

ВЕСЕННИМ ДОРОГАМ - ЗАБОТУ МОСАВТОДОРА

ЧТО, ГДЕ, КОГДА?

КОНЦЕРТ ДЛЯ РАНЕННЫХ

Надолго запомнится солдатам и офицерам, получившим ранения в Чечне и находящимся на излечении в Подольском военном госпитале, день 5 марта. Тогда к ним приехали и.о. Люберецкого военного комиссара подполковник Д.В.Тарасов, учащиеся школы № 59 поселка Коренево, учащиеся лицея № 10 им. Гагарина и ансамбль «Золотые купола» ДК города Люберцы.

Подполковник Тарасов представил делегацию Люберецкого района, рассказал о его традициях, вручил подарки с пожеланиями скорейшего выздоровления.

Учащиеся школы № 59 показали интересные концертные номера, а под задорные русские песни в исполнении Елены Устиновой пошедшие на поправку ребята даже пытались пританцовывать.

Девушки-лицеистки разнесли по палатам кулинарные и консервированные изделия, приготовленные своими руками.

Уезжали люберечане с надеждой, что их доброе участие сможет быстрее залечить боевые и душевные раны наших земляков.

Люберецкий военкомат

НАША ПОБЕДА В БАЛАШИХЕ

В г. Балашихе, в ДК под красивым названием «Подмосковные вечера» состоялся III Региональный фестиваль-конкурс танцевальных коллективов «Подмосковный перепляс». В фестивале приняли участие более 30 хореографических коллективов из Балашихинского, Мытищинского, Ногинского, Люберецкого районов. Честь поселка Красково защищал ансамбль эстрадного танца «Волшебная страна» - руководители Людмила Бусыгина и Елена Фомина.

Жюри фестиваля отметило оригинальность и профессионализм постановок танцев «Объявление», «Страна Мультфильма», «Огонь и вода», «Девчонки с нашего двора».

В младшей возрастной категории наш ансамбль занял II место. I место вообще не присуждалось. Зато среди старших превосходство юных артистов было неоспоримо - I место.

Это, безусловно, большой успех еще совсем юного танцевального коллектива. Молодцы! Так держать!

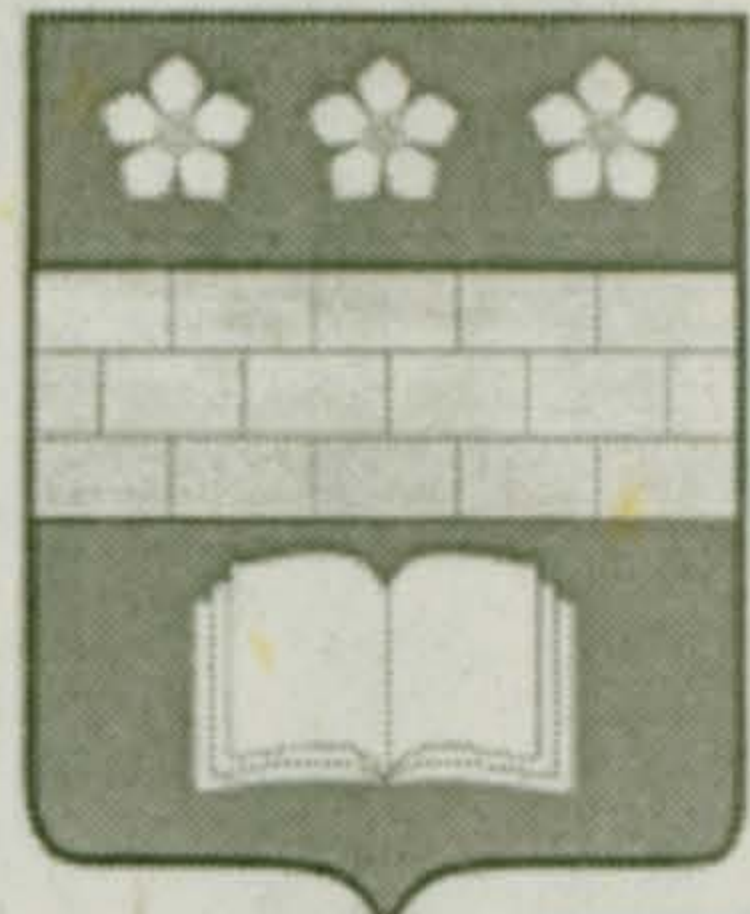
Глава пос. Красково И.И. Бадаев тепло поздравил руководителей Людмилу Бусыгину, Елену Фомину, замечательных артистов и их родителей с очередной победой и пожелал им дальнейших творческих успехов.

В. ШМЫКОВА, начальник отдела образования, культуры и спорта администрации п. Красково

ПОЭТЫ НА «ДОСУГЕ»

Дорогие красковцы! В субботу, 31 марта, в 16 часов в помещении Красковской библиотеки (ул. Школьная, 2, вход с торца) состоится заседание клуба по интересам «Досуг». Приглашаем поэтов и художников, певцов и музыкантов, а также всех желающих принять участие в работе клуба.

