



**Инвалиды
и общество...**

СТР. 3



**Презентативная
не значит эффективная**

СТР. 2



**На Пасху только
ленивый не разговееется**

СТР. 7

Газета основана
20 октября 1964 года

ТРИбуНА Сургутская

№71 (10156) ТИРАЖ 21.160

Суббота, 19 апреля 2003 года

Умеем ли мы решать свои проблемы?



Ф.А. Лебедева

Легенда гласит, что перстень царя Соломона украшала надпись: «Всё проходит». Мудрец, вручивший Соломону перстень, посоветовал: «Когда жизнь покажется невыносимой, а слова «Всё проходит» - пустыми, посмотри, что начертано на внутренней стороне кольца». Соломон послушался мудреца. И пришел черный день, когда царь снял кольцо с пальца, дабы увидеть его внутреннюю сторону. Там было написано: «И это пройдет».

Бывает, жизнь бьет и коверкает, судьбу нередко называют злодейкой, а человеческую участь - юдолью. Неприятности, проблемы, сложности - кто не сталкивался с ними? А кто даст точный рецепт, как, столкнувшись, не сломаться, преодолеть, не растеряться? Народная мудрость и проблемную сторону жизни не обошла вниманием, подарив нам несколько устойчивых формулировок: не бывает тупиковых ситуаций, бывает тупиковое направление мысли. Се-

годня мы предоставили сургутянам возможность вписать свою строку в народную книгу афоризмов.

Сергей Витебский, инженер:

- О да, проблем хватает. «И вечный бой, покой нам только снится...» Я с проблемами не борюсь, я их решаю. Для этого любую проблему разбиваю на составляющие, намечаю этапы, ставлю перед собой микроцели и вот так - лошагово расправляюсь с проблемой.

Окончание на 2-й стр.

Курс на долщичка

В этом году городская администрация строит всего три жилых дома. На большее нет средств.

Новые дома разместятся в 24 и 33 микрорайонах, а также на ПИКСе. Запланировано еще строительство одного дома в 18 микрорайоне - на Строителе, но это будет жилье повышенной комфортности. Примерно 260 квартир из вновь построенных (ввод - в третьем-четвертом кварталах 2003 года) отдадут под реализацию программ ликвидации ветхого и фекального жилья. Остатную жилплощадь можно приобрести на долевых условиях. Из 189 тысяч квадратных метров, которыми должен в текущем году пополниться жилфонд Сургута, департамент архитектуры и градостроительства построит 66 тысяч квадратов. Но это с учетом средств долщичков. Исключительно за бюджетные деньги в этом году введут в эксплуатацию 12 тысяч квадратных метров.

Мария Лебедева.

«Зеленые» дни

«Самый зеленый» класс среди образовательных учреждений будут определять в течение месяца в Сургуте.

Конкурс творческих работ в рамках Дней защиты от экологической опасности проводит городская станция «Юный техник». Самые молодые участники - ученики с 4 по 8 классы примут участие в конкурсе рисунков «Мир заповедной природы». Старшеклассников ждет более серьезное испытание - интеллектуальная викторина на экологическую тему под названием «Югра - наш дом». Кстати, в этом году в викторине могут принять участие все сургутяне. К акции подключилась и наша газета. Вопросы викторины будут опубликованы в ближайших номерах «Сургутской трибуны». 15 мая состоится подведение итогов. По традиции награждение победителей проведут 5 июня - во Всемирный день охраны окружающей среды.

Елена Бородулева.

ВЧЕРА

В ХМАО закончился семинар для чиновников автономного округа по актуальной теме «Реформирование государственной службы в РФ».

СЕГОДНЯ



В Ханты-Мансийске в концертном зале Центра искусств завершается Северная лига Международного союза КВН и определяются победители 1/8 финала.

ЗАВТРА



Продолжит свое шествие городской фестиваль «Студенческая весна-2003», в конкурсном концерте которого выступят по таким номинациям, как «Театр нетрадиционной моды», «Хореография» и «Эстрадный вокал».

21 апреля с 12 до 14 часов производится предварительная запись на прием по личным вопросам к депутату Государственной Думы Асееву Владимиру Михайловичу. Запись граждан будет проходить по адресу: проспект Ленина, дом 53.

Уважаемые горожане!

С 20 апреля клиника «Система семейной стоматологии плюс», находящаяся по адресу: ул. Гагарина, 4, - ведет круглосуточный прием пациентов. Записаться можно по телефону: 28-77-45 и 28-77-46.

ПОПЕЧИТЕЛЬСКИЙ совет Фонда поколений определил процентную ставку за 2002 год по именным целевым денежным выплатам детям, родившимся на территории Югры в 2000 и 2001 годах в размере 16 процентов от объема зарезервированных средств на 31 декабря 2002 года.

ПЕРВЫЕ отделения ЕДДС будут созданы уже к 1 декабря 2003 года в трех городах Югры: Сургуте, Нижневартовске и Ханты-Мансийске. Телефоны старых служб - 01, 02, 03, 04 и т. д. будут отменены только после 2007 года. До этого срока они будут действовать параллельно номеру единой дежурно-диспетчерской службы.

В МАРТЕ в ХМАО розничные цены на продукты и товары народного потребления заметно выросли. На прежнем уровне остались цены на мясо, колбасы, молочную продукцию, хлебобулочные изделия. Под воздействием сезонных факторов повысились цены на плодоовощную продукцию зимнего хранения.

ЗАВТРА в Сургуте пройдут соревнования по подледному лову. В них примут участие любители рыбной ловли не только города, но и Сургутского района. Всего будет около 15 команд, в каждой из которых по три человека. Соревнования пройдут на озере Тойклор, примерно в 40 км от Сургута.

НА ТЕРРИТОРИИ Сургутского района закрыты все зимние дороги. Автозимики закрываются в связи с резким снижением несущей способности педовых переправ, весенней распутицей на зимних дорогах, опасными условиями для движения по ним транспортных средств. Во все отдаленные поселки начали курсировать вертолеты.

По сообщениям региональных СМИ.

В ЭТОТ ДЕНЬ ГОД НАЗАД

19 АПРЕЛЯ 2002-го «СТ» нужна была развешивать страхи, которые нагнали словно с ума лоскодившие некоторые местные СМИ, по поводу якобы предстоящей заброски в Сургут десанта «кингедов» для учинения погромов и хулиганских действий. Общественный психоз был накалил до того, что национальные диспоры Сургута публично обратились к властям с просьбой обеспечить порядок в городе.

Европа
Вы хотите приобрести компьютер и при этом сэкономить деньги?
Компьютеры Z5100-300
стоимостью от 11.875 рублей.
Сделайте выбор сами.
Тел.: 28-67-67, 51-55-55
ул. Островского, 14/2
Http://europe.zssk.ru

По сведениям Сургутского гидрометеобюро
19 апреля ночью и днем переменная облачность, кратковременный снег, слабая метель. Ветер северо-западный, 9-14 метров в секунду. Температура ночью -6-8 градусов, днем -1-3 градуса. Давление в течение ночи будет падать, днем расти.
20-21 апреля ПО ОКРУГУ облачно, с осадками. Ветер северо-западный, западный, 5-11 метров в секунду. Температура ночью -5, -10 градусов, днем +3, +2 градуса. 21 апреля ночью 0, +5 градусов, днем +2, +7 градусов.
Минимальная температура 19 апреля была зарегистрирована в 1999 году (-20,0 °C), максимальная - в 1995 году (+20,0 °C)

Топливная компания «ГЕЛЕУМ». Сеть АЗС
Повышение планового размера программы «Постоянный клиент» с 6,04 до 13,04!
• Безруков Ю. И. при 200 литрах АИ-92
• Ермолаев М. Н. при 180 литрах АИ-92
• Елиничков А. С. при 50 литрах АИ-92
Напомним: дисконтную «Карту постоянного клиента» вы можете получить БЕСПЛАТНО на любой АЗС «ГЕЛЕУМ».
Тел. 24-04-06. www.anta.ru

«СТ-2003»-это: 1) бесплатные консультации юриста 2) бесплатные частные объявления 3) 10% скидки на все виды страхования в «Альфастраховании» 4) 5000 руб. - страховка от случайной смерти не несчастного случая 5) программа кабельного ТВ

Контактные телефоны: 31-04-06, 31-04-48, 51-26-01. Адрес редакции: ул. Маяковского, 12а.

«Горячая линия» слушает...

- Дети мне купили недавно новую импортную электроплиту, так как старая у меня сломалась. Я позвонила в свой РЭУ-2, и там меня направили в службу подключения электроплит. Оказалось, что они не подключают импортные электроплиты, и порекомендовали мне обратиться к частному предприятию. Но я пенсионерка, у меня нет денег на это!

Мы дозвонились до предприятия «Энергосервис», которое и занимается подключением электроплит, и там нам сказали, что у них нет лицензии на оказание такого рода услуги. Ведь, кроме подключения, они ведут дальнейшее обслуживание плит, а у них нет импортных запчастей. Кстати, подключение и ремонт отечественных плит у них платный, потому что чительница зря горюет. Так или иначе, ей придется заплатить за подключение плиты.

