

17 марта — референдумы СССР и РСФСР

2-я — 3-я страницы

ПСИХОТЕРАПЕВТЫ, ЭКСТРАСЕНСЫ, ГИПНОТИЗЕРЫ...

5-я — 6-я страницы

Комитет рабочего контроля: поэзия замыслов и проза жизни

4-я страница



ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК

№ 29 ★ 13 марта 1991 года, среда

Издаётся с января 1991 года

Цена 20 копеек

ГОРОД ВДОЛЬ И ПОПЕРЕК

В ИЗБЫТКЕ ТОЛЬКО ПРОДАВЦЫ

С понедельника шесть из восьмидесяти магазинов горпшторга переведены на экспериментальный режим работы: это магазины № 1, 8, 19, 23, 51, 52. Теперь они открываются в 12 часов дня. Связано это с сокращением товарных ресурсов и уменьшением нагрузок на продавцов. На экспериментальный режим переведены магазины узкой специализации («Хлеб», «Молоко»), рядом с которыми есть другие торговые точки. Эксперимент рассчитан на месяц-другой. Время покажет, насколько не пострадают и покупатели, и горпшторг.

В ближайшее время на такой режим намечено также перевести магазины № 62, 68, 72, 77.

С МИРУ ПО НИТКЕ

550 рублей пожертвовали мурманчане на реконструкцию церкви Бориса и Глеба на реке Паз, построенной в свое время на средства царевича Алексея и морских офицеров. Этим летом церковь, передавшая православным верующим, должна стать действующей.

А пока клуб самодеятельных художников «Северная палитра», каждый выходной продавая картины на Пяти Углах, тут же отдает часть средств на реконструкцию и ведет сбор пожертвований.

БУДЬТЕ ВЗАИМНО ВЕЖЛИВЫ!

Вчера 27 магазинов горпшторга торговали яйцами, что вызвало... недовольство покупателей.

А раздражение вместо радости объясняется ценами — 1 рубль 90 копеек за десяток — и якобы нарушенными сроками реализации продукции.

Но торговля в данном случае не виновата. 4 вагона этих яиц закуплены в Тюмени по договорным ценам, и со сроками реализации все в порядке, заверили редакцию в горпшторге.

ПЕРВЫЙ — ВПЕРВЫЕ

Сегодня вечером в Мурманск прилетает первый секретарь ЦК Компартии России И. К. Полосков. По приглашению одной из воинских частей он примет участие в работе партийной конференции коммунистов Краснознаменного Северного флота, встретится с военнослужащими.

Кроме того, в программе Ивана Кузьмича встречи с трудовыми коллективами предприятий рыбной промышленности, металлургии, сельского хозяйства.

Это будет первый приезд первого секретаря российских коммунистов на Кольскую землю.

СКАЗАЛИ: ЖДАТЬ УКАЗАНИЙ

В газетах «Труд» и «Известия» промелькнули сообщения, что при получении в Сберкассах со вклада 500 рублей прекращают ставить отметку в паспорте, да и сами ограничения в выдаваемых суммах уже сняты. Как сообщил нам вчера начальник областного управления Сбербанка В. П. Харченко, он тоже читал эти сообщения, связываясь с Москвой и ему сказали: ждать указаний. Но,

как говорится, информация имеет под собой почву.

СПАСИБО СОСЕДУ

Этот мартовский день мог стать роковым для малыней Ефимовых, Саши и Юли, проживающих по адресу Новое Плато, 5. Вряд ли дети могли подозревать, что от их шалости со спичками начнется пожар.

На счастье, сосед по площадке, старший мастер по добыче управления тралового флота В. Б. Стасевич, был дома. Он и заметил пожар. Не дожидаясь приезда пожарных, он вынес из горящей квартиры растерявшихся ребятишек.

За проявленное мужество областной отдел пожарной охраны решил наградить В. Б. Стасевича денежной премией.

И ОТХОДЫ ПОДОРОЖАЛИ

В два раза поднялась стоимость пищевых отходов. Если раньше мурманские совхозы покупали их у конторы по сбору пищевых отходов по 25 рублей за тонну, то теперь малому государственному предприятию, созданному вместо конторы, отдают по 50 рублей. Из них 20, вместо 12 прежних, «перепадает» дворникам ЖЭУ, 2 рубля — их начальникам, на остальные деньги содержится штат малого предприятия из 3 человек, транспорт, закупается ведро, которых, кстати, надо около 30 тысяч в год.

Сборщики отходов в ЖЭУ № 5 Октябрьского района полностью выполнили договоры с малым предприятием и получили не только деньги, а еще по два килограмма мяса. Такая оплата, надеются организато-

ры, активизирует сбор пищевых отходов, большая часть которых пока еще попадает в мусоропровод, а лишь 15—20 тонн в день — на корм свиньям.

ХОДЯТ СЛУХИ, ЧТО...

председатель областного совета профсоюзов С. В. Стрельников решил покинуть ряды КПСС.

— Это домыслы, — сказал нам секретарь партбюро облсовпрофа С. А. Канарейкин. — Во всяком случае, никаких документальных подтверждений, например, заявления о выходе, у нас нет. Как не было и каких-либо разговоров со Стапславом Васильевичем на эту тему.

ПОКУПАЙТЕ ЛАПТИ!

Впервые, пожалуй, в открытой продаже появились лапти. Не те сувенирные, которые предлагаются туристам за 45 рублей пара, а настоящие, вологодские. Их владелец М. А. Наволоцкий выставил единственную пару на аукцион, проводившийся недавно центром «Досуг» в ДК Первомайского района. И хотя ведущий аукциона почти всерьез рекламировал их как современную обувь, цена поднялась всего до 42 рублей. Зато хорошо «пошли» вологодские кружева, батники и некоторые другие изделия народного промысла.

Отдел городских проблем.

НАШ ТЕЛЕФОН

5-85-06

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПРИХОДИТЕ НА МИТИНГ!

16 марта в центре Мурманска, у здания облсовпрофа, областное движение «Демократическая Россия» проводит МИТИНГ под лозунгами: «НЕТ» — горбачевскому «союзу!» «ДА» — плану Ельцина по созданию нового содружества равноправных народов!.

Начало митинга в 12.00.
Справки по телефонам 2-07-54, 6-87-99.

Исполком областного движения «Демократическая Россия» сообщает, что

ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ПО ВОПРОСАМ РЕФЕРЕНДУМА

работает по адресу: г. Мурманск, переул. Терский, 6 (2-й этаж). Остановка городского транспорта «Улица Челюскинцев».

Информацию можно получить ежедневно с 17.00 до 20.00.

Справки по телефонам 2-07-54, 6-87-99.

ПРИГЛАШАЮТ НА РАБОТУ

МАЛОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ «ПУЛЬС» — по совместительству в вечернее время и в выходные дни врача по рефлексодиагностике.

Справки по телефону 4-21-08.

ДЛЯ НУЖД ОРГАНИЗАЦИЙ

Предприятие имеет возможность обменять новый гусеничный транспортер ГТС-М (ГАЗ-71) на новый КамАЗ, МАЗ, КрАЗ, УАЗ.

С предложениями обращаться по телефонам 7-50-48, 7-35-67.

РАЗНОЕ

00816. Срочно возьму в долг крупную сумму денег.
Тел. 6-39-56.

Референдумы СССР

ВПЕРВЫЕ В ИСТОРИИ СТРАНЫ

Наш корреспондент беседует с секретарем Мурманской городской комиссии по проведению референдумов СССР и РСФСР Василием ТОЛСТИКОВЫМ.

— Василий Васильевич, 17 марта в нашем городе будут проводиться референдумы СССР и РСФСР. Расскажите, пожалуйста, какие вопросы выносятся на всенародное голосование?

— Действительно, 17 марта 1991 года будут проведены одновременно два референдума. Верховный Совет СССР выносит на обсуждение граждан вопрос о единстве Союза ССР. Полная формулировка этого вопроса в бюллетене звучит так: «Считаете ли Вы необходимым сохранение Союза Советских Социалистических Республик как обновленной федерации равноправных суверенных республик, в которой будут в полной мере гарантироваться права и свободы человека любой национальности».

Верховный Совет РСФСР сформулировал в бюллетене вопрос так: «Считаете ли Вы необходимым введение поста Президента РСФСР, избираемого всенародным голосованием».

На каждый из поставленных вопросов граждане должны дать ответы, руководствуясь своей совестью и убеждениями.

— Кто имеет право на участие в референдуме?

— В соответствии с Законами о референдумах, принятыми Верховными Советами СССР и РСФСР, во всенародном голосовании имеют право участвовать граждане, достигшие 18 лет. В референдуме не участвуют психически боль-

ные граждане, признанные судом недееспособными, а также лица, содержащиеся в местах лишения свободы по приговору суда. Лица, находящиеся под стражей в местах предварительного заключения, но в отношении которых судебное расследование не завершено, также имеют право участвовать в голосовании. Какие-либо другие прямые или косвенные ограничения прав граждан на участие в референдуме запрещены.

— Как будет проводиться голосование в день референдума?

— Участковые комиссии города уже завершили составление списков граждан, имеющих право участвовать в голосовании. Открыты участки по проведению голосования. Все они размещены в помещениях, в которых год назад проводились выборы в местные Советы народных депутатов. Накануне голосования каждый гражданин, имеющий право на участие в референдуме, получит приглашение, в котором будет указан адрес участка, содержание вопросов, выносимых на референдум. Голосование на участках начнется с 7 часов утра и продлится до 22 часов.

Каждый гражданин получает два бюллетеня: белого цвета — референдума СССР, зеленого цвета — референдума РСФСР. Бюллетени выдаются по предъявлении паспорта или другого документа, удостоверяющего личность гражданина. При получении бюллетеней гражданин расписывается против своей фамилии в списке. Граждане самостоятельно заполняют каждый из бюллетеней в кабине, вычеркивая один из за-

писанных в бюллетенях ответов «да» или «нет». Бюллетени, в которых оставлены или вычеркнуты оба ответа, считаются недействительными.

Граждане, которые не могут заполнить бюллетени сами, вправе пригласить в кабину по своему выбору другое лицо, не являющееся членом участковой комиссии или общественным наблюдателем.

