

ЛЕНИНСКОЕ ЗНАМЯ

Издается с 1929 г.

ЧЕТВЕРГ,

19

СЕНТЯБРЯ

1991 года

№ 113 (8530)

Цена 7 коп.

ГОТЕМСКАЯ РАЙОННАЯ ОБЩЕСТВЕННО ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

ВЫГОДА ДОЛЖНА БЫТЬ ОБОЮДНОЙ

В газете «Красный Север» за 17 июля 1991 года была опубликована статья о соединении совхоза «Погореловский» с Юбилейным линейно-производственным управлением магистральных газопроводов концерна «Севергазпром». Некоторые суждения авторов статьи, мягко говоря, спорны. Главным образом они касаются того состояния совхоза, в котором оно было передано, как говорится, богатому соседу. Из статьи явствует, что «хозяйство год от года катилось вниз к развалу, хаосу, анархии, что «в Погорелове — голь перекапная, избы кривые, тоска зеленая».

Однако совхоз «Погореловский» в районе был самым крупным хозяйством. Площадь пашни составляла 3231 гектар, в то время как в среднем по хозяйствам размер пашни — 1958 гектаров. Площадь осушенных земель составляла 1193 гектара.

За два последних (до присоединения) года проведены культуртехнические работы на площади 1200 гектаров.

Среднегодовая стоимость основных фондов составляла на 1 января 1990 года 9634 тысячи рублей (в среднем в хозяйствах района — по 5503 тысячи рублей). Среднегодовая численность работающих — 228 человек. В совхозе построен торговый центр, 40 коттеджей. На территории Погореловского сельсовета расположена

средняя школа на 200 мест, детский сад на 90 мест, Дом культуры.

В совхозе «Погореловский» размещалось 2046 голов крупного рогатого скота, в том числе 767 коров, 587 голов свиней.

За 1988 год хозяйство произвело 1895 тонн молока, 234 тонны мяса, что составляло десятую часть об-

Комментарий специалиста

щего районного объема.

Совхоз «Погореловский» передан объединению «Севергазпром» бесплатно, без всякого выкупа основных и оборотных фондов, на 11 миллионов рублей.

Главной задачей, которую ставили мы, специалисты района, при передаче совхоза объединению «Севергазпром», было оказание финансовой и технической помощи. Объединение выделило на развитие хозяйства 11 миллионов рублей. Ведь в те годы государство не давало бюджетных средств на развитие сельского хозяйства. В основном хозяйства пользовались банковскими ссудами.

Следует признать, что отток рабочей силы из совхоза был вполне оправдан. Там условия жизни были

значительно лучше. Зарплата в два-три раза превышала совхозную. Объединение совхоза и концерна «Севергазпром» позволило избежать этого, ведь теперь это единый коллектив.

При передаче совхоза объединению был заключен договор на поставки сельскохозяйственной продукции в район на 1989 год. Поступила тысяча тонн молока и 75 тонн мяса по государственной цене. С 1991 года поставки прекратились.

В настоящее время подсобное хозяйство работает на договорной основе со всеми кооперативами агропромышленного объединения. Так, растениеводческим кооперативом за 1990 год проведено известкование кислых почв на площади 665 гектаров, на 217 гектарах — фосфоритование, заготовлено торфа на 26 тысяч рублей, внесены минеральные удобрения на 1519 гектарах, продано на 157 тысяч рублей минеральных удобрений.

Мясо-молочный кооператив за 1990 год переработал 2181 тонну молока, 210 тонн скота.

Снабженческо-бытовой кооператив реализовал товарно-материальных ценностей более чем на 463 тысячи рублей.

Связь с районом не прервалась. Но выгода должна быть обоюдно.

Е. ЕГОРОВА,

заместитель председателя АПО «Тотемское».

Шефы — селу

За работу — бычок

Богатый урожай картофеля уродился нынче у фермеров Неклюдовых. Да такой, что самим убрать его просто не под силу. Вот и обратился глава крестьянского хозяйства — Василий за помощью к тотмичам. Сборы были недолги. В Неклюдах приехали работники райисполкома, районной библиоте-

ки, редакции «Ленинского знамени».

Шефы не подвели — только за день они собрали более 10 тонн картофеля. Хорошо отблагодарили их и фермеры. Бычок — награда за ударный труд. На этом шефская помощь не кончилась. В прошлый вторник в Неклюдах вновь работала та же группа.

Сами заработали

Средняя школа № 1 не теряет связи с колхозом имени Ленина. Летом там работал школьный трудовой лагерь, а сейчас, когда учебный год уже начался, учащиеся выезжают в Калинин на шедскую площадку. За частую там трудятся по три класса, благо работы ребятам хватает. И школе выго-

да, и колхозу тоже. Колхоз расплачивается за помощь картофелем. Школа уже сейчас стала его, получая от Калининцев на 6 тысяч рублей. Часть заработанного отведена на нужды столовой и пойдет на питание школьников.

М. АЛЕКСАНДРОВ.

ЖДУТ ШЕФОВ

Лен — ценная техническая культура. В хозяйствах района посадки льна занимали довольно значительные площади. А это значит, что за ними нужен тщательный уход и своевременная уборка. И, как правило, со льном в колхозах хлопот хватает. Без помощи со стороны селянам обойтись трудно.

