека, перестанет существовать. Разве можно после этого говорить, что компьютеры не так уж важны в нашей жизни?

Больше всего заблуждений и стереотипов связано с персональным компьютером. Нередко приходится слышать, что компьютер – это зло, он вызывает физическую и духовную деградацию человека, а на подрастающее поколение он вообще пагубно влияет!..

Действительно, если долго сидеть перед экраном монитора, можно ухудшить зрение, заболеть от гиподинамии. Но с таким же успехом можно заболеть, если просто долго сидеть – неважно, где, а ухудшить зрение, много читать или злоупотребляя просмотром телепередач.

У некоторых людей компьютер ассоциируется только с играми, а значит, это пустая трата времени и денег, зависимость, насилие, уменьшение коммуникативных связей. Действительно, современные компьютерные игры часто пропагандируют насилие, жестокость и приводят к деградации индивидуума. Но разве выбор игрушек для своих детей не должен быть проблемой родителей?

Ни сам компьютер, который является многооперационной системой, а никак не игрушкой, ни Интернет не следует воспринимать односторонне. Наш мир далеко не идеален – в нем есть как добро, так и зло. И виртуальный мир тоже имеет светлую и темную сторону. И только мы сами выбираем ту, которая нам приемлема.

К сожалению, чаще всего неужность и вред компьютера доказывают люди, которые не знают и не хотят знать, что же это за штука такая – компьютер. Но каждый из нас, даже если он «на вы» с техникой, просто должен знать, что компьютер – неотъемлемая часть нашего времени.

Можно еще много говорить, доказывать, спорить... Но стоит ли? Гораздо легче запомнить две простые вещи: никогда не бойтесь нового и не сравнивайте несравнимое.

(По материалам Интернета)

РЕКЛАМА ОБЪЯВЛЕНИЯ

Кадастровым инженером Ананьевым Николаем Николаевичем, квалификационный аттестат №60-11-0077 от 15.03.2011 г., Псковская обл., Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2, Ananjev_infostar@mail.ru, тел. 8-911-3588023, созывается собрание для согласования проекта межевания относительно размера и местоположения границ в отношении совместного выделения многоконтурного земельного участка из земель сельскохозяйственного назначения СПК «Духновский» К№60:12:0000000:50, расположенных по адресу: Псковская область, Опочецкий район, урочище Бобошино (контур 1 К№ 60:12:0000000:50:3У1(1)), урочище Слободка (контур 2 К№ 60:12:0000000:50:3У1(2)), северо-западнее д.Болдино (контур 3 К№ 60:12:0000000:50:3У1(3)), урочище Малое Минево (контур 4 К№ 60:12:0000000:50:3У1(4)), выполняются кадастровые работы по подготовке проекта межевания. Заказчиками кадастровых работ являются Боченкова Нина Федоровна, свидетельство о государственной регистрации права №857123 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, г.Опочка, ул.Некрасова, д.23, тел. 8-911-3588023), Шарикова Людмила Викторовна, свидетельство о государственной регистрации права №857123 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, г.Опочка, ул.Некрасова, д.23, тел. 8-911-3588023), Шариков Михаил Павлович, свидетельство о государственной регистрации права №857122 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Волково, тел. 8-911-3588023), Михайлов Виктор Иванович, свидетельство о государственной регистрации права №857124 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Волково, тел. 8-911-3588023). С проектом межевания земельного участка можно ознакомиться по адресу: Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2, в течение 30 дней со дня опубликования. Обоснованные возражения относительно размера и местоположения границ земельного участка и предложения заинтересованных лиц о доработке проекта межевания земельного участка направлять по адресу: Псковская обл., Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2.