— А как быть людям, которые по различным уважительным причинам не могут прибыть на участок голосования?

— В таких случаях граждане могут обратиться в комиссию с письменным заявлением. И участковая комиссия поручает двум членам комиссии организовать голосование по месту нахождения этих граждан в присутствии общественных наблюдателей.

— В нашем городе кое-кто уже собирается в отпуск, многие граждане выезжают в командировки. Как они могут исполнить свое конституционное право?

— Каждый гражданин, выезжающий за пределы нашего города, может получить в участковой комиссии референдума открепительные удостоверения на право голосования в другой местности. Об этом в списке голосования делается соответствующая отметка. Получение открепительного удостоверения подтверждается подписью гражданина или в списке для голосования, или в ведомости на выдачу удостоверений.

Каждый гражданин вправе воспользоваться досрочным голосованием и вправе получить в участковой комиссии референдума бюллетени для

голосования. При получении бюллетеней гражданин расписывается в списке лиц, имеющих право участвовать в референдуме. После заполнения бюллетеней он вкладывает их в конверт, который для обеспечения тайны голосования заклеивается, скрепляется печатью. Этот конверт вскрывается в день референдума и бюллетени из него опускаются в урну.

— И последний вопрос. Как Закон о референдумах защищает права граждан в случае, если кто-то не согласен с решениями комиссий референдума?

— Каждый гражданин вправе обжаловать невключение, неправильное включение в списки или допущенные неточности в них. Заявления граждан подаются в участковые комиссии, которые обязаны не позднее чем в двухдневный срок, а накануне и в день референдума немедленно рассмотреть их и решить поднятые в заявлении вопросы либо выдать заявителю копию мотивированного решения об отношении его заявления. Все лица, совершившие подлог документов референдума, заведомо неправильный подсчет голосов, нарушившие тайну голосования, привлекаются к уголовной или административной ответственности в соответствии с действующим законодательством.

В заключение нашей беседы мне хотелось бы выразить уверенность, что все граждане города-героя Мурманска в воскресенье, 17 марта, проявят высокую гражданскую сознательность, примут активное участие в голосовании.

«ЭТО ВЫ
И ВАШ

ЕЛЬЦИН...»

Прочитал в «Вечернем Мурманске» за 1 марта заметку депутата горсовета Л. Сереброва «Ловушка для простаков».

Товарищ депутат, я читаю газеты «Труд», «Советская Россия», «Полярная правда», смотрю по телевизору работу сессий и заседания Верховного Совета СССР и РСФСР и знаю, куда клонят лжедемократы. Думаю, народ понял, кто есть кто. Особенно после выступления Ельцина в прямом эфире.

Все, что происходит у нас в городе, я имею в виду митинги, сборы подписей в защиту Ельцина, выпуск листовок с охаваньем и очернением политики Президента Горбачева — это палки в колеса перестройки, создание в городе нездоровой обстановки.

Вы не замечаете или делаете вид, что не замечаете, кто собирает подписи на Пяти Углах и чьих рук листовки. Эти люди всюду в России подбивают народ на забастовки. Даже в колхозах добрались до доярки. Честный рабочий, честный житель своего города все это ощущает на своей шкуре.

Я пришел к мнению, что с такими депутатами, как вы, нашему городу трудно будет выйти из кризиса, улучшить жизнь горожан.

Мне 58 лет. Из них я работаю 42 года и 5 лет колхозных.

Я лично, и таких много, пойду 17 марта и скажу свое «да». Я за Союз. Я ощутил демократию и гласность, а вы ее поняли только для черных дел и смерти народа.

Г. ДАНИЛОВ,
мастер ПТС.

Уточнение

В номере за 6 марта с. г. было напечатано обращение группы народных депутатов городского Совета к жителям Мурманска в связи с предстоящим 17 марта референдумом по вопросу о сохранении СССР. После выхода газеты в редакцию позвонил народный депутат горсовета председатель Ленинского райисполкома Петр Николаевич Розладин, удивленный тем, что под обращением стоит и его фамилия, хотя он этот документ не подписывал. Об этом П. Н. Розладин просил проинформировать читателей «ВМ», что мы и делаем.

Одновременно сообщаем, что обращение поступило к нам через народного депутата горсовета, заместителя председателя идеологической комиссии обкома КП РСФСР Г. В. Степахно.

ПУСТЬ НА ВОПРОС ОТВЕТИТ КАЖДЫЙ

17 марта по решению Верховного Совета СССР в стране проводится референдум.

В бюллетене вопрос сформулирован четко: «Считаете ли Вы необходимым сохранение Союза Советских Социалистических Республик как обновленной федерации равноправных суверенных республик, в которой будут в полной мере гарантироваться права и свободы человека любой национальности». «Да» или «нет» — другого не дано.

Идя на референдум, обдумывая свою позицию, каждый из нас должен понимать, что по сути в его руках судьба нашего государства и каждого народа, наша общая судьба. Поэтому, отвергая тех, кто желает ослабить или развалить страну, призываю всех избирателей не допустить катастрофы государства, поднять голос в защиту обновленного Союза! Сказать коротко и ясно: «Да» — Союзу, «Нет» — распаду!».

Мы живем и трудимся на Крайнем Севере рука об руку, плечом к плечу представители 120 национальностей. Из нас каждый 4-й — русский, каждый 8-й — украинец, каждый 10-й — белорус, каждый 12-й — татарин, каждый 16-й — азербайджанец, каждый...

еврей, поляк, армянин, немец, литовец.

Кольская земля стала родной для многих из нас, но по-прежнему глубокие корни связывают нынешних мурманчан с землей их предков. И было бы горько и обидно из-за чьих-то амбиций, ложно понятого патриотизма встретить на пути в отчие места вновь установленные государственные границы. А опасность такая реально существует.

Экономическая нестабильность, которая может последовать вслед за распадом Союза, уже начинает ощущаться у нас на Севере. Пронатившаяся по стране волна отказов от поставок продукции вслед за провозглашением республиками деклараций о государственном суверенитете затронула интересы населения нашей области, нарушила хозяйственный ритм многих трудовых коллективов.

Вследствие самонезащиты, пренебрежения обязательствами, проявления местничества наши традиционные поставки плодово-овощной продукции и продовольствия — республик: Украина, Молдова, Узбекистан, Грузия, Прибалтийские республики — принимают решения, противоречащие союзным интересам. Диктуют непримлемые, кабаль-

ные для северян условия или вообще отказывают в поставках. По этой причине в 1990 году область не получила 5,6 тысячи тонн мясных продуктов, 13,9 тысячи тонн молокопродуктов, 3,2 тысячи тонн кондитерских изделий. Это серьезно сказалось на уровне продовольственного обеспечения населения. В ряде случаев положение удавалось поправить только за счет резерва ресурсов продовольствия и закупок по приграничной торговле.

Из-за срыва договорных обязательств некоторыми республиками в прошлом году сокращены поставки в торговлю по рыночным фондам швейных изделий на 20 миллионов рублей, трикотажных — на 10 миллионов рублей, обуви — на 6 миллионов рублей, шелковых тканей — на 700 тысяч рублей, чулочно-носочных изделий — на 300 тысяч рублей.

В случае распада Союза нельзя рассчитывать на заключение межреспубликанских экономических соглашений, так как такого рода соглашения не заменят всю огромную массу конкретных хозяйственных договоров, заключаемых между предприятиями различных республик. На смену сложившимся экономическим связям придут отношения меж-

ду политически независимыми государствами, вся система межхозяйственных договоров будет разрушена — возникнут таможенные барьеры, всякого рода запреты, разрушится единая финансово-денежная система.

Более того, 75 миллионов советских граждан живет вне своих территориально-национальных образований, для которых Родина одна — единый Советский Союз.

Сегодня в стране уже 600 тысяч беженцев, переселенцев, оставшихся без крова, имущества, работы. Затраты на новое обустройство каждого из них, даже по самым скромным подсчетам, составляют 24 тысячи рублей, в итоге пока это обойдется государству в 14 миллиардов рублей. А если их будет в десятки раз больше? Надо помешать этому.

Мы не хотим по воле националистов всех мастей превратиться в иностранцев на родной Кольской земле, делиться на людей первого и второго сорта.

Вычеркивая «Нет» в бюллетенях референдума 17 марта, мы голосуем за наш Союз!

Геннадий СТЕПАХНО,
народный депутат
горсовета.

и РСФСР: за и против

ОБРАЩЕНИЕ

активистов областного Комитета защиты мира и областного
отделения Фонда мира к гражданам Мурманской области

Дорогие земляки-мурманчане!

Кольская земля стала родной для представителей многих национальностей, проживающих ныне на Крайнем Севере. Но глубокие корни по-прежнему связывают нас с землями своих предков. И для нас было бы горько и обидно из-за чьих-то амбиций, националистических страстей и ложно понятого патриотизма встретить на пути в отчужденные места государственные границы.

Да, у многих общественных движений, групп и организаций, возникших в последнее

время, разные цели и задачи. Но всех нас объединяет одно — любовь к Родине, желание видеть ее могучей, процветающей. А это возможно лишь в условиях мира и дружбы всех наших народов. И мира прежде всего в нашем собственном доме. Мир, добрые отношения, взаимная помощь — важнейшее условие решения всех возникших в последнее время проблем — экономических, продовольственных, межнациональных, экологических. За развал семьи наших народов ратуют лишь те, кто привык жить не по совести.

Не депутаты, не партии и политические лидеры, а все мы, каждый из нас 17 марта 1991 года на основе референдума будем решать судьбу своей Родины: быть ей единой могущественной державой, в любом уголке которой равноправен каждый ее гражданин, или быть ей растащенной на «суверенные удельные княжества». На каждом из нас лежит сегодня великая ответственность — выбрать между «да» и «нет».

В это нелегкое для страны время мы призываем вас принять участие в референдуме и сказать «да» обновленному

Союзу суверенных социалистических республик, чтобы не только мы, но и дети наши, наши внуки чувствовали себя свободными, полноправными гражданами всюду — на Крайнем Севере, Украине, в Белоруссии, Средней Азии, за Уралом и на Дальнем Востоке — в разных уголках нашей необъятной Родины.

В ЕДИНЕНИИ — НАША СИЛА!