Площади, занятые льном в колхозе «Заветы Ильича», невелики — 24 гектара. Но и здесь надо приложить руки, проявить старание и умение, чтобы убрать его и получить хорошую тресту. Два дня назад на льняное поле вышли 16 человек — это колхозные специали-

сты, служащие, механизаторы, освободившиеся от других работ. Однако на терпение льна требуется в два раза больше. Неделю было бы, если бы приехали помощники — шефы. Кооперация усилий значительно ускорила бы дело.

Шефы помогают

30 гектаров льна вытерпели механизаторы-льнокосбайнеры в колхозе «Мосеево» Р. И. Цикин и В. А. Цикин. Полным ходом идет подъем тресты со стелл. На 15 гектарах лен стоит в копусах.

Уборку ведут все свободные от других полевых работ люди: механизаторы,

служащие, специалисты и также пенсионеры. Оказывают посильную помощь учащиеся СПТУ-47, коллективы райпотребсоюза, растениеводческого кооператива АПО. Чаще всех на мосеевских полях можно увидеть ребят из профтехучилища во главе с мастерами. В лучшие дни на подъеме тресты бывает 30 — 40 шефов.

В колхозе «Путь к коммунизму» уборкой льна занимаются работники почты, детского сада, конторы. Участвуют в этом важном деле и пенсионеры по мере своих сил и возможностей. Определены меры материального

поощрения людей, участвующих в уборке тресты.

Все посеяны льна вытерпели. Готовую тресту ставят для просушки в копуса. С 15 гектаров из 40 занятых львом снопами тресты уже увезены.

И. ДМИТРИЕВА.

Ну а деточки? А ДЕТОЧКИ ПОТОМ...

Продолжается проверка готовности детских дошкольных учреждений к зиме. И вновь выясняется, что лозунг «Все лучшее — детям!» опять остается на словах. Девять детсадов из 38 оказались не готовыми к работе в зимних условиях. Это Верхнетотемский, Маньковский, Середский, Октябрьский, Михайловский, Красноборский и городские «Черемуха» (РТК), «Сказка» (АИМК), «Радуга» (горсовет).

Не проводится своевременно капитальный ремонт, во многих неисправны канализация и водопровод, в плохом состоянии технологическое оборудование. Так, в Верхнетотемском деткомбинате (колхоз «Путь к коммунизму») месяц не работает водопровод, не организован регулярный подвоз воды, неисправны два бытовых холодильника из трех, три конфорки из четырех, электроточил, тостер, электромясорубка. В общей слож-

ности — 80 процентов всего оборудования. Дважды (в августе и в сентябре) закрывали деткомбинат в Середском (колхоз «Большевик»), хотя в школе пустует шесть комнат. Дети вынуждены спать в коридорах и тамбурах. Такие примеры можно продолжать и дальше.

Видимо, неслучайно 56 процентов заболеваемости детей приходится на посещения дошкольных учреждений. Хотя должно быть все наоборот. В чем же главный источник бед?

Из разговоров с заведующими детскими дошкольными учреждениями выясняется, что начальники лесопунктов, председатели колхозов заходят туда очень редко. То же можно сказать о председателях сельских Советов. Вот и получается, что за кубометрами леса, тоннами молока и мяса наши руководители напрочь забывают о маленьких гражданах — будущих специалистах и работниках. Не слу-



чайно это становится одной из причин того, что лесные поселки и деревни пустуют, оттуда уезжают люди.

В. МОРОЗОВ,
депутат райсовета.

От редакции. Как выяснилось, в Середском страдают не только воспитанники деткомбината, но и школьники. Наземная теплотрасса, обогревающая школу и жилые дома, до сих пор не отремонтирована. Она еще летом упала со стоек, но ни колхоз, ни сельсовет не приняли мер к устранению аварии. Под угрозой теплоснабжение школы и жилых домов центральной усадьбы колхоза.

Ито добирался до Великодворья впервы, тот надолго запомнит это почти романтическое путешествие.

Вышла из рейсового автобуса хмурый ранним утром. Подгоняемая прохладой и мелким накрапывающим дождем, бежала по ровной проезжей дороге между зелеными стенами леса. И вдруг, как из-под земли, словно случайно разрывая линию дороги, неожиданно появляется зеркальная гладь реки.

У берега, признав во мне пассажирку, еще издали приветствует улыбой незнакомый мужчина преклонного возраста. А там, на другом берегу — маленькая корбочка-автобус ждет терпеливо и доброжелательно. Не долго и весело трясет он затем по песчаной дороге — и вот я в центре колхоза.

Деревни расположены довольно живописно — по берегам красавицы Печеньги. Не сказать, что Великодворье очень отвечает по размерам своему названию, но и немало. Во всем сельсовете человек 600 проживает, хотя бывали времена — только голосовать 1200 приходило, а от мала до велика тысячи три набралось.

Далеко запрятанное в глубь края и труднодоступное из-за реки, оно, Великодворье, казалось бы, обеспечивает само себя социально почти полностью: прекрасная школа, хлебопекарня, магазин, столовая, медпункт, библиотека, сельский клуб, детсад. Но проблем здесь — хоть отбавляй. И хотя их где, в каком уголке страны сегодня нет, не замечать их — значит никогда не разрешить.

