



Среда
25
сентября
2013 г.

Газета основана
в 1918 году



Красный МАЯК

№76 (12516)

ВЫХОДИТ ПО СРЕДАМ И СУББОТАМ

Цена 8 руб.

LENTA.RU
НОВОСТИ
ИЗ ИНТЕРНЕТА

Российское правительство одобрило повышение минимального размера оплаты труда (МРОТ) в 2014 году до 5,554 тыс. руб. На сегодняшний день в России МРОТ составляет 5,205 тыс. руб. С 1 января 2014 года он увеличится почти на 350 руб.

Правительство РФ утвердило список иностранных вузов, дипломы которых признаются на территории России. Всего в перечень вошло 201 учебное заведение. Как пояснили в кабмине, в этот список попали вузы, которые находятся на высоких позициях международных рейтингов университетов.

Руководство московской полиции распорядилось провести проверку всех сотрудников на употребление наркотиков. Соответствующее поручение, обращенное ко всем начальникам подразделений московской полиции, 28 августа подписал начальник ГУ МВД РФ по Москве Анатолий Якунин. Поручение должно быть исполнено до 23 октября.

Белоруссия направила в пострадавшие от наводнения районы Приамурья новую партию гуманитарной помощи – 50 тонн мясных консервов. Ранее Белоруссия уже отправила в пострадавшие районы Приамурья 43 тонны детского питания, партию мясных консервов и картофеля. Это было сделано по поручению президента республики Александра Лукашенко.

Хорватия приняла решение не участвовать в музыкальном конкурсе «Евровидение», который пройдет в 2014 году в Дании. Пропустить «Евровидение-2014» решено из-за тяжелой экономической ситуации в стране и невысоких результатов, которые последние несколько лет демонстрировали участники от Хорватии.

Чувашские археологи в ходе раскопок в Чебоксарах обнаружили саркофаг, в котором, как они считают, находятся останки Марии Шестовой, бабушки первого царя из династии Романовых Михаила Федоровича. Раскопки проходили на территории разрушенного в 1936 году Никольского собора.

АЧС

ПРОШЕЛ ОЧЕРЕДНОЙ РЕЙД НА ОПОЧЕЦКОМ РЫНКЕ



Районная газета уже неоднократно писала, что наш район находится во второй угрожаемой зоне по африканской чуме свиней. Чтобы избежать распространения этого опасного заболевания, в Псковской области принят ряд мер, в том числе и ограничительного характера.

В нашем районе по-прежнему действуют ветеринарно-полицейский пост и дезинфекционный барьер. Ежедневно по четвергам, субботам и воскресеньям представители районной администрации, ветеринарной службы и полиции проводят рейды на городском рынке.

В одном из таких рейдов, состоявшемся 19 сентября, побывал и сотрудник районной газеты. В рейде в этот день участвовали начальник отдела сельского хозяйства администрации района М.П.Харьковская, заместитель начальника межрайонной станции по борьбе с болезнями животных А.В.Федяев, ветеринарный врач Т.И.Зеленкова.

Сразу следует сказать, что городской рынок, который с недавнего времени называется ООО «Торговый двор», за вре-

мя действия карантина по африканской чуме свиней заметно изменился. Слева от входа в здание со стороны Пролетарской улицы, где раньше бойко торговали мясом, теперь напоминают о былом разве что пустые прилавки. На одном из них сиротливо лежал мешок с болгарским перцем, неведь каким путем сюда попавший.

А вот ближе к концу павильона торговали... свиной! И на вполне законных основаниях, невзирая на карантин по АЧС. Как пояснил А.В.Федяев, свиное мясо здесь продает индивидуальный предприниматель Федоров. У него в Великолукском районе есть свой мини-мясокомбинат, обладающий третьей степенью защиты, или компортаментом. За мудренными словами следует понимать защиту от проникновения на территорию мясоперерабатывающего предприятия особо опасных инфекционных заболеваний, в том числе и АЧС. Тем не менее, проверяющая комиссия еще раз просмотрела все документы у продавца свиноводческой продукции. Придаться было не к чему, документы оказались в порядке.

Больше никто свиное мясо на рынке не продавал. А.В.Федяев подсказал, что в выходные дни торговля мясом идет куда более оживленно. Это связано с тем, что в субботу и воскресенье в ООО «Торговый двор» привозят говядину, торговля которой не возбраняется.

Предположения отъявленных скептиков, что введение карантина по африканской чуме свиней окончательно лишит опочан свежего мяса, не оправдались. На Коммунальной улице продает мясные продукты магазин «Мясной двор», принадлежащий все тому же предпринимателю Федорову. На новом рынке бесперебойно торгует свиной магазин «Мясной ряд». Правда, очереди в нем стали заметно больше, но ведь карантин на ввоз свиней и свиноводческой продукции не может обойтись без определенных издержек. Тем более что удалось не допустить на территории области эпидемии АЧС, способной нанести непоправимый ущерб свиноводству. А все карантинные когда-нибудь, раньше или позже, заканчиваются. Лучше, конечно, пораньше...

На рынке был В. САМАРИН.

