

ЛУЧШЕ ПОЗДНО, ЧЕМ НИКОГДА... (3-я стр.)

ТРИГУНА
Сургутская

Газета основана 23 октября 1934 года № 135 (9720) Суббота, 21 июля 2001 года ТИРАЖ 19.227

ЛЕНТА НОВОСТЕЙ

РАССМОТРЕВ предложение правительства РФ, Владимир Путин принял решение об участии России в глобальном фонде здравоохранения для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией. Также президентом России по предложению правительства было принято решение о присоединении к инициативе Европейского союза «Все, кроме оружия» - о беспешном и бескомпромиссном допуске товаров из беднейших стран мира на рынок России.

В КАРАЧАЕВСКЕ были обезврежены три бомбы общей мощностью в 5 кг тротила. Взорвать должен был провозить утром 20 июля. По словам сотрудников правоохранительных органов, «есть фактические данные, подтверждающие чеченский след» в предотвращенных терактах.

В РАО «ЕЭС РОССИИ» отказались подписывать договор на транспортировку электроэнергии концерна «Росэнергоатом» в Грузию. Мотивирован отказ тем, что можно перегрузить грузинскую высоковольтную линию, которая связывает республику с Россией. «В результате вся энергосистема Грузии может остаться без электричества».

ЖЕНА Слободана Милошевича Мирослава Марковиц приехала в Гаагу и направила в тюрьму международного трибунала на встречу со своим мужем Слободаном Милошевичем. Марковиц, одетая в черное, не стала разговаривать с журналистами, которые ожидали ее в аэропорту Surin в Белграде. Ее сопровождал адвокат Драгослав Огнянович.

ТАЛИБЫ запретили ввозить в страну 30 видов «антиисламских товаров», в том числе шахматы, карты, лак для ногтей, губную помаду и шейные платки. Такого распоряжения лидера талибов Муллы Мохаммеда Омара. В список товаров, противоречащих законам шариата, входят ферверки, статуэтки, каталоги одежды, открытки с изображением людей, музыкальные инструменты и аудиокассеты.

В ЧЕТВЕРГ министры иностранных дел стран «Большой восьмерки» приняли

решение о размещении международных наблюдателей в зоне арабско-израильского конфликта.

В заявлении, подписанном представителями Великобритании, Германии, Канады, Франции, Японии, США, Италии и России, сказано: «Уверены, что в этих обстоятельствах присутствие третьего наблюдателя с одобрения обеих сторон послужит точному соблюдению условий комиссии Митчелла».

По сообщениям российских и мировых СМИ.

ПОГОДЫ



По сведениям Сургутского гидрометеобюро.

21 июля ночью и днем переменная облачность, ночью и утром кратковременный дождь, возможна гроза. Ветер северо-восточный, 7-12 метров в секунду, при грозе порывы 15-18 метров в секунду. Температура ночью +9, +11 градусов, днем +15, +18 градусов.

Давление в течение суток будет слабо падать.

22-23 июля ПО ОКРУГУ в отдельных районах кратковременный дождь. Ветер северо-западный, 5-10 метров в секунду. Температура ночью +7, +12 градусов, днем +14, +19 градусов. 23 июля местами +24 градуса.

Минимальная температура 21 июля была зарегистрирована в 1951 году (+6,4°С), максимальная - в 1989 году (+31,0°С).

С 20 по 25 июля включительно ВОСХОД СОЛНЦА - от 4.06 до 4.18, ЗАХОД СОЛНЦА - от 22.17 до 22.04.

К Преображению храм преобразится

Александр ОНОПА

На стройплощадке Преображенского храма подходит к своему логическому завершению еще один этап стройки - внешней отделки.

В настоящее время, как многие могли заметить, колокольня храма одета в леса, кирпичную кладку активно штукатурят и готовят под побелку. На завершении строительства ежедневно заняты около 150 человек из 12 подрядных организаций, производящих как внешнюю отделку, так и внутренние работы. По словам строителей, до наступления сезона дождей и холодов главная задача - кровельные работы, а также штукатурка колокольни. Как говорят строители: «Бог повернулся к нам лицом, поэтому стоит относительно сухая погода».

Колокольню, как и весь храм, снаружи планируется закончить к престольному празднику Преображе-

ния Господня, то есть к 19 августа. Пока в текущий график укладываются.

Параллельно с внешней отделкой храма в Сургуте идут активные работы и в столице. В московских художественных мастерских, выполняющих, к слову, заказы и для храма Христа Спасителя, подходит к концу изготовление мозаичных икон, в том числе и храмовой - Преображения, которая будет помещена над главным входом в храм, на фасаде колокольни. Эта икона состоит из нескольких элементов, на которых будут изображены Христос и апостолы. Кроме этого, по бокам центральной иконы разместятся еще две - Богородицы и Иоанна Предтечи. Большая часть икон готова и к их монтажу приступают ближе к концу августа, опять же если этому будет благоприятствовать погода.

Общая площадь икон составляет свыше 20 кв. метров. Они изготавливаются из высококачествен-

ной итальянской смальты. Идея размещения с наружной стороны храма мозаичных икон принадлежит управлению Тобольско-Тюменской епархии и архиепископу Димитрию. Для икон, изготовленных из смальты, даже в наших неблагоприятных погодных условиях даются почти пожизненные гарантии. Ведь мозаики, изготовленные по

этой технологии, в европейских странах живут уже не одно тысячелетие.

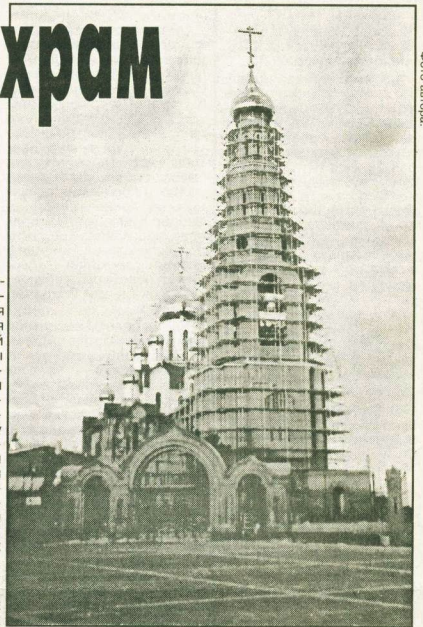


Фото автора

«СТ»-ИНФОРМАЦИЯ

Кучма отменил регистрацию иностранцев

Пятнадцатого июня президент Украины Л.Д.Кучма подписал указ № 435/2001 «О дополнительных мерах по реализации прав человека на свободу передвижения

и свободный выбор места жительства». Указом предусмотрено, что, начиная с 1 июля 2001 года, регистрация иностранцев, которые в установленном порядке въезжают в Украину, и их паспортных документов осуществляется только в пунктах пропуска через государственную границу Украины органами государственного комитета по делам охраны государственной границы Украины. Дальнейшая регистрация иностранцев, которые на законных основаниях временно находятся на территории Украины, и их паспортных документов в органах внутренних дел не производится.

Таким образом, сделан еще один шаг по приведению действующего законодательства, которое регулирует режим пребывания иностранцев в Украине, к европейским стандартам. Регистрация иностранцев, которые въезжают в Украину на постоянное место жительства, учебу, стажировку и на работу, будет осуществляться органами внутренних дел в установленном порядке.

Соб. инф.

Выпил. Убил...

За шесть месяцев текущего года в Сургуте

зарегистрировано 31 убийство. Раскрыто 23. По четырем преступлениям ведутся следственные работы. По их окончании будут получены дополнительные доказательства, которые позволят предъявить обвинения подозреваемым лицам. По словам старшего следователя прокуратуры Юрия Коптякова, ежегодно совершается в среднем 60 убийств. Основное их число составляет преступления на бытовой почве в состоянии алкогольного опьянения.

Роза РАКИПОВА.

КРИМИНАЛ

19 июля в городе и районе зарегистрировано 38 преступлений и происшествий, 30 раскрыто.

18 июля в 18.00 на Черной реке утонув находившийся в нетрезвом состоянии сургутянин 1971 г.р.

19 июля в 7.00 в строящемся доме по ул.Привокзальной изнасилована жительница г. Нижневаровска 1976 г.р. Задержан подозреваемый - уроженец Азербайджана 1973 г.р., проживающий в Сургуте.

В 00.35 из д. 75 по ул. Республики в травматологию бригадой «Ско-

рой помощи» доставлен мужчина с проникающим ножным ранением грудной клетки. По подозрению в совершении преступления задержан его сын 1959 г.р.

В 13.00 на территории кладбища п.Белый Яр обнаружен труп неустановленного мужчины (35-40 лет) без внешних признаков насильственной смерти.

В 18.00 сотрудниками милиции у д. 27 по ул.Ленина задержан житель Сургута. Судим в 1995 году за кражу. При личном досмотре у него обнаружен и изъят героин массой 4,895 г.

Г.ЦВЕЛЫХ, зам. начальника департамента по экономической политике.

Мечты сбываются. И не сбываются

Мария УВАРОВА

Представители комитета по землепользованию, природопользованию и экологии в последнее время не раз говорили о плане озеленения Сургута, о претворении в жизнь программы «Чистая вода», наконец, о превращении Саймы в настоящую жемчужину города. Как обстоят дела с данными обещаниями на сегодняшний день, мы решили поинтересоваться у председателя комитета Владимира БРАТАШОВА.

«В истории верховья Саймы ничего подобного еще не было...»

Обустройство водоохранной зоны реки Саймы продвигается семимильными шагами. На левом рукаве Саймы — даже с опережением плана. Подарчик (ОАО «Запсибгидрострой») уже практически построил все три запланированные плотины. Работы по очистке дна Саймы выполнены примерно на 70 процентов; сделана оградка на плотине. Экспериментально заполнено водохранилище. «Водоём впечатляет. Никогда в истории верховья Саймы ничего подобного не было», — делится с нами Владимир БРАТАШОВ.