- Когда-то в вашей газете писали о местном центре по реабилитации бывших наркоманов. Пожалуйста, подскажите его адрес.

Да, такой центр в Сургуте есть - МУСО «Наркологический реабилитационный центр». По всем вопросам обращайтесь по тел. 39-92-00.

- У нас в гимназии № 3 ввели новую моду - не пускать родителей в здание гимназии без сменной обуви. Я недавно пошла за дочерью, так меня остановили на входе, требуя чистую обувь, зато сами учителя проходили туда без всякой «сменки». Что за несурица?

Как объяснила заместитель директора гимназии № 3 по АХЧ Татьяна Сафонова, «мы ввели сменную обувь в гимназии именно весной для того, чтобы уменьшить загрязнение здания. Ведь ежедневно к нам сюда приходят не только дети, но и сами родители, которые не всегда успевают протереть обувь, разносят грязь и песок по кабинетам. Конечно, бывают исключения, когда человек не знает о сменной обуви, и мы пропускаем его так, но родители просто категорически не хотят встречать детей в холле школы, хотя можно просто договориться с классным руководителем и приходить забирать ребенка именно тогда, когда дети выходят гулять».

Окончание на 3-й стр.

Умеем ли мы решать свои проблемы?

Окончание.
Начало на 1-й стр.
Алина Козоровицкая, слушающая:

- Может быть, мы слишком увлечены мыслью, что вся жизнь - борьба? По сути, бороться в этой жизни стоит только с самим собой - с собственными ленью, глупостью, недалекостью. Люди большие специалисты своими руками создают себе проблемы. Потом, конечно, героически их решают. Я уверена, лучшее средство решить проблему - не создавать ее.

Антонина Хиляцкая, сотрудница муниципального предприятия:

- Куда без проблем? Конечно, они есть, и, конечно, приходится их решать. Что-то удается преодолеть быстро, что-то тянется продолжительное время. Но я точно знаю, что любые проблемы - ничто, когда у тебя крепкий тыл. И силы я черпаю в своей семье. Обнимешь доченьку, улыбнется тебе сын, скажет ласковое слово муж - и все неприятности, любые трудности отступают, пасуют, становятся второстепенными.

Ирина Истомина, домохозяйка:

- Я совершенно не умею решать проблемы. Если мне плохо или трудно, если что-то случилось, если испортилось настроение - я просто плачу. Залюсь слезами, и легче становится.

Виктор Дементьев, водитель:

- Есть проблемы, которые решить помогают друзья. Но есть ситуации, когда помощи ждать неоткуда. Тогда я просто стискиваю зубы и продолжаю жить дальше. Наперекор. Вопреки. Назло.

Игорь Дремлев, энергетик:

- Говорят, с бедой надо ночь переспать. И утром все случившееся уже не кажется таким безнадежным, как накануне. Главное, когда перед тобой встает проблема, - не торопиться. Вы знаете анекдот, как мужчина, дровенный массой проблем до самоубийства, накинул уже веревку на шею. Но тут заметил на столе полбутылку водки и

сигареты. Снял веревку, глотнул водки, закурил и вздохнул: «Ну вот, жизнь потихоньку и налаживается...»

Лидия Кунешева, пенсионерка:

- Мне немало лет, и я хорошо знаю, что жизнь состоит не только из радостей и удовольствий. Если можешь решить проблему - решай. Но так, чтобы твоё решение никого не затронуло и не обидело.

Александр Стачкин, студент:

- Моя мама с любой проблемой идет в церковь. Она говорит, что религия помогает преодолеть любые проблемы, а сердце успокаивается от молитвы. Отец человек жесткий, рвзкий, привык рубить с плеча. Для него нет проблем и не бывает проигрышей. Но я знаю, что потом он долго переживает все внутри. Я же думаю, что все это - крайности. Есть какая-то золотая середина, и если проблема не разрешается, научись жить, ее не замечая. Найди свою золотую середину и балансируй.

Спрашивала
Майя Лисовская.

Родился 200-тысячный «мегафонец»

Мария Лебедева

Слово «мегафон» для сургутян последние девять месяцев наполнено особым смыслом. Это не только «рупор», приставляемый ко рту говорящего для усиления звука», как толкует словарь. «Мегафон» - оператор сотовой связи. Легкодостижимый шанс стать обладателем сим-карты, причем практически без очереди. Наконец, это возможность присоединиться к клану избранных, небрежно бросающих через плечо сакральную фразу: «Позвони на трубку, я всегда на связи».

Клан избранных с 17 апреля насчитывает 200 000 человек. Если исходить только из количества, «избранные» уже давно перестали бы себя ощущать таковыми. Но «Мегафон» продолжает поддерживать в своих клиентах чувство сопричастности, что и подразумевает по большому счету клановость. Казалось бы, зачем «Мегафону», на данный момент не имеющему конкуренции на рынке сотовой связи в Сургуте, многочисленные презентации, рекламные акции, конкурсы для клиентов и прочая пиаровская мишура? Стереотипно охотно подключаются к сети «Мегафон», их уговаривать не надо. Тем

более если в Сургуте сотовая связь существовала и до «Уральского Джи Эс Эм», то во многих населенных пунктах ЯНАО ее просто не было.

Разгадать тайну «Мегафона» несложно. Все дело в самоощущении компании. Замечали: когда на вас хорошо сидит костюм, тщательно уложены волосы и начищена обувь, вы себя чувствуете «кум комролю»? Вот и «Мегафон» не желает себя чувствовать по-другому. Ставка компании не на госпожудачу, а на грамотное выставление менеджмента. Похвально. И нам - клиентам - хорошо, да и компания, года не проработавшая на Севере, не в на-

кладе. Имя и репутацию «Уральский Джи Эс Эм» заработал. И когда в ХМАО придут «киты» сотовой связи - МТС, «Билайн», заработанные имя и репутация «Мегафона» обернутся конкурентоспособностью.

Я не к тому, чтобы лишний раз прорекламировать то, что не нуждается в рекламе. «Мегафон» прекрасно справится и без моей помощи. Я о принципах. Российский рынок давно перестал бы называться «диким», если бы фирмы выходили на него с чувством внутреннего самоуважения.

...Сургут уверенно влился в двухсоттысячную «мегафонскую» семью - нас, сургутян, уже больше 30 000. И двухсоттысячный абонент спустя девять месяцев после прихода в Уральский регион «Мегафона» появился именно на югорской земле. Ожидаемый, желанный ребенок. Мальчик по фамилии Романов. Символично, не правда ли?

НОВОСТИ

Коллегия МПС

На 20-21 апреля в Новом Уренгое намечено проведение выездной коллегии Министерства путей сообщения.

Коллегия посвящена теме развития железнодорожного транспорта на Севере и обещает быть весьма презентативной. Должны прибыть министр МПС Фадеев, полномочный представитель президента РФ в УрФО Латышев, губернаторы субъектов Федерации, входящих в Тюменскую область. В списке приглашенных - работники министерства транспорта, экономики, экономического развития и торговли, муниципальных отношений. Научный по-

тенциал представит институт экономики Уральского отделения РАН, институты «Сибгипротранс», «Ленгипротранс» и «Гипротранс ТЭИ»; промышленные предприятия и корпорации - «Газпром», ЮКОС, ЛУКОЙЛ, ТНК, «Сибнефть», «Трансстрой». Таким составом коллегия не собиралась давно. Ну а насколько эффективным окажется столь масштабное совещание, мы расскажем на следующей неделе.

Мария Лебедева.

Субботник в пятницу

18 апреля исполнилось 20 лет с момента учреждения Международного дня памятников и исторических мест. По всем общепринятым и нормативным законодательным актам обществ охраны памятников с наступлением весны активизируется их деятельность.

ОО «Общество охраны памятников истории и культуры в г. Сургуте» в полном составе вышло на улицы нашего мегаполиса. Цель устроенного субботника проста и гуманна - подчистить, подправить, освободить от снега наши достопримечательности. Кроме того, всем желающим хранители памятников поведали о знаменательных датах и событиях в истории нашего горо-

да, а также рассказали о жизненном пути известных сургутян. Как отмечает председатель общества Зинаида Мухомедшина, муниципальные коммунальные службы на должном уровне заботятся о памятных местах города, а потому субботник оказался не тяжким бременем, а действительно праздником труда.

Александр Конев.

«Точно, как в аптеке»

17 апреля в Сургуте началось двухдневное окружное совещание, посвященное итогам работы аптечной сети в Ханты-Мансийском автономном округе за 2002 год.

Как сообщила «СТ» Любовь Кошелева, заместитель мэра города Сургута по социальным вопросам, на форуме обсуждались налоговое обложение аптечных организаций, проблемы контроля качества и сертификации лекарственных средств, порядок лицензирования данного вида деятельности и многое другое. Представители органов здравоохране-

ния Свердловской и Тюменской областей, прибывшие в Сургут для участия в совещании, обменялись опытом в части контроля над реализацией наркотических и психотропных препаратов.