Шахматы

ОБЛАСТНОЙ ЧЕМПИОНАТ В ОПОЧКЕ

21 сентября в гимназии проходил открытый областной чемпионат имени Александра Петрова по блицу (быстрым шахматам). В нем приняли участие 23 человека – представители 4-х областных команд. Не оставили без внимания блиц в Опочке и шахматисты из северной столицы. Сергей и Александр Лукины сразились с нашими земляками в интереснейшей интеллектуальной игре.

После 23 сыгранных партий, каждая из которых длилась 10 минут, абсолютным чемпионом турнира стал пскович Григорий Шаранков. Призерами блица стали также шахматисты из Пскова Роман Малышев и Александр Шпак, завоевав 2 и 3 места соответственно.

Фоторепортаж о турнире будет опубликован в следующем номере газеты.

Акция

СТРАНА СПОРТИВНАЯ

1 октября на территории Российской Федерации пройдет всероссийская акция «Зарядка с чемпионом». В рамках акции будут проведены массовые физкультурные мероприятия, направленные на пропаганду утренней гигиенической гимнастики.

По словам главного специалиста отдела образования, физической культуры и спорта районной администрации С.А.Паклина, в нашем районе «Зарядка с чемпионом» будет проходить 1 октября с 9.00 до 9.30 на базе школ и детских садов, а участие в ней смогут принять все желающие независимо от возраста.

ПРОВЕДЕНЫ ЗАНЯТИЯ ПО ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЕ

В здании районной администрации с 16 по 20 сентября проходило обучение выездным методом должностных лиц и специалистов гражданской обороны, а также муниципального звена областной-территориальной подсистемы Опочецкого района. Занятия проводили преподаватели «Учебно-методи-

ческого центра по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и обеспечению пожарной безопасности Псковской области» И.И.Маркавец, В.В.Кукарин и В.В.Зарембо.

В занятиях участвовали руководители районных организаций, работники организаций, уполномоченные на решение задач в области ГО и защиты от чрезвычай-

ных ситуаций, руководители структурных подразделений организаций, руководители эвакуационных органов, руководители и специалисты дежурно-диспетчерских служб и руководители нештатных аварийно-спасательных формирований.

В общей сложности обучение прошли 134 человека. Занятия завершились аттестацией

обучающихся в форме зачета и выдачей им удостоверений установленного образца. Такие занятия проводятся раз в четыре года, и чтобы должностным лицам не нужно было ездить в Псков, администрация района договорилась со специалистами учебно-методического центра о проведении обучения в нашем городе.

Культура

**ВЫСТУПАЛИ
НА «СЛОВЕНСКИХ
КЛЮЧАХ»**

15 сентября в Старом Изборске Печорского района проходил международный фольклорный фестиваль «Словенские ключи». В нем принимали участие коллективы и исполнители из Белоруссии, Эстонии и некоторых регионов России, в том числе Псковской области. Опочку представлял народный хор русской песни (руководитель Маргарита Сазончикова, аккомпаниатор Алла Иванова), который исполнил три песни, в том числе и произведение опочецкого композитора Юрия Столярова «Скобари». За участие в фестивале опоччане получили диплом и памятный сувенир.

И. ГОМОНОВА,
специалист ОРЦК.

Из редакционной
почты**ПОВЕЗЛО
С ГЛAVOЙ
ВОЛОСТИ**

Глава нашей Варыгинской волости Михаил Иванович Антонов – человек отзывчивый и чуткий. Ни одна наша просьба не остается без внимания. Нам просто повезло с главой волости.

Примеров, когда Михаил Иванович сразу же откликнулся на обращения деревенских жителей, немало. Вот лишь некоторые, самые последние. Летом он организовал по нашей просьбе очистку пруда в деревне Морозово. Этот пруд одновременно служит и пожарным водоемом. Также была проведена подсыпка дороги по Морозову и на выезде в сторону города. А совсем недавно в деревню Костелево Михаил Иванович организовал доставку кольца для ремонта колодца. Огромное ему спасибо!

Жители деревень
Морозово и Костелево.

**Против повышения
пенсионного возраста
выступают 85% россиян**

Против повышения пенсионного возраста выступают 85% россиян, сообщает «Эхо Москвы». Одобряют возможную реформу только 8%. Такие данные приводит Левада-центр.

Опрос проводился с 23 по 26 августа в 45 регионах. В нем участвовали 1600 человек. Статистическая погрешность не превышает 3,5%.

Напомним, эксперты Минфина предлагают с 2020 года постепенно увеличивать пенсионный возраст, чтобы в итоге довести его до 58 лет для женщин и до 63 лет для мужчин. Сейчас женщины выходят на пенсию в 55, а мужчины – в 60.

К 600-летию Опочки

ИЗ ЖИЗНИ РАБОТНИКОВ САТП

В 1980-е годы в Опочке работало несколько автотранспортных предприятий, в том числе и созданное при льнозаводе специальное автотранспортное предприятие или сокращенно САТП.

Судя по снимкам, сохранившимся в альбоме Галины Васильевны Гусаковой, многие годы работавшей на льнозаводе и в САТП, а потом на хлебокомбинате, жизнь в этом автотранспортном предприятии не ограничивалась рейсами по перевозке продукции льнозавода. Здесь работало немало молодежи.