На последнем заседании Думы комитету не выделили требуемой суммы денег. «Видимо, забыли в пылу споров о строительстве закладки», — предполагает БРАТАШОВ. Позже, когда мар убедился, что средств у «природопользователей» по минимуму, он решил предоставить финансы именно на те объекты, работу по которым надо выполнять сейчас, летом.

Планируется лимит денег (55 миллионов рублей) практически весь использован в первом полугодии. Дополнительные ресурсы (18 миллионов) пришлось перебросить с других объектов — протока Бардакова, парк за Саймой, полигон промстоков подожудку. Не исключено, что в сентябре Дума выделит департаменту дополнительно не менее 25 миллионов рублей

на обустройство водоохранной зоны. «Замораживание» технологического комплекса на Сайме сейчас целесообразно — вывести с объекта технику обойдется дороже, чем следующий летом вновь раскрутить маховик работ.

Для завершения работ на Сайме при нынешнем финансировании требуется еще 125 миллионов рублей. Ну а что до «жемчужины», то «столичный», цивилизованный вид Саймы и парк примут примерно к 2010 году. Это и асфальтированные дорожки, и пешеходные переходы с водорегулирующими устройствами...

Еще один объект водоохранной зоны — буквально гниющая, обмелевшая Бардакова. От грязи и специфического аромата приятного мало. В надежде на пресловутые 25 миллионов комитет решительно настроен восстановить в этом году природное состояние реки — сделать ее проточной.

«Мы стараемся всячески удешевить работы, — признается БРАТАШОВ. — К примеру, оказалось, что поставили дополнительную плотину дешевле, чем выкапывать на метр грунт. Второе: грунт, ил не вывозим, как мусор на свалку, а засыпаем ил лагуны на берегу. Потом все зарастает деревьями, кустарником. Таким образом выравнивается берег».

«У меня тоже вода дома грязная...»

«В центральном водоснабжении вода в основ-

ном соответствует стандартам ГОСТа, — рассказывает Владимир БРАТАШОВ. — Оговорюсь сразу — в основном. Иначе кто-нибудь скажет: «Ага! Врет БРАТАШОВ, у меня вода не ГОСТовская!» Заявляю — у меня тоже вода дома грязная...»

В Сургуте три основных водозабора и около десят-

кались. А чтобы подготовить проектировщика высшего класса, нужно пять-десять лет». В этом году планируют начать работы на водозаборе Гидростроителей. А вот по Таежному и Дорожному в 2001-м комитет свое обещание не выполнит — все еще не готов проект реконструкции.



ФОТО АЛЕКСАНДРА АНУФРА

«Мы заботимся о здоровье нижежущих...»

«Питьевая вода — это важно, но мы просто исправляем природный брак, — рассуждает Владимир БРАТАШОВ. — А очистка ливневых и канализационных стоков — это ликвидация загрязнения, созданных человеком. В прошлом году мы совместно с департаментом ЖКХ плотно занялись этой сферой природопользования. Предполагали, что реконструкция канализационных очистных сооружений обойдется в 200-250 миллионов рублей, а оказалось — больше трехсот! Подходился к объекту — там брак, тут недоделано, здесь вообще никогда не работало...» В этом случае комитет также не в силах выполнить в текущем году свои обязательства.

Что касается очистных сооружений ливневых сто-

ков, то, как и планировали, коллектор вывели, но неправильно рассчитали план финансирования на строительство ОС. Денег не хватает. Вообще-то, очищая стоки, комитет заботится о здоровье нижежущих (Ханты-Мансийск, Березово и прочие) — им пить эту воду. Себя же тешишь надеждой, что вышеживущие (например, Нижневартовск, Томск) тоже не забывают о нас. Проект по ЛОС продвигается медленно. Для людей непривычная такая постановка вопроса: зачем заниматься уличной грязью, если она стекает в реку?..

«Пыли в городе все-таки нет!»

«Озеленение — не наша работа», — долгое время настаивали БРАТАШОВУ коллеги из других городов. Практика подтвердила обратное. Через озеленение в городе «вытаскивается» вся экологическая обстановка. Только таким образом можно улучшить состояние атмосферы. «Кто-то из журналистов однажды ядовито меня процитировал: «Пыли в городе нет», — говорит БРАТАШОВ. Конечно, я не хотел сказать, что пыли абсолютно нет, такое невозможно. Но смириться — в среднем 90-х годов содержание в воздухе пыли почти в два раза превышало допустимую норму. Сегодня показатели выше нормы не бывают».

Вот, собственно, и все. Как правило, многие вопросы упираются в финансы. Владимир БРАТАШОВ прокомментировал это так: «Конечно, идея борьбы за распределение кусков бюджетного пирога. При этом я убежден, что мои коллеги вполне искренне говорят: «Да, газоны, дорожки — это прекрасно». В то же время они не менее увлечены своим делом и за копейку стоят будут намертво. В этом и смысл движения вперед».

Валентина НИКОЛАЕВА

Во многих даже самых маленьких городах один за другим открываются модные и популярные ныне заведения — ночные клубы. И если, к примеру, в Екатеринбурге или Тюмени их насчитывается свыше десятка, то в нашем городе их один — «Филин». Поэтому не существует ни конкуренции, ни борьбы за клиента. Со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Вход в «Филин» стоит 250 рублей. Но прежде чем посетить этот ночной клуб, подумайте, стоит ли это делать. Изрядно опустошенный кошелек и испорченное настроение вам обеспечены.

Мы с компанией приехали в «Филин» около 22 часов. Находимся он в финском поселке, в 20 минутах езды от города. Мы добиралась до клуба на своем автомобиле. Но можно доехать и на маршрутном такси, которое предоставляет «Филин». Для девушек вход до 22 часов стоит 150 рублей. Мы образовались, что сэкономили деньги. Несколько позже поняли, что радость была преждевременной.

На всех имеющихся в клубе столиках стояли таблички с надписью «Стол заказан». В ответ на наше возмущение, почему на входе не предупреждали об отсутствии свободных столиков, официантка сообщила: «Все претензии — к охране». И предложила выкупить столик за 300 рублей. Получается, эти деньги клиенты платят только за предоставление возможности сесть за сто-

Субботний вечер в «Филине»

лик, за напитки и бутерброды платить нужно отдельно. Но об этом ниже. Кстати, о дополнительном «взносе» на входе нам тоже не сообщили. Кроме того, возникает резонный вопрос: как можно выкупить заказанный столик?

Наивно полагая, что, может быть, есть свободный столик на втором этаже, мы снова обратились к официантке. Оказалось, что столики-то есть, но стоимость их гораздо выше. В придачу к столику клиентам полагаются две бутылки водки и бутылка коньяка, за это удовольствие с посетителя требуют 1200 рублей. А если, к примеру, мы не пьем коньяк, то его уберут. Уменьшили ли стоимость, официантка не сказала.

По закону о защите прав потребителей каждый частный владелец имеет право устанавливать свои пра-

вила, но в рамках существующего законодательства. Как минимум предлагаемые заведения услуги оговариваются при входе. То есть посетитель имеет право выбора — войти или нет. Если достоверная информация отсутствует — это уже нарушение.

Поняв, что деньги, которые мы заплатили за вход, нам все равно не вернут, мы решили остаться. Меню заведения — это отдельная история. Большая часть того, что в нем было указано, отсутствовала. Официантка на это сказала, что ВСЕ закончилось. Кстати, было 22 часа, а клуб открылся в 21 час. За час закончилось, то что стоит дешево. В итоге из всего того, что мы попросили принести, нам предложили водку за 300 рублей, сок двух видов и минеральную воду французского производства по приличной цене.

Заказав литр сока, пиво, водку и три бутерброда, мы заплатили тысячу рублей. В эту сумму включили и оплату за столик. Однако в чеке, который к нашему удивлению все-таки был предоставлен, эта сумма (те 300 рублей, что с нас взяли за

столик) не фигурировала. Одним из элементов субботнего вечера стала клубная программа, которая включала различные эротические танцы. Танцоры и танцорши по очереди сменяли друг друга на сцене и также по очереди терлись о посетителя клуба, при-

этом снимая свою одежду. Скучность репертуара несколько скрасила группа, исполнявшая испанские танцы. Впрочем, это было единственным позитивным впечатлением за вечер.

Апогея действа на сцене ночного клуба достигло к часу ночи. Это был шок. Одного изрядно подвыпившего молодого человека из «толпы» очередная стриптизерша вывела на сцену. Привязав руки жертвы к шести, девушка решила раздеть молодого человека, а нижнее белье раздрала в клочья. Все посетители были в восторге. Комментарии излишни. Позже выяснилось, что это «коронный» номер в клубе «Филин». Кого-нибудь здесь раздевают практически на каждой вечеринке.

«Бонусом» за проведенный субботний вечер в «Филине» стали БЕСПЛАТНЫЕ

пригласительные билеты на дискотеку в четверг.

Несмотря на то, что посещение клуба обходится в приличную сумму, а программа отличается пошлостью и заурядностью, посетители есть и будут. Об этом свидетельствуют переполненный зал. Кстати, основ-

ные посетители — молодежь. P.S. По телефону я связалась с исполнительным директором ночного клуба «Филин» Зоей Могильной. Зоя Викторовна очень удивилась тому, что с посетителями взимают плату за столик. «Это самодельность официантов. Они не должны были этого делать. На втором этаже у нас действительно существует минимальный заказ 300 рублей на человека. Об этом сообщает администратор, который встречает посетителя на входе. Но на первом этаже за столик никто платить не должен. Я обязательно разберусь с официантами. Мы вернем вам деньги».

Очень мило со стороны руководителей «Филина». Интересно, если руководству ночного клуба позволено рядовой посетитель, не работающий в газете, ему вернуть деньги?