Кадастровым инженером Ананьевым Николаем Николаевичем, квалификационный аттестат №60-11-0077 от 15.03.2011 г., Псковская обл., Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2, Ananjev_infostar@mail.ru, тел. 8-911-3588023, созывается собрание для согласования проекта межевания относительно размера и местоположения границ в отношении совместного выделения многоконтурного земельного участка из земель сельскохозяйственного назначения СПК «Духновский» К№60:12:0000000:50, расположенных по адресу: Псковская область, Опочецкий район, урочище Шидиха (контур 1 К№ 60:12:0000000:50:3У1(1)), юго-восточнее д.Кошкино (контур 2 К№ 60:12:0000000:50:3У1(2)), урочище Чапланово (контур 3 К№ 60:12:0000000:50:3У1(3)), урочище Аверково (контур 4 К№ 60:12:0000000:50:3У1(4)), северо-восточнее д.Куденково (контур 5 К№ 60:12:0000000:50:3У1(5)), 600 м юго-восточнее д.Куденково (контур 6 К№ 60:12:0000000:50:3У1(6)), северо-восточнее д.Барсуки (контур 7 К№ 60:12:0000000:50:3У1(7)), севернее д.Липовец (контур 8 К№ 60:12:0000000:50:3У1(8)), урочище Бобошино (контур 9 К№ 60:12:0000000:50:3У1(9)), 500 м юго-западнее д.Липовец (контур 10 К№ 60:12:0000000:50:3У1(10)), северо-западнее урочища Слободка (контур 11 К№ 60:12:0000000:50:3У1(11)), севернее д.Шагино (контур 12 К№ 60:12:0000000:50:3У1(12)), 500 м северо-западнее д.Лебединец (контур 13 К№ 60:12:0000000:50:3У1(13)), выполняются кадастровые работы по подготовке проекта межевания. Заказчиками кадастровых работ являются Петрова Мария Алексеевна, свидетельство о государственной регистрации права №857104 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, г.Опочка, ул.Ленина, д.48, кв.7, тел. 8-911-3588023), Петрова Мария Алексеевна, свидетельство о государственной регистрации права №520732 от 3.12.2008 г. (Псковская область, Опочецкий район, г.Опочка, ул.Ленина, д.48, кв.7, тел. 8-911-3588023), Курченков Сергей Васильевич, свидетельство о государственной регистрации права №857102 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Молоково, тел. 8-911-3588023), Курченков Сергей Васильевич, свидетельство о государственной регистрации права №857103 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Молоково, тел. 8-911-3588023), Николаев Юрий Геннадьевич, свидетельство о государственной регистрации права №857125 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Духново, тел. 8-911-3588023). С проектом межевания земельного участка можно ознакомиться по адресу: Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2, в течение 30 дней со дня опубликования. Обоснованные возражения относительно размера и местоположения границ земельного участка и предложения заинтересованных лиц о доработке проекта межевания земельного участка направлять по адресу: Псковская обл., Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2.

Кадастровым инженером Ананьевым Николаем Николаевичем, квалификационный аттестат №60-11-0077 от 15.03.2011 г., Псковская обл., Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2, Ananjev_infostar@mail.ru, тел. 8-911-3588023, созывается собрание для согласования проекта межевания относительно размера и местоположения границ в отношении совместного выделения многоконтурного земельного участка из земель сельскохозяйственного назначения СПК «Духновский» К№60:12:0000000:50, расположенных по адресу: Псковская область, Опочецкий район, урочище Большое Чернецово (контур 1 К№ 60:12:0000000:50:3У1(1)), севернее д.Юрино (контур 2 К№ 60:12:0000000:50:3У1(2)), урочище Песты (контур 3 К№ 60:12:0000000:50:3У1(3)), 500 м западнее д.Пожар (контур 4 К№ 60:12:0000000:50:3У1(4)), восточнее д.Пожар (контур 5 К№ 60:12:0000000:50:3У1(5)), юго-восточнее д.Пожар (контур 6 К№ 60:12:0000000:50:3У1(6)), выполняются кадастровые работы по подготовке проекта межевания. Заказчиками кадастровых работ являются Александрова Екатерина Ивановна, свидетельство о государственной регистрации права №857108 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Молоково, тел. 8-911-3588023), Александрова Екатерина Ивановна, свидетельство о государственной регистрации права №857107 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Молоково, тел. 8-911-3588023), Лысенков Сергей Иванович, свидетельство о государственной регистрации права №857126 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Духново, тел. 8-911-3588023), Мищенко Юрий Евгеньевич, свидетельство о государственной регистрации права №857129 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Белавино, тел. 8-911-3588023), Рябинина Татьяна Николаевна, свидетельство о государственной регистрации права №857128 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Духново, тел. 8-911-3588023), Голубева Антонина Игнатьевна, свидетельство о государственной регистрации права №857127 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Духново, тел. 8-911-3588023), Пожарный Борис Яковлевич, свидетельство о государственной регистрации права №857100 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Ульяново, тел. 8-911-3588023), Пожарный Борис Яковлевич, свидетельство о государственной регистрации права №857101 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Ульяново, тел. 8-911-3588023), Зуева Антонина Александровна, свидетельство о государственной регистрации права №857105 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Духново, тел. 8-911-3588023), Зуева Антонина Александровна, свидетельство о государственной регистрации права №857106 от 5.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Духново, тел. 8-911-3588023). С проектом межевания земельного участка можно ознакомиться по адресу: Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2, в течение 30 дней со дня опубликования. Обоснованные возражения относительно размера и местоположения границ земельного участка и предложения заинтересованных лиц о доработке проекта межевания земельного участка направлять по адресу: Псковская обл., Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2.