СУДЬБА ОТЧИЗНЫ — В ВАШИХ РУКАХ!

НАША РОДИНА — СССР!

«Не надо за меня решать»

Из газеты узнала, что президиум областного Совета народных депутатов и бюро обкома КП РСФСР дали отрицательную оценку выступлению Бориса Николаевича Ельцина по Центральному телевидению.

Может быть, я что-то не понимаю, но, по моему убеждению, орган народовластия должен выполнять волю народа. Значит, в данном случае президиум областного Совета выступил от имени всех жителей нашей области и выразил точку зрения на позицию Бориса Николаевича от имени нас всех. А так ли это на самом деле? Очень много людей разных возрастов и профессий думают иначе. Почему же, как и в недавние времена, снова за нас думают и решают, выражают наше мнение, не спросив нас? Мне кажется, даже не все коммунисты нашей области однозначно оценивают выступление Ельцина. Лично я за его позицию.

ПЕТРОВА.

«Бойкоту — нет!»

Организаторы союзного референдума, решившись на демократический шаг, думаю, вовсе не ставят своей целью узнать волю народа о будущем Союза. Дело здесь в другом.

Отвечая на вопрос ложительно, мы тем самым дадим право союзному руководству «от имени и по поручению народа» и «для блага народа» осуществлять не только непопулярные, но и преступные акции.

О каком «обновленном» Союзе идет речь в вопросе, вынесенном на референдум? Кто его будет обновлять? Генеральный секретарь, который привел страну к экономической катастрофе? Или команда Павлова, куда перешли «игроки» из команды Рыжкова?

Отвечая отрицательно на вопрос союзного бюллетеня, мы публично выразим недоверие тем, кто привел страну к голоду, нищете, разрухе.

А Союз будет. Только будет добровольным экономическим сотрудничеством без всяких политических уз, которые мешают нормально жить. Уверен, что из такого Союза не будет желающих выйти.

Бойкотировать же это голосование нельзя. Иначе с нашего молчаливого согласия могут вершиться самые черные дела. Поэтому, считаю, всем, кому не безразлична судьба нашего государства, необходимо сказать «нет» обновленному Союзу, либо этот бюллетень взять из памяти и сказать «да» всенародному избранию Президента России.

Виктор ЛЕТУНОВСКИЙ.

КОНФРОНТАЦИЯ. КТО В НЕЙ ВИНОВАТ?

Выступление Б. Н. Ельцина по ЦТ вызвало бурные дебаты в парламентах СССР и РСФСР, появилось «заявление». Даже президиум нашего областного Совета поспешил «осудить» мятежного Председателя ВС РСФСР за конфронтацию с центром и требование отставки Президента.

Когда полковники Алкснис и Петрушенко дуэтом с Пинной Андреевой и «Памятью» справа, а сторонники «Демократической России» на своих многотысячных митингах слева требовали отставки союзного правительства и Горбачева, все спокойно наблюдали за происходящим, списывая на «издержки демократии». Сегодня — взрыв негодования под лозунгами: «Ельцин ведет Россию к провалу». «Нет конфронтации с центром» и т. д. Очевидно, кому-то этот взрыв был очень нужен. Кому?

Еще в самом начале перестройки уважаемый Президент заявил, что оп за суверенное право наций на самоопределение, вплоть до выхода из СССР, поскольку это предусмотрено действующей Конституцией. Он же подписал «Декларацию о правах человека» и европейскую хартию в Париже, одним из пунктов которой предусматривается право на самоопределение народов.

Но говорить о суверенитете, очевидно, легче, чем практически ему следовать, признавая суверенность республик на деле.

Вопрос первый: если республика Россия суверенное государство, то может ли кто-то решать за нее, как ей распоряжаться своими алмазами, золотом, нефтью?

Оказывается, может. Российский парламент и правительство до сего времени не могут получить из центра документы, подтверждающие бюджет республики, не знают, куда и на каких условиях отправляется все, что добывается и производится в России. Вот и попробуй формировать бюджет республики. Да еще при том, когда многие социальные программы переложены на ее плечи. Ведь только наша область должна получить из республиканского бюджета дотации около 785 миллионов рублей.

Возникает вопрос второй: может ли республика расходовать деньги и гарантировать

социальные программы, не зная, какой у нее доход? Конечно, нет.

Кроме огромных запасов полезных ископаемых, Россия располагает развитой промышленностью группы А и группы Б, то есть производящей как средства производства, так и средства потребления. Гигантские предприятия, расположенные на ее территории, загрязняют ее атмосферу, почву, уникальные реки и озера, а налоги от деятельности многих из них уходят в союзный бюджет, как в бездонную бочку. В то же время продукцией этих предприятий Россия по своему усмотрению распоряжаться не вправе.

Можно ли придумать более бессмысленную ситуацию? Это вопрос третий.

Неоднократно российские депутаты пытались договориться с центром хотя бы о контроле за расходованием природных ресурсов республики. Но наши алмазы и золото, нефть и лес продолжают уплывать в дырявые карманы центра, а предприятия республики останавливаются из-за изношенного оборудования и отсутствия денег и валюты на их реконструкцию.

Из этого вытекает вопрос четвертый: можно ли из суверенной республики вывезти более 200 тонн(!) золота, чтобы никто из ее руководителей не знал, куда, зачем и что от этого она будет иметь?

Суверенитет, как совесть, либо он есть, либо его нет. И если без согласия правительства можно вывезти такое количество золота, то суверенитета нет. Это однозначно. А главное — мы с вами, дорогие избиратели, не знаем, куда уплыло наше золото, зато все время слышим стон, что наш рубль золотым запасом не обеспечен.

Лично меня как гражданина республики очень волнует вопрос: кто за меня решил, что за валюту, икру и золото за границей нужно покупать средство для травли тараканов и стиральные порошки, которые ничего не отстирывают?

Так мы с вами пришли к выводу, что РСФСР не есть суверенное государство.

Тогда еще вопрос: если союзное правительство и уважаемый Президент СССР игнорируют Конституцию СССР, то по чьей вине происходит конфронтация?

Очень хочется спросить:

имеет ли право суверенная республика иметь свои теле- и радиоканалы? И что это за суверенитет, когда глава российского парламента должен с боями пробиваться в эфир?

Что это за закон и что за государство, в котором позволено применение армии против своего народа по призыву «дворового» комитета спасения? До боли хочется узнать, когда же наконец будут установлены конкретные лица, которым предъявят обвинения за Сумгаит, Баку, Тбилиси, Ригу, Вильнюс, Карабах...

Русские беженцы из Азербайджана, Узбекистана, Тувы брошены центром на плечи российского правительства со всеми их бедами. Проблемы этих людей решаемы. Можно было бы выделить им землю на праве личной собственности в разоренных регионах республики. Но и здесь центр сказал «нет» российскому Закону о земле. А люди есть хотя сегодня. Любая попытка российского правительства решить самостоятельно свои проблемы наталкивается на резкое ответное противостояние центра.

17 марта 1991 года нам всем предстоит ответить на вопрос референдума СССР.

Ответ на такой вопрос равен ответу на вопрос: «Хотите ли вы жить?»

Да, мы за союз, но какой? Если никто не знает, каким будет новый союзный договор, на какой основе — федерации или конфедерации, кто будет владеть богатствами республик? — как можно высказываться «за»?

Председатель Верховного Совета Украины на своей пресс-конференции сказал следующее: «Украина подпишет договор только суверенных государств. Союз, который существует сегодня, с диктатором центра, для Украины неприемлем. Республика выражает сомнения относительно правомочности будущего референдума, который не учитывает мнение каждой республики как суверенного государства».

Такая же позиция у главы республики Казахстана — Назарбаева. Не намерены подписывать союзный договор Грузия, Молдова, республики Прибалтики, возможно, Армения.

Как же мыслит в таких условиях «создание нового союза» наш уважаемый Президент? Что, снова танками?

И здесь я полностью согласна с Еленой Сахаровой-Боннер, которая для себя ответила на вопрос референдума следующим образом: «Нет — новому союзному договору, пока каждая республика не представит своим народам перечень от «А» (алмазы Якутии) до «Я» (ископаемые полуострова Ямал), — всего того, что входит в ее имущественный суверенитет, и пока не будут определены способы защиты этого суверенитета. Иначе, когда ничего не определено, «да» референдуму союза может стать нашей общей непоправимой ошибкой».

А теперь ответим на вопрос: кому это нужно?

Ельцин еще не избран народом на пост Президента. Кто сейчас может переизбрать парламент РСФСР. Именно на это рассчитывают пытающиеся удержать республику в рамках Союза на условиях диктата центра. Необходимо убрать с политической арены неугодного лидера, распустить российский парламент, ввести в Российской Федерации прямое президентское правление и таким образом заставить Россию подписать столь милый центру договор.

Только Президент, избранный народом РСФСР, несомненно для центра, именно поэтому мы должны сказать «да» российскому референдуму о необходимости введения в России поста Президента. И только тогда у нас появится возможность заключить союзный договор, но на условиях, которые продиктуют суверенные республики.

И еще хочу высказать свое отношение к заявлению президиума Мурманского областного Совета народных депутатов, осуждающее Ельцина.

Уважаемые избиратели, прошу вас не расценивать это заявление как позицию всего депутатского корпуса. Значительная часть депутатов областного Совета поддерживает позицию Председателя Верховного Совета РСФСР. Это не только депутаты группы «Демократическая Россия» и «Депутатская гостиния», но и значительная часть депутатов, которая не принадлежит ни к каким депутатским группам. Они упомогают меня заявить об этом.

Лариса ИВАНОВА, депутат областного Совета, член совета представителей движения «Демократическая Россия».

НАБОЛЕЛО!

Юрий Николаевич против мафии. Чья же возьмет?

Не переставая трезвоит телефон в городском комитете рабочего контроля: горожане, как правило, информируют о замеченных нарушениях в торговле. Трубку поднимает единственный штатный работник этого комитета, его председатель Юрий Гагарин. Часто возникает необходимость немедленно выехать на место. Но — то машины нет под рукой, то не найти работника БХСС для оперативной проверки: у тех свои планы и задачи, в комитет они входят на общественных началах. Один как перст наш председатель, при всем желании не заткнуть ему все «дыры»... А ведь люди обращаются, полагая, что имеют дело с целым КОМПТЕТОМ — звучит весомо и грозно.