Давайте сделаем наш досуг интереснее!
Тел. для справок 557-30-13.



НАШЕ

№ 11 (250)
23 марта 2001 года

КРАСКОВО

УЧРЕДИТЕЛЬ: АДМИНИСТРАЦИЯ ПОС. КРАСКОВО

Еженедельная газета

Издается с 14 мая 1993

АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ

ЗОНА ОТВЕТСТВЕННОСТИ - 215 КИЛОМЕТРОВ

- Юрий Рашидович, расскажите о своем коллективе. Что находится в зоне вашей ответственности?

- Каждый человек выходит на дорогу. Надо ли ехать на работу или на дачу, надо ли просто найти удобный тротуар, чтобы быстрее пройти к нужному месту. Мы занимаемся содержанием дорог различного уровня протяженностью 215 км. Это дороги как республиканского и областного значения, так и муниципальные, городские и поселковые. Обслуживаем Люберецкий, Раменский, Ленинский районы Подмосковья. В Люберецком работаем на Октябрьском проспекте, Лыткаринском и Егорьевском шоссе, на дороге Коренево - Торбеево и так далее. В коллективе филиала - 94 человека. Оснащены самой современной техникой. Руководство «Мосавтодора» в лице начальника управления Игоря Ивановича Косенкова и заместителя начальника Александра Владимировича Ерохина хорошо понимает значение нашей службы и уделяет ей пристальное внимание. Мы работаем в непосредственной близости от Москвы, где напряженный транспортный поток. По дорогам первого класса важного народно-хозяйственного значения проходит свыше 10 тыс. единиц транспортных средств. Далеко за примером ходить не надо. Ваши читатели - жители поселка Красково - видят, как возросла нагрузка на Егорьевское шоссе даже в последние год-два.

- Зимой вы видели, как благодаря вашим усилиям хорошо содержалось Егорьевское шоссе. Несмотря на обильные снегопады, оно было чистое. Но весна обнажила разбитые дороги. Что предстоит сделать в нынешнем году?

- Наши рабочие и техника уже начали ремонт дорог. В числе первых объектов - эстакада в Люберцах. Там много выбоин.

Начали осваивать новые материалы и технологии. В Москве успешно применяется литой асфальт. Теперь примеру Москвы последовали и мы. Он дает возможность работать при низких температурах, без использования привычного катка. Его не нужно уплотнять. Срок годности - три года.

- Расскажите, что предстоит сделать на дорогах муниципального образования пос. Красково?

- С поселком Красково, с администрацией и главой И.И. Ба-

даевым у нас хорошие деловые связи, взаимопонимание. Тесно работаем с ведущим специалистом Г.В. Хворовым. У администрации всегда грамотные, технически обоснованные предложения по улучшению дорог и пешеходных тротуаров - в интересах жителей.

Так, в прошлом году мы асфальтировали тротуары от пос. до Красковской больницы, у магазинов, у «Спецдежды». Заменяли часть автобусных павильонов с оборудованием посадочных площадок. Вы заметили, наверное, что нынче нет скопления талых вод под железнодорожным мостом в Коренево. Мы сделали водоотвод. Настоящим испытанием была нынешняя зима. Трижды в этом году вывозили снег с Егорьевского шоссе.

Ну, а что касается предстоящих работ, могу сказать, что в интересах населения будут асфальтированы пешеходные дорожки от школы № 56 до парикмахерской, от совхоза до магазина «Все для дома», от ВНИИСТРОМа до платформы «Коренево». Заменяем ряд старых автобусных павильонов. Свои планы составляем с учетом пожеланий администрации, потому что она тесно работает с населением.

- С какими проблемами вы сталкиваетесь?

- Прежде всего, это кадры.

Проблема связана с тем, что наш режим работы зависит от погодных условий, от времени суток. Когда все спят, наши КДМ (комбинированные дорожные машины) выходят на дороги. Средняя зарплата водителя от 5 тыс. рублей, что выше средней зарплаты по району. Тем не менее нам нужны грейдеристы, механизаторы, ИТР.

Каждый год МАДИ выпускает 200 инженеров, но до нас они не доходят.

Но если уж человек закрепился в нашем коллективе, то он работает долго.

- Назовите своих кадровых работников.

- Наш коллектив держится на таких инициативных инженерно-технических работниках, как главный инженер Андрей Николаевич Шалимов, мастера участков Александр Дмитриевич Тулинов, Андрей Николаевич Казаков (первый год работает, а зарекомендовал себя с самой лучшей стороны).

Отмечу высокопрофессиональных, опытных водителей КДМ Владимира Николаевича Соломина, Николая Александровича Мельникова, Виктора Ивановича Самохина.

- Каковы перспективы, что у вас впереди?

- «Мосавтодор» всегда отличался тем, что применял передовые технологии. Сейчас, например, нам выделены три машины БЦМ-

24 (аналоги американским), выпускают их на совместном российско-белорусском предприятии в г. Красногорске. Они работают струйно-инъекционным методом. При этом используется мелкий щебень, смешанный с эмульсией, для заделки мелких выбоин. Этот материал даже лучше, чем литой асфальт.