18 апреля, во второй день работы совещания, состоялись выступления фирм - поставщиков фармацевтических препаратов.

Юлия Полевская.

Будьте бдительны!

С целью предупреждения террористических актов в учебных заведениях, больницах, других учреждениях массового посещения граждан за январь-март 2003 года сотрудниками УВД Сургута проведено 1080 проверок объектов особой важности и жизнеобеспечения.

В частности, проверено 560 учебных заведений, 465 гостиных, 910 общежитий, более полутора тысяч объектов автотранспорта.

Как стало известно «СТ», сотрудники правоохранительных органов обследовали объекты на предмет укреплённости и недопущения доступа посторонних лиц. По итогам проверки руководителям пред-

приятий направлено 16 представлений на устранение выявленных недостатков. К слову, бесхозные машины, стоящие во дворах, тоже причислены к источникам потенциальной опасности. За январь-март 2003 года в Сургуте установлено 39 единиц бесхозного автотранспорта.

Ирина Ленкина.

Николай Алешин

«Саша Задорожный торопливо засовывал в свой рюкзак яркие брошюры с полезной информацией о США, хотя, в общем-то, был почти уверен, что неплохо знает специфику американской культуры. К тому же еще в Тюмени, где проходил отборочный тур и американцы проверяли их английский и кругозор в целом, он уже видел фильм о лагере, где ему предстояло работать в течение как минимум трех месяцев.

И вот - посадка в аэропорту Нью-Йорка, это была последняя общая остановка. Дальше многочисленная армия участников программы «CCUSA-2002» разъезжалась по разным лагерям - религиозным, бойскаутским, герлскаутским, для инвалидов, для богатых...

А наш сургутянин отправлялся на запад, в городок Дьюбюк, где размещался один из многочисленных в Америке лагерей для инвалидов. Если брать возраст, то здесь были и семилетние дети, и восьмидесятилетние старики. Сорокалетний, давно отставший в своем умственном развитии индивид мог выглядеть чуть ли не в полтора раза моложе. Еще труднее верилось в то, что эти люди управляемы: настолько предсказуемым было их поведение.

Саша вспоминает:
- Один парень впервые за все двадцать два года увидел открытое пространство, потому что до приезда в лагерь он сидел в выходящем за пределы своего двора. Однако, несмотря на серьезные нарушения в опорно-двигательном аппарате, бегал он здорово, причем в любое время. Так что и ночью наши кроссовки всегда были наголове. Иногда, считая, что он ничего не понимает, в сердцах скажешь: «Как ты надоед, когда уходишь отсюда?» А он вдруг так посмотрит на тебя...

И продолжает:
- Американцы поразили меня своим отношением к инвалидам, оно совершенно не такое, как у нас, совсем не похожее на чувство сострадания. Можете ли вы представить себе богатого дядю-спонсора, который бесплатно работает в столовой для инвалидов, помогая чистить картошку? В нашем лагере это явление было обычным.

САША рассказывал, как закалила его работа в лагере, об ответственности перед больными людьми и их родителями. Рассказывали искренне, без тени пафоса, а я задавалась вопросом: почему опыт Саши и многих других сургутян, участвовавших, как и он, в программе «CCUSA», не получил распространения в нашем городе? Несмотря на многие и часто успешные попытки приобщить инвалидов к нормальной жизни посредством проведения различных социальных акций, даже в экономически и культурно развитом Сургуте в этом отношении мало что меняется. Возможно, подобная оценка излишне субъективна, но не

вал тому включения детей-инвалидов в нормальную жизнь. Результатом стала дипломная работа «Онтогенез инвалидизации». По существу, это один из способов понимания того, что происходит в процессе развития с больными детьми и их родителями.

чем не уменьшится. Когда в России поймут это, мы все же придем к такому уровню развития, как на Западе».

НА ЭТОМ автор всего написанного выше - Наталия Долгачи ставит точку. А мы - нет. И приглашаем к нашему мини-диспуту председа-

тельства Сургутской общественной организации инвалидов Ю. Ольхова.

ствали команды, допустим, слабослышащих или тех, у кого глухо со зрением, проблемы с опорно-двигательным аппаратом. Да, в каждой команде играли студенты-волонтеры. Но надо было видеть этот накал борьбы и страсти. Иногда казалось, что в пылу азарта соперники напрочь забывали о своих недугах.

Вот так нам и спортзал поделили, сейчас там в различных группах занимаются более 150 инвалидов. Причем среди них есть и мастера российского уровня.

Или опять про Валеру Меренкова. В одну из наших встреч он произнес такие слова: «Только труд дает человеку право пользоваться прелестями жизни». Такая вот у человека установка. Есть и другие, ему под стать. Закончили университет и получили специальность психолога Анна Григорьева и Сергей Башлыков. Иван Токмаков - отличный спортсмен, поступил все в тот же университет на кафедру адаптивной физкультуры.

Приятно сознавать, что люди растут - и духовно, и физически, расширяют их кругозор. И вдвойне приятно потому, что работать-то с ними мы начинали.

В общем, тот, кто хочет изменить свою жизнь, ищет и находит пути к этому. Не получается в одиночку - ищи сторонников среди таких же, как ты. А группа - это уже сила.

- Юрий Владимирович, а с социальными службами, с властями у вас полное взаимопонимание?

- Случаются разногласия, не скрою. Отстоять, допустим, помещение - это многого стоит.

- А кто-нибудь из тех ребят, что ездили и ездят в Америку помогать, образно говоря, ставить на ноги тамошних инвалидов, к вам с предложением своих услуг обращался?

- Да нет, не припомню такого.

Мы беседовали с Юрием Владимировичем первого апреля. И он, конечно же, пригласил меня в свои пенаты: «На «День смеха» придет? Увидите, как интересно и весело будет!»

На том празднике побывать мне не удалось. Жаль, конечно, но ведь не последний же он, да?

«Горячая линия» слушает...

Окончание.

Начало на 2-й стр.

- У нас дома живет уже два года красивый, редкой породы хомяк, которого нам подарили украинские друзья. Но, к сожалению, у сына появилась на него аллергия, и нам придется с ним расстаться. Куда его можно отдать?

Как ответил заведующий зоологическим отделом мини-зоопарка станции юннатов Александр Прокофьев, «если хомячка нам предлагают взять к себе бесплатно, то мы с радостью это сделаем. Нам как раз необходимы «новенькие», так как при их скрещивании с нашими хомячками они вольют свежую кровь в их потомство». Телефон мини-зоопарка 37-59-17.

- Я участвовал в ликвидации последствий аварии на Чернобыльской АЭС. Слышал, что в нашем городе идет сейчас какой-то обмен удостоверений. Так ли это? И если да, то куда и к кому мне обращаться? Действительно, МУСО «Городская социальная служба» проводит сейчас обмен удостоверений, в том числе и тех, что у вас. Обращайтесь за информацией по тел. 52-25-39.

- Син мечтает научиться хорошо драться. Знаю, что у нас есть много различных клубов и спортивных секций, где можно научиться защищать себя. Что можете порекомендовать?

Вы можете обратиться за консультацией по такому вопросу в ДЮСШ № 3 по русским видам единоборств, адрес которой: ул. Островского, 1 а. Либо в специализированную ДЮСШ олимпийского резерва «Нитяник» по адресу: ул. Зингузиастов, 47 а.

Нина Ивановна Литвинова выражает благодарность очень добрым и отзывчивым людям - начальнику опеки детей Людмиле Сокиной и начальнику отдела кадров ОАО «СНГ» Дмитрию Попову. Она желает им здоровья, счастья, успехов в работе, а Дмитрию Валерьевичу еще и успехов в его депутатской работе. Владимиру Богданову она говорит спасибо за то, что он в своем колледже воспитал такого человека, как Д.В. Попов. «С праздником вас, с Пасхой!»

На «ГЛ» дежурила Екатерина Бершанская.

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

Когда работает душа...

идет из головы у меня тот случай, когда узнала, что кинотеатр «Аврора» проводит бесплатные сеансы. Для инвалидов. Конечно, не может не заслуживать уважения, но все это почему-то вызвало грусть. Для меня подчеркнутое отношение к инвалидам означало одно: они - ДРУГИЕ...

Разговором со студентом Сургутского пединститута Александром Задорожным и моими печатно изложенными собственными мыслями тему никак нельзя было закрывать. Недосказанно получалось. Поэтому мы встретились с В. Меренковым, выпускником Сургутского государственного университета. Сегодня он сотрудник лаборатории психофизиологии и психологии этого вуза.

- Социум понемногу начинает принимать инвалидов в свой мир. Но зачастую не знает, как это сделать. Первое стремление, которое возникает при виде больного, - попытаться помочь ему, даже если он в этом не нуждается. Но рано или поздно общество отойдет от такого подхода. И движение навстречу друг другу следует начинать со стороны государства, социальных служб.

Валерий хорошо знает, о чем говорит. Он сам инвалид с детства. Все пять лет учебы в СурГУ Меренков разглаголь-

ствал тому включения детей-инвалидов в нормальную жизнь. Результатом стала дипломная работа «Онтогенез инвалидизации». По существу, это один из способов понимания того, что происходит в процессе развития с больными детьми и их родителями.