А мало-помалу все-таки что-то решается в Великодворье. Не так давно даже школы здесь не было. Теперь гляди — какая красавица, усаженная цветами, чуть ли не у опушки леса стоит. Да и музыку Шопена. Бетховена из окон классов услышать можно: музыкальную школу открыли. С таким прекрасным коллективом учителей во главе с, я бы сказала, мудрым дирек-

тором А. А. Огарковым, гляди, еще и не то будет...

Конечно, всеми, в основном, социальными благами, если так можно назвать их в нашей стране, обеспечивается население сельсовета колхоз — зажиточный и разумно щедрый для своих селян. Вот и музыкальную школу он на себя взял, специалистов жильем обеспечивает. Содержит переправу (из 24 тыс. руб. ее стоимости) 16 тыс. платит колхоз). Не существовать бы в деревне и убыточной общешкольной столовой — колхоз покрывает убытки, да и дополни-

вается другим родом деятельности. Должен же он иметь право за собственные заработанные деньги купить нужную себе вещь.

Но именно нужной вещи в магазине сейчас не найдешь. Да и с ним, с домашним хозяйством, проблем не оберешься. Чем кормить коров? Завозные корма? Их колхозная живность забыла. Пункт в государственном договоре о том, что племенные животные получают комбикорма, забыт как бы случайно — и никаких проблем! А попробуй колхозу со своей стороны не выполни ка-

седатель сельсовета Н. В. Слободина.

Но и в хлебопекарне дефицит снабжения срабатывает четко в свою черную сторону: то муки, то дрожжей не хватает. Да и технические возможности ее на уровне цивилизации нашей много-страдальной страны: мешки вручную таскают женщины работницы, благо, тестомесители хоть какие есть.

А в клубе — дефицит специалистов. Стоят «тоскуют» кресла да автоматы. И только киномеханик оживляет это культурное учреждение светом экрана в часы

в лютую службу дрова в печку.

— В колхозе деньги есть и строить мы могли бы, — сообщает председатель колхоза М. И. Слободина. — Но где строительные бригады?

Проблема строительства, наряду со снабжением, самая острая в Великодворье. Решилась она — многое бы устроилось. А то получается круговорот: нет специалистов — того же техника-строителя, снабженца — а их подыскать — жилье давай. Объединение «Тотьмаагрострой» квартал 150 в городе сдает, а на селе лишь 4 — 5 в год (не считая тех, что в «Программу-90» вошли). В Великодворье вот В. А. Соколов с прошлого года дом жилой сдает, а работы хорошим специалистам на неделю-две, осталось: есть де объекты поважнее, да и плиты газобетонные трудно достать.

— Сами-то мы только зимой строить сможем. Да и то препятствий достаточно: нет кирпича, железобетона, лесу строительного, — сетует председатель колхоза. — Хотя бы уж крестьянские избы попередать, отремонтировать. Нефедиха вот совсем «захирела», восемь пенсионеров проживает, а когда-то 120 человек было. Да и в моей родной Подлипной избы почернели — в 70-е еще человек 250 проживало, сейчас же стариков 50 еле наберется. Да что там — прервал себя на полуслове председатель: к теме вроде боль-то сердечная не относится.

Когда же?! Когда, при каких условиях затихнет, наконец, эта боль?!

Да и если не в переносном смысле, то в Великодворье сердечная боль особенно опасна. Бывали случаи — приходилось со льдины на льдину в паводок перепрыгивать с больным на руках, чтобы в Тотьму в больницу его доставить, жизнь спасти.

Вот какие места есть в России...

Л. ГОНЧАРОВА,
наш корр.

Сердечная боль, ИЛИ Есть в России места

тельную штатную единицу оплачивает.

А что говорить о наделах земли крестьянам, ставку на которые делает сегодня наша экономическая политика, то уж лет десять, как кроме приусадебных участков получили великодворцы по всем деревням от колхоза до двух гектаров каждый желающий. Теперь только по закону лишь закрепить на вечное пользование осталось. Комиссия в сельсовете уже создана.

Самая же большая проблема, от которой «болит голова» у председателя сельского Совета Н. В. Слободина — это снабжение населения товарами. В питании выручают собственные приусадебные участки, домашняя живность. Но увы, котлом, например, или холодильником не растер возле дома. Да и если защищать права человека, о чем мы много сегодня говорим, то надо защищать и права тех, кто не может или пусть даже не хочет содержать домашнее хозяйство — зани-

кой-либо пункт — тут же применят штрафные санкции.

Крестьяне насадили картошки побольше — скотину кормить. Так нет же, со всех сторон соблазн дефицитом: холодильник, велосипеды, мотоциклы, мебель, телевизоры сулят за сдачу клубней. А кто откажется в сегодняшних условиях от такого соблазна?

Сельсовет и правление колхоза со своей стороны стараются хоть как-то помочь крестьянам: недавно прямо с птицефабрики кур завезли, сахару раздобыли. В Рыбинске, Ярославле, всюду «рыщут»: конфет бы, чего другого достать для людей своих. 10 бычков сдал колхоз — табачными изделиями мужичков обеспечил. Но много ли добудешь с таким наритетом цен: литр пива около двух рублей, молока — 98 копеек, а техника — про ту и говорить жутко.

— Хорошо, хоть нам не надо хлеб ввозить, — смеется с горечью пополам пред-

кино. Да и ремонт давно зданию нужен.

— Специалистов бы мы нашли, — заверяет Нина Васильевна, — да жилье им необходимо.

А с жильем, как везде, туговато. Кошелек сельсовета пуст: дали власть — денег не дали.

