

ПРИВИЛЕГИРОВАННЫЕ «ТУРИСТЫ»

2-я, 7-я страницы

ДОМАШНЯЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

3-я — 6-я страницы



ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК

№ 11 ★ 28 января 1991 года, понедельник

Издаётся с января 1991 года
Цена 20 копеек

ГОРОД ВДОЛЬ И ПОПЕРЕК

НАГРАДА ЧЕРЕЗ 48 ЛЕТ

Спустя 48 лет медаль «За оборону Ленинграда» получила Чарасновья Андреевна Татарякова, которая с первых дней обороны города рыла окопы, хватала и блокадных трудностей.

Позавчера на торжественном вечере, посвященном дню снятия блокады, звание «Жителю блокадного Ленинграда» вручили еще двум ветеранам — Вере Георгиевне Вроцкой и Ирине Михайловне Михайловой.

Теперь в мурманском обществе бывших блокадников и захватчиков Ленинграда 179 человек.

«АЭРОФЛОТ»

НЕ ЛИХОРАДИТ

В редакцию позвонила мурманчанка О. М. Гарпан. Ее волновало, не повлияет ли война в Персидском заливе на регулярность авиасообщения с Южнкой и Северной Америкой, будут ли мурманские рыболовецкие экипажи возвращаться домой вовремя?

Вот что нам, в частности, сообщил С. А. Кривов, инспектор отдела заграбления управления тралового флота:

— В «Аэрофлоте» в связи с этими событиями никаких лихорадок нет. Рейсы выполняются регулярно и по расписанию. С 15 по 25 января домой вернулись пять экипажей рыболовецких судов. Все вовремя.

АЛЛО, ВОРОНЕЖ!..

Расширился перечень городов, в которые мурманчане могут позвонить, используя автоматическую телефонную связь. В него добавились: Воронеж — код 89-073-2, Нижний Новгород — 89-831-2, Смоленск — 89-081-22.

Таким образом, сегодня мы имеем возможность связаться в автоматическом режиме с абонентами из 164-х населенных пунктов Союза, включая 31 областной центр.

О БЮДЖЕТЕ И ГАЗЕТЕ

В субботу состоялся пленум обкома ВЛКСМ. На нем обсуждался бюджет областной комсомольской организации на 1991 год.

Были также рассмотрены вопросы деятельности редакции газеты «Комсомолец Заполярья». Принято решение вернуть ее в систему партиздата, так как иначе под сомнение ставится сам факт регулярного выхода газеты, ее жизнеспособности.

Пленум принял добровольную отставку редактора Валерия Васильевского. И. о. редактора назначен Юрий Смирнов.

КАК «СОНИ»

ПО РУКАМ ПОШЛА

Горпромторг провел второй аукцион в Доме торговли. На 15 комплектов видеоаппаратуры фирмы «Sony» претендовали 120 человек. Вернее, могли претендовать — столько пятирублевых входных билетов было приготовлено. Но купить их начали по несколько штук, и количество покупателей снизилось до 40 человек.

Вышел депутат горсовета Валентин Мельников. Он потребовал увеличить число потенциальных покупателей. Это позволило сделать аукцион настоящим состязанием, а не оптовой скупкой дефицита несколькими состоятельными гражданами. Если на первом аукционе максимальная цена комплекта была 15 тысяч 700 рублей, то на этот раз она поднялась до 18 тысяч 100 рублей!

ПУСТЯЧОК, А ПРИЯТНО...

Подождал, и не в первый раз, поздним вечером бегущего к автобусной остановке пассажира водитель автобуса маршрута № 29. Как нам удалось выяснить по номеру машины, водителя зовут Анатолий Черемисин. Так что не перевернулась еще людская доброта, хотя, к сожалению, гораздо чаще с нами случаются истории совсем противоположного свойства.

«МЕРСЕДЕСЫ»,

«ТОЙОТЫ», «ФОРДЫ»...

В 1989 г. через Мурманскую таможню было ввезено около 1,5 тысяч автомобилей.

В 1990 г. — 4815. Большую часть — около 3800 штук — составили машины иностранных марок.

Советские автомобили ввозятся беспошлинно. Но их продажа в течение двух лет категорически запрещена. Исключение одно — смерть владельца.

Иномарки продавать можно. Но если вы с самого начала готовы потерять два года с этой операцией, то заплатите лишь 20 процентов таможенной пошлины. И не вздумайте хитрить — вам будет сделана отметка в техпаспорте.

РОДИЛОСЬ БОЛЬШЕ,

ЧЕМ УМЕРЛО

Население города Мурманска в прошедшем году продолжало расти. Так, в 1990 году родилось 13322 новых гражданина, а умерло, по предварительным данным, 6891 человек. Такому росту способство-

вали 10420 заключенных браков. Поздравляем всех молодоженов прошлого года, и сочувствуем тем, кто развелся — расторгнуто было 5916 браков. Большинство семей, которые развелись в прошлом году, имели детей.

КРАЖИ С ОСЕНИ

СЧИТАЮТ

Поначалу брали то, что плохо висит: осенью из гардероба школы № 43 одна за другой исчезли две мужские куртки. Потом перекалывались на кражи из кабинетов: из сумочки организатора внеклассной и внешкольной работы пропали 170 рублей и губная помада.

Наконец не выдержала милиция — в декабре сотрудники Октябрьского РОВД составили акт о том, что школьная раздевалка брошена, контроля за сохранностью вещей нет. Копию акта передали директору с надеждой, что будут приняты конкретные меры.

Результаты не замедлили сказаться: вскоре из зубного кабинета украли стоматологический смеситель, стоимость которого около 200 рублей.

Подборку подготовили Сергей БЕСПАЛОВ, Василий ДЕНИСЕНКО, Галина ДЕРБИЧЕВА, Юрий КОЛОСОВ, Михаил КРЮКОВ, Галина ЯНОВСКАЯ.

НАШ ТЕЛЕФОН

5-85-06

[КРУГЛОСУТОЧНО]

РЕКЛАМА

ВАШ ЗОНТИК ТРЕБУЕТ РЕМОНТА?

Объединение «Мурман-облбыттехника» сообщает, что в мастерской по адресу: просп. Ленина, 65 можно отремонтировать зонты отечественного и импортного производства.

СРОКИ РЕМОНТА СОКРАЩЕНЫ!

Время работы мастерской: с 9.00 до 20.00, перерыв с 14.00 до 15.00, выходной день — воскресенье.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ОБМЕНЯЮТ

00209. 2-комн. квартиру 28 кв. м в Октябрьском р-не (1-й этаж) на 3-комн. Тел. 4-33-14.

00437. 3-комн. квартиру на 2-комн. и 1-комн. Тел. 5-29-90, 5-36-81.

СНИМУТ

00467. Квартиру в Мурманске. Тел. 6-18-37 (после 19.00).

КУПЯТ

00363. Новый цветной телевизор, неисправную имп. аппаратуру. Тел. 7-51-60.

ПРОДАДУТ

00458. Щенка породы американский коккер-спаниель, кобель, окрас черный, с элитной родословной. Клуб МГОЛС. Тел. 9-24-23.

РАЗНОЕ

00106. Установка декодеров ПАЛ/СЕКАМ на основе комплекта «Филипс» в полупроводниковые телевизоры. Тел. 9-61-31.

00117. Считать недействительным аттестат № 14578 по специальности моторист II класса, выданный Мариупольской мореходной школой в апреле 1990 года на имя Здобного Виктора Николаевича.

00157. Срочно устанавливаю декодеры ПАЛ/СЕКАМ автомат. Тел. 6-40-71.

00274. Срочный ремонт цветных телевизоров. Тел. 4-13-45.

ТЕПЛАЯ КОМПАНИЯ

МОРАЛЬ, ВЫНЕСЕННАЯ В НАЧАЛО

В ближайшие годы капитализм в России не восторжествует. Даже будь на то указы власти, приказы рвущихся к власти и наказания избирателей.

Потому что советские капиталисты, превратившие Россию в частную лавочку, объявлять капитализм не желают.

Потому что при капитализме, и порой довольно часто, надо подчиняться нормативам, нормам, правилам и законам.

Потому что капитализм — это реальность, имеющая прошлое и настоящее. А у социализма есть лишь будущее. И значит, пока нет ничего.

На «нет» же и суда нет?

ПРЕДИСЛОВИЕ ПОСЛЕ МОРАЛИ

БММТ «Спутник» — бюро международного молодежного туризма. (Правда, оно же занимается и внутрисоюзными маршрутами).

Наше областное — не исключение. И все его действия, искания, попытки определены многочисленными инструкциями, положениями, благодаря которым наша молодежь — почти что самая путешествующая в мире. А руководители БММТ «Спутник» — самые путешествующие... за счет путешественников.

Но вслух об этом не надо бы. Иначе (см. «Мораль...») придется вслух объявлять: кто-то за счет кого-то. Но не хочется, ведь удобнее формула «все для людей». И кодекс правил (в самом широком смысле) тогда читать просто: «на благо старших...» И «отдельные ошибки», естественно, не перевешивают многочисленных заслуг.