С другой стороны, интеграция зависит не только от культурного уровня работников социальных институтов, но в равной степени и от самих инвалидов. Лагерь, подобный американским, - один из вариантов этой интеграции, причем не самый затратный. Но, по-моему, наши инвалиды к обществу и массовому приобщению в нормальное житейское общество пока не готовы, предпочитая общение в узких кругах, где, вопреки ожиданиям, никакого развития не происходит.

Вероятно, процент инвалидизации в обществе в буду-

щего не уменьшится. Когда в России поймут это, мы все же придем к такому уровню развития, как на Западе».

Разные люди - разное отношение. Так же, как и у нас. И утверждать, что «там» хорошо, а у нас плохо - это совершенно неправильно.

- Но «плохо»-то у нас есть? Что?

- Большинство людей, относящихся к категории инвалидов, не проявляют особой социальной активности. Такая, знаете ли, выжидательная позиция. В нашей организации четверть человека, а всего инвалидов в городе - семь тысяч. На какие-то мелкие мероприятия звать их очень трудно. А почему бы, к примеру, самим инвалидам не выдвинуть от себя кандидата в депутаты, а? Нет, это я вполне серьезно. Но контакты с социальными службами и общественными организациями чаще всего заканчиваются вопросом типа: а что вы нам дадите? В виду, конечно, имеются какие-то материальные потребности. Хотя наша организация живет за счет взносов самих же ее членов, изредка получая незначительные благотворительные воспомоществования.

Но главное-то заключается в том, что требуется внутренняя активность. Здесь я с Валерием Меренковым (которого хорошо знаю) вполне согласен. А каковы первоначальные этой самой активности? Правильно: либо нужда, либо интерес. Есть у тебя цель - стремись к ней. При другом подходе о положительных сдвигах в сознании инвалидов говорить не приходится.

- Но не все ведь у вас такие, верно?

- Конечно! Про кого-то газеты пишут, кто-то на экране телевизора появляется. Вот проходили баскетбольные



19 АПРЕЛЯ 2003 года, стр. 4

Уважаемые мои читатели и пациенты тоже! Наш очередной месячный прием, вы уж простите, я посвящаю не ответам на ваши вопросы, а двум темам, которые просто носятся в воздухе. Но об этом вы прочтете ниже. Как врач я хотел бы обратиться к вам с настоятельной просьбой, даже предупреждением. А вытекает оно из того, что я слышу, когда пациенты сидят в коридорах, ожидая приема. О чем только вы не говорите, чего только друг другу не советуете!.. Напрочь забывая о том, что организм каждого челове-



ка очень индивидуален. Если вам подошло лечение, назначенное врачом, это совершенно не значит,

что ваш собеседник не станет его жертвой. Потому подождите все-таки тех советов, которые, обследовав вас, даст врач, причем лично вам. То же самое касается «коробейников», ко- дящих по учреждениям с мешками разных лекарств и добавок. Да, при них есть аннотации, но это равным счетом ничего не значит. Советуйтесь с теми, кто имеет прямое отношение к медицине и знает, как читать аннотацию.

А теперь перейдем к темам, которые я считаю очень важными именно в настоящее время.

Весна... И язва торжествует

Язвенная болезнь - хроническое заболевание, склонное к прогрессированию, рецидивам, способное вовлечь в патологический процесс наряду с желудком и двенадцатиперстной кишкой и другие органы системы пищеварения.

На развитие язвенной болезни влияет ряд факторов, и в то же время ни один из них не может являться единственной и стопроцентной причиной этого заболевания. Это, чаще всего, генетически обусловленная повышенная кислотность желудочного сока, это - наличие хронических воспалительных процессов в желудочно-кишечном тракте, нарушение режима питания, курение, алкоголь. Неграмотное использование некоторых лекарственных средств (аспирин, индо-

себе, не выплескивают наружу, на окружающих их людей. **КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ язвенная болезнь?**

Обострения этого заболевания носят, как правило, сезонный характер (весна, осень). Пациента беспокоят боли в животе разного характера и интенсивности. Почти всегда боли связаны с приемом пищи, в зависимости от локализации язвы они могут быть тошнотными или через некоторое время после еды. Возможна тошнота и даже рвота, которая, кстати, в данном случае приносит некоторое облегчение больному. У другого числа пациентов предвестником обострения язвенной болезни становится задержка стула.

При обострении болезненного процесса ухудшается общее состояние, возникает утомляемость, слабость, угнетенное настроение. Аппетит обычно не страдает, более того - возможно постоянное болезненное чувство голода.

При возникновении вышеуказанных симптомов, безусловно, нужно обращаться к врачу, который определит для вас необходимую диагностическую программу и назначит соответствующее лечение.

Самолечение, прием тайственных снадобий, приобретенных по случаю у подозрительных в своей активности личностей, вкрадчивым голосом обещающих полнейшее излечение, никого еще до добра не доводили, поверьте мне как практикующему врачу.

Весь необходимый набор диагностических процедур в городе Сургуте имеется, препараты - на любой вкус и кошелек - в аптечной сети

присутствуют. Доверьтесь врачу!

ЧТО НУЖНО знать и соблюдать пациенту помимо лечебных рекомендаций врача?

Следует отказаться от вредных привычек. Если помните, табакокурение и алкоголь стоят в рядах факторов, провоцирующих обострение язвенной болезни и усугубляющих ее течение.

В плане диеты. В период выраженного обострения болезни следует соблюдать принципы механического и химического щажения. В первые пять дней диета должна быть максимально щадящей. Рекомендуются крупные молочные супы, протертые овощные супы, молочные нежирные каши, вермишель, вчерашний белый хлеб, несдобное печенье. Овощи употреблять в пищу надо в виде пюре, паровых пудингов.

ЗАПРЕЩАЮТСЯ мясные, рыбные бульоны, грибы, нежирные овощи, консервация, копчености, острое, соленое, газированные напитки.

По мере купирования обострения следует избегать слишком строгих ограничений, учитывать личные вкусы, привычки и особенности индивидуального восприятия тех или иных продуктов питания.

Не последнее место в комплексном подходе к лечению язвенной болезни занимает фитотерапия. Неплохие результаты приносит лечение отварами ромашки, зверобоя, тысячелистника, коры дуба, настойкой из гриба чага.

КАК прообраз современных биодобавок для профилактики обострения язвенной болезни можно использовать древний тибетский рецепт. Берутся сушеные плоды облепихи, семян укропа и кориандра. Все тщательно истолочь, смешать в равных пропорциях и посыпать пищу вместо соли весной и осенью.

Диверсия спецслужб: от нашего стола - вашему столу

Считаю, что среди успешных операций западных спецслужб второй по степени важности (первая - развал СССР) стала операция «Целлюлит».

Шутки шутками, однако до конца 80-х годов целлюлит был у нас горьким ударом достаточно полных и не совсем молодых дам. Но стоило хлынуть в Россию потоку импортных продуктов (сосиски, окорочка, консервы, копчености и так далее), причем какое-то время только из этих «продуктов» и состоял рацион питания многих россиян, особенно северных территорий... Свершилось. Жесточайший эксперимент можно считать законченным. На летнем пляже практически невозможно обнаружить хотя бы одно существо женского пола, одетое в таком «достойном», как целлюлит. Опять же в связи с этим абсолютно непонятна мода на мини-бикини.

СУЩЕСТВУЕТ множество версий о факторах, провоцирующих целлюлит. Это низкая физическая активность, ослабление тонуса мускулатуры, нарушение микроциркуляции, стрессы, дурные наклонности (курение, алкоголь). Однако на первом месте стоит все-таки проблемное питание.

Гормоны и антибиотики, используемые для роста будущих продуктов питания (животных, птиц). Различные пестициды для обработки растительных культур. Использование консервантов, красителей, ароматизаторов (с позиции производителей - идентичных натуральным). Все это отнюдь не безопасные вещества откладываются в организме, существенным образом влияя на обмен веществ между клетками и межклеточным пространством и способствуют перерождению тканей в целлюлит.

Существенную роль играет и баланс женских половых гормонов в организме. К примеру, избыток прогестерона ведет к активной задержке жидкости, снижению венозной состоятельности. Учитывая массовость кесаревых сечений в последнее время, нельзя не вспомнить о такой серьез-

ной причине возникновения целлюлита, как нарушение лимфатического дренажа, что зачастую и происходит при подобных операциях.

ЛЕЧЕНИЕ целлюлита должно быть комплексным и поэтапным. Не верьте распространителям различных кремов, что их средства способны излечить вас на сто процентов. Дело в том, что лечить нужно не только наружные проявления болезни, но и весь организм в целом.

ДИЕТА. Необходимо све-

сами из свежих продуктов.

Неотъемлемой частью лечения целлюлита являются **ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**. Любые их разновидности, при которых основная нагрузка приходится на ноги (езда на велосипеде, бег, ходьба), заставляют сокращаться соответствующую мускулатуру, активно воздействуя на венозную стенку и лимфатические сосуды.