Doctoribus omnia licent, или На что ученые вправе дерзать

Лилия СТЕПАНОВА

Сургутский фонд поддержки научных инициатив «Наука» был зарегистрирован еще в апреле текущего года. У фонда уже есть свой сайт, свой попечительский совет и поддержка со стороны самых разных общественных групп. Премия постерсперсужного времени, когда профессор получает меньше техники, пока имеет место, но уже неактуальна. Внимание общества к науке заметно активизировалось. И, думается, фонд может стать еще одним характерным штрихом нового времени. Рассказать о его задачах мы попросили директора фонда, заведующего лабораторией математического моделирования, профессора, доктора физико-математических наук Павла Тихоновича ЗУБКОВА.

- Кто стал инициатором создания фонда «Наука» и какие цели ставит перед собой этот фонд?

- С чего все началось? Бывая на конференциях, я практически обездвижил весь мир, и каждая поездка была проблемой. Естественно, денег. Примерно полтора года назад пришло очередное приглашение на конференцию, снова начался поход с протянутой рукой: «Дайте денег». И как-то на встрече с начальником департамента по инвестициям Г-ном Мельниковым и одним бизнесменом - руководителем фирмы «МТА»-ном Макаровым возникла такая идея (не моя): раз это касается многих жителей Сургута, так почему бы не создать фонд поддержки науки, который бы оплачивал поездки ученых на конференции? Бывая за рубежом, наши ученые создавали бы имидж Сургута, богатого не только нефтью и газом, но и просвещенного города с развитой наукой.

Есть и другие стороны: какова сейчас стипендия аспиранта? Совершенно сумасшедшая - 1 тысяча 280 рублей. К примеру, был у меня в прошлом году очень талантливый студент - он в аспирантуру не пошел, выbral работу в банке.

Потому и возникла эта идея - создать фонд «Наука», с помощью которого можно будет финансировать грантами лучших аспирантов, тех, кто уже имеет какие-то труды, публикации. То есть поддерживать молодых - студентов, аспирантов. Предполагается, что для аспирантов бу-

дут именные стипендии.

Возникают вопросы о поездке за рубеж - тоже можно рассмотреть, конечно, при условии знания языка, переводчика никто оплачивать не будет.

Кроме того, представьте себя на месте ректора какого-то учебного заведения. У ректора проблем выше крыши - то надо купить, это оснастить, другое, а к нему приходит человек со своей проблемой, в которую нужно сначала выныкнуть. Ректор - специалист в одной области, а к нему может прийти специалист совсем из другой. И появлялись вопросы: стоит ли оплачивать данное научное исследование? Откуда взять деньги? Сделать ремонт в аудитории или отправить человека на конференцию?

Наша задумка в том и состояла, чтобы создать городской независимый от учебных заведений и конкретных личностей источник финансирования науки.

Скажем, возникла некая научная идея. Строгость подхода будет в том, что никто не должен нести за собой коммерческой выгоды. Если речь идет о зарабатывании денег - пожалуйста, есть департамент инвестиций. У нас будет экспертиза проектов, которые проходят и через городскую администрацию.

Поддержка молодых, финансирование некоммерческих исследовательских проектов, научных командировок - вот краткие направления работы фонда.

- Скажите, а зачем поддерживать проекты, которые не

дадут ощутимых экономических результатов? Что это могут быть за проекты?

Когда Ньютон писал свои уравнения, развудмал он о коммерческой выгоде? Или взять уравнение Максвелла. Никто не думал о их практической пользе, но если бы не было этих уравнений, мы не смогли бы подойти к выключателю и, нажав кнопку, зажечь электричество.

Коммерческие проекты и так, как правило, находят источник финансирования, но есть исследования и на перспективу. Тут, конечно, нужно будет посмотреть, чтобы выбрать перспективные и важные направления с точки зрения нашего региона.

Для фонда результатом будет следующее: это публикации в солидных изданиях, издание работы, защита диссертации, выступление на конференции.

- Кто будет оценивать перспективность проектов?

- Система фонда благотворительная. Любой человек - даже вы, тут никаких возрастных ограничений, никакой ведомственной принадлежности, только условие проживания в Сургуте, - подаст свой проект на рассмотрение. Я как директор фонда отдаю его на экспертизу, получаю экспертное заключение. Выбор эксперта, конечно, во многом моя prerogative. В зависимости от заключения эксперта мы принимаем решение: финансировать этот проект или нет. А если есть финансовая выгода, автору просто пойти к бизнесмену, который вложит в исследование свои

средства.

- Назовите источники фонда.
- В фонде пожелали поддерживать учебные заведения Сургута - естественно, Сургутский университет, пединститут, ряд филиалов, включая коммерческие. Другая составляющая - бизнес. В частности, в попечительский совет вошел Александр Владимирович Макаров. Поддержку фонду окажут также «Тюменьавиатранс», некоторые банки. Ну и любое физическое лицо может внести хотя бы один рубль. Городская администрация по закону не может финансировать фонды. Но она поддерживает саму идею. Одна гордо является председателем попечительского совета.

- Не получится так, что определенные направления научных изысканий либо определенные вузы окажутся в более предпочтительном положении?
- Нет, в отношении вузов жесткая позиция - это не финансирование одного

вуза, все находится в равном положении. Поэтому и выбирал директора фонда, способного сказать «нет» тому или иному ректору. Фонд должен возглавлять ученый, профессор, а не клерк и не чиновник.

А приоритеты, понятно, выстраиваются. Если я занимаюсь естественными науками, я в них больше понимаю, душа у меня к ним больше лежит, чем, скажем, к юриспруденции.

- Каковы тогда шансы гуманитариев?

- Каких гуманитариев? Они же разные бывают. Если речь идет об экономистах - не секрет, что они живут значительно лучше, чем физики. Я, например, не завидую философам: десять лет назад они говорили одно, а сейчас на 180 градусов развернулись. А интеграл - он и в Африке интеграл. Но в любом случае фонд открыт для всех людей, занимающихся наукой.

УЧЕНЫЕ ГОРОДА СУРГУТА!

С 18 апреля 2001 года начал работу Сургутский фонд поддержки научных инициатив «Наука». Основными задачами и целями деятельности фонда являются развитие научного потенциала города Сургута, оказание поддержки научным проектам, имеющим важное значение для города, распространение научных знаний в обществе с целью вовлечения одаренных людей в исследовательскую деятельность.

Все виды поддержки научных исследований осуществляются фондом на конкурсной основе независимо от возраста, ученого звания, ученой степени или должности, занимаемой ученым, а также ведомственной принадлежности.

Единственное ограничение: в конкурсе участвуют проекты ученых, постоянно работающих и проживающих в городе Сургуте.

Фонд объявляет о проведении следующих конкурсов:

- инициативных научных проектов, осуществляемых наибольшей (до 10 человек) научными коллективами или отдельными учеными;
- издательских проектов;
- участия сургутских ученых в международных и российских научных мероприятиях;
- на получение 10 стипендий аспирантами города Сургута.

Всю информацию по конкурсам, срокам их проведения, форме подачи заявок и примерам их заполнения можно узнать на сайте фонда www.naukafond.narod.ru или непосредственно в фонде по адресу: ул. Энергетиков, 14, ауд. 408 (тел. 28-35-15).

ЦЕНЫ

Водку пить будем в гостях, а закусывать дома

По данным городского управления статистики и комитета госстатистики ХМАО, в июне средняя розничная цена на хлеб из муки ржаной и ржано-пшеничной по городу Сургуту составила 11,45 руб. за 1 кг, средняя по отдельным территориям округа - 13,50 руб.

В июне за хлеб из муки 1-2 сорта сургутяне платили 12,60 руб. за 1 кг, в то время как средняя цена по отдельным территориям округа увеличилась на 2,3 процента - с 13,37 до 13,68 руб. за 1 кг. По сравнению с январем текущего года средние цены на хлеб из ржаной и ржано-пшеничной, хлеб из муки 1-2 сорта остались на прежнем уровне.

Стоимость макаронных изделий из муки высшего сорта незначительно возросла и составила 23,52 руб. за 1 кг. Это немного, но выше средней по округу, где она составляла 21,60 руб.

Средняя розничная цена на молоко по городу осталась без изменения - 16,38

руб. за 1 л. Она является минимальной по наблюдаемым городам округа, где она уже перевалила за 18 рублей за литр. Жители же Когалымы платят за молоко 20,50 руб.

Говядина за прошедший месяц в Сургуте подорожала на 6,6 процента, что составило в рублях 79,44. И это опять же незначительный рост в сравнении с территориями округа. Там за мясо в среднем выкладывали по 81,36 руб. за кг.

А цена на вареные колбасы даже на 1,0 процент снизилась и составила 79,22 руб. И это притом, что по округу средняя цена 80,57 руб. за 1 кг. Ниже, чем у нас, вареная колбаса стоит

только в Урае - 71,40 руб. Надо полагать, что это маленькое достижение, так как с января средняя цена на данный продукт по городу возросла на 14,3 процента.

Спрос, как правило, рождает повышение цен. Как же мы, сургутяне, любим бутерброды, если стоимость животного масла выросла за прошедший месяц на 1,7 процента и составила 79,53 руб. за кило. Это самый высокий показатель в округе. Дороже только в Москве - 99,86 руб.

А вот куриные яйца, которые продают в Сургуте, едва ли не на каждом углу, не очень милы. На них даже пришлось снизить цену на 17,4 процента. Таким образом, в среднем они стоят 17,80 руб. за десяток.

Сахар по России стоит 15,53, что ниже, чем в Сургуте.

Цена на картофель растет

буквально на глазах. За прошедший месяц он стал дороже на 20,9 процента и стоит 8,46 руб. за кг при средней цене по наблюдаемым городам округа 9,84 руб.