На проверку очередного сигнала вместе с председателем, как бы для поддержки, отправился автор этих строк. Благо, в работе оказалось «окно», а редакционный машина — на месте. Информация поступила такая: со служебного хода продовольственного магазина № 71, что на Новом Плато, некие граждане вывели несколько сумок с охлажденными цыплятами и погрузили в багажник легковушки (номер известен).

Что и говорить, непорядок.

Той машины, когда мы приехали к магазину, естественно, уже и след простыл. И Юрию Николаевичу ничего не оставалось, как в целях профилактики заняться осмотром складских и подсобных помещений. Нахмурился брови, он заглядывал в тот или иной ящик и вопрошал: а что тут? Перепуганная завмаг раз за разом давала объяснения. Однажды, в порыве услужить, она даже перевернула бочонок, и на пол посыпалась поропкообразная приправа к блюдам. Завмаг сконфуженно охнула, а подоспевшая уборщица с помощью совка и веника бросилась все это добро собирать и... в бочку. А затем этой приправой мы будем заправлять свои всегда наваристые супы?

Вообще мне показалось, что в магазине № 71 давненько не ступала нога инспектора санитарной станции. А поле деятельности тут для него бы нашлось... В одном из подсобных помещений шло взвешивание цыплят.

— Для кого цыплята? — поинтересовался мы. — А что, разве наши работники не люди и им не нужны цыплята? — вопросом на вопрос ответил завмаг.

Скучала в кабинете заведующей какой-то женщиной с авоськой, набитой дымятами и баночками сметаны. Разве она не человек?

Вот так комитет наводит порядок в магазине № 71. Я, признаться, не любитель заглядывать в чужие ящики (да и такого права мне никто не давал), поэтому ретировался еще до конца комитетской обалы.

Вспомнил об этом уже приходясь говорить, но — повторюсь. Если горсовет осознанно создал комитет в таком сугубо общественном виде, то — что это? Попытка дискредитировать Президента СССР вместе с его Указом о рабочем контроле в глазах населения? А если цель ставилась благая и конструктивная, то почему комитет был создан именно такой? Ведь изначально было ясно, что на общественность надежда слабая. Кстати, Ю. Н. Гагарин предлагает изыскать небольшие суммы с тем, чтобы доплачивать специалистам-общественникам. Будет лишняя прибавка тем же пенсионерам к пенсии, появится возможность спросить за работу.

Отдельный вопрос — о взаимоотношениях комитета с ор-

ганами БХСС. При мне Ю. Н. Гагарин неоднократно называл сотрудников, входящих в комитет, по то тех не оказывалось на месте, то у них были другие неотложные дела. Я и сам попадал в такое же положение, пытаясь подключить сотрудников БХСС к «горящим» ситуациям. Безуспешно. С одной стороны, моя информация была вроде бы мелкой. С другой стороны, когда речь велась о крупной и связанной с крупными начальниками, у наших шпикертонов начисто отбивало нюх.

Примерно, год назад группа рабочего контроля треста «Мурманскпромстрой» выявила серьезные нарушения правил торговли в магазине «Электрон», когда видеотехника, предназначенная для старожил города и ветеранов войны и труда, разошлась по рукам «своих» да «блатных». Концов не сыскать до сих пор. Даже соответствующие бумаги по учету продажи...пропали. Ситуация прямо гоголевская: словно в «Электрон» забегала кооператорская свинья и те документы слопала. С горечью говорил мне председатель профкома треста «Мурманскпромстрой» В. Ю. Борисов: никому не нужны эти наши проверки, не дают им ходу, только начальственных врагов себе паживать...

Поэтому нужно ли удивляться, что низок авторитет наших правоохранительных и контролирующих органов?

Юрий КОЛОСОВ.

ДОСЛОВНО

«СЧИТАЮ
СВОИМ

ДОЛГОМ...»

В газете «Полярная правда» от 19 февраля т. г. была опубликована информация об исключении меня из КПСС.

Считаю своим долгом расшифровать формулировку «по политическим мотивам» и довести до сведения избирателей текст заявления от 19 декабря 1990 года на имя первого секретаря Ленинского районного комитета Компартии РСФСР.

«Прошу не считать меня более членом Компартии России в силу того, что мои убеждения и деятельность как гражданина и народного депутата не совпадают с официальной политикой руководства КПСС, РКП, направленной против народа и заключающейся на сегодняшний день в реанимации партийно-административной и командной системы, замаскированной на опорочившей себя идеологии».

Хотелось бы обратить внимание избирателей, что свое заявление я написал после выступления Генерального секретаря ЦК КПСС на IV съезде народных депутатов СССР и за день до известного заявления Э. А. Шеварднадзе о его отставке.

В. В. ВОЛКОВ.

О НАСУЩНОМ

...ПЛЮС ПЯТЬ ПРОЦЕНТОВ

После введения налога с продаж многие покупатели и поставщики стали нам обходиться на пять процентов дороже.

Информация о том, что же собой представляет новый налог, к этому дню появилась во многих средствах печати. Но, вероятно, не грех и повториться, тем более, что звонков-обращений в редакцию по этому поводу немало.

Соответствующий Указ Президента СССР появился в конце прошлого года. Им предусматривалось введение налога с продаж с первого января года нынешнего. Однако на территории РСФСР действие Указа в части, касающейся товаров народного потребления и продуктов питания, республиканскими властями было приостановлено. Лишь 28 февраля в адрес, в частности, областной налоговой инспекции поступила телеграмма-инструкция за подписью министра финансов РСФСР, которой предписывалось ввести налог начиная с 1 марта.

Итак, о том, что же этим нало-

гом не облагается, остается реализуемым по прежним ценам (договорные цены, естественно, сохраняются). Продукты детского питания, мясо и мясные продукты (кроме деликатесов), молоко, молочная и маргариновая продукция, жиры, хлебобулочные и макаронные изделия, крупы, мука, яйца, чай, сахар, соль, овощи (капуста, морковь, свекла, лук), картофель, рыба и рыбная продукция, масло растительное, вода минеральная. Это же относится к товарам детского ассортимента, учебникам общеобразовательных школ, специальному и медицинскому оборудованию, медикаментам, товарам на экспорт, драгоценным металлам и камням. Не облагаются налогом также услуги городского пассажирского транспорта (кроме такси), перевозка пассажиров пригородного сообщения морским, речным, железнодорожным и автотранспортом, эксплуатация жилого фонда и общежитий (плата за жилье); услуги по уходу за детьми, боль-

ными и престарелыми; ритуальные услуги похоронного бюро, кладбищ, крематориев; реализация билетов театрально-зрелищными, спортивными, культурно-просветительными учреждениями, кинотеатрами и киноустановками.

С общепитом вопрос особый. Такое любимое многими из нас общепитовское блюдо, как рыбная котлета, должно реализовываться без пятипроцентной «накрутки». Равно как и котлета мясная. А вот выпечка, кондитерские изделия — с «накруткой». Хотя в состав кондитерских изделий входят вроде бы такие продукты, которые налогообложению подлежать не должны: мука, яйца, сахар... Логика, подсказали мне в городской налоговой инспекции, в наших законах и постановлениях искать не следует. Кому же на подходе новые инструкции, разъясняющие применение Указа, в котором пока еще немало «белых пятен».

Введение налога с продаж вызвало целый переполох среди ра-

ботников торговли, которые оказались к нему не готовыми. В минувшую пятницу целый день трезвоили телефоны у налоговых инспекторов: торговля интересовалась, как им все-таки «выбивать чени», обходясь одним или двумя? А ведь это дело внутреннее, техническое, и, в частности, в постановлении Кабинета министров СССР от 31 января 1991 года за № 17 прямо сказано (п. 4): «Министерству торговли СССР изыскать возможности и принять меры по обеспечению предприятий розничной торговли и общественного питания кассовыми аппаратами и необходимыми техническими средствами, облегчающими расчеты с покупателями».

Особенно много хлопот добавилось продавцам и кассирам продовольственных магазинов, которым приходится сортировать товар: это подложит налогообложению, а вот это — нет... В итоге очереди стали еще длиннее.

Юрий ВАСИЛЬЕВ.

ПРЕЗЕНТАЦИЯ

«Аком» — автолюбителям

За время своей деятельности наш кооператив «Аком» многое уже успел сделать. Например, можно назвать разработку проекта учебной скважины в устье реки Лавны для школы ПТО «Арктикоморнефтегазраз в е д ки», разработку программного обеспечения для НПО «Прогностика», пробную рекультивацию двух гектаров земли на острове Колгуев.

В этом году мы решили расширить сферу своей деятельности и помогать не только предприятиям, но и населению города. Наш кооператив решил помочь автолюбителям города Мурманска.

Всем владельцам автомашин известно положение, которое сложилось в нашей стране с запасными частями. В магазинах за государственную цену их практически невозможно ку-

пить, приходится за самую простую деталь многократно переплачивать. Вот у нас и возникла идея способствовать обмену запчастями.

Происходит это будет так. Владелец дефицитной автодетали звонит нам и сообщает о ее наличии. Мы закладываем эту информацию в компьютер и храним ее до того времени, пока кому-то эта деталь не понадобится.

Несколько слов об оплате. Услуги продавцу и сам информационный поиск производится бесплатно. Оплата производится только за предоставленную информацию покупателем: при стоимости детали до 100 рублей — 1 рубль, свыше 100 рублей — 1 процент, свыше 1000 рублей — 0,5 процента. Все полученные средства пойдут на развитие кооператива,

приобретение средств оргтехники, создание информационного бюллетеня.

Сам я как автолюбитель живу в нашем деле большую пользу для владельцев автомашин. Хотя цены у нас, разумеется, будут устанавливаться самими владельцами деталей, но зато будет экономиться масса времени. Не надо толкаться у «Метеора», чтобы купить или продать запчасть.

Конечно, о полном банке информации говорить рано, тем более что мы начинаем работу в трудных условиях: нет телефонов, обустроенного помещения, но кое-что мы уже можем предоставить автолюбителям. Вот примерный список автодеталей для автомобиля «Жигули», имеющихся в нашем информационном банке: пороги (левый и правый), панель зад-

няя, брызговики (левый), облицовочная решетка (очки), карбюратор (ВАЗ-2108), насос топливный, катушка зажигания, реле-регулятор РР-380, замки дверные, фонари задние (ВАЗ-2103, левый и правый), переключатель поворотов, бензобак, поршневые кольца, подшипники, ремни вентиляторов.