Очень высокопроизводительная машина. Представляет собой самосвал и прицепную установку, которую обслуживают 2 оператора. Позволяет ремонтировать 60-70 квадратных метров в смену, обеспечивая высокое качество работ. Мы использовали эти машины в прошлом году при ремонте Октябрьского проспекта. К майским праздникам, думаю, от ям мы избавимся, лишь бы не подвела погода.

Мы закончили строительство склада для соляных смесей. Предстоящей зимой будем работать со специально обработанной солью, которая замедляет коррозию. Песок очень загрязняет дороги.

- Юрий Рашидович, вы как бы сами установили срок приведения наших дорог в надлежащий порядок - май. Пожелаем вам успехов в вашей работе и - уложиться в этот срок.

Беседу вела Э. БОРИСОВА

ОТ РЕДАКЦИИ: если вас заинтересовало предложение о работе, то звоните по тел. 501-86-09 или обращайтесь по адресу: пос. Овражки, ул. Лесопитомник, 1.

дт подкормлены минеральными удобрениями многолетние травы, которые пойдут на сено для животноводства.

Механизаторы сейчас усиленно готовят технику, завозятся семена, удобрения.

Я спросила Ивана Прокофьевича, не сдвинутся ли сроки начала полевых работ из-за обильных снегопадов зимой? Оказалось, нет. Ранняя пасха нынче - 15 апреля, ранней должна быть и весна.

Как дела с финансированием? Министерство обороны начало возвращать долги за прошлый год. И в этом смысле совхозу легче. Но зато душат долги за энергоносители, газ, например, а это - тепло для теплиц, для жилищного фонда.

■ В следующий раз мы расскажем о подготовке к весенней посевной кампании в ОПХ «Коренево».

Э. ИВАНОВА.



СЕЛЬСКОЕ ХОЗЯЙСТВО

Тает снег на полях. И это значит, что скоро начнутся весенние полевые работы в совхозе «Красковский», в ОПХ «Коренево», в Институте картофельного хозяйства и, конечно же, на сотнях и тысячах огородных и садовых соток жителей наших поселков и деревень. Наш корреспондент побеседовал с директором совхоза «Красковский» Иваном Прокофьевичем КУЛИКОМ и получил информацию о том, что сейчас происходит в хозяйстве.

В теплицах зреют огурцы, скоро начнется их сбор. У помидоров появляются завязи, в апреле планируется сбор первого урожая.

Что же касается открытого грунта, то сев и посадка сельскохозяйственных культур будут вестись в Юзино, во втором отделении совхоза. Предстоит посадить картофель, морковь, свеклу, петрушку, а также кормовые культуры: кукурузу, кормовую свеклу, однолетние травы. Бу-

У ЗЕМЛЕДЕЛЬЦЕВ СКОРО - СТРАДА

дт подкормлены минеральными удобрениями многолетние травы, которые пойдут на сено для животноводства.

Механизаторы сейчас усиленно готовят технику, завозятся семена, удобрения.

Я спросила Ивана Прокофьевича, не сдвинутся ли сроки начала полевых работ из-за обильных снегопадов зимой? Оказалось, нет. Ранняя пасха нынче - 15 апреля, ранней должна быть и весна.

Как дела с финансированием? Министерство обороны начало возвращать долги за прошлый год. И в этом смысле совхозу легче. Но зато душат долги за энергоносители, газ, например, а это - тепло для теплиц, для жилищного фонда.

■ В следующий раз мы расскажем о подготовке к весенней посевной кампании в ОПХ «Коренево».

Э. ИВАНОВА.

ПОЗДРАВЛЕНИЯ

Красковский культурный центр поздравляет Лидию Васильевну ХОДЯКОВУ, руководителя Красковского хора русской песни, с 45-летием со дня рождения! Желаем Вам в работе вдохновенья, в кругу семьи - тепла и доброты. Среди друзей - любви и уваженья И в жизни сбывшейся мечты.

С ЮБИЛЕЕМ!

Славный юбилей - 90 лет отметила Клавдия Ивановна Монова. 80 лет исполнилось участникам Великой Отечественной войны Василию Петровичу Буйнову, Антонине Александровне Лабудиной, а также Анне Григорьевне Плитовой, 85 лет - Александре Дмитриевне Бодрых. 75-летия справили: участники Великой Отечественной войны Иван Федорович Баев, Константин Алексеевич Оброков и Семен Иосифович Фокин, а также ветераны труда Виктор Григорьевич Бубеников, Анна Федоровна Дурасова, Владимир Васильевич Целиковский, Алексей Сергеевич Иванов и Лидия Евстигнеевна Смирнова.

Всех Вас, дорогие ветераны, сердечно поздравляем с юбилеями. Желаем здоровья, долголетия, хорошего настроения, хороших друзей рядом, любви и взаимопонимания со стороны родных и близких.

Отдел по социальной защите, Совет ветеранов пос. Красково

ПОЧТОВЫЙ ЯЩИК «НК»

СПАСИБО ВРАЧАМ И МЕДСЕСТРАМ!