КОММУНИСТЫ, ВПЕРЕД!

Не секрет, что руководителями групп всегда едут самые-самые. Как правило, они определяются по должности и членству в КПСС. В былые времена инструктор обкома ВЛКСМ подходил лишь для «болгарской» группы. В Финляндию — не ниже зав. отделом. А куда дальше — Португалия, Франция или, не дай бог, США — только секретарь или кто-то из руководства «Спутника» (это вообще, видно по опыту, самые-самые), а еще лучше — партработник не ниже секретаря райкома.

Сейчас чуть проще, но все же. За примерами далеко ходить не будем.

Год 89-й, Италия. Руководитель группы — первый секретарь обкома ВЛКСМ В. Е. Белов. А пропагандистом (была и такая бесплатная путевка) — первый секретарь Ленинского райкома КПСС В. Н. Довгань (бывший первый секретарь обкома ВЛКСМ, ныне возглавляет одну из комиссий горсовета).

Год 89-й, Средиземноморский

круиз. Руководитель — секретарь обкома ВЛКСМ В. Л. Груздев.

Год 90-й, Португалия. Руководитель — командир областного штаба студенческих отрядов В. В. Новиков.

Год 90-й, Индия. Руководитель — председатель БММТ «Спутник» Ю. Ф. Низгирев.

Я понимаю, что моя ирония в данном случае почти безосновательна. Естественно, что руководство групп должно осуществлять проверенные и зарекомендовавшие себя кадры, которые и сами будут, и другим помогут наиболее достойно представлять советскую молодежь на международной арене. Но не выходит из головы фраза образца 1988 года, сказанная работником БММТ «Спутник» при выборе кандидата на роль руководителя поездки в ГДР: «Пусть имярек едет. Он осенью уходит (из обкома ВЛКСМ, — М. К.), когда еще доведется бесплатно за кордон съездить».

Надо сказать, что еще даже года три, лет пять назад поездка за рубеж была делом довольно исключительным. Не говорю об обычном туристе. Но и руководитель группы мог быть таковым не более двух раз в год. А лучше, считалось, — один раз. Тем и довольствовались, если не вспоминать, что за идеологическую выдержанность, членство и должностные полагались бесплатные путевка и проезд — в общей сумме, в зависимости от страны, экономия семейного бюджета составляла от пятисот рублей и выше.

Но сколько терпел «спутниковский» руководитель тех времен! Пройти, конечно, надо было много гласных и негласных проверок. Практически невозможно было выехать руководителю группы с супругой или с кем-то из близких родственников.

А сколько приходилось запомнить всевозможных правил: что можно делать, что нельзя, о чем можно говорить, а о чем лучше умолчать.

Одного моего знакомого руководителя туристы начали уговаривать (дело было в Югославии) сходить на порнографический фильм. И он, человек по тем временам очень свободный в поступках и решениях... согласился. Знаете, каков был результат? Никто не пошел! Потому как туристов предупреждали, что не только они понесут ответственность за каждое свое непотребное действие, но и руководитель. Не захотели человека хорошего подводить.

Впрочем, и этот случай, и зачастую очень многое другое в работе «Спутника» тех времен напоминало игру. Игры, в которые тогда играло руководство БММТ «Спутник», те, кто стоял «за» и «над» ним,

были довольно бесхитростными.

И сейчас, когда я подступаю наконец-то к дню нынешнему в жизни БММТ «Спутник», почему-то крутятся в извилинах незабываемая для многих из нас фраза: «Да здравствует горячо любимый товарищ Леонид Ильич Брежнев!»

А знаете, почему?

Мы все (или почти все) были детьми своего времени, страусами, у которых голова закопана в песок. Значит, была слепая вера: все хорошо, а если не очень, то обойдется.

Нынче же нам позволили видеть, слышать, осознавать. Но по-прежнему пытаются втиснуть: все хорошо, а если не очень, то обойдется.

И это страшнее, чем в те, брежневские и постбрежневские времена.

БРАТ ДА СВАТ, ДА ЗАВСКЛАД — ТОЖЕ ЛЮДИ

А у нас, как вы помните, «все для людей». И сообразуясь с веянием времени, когда разрешено все, что не запрещено, в «Спутнике» старые правила игры начали пересматриваться. В сторону упрощения. Для самих себя. Продолжая, однако, сохранять устойчивый вид замученных заботой об общем благе.

Помнится, в былые времена председатель БММТ Юрий Низгирев в начале года охотно делился планами на будущее: столько-то поездок, столько-то комсомольцев охвачено, какие-то новые формы работы...

В нынешнем — молчание, пока во всяком случае. Потому что ситуация — не ахти. Советского туриста с распростертыми объятиями больше нигде не ждут. Сами предложить немного можем. Да тут еще и Минфин перекрыл централизованный ручеек валюты — зарабатывайте сами, ребята. Есть над чем призадуматься.

Ну да ладно с ним, с будущим. Вот минувший год был относительно удачным. Летом на катамаранах в Мурманск пришли норвежцы, что позволило в дальнейшем организовать трехдневные круизы в город-побратим Вадсе.

И началось.

«Все для людей». Для нужных людей. Ни на горьком, ни на райкомы комсомола путежки не распределялись. Во всяком случае, в самый первый круиз. Зато их получили, скажем, работники:

- «Аэрофлота» — 5;
- гостиницы «Арктика», ресторанов «Арктика» и «Полярные зори» — 9;
- комбинатов питания, столовых, кафе, торговли — 17;
- управления железной дороги — 6;
- обкома, горкома КПСС — 6;
- медицины — 15.

Все организации перечислять не буду. Скажу лишь, что поч-

ти отсутствовали там представители крупных промышленных предприятий и отраслей области. За исключением комбината «Североникель» («Спутник» выступил спонсором), для которого было выделено аж 30 путевок.

Их приготовили для:

Г. А. Ильина, зам. начальника ОРСа комбината и его супруги Л. В. Ильиной, экономиста того же ОРСа;

Ю. В. Козлова, директора студии комбината;

Л. Е. Крайковой, врача санатория-профилактория;

М. М. Луничкиной, начальника торгового отдела непродовольственных товаров ОРСа комбината;

Б. Г. Мисника, председателя профкома комбината;

А. И. Панариной, зав. магазином ОРСа комбината;

З. А. Поповой, зав. магазином ОРСа комбината;

а еще для полтора (или чуть больше) десятков граждан, обозначенных как «инструктор-методист по спорту профкома комбината».

Отличался тот первый круиз и обилием семейных туристов. Я насчитал около четырех десятков пар родственников. Но было их и по трое, и даже по четверо. Предлагаю небольшую выборку:

Мужчина и женщина с фамилией Бурнос. Мужчина — Николай Алексеевич, директор совместного советско-германского предприятия «Интероко». Между прочим, в этом круизе были еще В. В. Сайгин, зам. директора филиала «Интероко», с супругой; А. А. Ткаченко (та же должность, что и у Сайгина) с супругой; В. А. Смирнова, старший бухгалтер филиала «Интероко».

Продолжим (выборочно) «родственный» список. Главный врач областной больницы И. В. Ковалев с супругой. В. И. Дарев, начальник службы международных перевозок объединенного авиаотряда, со своей половиной.

Чета Деминых, Владимир Павлович — главврач областного наркологического диспансера.

Супруги Угеловы. Александр Евгеньевич — директор комбината питания № 23.

Бармен А. Т. Щербин с супругой.

Покорно прошу прощения, что упомянул не всех — в первом круизном списке еще много работников питания, торговли, различных кассиров, медиков, а также работников милиции, автотранспортных предприятий и т. д. Правда, многие были и без родных.

Покорно прошу прощения и у упомянутых лиц, если неверно указал степень родства.

Примечателен тот круиз был еще и тем, что в него отправились практически все работники самого БММТ «Спутник» во

Окончание на 7-й стр.

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

ТАКАЯ СТРАШНАЯ ОБЛАВА...

Указ Президента СССР «Об усилении рабочего контроля в целях наведения порядка в хранении, транспортировке и торговле продовольствием и товарами народного потребления» от 30 ноября 1990 года встречен в обществе неоднозначно и породил массу недоуменных вопросов. Выделю один из них: вышеназванный порядок, как известно, должны и призваны обеспечить государственные структуры, возглавляемые главой исполнительной власти — Президентом, зачем же апеллировать к общественности, «усиливать» рабочий контроль?

Так или иначе, но указы Президента следует исполнять. Вот и в один из недавних дней образованный при горсовете комитет рабочего контроля отправился в свой первый рейд по одному из двух наших рынков. В состав группы входили несколько депутатов, инспектор отдела цен и задействованные в комитете работники службы БХСС.

Не могу назвать этот рейд успешным. Если сотрудники БХСС занимались своим обычным делом, то в чем заключалась миссия депутатов, я, признаться, так и не понял. Не в том же, вероятно, чтобы ходить по пятам у милиционеров в штатском и стоять, как говорится, у них над душой?

