



ОБЛОМКИ ГЛАСНОСТИ

Люберецкий информационный центр, построенный два года назад объединением городского хозяйства, оказался бесхозным. Ни объединение, ни другие городские организации не используют его по назначению.

Фото Сергея АНТОНОВА.



Рабочая эстафета

Кооператив «Агропласт» начал действовать в пластмассовом цехе Ухтомского завода металлоизделий, еще один — организуется в штамповочном цехе предприятия.

Этот год заводской коллектив трудится на значительно урезанных сырьевых фондах. Хронически не хватает то стали, то полистирола или полиэтилена, то всего вместе.

В сложившихся условиях у кооператоров, как ожидают, окажется больше инициативы, мобильности, само-

стоятельности. Для заводчан это очень важно, ведь многие из них — пенсионеры, инвалиды, престарелые. Одних надомников больше половины штата — 500 с лишним человек. Переход на рыночную экономику может больно ударить по большинству из них.

О двух новостях из жизни своего предприятия нам поведал директор Панковского экспериментального механического завода Б. П. Трушин:

— Во-первых, коллектив освоил серийное производство машин, предназначенных для резки мерзлого грунта. Их назначение — прокладка различных подземных магистралей. Совсем недавно такие механизмы были в стране большим дефицитом. Особенно сильно в них нуждаются строители, работающие зимой, а также все те, кто ведет проходку в условиях вечной мерзлоты. Еще одна новинка: высокоэффективные бетоносмесители современной отечественной конструкции. Подготовка серийного производства близка к завершению. В следующем году потребители получат первые 100 бетоносмесителей.

Наш корр.

Мнение

Где ты, русская гордость?

Наблюдая за изменениями, которые происходят в нашей жизни, отчетливо ощущаешь две тенденции. Первая заключается в чрезмерном восхвалении всего дореволюционного. Подвергают сомнению целесообразность Великой Октябрьской социалистической революции, называя ее случайным кровавым мятежом. Всячески превозносят дворянство и царскую власть, славят белогвардейцев.

Недавно слышал, как Калинин пел по радио: «За все комиссары ответят сполна...» Горько это наблюдать. Александра I называют великим реформатором. А ведь крестьянская реформа, которая была проведена при нем, вызвала гневное осуждение всех передовых демократических сил русского общества. Или еще пример. Керенского величают выдающимся демократом. Абсурд! Короче, возрождается дух шовинизма и национализма. Читал про создание конституционно-монархической партии (так, кажется, называется), которая ратует за возрождение монархии. Появились какие-то кадеты, меньшевики, анархо-синдикалисты и прочие, прочие... И все это на пороге двадцать первого века!

Другая тенденция состоит в преклонении перед Западом. Стали смотреть на Запад, как на панацею от всех бед. Мы перестали называть западные страны «капиталистическими». Теперь, оказывается, они только «цивилизованные». Закупаем импортное оборудование, продовольствие, всевозможные товары, просим предоставить нам кредиты. Резко усилилось проникновение западного капитала в нашу экономику. Совместные предприятия растут, как грибы. А хорошо ли это? Больно наполняется сердце, когда видишь огромные очереди возле ресторана «Макдональдс» и у пиццерии на Тверской улице. А кто-то уже предлагает продавать иностранцам наши земли, предприятия. Все это, по-моему, приведет постепенно к превращению нашей страны в колонию Запада. Об этом предупреждал даже А. Солженицын, несмотря на его антисоветские взгляды.

Поражает наша безынициативность, беспомощность. Где же исконно русская гордость, патриотизм?! Почему мы так любим шарашаться из одной крайности в другую? Пора давно понять, что богатый иностранец нас не спасет. Только творческий, самоотверженный труд каждого из нас может вывести страну из прорыва.

В. ВОРОНЦОВ.
пос. Томилино.

ЛЮБЕРЕЦКАЯ ПРАВДА

ОРГАН ЛЮБЕРЕЦКОГО
ГК КПСС, ЛЮБЕРЕЦКОГО
И ЛЫТКАРИНСКОГО
ГОРОДСКИХ СОВЕТОВ
НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ

Пролетарии всех стран, соединитесь!

Газета основана
10 марта 1931 г.

Суббота, 13 октября 1990 года

№ 164 (15290)

Цена 3 коп.



НОВОСТИ

Десант в «Полянки»

Тридцать сотрудников Института обогащения твердых горючих ископаемых под руководством заведующего лабораторией Г. А. Иващенко ездили на минувшей неделе в совхоз «Полянки» Луховицкого района убирать овощи.

В течение лета и осени в хозяйстве постоянно работают бригады сотрудников института численностью до 10 человек. За помощь совхоз обеспечивает коллектив института овощами и картофелем по льготным ценам.

М. ДАВИДОВ.

Возвращение «Березки»

Кафе под таким названием вновь открылось рядом с кинотеатром «Орбита» в Люберецах. Раньше оно являлось филиалом ресторана «Подмосковный», потом попало в руки кооператива «Бахор», теперь снова обрело прежнее название и вошло в Люберецкий трест столовых.

Метаморфозы не отразились на «Березке». Здесь вкусно готовят, имеется неплохой ассортимент. Сейчас рассматривается вопрос о семейных обедах по выходным. Работает «Березка» ежедневно с 11 до 16, кроме воскресенья.

Наш корр.

В подарок — РАФ

Решением совета трудового коллектива и профсоюзного комитета совхоза «Белая Дача» многодетной семье Семеновых передан в подарок микроавтобус РАФ.

Машина куплена на средства хозяйства, отремонтирована. У Алексея Ивановича, работающего слесарем в совхозном цехе животноводства, и Людмилы Ивановны, тепличницы, шестеро детей. Так что в микроавтобус помещается вся семья, и он в пору для домашних нужд и отдыха.

В. ОВЧИННИКОВА.

Единственный источник

Мы живем в одном доме — пенсионеры Н. Петров, А. Суворов и я. Часто собираемся вместе. Иногда присоединяются к нашей беседе и другие. Разговор ведем на различные темы: об увиденном, услышанном, прочитанном в газетах и журналах. Ведь в жизни много событий — в стране и за рубежом. О событиях в районе нам рассказывает газета «Люберецкая правда».

Информационный центр, находящийся у гастронома, не используется по своему назначению. Он должен освещать жизнь и деятельность города и района. Имелись стенды для решений исполкома, горкома. Но их никто не заполнял. Многие не знают руководителей города, своих депутатов. Никакой информации не увидишь. Витрина с видами города запущена. Были садовые скамейки — и их утащили. Остались от центра металлический каркас, телефонные будки и киоск. Мы более 20 лет выписываем «Люберецкую правду». Будем получать ее и в 1991 году. Это единственный источник

Читатель — газета

информации по городу и району. Правильно, что газета печатает всякую всячину, в том числе и жалобы.