Дорогая редакция газеты «Наше Красково», прошу поместить мое поздравление с прошедшим Международным женским днем 8 Марта медперсоналу Красковской больницы.

Уважаемые Лидия Дмитриевна, Наталья Алексеевна, медсестры: Александра Николаевна, Юлия Борисовна и Мария Ивановна!

Я от души поздравляю Вас с праздником и желаю крепкого здоровья, успехов в вашей нелегкой работе и благополучия в семейной жизни.

Большое Вам спасибо за теплое отношение к больным.

С уважением,
А.М. МИХАЙЛОВА
г. Лыткарино

ОТ РЕДАКЦИИ. К сожалению, это письмо опоздало к празднику. Но мы его решили напечатать, т.к. за поздравлением кроется признательность больного к своим целителям.

ПОБОЛЬШЕ БЫ ТАКИХ ЛЮДЕЙ

Пишет вам А.П.Сорокина. Я одинокая, инвалид 2-й группы, меня обслуживала социальный работник Н.В.Кокорева, а сейчас ее заменила Н.Е.Козьявина. Они работают на участке Красково, ими руководит Н.Н.Евстифеева. Это добрые внимательные люди, в любую погоду нас обслуживают, мы очень довольны, что есть такие люди.

Недавно я серьезно заболела, меня положили в Красковскую больницу в терапевтическое отделение. Я там пролежала с 8 по 28 февраля. Почти каждый день в больницу ко мне приходила соцработник Н.Е.Козьявина, приносила горячую домашнюю еду, носила лекарства, которое мне было нужно.

Вот что хочется сказать: побольше было бы таких людей, как Н.Н.Евстифеева, Н.В.Кокорева, Н.Е.Козьявина. А служба соцзащиты пусть дорожит такими людьми и ценит их работу, у них нелегкий труд, они в любую погоду со своими подопечными.

Большое всем спасибо за доброе, сердечное отношение и внимание к нам.

Дай Бог им здоровья.

А.П. СОРОКИНА

ЮБИЛЕИ

Поздравляет, коллега!

Наталья Петровна Царькова была одной из тех девочек, что носили модные стрижки и пели песенку про медведей, вращающих земную ось. Она была студенткой, спортсменкой, красавицей. Красавицей и осталась.

Тридцать лет, отданных школе, не погасили прыгающих огоньков в ее золотисто-карих глазах, не стерли улыбку с лица. За тридцать лет работы в Красковских школах №№ 55 и 56 она открывала мир математики ученикам, которые стали отличными профессионалами, известными людьми. И пока нынешние политики обсуждают будущее страны, Наталья Петровна Царькова ежедневно его творит...

Коллеги поздравляют Н.П.Царькову с юбилеем. Желают успехов ей и ее ученикам, сердечно благодарят за готовность помочь, за умение создать вокруг себя атмосферу праздника.

Будьте счастливы, Наталья Петровна!

Педагогический коллектив школы № 56

Учащиеся 10-в класса:

На свете много интересных и престижных профессий. Но каждый человек, прежде чем стать ученым, космонавтом, художником, инженером, бухгалтером, учился в школе. Школа является для нас синонимом детства, первых радостей и огорчений, успехов и неудач. Сегодня образование переживает далеко не лучшие времена, и все же педагоги, как и прежде, каждое утро встречают с улыбкой своих воспитанников.

Учительница Наталья Петровна Царькова преподает в нашем классе алгебру и геометрию. В школе она работает уже много лет. Математика считается в школе трудным предметом, и научить всем ее законам не такое простое дело. Нам всем очень нравится, как ведет урок Наталья Петровна. Ее объяснение слушать очень интересно, иногда она приводит примеры из жизни, что облегчает понимание темы. Наталья Петровна может сложную тему и объяснить так, что она всем становится понятной. Мы ее очень любим и хотим сказать ей огромное спасибо за то, что она учила нас пять лет умозрению.

В кабинете, где мы занимаемся математикой, есть различные стенды, на которых имеется интересная информация об этой науке. А над доской на стенде написаны знаменитые и очень верные слова о математике, сказанные М.В.Ломоносовым: «Математику уже за тем учить следует, что она ум в порядок приводит».

Наталья Петровна не только хороший учитель, она еще замечательный и интересный человек. Она часто рассказывает нам о своей жизни, как о прошлом, так и о настоящем; она побывала во многих уголках мира. Нам очень нравится слушать увлекательные истории из ее жизни.

В этом году Наталья Петровна отмечает свой юбилей. Мы, учащиеся 10-в класса, сердечно поздравляем Наталью Петровну с этим событием. Желаем ей от всей души счастья, здоровья, творческих успехов в работе, семейного благополучия!

С юбилеем славным!
Пусть он будет светлым,
Пусть уйдут печали,
Сбудутся мечты,
И принесут радость
Голубые ветры,
И улыбки дарят
Люди и цветы!

Огромное спасибо Вам, Наталья Петровна, за Ваш нелегкий труд педагога, за терпение и доброту!



Учитель, перед именем твоим...