И, наконец, наружные методы лечения. В настоящее время существует широкий выбор гелей и кремов антицеллюлитной направленности. Обратить внимание стоит на те, которые в качестве действующего начала содержат **ДИКИЙ КАШТАН**. Его экстракт хорошо укрепляет стенки вен, препятствует излишнему накоплению жидкости в межклеточном пространстве.

Дикий каштан также «учит жизни» клетки фибробласты, принимающие активное



сти к минимуму потребление продуктов, содержащих консерванты, ароматизаторы, красители. Эти вещества маркируются на упаковке кодом Е. Единственные допустимые и нетоксичные кодируются Е 100-101, У 120, Е 140-141, Е 160-163, Е 170-172, Е 174-175, Е 200-203, Е 260, Е 290, Е 300-302, Е 304, Е 306-309.

Откажитесь от приема продуктов с повышенным содержанием натрия (чипсы, ветчина, оливки, креветки, копчености, соленая рыба, соленые сыр и орешки). Не злоупотребляйте искусственными заменителями сахара (кстати, их часто добавляют в различные напитки). Исключите шоколад, пирожные, торты, печенье, сдобу, сахар.

Введите в рацион побольше свежих овощей, откажитесь от полуфабрикатов, готовьте пищу

участие в строительстве целлюлита.

ЛЕСНОЙ ОРЕХ. Масло лесного ореха обладает хорошими противозастойными свойствами. В нем же есть приличное количество витамина Е, который за счет своих антиоксидантных свойств поможет в борьбе с целлюлитом.

ПЛЮЩ. Экстракт этого растения выводит из тканей излишнюю жидкость.

АРТИШОК - нейтрализует токсины, расщепляет жир, способствует похудению.

ХВОЩ ПОЛЕВОЙ за счет высокого содержания кремниевой кислоты укрепляет стенки мелких сосудов, восстанавливает их внутренние поврежденные поверхности.

ГИНГКО оказывает укрепляющее действие на сосуды, способствует удалению излишков жидкости.

Валентина Титаренко

Люди издавна проявляли интерес к сновидениям: ученые пытаются их изучать, человек - разгадывать. Значение снов можно узнавать по книгам-сонникам, но, как правило, это не всегда действительно. Сегодня я хочу вам рассказать о более современной и научной работе со снами. Психологи доказали, что во время сна сознание человека отдыхает, а бодрствует подсознание. И в то время, пока сознание отпускает свой контроль над человеком, его подсознание подает важные сигналы (информацию) через сновидения. Отсюда идут повторяющиеся сны, которые могут сниться годами. Сюде входят и приятные сны, и ночные кошмары. Сновидения будут повторяться до тех пор, пока человек не поймет, что пытается донести ему подсознание.

ловека. Например, Николай имеет семью, любимую работу, достаток, близких друзей. Но чувствует иногда, что что-то гложет его, появляется какая-то тревога, неудовлетворенность от жизни. Это не дает ему жить и радоваться от всей души. Наверняка есть у Николая сон, который снится ему время от времени, или сон, который остался в памяти, и периодически Николай вспоминает его, с недоумением пожимая плечами. Так вот, если с таким сном нашего Николая поработает психотерапевт (психолог), владеющий методикой работы со снами, много интересного и полезного узнает про себя Николай и, наконец, поймет, что недоставало ему для ощущения счастья и внутренней гармонии.

получил, осознал, то есть сон выполнил свою работу.

КРОМЕ снов у человека существует еще одна под-сказка - дата его рождения и другие цифры, сопровож-дающие его по жизни: но-мер дома, номер паспор-та... Это тоже своего рода иностранный язык, своеоб-разный код-программа на-шей жизни. Причем абсо-лютно всей жизни - всех событий, как плохих, так и хороших; - радости, любви, разлук, болезней... Попыт-ки древних времен расшиф-ровать цифровую судьбо-носный код привели к по-явлению серьезной науки - нумерологии. Вот какое определение дается ей: нумерология - это числовая система, позволявшая узна-вать характеристики лю-дей по дате их рождения или различные жизненные явления - по дате событий. Используя давно забытые открытия жрецов, китайских мудрецов, пифагорейцев, современным ученым уда-лось воссоздать, дополнить и привести к единому логи-ческому воссоединению разрозненные в веках и стоянка знания.

Нумерология как наука зарождалась в Древнем Египте. Египетские жрецы созда-

Нумерология может «посчитать» следующее: совместимость людей в браке, детей и родителей, цель жизни (предназначение), таланты. Может дать рекомендации по выбору профессии. Этой системой начали пользоваться руководители предприятий для подбора кадров, бизнесмены - для составления договоров. Нумерология позволяет понять причины хитросплетения судеб, предсказать устойчивость семьи и многое другое.

СЕГОДНЯШНЕЙ беседой я постаралась ответить на ваши вопросы о снах и судьбоносных числах. Более подробно об этом можно спросить у психологов нашего центра, специалистов по снам и цифрам.

От редакции. Мы уже публиковали номер телефона и адрес «Завета», но читатели беспрестанно звонят нам. Сохраните этот номер «СТ», в нем мы напоминаем, что телефон «Завета» 24-39-50. Адрес вы узнаете там.

	С	Т	Р	С	П	К	Т	Р	Ф	Т	М	Т	Р		
	С	Ф	Л	Т	Б	Т	Н			К	Л	Д	Ч	К	
		Р	Р	Д	Н	В	Л	Р	В	Н					
Г	Р	З	Г	Л	Н	Т	Р	Ф	Л	Ч	Н				
Д	В	Д	Ц	Т	Ч	Т	Р	Х	Г	Р	Н	Н	К		
Д	В	Х	С	Т	П	Т	Д	С	Т	Л	Т				
М	Л	Т	П	Р	Г	Р	М	М	Р	В	Н				
П	Р	П	Р		З	В	Д	Т	Л	Н	С	Т			
Р	Н	Т	Г	Н	К	Н	М	Т	Г	Р	Ф				
С	М		С	В	Р	Ш	Н	С	Т	В	В	Н			
Т	Р	Н	С	Ф	Р	М	Т	Р	С	Т	Р	Н			

Какие 11 слов из 22 знаков, закодированных с помощью согласных звуков, здесь скрыты?

Моя жена - большая поклонница этой страницы, где с беседами выступает Валентина Николаевна Титаренко. Естественно, что и как лечится, она тоже читает. Ну я, когда прижмет, по врачам хожу, а так - перемагаюся. Читаю, конечно, но не столь регулярно. Но тут как-то попалась на глаза статья про зеленого змия, которому не тошно. Ну, подумалось, когда прочитал, молодец, мужик, так откровенно про свою болезнь рассказал. Призадумался, а почему бы и мне не черкнуть, тем более что многие мужики, знаю, страдают тем, от чего меня вылечили в «Завете» два года назад. И еще от одной дурной привычки - на чужих женщин заглядываться.

Короче, дело было так. Прихватил меня, и сильно, простатит. В больницу же дил, к урологу, лечился. Правда, немного полегало, как снова через некоторое время возобновилось. Врачи мне говорят: вы, мол, и не рассчитывайте, что навсегда избавитесь от этой заразы. Не обрадовал, понятно. С женой начались всякие размолазки. Ясно дело, когда болит, только на себе и сосредоточен.

И вот сидим однажды с мужиками, пиво попиваем и кое-что покрепче, разговоры всякие ведем. А я такой кислый сижу, как старов пиво... Ну не очень мне комфортно, тем более пиво долго не задерживается, наружу просится... Вениамин мне и говорит: у тебя что, с простотой проблемы? Слово за слово, оказалось, что и у него было, но вот уже года два он про нее забыл. И посоветовал к специалистам центра «Завет» обратиться. Пошел я, конечно, туда, особо ни на что не надеясь. Так вот самое интересное - впереди. О том, как меня лечили.

Посадили перед иконой, зажгли свечу и стали молитвы читать. Ну, думаю, куда это я попал и как молитвой де свечой можно простату вылечить? От волпросов, ума хватило, воздержался. Сеанс закончился, назначили

следующий, только, правда, уже лечили меня аппаратом «Витазь». Потом были массажи, опять свечи и молитвы. Ну я мужик-то такой, что уж если пришел, то хотя бы из любопытства курс лечения пройду: либо пан, либо пропал... И вот странное дело, сначала я, прости меня Господи, улыбался, когда молитвы читали, потом эту мою улыбку стерло, как и не было. Что-то такое хорошее со мной происходило, словами трудно передать. Все мои страхи по поводу болезни ушли, хвк и сама болезнь. Но главное даже не в этом. Изменился я сам, чему сильно поразился.