Из анализируемых основных продуктов питания относительно недорогими в сравнении со среднеокружными являются хлеб из муки ржаной и ржано-пшеничной, хлеб из муки 1-2 сорта, мука высшего и 1 сорта, молоко, мясо говядины, колбаса вареная, яйцо пищевое, картофель.

Чтобы от души попить «Русской», сургутянам следует отправиться в Нефтеюганск. Там литр любимого национального напитка стоит 78,50 рублей, в то время как у нас - 96. А вот жители Лангасла не позабудутся.

Они за то же жилье платят до 120,68 руб. за литр.

Курить в Сургуте по всем признакам становится на-

кладно. Сигареты отечественного производства по городу стоят 11,55 руб. за пачку. По округу «курево» немного дешевле - на 0,7 процента, средняя цена - 10,03 руб. за пачку. Самая низкая цена на сигареты в Сургутском районе - 7,21 руб., самая высокая в Нижневартовске - 12,60 руб.

За прошедший месяц средние цены на горючесмазочные материалы - бензин марки А-76, А-92, дизельное топливо остались на прежнем уровне. За бензин марки А-76 в Сургуте выкладывают 7,50 руб. за литр при средней цене по округу 7,38 руб. Бензин марки А-92 у нас стоит 8,35 руб., и при этом цена является минимальной по сравнению с отдельными городами округа - 8,72 руб. Средняя на дизельное топливо составляет 7,50 руб., а по отдельным территориям округа - 7,45 руб. за 1 л. При этом максимальная цена - в г. Когалыме - 8,10 руб., минимальная - в г. Мегионе - 6,50.

Подготовил Александр КОНЕВ.

Окончание.
Начало на 2-й стр.

- Яодинокая пенсионерка. Хотела поменять старую плиту на новую. В ЖЭУ мне сообщили, что они не занимаются доставкой электрических плит. Я сама должна ее перевезти. Но я не могу этого сделать. Как мне быть?

Перевозка плит осуществляется для всех одиноких пенсионеров. Вам нужно обратиться в ЖЭУ или ДЕЗ. Вам могут отказать только в том случае, если у вас есть дети, сообщили нам в «ГЛ» департамент ЖКХ.

- Где можно подшить валенки? - Это вопрос позволивший нам в «ГЛ» сургутянки к согражданам, которые знают ответ.

- С первого июля бюджетники повысили зарплату. Но хотелось бы узнать, почему обошли обходящих персонал? Я работаю в комитете по образованию и науке и на сумм моей зарплаты повышение не отразилось.

Мы обратились к начальнику финансового отдела комитета по образованию и науке Елене Бабаковой, которая ответила:

- Распоряжение вышло не так давно, поэтому заработная плата по новым ставкам еще не начислялась. Большинство работников находится в отпусках, и по выходе из отпуска им будет сделан перерасчет. Постановление же мэра города под номером 1804 от 05.07.2001 г. «О повышении социальной защищенности работников бюджетной сферы» гласит, что доплата по соцзащите повышается на пятьдесят процентов.

- Я живу летом на даче. Периодически наблюдаю, как дети играют на железнодорожных путях. Они подкапывают на них различные предметы. Существуют ли какие-нибудь законы, которые предусматривают наказание за эти нарушения?

ОПН Сургутского ЛУВД сообщает, что в Кодексе РФ об административных правонарушениях существует целый ряд статей, которые предусматривают наказание за данный вид нарушений. Например, по статье 103 ч.5 КОАП РФ за проход по железнодорожным путям в неустановленных местах на родителей несовершеннолетних детей составляется административный протокол, а материал на нарушителя закона ребенка будет направлен на рассмотрение комиссии по делам несовершеннолетних.

- Я живу в Сургуте недавно и слышала, что существуют льготы по отпускам. Меня интересует, какова продолжительность дополнительного отпуска и через какое время предоставляется?

Специалист юридической конторы «Советник» ответил, что ежегодные дополнительные отпуска по приказу Министерства труда РСФСР от 22.11.90 г. под номером 2 предоставляются в районах Крайнего Севера продолжительностью 18 рабочих дней, а в местностях, приравненных к районам Крайнего Севера, - 12 рабочих дней. Дополнительный отпуск за первый год работы предоставляется по истечении одиннадцатимесячного непрерывной работы.

На «ГЛ» дежурила Роза РАКИПОВА.

Наш телефон 31-04-68 работает с 9 до 12 часов.

ПОПРАВКА

В «СТ» от 19 июля в статье «ДЕЗы расстарались. Сможем ли сохранить?» была допущена ошибка в фамилии главного инженера Восточного ДЕЗа Валерия Когалымыча. Приносим свои извинения.

Здоровая нация — если дети в ранге святых

Страница «Семейный доктор» выходит достаточно редко — раз в месяц. Я знаю, что многие с нетерпением ждут ее, хотят найти для себя какие-то полезные советы, касающиеся здоровья, неизвестные, а потому интересные рецепты и другое. Но сегодня как человек, гражданин и врач я не могу остаться в стороне от недавнего события, буквально потрясшего меня до глубины души и сердца, и часть газетной площади использую для изложения своей точки зрения по поводу его и ему подобных.

Случилось чудовищное. Случилось не от слова «случай», а потому что все шло к этому. Шло от недосказанности, несведзанности, полумера, банального равнодушия. Если сначала это ограничивалось снятой шапкой, украденной магнитолой, грубой использованных шприцев, в саван из которых одеты наши улицы, дворы, подъезды, требованиями об особом отношении к себе медиков, то сегодня они пришли убивать. Вас и ваших детей.

Один из них зверски лишил жизни молодую женщину и ее маленького сыночку. Убил из-за пары дос. Из-за дос дерзкая, вешающая его нелепое тело. Он даже не животное — это нечто, существо, которое не имеет права существовать. Многие сургути, узнав об этом преступлении, внутренне ужаснулись, посоружались. И

все. Мы привыкли, зачерствели. Где волна людского гнева? Где объявление общегородского траура? Где толпы разъяренных людей, требующих уничтожить всем известным наркотиками? Где выступления многочисленных партий и общественных движений? Или до следующих выборов слишком далеко?

У меня до сих пор перед глазами картинка из новостей CNN. Палестинцы несут на руках гроб с ребенком, убитым в результате бомбардировки. Все односельчане на улице, рвут на себе одежду и... берутся за оружие.

Что такое здоровые нации? Это когда ты чувствуешь боль своего соседа вдвойне. Это когда слезы женщины не могут упасть на землю, потому что рядом плечо сильного мужчины, готового пресечь посяхновения любого за эти слезы.

Это когда на пороге супермаркета не стоит нищая старушка на костылях, перебирая скудную милостыню в картонной коробке. Это когда дети — в РАНГЕ СВЯТЫХ, касте неприкасаемых... И много других «когда», нами растерянных.

Ведь у нас главные и любимые поговорки «Моя хата с краю», «Авось, меня пронесет». А у нас, сургути, имеется в запасе еще один любимый рекламный слоган, усиленно навязываемый некоторыми кругами, — «Наш город — оазис благополучия». Оазис, в котором теперь убивают детей. А еще у нас есть тележурналисты, которые, теряя жалкие остатки внутренней цензуры, могут показать всему городу крупным планом трупики ребенка в окровавленных носочках. Что это? Сомнительная конъюнктура, личная жестокость? Есть это и другие характеристики — из медицинской терминологии, например.

Некоторые священнослужители из разных конфессий, народные целители (в том числе и местные) считают, что наркоманы — это люди, продавшие души дьяволу, вступившие с ним в сговор. Кому продаем души мы? Своей апатии, малодушию, сатистью, бесмысленными фандами, бестолковыми движениями и обществами по борьбе. Мы все виноваты в чудовищной смерти женщины и ее сына — мадонны и младенца.

Двадцать лет назад моя мама, учитель, самостоятельно пыталась пресечь поступление в ее школу наркотиков, тогда еще растительного происхождения. Реакция не замедлила себя ждать. Но личные угрозы в ее адрес не возымели результата. Остановилась она только тогда, когда однажды в темном переулке ей пригрозили убийством ее собственных детей. Причем преступники проявили поразительную осведомленность.



Сегодня, когда милиция стеснена рамками уродливых, устаревших, отставших от жизни законов, когда администрация города не в силах справиться, мы — учителя и врачи, нефтяники и бизнесмены, строители и домохозяйки должны вступить в дело. Каждый в своем дворе, на своем предприятии, хотя бы на уровне добровольных народных дружин. В этом деле не может быть «хаты с краю», никто не застрахован от бед.

В Екатеринбурге, где дело обстоит еще сложнее, где наркомания срослась с органами правопорядка, несколько авторитетных коммерсантов создали фонд, с помощью которого достаточно успешно, хотя и жестко, лечат наркоманов, удалось им «разобраться» и с многими наркотоговорцами. Неужели у нас в городе не найдутся такие люди?

Очень хочется верить, что существо, сотворившее злостное убийство, находясь в камере не один и его сокамерники не дадут ему покоя. Так как гуманное государство, безусловно, оставит его в живых. А через несколько лет, отбыв срок во всем известной нашей пенитенциарной системе, еще более озлобленное оно выйдет на свободу...

ЭТИ СКАЗОЧНЫЕ РАСТЕНИЯ

Сабельник

Многолетнее травянистое растение высотой до одного метра, с темно-красными цветами и длинным ползучим корневищем.

Растет обычно на болотах и болотистых лугах. Издавна считался растением мистическим. В Россию завезен татарами во времена ига. Сабельник носит много названий — декоп, растопырка, волчье тело, болотная роза. По славянским преданиям считался любимым растением болотных леших. С помощью волшебных огней манящих красных цветов привлекали они молодых девушек и затягивали в болотную бездну.