На днях Валентина Матвеевна Ситихова, учитель русского языка и литературы Красковской средней общеобразовательной школы № 55, отметила свой 60-летний юбилей. Коллеги, учителя, сердечно поздравили этого замечательного педагога со знаменательной датой. Школа № 55 славится такими замечательными учителями, как Валентина Матвеевна Ситихова.

В начале 60-х годов еще молодой девочкой пришла она в эту школу учителем начальных классов, и с тех пор всю свою любовь, умение и знания отдает она детям, школе. Работает над усовершенствованием методики преподавания уроков, над развитием и образностью речи, прививает любовь к родному языку. Учащиеся всегда с большим увлечением готовятся к тематическим вечерам, конкурсам и олимпиадам, которые проходят в стенах родной школы и за ее пределами.

У СОСЕДЕЙ, В ОКТЯБРЬСКОМ

НАГРАДА НАШЛА ГЕРОЯ

Роман Алексеевич Киселев был призван на военную службу Люберецким ОВК в 1997 году. По возвращении в 1999 году из армии сержант принял решение заключить контракт и уехал служить в Чечню.

Первое боевое крещение получил в городе Грозном. Вынес с поля боя 7 раненых бойцов своего взвода. Награжден орденом Мужества.

Указом Президента Российской Федерации В.В.Путина от 26.09.2000 года № 1705 Киселев

Роман Алексеевич был также награжден медалью «За отвагу».

Торжественной была обстановка вручения этой награды в администрации поселка Октябрьский. Сюда приехали и.о. военного комиссара Люберецкого района подполковник О.В.Тарасов и помощник начальника награжденного И.Н.Мишакова, присутствовали руководители поселковой администрации. С Романом пришли его близкие.

- Этой медалью, - сказал и.о. военкома подполковник О.В.Тара-

сов, - награждаются военнослужащие за личное мужество и отвагу, проявленные при исполнении воинского долга в условиях, сопряженных с риском для жизни. Мы должны гордиться такими мужественными людьми, это наша достойная смена.

Глава администрации поселка Ю.В.Байдуков и заместитель главы поселка В.И.Суханов поблагодарили мать героя - Татьяну Федоровну за воспитание сына, вручили подарки и пожелали Роману дальнейших успехов в его планах на будущее.

Александр Царьков
8-г класс:

Быть может, это нескромно, но я хочу написать о моей маме. Всю свою жизнь она посвятила воспитанию детей в школе. Многим она кажется строгой, но, очевидно, она требует от нас только то, что необходимо. Кроме того, я восхищаюсь ее умом и познаниями во многих сферах жизни.

Уроки Натальи Петровны проходят спокойно и весело, благодаря ее доброте и умению сделать урок интересным.

Наталья Петровна всегда в трудную минуту приходит на помощь. Она всегда с нами, в походах и на экскурсиях, а на огоньках самая активная и веселая, всегда с улыбкой на лице.

Хочу пожелать ей оставаться такой же сильной, ласковой и милой и, конечно же, терпеливой!

Ксения Дробященко,
8-г класс:Мой классный
руководитель

В нашей школе № 56 работает замечательная учительница. Она нашему классу - вторая мама. Я говорю о Наталье Петровне Царьковой. Эта женщина с необыкновенной душой, всегда веселая и заводная, добрая и нежная, отзывчивая и любящая. От нее даже двойку приятно получить.

В любое время Наталья Петровна готова подбодрить, помочь или объяснить непонятную и трудную тему. Она поразительно проникательная женщина. Взглянув в глаза ученику, уже знает, готов ли он к уроку. Она самая справедливая классная руководительница. Хотя характер у нее и твердый, все равно она остается доброй с хорошими и примерными учениками. А тем, кто попал в немилость, приходится несладко. Но всегда решения Натальи Петровны справедливы и обдуманны.

Мой учитель

М.Ильцова,
8-г класс

Наталья Петровна - наш классный руководитель. Она работает в школе уже много лет. Я знаю ее четыре года. За это время мне стало понятно, что она любит работать с детьми. Она умеет преподавать свой предмет так интригующе и доступно, что любой ученик его поймет. Учительница Петровна - добрый и отзывчивый учитель. Если по каким-то причинам ее не бывает в школе, мы с нетерпением ее ждем. Ее интересуют не только знания учеников, но и их жизнь вне школы.

Работая классным руководителем, Валентина Матвеевна большое внимание уделяет воспитанию трудолюбия и честности. Кроме того, она занимается большой общественной работой. Валентина Матвеевна - бессменный секретарь педагогического совета школы, пользуется огромным авторитетом среди учащихся, учителей, родителей. Ее знают многие жители наших поселков и всегда отзываются о ней с большим уважением.

За долгие и безупречный труд Валентина Матвеевна Ситихова награждена многими почетными грамотами разных рангов.

Я благодарен судьбе за то, что мне посчастливилось учиться у такого замечательного педагога.