— Если бы колхоз отчислял в сельсовет прямым, а не через АНО, власть наша была бы более дееспособна, — вздыхает председатель сельсовета.

В Великодворье строят, конечно: и своих специалистов жильем колхоз обеспечивает, и учителей, например. Но не настолько, чтобы всем хватало: ветеранам вот пришлось отодвинуть очередь — хоть где, да живут. А это «хоть где» — старенькие неблагоустроенные собственные домики, как правило, требующие починки капитальной.

— Конечно, заслужили люди, — соглашается Нина Васильевна, — да и больно смотреть, когда старушка с дрожащими руками таскает

По вашим письмам

Нас не уважают

Можете представить, как жить сегодня без телефона и радио? А именно так мы, жители Мосеевского сельсовета, и живем: молчит радио, и, что бы с тобой ни случилось, трубку телефона не снимешь, не позвонишь, куда надо. Монтеры ЭТУС не берутся восстанавливать ни то, ни другое. Оказываются, что-то не поделят между собой два начальника — В. А. Тыкин из ЭТУС и председатель нашего колхоза

за В. И. Цикин. Так что же они — не уважают нас совсем?

П. ПОПОВ.

В. Двор, Мосеевский с/с.

От редакции: на письмо П. Н. Попова ответили оба руководителя. В. А. Тыкин написал пространный, объясняющий суть дела ответ. Ответ председателя правления колхоза «Мосеево» В. И. Цикина более лаконичный и конкретный.

Монтеры работают

Разобраться в том, кто ответственен за линии связи, почему-то, действительно, было трудно. Хотя, кажется, в самих наших должностях заложена и конкретная ответственность. Помог председатель правления АПО В. В. Винокуров, собрав специальное заседание по этому вопросу. Все выяснено и определено.

С 16 сентября линия радио восстанавливается работниками ЭТУС. Спасибо военным строителям, которые помогли достать кабель. Телефонная линия в Великий Двор будет восстановлена недели через две. Дело в

том, что туда построена новая дорога и придется менять все опоры линии связи, а это сложнее простого ремонта. Но так или иначе — телефон там будет.

В. ЦИКИН,
председатель колхоза «Мосеево».

От редакции: до 16 сентября мы получили еще одно письмо — от жителя Мосеевского сельсовета В. А. Шумкова, которое имеет почти такое же содержание. Думаем, что ответ Павлу Николаевичу является одновременно и ответом на письмо В. А. Шумкова.

Увы, даже самая красивая и современная сельская улица может стать виновницей экологических бед, если нет очистных сооружений.

Хорошо понимая это, в промышленно-монтажном подразделении «Богородское» изготовили уникальную установку биологической очистке бытовых стоков. Мощность — более 12 кубометров в сутки (примерно столько жидкой «грязи» образуется в 15-квартирном до-

ЭФФЕКТИВНЫ И НАДЕЖНЫ

ме). Принцип действия биоконтактора разработан учеными Академии коммунального хозяйства и специалистами предприятия. Первый промышленный образец установили уже успешно действует в одном из поселков Ивановской области.

Убедившись в эффективности и надежности новинки, в «Богородском» разработали еще один биоконтактор, но мощнее — для очистки в сутки 50 кубометров загрязненных вод. Его можно будет использовать в дачных поселках, домах отдыха, пионерских лагерях, на турбазах.

Соревнуются лесные богатыри



ТВЕРСКАЯ ОБЛАСТЬ. Международные, 18-е по счету, соревнования лесорубов, использующих в работе моторные пилы, прошли в Оленийском лесномхозе. Состязания такого рода способствуют повышению мастерства, расширению контактов между рабочими разных стран, определению лучших конструкций моторных инструментов для валки леса и обрезки сучьев.

Программа соревнований, в которых участвовали представители 13 государств, включала 5 упражнений: валку леса, обрезку сучьев, подготовку палы к работе, комбинированную раскряжку, точность распиливания стволов (на стендах). Победила в состязаниях высокопрофессиональная и психологически хорошо подготовленная команда Финляндии. Советские лесорубы заняли четвертое место.

НА СНИМКЕ: момент соревнования. Комбинированная раскряжка.

Фото ТАСС.



На вопросы обозревателя журналистского агентства «Гласность» А. Гурьева отвечает известный советский медик профессор Ю. С. Николаев.

— Юрий Сергеевич, в народе говорят исстари: «Голод — не тетка». А вы лечите голоданием. Помните, лет 15 назад или чуть более того такое лечение подвергалось шумным нападкам.

— Медицина официальная, а вернее — чиновничья не раз ставила себя в положение вдовы, которая сама себя высекла. Любое творческое начинание встречалось в штыки. Вспомните, например, Илизарова, да того же Довженко из Феодосии. В чем только их не обвиняли! Но проходило время, и жизнь доказывала правоту новаторов. Более двадцати лет назад академик Покровский проверял наши методики. Его выводы страдали необъективностью.

Лишь в июле 1990 года было подписано инициативным министром здравоохранения РСФСР Калининским письмом с довольно широким кругом заболеваний, разрешенных к лечению голоданием. Их подтвердила и Всесоюзная конференция диетологов. Нам стало легче дышать. Но в основном мы лечим недуги, вызванные нарушением обмена веществ: облитерирующий эндартериит, гипертония первой и второй стадии, атеросклероз, заболевания поджелудочной железы и желчных путей, ишемическая болезнь сердца, гастриты, хронический алкоголизм.