Администрация и профком предприятия старались вовлекать водителей в спортивно-массовые мероприятия. На снимках запечатлен один из этапов спортивного состязания – перетягивание каната и работа жюри.



Читатель – газета

«К ЗИМЕ ВОДА БУДЕТ»

Именно так ответили нам в МУП «Райводоканал» в ответ на вопрос, заданный в письме в редакцию жительницей деревни Карпово Макушинской волости А.Н.Свободиной. Жители этой деревни с апреля ждут окончания ремонта водопровода и колонки. «Чтобы набрать ведро воды, надо ждать целый час», – пишет А.Н.Свободина.

Получив письмо, мы тут же связались с главой Макушинской волости С.П.Кокориной и руководителем «Райводоканала» А.С.Герасимовым.

Проблема жителей деревни Карпово им известна. И, к сожалению, подобных проблем в нашем районе много. Водона-

порные башни и водопроводы, проложенные в советское время, крайне изношены. Аварийные ситуации возникают то там, то тут. Заявок в «Райводоканал» поступает немало. Недавно серьезный порыв водосистемы произошел в Опочке в районе автостанции. В отношении же деревни Карпово директор МУП «Райводоканал» А.С.Герасимов сказал буквально следующее:

– Ситуация там серьезная, система старая. Воды вначале вообще не было. Мы проводили работы по очистке от накопившейся грязи и замене труб, сделали временную схему, чтобы вода хоть как-то доходила до деревни. К зиме работы будут завершены.

Опрос

**Россияне не считают алкоголизм
самой важной проблемой страны**

В рейтинге проблем России по-прежнему лидирует ситуация в сферах ЖКХ и ЖКУ (53%). Такие данные предоставил Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ), анализируя ответы россиян на вопрос: какие проблемы тревожат их больше всего.

На втором месте – инфляция (50%). В топе главных проблем страны также – низкий уровень жизни населения (46%), коррупция и бюрократизм (44%).

Далее следуют алкоголизм (34%), ситуация в сфере здравоохранения (34%), пенсионное обеспечение (32%), положение молодежи (31%), состояние морали и нравственности (30%), безработица (28%). Несколько менее актуальны для респон-

дентов проблемы миграции (25%), ситуации в сфере образования, преступности, влияния олигархов на жизнь страны (по 22%). Менее всего беспокоят россиян такие темы, как экология (15%), демократия и права человека (14%), демографическая ситуация (13%), терроризм, ситуация в армии и задержки выплат зарплат (по 10%).

К концу лета проблема ЖКХ и ЖКУ несколько снизила свою актуальность (53%, в мае – 59%). Менее тревожащими стали и темы здравоохранения (с 43 до 34% за лето), алкоголизма (с 38 до 34%), безработицы (с 36 до 28%). Одновременно выросла обеспокоенность инфляцией (с 42% в мае до 50% в августе).

Школа

**Реализацию нацпроектов и развитие демографической политики в регионе
обсудили на заседании комиссии при Администрации Псковской области**

19 сентября под председательством и.о. первого заместителя губернатора Псковской области Веры Емельяновой прошло заседание комиссии при Администрации области, посвященное реализации на территории региона приоритетных национальных проектов и демографической политики. В нем приняли участие заместитель губернатора – руководитель Аппарата Администрации области Максим Жаворонков, представители органов исполнительной власти и силовых ведомств.

«Демографическая ситуация отчетливо улучшается. Если в 2006 году убыль составляла порядка 12,5 тыс. человек, то в конце прошлого года этот показатель снизился до 5 тысяч человек. При сохранении существующих мер социальной поддержки мы надеемся за три года выйти на «нулевой баланс», – отметила Вера Емельянова.

На заседании отмечалось, что для улучшения демографической ситуации в регионе реализуется комплекс целевых программ, направленных на поддержку семьи и детства, в том числе и многодетных семей, модернизацию здравоохранения, формирование здорового образа жизни.

В частности, обсуждая вопрос предоставления многодетным семьям земельных участков, Вера Емельянова

отметила, что Псковская область в этом вопросе занимает одно из ведущих мест по Северо-Западному федеральному округу. «В районах вопрос практически решен. Псков и Великие Луки являются наиболее уязвимыми по наличию земельных участков. Всю остроту проблемы мы постараемся снять в ближайшие 2-3 года», – сообщила Вера Емельянова.

Младенческая смертность в регионе снизилась на 23,4% по сравнению с прошлым годом. И.о. председателя Государственного комитета Псковской области по здравоохранению и фармации Денис Сачков отметил, что за последние 6 месяцев показатель младенческой смертности составил 8,3 на 1000 родившихся, что соответствует общероссийскому уровню. По его мнению, улучшению ситуации способствовало развитие амбулаторно-поликлинической службы, внедрение со-

временных технологий помощи детям, улучшение материально-технической базы учреждений родовспоможения. Только на закупку 68 единиц специализированного оборудования для подобных учреждений было выделено более 685 млн. рублей.