И. КОЛЕЧКИН,
директор школы № 55

ВОЕНКОМАТ
СООБЩАЕТ

Коллектив объединенного военного комиссариата города Люберцы выражает огромную благодарность жителям района, руководителям предприятий и организаций за помощь, оказанную при отправке подарков к Новому году и к Дню защитников Отечества военнослужащим, проходящим военную службу в Чечне.

Мы всегда будем помнить тех, кто уже не вернется с полей сражений, и наш долг принимать живое участие в оказании действенной помощи нашим воинам-землякам.

ВРИД военного комиссара
ОВК г. Люберцы
подполковник А. ТАРАСОВ

ОБРАЗОВАНИЕ

У КОМПЬЮТЕРА Я И МОЙ ОДНОКЛАССНИК...



Новенький компьютерный класс появился в Красковской школе № 56 в начале учебного года. Ребята осваивают азы компьютерной грамотности под руководством преподавателей Натальи Борисовны Мартыросовой и Ирины Анатольевны Дорошиной. А самые пытливые продолжают обучение и дома и уже «ползают» по паутине Интернета.

Интересна история создания этого класса. Наш глава И.И. Бадаев выделил квартиру семье погибшего моряка подлодки «Курск». В ответ на это заместитель председателя Правительства России В. Матвиенко сделала подарок поселку - комплект компьютеров.

Соб. инф.

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ - ЗДОРОВЫЙ ДУХ

БАНЯ

Настоящая русская баня не мыслится без контрастных процедур. После банного жара - в бассейн с холодной водой. Собственно, на разумном сочетании могучих раздражителей - жары и холода - и построен широкий спектр физиологического воздействия бани.

Жара в оздоровительном, закалывающем, целебном аспекте - это прежде всего баня.

ВАМ ПОМОЖЕТ

Продолжение. Начало в № 10

Перед тем как войти в парное отделение, приготовьте веник. Если веник свежий, только что сорванный, то задача упрощается. Такой веник надо слегка сполоснуть тепловатой водой - и он готов. Другое дело завяленный, сухой веник. С ним надо немного повозиться. Вначале тоже помыть, ополоснуть. Затем положить в таз с теплой водой. Иногда запаривают веник сразу в крутом кипятке. Это неправильно. Нужна постепенность, я бы сказал, деликатность, чтобы не опали листья. Подержав веник в теплой воде, добавьте в таз горячей. Сверху накройте таз другим тазом - устройте для веника своего рода парную баню. Пусть как следует парится, станет шелкови-

стым, выдаст наружу лесной дух.

Итак, веник распаривается, а сами хоть и не спешите особенно, но времени зря не теряйте. Скажем, вы пришли в баню после работы. Усталость. Вялость. Зябкость. Особенно зимой, когда вы ощущаете, как замерзли у вас ноги и руки. Не спешите на горячий полоч: вы еще не готовы к сильной банной процедуре. Хоть и жарко в парной, а пот долго не прошибает, чувствуете себя, как говорят, не в своей тарелке. Вот и надо сделать перед заходом в парную своего рода разминку, поупражнять кровеносные сосуды. Способ нехитрый: окунуть ноги в таз с теплой водой и постепенно прибавлять погорячее. После 10-15 минут совсем другой настрой! Вы, что называется, созрели вкушать пар на горячем полке.

Перед тем как войти в парную, ополоснитесь под душем. Вообще-то много толков о том, как начинать париться - «насухо» или предварительно помывшись. Лучше, конечно, слегка помыться. Это гигиеничнее, особенно в больших общественных банях. Но ни в коем случае не мочите голову, чтобы не вызвать в парной ее перегрева. После легкого мытья, перед тем как зайти на банный полоч, надо вытереться полотенцем: ведь влага на теле препятствует потоотделению. Поэтому и в ходе самой процедуры надо вытирать пот или сбрасывать его скребком (для этого зачастую используют края мыльницы).

Зашли в парную, но пока без веника. А если веник уже успел распариться, можно и его взять. Но не для того, чтобы им сразу парить-

7 апреля 2001 года в 14 час. в Красковском культурном центре (ДК «Коренево») состоится IV Красковский фестиваль авторской песни

«ПРИВЕТ, ВЕСНА!», посвященный 60-летию разгрома немецко-фашистских войск под Москвой.

Заявки на участие принимаются до 2 апреля по адресу: п. Коренево, ул. Лорха, д. 2, Красковский культурный центр, ком. № 7.

СПРАВКИ ПО ТЕЛ. 557-51-89

РОССИЙСКИЙ СОЮЗ МОЛОДЕЖИ

приглашает 1 апреля на праздничный концерт «ЛЮМОРИНА-2001» В программе: выступление команд КВН, песни, приколы, анекдоты, конкурсы. Начало в 16 часов. Ждем вас по адресу: Люберцы, Октябрьский пр - т, 368, кинотеатр «Орбита», ост. «Высшая школа». Справки по тел. 554-65-70.

ся. Посидите спокойно на полке и подышите ароматом березовых листьев.

Вы не забыли взять с собой в баню колпак? Им может служить старая фетровая шляпа. Надев такой колпак, вы предохраните голову от перегрева.