А тут еще прознавшие об этом рейде телевизионщики маялись в ожидании «улова». Не скрою, я даже мысленно посочувствовал несчастному спекулянту, попавшему в наши сети. Ух и толпа бы его обступила!

Впрочем, будь я на месте этого матерого спекулянта, наверняка бы обратил внимание на подозрительного вида толпу, то скользящую у оперпункта милиции, то прохаживающуюся среди раскинувшихся торговых рядов с дефицитом.

Тем не менее кое-какой «улов» у милиции был, так что деятели телевизионных искусств не остались без работы. Велика ли была помощь депутатской группы, не берусь судить — я с одним депутатом покинул рынок несколько раньше, разочаровавшись в подобных рейдах.

А вообще-то вопрос серьезный: каким образом новому комитету строить свою работу и добиться эффективности? А подобные рейды, на мой взгляд, пользы принесут немного.

Юрий ВАСИЛЬЕВ.

ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК

Учредитель — Мурманский городской Совет народных депутатов.

Соучредители — Мурманский региональный банк акционерного коммерческого агропромбанка, межотраслевое научно-производственное объединение «Геосат».

ПРИ ПЕРЕПЕЧАТКЕ
ССЫЛКА НА «ВМ»
ОБЯЗАТЕЛЬНА!

НАС НАЙТИ НЕСЛОЖНО

АДРЕСА

Редакция: 183006, г. Мурманск, просп. Ленина, 75, «Вечерний Мурманск».

Отдел объявлений, бухгалтерия: 183012, г. Мурманск, ул. Володарского, 14-а, «Вечерний Мурманск».

ТЕЛЕФОНЫ

Евгений ПОПОВ, редактор; Владимир ЛОГИНОВ, ответственный секретарь, — 5-83-10.

Отдел по связям с читателями: Наталья ПОГИБА, зав. отделом; Галина ЯНОВСКАЯ, корреспондент; Наталья МОРОЗОВА, специальный корреспондент, — 5-84-08.

Отдел городских проблем: Михаил КРЮКОВ, зав. отделом; Юрий КОЛОСОВ, корреспондент; Сергей БЕСПАЛОВ, корреспондент, — 5-85-06; Василий ДЕНИСЕНКО, корреспондент; Галина ДЕРБИЧЕВА, корреспондент, — 5-85-27.

Группа выпуска и оформления: Юлия ВАЛАМИНА, зам. ответственного секретаря; Ирина ЛИНОВА, художник; Мария ЕЛЕСИНА, старший корректор; Татьяна ЧЕРНОВА, корректор, — 5-85-45; Наталья ХРАБОВА, секретарь-машинистка; Людмила БА-САГИНА, машинистка, — 5-84-16.

Коммерческая группа: Валентина ОВЧИННИКОВА, главный бухгалтер; Геннадий АЛЕКСЕЕВ, коммерческий директор, — 5-28-47.

На все вопросы о том, как дать объявление в нашей газете, вам ответит Татьяна ПУСТОВАЯ, редактор по рекламе, — 5-60-17.



Гимнастика чудес

ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Упражнение-массаж плечевого сустава

Ладонью левой руки взяться за правое плечо и сделать 18 круговых движений по часовой стрелке. Сделать то же самое правой рукой. Улучшается кровообращение, снимается боль в суставах, нормализуется нервная система, сон.

Упражнение для позвоночника

Стоя (можно сидя), ладони слегка сжать в кулаки, руки согнуты в локтях, раскачиваться вправо и влево 18 раз, стремясь соблюдать ритмичность дыхания. Усиливается деятельность внутренних органов, улучшается эластичность легких, особенно нижних отделов; улучшается кровообращение головного мозга.

Упражнение «Кручение»

Стоя, слегка согнув руки в локтях, ноги — в бедрах и коленях, спина и шея прямые, повороты вправо и влево, не поднимая стоп от пола; следить, чтобы двигались все суставы рук, ног, поясницы и шеи. Усиливается мозговое кровообращение, тренируется подвижность суставов.

Упражнение-массаж поясницы

Стоя, потереть ладони одну о другую, чтобы стали теплые, затем помассировать поясницу 18 раз одной рукой и 18 раз другой. Снимается боль в пояснице, улучшается кровообращение в малом тазу (рекомендуется при хронических заболеваниях половых органов).

Упражнение-массаж области копчика

Сидя, вторыми и третьими пальцами массировать справа и слева от копчика 36 раз. Является профилактикой выпадения прямой кишки, геморроя, оказывает лечебное действие при заболевании половых органов.

Упражнение для мышц таза

Сидя на твердом стуле, положить руки на колени. Одновременно с вдохом напрягать мышцы ягодиц и бедер, втягивая мышцы дна таза и задний проход; на выдохе мышцы таза расслабить. Способствует укреплению дна полости таза, сфинктеров мочевого пузыря и прямой кишки, профилактике опущения влагалища, матки, прямой кишки. Сделать 25 упражнений.

Упражнение-массаж органов брюшной полости

Согреть ладони; левой рукой проделать легкий массаж передней брюшной стенки 100 раз по часовой стрелке и затем правой рукой 100 раз против часовой стрелки. Улучшаются всасывание пищи, перистальтика кишечника, кровообращение органов брюшной полости.

(Продолжение на обороте)

Начало в № за 21 января.

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА



КУШАТЬ ПОДАНО!

Свой рассказ о том, что готовить, из чего и как, начатый в номере за 14 января, продолжает технолог общественного питания Ольга Васильевна ШАПОШНИКОВА.

Закусочный стол

Гости — это праздник в доме, но для некоторых хозяек он иногда превращается в пытку, потому что приготовление большинства блюд, чтобы они «не зачерствели», не потеряли свежести и парадного вида, оставляется на день приема. Этой беде можно помочь, если включить в меню побольше таких закусок, которые можно приготовить заранее, в частности, всевозможных съедобных формочек, бутербродов и сэндвичей — двухслойных бутербродов с проложенной между ломтиками хлеба начинкой.

ФОРМОЧКИ ИЗ ЯИЦ С НАЧИНКОЙ

В рецепте «Салат с рыбными фрикадельками «Фантазия» я рассказала, как приготовить оригинальные съедобные формочки из яиц для украшения салата. Но такие формочки могут быть и очень эффектным самостоятельным закуским блюдом, особенно если начинить их по-разному, исходя из имеющихся продуктов, вашего вкуса и фантазии.

Начинка с сыром

1 плавленый сырок (или примерно столько же твердого сыра), 2 желтка, 2 столовые ложки майонеза, соль.

Сырок натереть на мелкой терке, смешать с желтками, вынуть из белков при приготовлении формочек, тщательно растереть с майонезом. При желании слегка подсолить.

Начинка с овощами

1 средняя морковь, 1/2 небольшой свеклы, 3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки майонеза, соль.

Морковь и свеклу помыть, сварить отдельно в подсоленной воде, воду слить. Овощи остудить, очистить, натереть на мелкой терке. Соединить, добавить измельченный чеснок, посолить, заправить майонезом, хорошо перемешать.

Начинка с сельдью

1 небольшая соленая сельдь, 2 желтка, 1 луковица, 2 чайные ложки размягченного сливочного масла, 1/2 лимона, черный молотый перец.

Приготовить филе сельди, снять кожу, пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Лук очистить, натереть на мелкой терке или мелко нарезать. Желтки крутых яиц, вынутые из формочек, растереть со сливочным маслом, смешать с 3 чайными ложками рубленой сельди, 1,5 чайной ложки натертого лука, отжать сок половины лимона, поперчить и все тщательно перемешать.

В оставшуюся рубленую сельдь добавить сливочное масло, немного майонеза, если он есть, все хорошо перемешать — получится вкусное селедочное масло.

(Продолжение на обороте)

3

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

Зеленый оазис в доме

Долгой нашей зимой особенно в полярную ночь, что может порадовать больше, чем кусочек живой природы — ярко-зеленый или пестро-разноцветный оазис маленького домашнего сада, напоминающего о лете, тепле, солнце, освежающего воздух, и просто красивого!..

Какая погода ни стояла бы на дворе, а в теплицах совхоза «Цветы Заполярья» всегда тепло, светло, зелено. Круглый год здесь помимо других культур выращивают и отправляют в городскую торговую сеть большими партиями около трех десятков разновидностей комнатных растений, которым суждено впоследствии переселиться в квартиры мурманчан.

Одни растения люди приобретают или разводят самостоятельно ради их ярких, красивых цветов, другие любят за декоративность листьев и стеблей, третьими увлекаются, очарованные их сочными, напоенными влагой оригинальными формами, образующими неповторимые природные композиции. Зимой у мурманчан особенно популярны такие красиво цветущие растения, как цикламен, хризантема, азалия, калла, амариллис, бегония; из декоративно-лиственных — нефролепис, асплениум, аспарагус, маранта; из суккулентов (латинское *succulentus* означает «сочный») — алоэ древовидное, опунция, кактусы. Совхоз учитывает покупательский спрос, так что практически любое из перечисленных растений можно приобрести в течение зимы без особых затруднений.