«Мы должны постараться сохранить жизни всех наших детей», – отметила Вера Емельянова и добавила, что данная ситуация находится на постоянном контроле в Администрации региона. И.о. первого заместителя губернатора поручила Госкомитету по здравоохранению и фармации усилить работу по привлечению в первую очередь детских специалистов: педиатров и неонатологов. Кроме того, к следующему заседанию должна быть подготовлена информация о профилактике абортов в регионе.

Докладывая о модернизации общего образования, и.о. начальника Государственного управления образования Псковской области Геннадий Барышников отметил, что особое внимание уделяется реализации «дорожной карты» по повышению уровня заработной платы педагогических работников. За первое полугодие этого года средняя заработная плата учителей составила 22 тыс. 627 рублей. Кроме этого, идет

работа по улучшению материально-технической базы школ региона. Общий объем средств, которые в этом году будут направлены на реализацию данной программы, составляет более 221 млн. рублей, 100 млн. из них направлено на оснащение школьных библиотек и предоставление всем ученикам бесплатных учебников.

Говорили на совещании и о расселении ветхого и аварийного жилищного фонда. Председатель Государственного комитета Псковской области по делам строительства, ЖКХ, государственного строительного и жилищного надзора Дмитрий Быстров призвал органы местного самоуправления активизировать работу по освоению средств, полученных для расселения граждан. До сентября 2014 года в регионе должны быть расселены 62 аварийных жилых дома, 39 из них расположены в Великих Луках.

Вера Емельянова поручила к следующим заседаниям Комиссии руководителям муниципальных образований подготовить доклады о принимаемых мерах по реализации программы расселения ветхого и аварийного жилищного фонда.

Pskov.ru

Псковская прокуратура открыла «горячую линию» для жалоб о свалках

Прокуратура Псковской области открыла «горячую линию» для жалоб на несанкционированные свалки. Линия будет работать с 20 сентября по 20 октября по телефону 8 (800) -100-07-76.

Граждане, позвонившие на телефон «горячей линии», должны сообщить работнику прокуратуры максимально приближенные ориентиры места нахождения свалки с указанием ближайшего населенного пункта либо иного объекта, желательного самому позвонившему сообщить свои ФИО и контактную информацию. Приветствуется также предоставление фотографий на интернет-ресурсы прокуратуры области.

Кроме того, сообщить о свалках можно по телефону Псковской природоохранной межрайонной прокуратуры: 8 (8112) 66-21-65 и в Интернет-приемную прокуратуры области.

В пресс-службе отметили, что в этом году в Псковскую природоохранную межрайонную прокуратуру поступило 22 обращения граждан с указанием на несанкционированные свалки твердых бытовых отходов. Прокуратура проводила и плановые рейдовые проверки совместно со специалистами Роспотребнадзора в целях выявления и фиксации несанкционированных свалок.

Всего в этом году в целях ликвидации скоплений мусора принято более 100 различных мер прокурорского реагирования. К административной ответственности привлечено 15 должностных лиц.

ПАИ.

Благоустройство

ПРИМЕРУ ПОСЛЕДОВАЛИ СОСЕДИ

Осенью палисадники горожан не утратили своего очарования. Они продолжают радовать глаз георгинами, астрами, хризантемами и другими цветами. Многоквартирный дом на улице 15 Июля не является исключением. В один из сентябрьских дней мы побывали там. Вернее сказать, первый раз мы посетили его в середине лета, однако в тот раз удалось лишь запечатлеть великолепие цветущих там роз, ромашек, петуний, лилий, декоративных подсолнухов и других цветов, чей срок цветения приходится на это время. Людей, проживающих в этом доме, заставить не удалось.

...На этот раз мы приехали удачно – Ольга Алексеева в это время хлопотала в палисаднике возле дома. По ее словам, идея обустроить прилегающую к дому территорию у нее возникла четыре года назад. Камни для декоративного огораживания клумб привез муж из карьера, а она их раскрасила в разные цвета. Большую часть цветов для



посадки покупала в магазине и заказывала по каталогам. Денег затрачено прилично.

Ее начинание поддержали и остальные жильцы дома, не только в ее подъезде, но и в соседнем – там тоже посажены цветы. К слову, о цветах: они присутствуют везде – и на крыльце,

и на лестничных площадках. Единственное огорчение приносит воровство: в прошлом году украли лебедей, выполненных из автомобильных шин, а в этом году три кашпо с ночными фонариками унесли. Поэтому декорировать придомовую территорию решили из менее затратных

материалов – булжники выкрашены в божьих коровок, а из пластиковых бутылок изготовлены шмели, поросята и даже пальмы. Деревянные колеса от конных телег превращены в подставки для цветов, и даже канализационный люк раскрашен под божью коровку. В планах

жильцов этого дома на будущий год продолжить украшать и благоустраивать свою придомовую территорию.

– Вот только бы нечистые на руку граждане не досаждали нам, – сказала в заключение О.Алексеева.

Е. ПУЛЬША.

Новости из Интернета

Мост через Исса в Опочецком районе будет реконструирован в 2014 году

В приёмную президента РФ с просьбой о помощи обратилась Прасковья Тимофеева, проживающая в деревне Антоново Опочецкого района. Как сообщили Псковскому агентству информации в пресс-службе администрации Псковской области, заявительница от имени жителей нескольких деревень попросила оказать содействие в реконструкции моста через реку Исса.

