



СЕКРЕТЫ ТИБЕТСКИХ ВРАЧЕЙ

Честно скажу, я опешила. В свое время с больным желудком обследовалась около двух месяцев. Прилежно с утра пораньше бегала сдавать анализы, записывалась к специалистам за неделю, сидела в очередях, просвечивала внутренние органы на рентгенаппарате и УЗИ, узнала, что такое ФГС. А здесь... Банзрай Цимэглахам прослушала пульс на моих руках, задала несколько вопросов и минут через пять почти слово в слово повторила диагноз, записанный в моей медицинской карте.

**Ирина БРИТОВА**

- Я тоже многое в тибетской медицине сначала воспринимал, как мистику, - признался Зорикто Жамбалов. - Но полгода обучения в институте тибетской медицины, и то, что на первый взгляд казалось чудом, становится реальным.

Банзрай и Зорикто две недели работали в Ангарске. Об их приезде не кричала реклама. Люди узнавали от друзей, родных о прибытии тибетских врачей. У кабинета в бывшем детском саду в 84 квартале, где они вели прием, всегда было многолюдно. Молодость врачей не отпугивала. Люди верят в древние традиции, глубокие корни, чудодейственность трав, иной подход к лечению в восточной медицине.

Для Зорикто Ангарск не чужой город. Здесь прошло его детство.

Он уехал в Улан-Батор. В Монголии сильны медицинские буддийские традиции. С 15 века на ее территории развивалась древняя система врачевания. До 1921 года в стране насчитывалось 720 медицинских дацанов. После революции дацаны разрушили, с 1938 по 1942 годы репрессировали и казнили 37 из 40 Великих учителей. Но репрессии и казни не смогли разрушить традиций.

Современный институт тибетской медицины расположен на окраине Улан-Батора, в местечке Баянзурх. Программа обучения в основном строится на тибетской системе врачевания, но в институте с уважением относятся и к европейской медицине. (В учебном плане примерно 70 процентов - тибетской медицины, 30 - европейской).

Прежде чем поступить в институт Зорикто изучил три языка: тибетский, монгольский и старомонгольский. Без их знания невозможно понять старинные рукописи. Абитуриенты дополнительно сдают физику, математику, химию. Набор осуществляется не каждый

- Есть какой-то специальный отбор? Ведь одному дано свыше стать врачом, а от другого, хоть и диплом на руках, толку мало? - интересуюсь я.

- Отбор идет во время жесткой системы обучения, - рассказывает Банзрай. - Если у студентов не хватит старания, терпения, большого желания стать врачом, они отсеются.

На первый курс вместе с Зорикто поступили 46 человек, закончить институт смогли только 12.

Студенты Иркутского медицинского университета жалуются на строгие порядки в своем учебном заведении. Так Иркутский медвуз по сравнению с Улан-Баторским - санаторий.

На занятия в институт тибетской медицины студенты, как и во всем мире, приходят в белых халатах. День обязательно начинается с молитвы Будде мудрости, Будде медицины.

Изучение восточной медицины строится на трактате Джут-чин, записанном на тибетском языке со слов Будды. Он содержит 4 корня, или 4 тома, 156 глав, которые надо выучить наизусть, причем на языке оригинала. Великие мудрецы смогут понять суть трактата Джут-чин, изучив первые шесть глав. Самые продвинутые ученые-медики смогут понять суть трактата, изучив два тома. Простым смертным студентам, чтобы освоить Джут-чин, надо изучить его полностью.

На первом курсе учат первый том. На втором - повторяют первый и учат второй и так далее, не прерывая преемственности и постоянно повторяя пройденное. В четырех корнях изучается все тело, а не отдельные органы. Поэтому в институте нет деления на факультеты.

Сессия - круглый год. Экзамены и зачеты - почти каждый месяц. Изучил главу - зачет, завершил работу над темой - экзамен. Два эк-

замена не сдал - до свидания! Ты отчислен.

Преподаватели - почти все доктора наук. Чтобы помочь первокурсникам освоиться в институте, существует система наставничества: студенты-старшекурсники становятся их учителями. Банзрай - учительница Зорикто.

- Соблюдается строгая субординация, несмотря на то что мы были оба студентами, - говорит Зорикто.

Искреннее, не показушное уважение, почтительность к учительнице сохранилось после окончания вуза.

Ангарчане, как оказалось, люди хлипкие и болезненные. Все недуги человека на нем написаны, диагнозы врачи читали по радужной оболочке глаза, цвету кожи, языку, определяли по тому, как бьется пульс. Из 109 человек, которых приняли тибетские лекари, совершенно здоровыми оказались только пятеро. Самое слабое место в организмах ангарчан - пищеварение. У многих - густая желчь. Это не значит, что мы все злые и желчные, мы, скорее, невоспитанные и не умеем правильно питаться.

Врачи не только ставили диагноз, но проводили лечение: иглокальвание, массаж, прижигание, кровопускание, дюбажи.

Особое внимание уделяется травяным сборам. Причем травы перемалываются в порошок. Это позволяет четко соблюдать пропорции. В составе лекарств используются не только травы, но и травяной пепел.

"Вылечить можно даже застарелые хронические заболевания, - сказали на прощанье врачи, - но все же лучше вести здоровый образ жизни, правильно питаться, закалять организм и оставаться здоровыми!"



Потом он вместе с родителями уехал в Улан-Удэ. Отслужил в армии и долгое время не мог определиться, где же ему учиться. Даже хотел стать ламой, но судьба решила иначе. Ему порекомендовали медицинский вуз.

год. Если будет много студентов, то преподаватели не смогут уделить каждому достаточно внимания, от этого пострадает качество обучения. А институт очень дорожит своей репутацией.

В Сером доме ТЫСЯЧА САЖЕНЦЕВ

Около тысячи саженцев деревьев намерено высадить общественное движение "Ангарчане" в середине сентября. Для этого планируется привлечь жителей города. Во вторник, 15 июля, в кабинете мэра, который возглавляет общественное движение "Ангарчане", обсуждалась эта акция. Создана рабочая группа, в которую вошли специалисты МУП "Фито-Флер", архитекторы, активисты "Ангарчан".

Выбрать места для высадки организаторы планируют с учетом пожеланий горожан. С предложениями можно обращаться в общественную организацию "Ангарчане" по адресу: Ангарск-35, а/я 1946. Телефон/факс: 54-48-45.

РАЯ НЕТ, НО ШАЛАШИ БУДУТ

Мэр Евгений Канухин подписал ряд постановлений, согласно которым муниципальное унитарное предприятие "Ипотечное агентство Ангарского муниципального образования" выступит заказчиком на проектирование блокированной малоэтажной застройки в 91 квартале, коттеджной застройки в 6а микрорайоне, 5-6 этажного жилого дома №4 с встроенным объектом обслуживания населения в 33 микрорайоне, административных зданий с объектами СКБ (магазинами) на улице Декабристов, в районе гаражной застройки напротив 17 микрорайона. Также "Ипотечному агентству" согласовано место размещения малоэтажной жилой застройки с индивидуальными гаражными боксами в 220 квартале, на пересечении улиц Энгельса и Бульварная.

На сегодняшний день ипотечное строительство является одним из перспективных и наиболее доступных для большинства ангарчан. Поэтому все желающие принять участие в ипотечном строительстве могут обратиться в муниципальное "Ипотечное агентство" по адресу: 6 микрорайон, дом 13/13а или по телефону: 61-80-47.

АНГАРЧАНКА ПРИВЕЗЛА ГРАН-ПРИ

Анна ЛЮБИМОВА

Гран-при международного фестиваля "Ялтинское лето - 2003" завоевала ангарская вокальная звездочка - одиннадцатилетняя Надя Петрова. Она занимается у Нелли Агафоновой в студии "Мелодия" ДК "Современник".

Фестиваль проводился при поддержке министерства культуры Украины и Ассоциации детского и юношеского творчества при ЮНЕСКО. Покорять музыкальный Олимп приехали более пятисот участников, большинство - из России, Грузии и Прибалтики. Оценивали ребят известные музыковеды, знаменитые артисты, профессора Ялтинской консерватории.

Надя Петрова выступала в двух номинациях: академический вокал - с арией Пепиты из оперетты Дунаевского "Вольный ветер" и "Карамболиной" из "Фиалки Монматра" Кальмана, эстрадный вокал - с "Песней о России" Успенского и "Полетом на дельтаплане" Леонтьева.

Она спела достойно, красиво, артистично, несмотря на то что при жеребьевке вытянула свой нелюбимый первый номер, - поделилась впечатлениями Нелли Агафонова. - Члены жюри были покорены, после Надиных номеров за кулисами подходили и благодарили, восхищались мастерством и талантом нашей еще совсем юной девочки.

Впрочем, только словами восхищения не ограничились: ялтинский композитор и музыковед Людмила Остер подарила Наде свою песню. А Виктор Моисеев, председатель фонда Ирины Архиповой, пригласил на престижный конкурс Станислава Бэлзы "Новые имена", а также пообещал написать письмо губернатору Борису Говорину, чтобы область нашла средства для поездки Нади на концерт в Государственный Кремлевский дворец.

Криминал

ПО АНГАРСКУ БРОДИТ ЖЕНЩИНА С НОЖОМ



Нет никого страшнее женщин-мужененавистниц. Одно из таких существ появилось в нашем городе, оно режет мужиков среди бела дня. В четвертом часу полудня 14 июля этот монстр в юбке встретил в 92 квартале 29-летнего нигде не работающего парня и нанес ему удар ножом прямо в грудь. Беднягу доставили в больницу, где он сказал, что видел это чудовище впервые.

ИЮЛЬСКИЙ ДЕНЬ И УТОПЛЕННИЦА

Вечером минувшего вторника в районе старого Китайского моста выловили из реки страшную находку - мертвое тело женщины лет тридцати без видимых признаков насильственной смерти. Труп направлен на судебно-медицинскую экспертизу.

МОРЕ РАЗЛИВАННОЕ

Для сотрудников Ангарского межрайонного отдела Управления по борьбе с организованной преступностью при УВД Иркутской области день 10 июля оказался поистине урожайным. На территории турбазы "Березка", расположенной на берегу Китая в 30 километрах от Ангарска, они накрыли точку по производству фальсифицированной алкогольной продукции. Оперативники задержали 43-летнего частного предпринимателя и 32-летнего безработного, который на самом деле ударно трудился, изготавливая спиртные суррогаты на потребу страждущего населения. В подпольном цехе изъято 60 коробок поддельной водки "Минима" и "Столичная", бутылки с которой были упакованы в тару ОАО "Кедр" емкостью 0,5 литра. Общий объем конфискованной жидкости составил 600 литров плюс еще 500 литров спирта сомнительного качества. Найдены также приспособления для закатывания пробок и акцизные марки.

АНХК ПРОДОЛЖАЮТ ГРАБИТЬ

В четверг, 10 июля, сотрудники службы безопасности Ангарской нефтехимической компании задержали 20-летнего безработного жителя 20 квартала, который зарабатывал на жизнь тем, что обдирал на территории предприятия алюминиевую обшивку. Предпринимчивый паренек раздел комбинат на 50 килограммов этого легкого металла. А неделей раньше руководство АНХК сообщило в милицию о том, что 4 июля около полудня 33-летний водитель, проживающий в 15 микрорайоне, на своей машине ГАЗ-31023 пытался вывезти с территории компании около ста килограммов алюминиевой обшивки на сумму более 5 тысяч рублей. По фактам краж возбуждены уголовные дела, и в настоящее время оба супостата находятся на подписке о невыезде.

Подготовил Игорь ПОДШИВАЛОВ

БАРМЕНЫ "ЧОКНУТСЯ" В МОСКВЕ

Пресс-служба администрации АМО

Управление по торговле и защите прав потребителей администрации Ангарска сообщает, что у барменов, стремящихся повысить квалификацию, усовершенствовать навыки, повысить профессионализм и мастерство, есть уникальный шанс научиться виртуозно и творчески выполнять повседневные трудовые обязанности.

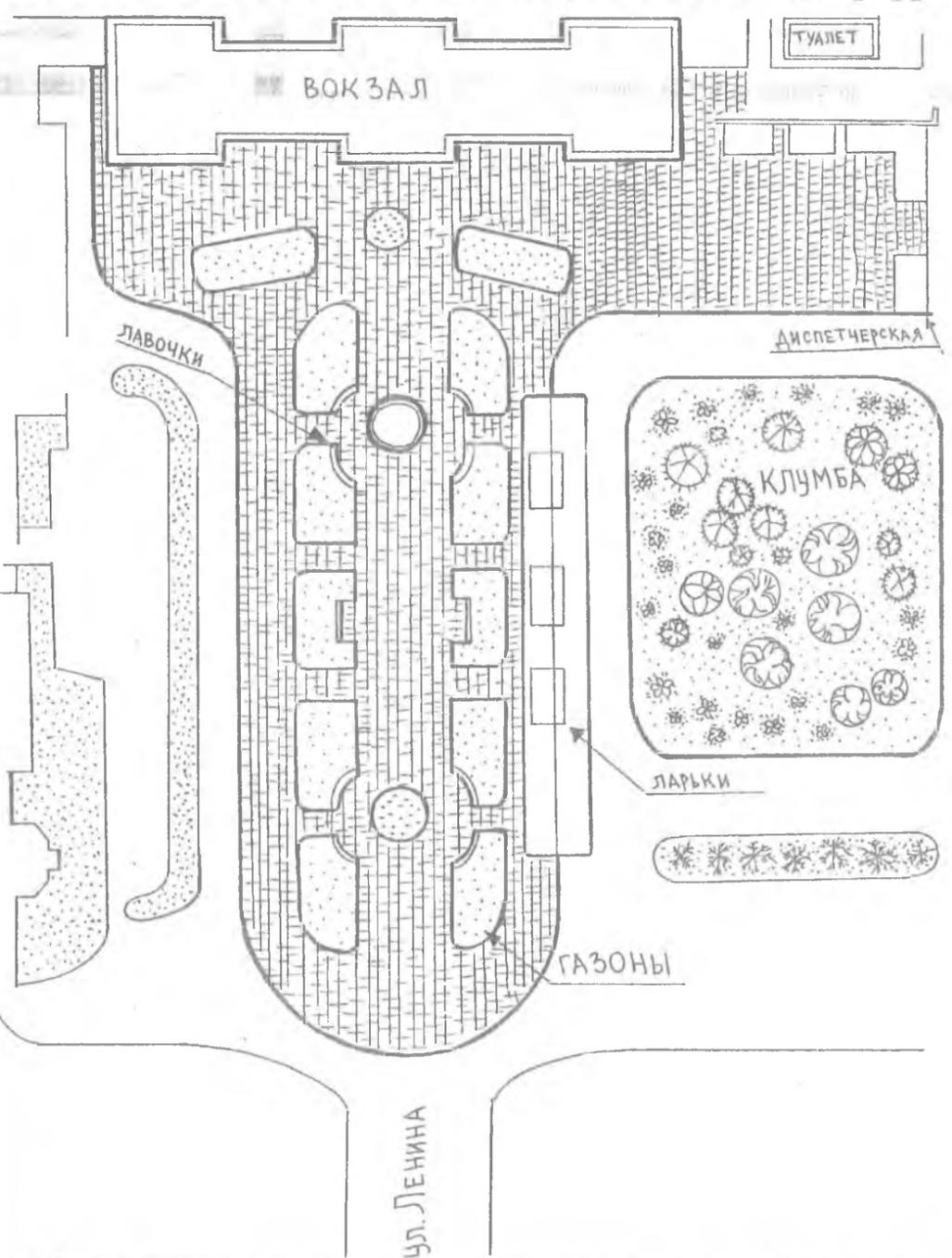
Столичные мастера разработали для фанатов своего дела специальный курс обучения. Он включает технологии приготовления и подачи классических и некоторых видов современных коктейлей.

На базе одного из популярнейших московских баров "Чокнемся" пройдут два мастер-класса: с 4 по 8 августа и с 8 по 12 сентября.

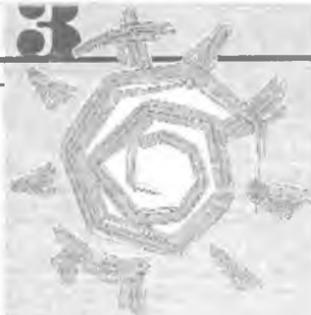
Практические навыки, в том числе жонглирование (флейринг), стажеры смогут отработать на базе одного из московских предприятий общепита.

С развитием ресторанного дела обостряется конкурентная борьба за посетителей. Успех и престижность ресторана, отмечают специалисты, во многом зависят от того, насколько профессионально работает бармен, как составлена коктейльная карта, какое используется оборудование. У ангарских барменов есть возможность приобрести к опыту, накопленному их российскими коллегами. За справками можно обращаться по телефону в Ангарске: 53-57-72, в Иркутске: 24-33-77. По окончании курса слушатели сдают экзамен и получают сертификат.

НОВЫЙ ОБЛИК ПРИВОКЗАЛЬНОЙ ПЛОЩАДИ



С 21 июля привокзальная площадь закрывается на капитальную реконструкцию до следующего года. По проекту ее поделят на две части: по одной будут ездить маршрутки, по другой - автобусы. Между частями окажется широкая полоса, выложенная тротуарной плиткой. На ней установят лавочки и газоны. Вокруг площади расположатся торговые павильоны. Памятник "покорителю космоса" будет демонтирован.



Страна.ru

**УЧЕНЫЕ - СВЕТ,
ЛИЦЕНЗИИ - ТЬМА**

Сегодня в России аккредитовано 926 высших учебных заведений, из них 310 - негосударственных. В престижных вузах страны, к примеру, в МГУ экзамены традиционно проходят раньше, чем в других. Дабы абитуриенты, которые не смогли поступить, успели попробовать попасть в другие учебные заведения. В прошлом году в Московский государственный университет было подано 20 тысяч заявлений от выпускников на бюджетные места дневного отделения, а студентами стали три с половиной тысячи молодых людей.

В этом году в Министерство образования участились обращения граждан в связи с нарушением высшими учебными заведениями законодательства об образовании и защите прав потребителей. В соответствии с правилами оказания платных образовательных услуг исполнитель, то есть учебное заведение, еще до заключения договора обязан предоставить о себе всю достоверную информацию. В приемных комиссиях вузов должен быть устав, перечни направлений, подготовки и специальностей, лицензии на право ведения образовательной деятельности и свидетельство о государственной аккредитации. Для образовательных учреждений негосударственного типа в наличии может быть только лицензия на право ведения образовательной деятельности. В этом случае поступающий должен заранее знать, что ему не гарантировано получение документа государственного образца, и ему будет выдан тот документ, который данное образовательное учреждение будет выдавать, то есть собственного образца. Если абитуриент и его родители желают получить диплом государственного образца именно по данной образовательной программе, они должны посмотреть и убедиться в наличии свидетельства о государственной аккредитации по данной образовательной программе. Наличие такого свидетельства дает соответствующие льготы: отсрочку от армии и так далее.

Внимательным нужно быть и при заключении с вузом договора о платном обучении. Вуз должен гарантировать получение образования по данной образовательной программе или в соответствии с государственно-образовательным стандартом. Для государственных образовательных учреждений это обязательно в договоре прописывается. На самом деле, все отношения регулируются Гражданским кодексом и другими общими законами, действующими в Российской Федерации.

**ДЕВЯТЬ ОЧАГОВ
ПЛАМЕНИ ОЛИМПА**

Национальные олимпийские комитеты 9-ти стран информировали Международный олимпийский комитет о намерении представить кандидатуры своих городов для участия в процедуре определения места проведения XXX Олимпийских игр 2012 года.

Период представления соответствующих заявок завершился 15 июля. В связи с этим в среду пресс-служба МОК распространила

официальное сообщение о том, что в списке претендентов на проведение Игр-2012 остаются 9 городов: Москва, Гавана, Стамбул, Лейпциг, Лондон, Мадрид, Нью-Йорк, Париж и Рио-де-Жанейро.

В рамках начинающейся процедуры оценки реальных возможностей указанных городов в плане организации Игр до 15 января 2004 года потенциальные кандидаты должны сообщить МОК исчерпывающую информацию с ответами на специальный вопросник.

На основании полученной информации в середине мая 2004 года Исполком МОК определит официальных кандидатов на проведение XXX Игр, которые не позднее 15 ноября 2004 года должны будут представить полный комплект документации.

В феврале-марте 2005 года оценочная комиссия МОК посетит предварительно выбранные города с целью ознакомления на месте с их возможностями организации Игр.

В мае 2005 года ожидается опубликование итогового доклада оценочной комиссии МОК, а 6 июля 2005 года на 117-й сессии Международного олимпийского комитета в Сингапуре состоится голосование по вопросу определения города-победителя, получающего право на проведение Олимпийских игр 2012 года.

Как заявил в среду президент МОК Жак Рогге, "нас воодушевляет наличие в столь обширном списке престижных городов". "Я думаю, что это является свидетельством большой значимости Олимпийских игр и правильности политики МОК", - подчеркнул Рогге.

**НА ОЙМЯКОНЕ
ЯБЛОНИ ЦВЕТУТ,
В САХАРЕ БРОДЯТ
БЕЛЫЕ МЕДВЕДИ...**

Нынешнее лето уже принесло целый ряд природных аномалий. Так, например, в Швейцарии был побит температурный рекорд, установленный еще 200 лет назад. Рекордно высокие температуры были зарегистрированы и на юге Франции. В Италии наблюдается сильнейшая засуха, которая продолжается уже почти целых два месяца. Жара во Франции закончилась сильнейшим ураганом, пронесшимся недавно на юго-западе страны. По мнению метеорологов, 2003 год может стать самым жарким за всю историю наблюдений за погодой.

Так, сейчас длительная и сильная жара установилась во Франции, Италии, Швейцарии, Бельгии и Великобритании. Такие условия угрожают не только сельскохозяйственным угодьям этих стран, но и огромному количеству представителей флоры и фауны. Особенно это касается обитателей речных водоемов, которые в результате пересыхания рек могут оказаться вне их среды обитания.

К таким аномальным погодным условиям можно прибавить и довольно холодный июнь, с которым столкнулись жители европейской части РФ, и рекордное число торнадо, зарегистрированных над территорией США в мае - в то время, когда на востоке и юго-востоке Штатов погода была в основном сырой и холодной и температура была ниже нормы на 2-6 градусов. В этом году рекордных отметок также достигли показатели температур в Индии. Таким образом, можно прийти к выводу, что увеличе-

ние числа погодных катаклизмов - явление не локальное, а глобальное, проходящее неравномерно, но по всей территории планеты.

Так, если мы вспомним хотя бы прошлый сезон, то окажется, что и он был переполнен аномальными метеорологическими явлениями. Если сейчас власти Италии обращаются к своим гражданам с просьбой экономно использовать питьевую воду, то год назад такие призывы слышали и жители европейской части России. Тогда у нас стояла длительная засуха в сочетании с температурами, которые были на несколько градусов выше нормы. И когда летом 2002 года в России задумывались о том, как не допустить сильного падения уровня воды в реках, - Европу буквально затопило. Из берегов вышло множество рек, чьи воды хлынули на улицы европейских городов. Минувшую зиму же, например, в Москве также можно назвать довольно странной: в течение двух дней можно было наблюдать скачки температуры более чем в 15 градусов.

**ЦЕНЫ НА ВОДКУ -
ДЕЛО ГОСУДАРСТВЕННОЕ!**

Правительство намерено изменить механизм установления цен на водку. Как сообщил журналистам вице-премьер РФ, министр сельского хозяйства Алексей Гордеев, Минэкономразвития, МНС и ряд профильных ведомств внесут в правительство РФ согласованную позицию по изменению механизма установления цен на водку. "Действующий механизм установления государством минимальных цен на водку себя изжил, существуют более эффективные механизмы контроля за образованием цены и регулированием государством ситуации на алкогольном рынке", - сообщил А.Гордеев.

По его словам, новый механизм будет выработан с учетом работы подакцизных водочных складов. Вице-премьер отметил, что государство, контролируя уровень цен на водку, должно добиться главной задачи - недопущения теневых предприятий, производящих ликероводочную продукцию, на рынок. Установление минимальных цен на водку государством, по его словам, неэффективно, так как такие шаги со стороны правительства "воспринимаются, как будто мы хотим поднять цену, хотя речь идет всего лишь о недопущении тех предприятий на рынок, которые производят водку нелегальным способом", - сказал вице-премьер.



Страница подготовлена по материалам Радио "РОССИЯ", ПРАЙМ-ТАСС, Радио "МАЯК", "Восточно-Сибирская Правда", "Вести-Иркутск"

Дела соседские

**ЛЕКАРСТВА ДЛЯ
ИНВАЛИДОВ
НЕ ПОДОРОЖАЮТ**

Всем известно, что инвалиды и ветераны имеют право покупать лекарства по льготной цене в соответствии с Федеральным законом "О ветеранах". Главным финансовым управлением Иркутской области предусмотрены средства для лекарственного обеспечения отдельных категорий граждан. Они направляются бюджетам муниципальных образований.

В 2003 году из областного бюджета на льготное лекарственное обеспечение жителей Иркутска предусмотрено выделить на 10 миллионов рублей больше, чем в прошлом году. Об этом сообщил начальник главного управления социальной защиты населения администрации области Семен Круть.

Объем средств, выделенных из областного бюджета г. Иркутску для осуществления льготного лекарственного обеспече-



ния ветеранов, позволил отделу лекарственной помощи комитета по делам горожан администрации Иркутска в полном объеме оплатить счета за отпущенные ветеранам медикаменты, предъявленные к оплате аптечными предприятиями за 1 квартал текущего года, и осуществить предоплату для отпуска лекарственных средств по льготным рецептам в сумме 1013 тыс. руб.

На льготное лекарственное обеспечение граждан в бюджете города Иркутска на 2003 год предусмотрено 19305 тыс. руб. Кроме того, администрацией области решен вопрос о выделении дополнительных 81076 тыс. рублей на реализацию Федерального закона "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации". Средства распределены на санаторно-курортное лечение инвалидов (10000 тыс. руб.), на субсидии бюджетам муниципальных образований (71076 тыс. руб.) и на льготное лекарственное обеспечение.

Из общей суммы бюджета области на льготное лекарственное обеспечение города Иркутску в 2003 году предусмотрено

45426,8 тыс. руб. (из них 11645,8 тыс. руб. - лекарства для инвалидов). В 2002 году общая сумма составляла лишь 35 842 тыс. руб.

Семен Круть подчеркнул, что главное управление социальной защиты населения периодически проверяет, как используются финансовые средства. В результате проверок в 2003 году выявлен ряд нарушений в оформлении и отпуске лекарств, а также несвоевременного использования выделенной суммы. Например, на 01.04.2003 г. в городе Иркутске имелся остаток в сумме 3326 тыс. руб.

**"ПРОБКИ"
НА ОЛЬХОНЕ**

Очереди автомобилей с туристами образовались на въезде в Ольхонский район. Каждый отдыхающий, прежде чем попасть на Байкал, теперь обязан пройти регистрацию и заплатить взнос за пребывание на озере. Специальный регистрационный пункт будет работать круглосуточно весь сезон.

Пропускной пункт в Ольхонском районе всего один. Мимо него никто проехать не может. Здесь у Еланцов всего одна дорога, ведущая на Байкал. Районные власти решили поставить на учет каждого туриста. Люди вынуждены стоять в очередях, бьются дни, когда скапливается до полусотни автомобилей. Сотрудник ГАИ останавливает машины для проверки документов, а да-

лее водителя приглашают пройти регистрацию. Но это уже делает представитель администрации.

12 рублей в сутки - за взрослого человека. До сотни рублей - за автомобиль. Берут деньги даже за провоз животного - три рубля. Взамен турист получает чек, памятку, как себя вести в лесу, и целлофановый пакет для мусора. Говорят, что у некоторых при таких расценках пропадает желание отдыхать. Для Александра Константинова, решившего впервые посетить Байкал, подобные сборы стали сюрпризом. Он не против поделить деньгами ради чистоты на озере, но его как налогоплательщика интересует, куда уходят деньги.

Власти с помощью пункта пытаются проконтролировать поток так называемых диких туристов, которые часто становятся виновниками лесных пожаров. В администрации района говорят, что прибыль от этих сборов небольшая. За сезон надеются получить полмиллиона рублей. Командировочным и туристам с путевками, а так же ветеранам и маленьким детям дорога открыта без взносов. Как сказал мэр Ольхонского района Николай Мотошкин, часть денег уже потрачена на приобретение двух автомобилей для уборки берега Байкала.

Работники пункта говорят, что сборы - это дело добровольное. И тех, кто отказывается платить, заставлять не будут. Лишь попытаются воззвать к их сознательности. А милиционер, со слов представителей администрации, в процесс не вмешивается, он только наблюдает за порядком.

ШОКОЛАД НЕ ВИНОВАТ!



Это может быть вызвано хлебом и кашами: при их переваривании повышается уровень сахара в крови, что приводит к увеличению концентрации в ней мужского полового гормона и вызывает повышенное выделение кожного сала.

Зерновые продукты тоже повышают образование так называемого инсулиноподобного фактора роста, стимулирующего размножение определенных клеток — кератиноцитов. Это также играет роль в развитии заболеваний кожи. Поэтому людям с проблемной кожей нужно ограничить потребление хлеба и зерновых продуктов, но не отказываться от них: это ценнейшие источники витаминов группы В.

ЧРЕЗМЕРНАЯ СТРАСТЬ К ПОРЯДКУ ХАРАКТЕРНА ДЛЯ НЕУВЕРЕННЫХ В СЕБЕ ЛЮДЕЙ

По утверждению психологов, эту категорию людей постоянно преследует страх неудачи.

Вместо того, чтобы заниматься собственной жизнью, карьерой, развивать отношения с близкими, они посвящают жизнь «перераспределению» пыли в отдельно взятом интерьере и постоянному ворчанию на нарушителей домашнего порядка. Если почаще радовать вниманием озабоченного порядком члена семьи, внушать ему уверенность в своих силах и безусловной любви окружающих, велика вероятность, что в его жизни появится множество занятий, более интересных и содержательных, чем бесконечная уборка.

ЮЖНОЕ СОЛНЦЕ НЕ ТОЛЬКО ПРИДАЕТ КОЖЕ ВОЖДЕЛЕННЫЙ БРОНЗОВЫЙ ОТТЕНОК...

... Но и стремительно истощает запасы витамина А, без которого организм не в состоянии справиться с солнечными ожогами, ранами и порезами

При дефиците витамина А процессы восстановления кожи замедляются, появляются преждевременные морщины, волосы тускнеют и выпадают, возрастает вероятность онкологических заболеваний кожи. Особенно страдают от этого жители средних и северных широт, непривычные к большим, агрессивным дозам солнечной энергии, отправляясь в теплые края.

Поэтому, собираясь на юг, возьмите витаминный комплекс с суточной дозой витамина А (для взрослых — 3300 МЕ, для детей — 1500 МЕ) и обратите внимание на «летние» молочные продукты: в них витамина А значительно больше, чем в «зимних» (конечно, если корова жи-

вала свежую травку, а не грустила в стойле, питаясь комбикормами).

РЕГУЛЯРНОЕ НЕДОСЫПАНИЕ ОПАСНО

К такому выводу пришли медики из университета Пенсильвании. Плохо выспавшийся человек чувствует себя менее усталым, чем тот, кто не спал совсем. Но результаты тестов показали, что от недосыпания умственные способности человека снижаются сильнее.

Поэтому тем, кто часто недосыпает, нужен особый, дополнительный отдых и восстановление.

ПОЧЕМУ ЗЕВОТА ЗАРАЗИТЕЛЬНА?



Ответить на этот вопрос взялись ученые из Филадельфии.

Группе студентов была продемонстрирована видеозапись, на которой актеры зевали. 40 процентов студентов тоже стали зевать. Затем участники группы прошли тест, и выяснилось, что заражались зевотой те, у кого развита способность сочувствовать другим.

ДЕПРЕССИЯ ОТ КОМПЬЮТЕРА

К такому выводу пришли японские ученые, обследовавшие несколько тысяч служащих крупной технологической компании.

Известно, что длительная, без перерывов работа на компьютере ухудшает зрение. Но это

не единственная неприятность, к которой может привести бездумное пользование компьютером. Оказывается, нервная система тоже подвергается опасности. Работа за компьютером в течение



5 часов повышает риск развития депрессии и бессонницы. У служащих, проводивших за компьютером не менее 5 часов в день, были выявлены неврологические расстройства. Поэтому, пока не разработана надежная система профилактических мер, ученые рекомендуют проводить за компьютером по возможности меньше времени, особенно детям и подросткам.

К ЗАСТОЛЮ НАДО ГОТОВИТЬСЯ!

Психологи утверждают, что, если отказывать себе в праздниках, это может плохо повлиять на психику. Но чтобы праздник действительно был в радость, надо правильно подготовиться к обильному застолью.

Английские диетологи рекомендуют пить больше минеральной воды и соков перед застольем и после него, а за праздничным столом есть больше цитрусовых, яблок и моркови. И ни в коем случае не пить алкоголь натощак. Это не только способствует быстрому опьянению, но и плохо сказывается на состоянии желудка.

Осторожно, впереди отпуск!

Иногда с отдыхающими происходят странные вещи: вместо приятной расслабленности они вдруг начинают испытывать физические недомогания: слабость, разбитость, боли в мышцах, может даже повыситься температура, появиться кашель и насморк. И это тем более удивительно, что перед отпуском они чувствовали себя вполне нормально. Голландский психолог профессор Эд Вингерхотс решил выяснить причину этого парадокса.

Проведя исследование, он установил, что отпускная болезнь развивается из-за постоянного физического напряжения, которое человек испытывает на работе и дома. Нервные перегрузки приводят к ослаблению иммунной системы, и стоит человеку расслабиться, как на него сразу наваливаются болезни. В связи с этим профессор Вингерхотс советует не воспринимать стрессовые ситуации на работе и дома слишком остро. Кроме того, очень важно, убежден он, учиться расслабляться, освобождаясь от неприятных эмоций. Для этого подходит любое занятие, доставляющее удовольствие. Занимайтесь спортом или учитесь играть на музыкальном инструменте - это поможет вам снять напряжение. Тогда и очередной отдых доставит только удовольствие.

КАК ЕЖЕДНЕВНЫЙ ПРОСМОТР ТЕЛЕПЕРЕДАЧ ВЛИЯЕТ НА ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИН?

Просмотр телевизора три часа подряд в сутки вдвое повышает риск набрать лишний вес и на 50 процентов — заполучить диабет.

Все дело в неподвижности и продуктах, которые принято есть перед телевизором. Рецепт: сократите время просмотра телепередач до 10 часов в неделю плюс здоровый образ жизни и правильное питание!

(Продолжение. Начало в №76)

Картофель в мундире, сваренный в большом количестве воды, — испытанное народное средство, применяющееся при лечении полиартрита. Картофель разминают в отваре и едят вместе с кожурой. В течение 3 дней надо съесть 2-3 килограмма картофеля. Ничего другого есть в это время нельзя.

Картофель применяется также при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрите с повышенной секреторной функцией желудка, запорах, изжоге. При этих заболеваниях хорошо помогает картофельный сок из розовых клубней: от 50 до 150 миллилитров сока - 2-3 раза в день до еды.

Сок из розовых и красных сортов картофеля считается наиболее эффективным лечебно-профилактическим средством. Он способствует рубцеванию язв на слизистой оболочке желудочно-кишечного тракта, снижению количества выделяемой желудочными железами кислоты, уменьшению боли.