Но одно дело — купить понравившийся цветок и совсем другое — суметь его сохранить, вырастить, заставить раскрыться во всей красе. Что для этого нужно?

Прежде всего — доставить домой в целости и сохранности, не обломав и не заморозив. Поэтому при покупке растения прикиньте, не придется ли ваше возвращение на часы «пик» в транспорте, есть ли у вас с собой что-нибудь подходящее, чтобы как-то «подобрать» веточки и листики, лишить их возможности цепляться за одежду, края «авоськи» или сумки, чтобы хорошенько укутать растение, если на улице холодно... В сильный мороз вообще лучше воздержаться от покупки, так как даже кратковременное пребывание на холоде может стать для растения губительным.

Дома проверьте, достаточно ли увлажнена земля в горшочке. Если нет — полейте отстоянной водой. У растений с гладкими, не опушенными листьями протрите каждый листик влажной марлевой или мягкой губкой — это необходимая санитарная обработка, благодаря ей вы избавите своего питомца от вредителей, других насекомых, которые могут прятаться в укромных местах. Опушенные листики, как, например, у фиалки, примулы, не протирают — им это вредно. Такие растения просто внимательно осматривают и сдувают или осторожно снимают с них пальцами соринки. Поливать эти растения лучше снизу, через поддон, чтобы не загнили стебли и листья.

Ведь одни растения любят тепло, яркий свет, другие предпочитают прохладу и лучше чувствуют себя в затененном месте; одни

(Продолжение на обороте)

3



А Я ДЕЛАЮ ТАК

Сегодня мы публикуем первые письма, в которых наши читатели поделились своими фирменными секретами. Напоминаем, что автору самого остроумного и оригинального совета установлен приз 100 рублей.

Огурчики что надо!

Я укладываю огурцы в трехлитровую банку. Растворяю 250 г соли и заливаю банку до краев холодной водой. Оставляю на 1—2 суток. Затем воду сливаю, укладываю в банку чеснок, лавровый лист, листья смородины, вишни, хрен, укроп, горошки черного перца и опять заливаю холодной водой из-под крана. Закрываю разогретой полиэтиленовой крышкой и — приятного аппетита.

Советом поделилась Тамара САМОЙЛОВА.

Жилье для картошки

Уже давненько я прочитал в журнале «Наука и жизнь» заметку о том, как превратить обыкновенную тумбочку в хранилище для картошки. Совет мне понравился, а когда принялся за дело, то появились мысли об усовершенствовании. В результате у меня в прихожей стоит обыкновенная с виду тумбочка, в которой и живет картошка. И ей там хорошо, и нам удобно.

Картофель я загружаю в тумбочку, откинув столешницу, а беру для приготовления пищи под нижней крышкой, к которой прикреплена отражательная доска. Когда крышка приоткрыта, доска эта придерживает высыпавшиеся клубни.

Клубни перемещаются сверху вниз — это им только на пользу: запас регулярно обновляется, у каждой картошки свой черед попасть в кастрюлю, и они, наконец, всегда в сухости.

И последнее: столешницу и нижнюю крышку подвешиваю к ящику на петлях.

Тумбочку смастерил Петр КРАВЧЕНКО.

Не сыпьте соль на раны — она вам еще пригодится

В магазинах сейчас продают большие банки с томатной пастой. Каждая хозяйка знает, как трудно ее сохранить от плесени и закисания. Но еще труднее обойтись без томата вообще.

Я уже много лет пользуюсь добрым советом моей бабушки, рассказала о нем всем своим знакомым, а теперь хочу поделиться с читателями.

Разогреваю томатную пасту на водяной бане и быстро, пока она не остыла, разливаю по бутылкам. На горлышко кладу два слоя проутюженной марли. Слегка вдавливаю ее внутрь и обвязываю ниткой. В образовавшуюся впадину бугорком насыпаю соль. Она впитает поднимающийся от томата пар, отсыреет, а затем, затвердев, станет плотной герметичной крышкой. Когда будет необходимо, ее нетрудно снять, увлажнив водой и потянув за марлю вверх.

Рада была помочь читателям Валентина КОСЫГИНА.

1

ДЫШИТЕ — НЕ ДЫШИТЕ



ЛЮТИКИ-ЦВЕТОЧКИ

ДОМАШНЮЮ ЭНЦИКЛОПЕДИЮ ХОТИТЕ? РАЗРЕЖЬТЕ И ПЕРЕПЛЕТИТЕ

(Начало на обороте)

Упражнение-массаж коленей

Двумя руками сделать массирующие движения вокруг каждого колена по часовой стрелке 100 раз. Успокаивается нервная система, снимаются боль и отеки в суставах.

Упражнение-массаж стоп

Левой рукой провести 100 раз по подошве правой ноги; то же самое — правой рукой по левой подошве. Укрепляются мышцы и связки свода стопы, снимается усталость, предотвращается плоскостопие.

Упражнение для ступней

Сидя или лежа (можно в постели утром или вечером), сгибать стопы в фаланговых и плюснефаланговых суставах, стараясь приблизить пальцы к подошве и напрягая связки свода стопы; движения сгибания и разгибания должны быть ритмичны, 30—50 раз. Профилактика и лечение плоскостопия.

Упражнение для торса

Сидя, выпрямить ноги, ноги вместе, не сгибать, голову держать прямо. Вытянутыми руками достать пальцы ног 36 раз. При нагибании — выдох, при разгибании — вдох. Улучшается кровообращение, укрепляется мышца сердца, уменьшается отложение жира в брюшной стенке, увеличивается подвижность диафрагмы и эластичность легких. Особенно рекомендуется при эмфиземе легких.

Упражнение для глаз

Согнуть руки в локтях, отдалить и приближая их к лицу 5 раз, смотреть на вторые и третьи пальцы.

Упражнение для туловища

Сидя, положить ногу на ногу, ладонями обхватить колено (сначала одно, затем другое); туловище и голову поворачивать вправо и влево по 18 раз. Вдох производить в исходном положении. Улучшаются кровообращение, дыхание, уменьшаются боли в пояснице, печени, а также в малом тазу.

Упражнение на приседание

Держась за кровать или стул, делать приседания, касаясь пятками ягодиц, 3—4 раза.

Упражнение при запорах

Сидя на стуле, ноги поставить на деревянную круглую палку (в виде скалки), нажимая ступней, перекачивать ее вперед и назад несколько минут; делать ежедневно. Подобный массаж ступней помогает и при бессоннице, а также снимает усталость ног при плоскостопии.

ГАВАА ЛУВСАН,
кандидат медицинских наук,
заслуженный врач РСФСР.

4

ДЫШИТЕ — НЕ ДЫШИТЕ



(Начало на обороте)

Вкусненького хотите?

Предлагаю рецепт маринованных помидоров для тех, кто хотел бы отведать чего-нибудь вкусненького.

Для этого потребуются спелые, гладкие и ровные помидоры. В подготовленную, заранее простерилизованную банку на дно укладываем зелень (укроп, петрушку, листья хрена), чеснок, наливаем растительное масло (лучше оливковое). Затем заполняем банку помидорами, а сверху кладем кольца репчатого лука и еще немного зелени. Все это заливаем маринадом и стерилизуем 20—25 минут. При стерилизации банку следует чуть прикрывать крышкой.

Для 3-литровой банки потребуется: 1,5 кг помидоров, 1 долька крупного чеснока, луковица, 3 столовые ложки растительного масла, зелень — по вкусу.



Маринад делаем так: 3 л воды, 3 столовые ложки соли, 7 столовых ложек сахара, 2 чайные ложки лимонной кислоты, 3 горошины душистого перца, 7 горошин черного перца, 3 шт. гвоздики, 3 шт. лаврового листа.

Помидоры получаются очень вкусные, как свежие, чуть смазанные маслом (от масла запаха не исходит), кроме того, когда вы выкладываете их на блюдо, не требуется никаких украшений: все есть в банке.

К столу приглашала Ирина ДОРМИДОНТОВА.

Луковые секреты

Зеленый лук в овощных магазинах иногда продают с луковичками. Зеленый лук обрезаю, а здоровые луковички не выбрасываю, а опускаю в банку с водой. Воды наливаю столько, чтобы до нее доставали корни. И через 7—8 дней получаю новый урожай. И еще один луковый секрет: для хорошего роста я поливаю луковички теплой водой или ставлю банку с ними на остывающую плитку.

Секрет раскрыла Нина АФИНОГЕНОВА.

А Я ДЕЛАЮ ТАК



2

(Начало на обороте)

ФОРМОЧКИ «ГНОМИК»

4 яйца, 2 свежих помидора (или 2 большие красные редиски), томат-паста, черный перец горошком.

У каждого из сваренных вкрутую очищенных яиц ровно срезать тупой конец так, чтобы яйцо могло держаться в вертикальном положении. Слегка срезать и острые верхушки яиц, чтобы плотно надвинулись «шляпки». Получились «лица» гномиков. Чтобы сделать «шляпки», надо разрезать помидоры (или редиски) пополам вдоль, удалить часть мякоти таким образом, чтобы каждая «шляпка» плотно наделась на «лицо». На «лицах» острым кончиком тонкого ножа проколоть небольшие отверстия для глаз, вставить горошины перца, между ними тонкой кисточкой или из бумажного кулечка-корнетика нарисовать томатом-пастой треугольничек носа острым углом вверх, а под ним — изогнутую полосочку улыбающегося рта.