Официально в России сабельник изучен недостаточно, как по химическому составу, так и по своим клиническим свойствам. В Японии и Китае сабельник занимает почетное место в официальной фармакологии как универсальное противоопухолевое средство. Доказано там его хорошее антимикробное и противовоспалительное действие. Удачно можно использовать сабельник при различных формах аллергии.

Экспериментальное изучение выявило хорошие гипотензивные свойства настоев из этого растения. Измельченную и запаренную траву прикладывают в виде компресса к ушибам, ранам, принимают также при геморрое и на ранних стадиях мастита. Настой травы с корневищем дает хорошие результаты при туберкулезе легких (прием внутрь можно сочетать с

ингаляциями). Малообъяснимо пока, но хорошо известно свойство сабельника успешно лечить остеохондроз позвоночника, самые разнообразные артриты, артрозы, ревматизм. Особенно эффективен он при шейном остеохондрозе, осложненном нарушением кровотока в шейных сосудах, что неоднократно подтверждалось и в моей практике.

В данном случае сабельник лучше применять в виде настоек. Возьмите сухие измельченные корни и листья (поровну), залейте ими на одну треть литровую банку. Залейте водкой до горлышка банки. Плотно закройте крышку и настаивайте 21 день в темном месте. Затем процедите и пить по одной столовой ложке на 50 мл воды три раза в день до еды. Приготовленный вами объем настоек как раз оставит курс лечения. Повторять курсы один раз в год. Оставшаяся после процеживания травяное сырье можно использовать в виде компрессов на болезненных местах. Настойку можно применять и наружно, растирая больные суставы.

Как показала практика, отвар из этого растения малоэффективен — лучше приготавливать настой. Им хорошо полоскать рот и горло при стоматите, ангине, зубной боли. Готовится он так. Одну столовую ложку травы и корневища залить одним стаканом кипятка. Настоять 5-6 часов. Лучше в термосе. Принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в сутки.

В нашей традиционной «питательной» рубрике мы поговорим о веществах растительного происхождения — специях, которые не только придают нашей пище неповторимые оттенки вкуса и запаха, но и обладают определенными лечебными свойствами.

Укроп, которому присущ характерный аромат благодаря высокому содержанию эфирных масел, содержит большое количество микроэлементов и витаминов. Укроп улучшает зрение, успокаивает. Отвар его семян в красном вине — лучшее средство от бессонницы. В 100 граммах укропа содержится 100 мг аскорбиновой кислоты. Свежий укроп рекомендуется хранить не более двух суток, иначе он теряет свои полезные качества.

Корни хрена содержат большое количество калия, кальция, железа, фосфора, витаминов группы В. Обладают антимикробным действием, стимулируют секрецию желчи и желудочного сока. Хорошо повышает аппетит, обладает мочегонным свойством, активизирует деятельность сердечно-сосудистой системы. Полезен при гипертонической болезни, атеросклерозе, почечной и сердечной недостаточности.

В зеленом луке много витамина С, калия и кальция, причем значительно больше, чем в репчатом. Хороший природный антибиотик.

Петрушка содержит витамины В, С, ряд микроэлементов, хорошо стимулирует иммунитет, придает силы, активизирует секрецию желудочного сока. Издавна петрушка считается эффективным средством при лечении воспаления предстательной железы. Кашицей из свежих листьев можно снять зуд и боль от укусов насекомых. Необходимо помнить, что петрушка обладает некоторым abortивным действием.

ЧТО У ВАС НА СТОЛЕ?

Укроп в вине, и вы... во сне

лирует иммунитет, придает силы, активизирует секрецию желудочного сока. Издавна петрушка считается эффективным средством при лечении воспаления предстательной железы. Кашицей из свежих листьев можно снять зуд и боль от укусов насекомых. Необходимо помнить, что петрушка обладает некоторым abortивным действием.

Кориандр, или кинза, хорошо стимулирует потенцию, содержит достаточно большое количество аскорбиновой кислоты. Хотя благодаря своему своеобразному вкусу и запаху вызывает у многих отвращение.

Гвоздика в лечебной кулинарии применяется для приготовления фруктовых ягодных соусов, компотов, при тушении овощей.

Лавровый лист считается полезным при заболеваниях кишечника, желчевыводящих путей, болезнях почек, подагре, сахарном диабете.

Базилик возбуждает центральную нервную систему. Полезен он при воспалительных процессах в мочевыводящих путях. Отвар базилика с уксусом и небольшим количеством соли в виде полосканий способен усмирить зубную боль.

Мелисса считается классическим успокаивающим средством, помогает при бессоннице, мигрени, об-

ладает потогонным, мочегонным и слабительным свойствами.

Тмин широко используется в хлебопечении, кондитерской, ликеро-водочной и парфюмерной промышленности. С лечебной целью используются семена тмина. Они оказывают успокаивающее действие, снижают процессы гниения и брожения в кишечнике, способствуют более быстрому его опорожнению, повышают секрецию желудочного сока.

Читательница В., 48 лет, слышала о методе Шевченко как об эффективном способе лечения онкологических заболеваний. Она просит подробно описать его и рассказать, действительно ли он так всемогущ.

Всемогущих средств для лечения рака на сегодняшний день нет. Для каждого вида онкологических заболеваний в зависимости от локализации опухоли и стадии злокачественного процесса существуют свои способы лечения — хирургические, химиотерапевти-

ческого молока.

Хочу открыть читателям интересный древний tibetский рецепт для лечения и особенно профилактики язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Этот рецепт является своеобразным прообразом современных диетоборов к пище и содержит одну из специй.

Берутся хорошо высушенные корни девясилы, плоды облепихи и плоды кориандра в соотношении



1:1:1. Все тщательно измельчается, перемешивается и используется как при-

права к готовой пище вместо соли. Применять всю осень и весну.

ВОПРОС ЧИТАТЕЛЯ

Панацея ли метод Шевченко?

Читательница В., 48 лет, слышала о методе Шевченко как об эффективном способе лечения онкологических заболеваний. Она просит подробно описать его и рассказать, действительно ли он так всемогущ.

Всемогущих средств для лечения рака на сегодняшний день нет. Для каждого вида онкологических заболеваний в зависимости от локализации опухоли и стадии злокачественного процесса существуют свои способы лечения — хирургические, химиотерапевти-

ческие и комбинированные. Эффективность этих методов зависима от ряда причин.

Метод Шевченко существует, приобретает все большую популярность. А заключается он в следующем. 30 мл водки смешать с 30 мл подсолнечного масла. В закрытой посуде встряхивать в течение двух минут, затем сразу выпить эту смесь. Принимать три раза в день за двадцать минут до еды. Пить десять дней, пять дней — перерыв, снова прием в течение десяти дней — пять дней перерыв, еще пить десять дней

— затем перерыв на две недели. Потом вновь повторить этот цикл.

Что можно сказать мне как врачу? Некоторые логические объяснения этого метода имеются. Видимо, играют свою роль хорошие антиоксидантные свойства растительного масла за счет содержания витамина Е — спирт способен усилить это свойство. А с помощью встряхивания достигается эмульгация смеси, что также усиливает ее воздействие.

Действительно, после приема смеси улучшалось общее состояние пациен-

тов, изменялось качество жизни. Проще говоря, вреда от нее точно не будет. Но! Есть одно большое «но». Автор метода категорически запрещает больным использовать еще какие-то способы лечения, предложенные врачами-онкологами. А это, по меньшей мере, — преступно! Я видел таких пациентов, слепо верящих в эту методику и отказавшихся от помощи врачей. Сейчас они, к сожалению, уже да-лече.

Ведущий
страницы —
врач
Станислав
БОРИТКО.

«Второго Перта больше не будет»

Именно эти слова произнесла двадцатитрехлетняя аспирантка Сургутского педагогического института, заслуженный мастер спорта по плаванию Оксана Верева, отправляясь на чемпионат мира по водным видам спорта в японский город Фукуока.

Что и говорить, на прошлом чемпионате мира, который проходил в 1998 году в австралийском Перте, всю сборную России по плаванию ждало глубокое разочарование.

Медики и фармакологи нашей сборной настолько увлеклись экспериментами, что вместо того, чтобы помочь нашим пловцам, попросту им навредили. Вместо того, чтобы спокойно дать спортсменам акклиматизироваться на чужом материале, они «накормили» наших спортсменов весьма сомнительными препаратами, которые якобы должны были ускорить процесс адаптации на зеленом континенте.

Результаты таких «рацпредложений» тоже не заставили себя ждать. Наши пловцы, за исключением Александра Попова, который жил и тренировался в Австралии, и омича Романа Слуднова, который наотрез отказался принимать эти препараты, пока з али просто ужасные результаты.

Не избжала этой участи и Оксана Верева. На дистанции 200 метров комплексным плаванием она была девятой, а на дистанции вдвое длиннее и вообще осталась без места, не попав даже во второй финал.

Естественно, что мы не могли не поговорить с Оксаной накануне чемпионата мира в Японии.

- Оксана, что ты чувствовала тогда в Перте после неудач, в которых ты практически была виновна?

- Конечно, как и любой другой спортсмен, я чув-

ствала наши результаты, ну и, конечно, на себя, раз я согласилась употребить это лекарство. Медиков и фармакологов сборной после этого уволили из команды, но мне от этого легче не стало. Где гарантия, что снова попадешь на чемпионат мира?

- Что последовало после того злославленного чемпионата мира?

- Безусловно, я хотела доказать, что это было всего лишь случайностью, да и тренеры отнеслись тогда с пониманием. Поэтому, спустя семь месяцев, я выступала на чемпионате мира по «короткой воде» в Гонконге. На своей коронной дистанции 200 метров комплексным плаванием я заняла тогда третье место.

- То есть все складывалось хорошо?

- Сначала да, но затем начался настоящий кошмар. Местные газеты об этом много тогда писали. Причем не всегда то, что было на самом деле.