Ну какой мужик на чужих жен или просто женщин не заглядываешься?! Вроде и не мужик, считается. Я, конечно, своей жене про это не рассказывал, но в результате лечения получилось так, что меня перестали интересовать в сексуальном плане другие женщины. Собираемся, к примеру, компанией. Некоторые ведут своих подружек, а я - с женой. И вообще, домой стало тинуть после работы, а не на гулянки разные. Сильно это меня заинтересовало, спросил у Валентины Николаевны, что же еще со мной произошло, кроме того, что от болезни следа не осталось. И очень просто она мне объяснила, что причина данного заболевания, как и многих других, состоит в нарушении какой-то заповеди. В моем случае - это прелюбодеяние. И совсем необязательно, что ты, например, с кем-то, кроме жены, в близких отношениях находишься. Даже помыслы - уже нарушение заповеди.

Я себя не насилую, это ко мне пришло само собой. Сильно слово молитвы, мощно она меня перевернула. Не агитирую, конечно, никого, потому что у каждого свое соображение. Но если кого-то убедил или хотя бы любопытство вызвал, очень рад.

20 апреля. Проявите щедрость и великодушие, стройте планы на месяц, начинайте новые дела. Можно начать личное творческое дело, хорошо продуманное заранее. Неподходящий день для коллективных дел. Вместе с другими можно только что-то праздновать, веселиться. **Благое дело:** милотворчество. **Грех:** хулиганство

21 апреля. День обретения знаний и передачи их другим людям. Постарайтесь быть искренними и правдивыми. Не допускайте дурных мыслей. Хорошо завязывать новые отношения, начинать путешествия, оказывать помощь.

Благое дело: защита слабых.

Грех: нажива за счет других.

22 апреля. В этот день следует хорошо потрудиться, но зато достижение конкретной цели может принести богатство и достаток. Следует проявлять благодарность за добрые дела. Плохо в этот день пролить кровь. **Благое дело:** воспитание детей. **Грех:** менторство.

23 апреля. Равностное исполнение долга, борьба с несправедливостью, самостоятельность и действие на свой страх и риск, тогда в самый последний момент приходит поддержка и помощь, т. е. победа в экстремальных ситуациях. В этот день работают с металлами, покупают и гранят драгоценные камни. **Благое дело:** благородство. **Грех:** раболепие.

24 апреля. День гармонии, мира и смирения. Проявляйте взаимопонимание, дружеское отношение. Преодолевайте искушения, усмирите страсти. Не осуждайте других. Укрепляйте здоровье, тело. Наградой будет исполнение желаний, помощь других людей, любовь. **Благое дело:** сопереживание, чуткость. **Грех:** гордыня.

25 апреля. Вода в этот день становится целительной. Возможно преобразование, исцеление. Можно вернуть утраченное, распутать кармические проблемы. День объединения, установления родственных связей. Не следует проявлять трусость или агрессивность, ссориться, разрушать свое здоровье. **Благое дело:** поиски истины и высшего смысла. **Грех:** продажность, шкурничество.

26 апреля. День активных творческих начинаний, любви, радости. Необходимо быть в движении. Горячая вода целебна - сходите в баню. Хорошо начинать строительство дома, закладывать фундамент. День очищения, борьбы с вредными насекомыми. **Благое дало:** разделение добра и зла **Грех:** неблагодарность.

С уважением, Н. Е.

КОШКИН ДОМ

Пейджер 764-764
абонента
«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, Трибунке.

Помогала украшать дом
к приему гостей
Жанна ЯКУШЕВА.



Добрый день, ребята!

Как ваше настроение, здоровье? Как ваши успехи в школе? Не устали еще учиться? Ведь школьный год скоро завершится, а значит, надо постараться, чтобы достойно перейти осенью в следующий класс.

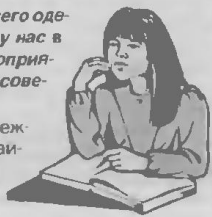
Тяжело? Устали? Все знаем, охотнее верим, сами когда-то учились в своих кошачьих школах, сидели за партами, грустно сложив лапы, и мечтали о лете, когда можно целыми днями бегать по улицам, иг-

рать в игры, смотреть телевизор и до ночи зачитываться увлекательными книжками. Но это все впереди, а «ни погу» у нас - сдача экзаменов. Поэтому соберите остаток сил в кулачки и садитесь за уроки... Но перед этим почтите наши «домик», потому как сегодня мы с вами поговорим на тему одежды для выпускного бала и сдачи экзаменов.

Комната секретов

«Дорогая Трибунка! Расскажи, пожалуйста, как лучше всего одеваться, когда идешь на экзамен? Дело в том, что форму у нас в гимназии уже давно отменили, а идти на такое важное мероприятие, как экзамены, хочется в чем-то особенном. Может, посоветуешь, в чем? Буду ждать ответа. Света Заминкина»

Мы с радостью выполняем, Светлана, твою просьбу. Об одежде для мальчиков нам расскажет Васенька, а Трибунка займется давичим гардеробом.



Галстук и рубашку носит даже первоклашка!

Очень часто мальчики в школе не носят галстук, а он, между прочим, является одним из главных показателей вашего вкуса и статуса!

Для того, чтобы выбрать хороший галстук, нужно самому подумать, какие галстуки тебе нравятся. Посмотри, что носит твой папа или дедушка. Возможно, в их гардеробе завалялся та-а-акой суперский галстук, что, надев его, ты произведешь в школе настоящий фурор!



Но смотри, длина галстука должна быть такой, чтобы в завязанном виде он доходил до пряжки ремня. Лучший тут материал - шелк, шерсть и хлопок. Не рекомендую вам надевать на экзамен галстук с рисунком, это может выглядеть несколько игриво. Старайтесь не надевать на серьезное мероприятие галстук черного, фиолетового, пурпурного цветов, очень короткий или, наоборот, массивный галстук.

Рубашка должна хорошо на вас сидеть, то есть быть вам по размеру. Она не должна собираться вокруг талии. Рубашку самый красивый, мягкий и легко впитывает, а значит, тебе это надо во время экзамена по размеру. Сам воротничок зовываться с узлом галстука.

Ну и пара слов о прическе. Дескать! Может скрыть и торчащего мальчика с темными волосами, но можно надеть на экзамен ко- или рыженьким, наоборот, ющийся от цвета волос.



С ДНЕМ БАРЕНЬЯ!

Эта новая комнатка появилась у нас не случайно. Знаем, что многие родители хотели бы как то по особенному поздравить своих дорогих малышей с днем рождения. Теперь это

можно сделать и в нашем «домике».

Дорогие папы и мамы! Дедушки и бабушки! Маленький «уголочек» всегда рад объявить нового именинника! Приходите в «Сургутскую трибунку», расскажите о ваших детках, их успехах и поздравьте с днем рождения.

Зоянке 17 апреля исполнилось три года. Всего три года, а сколько наша девочка уже знает и умеет. Любознательная и сообразительная, ласковая и улыбающаяся, Зояшка покоряет всех окружающих удивительной непосредственностью, жизнерадостностью и умением «подобрать ключик» к любому человеку. Зоянька, мы желаем тебе здоровья.

Твоя мама и папа.



Бантики и ленточки носят наши девочки!

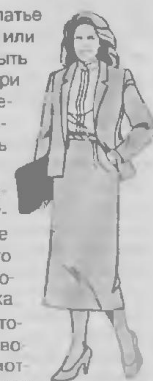
Девочкам лучше всего на экзамен надеть достаточно строгое платье или нярякую юбку чуть выше или ниже колена. Очень короткие или длинные юбки будут смотреться криливо. Прическа тоже должна быть в меру строгой, и хорошо, если волосы будут собраны так, чтобы при работе над билетами не падали вам на лицо, не мешали писать. Из сивных сережек, только скромные.

О духах при- кой день исполь- ную воду Декс- для вечеринки подвергнуть зрачного.

И мальчи- бы их обув- рят многие реть, в какой ясно, кто он. вам ни пуха



дется на время забыть, лучше в тв- зовать дезодорант или легкую туалет- ративную косметику тоже оставьте и дискотеке. А вот ногти лучше всего маникюру, с нанесением либо про- либо перламутрово-бежевого лака ки, и девочки должны следить, что- была безупречно чистой. Как гово- психологи, можно просто посмот- обуви ходит человек, и сразу станет. Но об этом - в следующий раз. А пока желаем ни пера!



Пришло на пейджер
от мамы Ирины

Василисе 3 года. Идет со мной в садик. Идет, идет и падает, а я ее за руку подхватила, чтобы не ударилась.

Когда дочка встала, то сказала много- значительно. «Ой,



мама, я чуть подмышку себе не сло- мала!»

Принесла в газету мама Вера

Моя маленькая дочка Олечка как- то смотрит на начищенный кран в ван- ной.

- Оля, что изменилось? - спрашиваю ее.

- Изменилась грязность! - отвечает гордо дочь.

ЮМОР
в переносных штифтах

Прислал Артем

Пожась спать, мой дедушка однажды сказал:

- Надо выложить зубы в стаканчик, а то мешают...

- Хм, - сказал мой младший брат, - никому не мешают, а ему мешают!



Пасхальные маршруты

27 апреля 2003 г. департамент культуры, молодежной политики и спорта и православные храмы города проводят совместное празднование Пасхи. Эта традиция уже нашла широкий отклик у сургутян. В этом году разработано пять маршрутов пасхальных служений в г. Сургуте и Сургутском районе:

- 1-й МАРШРУТ** - храм Преображения Господня - иерей Петр Егоров.
9.00 - пос. Саигатино - храм святых мучеников Флора и Лавра.
11.15 - Центральный микрорайон (гимназия Салахова).
- 2-й МАРШРУТ** - храм Преображения Господня - иерей Георгий Кошелев.
9.00 - пос. Белый Яр - храм Святытеля Николая Чудотворца. Детский дом на Калинке, геронтологичес-

кий центр.

11.00 - пос. Барсово - храм св. прав. Симеона Верхотурского.

13.00 - МУ ИКЦ «Старый Сургут» - храм Всех святых в земли Сибирской просиявших.

3-й МАРШРУТ - храм Святытеля Николая - иеромонах Петр (Князев).
9.00 - пос. Солнечный - храм св. благ. кн. Александра Невского.

Празднование Пасхи на площадках учреждений культуры города 27 апреля 2003 г.

- Площадь ГКДЦ «Строитель»**
Народное гулянье «Весне возрадуясь да Пасхе храсной» 10.00-12.00. Размещение праздничных торговых точек
12.00-13.00. Концерт «Весенняя капель» (творческие коллективы города)
13.00-14.00. Детская театрализованная программа «Пасхальные забавы»
14.00-16.00. Развлекательная программа «Весенние каламбуры»
16.00-17.00. Танцевально-игровая программа «Танцуй пока...»

- Площадь ДИ «Нефтяник»**
Народное гулянье «Светлое Христово Воскресение» 10.00. Праздничная ярмарка
11.30. Освящение куличей. Пасхальные песнопения
12.00. Работает автопоезд
12.30. Праздничная концертная программа
14.00. Игры. Конкурсы. Забавы
ИКЦ «Старый Сургут»
11.00. Открытие выставки-ярмарки
12.00-14.00. Концертная программа
13.00. Освящение куличей. Пасхальные песнопения
14.00-15.00. Игровая программа
Площадь ДК «Магистраль»
9.00. Освящение куличей. Пасхальные песнопения - строительная площадка православного храма «Умиление»
10.00-15.00. Театрализованная концертно-игровая программа «Пасхальное воскресенье». Праздничная ярмарка.
Площадь ЦКиД «Камертон»
11.00. Освящение куличей. Пасхальные песнопения

Отдел опеки и попечительства доводит до сведения опекунов (попечителей) несовершеннолетних! 25 апреля 2003 года в 18 часов в ГКДЦ «Строитель» состоится ежегодное городское собрание опекунов (попечителей) на тему: «Защита прав несовершеннолетних, находящихся под опекой (попечительством)». Присутствие всех опекунов (попечителей) обязательно. За дополнительной информацией обращаться по телефону: 52-25-51, 52-25-18.

Отдел опеки и попечительства.



Сургутский фонд развития жилищного строительства

«НОВЫЙ ДОМ» ПРЕДЛАГАЕТ

долевое участие в строительстве помещения под БАНК

в каркасно-монолитном доме по пр. Пролетарскому.

Срок сдачи объекта - декабрь 2003 года.

Проектная площадь объекта - 211,0 кв. м.

Обращаться по адресу: г. Сургут, ул. Ресублиной, дом 69.

Тел.: 24-20-42, 24-02-28.

КРИМИНАЛЬНЫЕ ПРОИСШЕСТВИЯ

16 апреля в поселке Белый Яр Сургутского района в доме по ул. Толстого у неработающего мужчины, уроженца Таджикистана, сотрудники ОБНОна обнаружили и изъяли крупную партию героина - 1,5 кг. Оперативники долгое время «пасли» наркоторговца. Сейчас устанавливаются

источники приобретения белого порошка.

18 апреля в полночь в п. Снежном по ул. Брусничной, 5, возник пожар в металлическом вагончике. В результате пожара полностью выгорела внутренняя обшивка. Причина - несоблюдение правил пожарной безопасности при монтаже

и эксплуатации электрооборудования. Некий бомж, обосновавшийся в домике по причине отсутствия хозяина, не захотел сидеть в темноте и включил освещение. Произошло короткое замыкание. Искры попали на стены. Прибывшим на место происшествия пожарным удалось вырвать из

пламени пострадавшего. Он получил ожоги спины и кисти руки - всего обгорело 7 процентов кожного покрова. Принадлежность выгоревшего недвижимого имущества устанавливается.

В ту же ночь по ул. За руцым, что на Черном Мысу, загорелась баня. Как уда-

лось установить, огнеборцам, в ломовойной постройке проживал брат хозяина. В огнеопасную ночь в баньке произошло короткое замыкание. А дальше - как в первом случае. В результате пожара баня и пристроенная к ней беседка уничтожены полностью. А вот неподалеку расположенный

гараж почти не пострадал, что нельзя сказать о ВАЗ-21065, который также принадлежал хозяину постройки. У автомобиля повреждены лобовое стекло, салон, двигательный отсек. Ущерб составил 125 тысяч рублей. По данным ОГПС-1 и УВД Сургута и района.



11.30 - ДИ «Нефтяник».
13.00 - ДК «Энергетик».
4-й МАРШРУТ - храм Святытеля Николая - иерей Николай.

9.00 - строительная площадка православного храма «Умиление Богоматери» (в районе ж/д вокзала).

11.00 - ЦКиД «Камертон».
12.30 - кинотеатр «Аврора» (маг. «Прометей»).

5-й МАРШРУТ - храм Святытеля Николая - иерей Василий.

9.00 - пос. Новоедодоровский - храм св. Федора Стратилата.

12.00 - пос. Ульт-Ягун.

ПРАВОСЛАВИЕ: ДЕНЬ ЗА ДНЕМ

19 апреля

Обряды, обычаи, таинства. Лазарева суббота

Лазарева суббота является предпасхальным торжеством. Это единственный день в году, когда воскресная служба совершается не в воскресенье. Церковь вспоминает одно из чудес Господних - воскрешение Лазаря. «Он воззвал громким голосом: Лазарь! Иди вон. И вышел умерший, обвитый по рукам и ногам погребальными пеленами... Тогда многие из иудеев... видевших, что сотворил Иисус, уверовали в Него» (Евангелие от Иоанна). Воскрешение Лазаря является прообразом будущего воскресения всех человеческих душ. На Литургии Лазаревой субботы Церковь прославляет Христа - «Воскресение и Жизнь», который, перед своим страданием и смертью, воскресением Лазаря утвердил прообраз воскресения человечества

20 апреля

С праздником! Вербное воскресенье

Вход Господень в Иерусалим (Вербное воскресенье) - великий двенадцатый праздник, совершающийся за неделю до Пасхи. В этот день Христос въехал в Иерусалим на осле, приветствуемый множеством людей, узнавших о чуде воскресения Ла-

заря. Народ постигал на Его пути свои одежды и ветви деревьев, торжественно воскликая: «Осанна (славление) Сыну Давидову!». Так у евреев встречали царей и победителей. По традиции, в этот день верующие стоят на богослужении с веточками вербы в руках (накануне вербу освящают). Освященную вербу хранят за иконами весь год, потому что она изгоняет злую силу.

Страстная седмица

Неделя после праздника Входа Господня в Иерусалим именуется Церковью Страстной седмицей. В это время мы вспоминаем события последних дней земной жизни Спасителя, Его Крестную смерть и готовимся стать сопричастными великой радости Светлого Христова Воскресения. О каждом дне Страстной недели в богослужебных книгах говорится как о «великом и святом», и в каждый из них в церквях совершаются особые службы. В Страстной понедельник Церковь дает нам для размышлений образ «Бесплодной смоковницы», осужденной Христом



20-22 апреля

Кинотеатр «Аврора»

«Банды Нью-Йорка» - гангстерская сага. Сессия в 15.00 и 18.00.
«Агент Джонни Инглиш» - комедия. Сессия в 13.00, 21.00.
«Даже из дурака» - молодежная комедия. Сессия в 23.00.

20 апреля - «Карлик-нос» - мультфильм. Россия. Сессия в 11.00.

ДИ «Нефтяник»

20 марта в 12.00 - юбилей детского творчества «Чуждо-идеи из детства». В 16.00 - вечер отдыха в клубе «Мелодии минувших лет». В 19.00 - встреча в музыкальном клубе «Анфас» с участием групп «Карамель» и «Муслим Восковых фигур».

ДК «Магистраль»

20 апреля в 18.00 - городской фестиваль «Студенческая весна-2003». Концертный концерт по номинациям: «Патриотическая мода», «Хоровая рафия», «Бордюрный вокал».

А на следующий день - 21 апреля в 18.00 состоится заключительный гала-концерт лауреатов и дипломантов фестиваля.

Сургутский театр

В центре культуры в 19.00 - спектакль «Я люблю тебя, бабушка».

ИКЦ «Старый Сургут»

Проводятся экскурсии по территории историко-культурного центра с посещением экспозиции центра коренных народов Севера и выставок в Доме журналистов и творческой интеллигенции.