Конечно, у нас есть запасные части и для других марок автомобилей, в том числе и для зарубежных. Но мне кажется, нет смысла перечислять их все.

Если вы заинтересуетесь нашей информацией, звоните по телефону 4-94-77. Также мы приглашаем всех, кто желает продать автопринадлежности, материалы, гаражное оборудование. Мы не откажемся сотрудничать и с автохозяйствами, ведь у них тоже имеется дефицит запасных частей.

«Аком» ждет вас.

В. ОСТРОВСКИЙ,
член кооператива.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

ВНИМАНИЕ
РУКОВОДИТЕЛЕЙ
ПРЕДПРИЯТИЙ
И ОРГАНИЗАЦИЙ,
РАБОТНИКОВ
БУХГАЛТЕРСКИХ
И ОТДЕЛОВ
КАДРОВ

ПРЕДЛАГАЕМ

КОМПЛЕКТ
ДОКУМЕНТОВ,

принятых в последнее время Советом Министров РСФСР и Министерством труда РСФСР, по социальным гарантиям и компенсациям лицам, работающим в районах Севера.

По вопросу приобретения брошюры с этими документами обращаться ежедневно с 9.00 до 18.00 по адресу: 183012, Мурманск, ул. Володарского, 14а, редакция газеты «Вечерний Мурманск».

Телефоны 5-28-47, 5-60-17.

В ОЖИДАНИИ ЧУДА

В нашей сегодняшней сложной жизни мы все нуждаемся в успокоении и надежде. Причем больше уповаем на некое чудо. Пытаемся определить свою судьбу по гороскопам и предсказаниям астрологов; исцеления педугов ждем от гипнотизеров и экстрасенсов, колдунов и ясновидцев — порой не видя между ними принципиальной разницы. Путаница в людских головах по поводу всего «нетрадиционного» создается невообразимая. Хотя этим модным ныне словом подчас называют самые что ни на есть традиционные методы. А в понятие «психотерапия» часто вкладывают что угодно, кроме нее самой. Не в том ли причина многих разочарований, постигающих нас после очередной неоправданной надежды на чудесное исцеление?

Сегодня мой собеседник — главный нештатный психотерапевт Мурманской области, председатель недавно созданного областного общества психотерапевтов и медицинских психологов Валерий МИРОНЧЕНКО.

— Валерий, давайте для начала все-таки определим, что же такое психотерапия?

— Если говорить очень упрощенно, то это — лечение позитивной информацией. Чаще всего — словом (хотя это может быть музыка, живопись, наконец, сам облик и поведение лечащего. Или, например, информация, полученная в ходе рационального разрешения человеком своих глубинно-личностных проблем с помощью квалифицированного психоаналитика). Это немедикаментозное воздействие на душу, психику человека и через нее на организм в целом. Ведь любая наша функция, деятельность любого органа имеют «задействованность» нервной системы. И совершенно не зря в народе говорят, что «все болезни от нервов».

— Для большинства людей при сегодняшнем уровне (и качестве) информации психотерапия — это прежде всего гипноз, экстрасенсы, Кашировский и Чумак.

— К сожалению, чаще даже не «прежде всего», а «только». Поэтому есть смысл рассмотреть вопрос глубже. Об экстрасенсах мы сегодня говорить не будем — это отдельная, очень интересная тема. Скажу лишь, что, собственно, к психотерапии экстрасенсорная никакого отношения не имеет. Это воздействие не словом, не информацией; вообще воздействие, минуящее все «обычные» органы чувств (отсюда и название). То же касается и экстрасенсорной диагностики. Но беда в том, что настоящего в этой области гораздо меньше, чем конъюнктурной профанации. То, что сейчас творится вокруг «экстрасенсорной темы» в печати, на радио, ТВ и кон-



цертных площадках, способно дискредитировать любые здоровые пачала.

Что касается гипноза — это один из методов так называемой директивной психотерапии. Метод известный уже не первое столетие, конечно же, ценный, но далеко не универсальный. Между прочим, как и любая директивная терапия, на Западе (там основные психотерапевтические школы развиты несравненно лучше наших), гипнотерапия применяется весьма ограниченно.

— А что значит «директивная терапия»?

— В принципе все виды психотерапевтического воздействия можно разделить на две группы. Директивные методики — те, в которых врач, активно «подчиняя» себе психику пациента, добивается позитивных

сдвигов в его ощущении, представлении. Например, так происходит при внушении наяву или в состоянии гипнотического сна. Пациент здесь либо полностью пассивен, либо его активное участие в процессе лечения минимально. В принципе это позиция массовых теле- и радиосенсов. Привлекает просто та «споминутность»: кто-то дал «установку», и все. Но такая «споминутность» — это нестойкость эффекта, а главное — зависимость от врача, неспособность обойтись без него. Недирективные же методики (групповая терапия, методы саморегуляции, психоанализ и др.) подразумевают активное участие самого пациента, работают гораздо глубже и в конечном итоге делают человека независимым ни от будущих проблем, ни от врача.

С другой стороны (хотя это переключается с вышесказанным), психотерапию можно разделить на патогенетическую и симптоматическую. Патогенез заболевания — это механизм его развития, непосредственные причины отдельных проявлений. Симптом, или синдром, — это лишь внешнее «лицо» болезни. Чем заниматься перспективнее? Вот пример для сравнения: когда у больного дерева обрезают засохшие ветви — проводят своего рода симптоматическое лечение, потому что корни-то остаются болезненными. Патогенетическое лечение предполагает именно лечение корней.

— Но все мы склонны как раз к противоположному: часто не стремимся узнать и снять причину головной боли, а спешим проглотить традиционную таблетку цитрамона или анальгина...

— Вот именно. Симптоматическая терапия важна и, конечно, будет развиваться, но, повторяю, она по сути своей поверхностна. Кстати, у нас еще до войны при лечении различного рода недугов собирали в одну палату больных с примерно одинаковыми симптомами и предлагали им соответствующую радиотрансляционную запись внушения. Чем не массовая психотерапия? Сегодня Кашировский и Чумак в принципе делают то же, но чрезвычайные масштабы аудитории, отсутствие «обратной

связи» делают метод «грязным», дают большое число осложнений. Хорошо еще, если есть попытка создать хоть какую-то систему. Но чаще всего после подобного часового сеанса человек остается на неделю или более один на один со своими болячками. И нет установок на то, что неблагоприятные проявления может снять кто-то другой. А как крайний вариант — помните случаи с «трансами», из которых человека долго никто не мог вывести?

— И тем не менее «телепсихотерапевты» собирали громадные аудитории и, несмотря на многие критические выступления в их адрес, имеют массу поклонников.

— Неудивительно. Ведь для человека, особенно нашего, так характерно ожидание чуда, волшебного исцеления, вера в «живую воду» и «молодые яблоки». Однако существует извечная триада: врач, больной и болезнь. Побеждает всегда тот, у кого есть союзник. Пассивность больного — лучший союзник болезни. А там, где врач и больной выступают единой силой, у болезни мало шансов на победу. Пациент обязательно должен сам прилагать усилия. Это — закон всеобъемлющий. Посмотрите — мы ведь и в политической нашей жизни, например, стремимся всего достигнуть одним махом, нам подавай чуть ли не немедленные гарантии благополучия. Да еще так, чтобы мы-то сами продолжали по-прежнему жить «по течению», а некое «правильное» правительство сделало все для нас, но без наших усилий...

Почему так перспективны методики саморегуляции, к которым сейчас все возрастающий интерес? Потому, что они дают человеку принципиальное умение бороться со своими проблемами и недугами, именно самому бороться. Скажем, приход ко мне на прием супруги с каким-то определенным внутрисемейным конфликтом. Можно, конечно, побеседовать с ними полчаса-час, снять это напряжение, разрешить этот конфликт. Но выйдут они за дверь кабинета и могут вскоре споткнуться на чем-то другом. Главное — дать человеку ключ к решению проблем. «Ключ к себе», как говорит Хасай Алиев.

— Но именно поиски такого «ключа» и собирают сегодня полные залы на выступлениях

(Окончание на 6-й стр.)

Спросите у Наташи

Не валяй дурака, Америка!

Не успел (не по своей вине, так получилось) попасть в число людей, посмотревших фильм «Унесенные ветром». Неужели нельзя купить его у американской стороны и независимо ни от кого показывать столько, сколько надо?

М. ТРЕГУБОВ.

Купить фильм «Унесенные ветром» действительно затруднительно. Во-первых, нам для приобретения его никто и не предлагал. А во-вторых, сложно представить, в какую копеечку обошлась бы нам покупка.

«Унесенные ветром» взят на прокат на определенный срок и на очень, надо отметить, жестких условиях.

Но Вам, Михаил, расстраиваться не надо: Вы еще сможете увидеть не сравненных Вивьен Ли и Кларка Гейбла. С 25 марта фильм будет демонстрироваться в кинотеатре «Атлантика».

Главное — не теряйтесь

Что делать, если в квартире загорится телевизор? Трагедия в гостинице «Ленинград», наверное, многих заставила об этом подумать.

Э. ДУНАЕВСКАЯ.

Прежде всего надо помнить, что телевизор должен стоять как можно дальше от легковоспламеняющихся предметов — например, штор; на нем не место никаким украшениям. Кроме того, обратите внимание на розетку: она должна находиться на расстоянии не менее 2 м от телевизора и ни в коем случае — за ним.

Если возгорание все же произошло, не теряйтесь, а действуйте. Прежде всего выдерните шнур телевизора из розетки. После этого набросьте на него что-нибудь плотное — одеяло, ковровое покрытие, скатерть. Таким образом вы прекратите доступ кислорода, сэкономите себя от осколков киноскопа, которые могут поранить, от высокого напряжения, которое еще какое-то время сохраняется.

Затем начинайте поливать телевизор через покрытие водой.