- А что было на самом деле?

- После разрыва с моим предыдущим тренером Анатолием Журавлевым меня не только «выпроводили» из

национальной сборной, но и чуть не вынудили прекратить заниматься плаванием.

- В чем это выразилось?

- В тот момент я вынуждена была написать заявление об уходе с должности спортсмена-инструктора спорткомплекса «Нефтяник», вдобавок меня лишили всех спортивных стипендий, кроме стипендии Сургутского педагогического института. Более того, если бы я не пошла в спорт, то мне бы пришлось искать работу в городе пловательных бассейнов.

- Но ведь ты тогда все же не сдавалась?

- Да, не сдавалась. Но чего мне это стоило, известно разве что только мне, моей семье и моим новым тренерам - супругам Василию и Ольге. Ведь, несмотря на то, что я сургутская спортсменка, тренироваться мне почти всю зиму пришлось в одном из бассейнов Сургутского района, расположенного в поселке Федоровском.

- Еще до Олимпиады в Сиднее ты говорила, что олимпийский старт будет последним в твоей спортивной карьере. Что заставило тебя изменить

планы и продолжать выступать?

- После Олимпиады у меня как бы открылось второе дыхание. Не могу объяснить причину, но я стала плавать намного лучше, чем плавала до этого. Может быть, именно тогда я поняла, что главного в своей спортивной биографии еще не сделала, поэтому и решила остаться в спорте. Только на этот раз я уже сроков не устанавливаю. Я буду выступать до тех пор, пока сама не пойму, что пора остановиться.

- Российская пресса, да и мировая тоже, сейчас выдала тебе немало авансов. А как ты сама считаешь - на что реально можешь рассчитывать на чемпионате мира в Японии?

- Конечно. Как и все спортсмены, я очень хочу победить, но думаю, что медаль любого достоинства будет желанной наградой за долгие годы тренировок.

Безусловно, все мы желаем Оксане только победы, ведь, выступая в Японии, она представляет не только Россию, но только Ханты-Мансийский округ, но и Сургут.

«Виктория» создана для побед. И поединков чести

Вот уже больше двух лет, как в Сургуте свои двери для всех желающих распахнула детская юношеская спортивная школа «Виктория». По общему меркам срок вроде бы и небольшой, но за это время школа уже смогла добиться неплохих результатов.

Спортивная школа «Виктория» помимо двух «президентских» видов спорта - самбо и дзюдо развивает еще и довольно редкий вид - каратэ-до стиль Шотокан.

Несмотря на то, что она относительно недавно начала свою работу, количеству учащихся в ней уже сейчас могут позавидовать более именитые и в городе, и в округе детские спортивные учебные заведения. На сегодняшний день занятия посещают более трехсот двадцати воспитанников.

Вот и совсем скоро - 1 сентября школа вновь примет совсем еще маленьких мальчишек и девочек, чтобы учить их не только спортивному мастерству, но и умению в трудную минуту постоять за себя и за своих товарищей.

За столь короткий срок существования заведения воспитанники спортивной школы добились высоких результатов, участвуя в соревнованиях разного уровня - от внутришкольных до

чемпионатов России. Так, в декабре прошлого года, выступая на чемпионате России в Череповце по каратэ-до, пять воспитанников ДЮСШ стали призерами.

Последние результаты спортсменов тоже впечатляют. 25 марта на первен-

стве Ханты-Мансийского автономного округа по каратэ-до, которое проходило в Нефтеюганске, 17 воспитанников тренера Николая Солоницина стали чемпионами и призерами этих соревнований. 8 апреля в командном первенстве Уральского региона по каратэ среди юношей и девушек, которое прошло в Тюмени, в каждой возрастной категории воспитанники

ДЮСШ «Виктория» были удостоены наград различного достоинства. И, наконец, 15 апреля на чемпионате России по каратэ-до стиль Шотокан золотые медали получили Сергей Михайловский, Сергей Кравченко, Вячеслав Диденко и Антон Сон. Сере-

бристы и призер международных турниров в Турции, Канаде, Сингапуре, Словении и Чехии Александр Панфилов и мастер спорта по самбо и дзюдо Андрей Степичев.

Необходимо, в первую очередь, отметить то, что «Виктория» оборудована всем необходимым для нормального тренировочного процесса. Организованы сауна и массаж для полноценного восстановления детей после нагрузок. Спортсмены, занимающиеся не первый год, периодически проходят диспансеризацию и витаминизацию. Воспитанники школы получают не только практические умения и навыки, но и теоретические знания. Проводятся беседы о необходимости и значении занятий спортом, о нормах личной гигиены, о влиянии вредных привычек на растущий организм, ведется пропаганда здорового образа жизни.

Немаловажен и тот факт, что в период летних каникул ученики ДЮСШ принимают участие в учебно-тренировочных сборах на базах спортивно-оздоровительных лагерей побережья Черного моря. И результаты тестирования, которые проводятся в начале и конце учебного года, показывают, что совмещение тренировок с отдыхом положительно влияет на физические и функциональные кондиции организма



спортсменов.

Спорт - великолепный инструмент решения проблем воспитания молодого поколения. Он отвлекает ребят от улицы, от кривой дорожки криминала, открыв-

ая им возможность проявить свои таланты и реализовать свои способности, ощутить себя настоящими людьми, способными защитить честь своей Родины.



ривая медаль - у Гургена Марутяна, бронзовых наград были удостоены Максим Красков и Иван Лазута. Все эти ребята получили право участвовать в финале чемпионата России 2001 года.

В молодом коллективе тренеров-преподавателей особенно выделяются мастер спорта по дзюдо и самбо, чемпион России на универсиаде студентов, побе-

Что не удалось Дячку, должен сделать Бородин

Как нам стало известно из материала в газете «Спорт-Экспресс», в Риге продолжается юношеское первенство Европы (возраст игроков до 16 лет) по баскетболу.

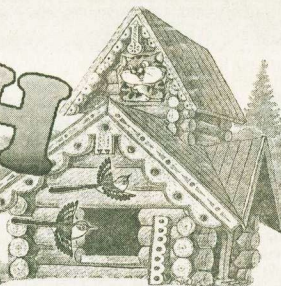
Вчера в группе В состоялся ключевой матч: встречались непроигрывавшие до этого сборные России и Латвии. Наша команда смогла одолеть хозяев площадки - 57:44 (11:14, 19:11, 11:17, 16:12). Россияне практически обеспечили себе первое место по ито-

гам группового турнира. Это дает им право встречаться с более слабыми соперниками на ранних стадиях плей-офф.

Центровой сборной России и сургутского «Университета», воспитанник СДЮШОР «Аверс» Сергей Бородин набрал в этом матче 9 очков и, по мнению специалистов, довольно прилично помог своей команде.

Ведущий страницы - Александр МИРОНОВ.

КОШКИН ДОМ



Переводила ТРИБУНКУ
на человеческий язык
Екатерина БЕРШАНСКАЯ.
Она же передаст ей
ваши вопросы и письма,
которые присылайте по адресу:
г. Сургут, ул. Маяковского,
12 а, Трибунка.
Пейджер 764-764
аб. «Кошкин дом».
Помогала украшать дом
к приему гостей
Ольга САМБУР.

Здравствуйте, мои дорогие
маленькие сургутяне!

Как живете, как отдыхаете?
Не соскучились еще по школе? Ну,
если соскучились, то к нам в
гости пришла наша старая зна-
комая кошка Маша, которая жи-
вет в микрорайоне железнодо-
рожных, и принесла очередные
правила поведения на железной
дороге. Вот они, друзья.



КОМНАТА БЕЗОПАСНОСТИ

ПРАВИЛО ОДИННАДЦАТОЕ.

Переходите дорогу только в установленных
для этого местах.

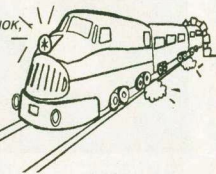


Стой! Куда же ты, приятель?
Посмотри на указатель:
«Переход через пути» -
Это значит: по настилу
И Ежу, и Крокодилу
Разрешается пройти.
Только прежде нужно нам
Посмотреть по сторонам.

ПРАВИЛО ДВЕНАДЦАТОЕ.

Не катайтесь на коньках, роликах, санках вблизи
железной дороги.

- Ты катаешься, Мышонок,
По лыжне вокруг двора.
Вот, смотри! - сказал Котенок.
Настоящая гора.



Прокатись, не бойся, классно
Съехать сверху под откос!..
- Стой, Котенок, здесь опасно:
Видишь, едет тепловоз!

Стелешка в рот попала!

АНЕКДОТ от Саша Волкова

Один парень говорит дру-
гому:

- Ты знаешь, я думаю, что
бокс - самый лучший вид
спорта.

- Ты, наверное, заслужен-
ный боксер? - интересуется
другой.

- Нет, я стоматолог...



КИНОМАНИЯ

Так как кинотеатров у нас в городе
сейчас нет, но зато дома есть у
большинства семей видеомагнито-
фон, я решила познакомить вас с но-
вышками кино и мультипликация.
Ну, что у нас там на экране теле-
визора?

А на экраны американских киноте-
атров недавно вышел анимированный
(рисованный) фантастический
фильм «Final Fantasy: The Spirits
Within», который все относят к
кино будущего. В нем нет реальных
актеров. Все действие происходит
в виртуальном мире с виртуальны-
ми персонажами. Первый же



фильм, снятый в виртуальной ре-
альности, - «Трон» вышел аж в 1982
году, но большого успеха не имел.
Нынешний фильм войдет в историю
кино как первый целиком анимиро-
ванный фильм с полной реалистич-
ностью, то есть кода кажется,
что все по-настоящему.