— И все-таки лечить голодом, согласитесь, звучит до сих пор парадоксально.

— Но ведь и лечить скальпелем — звучит не менее парадоксально. Между тем, голодом врачевали еще до Гипократа. Чем объяснить продолжительные посты, суточные голодания по средам и пятницам?.. Все это инстинктивное нащупывание

метода, народное накопившее практического опыта. Давно пришло время обобщить его, создать теорию. Мы восстанавливаем хорошо забытое старое.

— Но верно ли, что желкий случай возникшего желания поголодать во имя здоровья для голодающего может обернуться экспериментом с непредсказуемым исходом?

— Ну зачем же так мрачно? Это верно лишь в том случае, если человек решит голодать самостоятельно, не посоветовавшись со специа-

лом. Голодание как бы укрепляет волю, концентрирует ее и направляет. После проведенного курса курьезники, как правило, бросают курить. Вообще у человека меняется отношение к собственному здоровью.

— А как назначаются сроки голодания? В зависимости от недуга?

— Сколько пациенту голодать — десять, двенадцать или двадцать суток — мы решаем на основании предварительного изучения анализов, кардиограмм, анамнеза, особенностей пола,

нота. Тело начинает пахнуть ацетоном. Затем эти признаки проходят сами собой. Язык — ярко-красный, взгляд — блестящий, пронзительный. Это означает — конец голодания. Ацидоз переносится просто. Но он-то и составляет принцип врачевания. И понятно, больной замечает положительные изменения.

Голодать можно по-разному. Но мы считаем, что это должно происходить при активных проявлениях жизни, сильной деятельности, физиотерапевтических процедурах: массаж, ванны,

причина — в нарушении физиологического ритма.

— Позвольте коснуться коварного вопроса. Говорить об умении голодать при сегодняшнем дефиците продовольствия некоторым людям представляется вроде бы задачей.

— Мы с вами говорим не о лечебном питании, а о лечебном голодании. Его не надо путать с дефицитом продовольствия. Человеческий опыт периодических постов в различные времена года — например, интуитивного щадящего лечебного голодания. Великий пост (7 недель) не случайно установлен весной, перед пасхой, когда организм испытывает недостаток — при недостатке витамина «С» нельзя желудок перегружать пищей. Все гениально и просто.

Научная мысль уловила здесь главное — необходимость добровольного периодического отказа от пищи. А при комплексном изучении проблемы она обросла целым арсеналом попутных медицинских средств, обеспечивающих организму безболезненный выход из экстремальной ситуации.

— И все же, какие могут быть рекомендации человеку, слишком занятому в жизни и заботой, и работой?

— Разумеется, хоть однажды пройти курс лечебного голодания в условиях стационара.

А в общеоздоровительной практике — это трехдневное голодание в месяц. Восстановление также длится три дня на исключительно вегетарианской пище. Хорошо сказывается 36-часовое голодание раз в десять дней. Клеточное очищение нам необходимо особенно при современных шоковых перегрузках. Я вообще уверен, что умение голодать со временем станет частью нашей общей культуры.

ГОЛОД — ТЕТКА

листами. Однажды, к примеру, нам позвонили из отделения реанимации. Оказалось, что один мужчина самостоятельно голодал двадцать дней и пил собственную мочу. Довел себя почти до гибели.

Голодать можно только под наблюдением врача, знакомого с теорией разгрузочной диетической терапии. В этот период запрещается курить и принимать какие бы то ни было лекарства, надо пить в сутки не менее полутора литров воды, делать очистительные клизмы.

Метод рассчитан на включение в действие скрытых резервов. Эффект оздоровления достигается мудростью человеческого организма: он сам стабилизирует все физиологические процессы. Голодание — это прежде всего экстремальная ситуация. И если в конце туннеля не будет виден свет, то организм впадает в панику, в нем нарушаются закономерные связи. Врач и вера пациента в оздоровление играют роль этого света.

возраста, веса. Чаше — в пределах 18—30 дней. В медицине нет панацеи от всех болезней. И все же к еще не созданной научной теории организма наш метод ближе других, поскольку мы рассматриваем организм комплексно во всех его функциях, обменных процессах и отклонениях от нормы.

— Ваши методики проверены, и они хорошо зарекомендовали себя. Но вот пациент в обычной палате после проведения какого-то курса начинает чувствовать себя лучше. Это его окрыляет, обнадеживает, у него появляется и сон, и аппетит. А в вашем стационаре он с каждым днем голодания слабеет и слабеет, теряя по килограмму веса в сутки...

— Не совсем так. Пациент проходит несколько стадий своего самочувствия. В зависимости от веса на определенный день (5—7—10-й) у больного появляются признаки ацидоза. Язык покрывается налетом, возникает головокружение, тош-

нота. И не забывайте, что к нам обращаются, когда традиционные методы лечения не дали нужного эффекта или возникла непереносимость лекарственных средств. Мы в определенной мере последняя инстанция. Хотя, если говорить о культуре здоровья, человек систематически должен подвергать себя голоданию. Разумеется, под наблюдением врача. Это очищает организм, омолаживает.

— Вы сказали, что пока не создано научной теории голодания. Но в таком случае, можно ли считать медицину объективной наукой?