Женщина рассказала, что прежняя деревянная переправа через реку была разрушена во время весеннего половодья. Жителям данных населенных пунктов стало труднее добираться до работы. Существуют сложности с подъездом пожарных автомобилей и карет скорой медицинской помощи.

И.о. первого заместителя губернатора Вера Емельянова отметила, что данный вопрос в администрации региона стоит на особом контроле. По её словам, в настоящее время выполнены инженерно-геологические изыскания по реконструкции моста, идёт подготовка проектно-сметной документации. «Реконструкция запланирована на следующий год. До 30 августа 2014 года, по нашим прогнозам, мост будет построен», – подчеркнула Вера Емельянова.

Кроме того, и.о. первого заместителя губернатора сообщила, что в настоящее время на месте разрушенной в половодье переправы возведён временный пешеходный мост, существуют объездные дороги. В деревнях, которые находятся на противоположном берегу Иссy, постоянно проживают 23 человека, в летний период число жителей удваивается. «В настоящее время предприняты все необходимые меры по организации жизнедеятельности данных деревень. Жителям оказывается санитарная помощь. Фельдшерско-акушерский пункт расположен в 6 километрах. В случае необходимости могут быть использованы и катера госинспекции по маломерным судам», – сказала Вера Емельянова.

Как отметил в ходе личного приёма граждан заместитель полномочного представителя президента РФ в Северо-Западном федеральном округе Юрий Шалимов в режиме видеоконференцсвязи, вопрос очень важный. «Даже столь небольшое количество жителей не должно остаться без внимания. Обо всех предпринимаемых шагах население необходимо информировать», – отметил он.

Вера Емельянова пообещала заявительнице в ближайшее время выехать на место и обсудить с населением и представителями экстренных служб сложившуюся ситуацию и пути ее разрешения.

Служба 02

УЧАСТКОВОГО НУЖНО ЗНАТЬ В ЛИЦО!

В штате отделения участковых уполномоченных, которым руководит майор полиции А.В.Титов, насчитывается пять сотрудников полиции. За ними закреплены три городских и два сельских участка. В сегодняшнем номере районной газеты мы знакомим наших читателей с участковыми уполномоченными полиции, которые по своей службе должны находиться ближе всего к людям.

В центре города службу на своем участке несет капитан полиции Надежда Валентиновна Васильева. За лейтенантом полиции Алексеем Юрьевичем Ивановым закреплены Варыгинская, Ма-

кушинская, Матюшкинская и Пригородная волости. Заместитель начальника отделения участковых уполномоченных, капитан полиции Андрей Михайлович Владимиров обслуживает участок, включающий в себя Болгатовскую, Глубоковскую и Звонскую волости. Городской участок от Сущевки и до улицы Строителей закреплен за старшим лейтенантом полиции Олегом Викторовичем Шуваловым. И, наконец, на Завеличье работает помощник участкового уполномоченного, старший сержант полиции Сергей Владимирович Селезнев. В настоящее время он повышает свою квалификацию в высшем учебном заведении.



А.Ю.Иванов



Н.В.Васильева



А.Н.Владимиров



О.В.Шувалов

«Ветеранское подворье» - 2013

В определении «потомственный крестьянин» многое от лукавого – умение работать на земле, любовь к своему делу и хозяйская сметка не закладываются в человеке на генном уровне. Все это приобретается постоянным, каждодневным, кропотливым и нелегким трудом.

КРЕСТЬЯНАМИ НЕ РОЖДАЮТСЯ – ИМИ СТАНОВЯТСЯ

Супруги Гавриловы из деревни Павлихино пришли к сельской жизни достаточно случайно. Ольга Николаевна Гаврилова очень хотела иметь свою дачу, свой небольшой клочок земли, где бы радовали глаз цветы и грели душу ухоженные заботливыми руками грядки. О большом хозяйстве первоначально ни она, ни ее супруг Владимир Карпович еще не думали.

разве что поросят, можно было видеть вольготно гуляющей по просторным уголкам ухоженной земли.

Совсем недавно Ольга Николаевна и Владимир Карпович расстались с одной из коров, служившей им верой и правдой полтора десятка лет. Это был тяжелый день в их жизни, прощались с любимым животным со слезами на глазах. Да и как могли иначе, если Гавриловы помнят



Семья Гавриловых начала строить свой дом в деревне своими руками и на своей земле. В 90-е годы прошлого века по стране прокатился большой земельный передел под лозунгом «Фермер должен накормить страну». Гавриловы тогда получили 6 гектаров земли в совхозе «Красный фронтвик». Пока достраивали дом, жить приходилось в бане. Как тяжело было гасить банковские кредиты, взятые на развитие хозяйства, знают только они сами.

К дню сегодняшнему личное подсобное хозяйство семьи Гавриловых отличается масштабностью и успешностью. На их подворье в этом году содержались две коровы и нетель, две свиньи, 26 гусей, 11 уток и столько же индюков, 30 кур. Почти всю эту многочисленную живность, за исключением



свою кормилицу еще маленьким теленком!