Кадастровым инженером Ананьевым Николаем Николаевичем, квалификационный аттестат №60-11-0077 от 15.03.2011 г., Псковская обл., Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2, Ananjev_infostar@mail.ru, тел. 8-911-3588023, созывается собрание для согласования проекта межевания относительно размера и местоположения границ в отношении совместного выделения многоконтурного земельного участка из земель сельскохозяйственного назначения СПК «Духновский» К№60:12:0000000:50, расположенных по адресу: Псковская область, Опочецкий район, урочище Филатово (контур 1 К№ 60:12:0000000:50:3У1(1)), юго-западнее д.Кунино (контур 2 К№ 60:12:0000000:50:3У1(2)), южнее д.Кунино (контур 3 К№ 60:12:0000000:50:3У1(3)), юго-восточнее д.Чушково (контур 4 К№ 60:12:0000000:50:3У1(4)), южнее д.Чушково (контур 5 К№ 60:12:0000000:50:3У1(5)), урочище Мочалинское Болото (контур 6 К№ 60:12:0000000:50:3У1(6)), 400 м северо-западнее д.Лихово (контур 7 К№ 60:12:0000000:50:3У1(7)), восточнее д.Лихово (контур 8 К№ 60:12:0000000:50:3У1(8)), урочище Поречье (контур 9 К№ 60:12:0000000:50:3У1(9)), северо-восточнее д.Кудеремцы (контур 10 К№ 60:12:0000000:50:3У1(10)), 200 м восточнее д.Якушево (контур 11 К№ 60:12:0000000:50:3У1(11)), выполняются кадастровые работы по подготовке проекта межевания. Заказчиками кадастровых работ являются Ботвин Павел Егорович, свидетельство о государственной регистрации права №857130 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Лебединец, тел. 8-911-3588023), Матвеева Валентина Васильевна, свидетельство о государственной регистрации права №857160 от 11.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Броды, тел. 8-911-3588023), Дмитриева Светлана Анатольевна, свидетельство о государственной регистрации права №857131 от 10.05.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Духново, тел. 8-911-3588023), Гуленкова Алевтина Евгеньевна, свидетельство о государственной регистрации права №534948 от 3.04.2009 г. (Псковская область, Опочецкий район, г.Опочка, ул.Коммунальная, д.70 кв.54, тел. 8-911-3588023), Завивалкина Нина Андреевна, свидетельство о государственной регистрации права №337930 от 28.11.2007 г. (Псковская область, Бежаницкий район, д.Ублиска, тел. 8-911-3588023), Завивалкина Нина Андреевна, свидетельство о государственной регистрации права №594731 от 25.05.1994 г. (Псковская область, Бежаницкий район, д.Ублиска, тел. 8-911-3588023), Спиридонов Сергей Анатольевич, свидетельство о праве собственности на землю №182275 от 25.05.1994 г. (Псковская область, Опочецкий район, г.Опочка, ул.Сенная, д.18-а, тел. 8-911-3588023), Спиридонов Сергей Анатольевич, свидетельство о праве на наследство по закону №3-1996 от 18.07.2012 г. (Псковская область, Опочецкий район, г.Опочка, ул.Сенная, д.18-а, тел. 8-911-3588023), Шувалов Иван Михайлович, свидетельство о праве собственности на землю №594819 от 30.05.1994 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Духново, тел. 8-911-3588023), Белова Таисия Васильевна, свидетельство о праве собственности на землю №594636 от 23.05.1994 г. (Псковская область, Опочецкий район, д.Лебединец, тел. 8-911-3588023). С проектом межевания земельного участка можно ознакомиться по адресу: Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2, в течение 30 дней со дня опубликования. Обоснованные возражения относительно размера и местоположения границ земельного участка и предложения заинтересованных лиц о доработке проекта межевания земельного участка направлять по адресу: Псковская обл., Себежский р-н, д.Березка, д.9, кв.2.