— Мы знаем много. Но это многое — лишь капля в море мудрости человеческого организма. Наши соотечественники с самого рождения живут неправильно, т. е. делают все, чтобы разрушить свое здоровье. Ведь недаром возник термин «болезнь цивилизации». К ним прежде всего относятся сердечно-сосудистые патологии, рак, гипертония. А

КАКОЙ ВЕНИЧЕК ЖЕЛАЕТЕ?

Банный день на Руси всегда был праздником. К нему готовились всю неделю, ждали с особым нетерпением. Причем уже тогда, в давние времена, наши предки создали целый обряд помывки в бане, имеющий множество секретов. Взять хотя бы простой, всем известный веник, без которого не обходится ни одна баня. Он, как оказывается, несет в себе немало здоровья, силы, бодрости, обладает исцеляющими качествами. Впрочем, прочтите и убедитесь сами...

БЕРЕЗОВЫЙ веник помогает при боли, ломоте в мышцах и суставах, после больших физических нагрузок. Хорошо очищает кожу при склонности к сыпи и гнойникам, ускоряет заживление ран и ссадин, улучшает настроение. Его особое достоинство — сильное расширение в веничном пару мелких бронхов. Это способствует охлаждению мокроты и улучшению вентиляции легких.

Для астматиков и бывших курьезников березо-

вый веник просто незаменим.

ДУБОВЫЙ больше подходит для людей с жирной кожей. Он делает ее матовой и упругой, оказывает сильное противовоспалительное действие. Аромат дуба препятствует чрезмерному повышению артериального давления в парной.

Веник из листьев **ЛИПЫ** прекрасно устраняет головную боль, проводит мягкую «гимнастику» для почек (мочегонный эффект), ускоряет потоотделение. Оказывает успокаивающее, релаксирующее, жаропонижающее действие. При простудных заболеваниях ему нет равных.

ПИХТОВЫЙ и **МОЖЖЕВЕЛОВЫЙ** веники также очень полезны. Их смолистые вещества раздражают кожу, стимулируют потоотделение, увеличивают кровообраще-

ние глубоко в мышцах и рефлекторно — даже во внутренних органах.

Применяются они при болях в позвоночнике, невралгии, радикулите, не дающих заниматься физическими упражнениями.

Полезен веник еще и в том, что он прекрасно дезодорирует воздух и препятствует респираторным заболеваниям: ларингиту, бронхиту, гриппу. Способствует хорошему сну, восстанавливает сил.

Веники из листьев **РЯ-**

Это интересно

БИНЫ и травы с соцветиями **ПИЖИМЫ ОБЫКНОВЕННОЙ** усиливают процессы возбуждения в нервной системе.

КРАПИВНЫЙ веник используется редко, да метко. После турпоходов или продолжительной езды на велосипеде чувствуется ломота и боль в суставах, мышцах и пояснице. Стоит похлестать их жгучей зеленью и все неприятные явления исчезнут.

Специально для «Ленинского знамени»

Н. БУБНОВ.

Не забывайте о хорошей осанке

У девушки красивое, милое лицо. Пышные волосы. Она со вкусом одета. Но вот она встала, пошла — и вы чувствуете, как с каждым шагом исчезает ее очарование. Она идет сгорбившись, выпятив живот, размахивая руками...

Нет, не бывает красоты в отрыве от манеры держаться, ходить, владеть своим телом. Вспомните, как у нас на Руси исстари ценилась в женщинах красивая гордая стать. Национальный

идеал женщины — «лады», «лебедушки» немислим без высокой, веками сложившейся культуры движений — отражавшей благородство женской души.

Хорошая осанка нужна не только для красоты, но и прежде всего, для здоровья.

Вы хотите проверить, хорошая ли у вас осанка? Станьте прямо и напрягите колени. Теряется равновесие? Значит, надо срочно браться за улучшение осанки.

Косметические рекомендации

1. За 20 минут перед каждым приемом пищи для улучшения цвета лица:

а) съедать по два куска (длиной в 2 см) зеленого листа алоэ. Лист очистить и тщательно пережевать. Это средство горькое, но дает хороший тон лица. Отрезать снизу растения.

б) пить по 1 столовой ложке сиропа из спелых ягод черной бузины.

2. Через 10 минут после

приема одного из вышеуказанных средств выпить 75 граммов отвара: 5 грецких орехов (истолочь вместе со скорлупой), добавить по 1 столовой ложке ячменя, овса, исландского мха. 3 жидкая ложка отвара (длиной 5 сантиметров, предварительно измельчив их), залить все 1 литром кипятка и на небольшом огне варить 20 минут. Остывший отвар процедить.

Николай Коняев

ПУТНИК НА КРАЮ ПОЛЯ

КНИГА О ЖИЗНИ И СУДЬБЕ
НИКОЛАЯ МИХАЙЛОВИЧА РУБЦОВА

(Продолжение).

Стихотворение «Детство», как и большинство рубцовских стихотворений, предельно конкретно и едва ли имеет смысл выискивать какой-то переносный, не вложенный в его строки смысл. В Никольском детдоме жили, конечно, и сироты, но больше было эвакуированных детей. Некоторые попали в детдом даже с вещами родителей и очень берегли их. Пионервожатая Екатерина Ивановна Семеновна вспоминает, что дети постоянно просили пустить их в кладовку, где висели «взрослые» вещи, чтобы проветрить, «как они висят».

— Это моей мамы пальто... — хвастались они. И неважно, что у многих уже не было в живых мам — мамин пальто было как бы гарантией того, что мама жива, что с ней ничего не случится плохого.

Почему-то, из педагогических соображений, считалось целесообразным скрывать, где родители у детей. У многих, кстати, родители отбывали срок в лагерях, как, например, у Геты Меньшиковой, будущей невесты поэта, но вечерами, когда старшие воспитатели и учителя расходились по домам, дети просили у пионервожатой:

— Посмотрите в личном деле, где у меня мама?

Трудно поверить, что Николай Рубцов не участвовал в этом, захлестывающем детдом мечтания о родителях. Он знал, что отец жив, и верил — а во что еще ему было верить? — вот закончится война, отец заберет его и в домашнем тепле позабудет он про тоскливые и холодные детдомовские ночи.

И как же тут не оскорбляться слову «сирота», если оно отнимало у ребенка последнюю надежду. Пускай с жалостью смотрят «старушки местных деревень», все верили, что «время шло, и приближался день...». День этот — день Победы. Для Рубцова — день возвращения с фронта отца, день, когда не только окончится сиротство, но и придет освобождение от страшной тайны несчастливой жребия, что жгла его душу, день, когда спадет с плеч непосильный груз.

«Большинство одноклассников Коли были эвакуированные дети, — пишет в своих воспоминаниях Н. Д. Василькова. — Из Белоруссии, с Украины... Из Ленинграда блокадного тоже были... И все-таки многие верили, в том числе и Коля Рубцов, что после войны родители их вернутся и обязательно возьмут их из детдома — этой верой только и жили, тянулись со дня на день...»

И действительно, в сорок пятом — сорок шестом стали приезжать в Никольский детдом родители за детьми. Помню хорошо, как за первой из ребят приехал отец за Надей Новиковой из Ле-

нинграда (эта девочка была привезена к нам из Красковского детдома вместе с Колей Рубцовым...). Для нас приезд отца за Надей был большим праздником, потому что каждый поверил, что и за ним могут приехать. И жизнь наша с тех пор озарила тревожным светом надежд, ожиданий... Коля Рубцов тоже ждал...»

Ждал... Николай Рубцов на исходе войны еще не знал, что отца уже давно демобилизовали и, вернувшись в Вологду, он устроился работать в отдел снабжения Северной железной дороги — на очень даже хлебное по тем временам место... Про сына, сданного в детдом, Михаил Андриянович так и не вспомнил. Да и зачем вспоминать, если он снова женился, если уже пошли новые дети...

В 1946 году Николай Рубцов закончил с похвалой пятую гимназию и начал писать стихи. Может быть, стихи и спасли его.

Таких обманутых детей в детдоме было немало. Каждый переживал свою трагедию по-своему, каждый — молча, и далеко не каждый смог пережить ее...

«В Николе случилась беда. Утонул в Толшме детдомовец. Мы знали — это Вася Черемхин. В один из июльских дней, в «мертвый час», когда в спальнях царили сны, Вася выпшел на улицу... Он всплыл в омутном месте реки, под Поповым гумном. Там стояла высокая темная ель... вода была темной и неподвижной. Два дня поочередно дежурили старшие на берегу ому-та».

Рубцову удалось пережить горечь разочарования в своих надеждах, но в его стихи плеснуло мертвой омутной водой:

И так в тумане
омутной воды
Стояло тихо
кладбище глухое,
Таким все было
смертным и святым,
Что до конца не будет
мне покоя...

Впрочем, особенно погоревать о предательстве отца Николаю Рубцову не довелось. Время было суровое, и горя хватало на всех. Чтобы понять, как жилось тогда в северной деревне, полистаем подшивку Тотемской районной газеты «Рабочий лес»...

8 февраля 1945 г. «Нарсуд первого участка Тотемского района на днях заслушал дело Тугариновой Л. и Филимоновой Х. из деревни Юренино В. Толшменского сельсовета, уклонившихся от мобилизации в лес, и приговорил их к году исправительно-трудовых работ с вычетом 25 процентов заработка с отбытием на лесозаготовках при тех лесопунктах, куда они были мобилизованы».

(Продолжение следует).



Обращаемся с просьбой и мольбой ко всем депутатам района, прежде всего к директору совхоза «Тотемский» Б. В. Жданову и директору Тотемского леспромхоза С. В. Ястребову.

Пять месяцев не ходит автобус в пос. Советский. Безвино страдают люди. Как нам дальше жить, что делать? Снова продолжать «топ да топ от кустика до кустика»? Кто, в конце концов, нам поможет?

Обратились мы в райисполком к С. М. Грому. Ответ получили неутешительный. На про-

Дорожные страдания

должение строительства дороги не хватает 60 тысяч рублей. Если решится такая операция, руководители не могут, то что нам, рабочим, делать? Ходить пешком на работу, отмеривая ежедневно километры в век техники нам тоже не хочется, да не всем это и под силу.

К тому же и лесозаготовители, и сельские заслуживают от властей и руководителей всех рангов большего внимания. Нет слов, чтобы объяснить нашу боль и страдание. Ну откройте же глаза на просьбы и нужды людей и не ссылайтесь один на другого. Придите к взаимности в решении старой проблемы и дайте нам ответ через газету «Ленинское знамя».

Приходько, Рычкова,
Осовская, Зеленцова,
Мигунова, всего 18
подписей.