Если вы в квартире не один, то одновременно с этими мероприятиями надо вызвать пожарных — действуйте параллельно. В том случае, если дома кроме вас никого нет, прежде чем бежать к соседям, звоните по телефону 01, сделайте главное — выключите телевизор из розетки.

И еще запомните: не убедившись, что очаг огня ликвидирован, не открывайте окна, так как кислород только «поможет» пожару распространиться.

Расскажите об этом своим детям, проигравте с ними «в пожар», ребята должны знать, как им поступать в случае возгорания телевизора.

НАПОМИНАЮ:
мой телефон

5-84-08

НАТАША

РЕПЛИКА

ТРИ МЕСЯЦА БЕЗ ЛИФТА Страдания жильцов «невезучего» дома

Четвертый месяц вынуждены обходиться без лифта жильцы десятиэтажки, расположенной по улице Скальной, 11а в 403 микрорайоне. О неудобствах подобного житья-бытья никому, думается, разъяснять не приходится. Но почему же лифт не работает?

Ситуацию прояснила начальник ЖЭКа треста «Мурманскморстрой» С. С. Драч. Этот трест являлся заказчиком дома и выполнял на строительстве пулевой цикл и прокладку инженерных коммуникаций, включая устройство кабельной линии связи до диспетчерского пункта по обслуживанию лифтов. Вот тут-то и получилась загвоздка. Дело в том, что по проекту эта самая линия связи ведет на тот пункт, которого пока нет в природе, а появиться он, когда будет построена вся скоба. Или одновременно с

этой скобой из жилых домов. Ну а до той поры пулю было, как говорят строители, бросить временку к существующему диспетчерскому пункту участка «Лифтремонт». Временку-то бросили, то есть трубу трест «Мурманскморстрой» проложил, а вот кабель под рукой не оказалось: дефицит. А без линии связи запускать лифт нельзя: мало ли что может случиться, вдруг кто-нибудь в нем застрянет — механиков не дозовешься. Вроде бы можно посадить у лифта надзирающих — лифтеров. Но велика ли будет польза от старушки, если в один прекрасный момент лифт застрянет вместе со скачущим в нем человеком? Жэковские механики находят в другом конце города, так что нескоро придут на помощь. А держать на одном доме группу механиков — удовольствие

дорогое. И потом, опять-таки справедливо считают в ЖЭКе, нам должны предъявить оборудование в рабочем состоянии, наше дело — эксплуатация. Но это ведь ваша подпись стоит под актами приема дома в эксплуатацию, напоминают их оппоненты. Да полно же, резонно возражают в ЖЭКе, вам ли не знать, в какой обстановке подобные бумаги подмахиваются и чего они стоят...

...Уф, не уверен, не запутал ли я чего, пересказывая эту длинную эпопею с кабелем и лифтом. Если чего — не взыщите. Еще добавлю, что вроде бы трест «Мурманскморстрой» несколько запоздал с заключением соответствующего договора с мурманским участком «Лифтремонт».

А дом действительно невезучий. Как-то осенью прошлого

года рядом с ним так бабахнуло, что в ряде квартир не только стекла выбило и обои от стен отвалились, но и балконы перекосило. Но и это мелочи; валуны аж в квартиры пятого этажа влетели, а одну внутреннюю перегородку словно снарядом разнесло. Ну и в цокольной части здания дыра образовалась, будто от бронебойного. Лишь по чистой случайности никого не зашибли, радостные повеселы тогда еще только паковали чемоданы на старых квартирах. Позже взрывники, следует признать, перед заказчиком извинились. Промашка, мол, небольшая вышла, а все-то у них было рассчитано тютелька в тютельку. Да и сам взрыв был направленного действия. Вот только небольшая оплошность в расчетах допущена — НЕ ТУДА направили этот взрыв. Ну ошиблись, с кем не бывает?

А теперь вот лифт не работает четвертый месяц. Сказано же: кабеля нет!

Юрий КОЛОСОВ.

В ОЖИДАНИИ ЧУДА

(Окончание. Нач. на 5-й стр.).

засажих целителей. Пример — недавние группы, набранные в Мурманске Леонидом Максименюком. Несмотря на солидную плату за короткий курс, его группы были переполнены...

— Он привлек внимание к тому, что надо заниматься оздоровлением самому, пытаться научить сохранять здоровье, достигая гармонии. Но методологически его работа, честно говоря, не выдерживает критики. Хорошо, что хоть не проводил массового гипноза. Он многим показал «ключ к себе», но, по сути, не дал его. Люди остались со своими проблемами, заботами, не зная, куда пойти. И вообще на таком уровне столь тонкими вещами, как, скажем, ребефинг, нельзя заниматься. Я знаком с этим, видел, как это проводится в центре у того же Алиева, как этого вообще требует сам метод. Управляемое дыхание здесь — лишь способ выйти на медитативный уровень, на анализ подсознания человека. То, что испытывали пациенты у Максименюка, — лишь основа для дальнейшего глубокого анализа переживаний, который врач должен проводить вместе с пациентом. Не было у него и должного отбора пациентов (вновь все представляется, как очередное универсальное чудо!). Ведь есть состояния (например, «скрытые» психозы, психические процессы), при которых метод принесет немалый вред. Да и как можно проводить серьезную работу, если вместо необходимого соотношения: один ассистент на одного пациента (в крайнем случае один на троих) был один помощник на всю группу! Словом, происходит подмена цели методом. Это все равно, что взять шприц, сделать укол, но не ввести лекарство.

Кстати, у любого профессионала сразу вызывают естественный скепсис перемены того, чему общаются за короткий срок обучить подобные гастролеры. Тут и аутотренинг, и йога, и психоанализ, и тот же ребефинг... Ведь все это требует длительного совершенствования, длительного контакта с врачом, с учителем. Особенно это касается так называемых гуманистических методов.

— Что это за термин?

— Гуманистическая терапия — та, что обращена к личности человека. Вот мы говорили о гипнозе. В США его уделяют вес во всей психотерапевтической работе — всего 2 процента. Он ориентирован лишь на человека-исполнителя, на сегодняшний день. Но ведь главная задача — обратиться к свободной личности. Формировать действительно человека, видеть в нем партнера, равного себе. Быть может, читатели помнят приезд в Мурманск психотерапевта из США Мерим Бери. Она представляла потрясающе красивую, глубоко человеческую методику воздей-

ств на личность, показывала подход к настоящей адаптации человека в обществе, в нашем сложном мире межличностных отношений. Парадокс в том, что большинство присутствующих на встрече не поняли и не приняли ее. По привычке ждали эффекта «здесь и немедленно», а она хотела именно научиться жить за собой.

— Но того же Максименюка поняли и охотно приняли, хотя он тоже не создавал сиюминутного чуда. Одна из женщин говорила, например, что после первого занятия «едва могла пошевелиться», ничего у нее не получалось, зато потом с нетерпением ждала каждого сеанса.

— Вера, в том числе и вера в чудо, действительно способна сделать многое. К тому же я ведь не сказал, что его «курсы» абсолютно бесполезны. Суть в том, что все это кратко-срочно. Человек, однажды окунувшись в саморегуляцию, неизбежно приходит к множеству вопросов, а задать их уже некому. Не случайно же на Востоке, откуда большей частью все это пошло, никто не обходится без многолетнего контакта с учителем, гуру. Мне приходилось бывать там, где постепенно формируются школы саморегуляции, — в Твери, Махачкале. Там создаются специальные клубы, где есть возможность и взаимного общения, и обращения к учителю. Это уже становится принципом жизни пациентов (если вообще их так можно теперь называть). Они уже не просто нормализуют свои сон, регулируют артериальное давление, управляют эмоциями. Меняется весь взгляд на мир. Человек становится одновременно мудрее и... удачливее. «Ключ к себе» нужен всем, и людям здоровым — в не меньшей степени.

— Давайте вернемся к Хасану Алиеву. Это имя очень популярно. Вот уже не первый год говорю о его чудодейственном «ключе». Я знаю, что недавно Вы прошли обучение в его школе. Будете применять то, чему научились, у нас в городе?

— Да, в Махачкале я учился около месяца. Это была лишь вторая проводимая специально для психотерапевтов школа обучения саморегуляции в Центре саморегуляции человека при советско-американском фонде культурной инициативы. Чему научился? Многому, обо всем не расскажешь. Ну, по углям, например, ходил. В ледяной воде при едва плюсовой температуре купался, хотя ни о каком моржевании в жизни не думал. Но это совершенно не главное. Основное — понял принципы подхода ко многим проблемам, понял, в каких направлениях нужно работать. А насчет применения...

Понимаете, ведь, собственно, зарабатывать деньги несложно. Любой психотерапевт при большом желании будет жить без особых проблем. Суть-то в том,

чтобы заниматься психотерапией серьезно, создавать настоящую психотерапевтическую службу в городе, своеобразный центр. К сожалению, город не имеет ни базы, ни средств на это. У меня есть основная работа в диспансере, я веду там психотерапевтический прием. В теперешних условиях мне, чтобы всерьез заняться саморегуляцией, пришлось бы оставить основную психотерапевтическую должность.

Еще весной прошлого года было принято решение коллегией горздравоотдела о выделении в 1990 году помещения для организации городского психотерапевтического центра. Ведь психотерапию надо непременно выводить за стены психиатрии. До сих пор на приемах люди просят «ничего не записывать», не заводить карточек — боятся любого учета; и, к сожалению, при теперешней системе эти опасения не всегда обосновательны.

— Есть ли какие-то перспективы?

— Честно говоря, я не верю, что в ближайшие годы в Мурманске будут решены организационные проблемы психотерапии. Парадокс, но позиция главврачей многих поликлиник чаще всего сводится к тому, что им выгоднее иметь лишнего участкового врача, хотя они прекрасно знают: до 50 процентов пациентов нуждаются прежде всего именно в психотерапевтической помощи. Есть целый ряд заболеваний, при которых она просто обязательна: всевозможные гастриты, бронхиальная астма, вегетососудистые дистонии, сексуальные расстройства...

Буквально в последние два года в Мурманске начала формироваться «команда» психотерапевтов. Официально, т. е. «на ставках», их пока четверо, включая меня. А нужно городу как минимум около двадцати! Я уже не говорю о том, как необходимы психотерапевты, занимающиеся детьми и подростками. А как нужны такие специалисты в кардиологических, неврологических, гастроэнтерологических отделениях.