МЕТАЛЛОПРОКАТ

В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ:

уголок, арматура, трубы, лист и мн.др.

Кузница

ДЕЛАЕМ ВСЕ!!!
СКИДКИ!!!

г.Опочка,
ул.Романенко, д.38-а.
Тел. 8-911-3793110,
8-911-3918802,
8 (81138) 2-17-41.

ИЗГОТОВИМ:
заборы от 1000 руб./п. м.,
двери от 4000 руб.,
калитки, ворота от 1500 руб./кв. м,
ограды от 5000 руб,
теплицы от 13000 руб., дуги на теплицы,
навесы, козырьки от 1000 руб./кв.м,
мангалы, качели, скамейки,
ступеньки, перила, лестницы, беседки
и многое др.
СВАРОЧНЫЕ РАБОТЫ: баки и др.



ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

ОПОЧКА	Четверг 23 августа	Пятница 24 августа	Суббота 25 августа
Температура ночью (°C)	+11+13	+11+13	+9+11
Температура днем (°C)	+16+18	+16+18	+17+19
Осадки	Дождь	Возможен дождь	Возможен дождь
Давление (мм рт. ст.)	744	746	748
Направление ветра	Зап.	Зап.	Ю-З
Скорость ветра (м/с)	7-10	5-8	2-5

С 11 ч. 55 мин. 22 августа до 14 ч. 51 мин. 24 августа Луна в знаке Скорпиона. С 14 ч. 51 мин. 24 августа до 18 ч. 0 мин. 26 августа Луна в знаке Стрельца.

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ

с 27 августа по 2 сентября



ОВЕН. Вы многого можете достичь. Не исключено, что недоброжелатели попытаются спровоцировать вас на конфликт. Может произойти событие, которое распахнет перед вами новые двери. Постарайтесь до выходных завершить текущие дела.



ТЕЛЕЦ. Необходимо быть благоразумным в действиях и словах. Повысится ваша социальная активность. Вы получите возможность влиять на события ближайшего будущего. Ваши решительные действия обязательно увенчаются успехом.



БЛИЗНЕЦЫ. Вам нужно срочно измуниться от состояния апатии. Не поддавайтесь обещаниям с фальшивой начинкой. Не стоит сомневаться в собственных силах. Интенсивность ваших действий на работе будет прямо пропорциональна вознаграждению.



РАК. Проторенные пути и накопленный опыт вам в работе не помогут. Попробуйте не допускать проявления эгоизма по отношению к коллегам и близким. В выходные, в спокойной обстановке можно решить бытовые проблемы, которые так долго откладывались и накапливались.



ЛЕВ. Неблагоприятный период для решения проблем, не стоит идти на принцип и подавлять партнеров. Можно заняться построением планов на будущее. В выходные дни возможны определенные осложнения, связанные с семьей, звезды желают вам терпения.



ДЕВА. Лучше не планировать решение важных задач. Выкроите больше времени для отдыха. На работе будет необходимо проявить пунктуальность. Вероятно напряжение отношений с начальством. В выходные возможны семейные неурядицы, которые вскоре не разрешить.



ВЕСЫ. Велики шансы вырваться из рабочей рутины, при наличии соответствующего желания ими стоит воспользоваться. Вы можете рассчитывать на помощь и советы друзей. Но все же лучше не предпринимать ничего серьезного. Выходные, скорее всего, окажутся тихими и спокойными.



СКОРПИОН. Ради достижения высокой цели вам придется пожертвовать свободным временем и планами. То, что сейчас делается, обернется благом для вас, пусть и не сразу. В выходные, если близкие будут ссориться, сохраняйте нейтралитет – и тогда перемирие наступит быстрее.



СТРЕЛЕЦ. Помогая другим людям, вы увидите, как лучше справиться со своими проблемами. Появится возможность отправиться в небольшую поездку, кого-то навестить, не пренебрегайте ей. Ваши советы, данные родственникам, будут весьма своевременными.



КОЗЕРОГ. Появится возможность для успешной реализации задуманного. Вам придется принимать рискованные решения. Можно попытаться изменить в жизни то, что вас не устраивает. В выходные ситуация может потребовать от вас сдержанности.



ВОДОЛЕЙ. Вы будете гоняться за удачей, и судьба предоставит возможность ее поймать. Перед вами откроются новые возможности. Не принимайте поспешных решений, не позволяйте эмоциям одергать верх над расчетливостью.



РЫБЫ. Появятся возможности для карьерного роста. Учитесь воспринимать по-новому жизненные ситуации. Вас может ожидать рост работоспособности, поэтому вы многое сможете успеть. Смело рассчитывайте на помощь друзей. В выходные благоприятен отдых в тихой обстановке.

РЕКЛАМА ОБЪЯВЛЕНИЯ

ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ объявляет дополнительный набор детей по специальностям: фортепиано, аккордеон, домра, вокал, гитара, плетение из ивового прута, изобразительное искусство.

Прием заявлений с 22 по 30 августа, с 10.00 до 14.00 в здании музыкального отделения.

ООО «Нико» на постоянную работу **ТРЕБУЮТСЯ** грузчики. Обращаться в магазин «Гастроном». Тел. 2-15-14.

ТРЕБУЕТСЯ подсобный рабочий. Тел. 8-911-3694990.

ГКУСО «Центр социального обслуживания Опочецкого района» **ТРЕБУЮТСЯ** на постоянную работу: водитель на легковой автомобиль, бухгалтер со знанием 1С. Зарплата согласно штатному расписанию. Справки по телефонам 2-35-94, 2-25-16.

ТРЕБУЕТСЯ продавец в палатку на выезд, на вещевые товары. Тел. 8-911-3960249.

ООО «Ремтрансгаз» ул.Коммунальная, д.89 **ТРЕБУЕТСЯ** оператор-кассир (мужчина). Тел. 2-26-68, 8-911-8812748.

Организации на работу в столовый цех **ТРЕБУЮТСЯ** специалисты и рабочие. Зарплата хорошая. Тел. +7-911-8120055.

ТРЕБУЮТСЯ монтажники окон и дверей. Зарплата сдельная, высокая. Тел. 8-964-6775682.

В кафе на постоянную работу **ТРЕБУЮТСЯ** бармен и повар. Тел: 8-911-3815716, 8-911-3796757.

25 и 26 августа организуются поездки в Печерский монастырь с заездом в Старый Изборск и Пушкинские Горы с посещением заповедника. Тел. 8-911-3856518.

Дорогие женщины! Для вас швейная фабрика г.Брянска 26 августа, в воскресенье, **ПРОВОДИТ ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ЖЕНСКИХ ПАЛЬТО И ПОЛУПАЛЬТО.** На зимние модели – скидки! Ждем вас на рынке с 9.00 до 15.00.

ЗАКУПАЕМ раков от 10 см и длиннее, цена договорная. Тел. 8-981-3500600, 8-911-3512279.

РАСПРОДАЖА ЛЕТНЕЙ ОБУВИ. Привоз новой коллекции «Осень». Магазин «Ваша обувь», павильон «Березка».

22 августа в 19.00 Центр культуры приглашает опочан и гостей города на концертную программу, посвященную **Дню Государственного флага Российской Федерации.**

Концерт состоится на площадке у РЦК, в случае дождя – в концертном зале. Вход свободный.

ГБОУ СПОПО «Опочецкий индустриально-педагогический колледж» **ПРОИЗВОДИТ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ НАБОР ОБУЧАЮЩИХСЯ** на обучение по профессии «Маляр строительный, штукатур», без получения среднего (полного) общего образования.

ПРОДАЮТСЯ дрова, колотые, смесь, с доставкой по городу. Обращаться по тел. 8-911-8863500 до 18.00.

ПРОДАЮТСЯ отходы лесопиления, дл. 1,2 м, цена 1200 руб./маш. Отходы торцовки бесплатно, с доставкой по городу. Тел. 8-911-3804259, с 8.00 до 17.00.

ПРОДАМ 2-комнатную квартиру с частичными удобствами (вода, туалет в доме) на ул.Гагарина, в районе больницы, 1-й этаж, нов. дверь, стеклопакеты, квартплата нет, 650 тыс. руб. Тел. 8-911-3880654.

ПРОДАЕТСЯ 3-комнатная квартира на ул.Автозаводской, 2-й этаж, печное отопление, проведена вода, машина-автомат, стеклопакеты, мебель. На дворе баня, 2 сарая. Без квартплаты. Тел. 8-911-3522024.

Молодая семья **СНИМЕТ** 1- или 2-комнатную квартиру с удобствами на длительный срок. Тел. 8-911-3852619.

СНИМУ 2-комнатную благоустроенную квартиру. Тел. 8-911-3813138.

СНИМУ 1-комнатную квартиру. Оплату и порядок гарантирую. Тел. 8-911-6900968.

ПРОДАЮТСЯ отходы 3-метровые (хорошие). Тел. 8-911-3672918.

ПРОДАЕТСЯ а/м ВАЗ-2112, 2000 г.в., 1,5 л, 16 кл., новая летняя резина + комплект зимней, электростеклоподъемники, литые диски, хорошая музыка, тонировка, состояние нормальное. Тел. 8-911-6918034.

СНИМУ жилье на длительный срок, рассмотрю все варианты, порядок и оплату в срок гарантирую. Тел. 8-953-2492180.

ПРОДАЕТСЯ а/м Mazda-626, 1992 г.в., в хорошем состоянии, 150000 руб., торг. Тел. 8-911-8809297.

ПРОДАМ а/м ВАЗ-21043, 2001 г.в., в хорошем состоянии, цвет «мурена». Тел. 8-929-1339434.

ОТДАМ котят в хорошие руки. Кошка породистая «вислужая», котят помесь, 2 месяца. Тел. 8-911-3662912.

ПРОДАЕТСЯ дом на Завеличье. Цена договорная. Обращаться по тел. 8-950-8976821.

ПРОДАЕТСЯ а/м «Ровер-25», 2002 г.в., цвет зеленый, в хорошем состоянии. Тел. 8-911-3810692.

Семья **СНИМЕТ** 2- или 3-комнатную квартиру со всеми удобствами, на длительный срок, возможен дальнейший выкуп. Тел. 8-911-3900999.

ПАМЯТНИКИ из Белоруссии. На заказ. Гранит. Качество, гарантия. Тел. 8-911-3902844, 8-911-8851880.

Утерянные документы (водительские права и карта Сбербанка) на имя Евгения Владимировича Гонгелева просим вернуть за вознаграждение. Тел. 8-953-2356067.

ПРОДАЮ дрова, смесь (осина, ольха, береза), колотые и чурками. Тел. 8-921-6095645, 8-911-6958455, Алексей.

ПРОДАЕТСЯ а/м ЗИЛ «бычок», 1998 г.в. Тел. 8-911-8808394, Сергей.

ПРОДАЕТСЯ а/м ВАЗ-2112, 2001 г.в. Тел. 8-921-1170391.

ПРОДАЕТСЯ 2-комнатная квартира с частичными удобствами, цена при осмотре. Тел. 8-911-3946315.

С 10 на 11 августа в районе автовокзала был **УТЕРЯН** паспорт на имя Дмитрия Валентиновича Кузьмина, г.Санкт-Петербург. Вознаграждение гарантируется. Тел. 8-953-2403240, 8-911-3521315.

ПРОДАМ 2-комнатную квартиру с частичными удобствами. Имеются: дом. телефон, Интернет, водопровод, сарай, подвал. Цена 550000 руб., торг. Телефоны: 8-911-8846680, 8-911-8832902, до 21.00.

СНИМЕМ комнату для двух студентов. Тел. 8-911-6961310.

ПРОДАЕТСЯ а/м ВАЗ-2106, в идеальном состоянии, не требует вложений. Цена договорная. Тел. 8-911-3657572.

ПРОДАЕТСЯ дом в д.Звоны. Имеются: надворные постройки, баня, колодец, дрова. Цена договорная. Тел. 8-921-1103335.

ПРОДАЕТСЯ дом в д.Аристово Звонской волости, 6 км от г.Опочки, хороший подъезд. Имеются: надворные постройки, баня, летняя кухня, 2 колодца, огород 50 соток, сад. Дом пригоден для постоянного проживания. Тел. 8-911-3757412.

СНИМУ 1-комнатную квартиру на длительный срок, желательно с удобствами. Тел. 8-921-5057922.

ПРОДАЕТСЯ детский костюм для мальчика на 1 сентября, рост 110-116 см, в отличном состоянии. Тел. 8-921-1123179.

ПРОДАЕТСЯ часть дома, в районе старого рынка. Тел. 8-911-3948692.

СНИМУ жилье с удобствами на длительный срок. Порядок и своевременную оплату гарантирую. Тел. 8-921-1193036.

ПРОДАЮТСЯ козы. Обращаться по тел. 8-911-3553192.

Выражаем искреннюю благодарность Сергею Ивановичу Гаврилкоу, родственникам, соседям, знакомым, друзьям, всем, кто разделил с нами горечь утраты и оказал помощь в организации похорон нашей горячо любимой мамы, бабушки, прабабушки **СТЕПАНОВОЙ Валентины Петровны** Сын, невестка, дети, внуки, правнуки.

Самую дорогую, любимую доченьку **Полину ЛУКЬЯНОВУ** поздравляем с днем рождения!

Когда открыла ты впервые Большие глазки голубые, Мы поняли, что в этих глазах Вся наша жизнь, любовь и ласка, Как будто в них живут два солнца, Как будто это два оконца В мир чистоты, улыбок, смеха, Где каждый новый день – потеха, Где каждый новый шаг – событие, И каждый человек – открытие, И где, взяв кисточку и краски, Весь свет могли мы сделать сказкой! Ты выросла, наша малютка, Красивой, умной, доброй, чуткой, Пусть счастьем жизнь твоя искрится И ярким солнцем озарится.

Твои мама, папа.

Любимого, уважаемого отца, свекра, дедушку, прадедушку, доброго, заботливого человека **Михаила Егоровича АЛЕКСЕЕВА** из д.Липица поздравляем с днем рождения!

Ум, сила, добрые дела Всегда мужчину украшали, Из этих добродетелей едва ли Судьба тебя хоть в чем-то обошла. Желаем много лет здоровья, В минуты грусти не тужить, В семье найти опору счастья, Всегда, во всем мужчиной быть!

Дети, внуки, правнуки, Шура.

Дорогие наши **Людмила** и **Сергей**! Поздравляем вас с серебряной свадьбой!

Четверть века – прекрасная дата! В нежных чувствах – волшебная сила, Вас любовь обвенчала когда-то, Счастье вам на всю жизнь подарила, Пусть сбываются ваши надежды, Исполняются ваши желанья, А любовь согревает, как прежде, Будет все, как на первом свиданье.

Сергеевы, Лукьяновы.

ОТДАМ щенков симпатичной и умной дворняжки и котят. Тел. 8-911-3688474.

ПРОДАМ козлят (коза и козел), 5 месяцев. Тел. 8-911-6961310.

ПРОДАМ: козочек, 3,5 мес.; комолых коз. Тел. 8-911-3934832.

ПРОДАЕТСЯ автомашинка ВАЗ-2105, дв. 1,5, хорошее состояние, цена 25000 руб. Тел. 8-921-1136703, 8-960-2206980.

ПРОДАЕТСЯ дом в д.Песчивка. Имеются: хозяйственные постройки, баня, летний домик, земельный участок 14 соток, колодец на участке. Тел. 8-911-3503288.

ООО «Гидробур» БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ. ГАРАНТИЯ, ПРОКАЧКА. Тел. +7-921-7032121, 8 (812) 60-21-21.

ПРОДАМ бочки: 5 кубов, 10 кубов. Тел. 8-911-3609291.

ПРОДАЮТСЯ аргентинские лесные утки (индоутки) всех возрастов. Тел. 8-921-5032285.

ПРОДАЕТСЯ 3-комнатная квартира с удобствами. Имеются: баня, сарай, гараж. Тел. 8-911-3713929.

Магазин «Мир Здоровья» Новый рынок, павильон «Березка»

Товары из верблюжьей шерсти: подушки, одеяла, наматрасники, пледы, термобелье, леггинсы, джемпера, водолазки. Ортопедические матрасы, подушки, стельки, обувь. Бандажи, корсеты, компрессионные чулки. Грелки, массажеры. Аппараты «Алмар-01», «Мар-30», «Фея». Тел. 8-911-8870786.

24 августа в Центре культуры по адресу: ул.Калинина, д.2-а, с 9.00 до 17.00

компания «Ассорти»

ПРЕДСТАВЛЯЕТ ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ЖЕНСКОЙ, МУЖСКОЙ И ДЕТСКОЙ ВЕРХНЕЙ ОДЕЖДЫ.

Производство Пензы, Москвы. Пальто, полупальто, плащи, куртки.



НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ ЦЕНА С МОНТАЖОМ **от 290 руб.м²** Огромный выбор фактур и расцветок. Простые, многоуровневые. 8-960-222-66-77, 8-921-5019903 г. Опочка, Советская пл., 9 (2 эт, салон «ОКНА-ДВЕРИ»)

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Северо-Западному федеральному округу. Свидетельство о регистрации ПИ ФС№2-7732 от 27 сентября 2005 года.

УЧРЕДИТЕЛИ ГАЗЕТЫ муниципальное предприятие «Редакция газеты «Красный маяк», Государственное управление по информационной политике и связям с общественностью Псковской области, администрация Опочецкого района.

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

ИЗДАТЕЛЬ: МП «РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ «КРАСНЫЙ МАЯК»

Газета отпечатана в типографии ООО «Псковское возрождение» ИНН 6027024264 Адрес: 180007 г. Псков, ул. Горького, д.1

Главный редактор Н.С. ПАВЛОВА

Объем 2 усл. печатных листа

ТИРАЖ: среда -- 4236 суббота -- 4811

ПЕЧАТЬ ОФСЕТНАЯ

ЗАКАЗ -

Срок подписания в печать по графику в 15.00

Подписано фактически 20.08.2012 г. в 15.00

Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ: 182330 г. ОПОЧКА, ул.КОММУНАЛЬНАЯ, д.8/15

ТЕЛЕФОНЫ: редактора -- 2-17-07, бухгалтерии -- 2-19-20 (факс, прием объявлений),

отдела писем и отдела социальных проблем -- 2-20-22. E-mail: krmajak@ellink.ru. Индекс: 53496