Сколько Гавриловы за время работы на земле произвели, как принято было раньше говорить, «для государства», а вернее для людей, мяса и молока, экологически чистых продуктов, можно счесть разве что приблизительно. Ольга Николаевна быстренько прикинула на калькуляторе, что только в этом году ее буренки дали примерно 8400 кг молока, то есть два молоковоза. От каждого теленка Гавриловы получают 50 кг мяса, индюки

вырастают до 24 кг и т.д.

Если говорить о растениеводстве, то в усадьбе Гавриловых есть практически все, что растет в наших местах, и даже то, что здесь расти не должно. Помимо картофеля, капусты, свеклы, лука и моркови на земельном участке Гавриловых удивят любопытствующего два сорта винограда и абрикос. Длинные и ровные клубничные грядки только на продажу дают около центнера ароматных ягод. На бывшем пустыре, где семья когда-то начинала строить свой просторный дом, теперь разросся яблоневый сад. Пять молоденьких яблонь привила сама Ольга Николаевна, освоив для себя еще одно из своих многочисленных умений. А какие у нее замечательные перцы! Их семенами рачительная хозяйка обеспечила, по ее словам, чуть ли не половину Опочки.

Сотрудник редакции «Красного маяка» поинтересовался у семьи Гавриловых, не стала ли им за многие годы работа на земле, не предполагающая ни выходных, ни отпусков, в тягость. «Конечно, сельский труд всегда был нелегким, – согласилась Ольга Николаевна. – Но это стало за многие годы нашим образом жизни, и другого рода деятельностью мы с мужем заниматься не можем. Да и не хотим».

А. КРЫЛОВ.

Прокуратура информирует

НАКАЗАНИЕ ЗА ХРАНЕНИЕ НАРКОТИКОВ

Прокуратурой района поддержано государственное обвинение в отношении 31-летней жительницы Опочецкого района П., обвиняемой в совершении преступления, предусмотренного ч. 3 ст. 228 УК РФ (незаконное приобретение и хранение без цели сбыта наркотического средства в особо крупном размере).

Установлено, что в марте 2013 года Н. приобрела на территории г.Опочки у неустановленного лица для личного пользования наркотическое средство 3-метилфентанил, общей массой не менее 1,147 г, то есть незаконно приобрела

наркотическое средство без цели сбыта. Приобретенное наркотическое средство Н. хранила по месту своего жительства для личного потребления. По истечении двух дней наркотическое средство было обнаружено сотрудниками полиции и изъято.

Приговором Опочецкого районного суда Н. назначено наказание в виде лишения свободы сроком на 7 лет без штрафа с ограничением свободы на 1 год. Также ей установлены следующие ограничения: не выезжать за пределы муниципального образования «Опочецкий район», не изменять места жительства или пребывания без согласия

специализированного государственного органа, осуществляющего надзор за отбыванием осужденным наказания в виде ограничения свободы. На осужденную возложены обязанности являться в специализированный государственный орган один раз в месяц для регистрации.

Н. отсрочено реальное отбывание наказания в виде лишения свободы до достижения ребенком, который должен у нее родиться в 2013 году, четырнадцатилетнего возраста.

И. БАЛМЫШЕВА,
старший помощник прокурора
Опочецкого района.

Псковичка стала факелоносцем эстафеты Олимпийского огня

Татьяна Александрова из Пскова станет факелоносцем эстафеты Олимпийского огня «Сочи 2014» от компании Coca-Cola. Об этом Псковскому агентству информации сообщила менеджер по связям с общественностью проекта «Сочи 2014 Coca-Cola» Елена Роголева.

Узнав о конкурсе, Татьяна решила в нем участвовать: «Это мечта любого человека. Факелоносцы – посланники мира, они могут помочь укреплению мирного, доброго отношения между народами. Я считаю себя настоящим гражданином России, патриотом своей Родины. Это великое событие для моей Родины, а значит, и для меня», – сказала Татьяна.

Татьяна Александрова возглавляет волонтерское движение «Наш выбор» и является активным участником всероссийских конкурсов и олимпиад. Девушка также стала лауреатом президентской премии, занималась проектами «Экопрорыв», «Дорога к храму», «Дороги, которые мы выбираем» – вовлечение детей, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, в активную социальную деятельность, помощь адаптации их в обществе.

«Со мной работает отличная команда, которая на практике доказала свою способность решать и проблемы, существующие в окружающем социуме», – рассказывает факелоносец от Coca-Cola.

Учёные нашли способ убивать раковые клетки

Американские ученые из штата Мэн заявили о создании молекулы, способной провоцировать самоуничтожение раковых клеток, пишет «Российская газета».

По их словам, разработанная ими технология безопаснее и эффективнее применяемой сегодня химиотерапии. Она уже хорошо зарекомендовала себя при лечении лейкемии.

Уникальная молекула, открытая в ходе генетических исследований, работает по принципу «генного пылесоса», находя и уничтожая «плохие» клетки. Она встраивается в защитную систему раковой клетки и провоцирует ее на самоуничтожение. При этом здоровые клетки она не трогает.

Как пояснил автор исследования Кевин Милл из Лаборатории Джексона, злокачественные образования обладают защитным генным механизмом, который и обеспечивает их высокую выживаемость. Изучив геном раковых клеток, ученые смогли создать «молекулу-убийцу», которая реагирует на гены, ответственные за защиту раковой клетки, а значит, и на саму защитную систему. Поскольку обычная, здоровая клетка такими генами не обладает, молекула игнорирует ее. После того как молекула «встраивается» в защиту раковых клеток, те мутируют и погибают.

На основе данной молекулы американцы создали препараты, которые проходят первые испытания в лабораторных условиях и уже показали неплохие результаты, особенно при лечении лейкемии. Как уверяют медики, побочных эффектов не выявлено. В скором времени ученые намерены начать клинические исследования и определить точную дозировку для обеспечения максимальной эффективности новых лекарств.

Детские психологические травмы сокращают жизнь

Ученые из Национального института здравоохранения и медицинских исследований (Франция) и Международного центра изучения качества жизни и охраны здоровья в Лондоне (ESRC) доказали, что люди, которые пережили детские психологические травмы, чаще умирают в возрасте до 50 лет, чем другие, сообщает агентство «Информинг».

Ученые сопоставили образ жизни и истории болезней 15 тысяч людей, умерших преждевременно. На основе обработанных данных, специалисты пришли к выводу, что женщины, пережившие психологическую травму в 7, 8, 11 или 16 лет, на 60% чаще других умирают в 50 лет.

Если психологических травм в детстве было две и более, то вероятность преждевременной смерти возрастает (внимание!) до 80%. Мужчины, травмированные событиями, пережитыми в детстве, на 57% умирают чаще, прожив полвека.

По оценкам ученых, дело в том, что сильный стресс, пережитый в детском или подростковом возрасте, приводит к дисбалансу гормонов и иммунной системы, что негативно влияет на физическое здоровье в дальнейшем. Такими психологическими травмами могут быть развод родителей, недостаток внимания, арест одного из членов семьи и т.п.

Отметим, исследование также показало, что люди с психологическими травмами чаще злоупотребляют алкоголем, становятся наркозависимыми и накладывают на себя руки. Поэтому смертность среди травмированных в детстве людей выше.

Брать деньги в долг вредно для здоровья

Финансовые долги серьезно ухудшают физическое и психическое здоровье человека. В том числе они могут быть причиной повышенного кровяного давления, сообщают СМИ.

Такие выводы сделали специалисты после исследования, проведенного учеными северозападного университета. Сообщается, что в эксперименте принимали участие 8,4 тыс. человек в возрасте от 24 до 32 лет.

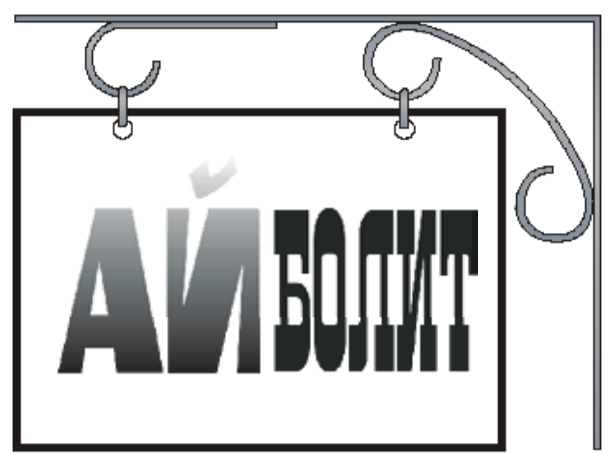
И в итоге оказалось, что 20% из них имели финансовые задолженности и не знали, как их погасить. При этом анализ состояния здоровья всех участников эксперимента показал, что у должников снижена стрессоустойчивость и отмечается повышенное кровяное давление, а также в целом отмечается ухудшение здоровья.

За 10 лет в России стало в 10 раз меньше венерических болезней

Заболеваемость инфекциями, передаваемыми половым путем, за десять лет сократилась в 10 раз, сообщает РИА Новости со ссылкой на главного дерматовенеролога и косметолога Минздрава РФ Анну Кубанову.

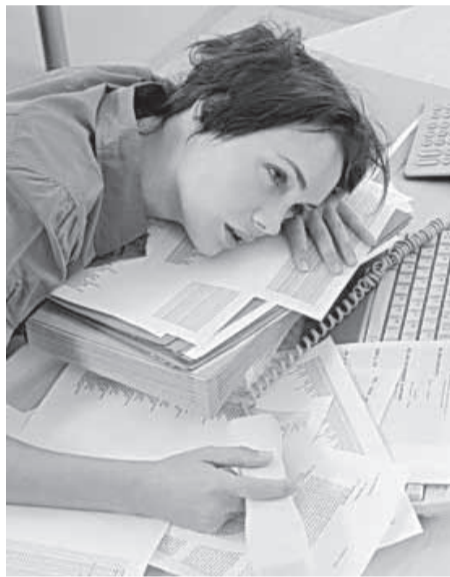
«В отношении инфекций, передаваемых половым путем, у нас есть очень хорошие позитивные результаты: снижаются показатели заболеваемости по сифилису и урогенитальным инфекциям», — сказала Кубанова. По ее словам, этих показателей удалось достичь благодаря реализации мероприятий Федеральной целевой программы по контролю за инфекциями, которые передаются половым путем.