20 апреля с 10.00 до 12.00 ра-

Отдыхай

бывает городской клуб «Континент». 21 апреля в «Континенте» приглашают на танцевальную вечеринку «Пасхальное воскресенье» - демонстрация рокающей танцевальной раскраски пасхальных яиц с помощью разбрызгивателя воды и красок.

Сургутский краеведческий музей

Предлагает вниманию посетителей экспозицию «Лига культуры» (ул. 30 лет Победы, 21а).

«Экспозиция «Сургут: город древний, город славный», на Барыку-году и в апреле-мае открыта через ОБ. Формируется по мере поступления заявок.

Художественный музей

Предлагает на выставку «Взвешивая мир» (ул. 30 лет Победы, 21/2).

Сургутская художественная галерея

Выставка «Илья Репин: Арона Зинштейн» - авторская графика. Выставка «Жизнь и творчество художников» - А.В. Кузьмина, М. Кузьмина, А. Минина.

Свято-Николаевский храм

В 3.30 - литургия. Мечеть

Ежедневная 5-кратная молитва.

● **Нотариальная палата округа сообщает, что каждую пятницу с 16 до 17 часов президент Нотариальной палаты Ханты-Мансийского автономного округа ВЕДЕТ ПРИЕМ ГРАЖДАН и представителей юридических лиц по вопросам нотариального обслуживания в Ханты-Мансийском автономном округе.**

Прием ведется по адресу: г. Сургут, ул. Губкина, 16, офис 72.
Тел./факс: 35-73-18, 35-25-94.

Управление Министерства юстиции РФ по Ханты-Мансийскому автономному округу и Нотариальная палата Ханты-Мансийского автономного округа **ОБЪЯВЛЯЮТ КОНКУРС** на замещение вакантных должностей **НОТАРИУСА:**

в городе Ханты-Мансийске - 1 вакансия, в городе Лянторе - 1 вакансия, в городе Урае - 1 вакансия.

Желающим принять участие в конкурсе необходимо подать секретарю конкурсной комиссии заявление, предоставить листок по учету кадров с фотографии и нотариально засвидетельствованные копии следующих документов:

Диплом о высшем юридическом образовании
Лицензия о праве нотариальной деятельности
Трудовая книжка
Иные документы, характеризующие профессиональную юридическую подготовку.

Прием документов производится до 30 мая 2003 года включительно по адресу: г. Ханты-Мансийск, улица Чехова, 1а, управление Министерства юстиции РФ по ХМАО.

Заседание конкурсной комиссии состоится 6 июня 2003 года в 10 часов по адресу: г. Ханты-Мансийск, улица Чехова, 1а, управление Министерства юстиции РФ по ХМАО.

Комитет по экономике и прогнозированию администрации Сургутского района приглашает к участию в открытом конкурсе

по размещению заказа на выполнение работ по землеустройству, земельному кадастру Сургутского района в составе:

- топографическая земельно-кадастровая съемка масштаба 1:500 д. Верхнемысовая;
- топографическая земельно-кадастровая съемка масштаба 1:500 д. Немчиново.

Для участия в конкурсе приглашаются юридические и физические лица, имеющие финансовые и материальные ресурсы.

Конкурсную документацию можно получить в рабочие дни по адресу: г. Сургут, ул. Энгельса, 10, каб. 401, тел./факс (3462) 77-51-48 (с 9 до 13 часов).

Вскрытие конвертов с конкурсными заявками будет производиться 21 мая 2003 года в 15 часов по вышеуказанному адресу в присутствии всех желающих участников конкурса.

Производственное предприятие «Гарант-Партнер»

ГРАНИТ, ПОРФИРИТ, ДОЛЕРИТ

Обработка природного камня с различной отделкой гаммой

соприкосновение с вечностью

Производство архитектурно-строительных, облицовочных, ритуальных изделий из природного камня по индивидуальным заказам.

г. Сургут, ул. Профсоюзная, 37-209. Тел.: 319-328, 319-701.

ИЗГОТОВИМ

в Сургуте по ВАШЕМУ заказу

МЕТАЛЛОСАЙДИНГ

Индивидуальный подход.
Скидки.

Тел.: 77-16-63, 77-16-04.

МОЗАИКА 32-63-61

Ванны акриловые

От 5460 руб.

требуется на работу
ВЕДУЩИЙ ЮРИСКОНСУЛЬТ.
телефон для справок 52-43-17.

Вниманию жителей г. Сургута и Сургутского района!

Сургутский филиал Окружного фонда обязательного медицинского страхования (ОФОМС) сообщает, что страховые медицинские полисы, выданные ОАО ОСМК «Югория-Мед» на 2003 год, действительны до указанной в них даты окончания действия договора обязательного медицинского страхования.

Телефоны для справок: 35-45-54, 35-46-64.

Администрация Сургутского филиала ОФОМС.

ТЕЛЕФОНЫ: приемная.....31-04-50
заместитель редактора.....31-26-07
бухгалтерия.....31-04-54
корреспонденты.....31-04-48
рекламный отдел (факс).....31-26-01
отдел подписки и доставки.....31-04-06

УЧРЕДИТЕЛИ: государственное учреждение территориального управления «Радикал-Сургут» - Сургутская типография и газетная служба муниципального образования город Сургут
Степановская ГИП ХМАО - Сургутская типография
Адрес: 659470, г. Сургут, ул. Маяковского, 11.
Подписано в печать: 19.05.2003. Объем: 16.30
Тираж: 21 100. Заказ № 1422

Главный редактор
Александр ЩЕПКУНОВ

Ведущая
Ж. АКУЛИЦА
С. МЕДВЕДЕВА

Фирма «СеверСтрой» приглашает принять участие в долевом строительстве

СеверСтрой

КВАРТИР, ОФИСОВ, МАГАЗИНОВ

(микрорайон 18-19) в доме №52 и 526 по ул. Маяковского, в доме №1 по ул. Университетской.

а также

9-этажной АВТОСТОЯНКИ

закрытого типа с боксовым хранением автомобилей

на 301 машино-место

по ул. Юности

(месторасположение ООО «Сургут Форд»)

Наш адрес:

ул. Маяковского, 11.

Телефоны:

50-15-24, 50-15-25, 50-15-20.

Сайт в Интернете: kvartira.surgut.ru

ОАО «ТЮМЕНЬЭНЕРГОБАНК»
Сургутский филиал ОАО «Тюменьэнергобанк»

принимает
срочные
вклады
от физических лиц:

СБЕРКАССА (ВКЛАДЫ)
ул. Габаринка

Срочный первоначальным взносом не менее 10.000 рублей		Срочный первоначальным взносом не менее 100.000 рублей	
срок	ставка годовая	срок	ставка годовая
1 мес.	10,0	1 мес.	11,0
3 мес.	12,0	3 мес.	13,0
6 мес.	13,0	6 мес.	14,0
9 мес.	13,5	9 мес.	14,5
12 мес.	14,0	12 мес.	15,0

Вклады принимаются в сберегательной кассе Сургутского филиала ОАО «Тюменьэнергобанк» по адресу: ул. Энгельса, 11 (здание ТЦ «Океан»). Тел.: 24-98-40, 24-98-60.



101.3fm НАШЕ РАДИО

www.nashe.ru

Люди женятся, разводятся, теряют и находят работу, не терпят хамства, сами хамят. Все не так сложно.

Позвони и выскажись.

Радиоактивная психологическая

помощь в программе

«Радиотелефон доверия».

По субботам в 21.00.

МЫ ПОМОГАЕМ ЛЮДЯМ.

ООО «ЗАПСИБАВТОСЕРВИС»
создана в г. Сургуте **ПРОИЗВОДИТ ПРОДАЖУ**

АВТОМОБИЛЕЙ
МАРКИ **ГАЗ, УАЗ**

О ЗАПАСНЫЕ ЧАСТИ к а/м ГАЗ, УАЗ ПРОДАЖА АВТОМОБИЛЕЙ в КРЕДИТ

Обр.: г. Сургут, ГРЭС-кольцо, напротив ЭЖБИ тр. «Сургутэнергострой». Телефон 77-32-82 (круглосуточно).

Выражаем сердечную благодарность администрации и коллективу Сургутского нефтяного техникума, филиалу Сургутского ОСБ № 5140, коллегам, друзьям, студентам за оказанную помощь и разделившим с нами боль утраты нашей дорогой жены и мамы

СЕРГЕЕВОЙ Веры Николаевны.

Семья Сергеевых.

НАШ АДРЕС: 628426, г. Сургут, ул. Маяковского, 12а.

E-Mail: Tribuna_surgut@net.ru

«СТ-е Интернет» тел./факс: 3462-77-51-48, 3462-77-51-49

Выходит пять раз в неделю

Издатель: газета «Трибуна»

Главный редактор: Александр Щепкунов

Ведущая: Ж. Акулицина

С. Медведева

Материалы публикуются на основании статьи 109 закона Российской Федерации «О средствах массовой информации»

Зарегистр. Западно-Сибирским межрегиональным территориальным управлением ПИ №17-0284 от 19.10.2001 г.