ФОРМОЧКИ «ГРИБОК»

Такие формочки можно приготовить аналогично «Гномикам», используя в качестве ножек грибов или, как в предыдущем рецепте, сваренные вкрутую яйца, или же очищенные вареные картофелины, которым нужно придать продолговатую форму. На блюдо под грибами можно подлить сметану либо майонез и положить веточки свежей зелени, а можно этими грибами украсить салат или винегрет.

САНДВИЧИ ОСОБЫЕ

1 слегка зачерствевший батон, 4 столовые ложки размягченного сливочного масла, зелень петрушки. Для пасты: 1 плавленый сырок (или примерно столько же твердого сыра), 2 столовые ложки майонеза, 1 стакан ядер грецких орехов, 4—5 зубчиков чеснока.

У батона срезать корки, придав ему форму прямоугольного бруска, и разрезать его вдоль на две половины. Одну половину по месту разреза густо намазать маслом, поверх него — сырной пастой. Половинки батона снова сложить друг с другом, завернуть в полиэтиленовую пленку и на 4—5 часов поместить в холодильник, чтобы хлеб пропитался начинкой.

Приготовить пасту: орехи и чеснок пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, сырок натереть на мелкой терке, растереть с майонезом и перемешать с орехово-чесночной массой.

Батон достать из холодильника, снять пленку и нарезать поперек на одинаковые куски, выложить их на плоское блюдо, украсить зеленью петрушки.

Вместо сырной пасты можно в качестве начинки использовать селедочное масло, но тогда обычным сливочным маслом хлеб мазать не надо.

Ольга ШАПОШНИКОВА,
технолог общественного питания.

4

КУШАТЬ ПОДАНО!



ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

(Начало на обороте)

бояться сквозняков, другие переносят их нормально, одни требуют частого полива, другие обходятся без него достаточно долго, запасая влагу впрок...

А теперь постарайтесь найти книжку по комнатному цветоводству и побольше узнать о потребностях вашего приобретения. Поскольку такой литературы явно мало, то в дальнейшем мы постараемся в этой рубрике рассказать о наиболее популярных среди горожан комнатных растениях, в особенности о тех, что выращиваются в нашем совхозе и продаются в магазинах. Пока же придется поискать нужные сведения, так как иначе сохранить новое растение в доме мало шансов.

Кроме полива, который в зимнее время не должен быть обильным, и очистки, растение может нуждаться в подсыпке земли в горшочек, причем подсыпать землю надо аккуратно, чтобы не закрыть корневую шейку и оставить место для воды. Утрамбовывать землю не надо. Достаточно слегка уплотнить.

До весны растения не нуждаются ни в подкормке, ни в пересадке. Но, если вас по каким-то причинам не устраивает горшочек, то можно сделать перевалку в другой. Эта безболезненная для растения и несложная для исполнителя процедура выполняется так. Почву обильно поливают, затем переворачивают горшок вверх дном и, придерживая растение рукой, выбивают его вместе с землей. Не нарушая кома и не трогая корней, опускают в подготовленный новый горшок с дренажем из битых черепков, положенных выпуклой стороной вверх, слоя гравия, мелкого щебня, кусочков угля, крупнозернистого песка, а поверх дренажа — с небольшим слоем почвы. Растение опускают так, чтобы корневая шейка была на уровне края горшка. Затем, держа растение одной рукой, подсыпают землю между стенками горшка и комом. Подсыпанную землю слегка уплотняют.

Перевалку можно делать в любое время года, пересадку — в конце периода покоя растения, то есть только не зимой. Если при перевалке основной ком земли сохраняется, а делается она обычно или для простой замены горшка, или для замены его с расширением жизненного пространства для разросшихся корней, то при пересадке практически вся земля обновляется, а делается пересадка чаще всего для замены истощенной или закисшей земли, оздоровления корневой системы и, если нужно, одновременной замены горшка на более просторный. Пересаживают растения так же, как и переваливают, с той лишь разницей, что ком земли у выбитого из горшка растения осторожно разрушают, стряхивают по возможности остатки с корней, а некоторые их поврежденные, или омертвевшие, или чересчур отросшие части обрезают острым ножом или лезвием.

Размножать комнатные растения зимой не рекомендуется: чтобы получить хороший результат, надо создать почти «весеннюю среду», что в домашних условиях на нашей широте очень и очень сложно. Лучше отложить это до весны.

Елена ГАСЮЛЬ,
главный агроном совхоза «Цветы Заполярья».

4



ЛЮТИКИ-ЦВЕТОЧКИ



...Я другое дерево...

Друиды, замкнутая каста жрецов — наследников традиционных поверий и обрядов древних кельтов, жили в незапамятные времена в глухих галльских, ирландских и британских лесах, которые они считали святыми, и, придавая большое значение деревьям, связывали с ними особенности человеческих характеров. На характер и судьбу человека очень влияли также, согласно поверьям друидов, зимнее и летнее противостояние Солнца, весеннее и летнее равноденствие. Все это и определило своеобразие друидского гороскопа, чья история уходит в глубь веков более чем на два тысячелетия. В соответствии с ним судьба человека зависит от качеств «его» дерева и от удаления Солнца от Земли в день его рождения. Поэтому каждый знак имеет два периода действия.

О самих друидах до нас дошло очень немного сведений. Известно, например, что перед началом своей капланской деятельности они обязаны были провести двадцать лет в одиночестве, чтобы укрепить свой характер, и это считалось первым этапом посвящения. Высшую категорию составляли жрецы, пользовавшиеся славой колдунов. Они устанавливали календарь со счастливыми для племен днями и почитались как хранители прошлого и предсказатели будущего.

Сегодня мы начинаем публикацию гороскопа друидов.

ПИХТА

2—11 января; 5—14 июля

Красивая скорее холодной, строгой красотой, ПИХТА любит старинные украшения, а также пригашенные лампы, запах духов, старые вещи и полные величия праздники. Капризна и не всегда легка в общении и совместной жизни. Обладая развитым чувством обособленности, часто ощущает себя одинокой даже в большом коллективе. Плохо поддается постороннему влиянию, редко высказывает свое мнение, не отличается особой разговорчивостью и веселостью. Очень горда, настойчива в достижении поставленных целей.

В любви редко бывает удовлетворена. Требовательна и несговорчива; всегда хочет много получать от жизни, так как знает о своих достоинствах, и обычно ей это удается. Однако случается ей и влюбляться без памяти, и тогда весь ее мир рушится. Ее любовь может быть поистине безграничной.

Исключительно умная, ПИХТА обладает аналитическими способностями, научными наклонностями, но не всегда достигает успеха. Случается, что она волею обстоятельств работает в такой области, которая не имеет ничего общего ни с ее талантами, ни со специальностью. К работе относится серьезно и достигает определенных высот благодаря своей добросовестности и скрупулезности.

(Продолжение на обороте)

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА



Искусство ссоры

Итак, правило следующее. Не вовлекайте в свой конфликт друг с другом посторонних! Во-первых, многие ваши друзья наверняка «общие» и, постоянно настаивая, чтобы они принимали именно вашу сторону, вы ставите их в неудобное положение, а порой и вообще рискуете потерять. Во-вторых, если взаимоотношения двоих вообще дело сугубо личное, интимное, то конфликт — тем более. Еще вчера вы ссорились с ней (с ним) и совет, поддержка друзей казались полезными (в конце концов надо же кому-то душу излить!). Но вот наступило сегодня, вы решили свои внутренние проблемы. И вам теперь вряд ли приятно осознавать, что сор вынесен из избы. Тут всегда очень важна грань, до которой можно допустить кого-то в осведомленности в ваших делах.

К тому же то, что человек решает или выбирает сам, решается и выбирается сознательно, а значит, достаточно основательно. За чужой счет серьезных проблем не решить. Они все равно еще и еще раз проявятся. Так что — при всем уважении к советам — не путайте рекомендации с вмешательством; старайтесь добираться до истины самостоятельно.

Особенно плохо, когда в супружеский конфликт вовлекаются дети. Тут уж, давайте сами себе признаемся, ни о каком стремлении к выяснению истины и речи не может быть. Мы элементарно пытаемся спекулировать ребенком, демонстрируя тому, с кем ссоримся, что сын или дочь «на нашей стороне», «больше меня любит». И, следовательно, мы правы (!!). Еще никогда такие «аргументы» не помогали решить ни одного конфликта, а вот психологическая вредность подобных ситуаций для самих детей общеизвестна и весьма серьезна. Ребенок вообще крайне тяжело переносит необходимость выбора — кто ему ближе: отец или мать. И уж совершенно неверно думать, что кто-то из родителей будет более любим «за счет» другого. Тут сумма всегда больше, чем соединение слагаемых.