Реальные актеры лишь озвучивали
героев и были образцами для жес-
тов, походки, движений. Главная ге-
роиня Аки Росс взята из популяр-
ной видеоигры «Final Fantasy». Сами
же события мультфильма происходят
в 2065 году. Там есть инопламеня-
ние, военные конфликты, межпланет-
ный хаос и, конечно же, большая и
красивая любовь. Американские дети
в полном восторге. Надеюсь, что и
к нам этот мультфильм скоро придет.

К моменту выхода первого фильма-
трилогии «Властелин колец» о зна-
менитых хоббитах он уже не будет
таким уж чудом технологии спе-
цэффектов. Пока звезды Голливуда
не боятся соперничества со сторо-
ны виртуальных персонажей, по-
скольку их создание довольно дорого
стоит. И очень, кстати, напрасно.
Компьютерный мир растет так
стремительно, что скоро киберге-
рои станут гораздо дешевле натур-
ных съемок с живыми актерами.
Кажется, не так давно весь мир вос-
хищался компьютерными спецэф-
фектами из «Терминатора-2», на
которые были потрачены огромные
деньги. А сейчас подобными и даже
гораздо более сложными трюками
насыщены телесериалы, снимающи-
еся в почти реальном времени.

КОМНАТА СЕКРЕТОВ

- Трибуночка, почему месяцы имеют такие
названия и почему в них то 30, то 31, то 28
дней? - спрашивает меня Лена Образцова из
поселка Бе-
лый Яр.

Вспомните, как считали календарные
дни наши бабушки, когда у них под рукой не
было календаря - по костяшкам руки. Начи-
нем с указательного пальца: бугорок - январь, 31
день. Далее впадинка - февраль, 28 или 29 дней.
Средний палец: бугорок - март, 31 день. И так далее,
вплоть до мизинца. Теперь считаем в обратном направле-
нии - маленький палец: бугорок - август, 31 день. Имел ли
эти вычисления научную основу? Конечно же, нет. А дело было
так.

ЦЕЗАРЬ И МЕСЯЦ ИЮЛЬ

Систему в 30 дней ввел римский правитель Юлий Цезарь.
Если подсчитать все 12 месяцев, то так и выходит - 366 дней,
високосный год. Именно самый жаркий месяц - июль был
назван в честь Цезаря. Но в 44 г. до н.э. сенаторы расправи-
лись с ним, и его преемник Октавиан стал носить под одеж-
дой панцирь. Видимо, его неуязвимость и побудила сенато-
ров величать этого императора Августом, то есть «непобе-
димым». В честь него был назван следующий месяц лета -
август. Но венценосец как-то заметил, что «его» месяц на
день короче месяца Цезаря. И изменил календарь так: ото-
брал один день у февраля и изменил счет дней в месяцах
после августа. Не смешно ли, что эти изменения остаются в
силе вот уже две тысячи лет?

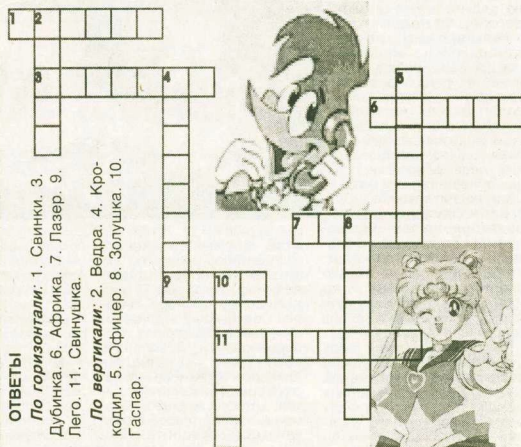
ТЫ МНЕ ПИШЕШЬ

КРОССВОРД «МОИ ЛЮБИМЫЕ СКАЗКИ»

от Валерии Скрипниковой

По горизонтали: 1. Кто замаякал в сказке «Путаница»? 3. Оружие
Емели. 6. К.И. Чуковский не советовал детям ходить туда гулять. 7.
Разрушающий луч. 9. Популярный детский конструктор. 11. Съе-
добный гриб.

По вертикали: 2. Какие Емелины вещи сами пошли домой? 4. Кто
тушил море в сказке «Путаница»? 5. Кто не смог привести Емелю к
царю? 8. Сказка Ш. Перо. 10. Как звали доктора Арнери из сказки
«Три толстяка»? замечательного детского писателя Юрия Олеши?



ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Свинки. 3.
Дубинка. 6. Африка. 7. Лазер. 9.
Лего. 11. Свинуха.

По вертикали: 2. Ведро. 4. Кро-
кодил. 5. Офицер. 8. Золушка. 10.
Гаспар.



Как начать новую жизнь?

Рубрику ведет Валентина ТИТАРЕНКО, директор центра народной медицины «Завет»

Продолжение.
Начало в № 125, 130.

Мы продолжаем тему, начатую в предыдущих выпусках «Уголка» под заголовком «По карману ли вам ловушки?».

САМЫЙ верный способ понять, применяют ли к вам психическое насилие (гипноз, «зомбировку», магию и т.п.) или нет во всевозможных ситуациях, - это научиться не применять насилие к самому себе. И тогда, во-первых, по закону «Подобное притягивает подобное» вы не попадете в неприятную ситуацию, а во-вторых, сразу же почувствуете что-то неладное и сумеете не допустить собственное неадекватное поведение. Кроме того, внедряя ненасильственную парадигму управления в свою жизнь, вы будете неуклонно двигаться к собственному психическому, а следовательно, и физическому здоровью, потому что здоровье - это прежде всего отсутствие какого-то бы ни было насилия.

Но как в этом разобраться? «Применение насильственного управления к самому себе имеет простые и легко распознаваемые симптомы. Если я что-то делаю или не делаю потому, что мне будет стыдно, обидно, что я буду виноват или мне будет страшно, а не потому, что мне хочется или не хочется это делать, то это как раз свидетельствует о полном господстве насильственной парадигмы, которая работает или непосредственно через меня, или через других людей. Если то же самое я делаю потому, что хочу, и не делаю, потому что не хочу, мне неприятно это делать, то это свидетельствует о здоровом мышлении и преобладании второй, ненасильственной парадигмы саморегуляции.

Соотношение этих двух парадигм управления для каждой индивидуальности свое, и оно варьируется от видов ситуаций, в которых человек действует. Но в большинстве случаев люди применяют все-таки насильственные способы, что не может не препятствовать развитию их индивидуальности. Если самосовершенствование человека идет по пути увеличения способности насилия над самим собой, чтобы «преодолеть себя», то необходимость в таком насилии будет возрастать с каждым шагом продвижения вперед, с той лишь разницей, что это насилие всецело выработкой привычки к нему будет требовать все меньше и меньше сознательного усилия, что создаст иллюзию свободы.

Однако принуждение, каким бы оно ни было, сознательным или бессознательным, требует затрат психической энергии, так как вытесненные импульсы желаний и запреты сдерживают соответствующие сознательные

усилия, имея противоположную им направленность (импульс подавления), и питаются энергией нашего «я». Сильные, вытесненные путем подавления с помощью стыда или чувства вины импульсы желаний не теряют своей энергии - их психический заряд сохраняется и создает проблемы для нашего здоровья.

Применяя парадигму ненасилия к самому себе, мы сможем контролировать сильные нездоровые импульсы желаний, не вытесняя их в бессознательное, все же гасить их психический заряд. Ненасильственная парадигма управления нежелательным поведением состоит не в наказании за это поведение, как самого себя, так и других, а в утешении, то есть в неподкреплении нежелательного поведения».

КАК ЖЕ практически применять ненасильственные методы управления, как им научиться? Очень простой пример перехода на сторону ненасилия я нашла в книге «Восхождение к индивидуальности» Ю.М. Орлова.

«КАК НАЧАТЬ НОВУЮ ЖИЗНЬ? Кто ее не начинал? Я сегодня решаю, что с завтрашнего утра начну пробовать по скверу или сделаю гимнастику. Я решаю не давать никаких поблажек «человеку привычки». Но почему-то бывает так, что, когда все это надо сделать, находятся причины, чтобы не делать этого. Мои привычки включают защитные механизмы против усилия воли, они устроены так, что не хотят меняться. И среди этих привычек особое место занимают привычки умышленного поведения, привычки думать определенным образом. Их-то изменить труднее всего. Чтобы изменить свою жизнь, необходимо прежде всего начать думать по-новому. И есть способ это сделать. Очень легкий способ, принцип, универсальный для процесса самовоспитания без применения насилия над самим собой.

Первое условие того, чтобы было легко что-то делать, - это **добровольность**. Когда цели деятельности определяются нами самими. В тех случаях, когда эти цели определяются кем-то другим или, как нам кажется, обстоятельствами, мы всегда чувствуем вынужденность. Поэтому для тех, кто был вынужден заниматься самосовершенствованием под давлением обстоятельств, страха перед болезнью или чем-то еще, самосовершенствоваться трудно. Если же вы сами определили свою цель стать лучше, сильнее, независимее, быть здоровым и свободным, уметь противостоять любой агрессии, психическому насилию, то есть ваша цель - результат свободного решения, тогда вас ожидает максимум удовольствия от самого процесса «начинания новой жизни». Но это еще не все. Когда я наблюдаю, как бегун с удовольствием заканчивает свой бег в 10 км, то мне трудно поверить, что он

при этом испытывает реальное удовольствие. То же, когда друг говорит мне о том, что для него нет большего наслаждения, чем исследовать древние тексты. Кто-то висит в люльке на высоте 20-30 м, на ветру монтируя линик электропередачи, и на вопрос о том, трудно ли ему, отвечает, что сначала было трудно, а теперь он просто получает удовольствие от высоты и свежести.