— Наверное, квалифицированная психотерапия нужна и в онкологии. Недавно я познакомилась с книгой Розмари и Виктора Зорра. Их 25-летняя дочь мучительно умирала от рака. Система «хосписа», которую они с тех пор развивают во всем мире, помогла ей уйти из жизни спокойно и с достоинством. Там все построено на психотерапии.

— Безусловно. Подобная помощь, я повторюсь, нужна абсолютно всем, даже тем, кому в принципе уже нельзя помочь. Но у нас все это пока на уровне благих пожеланий. Увы, все равно все упирается в помещение и деньги. И ведь врач не должен заниматься кирпичами и собирать средства «с шапки по кругу». Да и нецелесообразно это. Врач должен лечить.

— Ваше психотерапевтическое общество, созданное недавно, как-то будет способствовать изменению ситуации?

— Очень надеюсь. Хотя — именно способствовать. Решить проблемы можно только при желании властей, заинтересованности города, общественной поддержке. Создание общества — это попытка прежде всего системного во всех отношениях подхода к психотерапевтической деятельности. Пока в нем чуть больше десяти человек, но оно, безусловно, будет расширяться. Мы прежде всего должны держаться вместе, чтобы решать наши проблемы. А их очень много. О создании центра я уже говорил. Но это еще и пропаганда психотерапевтических знаний среди населения — не от случая к случаю, а опять-таки системно; и повышение своей квалификации в ведущих психотерапевтических центрах страны, и координация нашей профессиональной деятельности — чтобы была возможность использовать в городе весь богатейший арсенал психотерапевтических методов. А иначе и в будущем все психотерапевты будут оставаться «отдельными энтузиастами», а люди так и будут метаться по объявлениям от одной надежды к другой в поисках «своего» врача.

Наконец, поддерживая и развивая настоящую психотерапевтическую практику, мы должны, как говорится, способствовать «отделению зерна от плевел». Всевозможные центры, малые предприятия и т. п. растут, как грибы, и часто в них за психотерапевтов выдаются люди, не имеющие первичного психотерапевтического, а порой и вообще медицинского образования. Тут дело не в амбициях. Мы с радостью поддержим (и поддерживаем) любую здоровую, действительно «рабочую» методику, какой бы «народной» она ни являлась. В конце концов это просто интересно и важно нам самим. Но в любом деле важен настоящий профессионализм. И люди не должны наткнуться на откровенных дилетантов, когда речь идет о лечении.

А те же исполкомы, кстати, дают разрешение на проведение платной «психотерапии» всем и вся, без оценки их профессиональных качеств, которую должны давать только специалисты.

Рискуя показаться навязчивым, но повторю еще раз: городу просто необходима нормальная, хорошо администрируемая, организованная структура психотерапевтической службы. Если не вложить в это средства и усилия сейчас, мы никогда ничего серьезного не добьемся. Ведь парадокс: люди, все больше убеждаясь в неэффективности заформализованной, социально декалтифицированной «стандартной» медицины, интуитивно ищут именно психотерапевтической помощи в самых разных ее вариантах, а психотерапевты добиваются возможности эту самую помощь предложить по-настоящему!

Беседовала
Юлия ВАЛАМИНА.

ПИСЬМО

СМИЛУЙТЕСЬ...

Вот какой вопрос: можно ли из правил сделать исключение во имя милосердия, о котором сейчас так много говорят? Есть у меня соседи, ветераны Николай Степанович и Мария Алексеевна Васильевы. Люди они пожилые — 67 и 65 лет, очень больные. Сам Николай Степанович почти не ходит, только по квартире, и то с трудом. Мария Алексеевна гипертоник. Обеспечить себя продуктами могут не всегда. Он прикреплен к ветеранскому магазину, но тот находится далеко от нас, и не всегда получается до него доехать. Мария Алексеевна в поликлинике взяла справку о состоянии здоровья мужа для прикрепления к столу заказов по месту жительства, но в торговле Первомайского района отказали, объяснив это тем, что он не защитник Заполярья и ему нет 70 лет.

И вот этот человек не может получить несчастные 2 бутылки молока и 1 бутылку кефира, да и то не каждый день. А ведь только это они хотели получить через стол заказов, а остальные продукты, как положено, в магазине ветеранов.

С уважением
Л. Ю. ШАРОВА,
инвалид II группы.

● От редакции.

Как объяснили нам в столе заказов магазина № 1 рыбно-кооп Мурманск-жилстроя, где ветераны хотели бы получить молоко и кефир, положение с молочными продуктами неважное. В льготных списках более 400 инвалидов по общему заболеванию, да еще 200 беременных женщин. Зачастую даже их заказы на молоко не выполняются. Потому приходится посторонним отказывать. Кроме того, постановление облисполкома, закрепляющее разные группы льготников за столами заказов, не предусматривает замены одного стола заказа на другой. То есть где прикреплены — там и покупайте.

Понятно, что о милосердии тут говорить сложно. Но разве справка из поликлиники не дает права принять ветерана в список заказчиков? Оказывается, дает: «Пусть приходит заказывать...»

Вот как все просто. Только прежде побывала эта справка и в торговле Первомайского района, и в руках продавцов, которые теперь, после звонка из редакции, смилостивились. «Не помним мы такого ветерана», — заявляют в магазине.

● Кстати.

Упомянутое решение облисполкома «О приоритетном торговом обслуживании ветеранов Великой Отечественной войны и других лиц, имеющих право на льготы» (полностью опубликовано в «ВМ» 15 февраля) с 1 марта вступило в силу. Это значит, что таблички «Ветераны и инвалиды войны обслуживаются вне очереди», висящие в обычных магазинах, будут сняты. Зато инвалиды Великой Отечественной войны получили право заказывать продукты с бесплатной доставкой на дом.

ПРИГЛАШАЮТ
НА РАБОТУ

ПРЕДПРИЯТИЕ ТЕПЛОВЫХ СЕТЕЙ ОБЪЕДИНЕНИЯ «МУРМАНСКОМУНЭНЕРГО» срочно ищут: инженера-теплотехника (мужчину, оклад 200 руб.), машинистов котлов III группы (месячный заработок 490 руб.), слесарей-разливщиков топлива (месячный заработок 490 руб.), слесарей 4—5 разрядов по ремонту котельного оборудования (месячный заработок 480—530 руб.), обмуровщиков-каменщиков 4 разряда (месячный заработок 480 руб.), слесарей 3—4 разрядов по ремонту тепловых сетей (месячный заработок 450—480 руб.), водителей автомобилей всех категорий (месячный заработок 460—500 руб.), машиниста экскаватора ЭО-2621 (месячный заработок 530 руб.), плотника 3—4 разрядов (месячный заработок 390—510 руб.), слесаря-сантехника 4 разряда (месячный заработок 460 руб.), маляра 3 разряда (месячный заработок 350 руб.), уборщицу производственных помещений (месячный заработок 280 руб.), грузчика (месячный заработок 380 руб.).

машиниста пневмокрана КС-436 IA (месячный заработок 530 руб.); для работы в котельной г. Колы — инженера-теплотехника (мужчину, оклад 180—220 руб.), слесарей 3—4 разрядов по ремонту котельного оборудования (месячный заработок 450—480 руб.), машиниста насосных установок (месячный заработок 440 руб.); для работы в котельной пос. Мурманши — инженера-теплотехника (мужчину, оклад 190 руб.), машинистов котлов (месячный заработок 490 руб.), маляра 3 разряда (месячный заработок 350 руб.), электрослесарей 3—5 разрядов (месячный заработок 400—460 руб.), слесарей 3—4 разрядов по ремонту оборудования (месячный заработок 450—480 руб.).

К услугам работников предприятия — спортивно-оздоровительный комплекс: сауна, спортзал, база отдыха, пионерский лагерь в г. Николаеве. Обращаться: ул. Промышленная, 15. Телефон 3-02-27.

Победителю — 250 рублей

Городской шахматный клуб и редакция газеты «Вечерний Мурманск» продолжают публиковать задания шахматного конкурса. Напоминаем, что проводится он в 12 туров. В каждом туре — задачи-минутки и композиции. За правильные ответы начисляются очки. В случае равенства оч-

ков, набранных двумя и более участниками после 12 туров, они приглашаются в городской шахматный клуб для очных состязаний.

Для победителя конкурса учрежден приз — 250 рублей. Участникам, выполнившим нормативные требования, будут присвоены спортивные

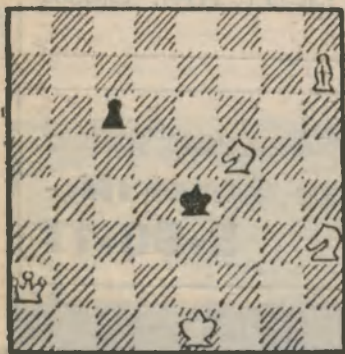
разряды: для выполнения норматива II разряда необходимо набрать 75 процентов максимального количества очков, III разряда — 50 процентов очков.

Свои варианты ответов следует изложить полной шахматной нотацией на открытке и в 10-дневный срок после публи-

кации отправить по адресу: 183012, Мурманск, ул. Володарского, 14а, «Вечерний Мурманск».

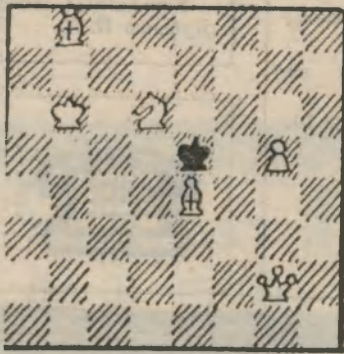
Сегодня мы предлагаем задания пятого тура. Напоминаем, что если не указано, чья очередь хода, то это означает, что ход белых.

№ 17



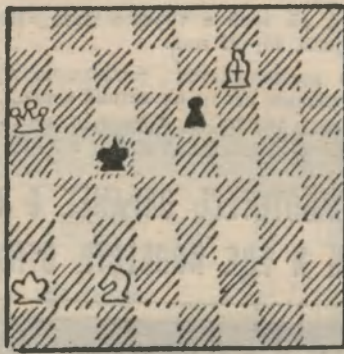
Мат в 2 хода
(2 очка).