Избегайте привлекать к выяснению взаимоотношений с мужем или женой своих родителей. Не стоит даже обращаться в ссоре к их оценкам. Ведь можно не соглашаться с мнением или требованием партнера, спорить, злиться, обижаться, но как важно сознавать, что это — его искреннее, собственное мнение или требование. А фраза вроде: «Говорила же мне мама!..» сразу многое меняет. Словно в ваши личные дела вводят постороннего цензора. Слишком обидно. Этим можно перевести конфликт на куда более неприятный уровень.

И, наконец, еще два правила, быть может, самых главных. Большинство людей согласится, что их, без сомнения, надо придерживаться. И большинство испытывает в этом затруднения, вяло ссы-

(Продолжение на обороте)

Начало в № за 21 января.

3

— ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

ГОРОСКОП

БЫТЬ ВМЕСТЕ

Если вам нужна справка

Справку о службе и работе в частях всех родов войск (кроме Военно-Морского Флота), о награждениях орденами и медалями военнослужащих, учебе в военных учебных заведениях в период с 1918 года до июня 1941 года, о службе в войсках ВЧК, ОГПУ, НКВД, МВД с 1918 по 1950 г. можно получить в Центральном Государственном архиве Советской Армии [125212, г. Москва, ул. Адмирала Макарова, 29].

Сведения о прохождении службы и работе в Советской Армии в годы Великой Отечественной войны и послевоенный период, о пропавших без вести и погибших, местах захоронения в период войны, о награждении орденами и медалями, в том числе медалью «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941—45 гг.», следует запрашивать в архиве Министерства обороны СССР [142100, Московская область, г. Подольск, Варшавское шоссе, 9а].

За подтверждением службы и работы в Военно-Морском Флоте с 1918 по июнь 1941 года, об учебе в военно-морских учебных заведениях, о ранениях, награждении за этот период необходимо обращаться в Центральный Государственный архив Военно-Морского Флота СССР по адресу: 191065, Ленинград, ул. Халтурина, 36. Здесь же можно получить данные об участии моряков в революционном движении.

Центральный Военно-Морской архив [188350, Ленинградская область, г. Гатчина, Красноармейский проспект, 2] выдает справки о службе и работе в Военно-Морском Флоте за военный и послевоенный период.

Материалы об участии в партизанском движении во время Великой Отечественной войны хранятся в партийных архивах обкомов, крайкомов или ЦК компартий союзных республик, на территории которых действовали партизанские отряды.

За сведениями о ранениях и лечении в госпиталях в период Великой Отечественной войны следует обращаться в архив медицинских документов Военно-медицинского музея [196180, Ленинград, Лазаретный переулок, 2].

Согласно постановлению Совета Министров СССР № 1655 и Указу Президиума Верховного Совета СССР от 12 января 1989 года, лицам, необоснованно привлеченным к уголовной ответственности, и лицам, репрессированным в период 30—40-х и начале 50-х годов, а впоследствии оправданным или реабилитированным, время нахождения их в местах заключения или ссылки засчитывается как в общий трудовой стаж, так и в стаж работы по специальности.

(Продолжение на обороте)

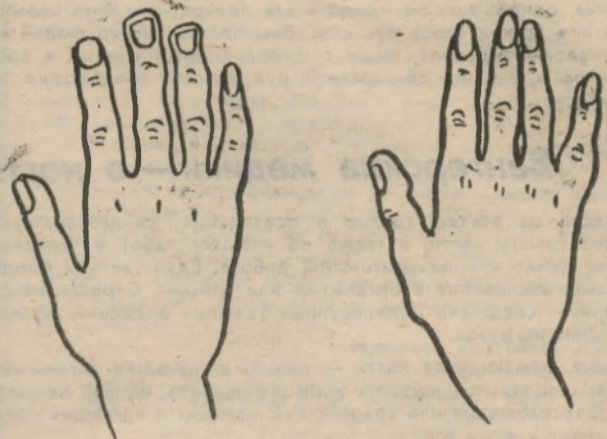
Начало в № за 14 января.

5



Ключ ко мне — в моих руках

Смешанная рука. Встречается у подавляющего большинства людей. Она совмещает в себе признаки по меньшей мере двух типов рук, поэтому и характер человека со смешанной рукой следует определять, исходя из особенностей, свойственных обладателям тех типов, которые присутствуют в смешанной руке. А это, как правило, очень нелегко. Люди с руками смешанного типа по-прежнему наделены теми качествами, которые присущи основным типам, поэтому во всех областях деятельности в большинстве случаев остаются любителями. Если люди, обладающие «типичными» руками, имеют скорее сильные, чем разносторонние черты характера, то смешанный тип указывает на более разносторонние интересы и способности.



Смешанная рука

Философская рука

Философская рука. С этим типом руки неразрывно связано увлечение всем возвышенным, высоконравственным. Такая рука характеризуется кистью большой или средней величины, узловатостью обоих суставов пальцев, полуконической формой ногтевой фаланги, почти одинаковой длиной и шириной обеих фаланг большого пальца, что указывает на равновесие силы ума и силы воли.

(Продолжение на обороте)

Начало в № за 14 и 21 января.

5

ТВОЕ ЗАЗЕРКАЛЬЕ

ДЕ-ЮРЕ. ДЕ-ФАКТО

ДОМАШНЮЮ ЭНЦИКЛОПЕДИЮ ХОТИТЕ? РАЗРЕЖЬТЕ И ПЕРЕПЛЕТИТЕ

(Начало на обороте)

лаясь на свой характер. Не бойтесь признать, что вы неправы, особенно в ссорах с близким человеком! Не бойтесь первым пойти на примирение! Почему человеку так сложно бывает следовать этим принципам? Дело в том, что признание своих ошибок и чужой правоты часто (к сожалению) ассоциируется с поражением, неудачей, пусть даже мелкой. «Не бойтесь...» — сказано не случайно. Мы действительно боимся, что «проигрыш» будет ударом по нашему самолюбию, изменит к худшему отношение к нам. Порой умом сознаем, что это не так... и все равно в душе боимся. Но ведь конфликт с близким человеком — это совершенно особая ситуация, в корне все меняющая. Он, так или иначе, дорог вам! И уступить ему — практически всегда значит проявить силу, которой движет любовь и забота о нем. Разве это не будет по достоинству оценено? Конечно, уступать и соглашаться в ссоре нужно и по чисто тактическим соображениям: попробуйте-ка продолжать ругаться с человеком, который улыбается вам в знак согласия. Вы очень быстро почувствуете себя в смешном, нелепом положении. Но все же главное в том, чтобы ваш партнер ощущал как можно чаще: его спокойствие, радость, уверенность в себе для вас куда важнее, чем сиюминутная правота и мелкие «победы» в ссорах. Тут вы, как говорится, выполняете задачу-максимум. И если вы хоть раз этого добились, вас не надо убеждать.



Вот, пожалуй, основное, что хотелось бы сказать о «внутри-усобных» конфликтах. Конечно, тема эта куда более обширна. И большинство из вас наверняка могут что-то добавить из собственного «ссорного» опыта. Но даже сказанное убеждает: это действительно настоящее искусство — ссора «без последствий». Особенно с человеком близким. Учиться этому надо всегда. Но скажите — разве игра не стоит свеч?

Андрей ВАЛАМИН,
врач-психиатр.

БЫТЬ ВМЕСТЕ



4

(Начало на обороте)

Обладатель философской руки ценит истину выше красоты, предпочитая сущность форме. Узлы на пальцах говорят о способности обстоятельно взвешивать, точно рассчитывать; конусообразное заострение пальцев — о любви к поэзии; совокупность же этих признаков в сочетании с особенностями большого пальца — о способностях к занятиям метафизикой и философией. Человек с такими руками предпочитает неприкрашенную действительность привлекательной иллюзии, больше интересуется причиной явлений, чем следствием. Он не принимает на веру ни одной идеи, прежде чем тщательно и всесторонне не проанализирует ее и не убедится в ее истинности, стремится познать как правило, так и исключение, интересуется как отдельным человеком, так и целой группой, народом. Благодаря присущей ему любви к порядку и стремлению проникать в сущность предметов, явлений он привык классифицировать их, но не просто упорядочивая, а группируя на основе характерных признаков и никогда не руководствуясь случайным внешним сходством. Рассудок — его главный стержень и отправная точка, однако ему не чуждо и все прекрасное. В то время как обладатели других типов рук способны понять только людей с руками аналогичного типа, люди с философскими руками в состоянии понять и оценить обладателей рук другого типа, кроме чисто артистических.

Венгерские медики — о ногтях

Бороздки на ногтях, тонкие и правильные, свидетельствуют о привычке грызть ногти, а также об избытке забот у человека, о сильном страхе или изнурительной работе. Единственная бороздка — признак воспаления в организме или травмы. Скрещивающиеся бороздки — следствие перенесенных тяжелых операций, болезней, психических нагрузок.

Хрупкие, ломающиеся ногти — результат нехватки витаминов А и В или минеральных веществ (кальция, железа, цинка), неправильного кровоснабжения или воздействия моющих и чистящих средств, отнимающих у кожи жиры.

Черные пятнышки на ногтях не всегда безобидны: они могут означать болезнь печени.

Ложкообразные ногти со впадой поверхностью говорят о нарушении обмена веществ в связи с сильной нехваткой в организме железа.

Выпуклые ногти, похожие на кончики барабанных палочек, — предупреждение о возможном туберкулезе, нарушении работы сердца, обмена веществ.

Ногти с выпуклостями и впадинами — симптом заболеваний печени, артрита, воспаления ногтевых поверхностей. Встречаются также ногти и у людей, страдающих выпадением волос.

ТВОЕ ЗАЗЕРКАЛЬЕ



6

(Начало на обороте)

ПИХТА благородна, на нее можно положиться во всем, что бы ни случилось. В любой ситуации она не теряет присутствия духа, надежды и веры. Она выше мелочей, разборчива и мелким удовольствиям предпочитает удовлетворение в большом. Оказавшись перед выбором, она из всех решений принимает обычно самое трудное, поскольку создание трудных ситуаций для себя и других — это ее призвание.

Черты рожденных под знаком ПИХТЫ: интеллектуальный склад ума, склонность к анализу, логическое мышление, аскетизм.

Под знаком ПИХТЫ родились Жанна д'Арк, А. Толстой, Дж. Голсуорси, Наполеон Бонапарт.

ВЯЗ

12—24 января; 15—26 июля

Большой, стройный. Весьма привлекателен для окружающих, но обладает чем-то, что держит их на определенной дистанции. Не слишком следит за собой, одевается с некоторой простотой, часто подолгу не может расстаться со старым свитером, другой одеждой...

Непритязателен, не любит усложнять себе жизнь, спокойный, уравновешенный, ответственный. Особенно заметный недостаток — медлительность, а склонность к морализированию — самая несносная черта.

ВЯЗ прямолинеен и открыт, обезоруживает своей щедростью, верит в людскую доброту. Если он защищает какое-либо дело, то можно не сомневаться, что оно благородно. Уверен, что рано или поздно добьется признания; сильнее, чем другие, переживает неудачи, многое делает для пользы своих близких, отличается преданностью.

В чувствах страстен, может быть даже пылким. Если его выбор окажется удачным, то он сумеет создать условия, чтобы в его доме любовь пережила бриллиантовую свадьбу. Однако его требования столь же велики, как и любовь, которую он дарит сам.

Любит руководить и в гораздо меньшей степени — подчиняться. Оказывает влияние на людей и нередко пользуется этим. Искусен в управлении, обладает здравым рассудком и умелыми руками, отличается живым умом, конкретным и практическим. Чувство юмора, которым он наделен в достатке, часто спасает его от разочарований.

Его жизнь будет приятной и лишенной потрясений — такой, как ему хочется. Относитесь к нему с терпимостью — он этого стоит.

Черты рожденных под знаком ВЯЗА: наблюдательность, организаторские способности, реализм.

Под знаком ВЯЗА родились Мольер, Эдгар По, Альберт Швейцер, Стендаль.

(Продолжение следует).

8

(Начало на обороте)

Поэтому они в случае необходимости могут обращаться за справками о вынесении в отношении их оправдательных приговоров в судебные органы и органы прокуратуры по месту репрессий или реабилитации.

Нередко граждане в своих письмах просят сообщить, относится ли определенная местность к районам Крайнего Севера, так как работа в этих районах дает право на целый ряд льгот.

Ответ на этот вопрос можно получить практически в любом исполнительном комитете, в правоохранительных органах, профсоюзном комитете.

Хочется напомнить гражданам, что прежде чем обращаться в архивы или другие учреждения за справками, следует выяснить в отделе социального обеспечения, какие именно и за какой период нужны сведения.

При этом необходимо усвоить, что важное значение, как уже отмечалось, имеет время работы, точное наименование организации, номер воинской части, где проходили службу, так как это обеспечит наиболее оперативную подготовку запрашиваемого документа.

Если по каким-либо причинам вы эти данные утратили или забывали, следует сообщить название вышестоящей организации предприятия или воинской части, в состав которой входило предприятие (воинская часть). Это поможет в более короткие сроки найти нужные сведения, ведь количество запросов с каждым годом неуклонно растет: только Государственным архивом Мурманской области в 1990 году выдано более 2 тысяч справок.

Заканчивая информацию, считаем необходимым сообщить, что консультацию о порядке получения различного рода справок о трудовой деятельности дают на приемах органы прокуратуры, нотариальные конторы, работники облсопрофа, государственного архива и местных Советов.

Елена ФЕДОРОВА,
старший научный сотрудник
Государственного архива Мурманской области.

Алексей БАЛАКИН,
старший юрист-консульт горисполкома,
заслуженный юрист РСФСР.

Этот выпуск «Домашней энциклопедии» подготовили Наталья ПОГИБА, Галина ЯНОВСКАЯ, Ирина ЛИНОВА.



6

ТЕПЛАЯ КОМПАНИЯ

Окончание. Начало на 2-й стр.

главе с председателем Юрием Низгиревым и его замом Александром Тимофеевым. Многие — опять же этак по-семейному.

Когда готовился материал, Александр Тимофеев даже посоветовал: мол, стоит ли огорять городить? Вот он девять лет работает в «Спутнике», а его жена лишь трижды за границей побывала — в ГДР, Норвегии и Индии (последние две поездки в минувшем году. — М. К.).

Верно, что не очень стремясь супруга за норд. Но в том, первом, круизе нашлось место на теплоходе для брата Александра, жены брата и для брата жены. Разберется? А также для жены Юрия Низгирева и его родной сестры с мужем, дочери инструктора Л. И. Черкесовой, жены инструктора Е. Н. Мажарова...

ПОЗОВИ МЕНЯ В ДАЛЬ...

Отбоя от желающих попасть на не очень белый теплоход «Алла Тарасова», ходивший в круизы, не было в течение всей второй половины прошлого года. Эти круизы, и сейчас называют «коммерческими».

Юна Вадсе известна своей аристократической строгостью. Скажем, порпоржурнал, хотя они в Норвегии не запрещены, там купить, по словам очевидцев, очень сложно. Первые — эти рейсы норвежцы принимают охотно, доброжелательно — соседи как-никак. Тем не менее эти чувства довольно быстро сменились почти неприязнью. Более того, против орд мурманских туристов пришлось ввести жесткий таможенный контроль, так как чуть ли не каждый норвежец провозил в город контрабанду. В первую очередь — водку.

Назову некоторых наших сограждан, малую их часть, за державный таможенниками и полицейскими:

С. В. Брагина, повар ресторана «Мурманск».

Горский, официант ресторана «Меридиан».

Т. Я. Михалевич, работник местного центра Кировского горкома комсомола.

С. В. Контиевский, зам. предсе-

дателя профкома треста «Мурманскморетри».

А. Н. Воицкий, моторист Мурманского морского пароходства.

Что интересно, конфликт с таможней по нынешним демократичным временам не является препятствием для очередной поездки за границу. Скажем, в ноябре сразу шесть работников «Арктикоморнефтегазразведки» были оштрафованы норвежской таможней за попытку вынести с теплохода водку. В декабре же они снова отправились в круиз.

Я не случайно столь подробно останавливаюсь на первом путешествии. Оно, подчеркиваю еще раз, во всех отношениях было исключительным. И по подбору «надров», и по некоторым льготам. Например, начиная примерно с октября турист вместе с обменом должен был выложить около 800 рублей за свою морскую прогулку. В сентябре — на три сотни меньше, так как часть валюты менялась по «старому» курсу: за 30 рублей — 300 норвежских крон.

И столь же тщательный, ну, может, чуть менее тщательный, подбор «команды» теплохода можно пронаблюдать лишь в еще одном круизе — в конце года. Потому как то путешествие совпадало по времени с уцененной рождественской распродажей.

СВОЯ «КОМАНДА»

Даже беглый анализ списков путешественников в Норвегию позволяет заметить, что некоторые фамилии мелькают чаще остальных. Прежде всего это сами работники БММТ «Спутник». Только в круизах они побывали:

председатель БММТ «Спутник» Ю. Ф. Низгирев — 6 раз;

его зам А. П. Тимофеев — 7;

директор интерклуба БММТ «Спутник» В. А. Давыдов — 10;

инструктор Е. Н. Мажаров — 10;

инструктор Л. И. Черкесова — 4;

водитель «Спутника» А. Г. Патраков — 4;

сотрудница интерклуба Н. К. Нсаченкова — 9 раз.

И надо отметить, что большинство из них ездили либо членами дирекции туризма (их трое), либо руководителями групп, коих обычно целых пять. Одним словом — бесплатно.

Тратиться приходилось лишь на обмен. А что такое 500 норвежских крон? Это, скажем, плохой двухассетник. Или очень хороший, с программным управлением, утюг — да еще сдача крон 200 останется. Или, если один раз всю сумму задекларировать, — машина. Рухлядь, правда, что на свалку по их меркам годится, — может чуть больше тысячи крон стоить. Но то по их меркам.

А если декларировать не один раз, а десять?

И, наверное, недалеко от истины разговоры, что «Валера Давыдов (директор интерклуба. — М. К.) три машины уже себе привез».

И еще я могу рассказать вам, читатели, об автотуре в Финляндию, куда Юрий Низгирев исключительно со своей «командой» отбывал летом минувшего года. И могу сказать, что на мизерные суммы официально полученных финских марок «команда» умудрилась купить массу видео и бытовой техники...

И те же люди потом не раз были в круизах.

Надоело.

Я все привожу и привожу факты, которые, на мой взгляд, безусловно доказывают, что БММТ «Спутник» с каждым годом все больше и больше превращается в вотчину. На сегодняшний момент хозяйном в ней — Юрий Низгирев. Но у хорошего хозяина и овцы будут целы, и волки сыты. Не знаю, кто из нас овцы, кто волки. Но в делах «Спутника», где всегда «с пониманием» относились к своим комсомольским работникам, родственникам и нужным людям, сейчас уж больно заметен крен в эту сторону.

Мне доводилось видеть списки отправляющихся в круиз с личными пометками председателя БММТ «Спутник».

Все меньше, а порой их нет вообще, попадает путевок в

райкомы и горкомы комсомола. И все больше по линии бюро молодежного туризма едет за границу граждан, чей возраст перевалил за черту молодости. В том первом норвежском круизе не только социальное положение было солидным, но и возраст: 42 процента — старше 35 лет, из них 7 процентов — старше 50.

Я придираюсь? Возможно. Но ведь «Спутник» и создавался специально для молодежи. Пусть чуть меньше, чем в «Интуристе», сервиса, но зато и цена поездки ниже.

Факты, факты... И для меня, и, видимо, для каждого, кто пристальнее взглянет в деятельность БММТ «Спутник», станет ясно: речь надо вести не о каких-то мелких упущениях в работе, но о планомерном, состоятельном выкачивании всевозможных преимуществ, которые дает штатное кресло работника бюро.

Но кому вести речь? Работники обкома ВЛКСМ, как я уже говорил, сами — систематические руководители загранпутешествий. Вот и в самом первом круизе одну из групп возглавлял второй секретарь обкома Александр Заборщиков. Секретарь обкома Олег Лебедев пошел руководителем в следующий круиз.

Нечастые гости в Мурманске работники центрального «Спутника». Но вот по документам видно, что с 22 по 25 сентября замами директора круиза ушли сразу две москвички — Т. С. Полякова и С. И. Сахарова. Т. С. Поляковой море так понравилось, что она отправилась и в следующий круиз — переводником. Естественно, бесплатно.

...Совсем недавно бюро обкома ВЛКСМ все же обсудило работу БММТ и вынесло решение: Юрия Низгирева и Александра Тимофеева строго предупредить за нарушение социальной справедливости в распределении путевок.

Что-то, а могучие, но ничего не значащие формулировки придумывать у нас умеют.

Михаил КРЮКОВ.
P.S. И все же я надеюсь еще вернуться к этой теме.

М. К.

СПРАВКИ

ФИЛЬМЫ

АВРОРА

(автоответчик 3-80-74)

Копытом сюда, копытом туда — 28 января в 19.00 и 21.30, 29 и 30 января в 14.00, 19.00 и 21.30; Нан три мушкетера (2 серии, Индия) — 29 и 30 января в 18.30; Рембо — 30 января в 18.10, 18.00 и 20.00.

АТЛАНТИКА

(автоответчик 9-05-18)

Полный фильм из Бесерли Хилл (США) — 28 января в 17.40, 18.50 и 22.00, 29 и 30 января в 9.30, 11.30, 13.30, 15.30, 17.40, 19.50 и 22.00; Трудно быть богом — (2 серии) — 28 и 29 января в 16.50, 19.20 и 21.50, 30 января в 16.10, 18.50 и 21.30. Для детей: Роня — дочь разбойника — 29 января в 10.00, 11.40, 13.20 и 15.00; Чиполлино — 30 января в 10.00, 11.30, 13.00 и 14.30.

МИР

(автоответчик 3-17-88)

Тарзан — человек-обезьяна (фильм первый) — 28 января в 18.00, 20.00, 22.00, 29 и 30 января в 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00 и 22.00.

МУРМАНСК

(автоответчик 4-52-88)

Унесенные ветром (3 серии, США) — 28 января в 17.10 и 21.00, 29 и 30 января в 9.30, 13.20, 17.10 и 21.00.

РОДИНА

(автоответчик 5-25-47)

Фантомас разбушевался (Франция) — 28 января в 17.30, 18.00, 19.30, 20.00, 21.30 и 22.00, 29 и 30 января в 9.30, 10.00, 11.30, 12.00, 13.30, 14.00, 15.30, 16.00, 17.30, 18.00, 19.30, 20.00, 21.30 и 22.00 (оба вечера).

СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ

(автоответчик 6-22-37)

Зеленая нора (ФРГ — Гана) — 28 января в 19.00 и 21.30, 29 и 30 января в 10.00, 12.15, 14.30, 16.45, 19.00 и 21.30; Никогда не говори «никогда» (2 серии, США) — 28 января в 18.30 и 21.00; Выкуп — 28 января в 17.00, 19.10 и 21.00.

УТЕС

(автоответчик 6-13-28)

Нажда мести (2 серии, Индия) — 28 и 29 января в 17.00 и 20.00; Достигая невозможного (Англия) — 30 января в 17.00, 19.00 и 21.00. Для детей: Бедный Джон и Арника (Венгрия) — 30 января в 10.45.

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ И ТЕХНИКИ

имени С. М. КИРОВА

Большой — 28 января в 12.00 и 14.00; Танси-блэз (СССР — Франция) — 28 и 29 января в 16.00, 18.00, 20.00 и 22.00; Мистер Питкин в тылу врага — 30 января в 11.30, 13.15, 15.00, 16.45 и 20.15.

МЕЖСОЮЗНЫЙ

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ

Дикое сердце (Мексика) — 29 и 30 января в 16.00, 18.00 и 20.00.

СПЕКТАКЛИ

ОБЛАСТНОЙ ДРАМАТИЧЕСКИЙ ТЕАТР

В. Соллогуб, Н. Некрасов Курьезы любви (Боденль в двух пьесах) — 30 января в 18.00.

ВЫСТАВКИ

ОБЛАСТНОЙ ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ МУЗЕЙ

Выставка произведений заслуженного художника РСФСР Б. Непомнящего. Выставка работ флористов (г. Ленинград, Мурманск) Музей работает с 11.00 до 19.00, выходной день — понедельник.

КРОССВОРД

По горизонтали. 5. Польский писатель, автор романа «Пепел». 8. Марка советского фотоаппарата. 9. Церемониал. 12. Хищная птица, занесенная в Красную книгу СССР. 13. Длинная большая жердь. 14. Американская межконтинентальная баллистическая ракета. 17. Город на юге Франции. 18. Сладкий продукт из фруктов или ягод. 19. Огородное растение, овощ. 21. Русский композитор и пианист. 25. Ревностный приверженец идеи, учения. 26. Один из самых распространенных породобразующих минералов. 27. Жрец у древних кельтов. 30. Советское издательство. 31. Верхняя зимняя одежда оленеводов. 32. Персонаж оперы Н. Лысенко «Наталка-Полтавка».

По вертикали. 1. Рыба семейства пососей. 2. Французский драматург XVII века. 3. Рыболовное орудие. 4. Единица объема в Великобритании и США. 6. Часть сердца. 7. Человек, живущий на проценты с отдаваемого в ссуду капитала. 10. Украинский философ, поэт, педагог. 11. Опера Р. Вагнера. 15. Часть печного дымохода. 16. Речное гребное судно запорожских казаков. 20. Приток Днепра. 22. Вид гречневой крупы. 23. Одна из муз в греческой мифологии. 24. Очень быстрое повторение музыкального звука. 28. В русской армии XVIII—XIX веков унтер-офицер из дворян. 29. Металлическая пластинка, украшение сбруи или мебели.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД.

ОПУБЛИКОВАННЫЙ 23 ЯНВАРЯ

По горизонтали. 7. Смоленск. 8. Меркатор. 10. Нагайка. 11. Аргон. 12. Айран. 13. Пассатижи. 15. Мангал. 17. Сергей. 19. Федин. 21. Генерал. 22. Облатка. 25. «Театр». 27. Летяга. 28. Ивдель. 29. Ярмольник. 32. Регул. 34. Торба. 35. Парвеню. 36. Индуктор. 37. «Трембита».

По вертикали. 1. Империя. 2. Севан. 3. Осанна. 4. Меланж. 5. Акаба. 6. Поставец. 9. Шаланда. 13. Плисецкая. 14. Исправник. 16. Галерея. 18. Ренклод. 19. Фрахт. 20. Набор. 23. Павлово. 24. Пелерина. 26. Алебастр. 30. Рапсод. 31. Изюбрь. 33. Лерка. 34. Терма.