Н. ЛОБАЧЕВ.
г. Люберецы.

дня дольше поголодаю, но подпишусь. Я на пенсии. Мои средства ограничены. Но я не считаю себя бедной. С чистой душой дарю «взнос» на газету.

Н. РИФАНГ.
г. Лыткарино,
Набережная, 6.

Напоминаем:

Истекает срок подписки на периодическую печать (31 октября). Если кто заинтересован иметь на квартире свою городскую газету и быть в курсе происходящих в районе событий, знать о деятельности местных органов власти, располагать всевозможной рекламой, включая программу телевидения и расписание демонстраций кинофильмов, получать достоверную информацию, не доверяясь слухам, — пусть выпишет «Люберецкую правду».

Годовой комплект ее сравнительно с другими печатными изданиями недорог — 9 рублей 90 копеек. Индекс — 55105. Ни в какой другой газете вы не почерпнете столько сведений о своем районе, сколько можно почерпнуть в «Люберке». Она — ваш друг и советчик на каждый день.

Агитирую за «Люберку»

Дорогая редакция газеты «Люберецкая правда»! Я пишу вам впервые и очень прошу напечатать мое письмо. Я агитирую читателей «Люберки» подписаться на газету на 1991 год. Она — всеобъемлюща. Я на нее прежде не подписывалась, считая, что «Люберка» — это несерьезно.

Но однажды мне попался обрывок вашей газеты, на котором статья меня так увлекла, что я переложила ее на рифму: эти стихи я посылаю вам. Вот тогда я и подписалась на «Люберку».

Сейчас она подорожала, но я все равно подпишусь на нее. Пусть на три

РОВНО в 14, как и было установлено, началась конференция. Доклад прочитала Н. И. Молчанова. Несмотря на сильную занятость (в парткоме из 7 освобожденных работников осталось 3, несколько месяцев не было секретаря), она сумела сделать анализ партийной работы, остановилась на проблемах цеховых организаций, их численности (за последнее время из рядов КПСС вышло более 200 сельмашевцев), на задачах партийцев в этот сложный период развития коллектива предприятия да и страны в целом.

Внимательно слушали доклад делегаты конференции. Можно было бы сказать: затаив дыхание, но это не те слова. Атмосфера сдержанного ожидания царил в зале. Люди словно бы молча спрашивали друг друга: продолжаем ли мы быть силой, можем ли вернуть авторитет? Наконец, сохраним ли свою парторганизацию как боевую единицу?

Открыл прения Ю. Г. Левицкий. Воспользовавшись присутствием первого секретаря ГК КПСС В. А. Михайлова, он стал задавать ему нелегальные вопросы. Что ж, первому секретарю

Навстречу городской партконференции



т. Левицкого, так и в других. Почему в городе ослабла роль партии? Ведь нам никто не мешает: нет ни РУХа, как на Украине, ни стачечных комитетов, как в Кузбассе. Чего же ждем? Пока от городской парторганизации останется горстка коммунистов?

Секретарь партбюро заводу управления, редактор многотиражной газеты «Заводская правда» Д. А. Шу-

ЖДАТЬ НАДОЕЛО

Коммунисты завода имени Ухтомского провели отчетно-выборную конференцию. Секретарем парткома избрана Н. И. Молчанова, работавшая ранее заместителем секретаря. Профком здесь тоже возглавляет женщина. Похоже, что мужчины в политике на заводе отходят на второй план. Власть передается в руки более осмотрительных и терпеливых.

к обновлению, сам ЦК и его Политбюро не захотели перестраиваться, не показали пример. Отсюда и началось падение авторитета. Коммунисты ждали, что скажут «вверху», и дождались...

Заместитель главного инженера завода Л. С. Мурзилов заметил, что пора определить свои позиции, спростить с себя: что ты сделал для партии? Ловлю себя на мысли, что проходим мимо тех недостатков, которые раньше немедленно устранялись. Надо смелее брать в аренду, в коллективную собственность участки и цехи. Человек должен стать настоящим хозяином средств производства и продукции. И организаторская роль коммунистов здесь пригодится, как никогда.

Как еще поднять авторитет партии? Председатель профкома А. В. Петрова от-

метила, что люди сойдя с привычного пути, растерялись. И им надо помочь. В условиях перехода к рынку это будет забота о социальной защищенности работников завода. Наша конференция должна стать переломной. Время покажет, что без коммунистов — людей ответственных, компетентных, творческих — поставленные задачи не решить.

Первый секретарь ГК КПСС В. А. Михайлов заявил: «Не правы те, кто думает, что ГК бездействует. Когда вышел Указ Президента об уборке урожая? В конце сентября. А в нашем районе не ждали этого указа, работали. В результате картофель убран с 90 процентов площадей, идет уборка капусты, моркови.

Есть желающие столкнуться лбами руководителей городской парторганизации и но-

вой Советской власти. Выступая на сессии, я сказал депутатам: «У нас никогда не было конфликтов с депутатским корпусом. И нынче мы будем действовать заодно, где речь идет об интересах людей».

Далее выступающий заметил, что городская партийная организация родилась из недр заводской. Поэтому от настроения, от боевитости сельмашевцев зависит и сила всех люберецких коммунистов. Сейчас в среде членов КПСС немало пессимистов, но надо же видеть и хорошее. Взять тот же поселок Калинина. Какие здесь выросли дома, как реконструируется завод! Другое дело, что за последнее время нас захлестнули кризисные явления. Укрепление партийной дисциплины выдвигается на первый план. Если человек не хочет платить взносы, надо его исключать из партии, а не ждать, когда он сам соблаговолит написать заявление.

Директор завода В. А. Польшин начал свое выступление с поддержки тезиса о том, что только конкретными делами можно поднять авторитет КПСС. Партия должна стать инициатором перехода к новым производственным отношениям. Из месяца в месяц работаем хуже, а зарплату собираем все большую. Но деньги обезличены, работа обезличена. С помощью ма-

лых предприятий, концерна поднимем заинтересованных людей. Давно назрела необходимость пересмотреть нормативы отчислений в бюджет. 85 процентов прибыли уходит за пределы завода. Такой порядок больше не устраивает коллектив. И еще об одном сказал директор. Заводу нужна поликлиника. Почему бы ее не разместить в бывшем здании медицинского училища. Сейчас в нем располагаются различные конторы. Если парторганизация возьмется за пробивание этого вопроса, она тоже поднимет свой вес в глазах окружающих. Словом, есть за что браться коммунистам.

Лейтмотив многих выступлений: есть еще порох в пороховницах, мы еще проживем! Вручались почетные грамоты лучшим секретарям цеховых парторганизаций, одному работнику завода — партбилет. Не было громких аплодисментов, как это водилось раньше. Но конференция прибавила оптимизма делегатам. Хотелось бы надеяться, что они донесут дух этого собрания до рядовых коммунистов, убедят их в жизнеспособности партии на заводе.

Э. БОРИСОВА,
наш спец. корр.
На снимках: на заводе имени Ухтомского идет XXXVII отчетно-выборная партийная конференция.
Фото С. Антонова.



не привыкать к этому. Тем более, что сейчас во всем винят партию. А еще на XIX Всесоюзной партконференции было строго-настроено наказано: не заниматься хозяйственными делами. Теперь же вновь нужна палка-погонялка в лице секретаря ГК. Но надо войти и в его положение. Действительно, еще несколько лет назад можно было приказать, «влепить» выговор по партийной линии. Иногда это помогало. Сейчас время не то.

И все же нельзя не согласиться с тревогой, прозвучавшей как в выступлениях

валова сообщила, что не так давно к ней обратились представители одной из партий с предложением о сотрудничестве. Дефицитная бумага у них есть, другую материальную поддержку обещали. Но получили отказ. Как видим, оппоненты КПСС понимают значение печати в формировании общественного мнения. Но и КПСС, если она хочет сохраниться как партия, должна держаться за свои издания, уметь защищаться.

Сейчас почти во всех первичных организациях осознали: перестройка «не пошла» потому, что, призвав



Точка зрения

Перед третьей сессией

Позади две сессии Люберецкого городского Совета. 4 октября народные депутаты — члены «Дискуссионного клуба», не удовлетворенные деятельностью своего органа власти, собрались, чтобы обсудить сложившуюся обстановку и выработать предложения по повестке дня третьей сессии и тактику совместных действий.

Председатель клуба А. О. Жуков зачитал обращение депутатской группы. В нем говорилось о том, что из-за отсутствия освобожденного председателя Совет до сих пор по-настоящему не взял управление в свои руки. Президиум Совета, состоящий в основном из директоров предприятий, не проявил стремления к каким-либо радикальным изменениям. Нынешнее городское и районное руководство и некоторые депутаты предпринимали попытки свести заседания обеих сессий к голосованию по рецептам застойного времени. Регламента работы не было. Игнорировались права народных депутатов на изложение своей точки зрения по рассматриваемым вопросам. Не оглашались депутатские запросы. Не принимались меры к должностным лицам, оставившим эти запросы без ответа. Допускались оскорбления депутатов и других лиц. Непрофессионализм и сумбур в принятии решений позволили президиуму (в ряде случаев) толковать их по своему усмотрению.

В обсуждении обращения приняли участие А. М. Грищенко, А. М. Тимофеев, А. А. Типикин и многие другие. Все члены клуба высказались за введение освобожденной должности председателя Люберецкого горсовета, немедленное рассмотрение и принятие регламента сессий, создание рабочих групп по их подготовке, заслушивание председателей постоянных комиссий о проделанной ими работе, неукоснительное соблюдение прав народных депутатов.

С целью постепенной профессионализации Совета высказывалась мысль о формировании освобожденной группы депутатов из 16 человек (по два человека на комиссию). Для активизации деятельности депутатского корпуса решено было поставить вопрос перед третьей сессией об освобождении один раз в неделю от производственных обязанностей каждого народного избранника.

Словом, в клубе, кажется, осознали, что власть должна быть властной.

А. СЕРАФИМОВ.

Не забуду училище

Быстро пролетели годы учебы в СПТУ № 82, и вот я уже вступил в самостоятельную жизнь. Работаю на вертолетном заводе имени Милы слесарем-сборщиком летательных аппаратов, но меня по-прежнему тянет в родное училище, чтобы встретиться с бывшими однокурсниками, мастерами и преподавателями.

Мне не удалось с первой попытки поступить в институт, зато мы радуемся за Вадима Николаева, ставшего студентом института стали и сплавов, за Мишу Модро — студента театрального училища (теперь у нас будет свой профессиональный артист, ведь мы все вместе участвовали в художественной самодеятельности). Приходят в училище и письма от ребят, которые служат в армии.

Много делается для того, чтобы было интересно учиться, трудиться и отдыхать. Вошли после летних каникул в училище и были приятно удивлены: смотрят на нас дамы в великолепных туалетах из витрин музея исторического костюма. Даже не верится, что это дипломные работы, выполненные нашими девочками.

К. ХАРИН,
выпускник СПТУ № 82.

ЛЮДИ, дорожащие временем, быстро принимают рациональные решения. Хотя на профсоюзную конференцию работников кооперативов Люберецкого района выносилась очень насыщенная

выход на внешний рынок. Возникает необходимость обеспечить реальное равновесие государственного, кооперативного и других секторов экономики. Пусть развивается добросовестная

Без сомнения, в городе и районе масса проблем, которые долго не находят решения, и если за них берутся кооперативы, то инициатива достойна поддержки.

ПОВЗРОСЛЕЛИ,

**или
Что
может
профсоюз
работников
кооперативов**

повестка дня, все ее девять вопросов делегаты успели в сжатый срок рассмотреть.

Один из узловых моментов конференции — обсуждение проекта договора о сотрудничестве между Люберецким объединенным комитетом профсоюза работников кооперативов и Люберецким городским Советом народных депутатов, его исполкомом. Образно говоря, кооперативы выросли из детской одежки, повзрослели, и настала пора взяться за более ответственные дела.

Предполагается до 30 октября создать для координации усилий общественный рабочий орган, в который войдут народные депутаты, работники исполкома и представители кооперативов.

Надо полагать, необходима развернутая программа, предусматривающая предоставление кооперативам широкого доступа к ресурсам, определенные льготы условия, распределение нежилых и производственных помещений, земельных участков, оборудования и сырья, а также упрощенный

конкуренция между ними, она пойдет на пользу — так высказывались делегаты.

В докладе председателя объединенного комитета профсоюза работников кооперативов А. М. Брыксина, в выступлениях участников конференции прозвучала идея организации в Люберецком Доме кооператора. Он стал бы коммерческим и социально-культурным центром кооперативного движения, способствовал бы объединению растущих и крепнущих сил кооперации и повышению авторитета данного сектора экономики. Предложение нашло отражение в проекте договора.

Так, профсоюз предлагает подготовить перечень нерентабельных, малоэффективных производств, экологически опасных и подлежащих выводу из города производств для передачи их кооперативам. То же самое намечается с недостроенными, законсервированными объектами производственного, социально-культурного назначения. В перспективе — использование торгово-закупочных кооперативов для снабжения населения продуктами питания по прямым договорам с предостановлением торговых помещений.

Проект договора предусматривает внедрение программы создания новых рабочих мест в кооперативах с учетом возможности трудоустройства многодетных матерей и других жителей, нуждающихся в дополнительных заработках.

Словом, реализация намечаемых в договоре направлений сулит подъем хозяйственной и социальной жизни района.

В. ЧУЛКОВ.



Свобода совести

Его духовное кредо

Бы в ш и й настоятель Наташинской церкви Святой Троицы протоиерей Александр Ганаба получил назначение в Соборный храм города Подольска. Естественно, всех верующих интересует: а кто же его преемник?



Впервые нового священника Владимира Гамариса я увидел во время его собеседования с абитуриентами детской воскресной православной школы и их родителями. Он расспрашивал детей, крестные ли они, верят ли в Бога, ходят ли в церковь, хотят ли заниматься в воскресной школе. Интересовался у родителей, венчанные ли они. И делал при этом скорые заметки в записной книжке. Его ровный и спокойный голос, убедительная и красочная речь создавали атмосферу доверия. Отец Владимир объяснял мамам и папам, что воскресная школа мало что даст их чадам, если они сами не станут жить по Закону Божию. Он напомнил о необходимости венчания, ибо только через него семья обретает благословение Божие.

На следующий день отец Владимир увлекательно рассказывал школьникам из поселка Некрасовки о предназначении православных церквей, их архитектуре и живописи, о христианской нравственности, национальной духовности, русском патриотизме и его истоках.

Наконец-то я беседую с новым настоятелем церкви Святой Троицы.

Отец Владимир, протоиерей Александр Ганаба был популярным священником в нашем благочинническом округе, и не только

среди верующих. В связи с этим многие жители Люберецкого района задают вопрос: кто Вы? Не могли бы немного рассказать о себе?

— Родился в семье военнослужащего. Мой отец — военный летчик, участник Великой Отечественной войны. Совершил несколько боевых вылетов, награжден многими орденами. Ныне полковник запаса. Мама по профессии учительница математики. Долгое время работала инспектором роно, директором одной из московских школ. Затем приняла монашеский постриг.

Я окончил сначала обычную среднюю школу, затем Киевский политехнический институт. Некоторое время работал инженером-программистом. Горячая любовь к русской истории и осознание того, что она немыслима без Православия, привели меня к Богу. Окончив Московскую духовную семинарию, служил в Киевской епархии. Был очевидцем последствий Чернобыльской трагедии, о чем, кстати, повествуется в кинофильме «Звезда Полярис» (производство «Леннаучфильм»). Женат, имею двоих детей, которые тяжело переболели после Чернобыля. По этой причине ходатайствовал о переводе в Московскую епархию.

Митрополит Ювеналий с проникновенным сочувствием

отнесся к моей просьбе, назначил сначала в Троицкий собор в городе Подольске, а теперь, к великому моему удовлетворению, перевел настоятелем церкви Святой Троицы в Люберцах.

Наш храм хорош не только внешним видом, внутренним убранством, но прежде всего людьми, прихожанами и какой-то особой молитвенностью. Радужно встретили меня священники отцы Николай и Анатолий, а также церковный староста Н. Я. Непахарева. Я со своей стороны преисполнен готовности служить здесь столь долго, сколько это угодно Господу Богу.

Большее всего ценю в соотечественниках патриотизм. Основные составляющие русского патриотизма — это Православие, государство, семья.

«Мы русские в той степени, в какой православные», — говорил глубоко верующий Ф. Достоевский. Говоря ныне о возрождении России, следует учитывать, что его не может быть без Православия. Сила нашей веры в ее истинности, в духовности, объединяющей людей в единую национальную общность. Русскость — это не расово-этническое понятие, а духовно-религиозное, основанное на Православии.

— Как Вы оцениваете нынешнюю нравственную атмос-

феру в стране?

— Сейчас страна на перепутье. Кое-кто настойчиво хочет разложить нас нравственно. Если мы не найдем в себе силы вернуться к Богу, нравственности, Православию, национальной культуре, то погибнем. Народ, не уважающий своего славного прошлого, не имеет будущего. Преди оставили нам в наследство горы золотой духовности, а мы сегодня пребываем в нищете духовной. Воспринять это духовное богатство Святого Православия — первостепенная задача. Надо воспитывать подрастающее поколение в традициях русской культуры, а значит в Православии, имея тысячелетнюю историю. Именно с такой целью при нашем храме открывается воскресная православная школа для детей.

— Что бы Вы ответили на пожелания читателей рассказать им на страницах нашей газеты о христианских таинствах и обрядах?

— Все начинания, которые способствуют приближению людей к Богу, священники нашего прихода готовы поддержать и с удовольствием примут участие в ознакомлении читателей «Люберецкой правды» с христианскими таинствами и обрядами, а также праздниками и постами.

Беседа вел Серафим ШИШКИН. Фото Сергея АНТОНОВА.

Поль БРЭГГ

«Лучший способ продлить жизнь — не укорачивать ее».

ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

Главы из книги «Чудо голодания»

(Продолжение. Начало в №№ 148-154, 156-162).

Разум должен управлять вашим телом, если вы хотите голодать успешно

Помните, я говорил вам: ПЛОТЬ ГЛУПА. У нее нет разума и воли. Если после чтения этой книги вы будете убеждены в том, что программа голодания придаст вашей жизни новое качество, значит, ваш разум обязан господствовать над плотью. Ваш разум должен быть сильнее, чем желания вашей плоти, потому что ваше тело привыкло к тому, чтобы получать пищу в определенные промежутки времени.

Обыватель просыпается и немедленно завтракает. Желудок охватывается главенствующим, разум должен следовать за желаниями желудка. В результате выработки условного рефлекса желудок всегда ожидает завтрака. Для меня завтрак — ненужная еда. Организм отдыхал всю ночь, он не тратил энергии. Почему же человек после длительного отдыха должен загружать себе желудок обильным завтраком. Поэтому я еще раз повторяю: «Вы должны заработать пищу физической активностью!»

Другая причина, по которой я ратую за жизнь без завтрака, — это то, что завтраком истощается та энергия, которую организм накопил во время сна.

Утром ваша энергия — физическая, умственная и духовная — должна быть на самом высоком уровне. Именно она делает вас способным выполнять большую творческую и физическую работу.

Я доказывал школьникам и студентам колледжей, что лучше всего заниматься утром на голодный желудок. Большинство студентов плотно едят вечером, а потом пытаются заниматься. Что же происходит? Им приходится прилагать огромные усилия, чтобы заставить себя сконцентрироваться на учебе. Вероятно, после плотной еды мозг не может эффективно работать. Но дайте этим же студентам хороший ночной отдых и пусть они позавтракают через два-три часа после сна, они покажутся гениями. Я рассказывал об этом тысячам студентов, в том числе студентам-художникам, скульпторам, музыкантам, писателям.

Теперь понятно, почему я против плотного завтрака. Тяжелая пища требует больших затрат энергии, которая расходуется на пищеварение. Мозг остается обделенным, делая людей тугодумами, поскольку нервная энергия расходуется на низменные цели.

Давайте посмотрим на это с другой точки зрения. В течение долгих лет людям твердили, что завтрак — наиболее важный прием пищи, он дает силы и энергию, чтобы выполнять тяжелую утреннюю работу, неважно, физическую или умственную». Все это абсолютно ошибочно и не подтверждено научными фактами. После плотного завтрака рефлекторно вы чувствуете сытость и удовлетворенность, но у вас не прибавляется сил. Пройдет не один час, прежде чем эта пища будет усвоена системой пищеварения и даст энергию вашему организму. Пищеварение — очень сложный процесс! Каждый компонент завтрака должен быть переработан и расщеплен на мельчайшие химические фрагменты, чтобы их могли усвоить клетки.

Зарабатывайте свою пищу физической нагрузкой

Итак, вы видите, что питание — это дело привычки и условностей. Я не завтракаю уже более 50 лет. Я встаю рано утром и, если нахожусь в моем голливудском доме, то сажусь в машину и еду в прекрасный Гриффит-Парк в горах. За несколько часов добираюсь до вершины Маунт-Холливуд и сбегая вниз. Если я нахожусь на побережье в Санта-Моника, я бегаю по пляжу.купаюсь в океане круглый год.

ЛЕЗ НЕ В ЛЕС...

Оперативная сводка преступлений и происшествий в районе (1 — 7 октября).

ОБСТАНОВКА ОСЛОЖНИЛАСЬ

Минувало 9 месяцев года. Истекший период характерен усложнением криминогенной обстановки в районе: зарегистрировано 1432 преступления, на 26,3 процента больше, чем за тот же период прошлого года. В их числе 322 тяжких, что на 40 процентов превышает прошлогоднюю цифру. Примерно половина преступлений по линии уголовного розыска пока не раскрыта.

СМЕРТЬ НА КУХНЕ

В коммунальной квартире, на кухне, в доме поселка Калинина обнаружен труп 30-летнего мужчины в луже крови. Для раскрытия тяжкого преступления была создана оперативно-следственная группа. Проведенным комплексом поисковых мероприятий установлено, что убийство произошло в ссоре, возникшей между хозяином и покойным при совместном распитии спиртного, из-

за женщины. За убийство задержан О. В. Серегин, 1961 года рождения.

ОГРАБИЛИ

Двое неизвестных проникли в дом жительницы поселка Чкалово, связали хозяйку и похитили радиоприемник «Океан», два норковых воротника, хрустальную посуду, золотые серьги и другие предметы.

Вечером у подъезда дома в Люберцах преступник подкараулил женщину, ударил ее по лицу, вырвал хозяйственную сумку черного цвета, где находились документы, служебные бланки, деньги. Потерпевшая выполняла служебные обязанности. Приметы грабителя: на вид 28 лет, рост 165 см, коренастый, лицо овальное, черные усы, предположительно кавказской национальности. Одет в темно-коричневую куртку.

ИГРЫ С ПУГАЧКОМ

Работник кооператива, Г. Б. Антонов, проживающий в поселке коврового комбината попал в поле зрения милиции.

Соседи сообщили: стреляет Г. Б. Антонов из огнестрельного оружия с балкона. Шутки плохи, может и ранить, и убить кого. Поэтому для изъятия оружия были привлечены значительные силы. Но оказалось, что у Г. Б. Антонова хранилось два детских пистолета, с виду похожих на настоящие. Люберецкий городской народный суд наказал Г. Б. Антонова за мелкое хулиганство штрафом в размере 50 рублей.

КОМФОРТ ЗА СЧЕТ «КОМФОРТА»

Три комплекта мягкой мебели похитили неизвестные из склада магазина «Комфорт», расположенного в городе Лю-

берцы. Проникли они в помещение, взломав навесные замки входной двери.

Похоже, магазины и склады становятся надежным источником повышения благосостояния уголовного элемента. Вскрыв люк приемки хлебобулочных изделий в магазине № 49 Люберецкого продторга, злоумышленник забрался внутрь и украл разменную монету на 250 рублей. Взломав замок, похитители залезли в склад спортивного института физкультуры поселка Малаховка, откуда утащили большое количество кроссовок отечественного производства, изготовленных по лицензии фирмы «Адидас», и другое

имущество. Напоминать о пользе охраны после такой крупной пролажи, право, нелепо.

КАК КУР В ОЩИП

Не скажешь, будто забрел случайно, если попался на краже. Такие случаи произошли на неделе с несколькими жителями района. Через окно злоумышленники забрались в дом в деревне Пехорке и похитили крупную сумму денег и спиртное. В связи с преступлением задержаны И. К. Шерстобитов, 1938 года рождения, житель поселка Октябрьский, неработающий, и М. В. Пряничников, 1959 года рождения, житель деревни Пехорки, грузчик ма-

газина. Слесарь Корневского завода стройматериалов Коровин по предварительномуговору с водителем автомашины Капитановым похитили с предприятия 3 тысячи штук кирпича.

Уважаемые товарищи, если вам что-либо известно о перечисленных преступлениях и лицах, а также других фактах, представляющих интерес для милиции, просим сообщить в отдел уголовного розыска по телефонам 554-83-54 и 554-45-33 или обратиться в комнату № 312 Люберецкого УВД. Звоните в любое время суток в дежурную часть УВД по телефонам 554-93-94, 553-35-32.

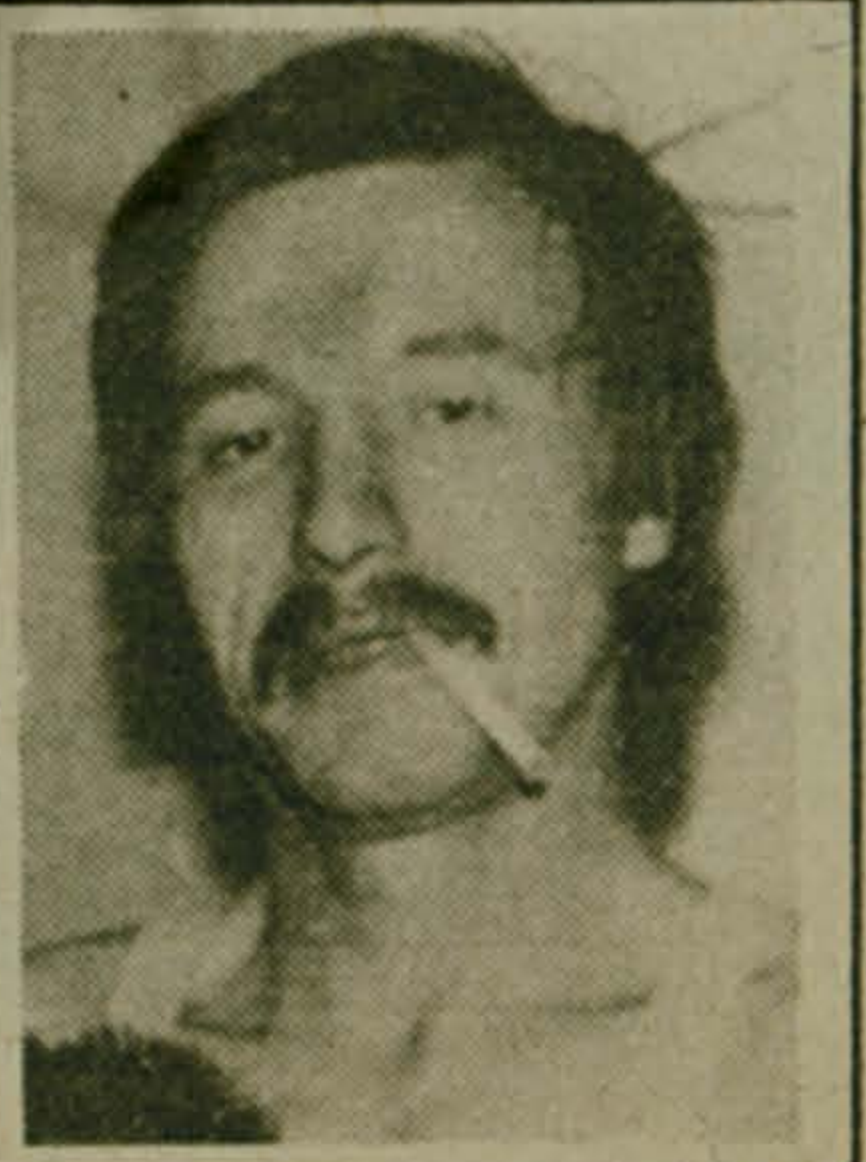
Внимание: розыск



За совершение преступления разыскивается Дедов Юрий Сергеевич (на снимке слева), 1954 года рождения, проживав в квартире 12 дома № 24/2 по улице Льва Толстого в городе Люберцы. В связи с тяжким преступлением, совершенным на территории района, ведется розыск Николаева Ни-



колая Николаевича (в центре). 1968 года рождения, уроженца поселка Красково, жителя города Москвы. 4 августа 1990 года без вести пропал Елезнев Александр Евгеньевич (справа), 1958 года рождения. Родственники проживают по адресу: поселок Красково, улица Карла Маркса, дом 117/15, кв. 7.



Шансы найти мужа падают...

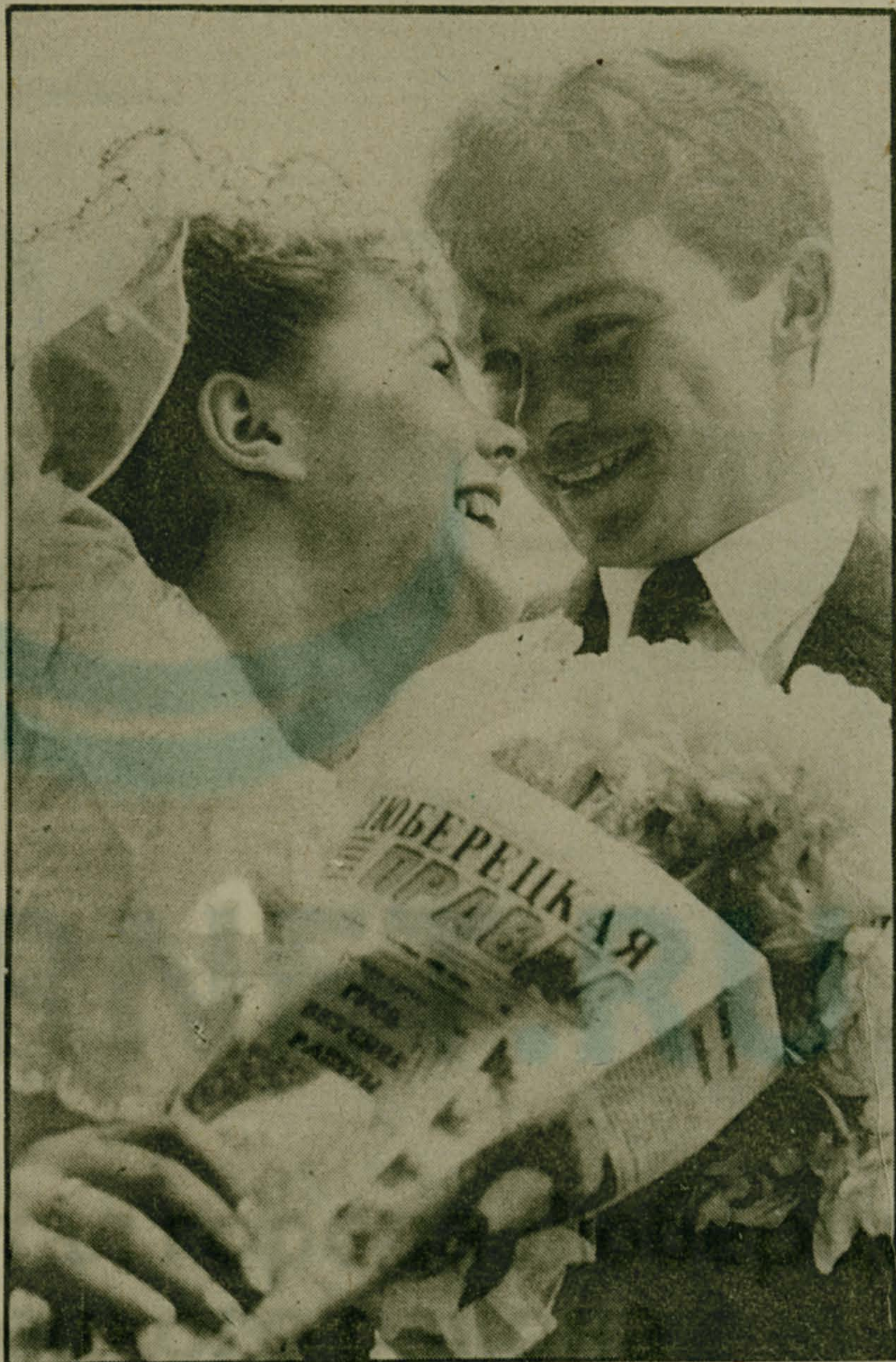
Специалисты, собирающие и статистически обрабатывающие данные по проблемам семейной жизни американцев, поставили перед собой ряд конкретных вопросов, касающихся брака и развода. Вот некоторые из ответов, которые им удалось получить:

1. Для сочетания браков наиболее оптимальным как для мужчин, так и для женщин является возраст между 25 и 29 годами.
2. Шансы женщин выйти замуж падают. В последнее десятилетие число свадеб по сравнению с 70-ми годами уменьшилось примерно на 25 процентов. Если эта тенденция сохранится, то в ближайшее время только 70 процентов всех американок «на выданье» найдут себе мужа (в 1972 году их было 87 процентов).
3. Тем не менее среди людей, так и не нашедших себе к 55 годам постоянного (и законного) спутника жизни, доминируют мужчины. Правда, преодолев этот возрастной барьер, именно они гораздо чаще, чем женщины — их сверстницы, вступают в брак.
4. Сегодня женщины в четыре раза чаще, чем десять лет назад, выходят замуж за тех, кто их моложе.
5. Если женщина не вышла замуж до 35 лет, то вероятность того, что когда-либо в ее жизни еще произой-

дет такое событие, равна 33 процентам.

6. Женщины, имеющие специальное образование, примерно в половине случаев знакомятся с будущим супругом на месте работы. Причем такие «профессиональные» союзы намного прочнее, чем если знакомство состоялось по брачному объявлению, через клуб для одиноких и т.д.
7. Среди супругов, сожительствующих до свадьбы, как это ни странно, разводов на 33 процента больше, чем среди тех, кто перед официальным вступлением в брак жили раздельно.
8. Женщины, чьи родители развелись, идут на бракоразводный процесс в полтора раза чаще, чем те, что росли в полноценных семьях.
9. 88 процентов разведенных женщин утверждают, что после развода они вполне счастливы. В аналогичной ситуации удовлетворение жизнью выражают 77 процентов мужчин.
10. От 70 до 75 процентов разведенных обоим пола имеют шанс вторично вступить в брак.
11. Двадцать из ста девушек, идущих под венец, сохранили свою девственность, 25 лет назад целомудренных невест было вдвое больше.
12. Половина всех незамужних женщин хоть однажды в своей жизни имели близкие отношения с мужчинами.

Он и Она — подписчики «Люберецкой правды». Теперь будут получать одну газету на двоих. Скажете, редакция на этом проиграла? Нет, только выиграла! Подпишитесь на «Люберецкую правду», соединяющую сердца!



Всякая всячина

Арбат!

Улицы с таким именем нет ни в одном городе мира. Если вы услышите: «Я с Арбата», то уже не нужно будет спрашивать — из Москвы! Арбат — самая популярная улица столицы. Арбат — это седая история и самые современные проблемы. Арбат — это книги, картины, стихи...

А когда-то он был пригородом. Отсюда и его имя — «арбат». Оно, по видимому, происходит от арабского «рабад», что означает «за городской стеной». Сто лет назад здесь появилась конка, потом — трамвай, совсем недавно ходил автобус, а сегодня Арбат отдал пешеходам.

Здесь работал один из первых московских кинотеатров «Парижэн», в кафе «Арбатский подвал» бывали Есенин и Маяковский, в исчезнувшем доме № 12 обитали самые настоящие привидения!

А в голубеньком домике, что под номером 53, в январе 1831 года поселился счастливый Пушкин со своей молодой женой...

Знаменитый ресторан «Прага», который московские извозчики не без основания именовали «Брагой». Театр Вахтангова. В стоящих почти напротив друг друга домах жили два оригинальнейших поэта 20-го века — Андрей Белый и Николай Глазков.

«Во дворе, где каждый вечер все играла радиода», — это о доме № 43, именно здесь поселил Булат Окуджава своего Ленку Королева. А в доме № 51 жили «дети Арбата» — герои нашумевшего романа, да и сам автор его поныне обитает тут же...

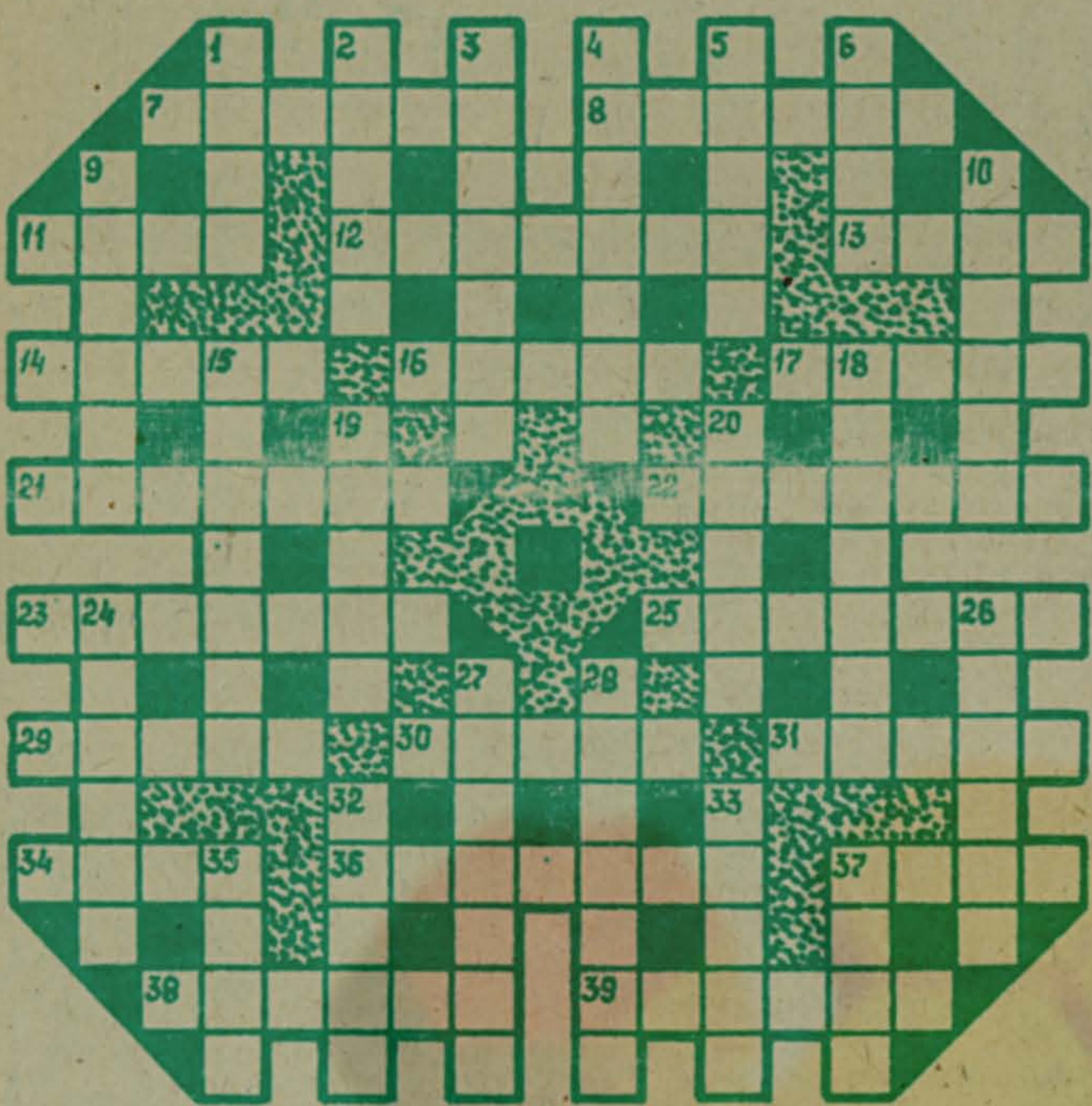
... И вновь ламбада

Роберта и Шико, очаровательные девочка и мальчик из клипа, сделавшего ламбаду популярной во всем мире, решили выпустить свою собственную пластинку. Более того, они надеются затмить славу группы Каомы, с которой снимались в знаменитом клипе. Это будет «детская ламбада», ее название — «Лицом к лицу». Утверждают, что слова песни написаны самими подростками. Кстати, ей — 11 лет, ему — 12. Роберта и Шико только что побывали в Париже, где состоялось представление пластинки. Ей предрекают шумный успех.

«Зеленые» «пежо»

Фирма «Пежо» полностью перешла на «зеленую» программу производства, обеспечивая выполнение всех установленных требований по охране окружающей среды. У двигателей всех машин этой марки, включая модель 205 ХЕ объемом 1,1 литра, предусмотрена система непосредственного впрыска топлива. Машины оснащены каталитическими нейтрализаторами. В ФРГ для таких автомобилей предусмотрены налоговые льготы. На них не распространяется запрет на движение при смоговых ситуациях.

Кроссворд



ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПУБЛИКОВАННЫЙ 6 ОКТЯБРЯ

По горизонтали: 7. Аргонавт. 8. Мадригал. 11. «Узник». 12. Атлет. 13. Пустельга. 16. Плазма. 17. Трест. 18. Пропан. 21. Сальто. 22. Тренер. 23. Ригель. 24. Примат. 29. Призма. 30. Самум. 31. Стайер. 35. Клинопись. 37. Склон. 38. Кизим. 39. «Дискобол». 40. Молчанов.

По вертикали: 1. Гризайль. 2. Полис. 3. Кворум. 4. Калуга. 5. Сизл. 6. Ватерпас. 9. Сатурн. 10. Колосс. 14. Амальгама. 15. Хронометр. 19. Юдоль. 20. Арапа. 25. Франклин. 26. Парнас. 27. Пурпур. 28. Мессидор. 32. Платон. 33. Асатов. 34. Мокко. 36. Жираф.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 7. Советская полярная исследовательская станция в Антарктиде. 8. Период икринета у рыб. 11. Плод растений с твердой скорлупой. 12. Скульптор, лауреат Ленинской премии, автор скульптурной композиции, посвященной Ю. А. Гагарину в Люберецах. 13. Умение держать себя подобающим образом. 14. Природный водоем. 16. Высокий мужской певческий голос. 17. Хищная птица, питается рыбой. 21. Советский живописец, автор картин «Делегатка», «Председательница». 22. Легкое раздвижное кресло для отдыха. 23. Советский военачальник, генерал армии, Герой Советского Союза. 25. Настольная игра. 29. Большой и исключительно яркий метеор. 30. Кровельный штучный материал. 31. У водных животных органы газообмена между водой и кровью. 34. Официальная эмблема государства. 36. Товарищ по учению или работе. 37. Часть шасси автомобиля. 38. Советский авиаконструктор. 39. Промежуток времени.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Советский селекционер, картофелевод. 2. Установка для сборки или испытания машин, приборов. 3. Советский авиаконструктор. 4. Короткий вымышленный юмористический рассказ с неожиданным концом. 5. Река в Югославии, приток Дуная. 6. Многолетняя трава, трудносорным сорняк. 9. Союзная республика. 10. Народный артист СССР, иллюзионист. 15. Итальянский композитор, автор опер «Отелло», «Золушка». 18. Город в Московской области. 19. Заключительная часть спортивного состязания на скорость. 20. Музыкальный знак. 24. Наиболее удаленная от Земли точка орбиты Луны или искусственного спутника Земли. 26. Специализированный магазин в Люберецах. 27. Английский писатель, автор рассказов о Маугли. 28. Плодовое дерево. 32. Пряное огородное растение. 33. Политический и государственный деятель Индии, чье учение стало программой национально-освободительной борьбы. 35. Морское парусное судно. 37. Морская мера длины.

Составил В. СИМАКИН, г. Дзержинский.

КИНО

Кинотеатр «Октябрь»

13 октября: (большой зал) — «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАРЗАНА В НЬЮ-ЙОРКЕ» — 11, 13-30, 16, 18-15, 20-30; (малый зал) — «ГОВОРИ СМЕЛО» — 15-15; «ДЕЛАЙ РАЗ» — 12-30 (удл.), 19; «АССОЦИАЦИЯ ЗЛОУМЫШЛЕННИКОВ» — 10-30, 16-45 (удл.), 21.

Кинотеатр «Орбита»

13 октября: «СМЕЮЩИЙСЯ МЯЧ» — 10; «ШАКАЛЫ» — 11-30, 15-15, 19, 20-45; «МАРИЯ МАГДАЛИНА» — 13, 17.

Дом культуры завода имени Ухтомского

14 октября: «ДАВАЙТЕ ЛЮБИТЬ» — 13, 19, 21; «ФИНИСТ — ЯСНЫЙ СОКОЛ» — 15.

Томилкинский Дворец культуры «Звездный»

13 октября: «УТРО» (2 серии) — 16.

Лыткаринский Дворец культуры «Мир»

13 и 14 октября: «ЧЕТВЕРО ПРОТИВ КАРДИНАЛА» — 16; «КОКОН» — 18, 20.

* **ПОЗДРАВЛЯЕМ** *
* нашу дорогую маму и ба- *
* бушку ШАЦКУЮ Алек- *
* сандру Федоровну с днем *
* рождения! Желаем дол- *
* гих лет жизни, здоровья, *
* счастья. *
* Дети и внуки. *

МЕНЯЕМ 3-комнатную квартиру в Москве на дом с участком в ближнем Подмосковье (Казанское направление). Выезжает 2 человека. Тел. 193-08-15 (звонить после 19 ч.).

Продаются подорожные (4 месяца), привитые щенки южно-русской овчарки с родословной. Собака этой породы — верный сторож для своего хозяина и его собственности. Хорошо переносит любые климатические условия, неприхотлива, недоверчива к чужим.
Тел. 559-42-25.

ПРОДАЕТСЯ мотоцикл «Урал» с коляской.
Тел. 559-42-25.

Приглашаю преподавателя английского языка для подготовки в ВУЗ.
Тел. 559-88-18.

Кооператив

приглашает на работу рабочих строительных специальностей.

Добросовестный и квалифицированный труд гарантирует высокий заработок.
За справками обращаться по телефону 559-43-48 с 10 до 14 часов.

«Альгаир»

2-5