№ 18



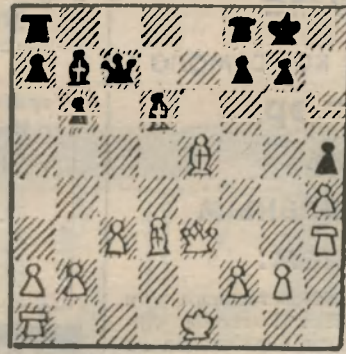
Мат в 2 хода
(2 очка).

№ 19



Мат в 3 хода
(3 очка).

№ 20



Найдите комбинацию
(4 очка).

ОБЪЯВЛЕНИЯ

СП «МЕТКО»: ПРИГЛАШАЕМ НА КОНКУРС

Совместное советско-финляндское предприятие «МЕТКО» объявляет конкурс на трудоустройство по специальностям: электроразработчик, трубоукладчик, монтажник сантехнических работ.

После окончания строительства указанные специалисты могут по желанию переквалифицироваться на специалистов основного производства.

Справки по телефону 3-56-49.

ВАМ, АБИТУРИЕНТЫ

Мурманский техникум советской торговли объявляет набор учащихся на 1991—1992 учебный год на дневное и заочное обучение на базе среднего образования по специальностям:

«БУХГАЛТЕРСКИЙ УЧЕТ, КОНТРОЛЬ И АНАЛИЗ ХОЗЯЙСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ТОРГОВЛЕ (ОБЩЕСТВЕННОМ ПИТАНИИ)»; «ОРГАНИЗАЦИЯ ТОРГОВЛИ И ТОВАРОВЕДЕНИЕ НЕПРОДОВОЛЬСТВЕННЫХ ТОВАРОВ»; «ОРГАНИЗАЦИЯ ТОРГОВЛИ И ТОВАРОВЕДЕНИЕ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫХ ТОВАРОВ»; «ЭКОНОМИКА И ПЛАНИРОВАНИЕ В ТОРГОВЛЕ (ОБЩЕСТВЕННОМ ПИТАНИИ)»; «ОРГАНИЗАЦИЯ КОММЕРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ТОРГОВЛЕ (ОБЩЕСТВЕННОМ ПИТАНИИ)».

Срок обучения 1 год 10 месяцев. «ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ» — срок обучения 2 года 10 месяцев.

Дневное отделение готовит специалистов по 2-ступенчатой системе: после 1-й ступени техникум выпускает специалистов с рабочей специальностью — продавец, повар; после 2-й ступени — специалистов среднего звена: бухгалтер, экономист, товаровед-организатор, коммерсант, техник-технолог.

Техникум осуществляет подготовку специалистов с учетом новых форм, методов и практики хозяйствования в условиях рынка, дает знания по менеджменту, маркетингу, основам предпринимательства в малых предприятиях, психологии и правовому обеспечению рыночной экономики.

В техникум может поступить каждый, желающий получить торговую специальность.

Подготовка специалистов осуществляется по договорной основе. Договор заключается между предприятием, учебным заведением и лицом, поступающим в техникум. При заключении договора предприятие перечисляет на расчетный счет техникума денежные средства из расчета:

2500 руб. в год за одного учащегося дневного отделения (из них стипендия — 900 руб.);

700 руб. в год за одного учащегося-заочника.

Зачисление будет проводиться без экзаменов (по итогам собеседования). Бланки договоров техникум высылает предприятию по его заявке или выдает на руки.

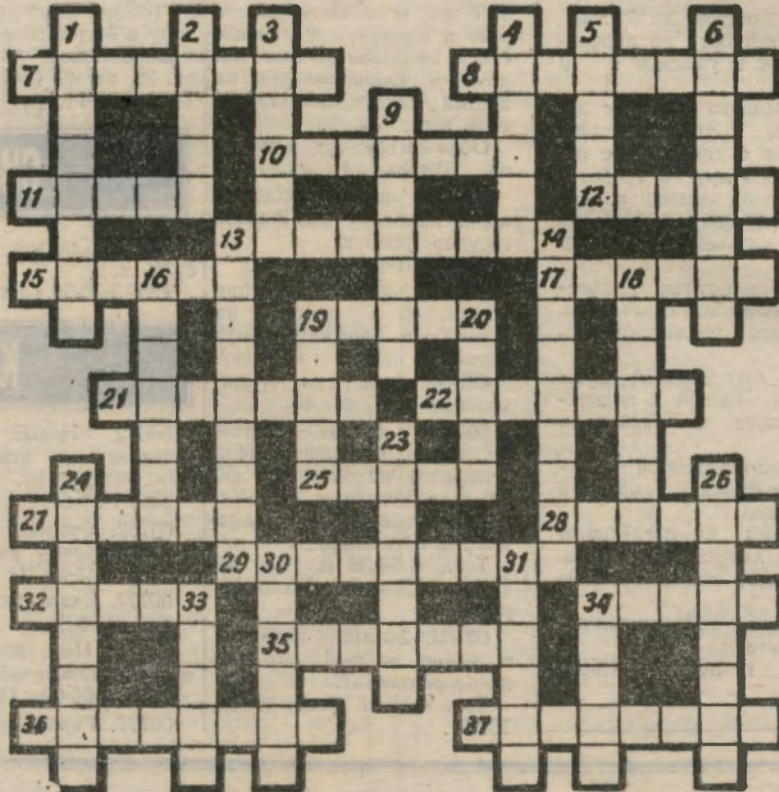
Иногородным предоставляется общежитие. О приеме учащихся на базе неполной средней школы на дневное отделение будет сообщено дополнительно.

Адрес техникума: 183042, Мурманск, ул. Ломоносова, 16. Телефоны 6-99-09, 6-90-08, 6-90-78, 6-59-05.

КРОССВОРД

По горизонтали. 7. Гриб рода млечников, употребляемый в пищу после засолки. 8. Русский электротехник, изобретатель дуговой лампы без регулятора. 10. Архипелаг в Тихом океане. 11. Протяженный архитектурный элемент. 12. Река, впадающая в Кольский залив. 13. Созвездие Северного полушария. 15. Ябедник, доносчик. 17. Продукт переработки нефти. 19. Шип, с помощью которого соединяются столярные детали. 21. Жировое вещество, используемое для изготовления свечей, мыла. 22. Государство в Вост. Индии. 25. Ящерица, запечатанная в Красную книгу СССР. 27. Разность между стоимостью экспорта и импорта. 28. Американский кинорежиссер, автор фильма «Этот безумный, безумный, безумный, безумный мир». 29. Часть рецепта с указанием способа употребления лекарства. 32. Центр политической и культурной жизни древнеримского города. 34. Резной камень с выпуклым или углубленным изображением. 35. Один из самых распространенных лекарственных препаратов. 36. Металлическая или стеклянная вазочка для сладких блюд. 37. Представитель зимнего вида спорта.

По вертикали. 1. Морская промысловая рыба. 2. Судорожное сокращение мышц. 3. Бесцветная жидкость, растворитель лаков и красок. 4. Нелепость, бессмыслица. 5. Город в Вологодской области. 6. Сильно проклеенная хлопчатобумажная ткань. 9. Взрывчатое вещество. 13. Большая морская птица. 14. Сорт яблок. 16. Толстый длинный гвоздь с загнутым верхним концом. 18. Товарный вагон без крыши, пол которого снабжен открывающимися люками. 19. Разрез на пиджаке или юбке. 20. Предмет кухонного обихода. 23. Летчик, один из первых Героев Советского Союза. 24. Длинные широкие штаны свободного покроя. 26. Химический элемент. 30. Порт на Енисее. 31. Французский живописец и скульптор, представитель импрессионизма. 33. Бесцветный газ, соединение углерода с водородом. 34. Старинный балетный танец.



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

В Мурманске наступил подъем заболеваемости гриппом и острыми респираторными заболеваниями.

К сожалению, часть населения не относит грипп к серьезным заболеваниям. Заболевшие не обращаются к врачу, предпочитают самолечение и забывают, что грипп, начавшийся даже очень легко, может привести к тяжелым осложнениям. Особенно опасен он для маленьких детей, длительно болеющих, хронических больных и пожилых.

Грипп — острое заразное заболевание. Заражение происходит через воздух, куда вирус гриппа попадает от больного вместе с мельчайшими каплями слюны и мокроты при разговоре, кашле и чихании.

Характерные симптомы заболевания: повышенная температура, головная боль, боли в суставах, мышцах, на 3—4 день появляются катаральные явления.

Больного нужно прежде всего изолировать в отдельной комнате или отгородить его ширмой, уложить в постель, напоить теплым чаем и вызвать врача. Постельное белье, полотенца нужно обязательно кипятить. Посуду, игрушки моют с мылом, пастой. Больной не должен ходить на работу, в школу или детский сад, идти в поликлинику. Необходимо вызвать врача на дом по телефону. Окружающим больному людям следует смазывать полость носа оксолиновой мазью, носить маску из четырех слоев марли.

Следует избегать общения с больными людьми, реже бывать в общественных местах, ограничить поездки с детьми в городском транспорте. Работники, имеющие постоянный контакт с населением, также должны носить марлевые маски.

Важную роль в профилактике гриппа играет закаливание организма — побольше прогулок на свежем воздухе, особенно сейчас, когда после поллярной ночи ярко светит солнце; больше употребляйте овощей и фруктов, не забывайте про лук и чеснок, а также регулярный прием витаминов «С», «А» и группы «В». Оптимальное соотношение витаминов содержат препараты «Гексавит», «Декамевит», «Ундевит».

В качестве средств защиты можно использовать оксолиновую мазь, сунореф, гамма-глобулин. Не забывайте о проветривании помещения, ежедневной влажной уборке.

Во время эпидемии рекомендуется проводить гигиенический туалет носоглотки: мытье 2 раза в день передних отделов носа с мылом; полоскание горла настоем ромашки, шалфея, слабым раствором марганцовки; закапывание сока лука с медом в нос (3 столовые ложки мелко нарезанного лука, прибавить 50 граммов теплой воды, половинку чайной ложки меда, настоять 30 мин.).

Пожалуйста, относитесь к своему здоровью серьезно!

Наталья БАБИЧ,
врач-эпидемиолог
городской СЭС.