Не спешите сразу же забираться на верхний полоч: там температура наиболее высокая. Чтобы привыкнуть к банному жару, 3-4 минуты посидите, если есть возможность, полежите внизу. Вообще в парной лучше всего не сидеть, а лежать. Тогда жар воздействует равномернее. Ведь температура неоднородна даже на самом полке: внизу она меньше, чем наверху, примерно на 10-15 градусов. Кроме того, когда вы лежите, мышцы у вас расслаблены, а это дает возможность их основательно пропарить. Финские знатоки бани утверждают, что, когда находишься на полке в вертикальном положении, нежелательная нагрузка увеличивается почти в 2 раза. Если же условия бани не позволяют париться лежа, то сидеть надо не свешивая ноги со скамьи, а держать их на самой скамье.

Вот вы и разгорелись внизу, у полка, - прошиб первый пот. Кстати сказать, далеко не у всех, кто впервые начинает посещать баню, обильно выделяется пот.

Продолжение следует.

Поздравляем Григория Платоновича КОМЛЕВА с 75-летием. Не страшны тебе года, Хоть волосы седые, Коль сохранил ты навсегда Все чувства молодые!

Рецептов долголетия нет, Однако все о нем мечтаем, Здоровья, счастья, многих лет От всей души тебе желаем!



Дети, внуки и правнук Данилочка

ПОЗДРАВЛЯЕМ уважаемую Нину Александровну АБРАМОВУ с 60-летием!



Всю свою сознательную жизнь она посвятила медицине, работала участковым терапевтом, затем возглавляла терапевтическое отделение в Красковской больнице, теперь она - главный врач Томилинской поликлиники.

От всей души желаем Вам, Нина Александровна, здоровья, благополучия, успехов во всех делах!

Друзья и коллеги

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Красково - на Коренево Меняем 2-комн. кв. на 8-м этаже 9-этажного кирп. дома общ. пл. 47,9 м, жилая - 29,9 кв. м, кухня - 7,5 кв.м, лоджия - 6 кв. м.

Нужна равноценная квартира в Коренево.

Звонить по тел. 557-10-01, доб. 2-37

Организации требуются: тракторист, электрик. Тел. 501-30-36 (спросить Марину)

*** В магазине № 85 по адресу: пос. КСЗ, д. 16 открыт отдел по продаже детского питания и детских товаров. Часы работы: с 9.00 до 20.00 Приглашаем молодых мам посетить наш магазин.

*** Ансамбль гитаристов с 6 до 50 лет. Соло гитара. Ритм. Бас (ансамбль). Аккорды к песням (индивидуально). Классическая музыка. Приглашаетесь в школу № 56 (кл. 132) по четвергам с 18 до 19 час.

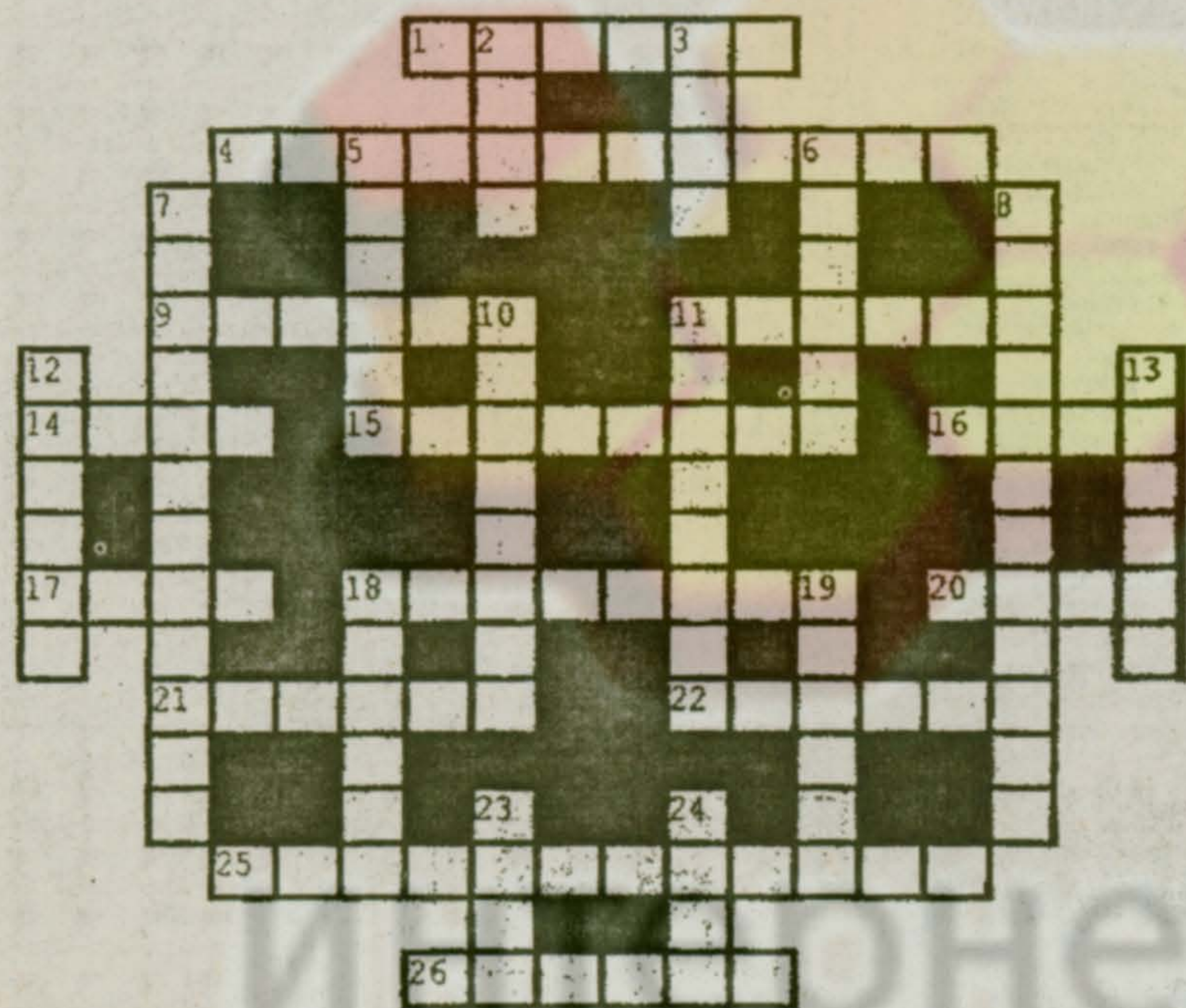
ВОЙСКОЙ ЧАСТИ №13842 НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ ТРЕБУЮТСЯ:

делопроизводитель отдела кадров начальник финансового отделения - главный бухгалтер техник стрелок ВОХР обработчик технического имущества контролер материалов врач медсестра водители: грейдерист на ДЗ-143 экскаваторщик на ЭОВ-4421 крановщик на КС-4561 М на КАМАЗ

Тел. 557-31-45 Обращаться по адресу: Московская область, Люберецкий район, пос. Красково, ост. «ВНИИСТРОМ», войсковая часть № 13842, тел. 557-31-45

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

Предоставление ритуальных принадлежностей, транспорта. Льготным категориям граждан предоставляются значительные скидки. Часы работы - с 9.00 до 19.00 Без выходных Адрес: пос. Красково, ул. К.Маркса, дом 117/1 (на территории ВНИИСТРОМа). Тел. 501-81-01, доб. 374 Тел. 233-47-94 (круглосуточно)



КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Сорная трава. 4. Древнейшая вымершая птица. 9. Чилийский поэт Пабло 11. Род поэзии. 14. Блуждающие ... в газопроводе. 15. Предоставление преимущества более слабому сопернику. 16. Шанцевый инструмент. 17. Советский писатель, один из авторов романа «Золотой теленок». 18. Лекарственное растение, дерево. 20. Химический элемент, газ. 21. Русский флотоводец. 22. Мужская фигура, поддерживающая перекрытие здания. 25. Актер, н.а. СССР, снялся в фильмах «Пугачев», «Пирогов». 26. Минерал подкласса кольцевых силикатов.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 2. Животное, которое любит «полоскаться». 3. Сладкая начинка для пирогов или бутербродов. 5. Специальность врача. 6. Один из Курильских островов. 7. Единственная с/х культура, возделываемая в данном хозяйстве. 8. неподвижная часть оперения самолета. 10. Русский литературный критик, мемуарист, автор первого научного изд. соч. А.С.Пушкина. 11. Посадочный материал тюльпана. 12. Государство в Европе. 13. Подготовка почвы для посевной. 18. Денежная единица Португалии. 19. Одаренность, гениальность. 23. Русский архитектор, автор проекта здания Большого театра в Москве. 24. Геометрическая фигура.

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Лебеда. 4. Археоптерикс. 9. Неруда. 11. Лирика. 14. Токи. 15. Гандикап. 16. Пила. 17. Ильф. 18. Эвкалипт. 20. Азот. 21. Ушаков. 22. Атлант. 25. Скоробогатов. 26. Берилл. По вертикали: 2. Енот. 3. Джем. 5. Хирург. 6. Итуруп. 7. Монокультура. 8. Стабилизатор. 10. Анненков. 11. Луквица. 12. Италия. 13. Пахта. 18. Эскудо. 19. «Талант». 23. Бове. 24. Угол.

Мнение авторов публикаций может не совпадать с мнением редакции. Главный редактор И.Е.БОРИСОВ

Газета зарегистрирована в Московской региональной инспекции при Министерстве печати Российской Федерации. Свидетельство № А-0289 от 22 марта 1996 г. Распространяется бесплатно. Отпечатана в Производственно-издательском комбинате ВНИТИ. 140010, г.Люберцы, Октябрьский пр-т, 403. Тел. 554-21-86 Подписано в печать 21.03.2001 г. Время подписания 20.00 Печ. л. 1,0 Тираж - 5000 экз. Заказ № 4679

Адрес редакции: п. Красково Московской области, ул. К.Маркса, д. 39. Телефон для справок 501-52-77. При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна.