

Находкинский рабочий телепрограмма

Газета основана 9 августа 1945 года
Учредители: АДМИНИСТРАЦИЯ г. НАХОДКИ,
РЕДАКЦИЯ "НР"
31 июля 1998 года, пятница, №148(9265);
в розницу - цена договорная

САМЫЙ ВЫСОКИЙ ПОДПИСНОЙ ТИРАЖ В НАХОДКЕ!

Социальный аспект

НОВОСТИ

От авиарейса "Владивосток - Минск" - до совместных школьных олимпиад

В АДМИНИСТРАЦИИ края создана рабочая группа по координации двустороннего сотрудничества между Приморским краем и Республикой Беларусь. Соглашение между территориями было подписано 19 июня этого года в ходе визита в Минск приморской делегации, возглавляемой губернатором Евгением Наздратенко. Им же на днях подписано постановление (№363) о реализации этого международного договора. Сотрудничество охватывает практически все сферы экономической и общественной жизни двух регионов.

Всем заинтересованным белорусским и приморским предприятиям и организациям гарантируется содействие в поиске делового партнера, предоставление взаимовыгодных условий при проведении торгово-экономических операций. Среди перспективных направлений - поставки рыбы и морепродуктов, меда, женьшеня и другой продукции приморских рыбаков и сельхозпроизводителей. В обмен белорусская сторона готова присылать сельхозмашины, в том числе тракторы марки "Беларусь", продукцию деревообрабатывающих предприятий, оборудование для производства мебели. Для промышленности Беларуси совсем не лишней окажется высококачественная продукция приморской "оборонки": сварочные и ультразвуковые установки, навесные сельхозагрегаты, хирургические скальпели, а для Ярославского ГОКа - БелАЗы. Перед Владивостокским ГУМОм поставлена задача установить прямые контакты с белорусскими производителями швейных изделий, тканей, обуви, ковров.

Готовы к сотрудничеству приморские и белорусские комитеты по делам молодежи, учреждения народного образования, культуры и спорта. Планируется провести совместные фестивали молодежного творчества, школьные олимпиады, организовать обмен делегациями. Белорусских талантливых школьников приглашают принять участие в смене "Интеллект". Изучается возможность открытия еженедельных рейсов "Владивосток-Минск", строительства 20-квартирного дома для офицеров - выходцев из Беларуси, участия белорусских турфирм в международной выставке "Дальтур-98" и многое другое.

Японцы благодарят приморцев за то, что покупают их автомобили

В АДМИНИСТРАЦИИ края состоялась встреча руководителя департамента по внешнеэкономическим связям и туризму администрации края Владимира Стегния с делегацией японских предприятий "Мицубиси" и "Тэо", прибывшей в приморскую столицу с ознакомительным визитом по приглашению Дальневосточного государственного университета. Обе стороны отметили активный рост сотрудничества между нашими территориями. А ярким доказательством неослабевающего внимания к продукции "Мицубиси" для японских гостей послужили многочисленные "Паджеро" на улицах Владивостока, за что представитель фирмы выразил искреннюю благодарность приморцам.

Японцы считают весьма перспективным направлением создание в Приморье сети служб сервисного обслуживания японских автомобилей. На потребность в таких специалистах уже откликнулся Дальневосточный государственный технический университет, который совместно с фирмой "Хонда" обучает студентов обслуживанию и ремонту автомобилей японского производства. Ежегодно по линии международного обмена несколько человек проходят стажировку в Японии, изучая на месте особенности сборки японских машин.

Лада АСТИКАС.

ПО СЛОВАМ генерального директора нефтепорта Бичико Ломая, большую часть жизни человек проводит на работе. Что если не создать ему хороших бытовых условий? Выйдет, что жизнь не удалась.

В портовской столовой готовят лучше, чем в ином ресторане. Первые блюда - три-четыре вида, вторых - еще больше. От души трудятся повара Галина Кириченко и Наталья Шихова. Полноценный обед здесь обходится меньше десяти рублей.

Сходить постричься - тоже удовольствие. Сделал передых в работе, нанес визит парикмахеру Людмиле Леонтьевой. Не надо стоять потом в очереди, терять

Полжизни на работе



время, лучше провести его в кругу семьи.

Во многом здоровье зависит от состояния зубов. Если они болят или их не хватает - беда. Кабинет в нефтепорту оснащен самым современным оборудованием. Не откладывая на потом, загляни к врачу и тебя минуют многие напасти. Так считает доктор Татьяна Киселева.

Собственный автобус увозит людей с работы и доставляет на работу. Дети сотрудников отправляются на нем в профилактории и на базы отдыха. Кстати, ни один из них не остался нынче без оплаченной предприятием путевки.

Михаил ПОЗДНЯКОВ.

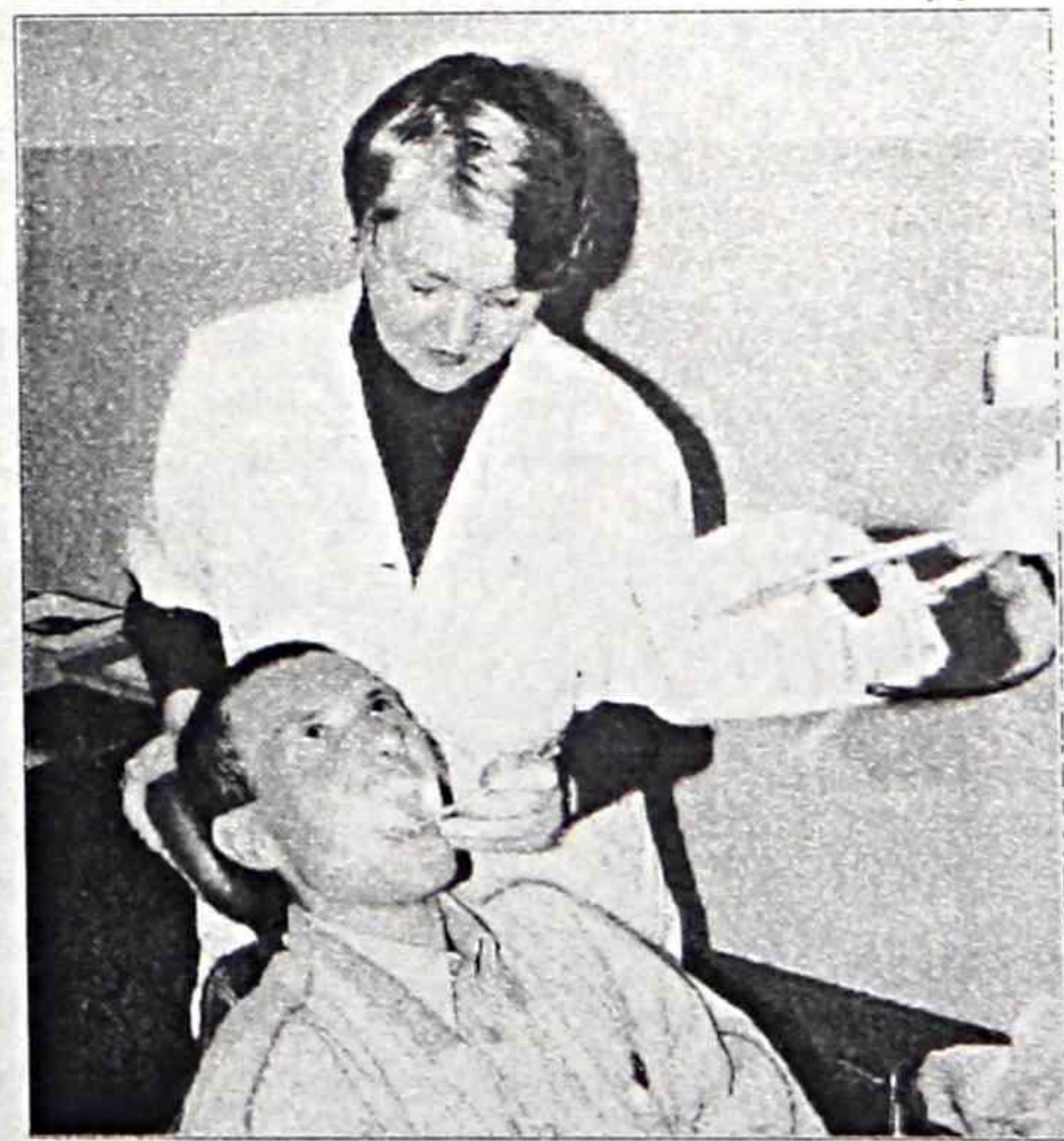


Фото Александра СИДОРЕНКО.

Эхо события

ЗАБАСТОВКА энергетиков заставила вздрогнуть Находку. Разные мысли приходят в этой связи в голову.

В центральных газетах было сообщение о том, что зарплата председателя совета директоров

А вопросы остаются

РАО ЕЭС - 20 тысяч долларов в месяц. Его подчиненные получают на 2-3 тысячи долларов меньше. Заслужены ли такие оклады, если рядовые энергетика не получают зарпла-

ту по несколько месяцев? Правильно ли поступают энергетика Приморья, отключая свет у тех, кто вовсе не виноват в их бедах? Не лучше ли им вначале навести порядок в соб-

ственном королевстве и заставить "жирных котов" во главе РАО делить заработанное по заслуге?

Ольга КУЗЬМИНА, студентка.

Социальный
аспектЗдесь работают
профессионалы

В ЦЕНТРЕ пос. Берегового во Врангеле с 1979 г. действует больница Восточного порта. Славится она хорошими высококвалифицированными специалистами, едут сюда больные с Находки, Владимиро-Александровского, Владивостока. О жизни больницы, перспективах рассказывает заместитель главного врача по лечебной работе Александра Анатольевна МОРОЗОВА.

Становление больницы происходило на моих глазах, работаю здесь с 1981 года. До 1979 года в районе ППТУ для обслуживания жителей поселка имела небольшая амбулатория со штатом до 10 человек. Новая больница была рассчитана на 250 посещений в день в поликлинике и 150 коек в стационаре.

Конечно, мы выросли в профессиональном плане, значительно поднялся уровень лечебных и диагностических мероприятий, оказываемых населению. В прошлом году получили первую категорию, работают у нас высококвалифицированные кадры, более половины аттестованных врачей I, II и высшей категорий, примерно такой же процент аттестованного среднего медперсонала.

За эти годы создана неплохая база. В течение двух лет в хирургическом отделении бесплатно проводятся лапароскопические операции. Создана сильная гинекологическая служба. Наши кадры постоянно совершенствуют знания, проходят обучение во Владивостоке, Москве. В распоряжении врачей - современная аппаратура: в лаборатории биохимический анализатор "Хитахи-911" с большой точностью поможет найти возникновение малейшей патологии в организме, что позволит своевременно вылечить больного. Изменения со стороны крови станут известны благодаря гематологическому анализатору. Диагностику ведет врач УЗИ Лариса Григорьевна Жданович.

В нашей больнице пациент имеет возможность полного обследования, получения квалифицированной помощи и внимательного отношения со стороны сотрудников. О наших специалистах можно сказать немало хорошего. Профессионалы своего дела - уролог Игорь Вольных, заведующий реанимацией Сергей Сорокавинов, эндоскопист Дмитрий Воднев... Лабораторную службу возглавляет Татьяна Хан, Валерий Бобылев оказывает нейрохирургическую, ортопедическую, травматологическую помощь, Цыганков Виктор - врач-рентгенолог, имеющий большой опыт работы хирурга-травматолога. Шесть лет возглавляет больницу Владимир Степанович Супрунов.

Трудные времена сказываются на медучреждениях. С 1-го июля стационар, рассчитанный на 150 коек, сокращен до 120, составляется новое штатное расписание.

Будущее больницы пока неопределенно. С 1-го января финансирование осуществляется всего лишь на 20 процентов - этого едва лишь хватает на минимальную зарплату.

До конца нынешнего года надеемся остаться в системе ДВ Центрального бассейна, а в следующем, возможно, перейдем в городской муниципалитет. И выживаем, оказываем помощь всем нуждающимся, благодаря помощи ОАО "Восточный порт", морской администрации Восточного порта, надеемся на помощь других предприятий. Наши специалисты нужны людям, хочется верить, что и государство нас не оставит.

Людмила ЛЕБЕДЕВА,
соб.кор. "НР".

...Миз между прошлым
и будущим

МЕЖДУ коллективами АО "Находкинский СРЗ" и средней школы № 24 установились дав-

ребята приходят в музей судоремонтников. Так, заводчане с теплотой вспоминают о проведенном



ние дружеские связи. Заводчане всегда выделяли средства на ремонт школы, организацию летнего отдыха детей и культурно-массовых мероприятий, подготовку пионерских и спортивно-оздоровительных лагерей, оказывали помощь в любой просьбе коллектива школы. Многие нынешние труженики предприятия являются выпускниками этой школы.

И сегодня становится светлей на душе, когда в гостях у заводчан видишь учеников. Нередко

здесь открытым уроке, посвященном памяти А.С. Пушкина. Девятиклассники во главе с педагогом Светланой Новиковой читали стихи, отрывки из поэм и прозу великого поэта. Урок напоминал театр мастеров художественного чтения.

Недавно пятеро золотых и серебряных медалистов школы № 24 - участников пушкинского урока - по приглашению побывали в гостях в заводском музее. Ученики ознакомились с новыми экспонатами, прослушали

рассказ о предприятии, его лучших рабочих и, наконец, сфотографировались на память.

Технический директор предприятия Александр Кондратенко медалистам Насте Примак, Насте Тесленко, Нине Гладковой, Андрею Багреву и Лене Лашмановой подарил художественную литературу и проспекты о заводе. Состоялась интересная беседа, во время которой медалисты рассказывали о своих планах. Затем был показан фильм о судоремонтном заводе.

Расставаясь, ребята услышали теплые слова пожеланий успехов, добра.

Светлых вам дорог, дорогие ребята!

Раиса ВОЛОДИНА,
инженер-методист
отдела кадров,
ответственный
работник музея АО
"Находкинский СРЗ".

НА СНИМКЕ:
встреча технического
директора завода
Александра
Кондратенко
с учениками-медалистами школы № 24 в
заводском музее.

Каникулы

ЖИВ, конечно же, жив. Такой вывод сделала, обойдя все спортивные сооружения нашего города. Надвирях спорткомплекса "Спартак", что в рыбном порту, табличка: "Спортзал не работает. Нет воды". Но, если среди вас есть любители большого тенниса, пожайте на тренировки: здесь действуют 2 корта.

В Доме спорта "Портовик" ребята по-прежнему занимаются стрельбой, аэробикой, большим теннисом. В ДЮСШ "Водник"

расписание тренировок в спортивных секциях почти не изменилось. Как всегда, юные бей-

сболисты летом уедут отдыхать и тренироваться в оздоровительный лагерь "Водник". Такую возможность им в нынешнее сложное время предоставила администрация Находкинского судоремзавода.

Похуже обстоят дела у Дворца спорта "Примо-

рец", где из-за отсутствия горячей воды прекратил работу бассейн. Но, несмотря ни на что, у пловцов продолжатся занятия, правда, "сухие" - в зале и на улице - по общей физической подготовке. Кроме того здесь как обычно работают секции баскетбола, волейбола,

бокса, скалолазания, а также шейпинга и каратэ.

Так что и летом те из ребят, кто остался в городе, тоже при желании могут продолжать занятия спортом, интересно и с пользой проводить свободное время.

Елена БЕЛОВА,
учащаяся центра
трудового
обучения и
профорientации
молодежи.

Август на сюрпризы богат

Месяцеслов

АВГУСТ на Руси всегда считался месяцем неожиданностей и сюрпризов. Самый горячий для полевых работ: и косить, и пахать, и сеять... Раньше говорили: "В августе и серпы греют". В начале августа - пожарче, чем в июле, а к концу - не удивят и легкие морозцы, первая половина - ясное лето, вторая - ненастная осень. Поэтому и звали его по-разному: то жнивень, серпень - жатва в разгаре, то зарев - зори ясные, морозные. Приметьте, какая

погода будет 1 августа: Макрида именинница. Каков день - такова и осень будет.

Второго августа - Ильин день - тоже приметный: свет идет на убыль, ночь на прибавление. "Олень копыто намочил-купанью конец". Дожди в Ильин день, а также на Макковья 14 августа и на Воздвиженье 27 августа - к обильному урожаю на следующий год. В Ильин день православные в деревнях приносили с полей снопы и ставили в "красный угол" избы: в августе жатве конец, хлеб на зиму запасен. И из зерна нового урожая выпекали первые

пышки и колоба.

4 августа - праздник Марии Магдалины, по преданиям день добрый.

6-го - "Борис и Глеб, в полях поспел хлеб".

12-го - Сила, лучший день для посева озимой ржи.

13 августа - Евдоким.

А 14-го - большой праздник, первый Спас - медовый. В этот день лето провожали: на Спас улетают в теплые края ласточки, вестники тепла и солнца. "У Спаса всего в сапасе: и дождь, и ведро, и серопогодь...", "с первого Спаса - холодные росы".

15 августа - Степан именинник, считается,

что, какова погода в этот день, такова и в сентябре простоят.

16 августа - Антон-вихровей. Если ветры с вихрями - к снежной зиме.

17-го - Авдотья - сеногойка, заладили дожди, им говорят - иди туда, где ждуть, а они пошли, где жнут... Хозяйки огурцы срывали, под засол готовили.

19-го августа - второй Спас - яблочный, пора спелые яблоки срывать.

21-й день, как правило, ветреный: Мironы ветрогоня "пыль по дороге гонят, по красному лету стонут".

А 23-го, на Лаврентия, день обычно тихий, в полдень смотрят на воду в реке или в озере: если тиха и не волнуется - осень тихой будет и зима без метелей.

27 августа - Михеев день, обычно бывает ветреный. Тиховей - к ясной, теплой осени, с бурей - к ненастному сентябрю.

С 26-го августа на Руси считали начало осени. Существует множество примет, какова же будет осень: если спелый овес во второй раз зазеленеет - ненастная, листья желтые на деревьях рано появились - ранняя, паутина стелется по растениям - теп-

лая, много рябины в лесу - дождливая, журавли летят высоко, не спеша, "переговариваются" в воздухе - ясная, теплая, сухая. А тут и зима накатывается и у нее свои приметы: сырое лето и теплая осень - к долгой зиме, комары поздней осенью вдруг появились или птицы летят высоко - к теплой, а если листопад поздний да быстрый, много желудей на дубу, птички стаи низко летят - готовьтесь к долгой, крутой зиме.

Ольга САВИНОВА.

БЫЛОЕ И ДУМЫ

СРАВНИМ достижения нынешней российской сборной команды с последним выступлением сборной СССР в Калгари, в 1988 году.

Десять лет назад в Калгари олимпийцы СССР награждались медалями в шести видах спорта. Из 46 комплектов наград наши спортсмены выиграли 11 медалей высшей пробы. То есть каждый четвертый старт был победным для советской команды. Из 138 медалей различного достоинства советские олимпийцы выиграли 29, то есть, каждую 4-5.



Заметим, что в лыжной гонке победили М.Девятьяров (15 км), А.Прокуроров (30 км), В.Винцене (10 км) и в женской эстафете (С.Нагейкина, Н.Гаврылюк, Т.Тихонова, А.Резцова), а также завоевали восемь серебряных и бронзовых наград. Всего 13 медалей различной пробы внесли в копилку сборной наши лыжники, что и предопределило командный успех.

В конькобежном спорте Н.Гуляев стал олимпийским чемпионом, И.Железовский получил бронзу в беге на 1000 метров. Наши спортсмены отличились в лыжном двоеборье (третье место А.Леванды), Я. Кипурс и В.Козлов стали чемпионами в бобслее.

Мужская четверка лыжников получила золотые медали в эстафете 4x10 км, одновременно были завоеваны 2 серебряные и 1 бронзовая медали в гонке на 10 и 20 км.

Из этого перечня видно, что же обеспечило командную победу сборной СССР. И так было всегда...

В Альбервилле - 92, на XVI играх, команда СНГ в 57 видах программы завоевала 23 награды различного достоинства (из них - 9 золотых), пропустив вперед лишь команду Германии, у которой в активе было 26 наград (из них 10 золотых).

В Лиллехаммере - 94 российская команда стартует самостоятельно и из 61 старта побеждает в 11, завоевав 23 награды различного достоинства. В активе норвежцев

оказалось 26 различных медалей, но на 1 золотую меньше, чем у победивших россиян.

На старте соревнований, как известно, все равны. Поэтому у российской сборной были основания одержать в Нагано командную победу без всяких оговорок.

Но для этого необходимо было выступить успешно хотя бы в конькобежном спорте, "отобрав" медали и преградив тем самым путь к победе основным соперникам из других команд.

Именно победы в конькобежном спорте во многом предопределяли общекомандную победу сборной СССР и России на прошлых Олимпиадах, когда наши олимпийцы в этом виде спорта получали до 10-15 медалей различного достоинства и, естественно, львиную долю очков в актив команды. Скоростной бег на коньках - это был всегда коронный вид спорта советских и российских скороходов, имена которых составляли честь и славу отечественного спорта. Были в прошлом у наших конькобежцев относительно эпизодические неудачи, но то, что произошло в Нагано, иначе как катастрофой не назовешь. В десяти видах конькобежной программы не одержано ни одной победы! Из 30 медалей различного достоинства россияне не получили ни одной! Небывалое фиаско нашей конькобежной дружины!

А ведь в составе нашей команды выступали олимпийские чемпионы С.Бажанова и А.Голубев, серебряный призер Олимпиады - 94 С.Клевченя, участника Игр - 92 и 94 Н.Полоз-

кова, Т.Трапезникова, А.Ануфриенко, В.Саюгин, чемпионки мира О.Равилова, С.Журова, участники чемпионатов и Кубков мира Д.Шепель, А.Кривошеев, А.Кибалко, Т.Даньшина, С.Высокова, В.Барашева. Как видим, было из кого выбирать и кому выступать. Но, как оказалось, коньки наших скороходов были "притуп-

И уж совсем удивляет наше "вечное" традиционное отставание от основных соперников в санном спорте, бобслее, прыжках с трамплина, которые также не получили развития в России. Однако в этих видах немцы получили восемь наград, из них - четыре золотые медали. В прыжках с трамплина японцы получили две зо-

Ведь сегодня крайне недостаточно быть лидерами в мировом спорте в трех-пяти видах спорта, чтобы побеждать на Олимпиадах. Надо стремиться осваивать другие виды спорта и завоевывать в них награды.

Например, на Олимпиаде - 80 в США россиянка Вера Зозуля впервые стала олимпийской чем-

усов завоевал золотую медаль в прыжках с большого 90-метрового трамплина, полет которого назвали "орлиным".

В 1988 году в бобслее-двойке Янс Кипурс и В.Козлов завоевали золотые медали. В четырехместном экипаже бобслея советская команда получила бронзовые награды за третье место и два очка - за пятое. Тогда же Юрий Харченко получил бронзовую медаль в санном спорте, а С.Данилин принес одно очко в командный зачет за шестое место. Наш Аллар Лаванди получил бронзовую медаль.

В 1994 году С.Гладышева завоевала серебряную медаль в скоростном спуске в горнолыжном спорте. Однако в этих и других видах спорта наши успехи не получили дальнейшего развития, и у нас долгие годы в этом происходит затянувшееся топтание на месте. Резервы в завоевании новых высот в этих видах спорта оказались неиспользованными...

В итоге создается неутешительная безрадостная и безнадежная картина отставания российского спорта в 2/3 олимпийской программы. Вроде и нет в нашей стране суровой зимы и сибирских морозов, нет ни снега, ни льда, ни хорошей материальной базы с искусственным льдом, ни трамплинов для подготовки высококлассных спортсменов. Ничего нет.

Анатолий ЦВЫХ. НА СНИМКАХ: На трассе - олимпийский чемпион - 88 в биатлоне С.Чепиков; олимпийские чемпионки в эстафете 4x5 км в Калгари - 88, советские спортсменки Н.Гаврылюк, С.Нагейкина, Т.Тихонова и А.Резцова; на трассе в Калгари-88 пятую подряд олимпийскую победу советской сборной в гонке на 30 км одержал 23-летний владимирский лыжник А.Прокуроров. Увы, в Нагано-98 наш лыжник на коронной дистанции был лишь шестнадцатым. Впервые на Олимпиаде - 94 в скоростном спуске заво-

БЕЛЫЕ СНЫ НАГАНО

(Продолжение. Начало в № 92. 98 -99 от 14. 22 мая и № 109-110 от 5 июня 1998 г.)



ленные". Этот провал отечественного конькобежного спорта явился главной причиной поражения сборной России в командном зачете.

Доселе невиданный провал произошел и в выступлениях наших мужчин - лыжников, многие годы победно конкурировавших с норвежцами, немцами, финнами. На этот раз в Нагано - ни одной медали в нашем активе! Но ведь в составе команды выступали двукратный олимпийский чемпион, обладатель Кубка мира по биатлону С.Чепиков, олимпийский чемпион и чемпион мира А.Прокуроров, участник Олимпиады и чемпионата мира - 94 В.Леготин. Увы, одному чемпиону 31 год, другому - 34 и лучшие их спортивные годы похоже уже закатились. Молодые наши гонщики оказались неспособными соперничать с другими конкурентами на медали в Нагано.

И на Олимпиаде - 94 наши мужчины - лыжные гонщики - себя должным образом не проявили. Однако тогда с лихвой компенсировали неудачи стрельяющие лыжники - биатлонисты. С.Чепиков и С.Тарасов получили золотые медали в беге на 10 и 20 км и золото в эстафетной гонке.

лотые медали, одну - финны, награждались также немцы и австрийцы. У наших спортсменов в активе - 0.



Рассмотрим в качестве примера горнолыжный спорт, в котором разыгрывалось десять комплектов наград (всего 30 медалей). Из 15 женских дисциплин 6 медалей выиграли немки (из них 3 золотые). В мужских 15 дисциплинах 8 медалей получили австрийцы (из них 4 золотые), по одному "золоту" получили норвежцы и французы. Российских спортсменов в числе соискателей наград в этих от важных дисциплинах спорта нет и в помине.

"ПОТЕРЯННОЕ" ЗОЛОТО

Традиционно наша команда "не добывает" медали и в других видах спорта, хотя все предпосылки для этого были.

пией по санному спорту, а Ирина Амантова на одноместных санях получила "бронзу". Это тогда повысило шансы сборной СССР на командный успех, и превосходство над немцами из ГДР, поскольку слабее, чем ожи-



далось, выступили наши конькобежцы и лыжники. Ранее, в 1968 году, в Гренобле Владимир Бело-

евола серебряную медаль для российской сборной бесстрашная и талантливая горнолыжница С.Гладышева.

Фотохроника ТАСС и АП.

Советы на сейчас и про запас

Зверобой бьет ниже пояса

При неправильном применении лекарственные травы не помогают, а вредят здоровью.

О ТОМ, что "натуральные" травы полезны для здоровья, слышали, наверное, все. Многие энтузиасты даже пьют травяные настои литрами, считая, что "естественное не может быть вредно". Увы, не все так просто, и даже безобидные с виду травяные чаи могут обладать очень неприятным побочным действием. Достаточно сказать, что наиболее токсичны именно лекарства растительного происхождения. Например, морфин, стрихнин, кураре, атропин.

Это, конечно, крайние случаи, но и привычные травы, которые мы традиционно считаем безобидными, способны здорово навредить любителям "естественного". Регулярное, в течение длительного срока употребление зверобоя может сделать вас импотентом.

Алоэ (столетник), если пить его в дозах, рекомендуемых поклонниками гербалайфа, от 100 до 200 мл в день (при нормальной дозе 1 мл),

может вызвать язву желудка и прилив крови в область таза, что у беременных женщин влечет преждевременные роды, а у небеременных - геморрой.

Если вы излишне нервны и решили попить валерьянки для успокоения, помните, что на 5 процентов человечества означенная настойка действует с точностью до наоборот. То есть возбуждающе. Но в любом случае пить настойку корня валерианы больше двух недель нельзя (наступает привыкание). По истечении этого срока надо сменить транквилизатор. Например,

мер, попить пустырника. Донник хоть и обладает, по некоторым данным, способностью защищать организм от воздействия радиации, коварен. Длительное его применение чревато внутренними кровоизлияниями.

Перед тем как пить свекольный сок, его нужно отстоять в течение нескольких часов. Свежий сок способен вызвать спазм сосудов.

Широко разрекламированный как средство от всех болезней женьшень тоже имеет ряд особенностей. Его нельзя назначать малым детям до пяти лет, так как он ускоряет

половое созревание. У взрослых он действительно повышает половые возможности, но при слишком больших дозах и длительном применении может наступить перевозбуждение и, как следствие - расстройство в этой деликатной сфере.

Лук, хоть и не относится к лекарственным растениям, тоже может наказать за излишнюю к себе любовь. Если вы съедаете ежедневно крупную головку лука, будьте готовы к болям в сердце. Лук обостряет стенокардию и аритмию. Кроме того, как хрен, чеснок и черемша, повышает кислотность.

Грецкие орехи способны вызвать спазм сосудов головного мозга и головные боли. Правда, для достижения подобного эффекта надо съесть за один присест не менее десяти орехов.

Полынь при превышении дозировки, скажем, если вы положите две столовые ложки на стакан кипятка, способна вызвать галлюцинации. Еще шаманы добавляли ее в снадобья, при помощи которых они входили в состояние транса.

Шиповник вкусен и полезен, но плохо влияет на зубную эмаль. Содержащиеся в его плодах вещества снижают ее прочность. Чтобы этого избежать, поев шиповника, прополощите рот.

Что ж, теперь отказаться от лекарственных растений вовсе? Конечно нет, все эти травы могут и должны приносить пользу, но только при правильной дозировке. Александр ЗЕЛЕНКОВ.

Предсказать погоду можно и самому

ПО ВЕТРУ
ЕСЛИ ветер изменяет направление против часовой стрелки, значит, приближается атмосферный фронт, давление падает и погода, наверняка, ухудшится. Поворот ветра по стрелке показывает, что атмосферный фронт уже прошел, и скоро опять выглянет солнце.

ПО ЛУНЕ
ЕСЛИ вокруг луны или солнца виден светящийся нимб - гало, то это не первый признак Страшного суда. Просто высоко в небе появляются теплые массы воздуха и грозят нам всего лишь переходом с облачной погоды с осадками. Ясно видимая луна зимней ночью также предупреждает о скором понижении температуры. А если в ясную морозную погоду в небе видны сразу несколько солнц или лун, значит, в ближайшее время никаких климатических изменений ждать не приходится.

ПО ПАСТОЧКАМ
ЕЩЕ одна примета, которую наука смогла объяснить лишь недавно. "Ласточки низко летают - к дождю". Но дело в том, что сами ласточки перемены погоды не чувствуют. Вниз они спускаются вслед за мелкой мошкой, которой питаются. А вот она очень чувствительна к перепадам давления и перед дождем стелется над самой землей.

ПО ЧАЙКАМ
ОЧЕНЬ точно можно судить о изменениях погоды, наблюдая за полетами чаек. В преддверии ясной тихой погоды они опускаются на воду, перед ненастьем бродят по берегу, а в сильный ветер подолгу парят в небе. Этому "загадочному" поведению тоже есть вполне логичное объяснение. Перед штормом рыба уходит на глубину, и птицам приходится искать пищу на отмелях. При безветрии, чтобы удержаться в воздухе, нужно очень интенсивно махать крыльями, и, устав, чайки продолжают кормиться, качаясь на волнах. А если задул ветерок, используя подъемную силу встречного воздушного потока, они могут долгое время находиться в воздухе.

САМЫЙ вкусный шашлык - из молодого козленка. Подойдет и барашек, вернее, его лопатки. Поскольку на базарах Средней полосы России вы такой деликатес будете искать очень долго, сгодится свинина или говядина.

Если мясо покупается непосредственно в день пикника, берите свинину (лучше ребрышки с мясом и тоненькими кусочками сала). Или на худой конец - телятину.

С говяжьей вырезкой, чтоб довести ее до нужной кондиции, придется повозиться, поэтому ее покупают заранее. Ну, а если попалось мясо с костями, косточки вырежьте и сварите на досуге с картошкой и специями (на Кавказе такое блюдо по популярности приравнивается к шашлыку).

Мясо обязательно должно быть парным, ни в коем случае не мороженым. И не слишком жирным. Куски сала обычно срезают и поджаривают отдельно.

Кроме мяса, вам потребуется лук. А если вы намерены побаловать себя настоящим кавказским шашлыком, то еще и перец (сладкий), баклажаны и помидоры. Обычно исходят из нормы: 300 - 400 граммов мяса, два помидора, один перец, один баклажан на каждого едока.

А мариновать умеете?

Козлятину и баранину не маринуют. Это мясо очень нежное, и поэтому на Кавказе считается идеальным для шашлыка: разделал барашка - и можно сразу готовить шампур.

Кусочки свинины маринуются с луком, перцем и солью. Кастрюля должна быть широкая, плотно закрытая крышкой. Держать, как минимум, два часа, периодически для ускорения процесса перемешивая. Не вздумайте в такой шашлык "быстрого приготовления" лить уксус - пропитаться им мясо не успеет, а неприятный привкус будет обеспечен.

Если есть время, лучше приготовить мясо заранее и оставить мариноваться на ночь в прохладном месте (но не в холодильнике). В этом случае

желудок выдержит.

Хороший костер не горит, а тлеет

Знатки утверждают, что хорошее мясо - это только половина дела. Вторая половина - хороший огонь.

Итак, о костре. Разводить его лучше из таких пород дерева, которые долго горят "долгоиграющий" жар.

На юге это виноградная лоза, кизил. В средней полосе - береза, дуб, ореш-



угольки придется периодически обмахивать. Делайте это осторожно - чтобы зола не попадала на мясо.

А теперь - бегите за шампурами

Первым делом готовятся овощи. Им - особенно толстокожим баклажанам - огонь не так опасен. Помидоры доходят до кондиции быстрее всего, поэтому бдите. Полопалась кожица со всех сто-

мый, в котором мы мариновали мясо. Его можно поджарить прямо в кастрюле на горячих головешках. Хорошо покидать туда также кусочки сала (но ни в коем случае не мяса!) или добавить немного сливочного масла.

Большой шик - натывать сало и лук вперемешку. Держите в этом случае наготове бутылку с чистой водой. Жирок будет капать на угли, и огонь может вновь разгореться. Обязательно сбрызните его водичкой - иначе шашлык подгорит.

Приятного аппетита!

Что за пикник без шашлыка-жара, попойка и тоска

свинину хорошо бы слегка побрызгать сухим вином, но только белым!

С говядиной, как мы уже предупреждали, придется помаяться. Чтобы приготовленный из нее шашлык можно было разрезать, мясо должно мариноваться не менее 12 часов. Технология та же, но вина потребуется куда больше. Лейте его не жалея - так, чтобы на дне кастрюли образовалась лужица (белое вино придает шашлыку не только аромат, но и мягкость). Если с вином напряженка, можно использовать фруктовый уксус (например, яблочный). Обычный уксус тоже годится, но только на самый крайний случай - и вкус не тот, и не каждый

железнодорожник (лещина). Поленья должны быть твердые, сухие.

Запомните: шашлык жарится на тлеющих углях. Ни в коем случае не берите пример шашлычников, у которых шампуры "купаются" в языках огня. Это натуральная халтура, причем опасная для здоровья. Мясо получается внутри не прожаренное (привет животике), а снаружи - угли (то есть канцерогены).

Чтобы тлеющие угольки у вас тут же не превратились в потухшие (долго тогда шашлыка будете ждать), им нужен воздух. Поэтому расстояние между углями и шампурами должно быть не менее 15-20 сантиметров. Или

рон - снимайте шампур, а то будут у вас не помидоры, а головешки.

Теперь о главном - о мясе. Насаживайте его так, чтоб между кусками оставалось свободное место и все они оказались над углями. Это очень важно, а то плохо прожарится и аккуратно после пикника вы отправитесь в больницу.

Каждый вид мяса требует индивидуального подхода. Подержите руку на уровне шампуров. Если рука удерживается с трудом - это оптимальная степень жара для говядины. Для свинины нужны менее горячие угли. Или шампуры кладутся выше (25-30 см).

Между прочим, у нас еще остался лук. Тот са-