Получается, что все, что уже вошло в привычку, начинает доставлять удовольствие. Так и «новая жизнь» должна просто войти в привычку. Но только обязательно постепенно. Есть правило: «чрезмерное усилие всегда способствует становлению страха перед ним, и получается так, что человек начинает бояться усилий вообще. Поэтому в самовоспитании усилие должно применяться на уровне, который можно назвать усилием на грани приятного. Если постепенно мы приучим самих себя к дозированной нагрузке, которое всегда исполнялось бы и завершалось с удовольствием, то произойдет развитие способности производить усилие. Отсюда вытекает правило постепенности процесса совершенствования.

Если вы начали обливаться водой по утрам и постепенно снижаете температуру, не глядя на градусник, а по субъективным ощущениям, соблюдая требование «на грани приятного», то вы сможете в будущем купаться в проруби, испытывая реальное удовольствие. Если же вы не будете соблюдать требование постепенности, основанное на извлечении удовольствия из обливания, а будете следовать механическим советам вроде того, что надо понижать температуру каждый день на полградуса, то в конце пути - в проруби вы будете чувствовать только принуждение и в конце концов откажетесь от него. Следовательно, соблюдение постепенности и систематичности облегчает формирование новой, нужной вам привычки.

Определяя самостоятельно цели, соблюдая принципы усилия на грани приятного, набравшись терпения и не думая о скорости самосовершенствования, полагаясь на получение удовлетворения и удовольствия здесь и теперь, вырабатывая необходимую привычку, вы примените вторую, ненасильственную парадигму управления самим собой. Применение этой схемы требует от вас постоянного мысленного контроля результатов, препятствиях и успехах».

НАЧИНАЙТЕ думать о себе хорошо прямо сейчас. В каждом из вас есть многочисленные бесценные сокровища. Определите для себя новые нужные привычки. Не попадать в «ловушки» - одна из них.

Продолжение следует.

ЗАГЛЯНИ В СЕБЯ

Чужая душа - потемки. А так хотелось бы выяснить, что на сердце у близкого вам человека, какие скрытые склонности таит его личность. Для этого нужно узнать его любимый цвет.

Черный. Говорит об экстрематичности и усложненности натуры. Каждый шаг такого человека выражает протест против общества, заведенных порядков или окружения. Его любовные истории часто сложны, поскольку лишь лишь чувства. Он живет в каком-то своем не совсем реальном измерении, сторонясь банальных людских проблем. Его нельзя назвать замкнутым, но искренние отношения с людьми не удаются. Ему не хватает поддержки, поэтому он часто не находит той любви, к которой стремится.

Синий. Предпочтение этому цвету указывает на интеллигентность и женственность характера. А она может быть свойственна и мужчинам. Этот человек окружен большим числом друзей и знакомых. Он очень чувствителен, подвержен чуждому влиянию, верен своему прошлому. Предан, надежен в любви. Его часто мучает неудовлетворенность - еще и оттого, что слишком многого хочет. Потребность в опоре заставляет его иногда соглашаться на неравноправные отношения, идти на неоправданные компромиссы... Свои любовные гонимости умеет компенсировать интеллектом и остроумием.

Зеленый. Притягивает к нему - показатель многоликости натуры. Трезвый реализм, стремление к самосовершенствованию и в то же время поиск несуществующего в характере такого человека. Он

На вкус и цвет...

прочно стоит на земле, активен, решителен, уверен, надежен. Скрывает от окружающих вторую сторону личности - эмоциональную, неуверенность. Верен своим чувствам, но излишне строг, не отказывается от принципов. Ему трудно выразить нежность, проявить чувства. Общителен, но держит окружающих на дистанции. Любит быть в центре внимания и навязывать свое мнение.

Желтый. Тому, кто любит этот цвет, свойственно стремление к успеху, власти. Всегда ставит перед собой конкретную цель, всегда в поиске. В любви не особенно надежен - его настроения колеблются от энтузиазма до внутренней неудовлетворенности. С партнером стремится к первенству, последнее слово предпочитает оставлять за собой - и это удаётся. Ловко манипулирует партнером, добивается исполнения всех своих желаний. В обществе блистает и вызывает восхищение.

Красный. Этот цвет означает страстность, решительность, готовность идти на все ради достижения цели. Поклонник красного цвета - завоеватель во всем и в любви. Правда, бывает не в состоянии противиться партнеру, которому удаётся им полностью овладеть. Надежный друг, но его искренность иногда вызывает проблемы во взаимоотношениях. Часто излишне агрессивен, о чем потом жалеет.

Выяснить особенности харак-

тера можно также и по нелюбимому цвету.

Черный. Противнику этого цвета не хватает воображения и творческого подхода. Излишне здравомыслие, неумение отойти от действительности, несмотр на решительность, часто мешают выкрутиться из неприятных ситуаций.

Синий. Его не любят тот, кто не верит в людей, в любовь, боится нежности, старается не проявлять чувств. Ему не свойственна преданность людям, вероятно, не доверяет он и себе.

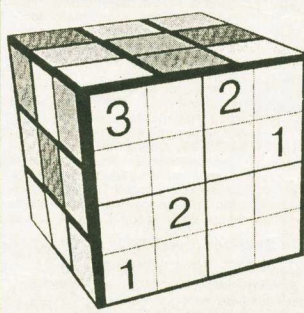
Зеленый. Он не нравится меч-

тательно, тому, кто пытается уйти от действительности. Причина его разочарований - именно в отрыве от реальности. Он слишком доверчив, что ему дорого обходится.

Желтый. Человек, который избегает этого цвета, не умеет руководить, настоять на своем, не силен в обольщении. В любовных и других отношениях - на вторых ролях. Слишком снисходителен. Иногда устраивает «бунт», стремясь в центр внимания, но это редко удается, к тому же еще и пугает его.

Красный. Это неприятный цвет для того, кому не хватает агрессивности, силы, страстности. Он боится проявить свою сексуальность, хотя для этого нет причин. В таком страхе и беспомощности выглядит более агрессивно - корень многих его проблем.

ПОШЕВЕЛИ ИЗВИЛИНАМИ



Расставьте цифры от 1 до 4 в клетках квадрата 4х4 так, чтобы в каждой строке, в каждом столбике и в каждом выделенном квадрате 2х2 все цифры были различными.

Ответы на кроссворд в №130

ЛЕЖА: 2. Френч. 4. Фурия. 6. Изгой. 8. Склад. 10. Нетто. 12. Купер. 14. Пасть. 16. Казна. 18. Пешка. 20. Авеню. 22. Штурм. 24. Синяк.

СТОЯ: 1. Урбин. 3. Душел. 5. Взмах. 7. Скотч. 9. Пепел. 11. Туфта. 13. Ванна. 15. Палка. 17. Десна. 19. Тверь. 21. Отряд. 23. Жизнь.



22 ИЮЛЯ

Один из замечательных дней в году. Особенно если вам удалось сохранить хорошее здоровье. Все ваши планы осуществляются с поразительной легкостью, особенно везет в личной жизни и любви. Главное - правильно оцените свои способности и распределите силы. Сегодня день активных действий и творческих инициатив. Но! Все пассивные люди сегодня уязвимы, так как именно на них производится в нынешний день различные нападения.

23 ИЮЛЯ

День неблагоприятный. Лучше, если возможно, провести его в уединении и не принимать скоропалительных решений. Хотя кажется, что все располагает к активным действиям. Вы трудитесь не покладая рук, но результат не слишком вдохновляет. Однако ваши усилия не останутся незамеченными. Позаботьтесь о своем здоровье и просто займитесь тем, что обязательно доставит вам радость. Этот день может стать несчастливым, если вы ополчитесь на своего близкого.

24 ИЮЛЯ

Сегодня может возникнуть искушение поддаться различным влияниям, потому что человека привлекает в этот день все новое. Но это лишь кажущееся желание. Сегодня все раздражительные и мелочные. Уединитесь и поразмышляйте над своими проблемами или же займитесь домашним хозяйством. Будьте осторожны, что стесним. Велика вероятность, что неожиданные события отлеку вас от начатого дела. Не светитесь. Все нормально. Возьмите себя в руки и куйте железо, пока горячо. Хорошо, если вы проведете вечер в кругу старых добрых друзей.

25 ИЮЛЯ

Сегодня день благодати и любви. Удачный в плане выполнения общественных поручений и расширения сферы своего влияния. Однако не торопитесь менять коней на переправе: новые партнеры и перспективы ненадежны в материальном плане. Сегодня вы почувствуете, что семья - ваша надежная опора. Захотится пожить с детьми и устроить праздник. В этот день хорошо удаются пророчества, передача мыслей. О снах лучше никому не рассказывать. Кстати, о снах. Хорошо увидите облака, услышать мелодичный звук. И помните с утра, что день располагает к коварству, а также ведет к разочарованию, касающемуся каких-то предприятий или денежных дел.

26 ИЮЛЯ

Если вы человек искусства - сегодняшний день ваш. Вам удастся найти то, что будет полностью соответствовать вашему эстетическому вкусу. Культурные мероприятия, будете вы организатором или просто участником, пройдут на ура. Вам откроются новые перспективы, будут предложены совместные проекты. Начинайте вести устные переговоры, но документальное оформление отложите. Ну а всем остальным сегодня лучше делать то, что можно.

27 ИЮЛЯ

Вам хочется свободы и независимости, но вас не понимают. Возможно, лишь потому, что вы знаете только свое право быть свободным и ограничиваете свободу других, что, может быть, не так заметно. Будьте более честны с собой. Если сделаете выгодные предложения - соглашайтесь. Хотите изменить круг общения - действуйте. А вообще-то сегодня день покаяния и отпущения грехов.

28 ИЮЛЯ

Опасный день. Время обольщения, иллюзий, обманов, заблуждений, отравлений. Сегодня вы можете получить дурные знаки. Обдумайте их. Займитесь очистиением помыслов, чайтайте заговоры от порчи. Давящее чувство в груди - признак накопившихся проблем. Обратитесь к истокам, традициям, простите человека, который вас обидел.