Меню двухкомнатную благоустроенную квартиру (32 кв. м) в г. Золочев на двухкомнатную в г. Тотьма. Обращаться по адресу: Львовская обл., г. Золочев, ул. Львовская, д. 12, кв. 81, Скальская Н. Н.

Коллектив Юбилейного линейно-производственного управления магистральных газопроводов выражает глубокое соболезнование жене и детям по поводу безвременной смерти

ТАРАТЫНКО
Ивана Павловича.

Коллектив ремонтно-механических мастерских Камчатского лесопункта выражает глубокое соболезнование родным и близким по поводу безвременной смерти

КОРОВИНА
Анатолия Николаевича.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

п. Юбилейный,
ОСОВСКОЙ
Марии Павловне.

За 70 лет всего бывало: и огорчений, и невзгод, так пусть же с радости начнется твой будущий счастливый год. Пусть никогда тебе на плечи не ляжет груз житейских бед, желаем счастья и здоровья на много-много долгих лет.

Дети, внуки.

г. Тотьма,
КОРОВИЦЫНО
Вере Ивановне.

Поздравляем с юбилеем! Желаем здоровья, бодрости, долгих лет жизни.

Коллектив вспомога-



СТАРОВСКОЙ
Надежде Павловне.

Дорогая, милая мамочка, бабушка! Поздравляем с юбилеем! Желаем крепкого здоровья, счастья, много радости, много лет жизни на свете, не старей своей душой. На радость всем — себе и детям — оставайся молодой.

Таня, Леша, внук Саша.

Программа телевидения

ВОСКРЕСЕНЬЕ,
22 СЕНТЯБРЯ

Первая программа

- 8.00—«Формула-С».
- 8.30, 15.00, 23.40—ТСН.
- 8.45—«Спорлото».
- 9.00—«С утра пораньше».
- 10.00—«На службе Отечества».
- 11.00—«Утренняя звезда».
- 12.00—«Клуб путешественников».
- 13.00—«Сельский час».
- 14.00, 15.15, — «Под знаком «Пи». Части 1-я и 2-я».
- 15.45—«Новое поколение выбирает».
- 17.00—Международная панорама.
- 17.45—«Много голосов — один мир».
- 17.50—А. Шнитке. Сюита в старинном стиле.
- 18.05—«Молт Дисней представляет...».
- 18.55—«Брэйн Ринг».
- 19.30—«Побег из Сернала». Худ. фильм.
- 21.00—Информационная программа.
- 21.40—Футбольное обозрение.

- 22.10—«Золотое руно». Вторая программа
- 8.00—«На зарядку, ставовись!».
- 8.20—Мультфильм.
- 8.30—«Прогулка в горы».
- 9.00—Хореографические миниатюры Ю. Взорова.
- 9.50—«Валаам». Док. фильм.
- 10.00—«И увидел я зверя».
- 11.00—«Святое и вечное».
- 11.15—«Неизвестная Россия...».
- 12.15—Программа Ф. Довьяхю «Девушки из Лас-Вегаса».
- 13.05—«Эти старые, старые ленты». К. Шульженко.
- 13.35—«Спаси и сохрани».
- 14.20—«Женщина, которую он любил». Худ. фильм.
- 16.05—«Пожар № 7...».
- 16.50—Ч. Айтматов «И дольше века длится день...», Спектакль.
- 20.00, 23.00—«Вести».
- 20.15—«Спокойной ночи, малыши!».
- 20.30—Политическая программа.
- 21.40—«В поисках жанра», Л. Филатов.
- 23.20—«К-2» представляет.
- 00.20—Конный спорт.

Администрация Камчатского лесопункта выражает глубокое соболезнование родным и близким по поводу безвременной смерти

КОРОВИНА
Анатолия Николаевича.

Правление профком колхоза имени Ленина выражает глубокое соболезнование Василину Леониду Васильевичу, Прокошевой Антонине Васильевне, родным и близким по поводу смерти

ЧАЩИННОЙ
Валентины Григорьевны.

Коллектив Тотемского производственного предприятия жилищно-коммунального хозяйства выражает соболезнование Девятовскому Михаилу Васильевичу по поводу смерти отца

ДЕВЯТОВСКОГО
Василия Варфоломеевича.

Коллектив учителей и учащихся Юбилейной средней школы выражает глубокое соболезнование ученице 9 «б» класса Таратынко Светлане по поводу безвременной смерти отца

ТАРАТЫНКО
Ивана Павловича.

Тотемский механизированный лесхоз выражает глубокое соболезнование родным и близким по поводу смерти бывшего лесника Маныловского лесничества

ШЕСТАКОВА
Николая Ивановича.

Зам. редактора
П. Я. НОРИН.

Газета выходит по вторникам,
четвергам и субботам

Адрес редакции: 161300, г. Тотьма, ул. Белоусовская, 5. Телефоны: редактора — 2-18-30; зам. редактора и отдела партийной жизни—2-18-48; корреспондента по промышленности—2-10-75; отв. секретаря и бухгалтерии—2-18-49; отдела сельского хозяйства — 2-18-57; корреспондента радиовещания и по работе с письмами и авторским активом — 2-18-73.

УЧРЕДИТЕЛЬ: районный Совет народных депутатов.

Линотипист Ф. В. ЖЕНИХОВА.
Верстальщик В. А. КРЫСАНОВА.
Печатник В. В. БЕЛОУСОВ.