«В итоге заболеваемость инфекциями, передаваемыми половым путем, снизилась в России почти в 10 раз. Сегодня средняя заболеваемость сифилисом, например, составляет 31 случай на 100 тысяч населения, а 10 лет назад этот среднероссийский показатель составлял 278 случаев на 100 тысяч населения. Мы должны и дальше добиваться снижения заболеваемости по социально-значимым инфекциям», — сказала А.Кубанова.



ПОПУЛЯРНАЯ СТРАНИЦА

СОВРЕМЕННЫЙ ТРУДОГОЛИЗМ: ВРЕД И ИЗБАВЛЕНИЕ



В последние десятилетия люди все чаще сталкиваются и страдают от чрезмерной загрузки на работе и такого явления, как трудового голода. А современный темп жизни и работы, с переизбытком информации и компьютеризацией всего и вся, лишь этому способствует.

Хорошо известно, что с медицинской точки зрения трудовое голодание является своеобразной болезнью, схожей с другими видами болезненных пристрастий. Его жертвы страдают постоянным желанием постоянно заниматься какой-нибудь деятельностью, они не в силах остановиться и отдохнуть и все время трудятся не покладая рук.

Понятно, что у такой зависимости может быть множество негативных последствий. Давайте посмотрим, к чему же приводит трудовое голодание и как от него избавиться?

Постоянная и длительная работа («работа на износ») ведет к значительному переутомлению, результатом которого являются невнимательность

и сложность с концентрацией. Трудоголики допускают все больше ошибок по мере усталости, часто что-то забывают, чувствуют, что уже плохо работают, но вместо отдыха пытаются это компенсировать, работая все больше и больше.

Развиваются такие неприятные явления, как раздражение, постоянная усталость, нерегулярное питание, недосыпание, развиваются разнообразные психологические и физиологические проблемы. Все это негативно влияет на состояние здоровья человека. Так, значительно увеличивается риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, гастрита и язвы, дерматита, возникают сильные головные боли, появляются проблемы со сном.

По мнению психиатров, бороться с болезненной зависимостью можно с помощью психотерапии и медикаментов, механизм воздействия которых сходен с действием антидепрессантов. Правда, медикаментозная помощь часто имеет и нежелательные побочные эффекты.

Чтобы помочь человеку избавиться от трудового голода и вернуться к полноценному здоровому образу жизни, необходимо повысить его мотивацию к изменению нехороших привычек и смене жизненной позиции с приоритетами, сделать акцент на смене деятельности и попытаться убедить, что смысл жизни и удовольствие можно найти не только в работе. Именно из-за чрезмерного увлечения работой трудоголики забывают о близких, друзьях, у них часто

возникают семейные проблемы.

Поскольку они не способны расслабляться и отдыхать, для них это тяжелая нагрузка, они все время рвутся на работу.

Так как же с этим негативным явлением бороться? Ниже отметим действия и мероприятия, которые помогут избавиться от лишних перегрузок в работе и изменить к ней отношение.

Так, в первую очередь рекомендуется равномерно распределять рабочую нагрузку, не делать одновременно 2-3 дела, а также научиться не расстраиваться из-за сбоев/неудач в работе. Следует устраивать через каждые 1,5-2 часа работы перерывы в 10-15 минут, во время которых выполнять расслабляющие упражнения, отказаться от сигарет и кофе и заняться каким-либо видом спорта.

Иначе следует использовать и отпуск, разделяя его на несколько коротких отпусков. Нельзя отказываться или пропускать очередной положенный отпуск, а если человек работает предпринимателем и сам планирует свое время отдыха, то также обязательно выделять для этого время несколько раз в году.

Трудоголикам также рекомендуется совершать ежедневные прогулки на свежем воздухе (не менее 30 минут), а длительность сна должна составлять не менее 8 часов. По возможности полезно будет устраивать небольшой дневной сон, продолжительностью около 1,5 часа. Ну и, конечно, отметим позитивный взгляд на жизнь и понимание того, что работа в ней — далеко не самое важное дело.

Секрет тибетских лам

Все вредное выведет рис

Возьмем обычный рис, столько столовых ложек, сколько вам лет. Промоем, засыплем в банку, зальем теплой кипяченой водой, закроем крышкой и поставим в холодильник. Утром воду сольем, возьмем 1 столовую ложку с верхом риса, сварим его в течение 3-4 минут без соли и съедем натощак до половины

восьмого утра. Оставшийся рис снова зальем кипяченой водой и поставим в холодильник. И так поступаем каждое утро, пока рис не закончится.

Секрет метода заключается в том, что рисовое зерно имеет кристаллическую структуру. Когда мы замачиваем зерна, мы удаляем из него крахмал, а на зернышках появляются ячейки.

Рисовая каша переваривается не в желудке, а в кишечнике, зерна действуют как адсорбент. После курса лечения вы станете не просто здоровее, но и моложе. Одно условие: после завтрака рисом желательнее ничего не есть и не пить не менее 3 часов. После такого питания уходят боли из поясницы, перестает хрустеть шея.