Картофельный сок оказывает слабительное действие. Он устраняет изжогу, отрыжку и помогает при различных расстройствах стула. Если медленно прожевать очищенную и разрезанную на небольшие кусочки картофелину средней величины, изжога тоже быстро проходит.

В народной медицине картофельный сок считается незаменимым лечебным средством при миоме матки. Для этой цели больше всего подходят клубни, созревшие в сентябре или в октябре. Выжатый из них сок надо пить по 100-200 миллилитров 2-3 раза в день в течение 2-3 недель.

Свежий картофельный сок помогает при головной боли. Одноразовая доза приема — 50 миллиграммов свежевыжатого сока. Многим известно болеутоляющее и ранозаживляющее действие тертого сырого картофеля при ожогах, экземах, фурункулезе и других кожных болезнях. При ожоге, как только компресс нагревается, его необходимо поменять. А при поражении кожи экземой свеженарезанные пластинки из картофеля периодически прикладывают к пораженным местам. При лечении рожистых воспалений кожи на Украине пользовались напаром из листьев и корней картофеля.



При обморожении ног рекомендуется делать горячие ножные ванны из отвара картофельной кожуры. Продолжительность каждой ванны - 20-30 минут. После ванны

ЗЕМЛЯНЫЕ ЯБЛОКИ

ноги нужно вытереть насухо и смазать вазелином.

Хорошим очищающим эффектом обладает смесь картофельного сока с морковным соком и соком сельдерея. Эту же смесь можно использовать при нервных расстройствах, нарушениях пищеварения, при зобе и ишиасе. Положительный результат (причем за короткий промежуток времени) дает ежедневное употребление 500 миллилитров смеси картофельного, морковного, огуречного и свекольного соков в произвольном соотношении. В этот период необходимо полностью исключить из рациона мясные и рыбные продукты.

В косметологии широко применяют картофельные маски. Они особенно полезны при сухой коже. Вареный картофель разводят молоком или фруктовым соком до кашеобразной консистенции и наносят на лицо и шею на 20 минут.

Еще один рецепт для ухода за кожей: 2 столовые ложки теплового картофельного пюре смешать с 1 столовой ложкой растительного масла. Такую маску желательнее наносить на лицо систематически 2-3 раза в неделю. Она хорошо смягчает и разглаживает кожу. Эту же маску, но в горячем виде, можно нанести на шею, сверху положить хлопчатобумажную салфетку и через 20 минут смыть теплой водой. Хорошо снимает воспаление, отечность век, мешки под гла-

зами свеженатертый сырой картофель, а также смесь картофеля с пшеничной мукой и молоком в соотношении 4:2:5.

При появлении трещин, покраснении и шелушении кожи на руках избавиться от этих неприятностей помогают теплые ванночки из картофельного отвара продолжительностью 15-20 минут.

Следует учесть, что лечебно-оздоровительным эффектом обладает только доброкачественный картофель. Позеленевшие на солнечном свете клубни отличаются повышенным содержанием ядовитого гликоалкалоида — соланина. Соланин накапливается также в старом картофеле, особенно в наружном слое и в глазках. Поэтому весной необходимо тщательно очищать картофель и удалять глазки. Позеленевшие же клубни нельзя употреблять ни в пищу, ни для лечения.

В нормально вызревших клубнях соланина очень мало, и он не представляет никакой опасности для организма. О его повышенном содержании свидетельствует горький вкус картофеля и першение в горле. Соланин оказывает угнетающее действие на центральную нервную систему и разрушает эритроциты крови. При отравлении возникают такие симптомы, как тошнота, рвота, учащенный стул, тахикардия, одышка, судороги, возможно бессознательное состояние.





Страна чудес

Для самых маленьких

КТО ПРИЕХАЛ?

(дети играют сами)

Кто приехал?

(ребенок складывает вместе ладошки и пальцы обеих рук, четыре раза хлопает кончиками больших пальцев)

Мы, мы, мы!

(теперь кончики больших пальцев прижаты друг к другу и неподвижны, а кончиками остальных пальцев быстро и одновременно хлопает три раза)

Мама, мама, это ты?

(хлопает кончиками больших пальцев)

Да, да, да!

(хлопает кончиками указательных пальцев)

Папа, папа, это ты?

(хлопает кончиками больших пальцев)

Да, да, да!

(хлопает кончиками средних пальцев)

Братец, братец, это ты?

или:

Ах, сестричка, это ты?

(хлопает кончиками больших пальцев)

Да, да, да!

(хлопает кончиками безымянных пальцев)

Дедушка, а это ты?

или:

Бабушка, а это ты?

(хлопает кончиками больших пальцев)

Да, да, да!

(хлопает кончиками мизинцев)

Все мы вместе, да, да, да!

(хлопает в ладоши)

Для умников и умниц



Каких предметов не могло быть у Бременских музыкантов?

Чудесная лотерея

Дорогие ребята! Приглашаем вас принять участие в лотерее. Для этого вам необходимо собрать все фрагменты рисунка, наклеить их на открытку и прислать или принести в редакцию по адресу: 665831, Ангарск, а/я 6423, (13 микрорайон, дом 10, редакция газеты "Вся неделя. Ангарск"). На обратной стороне напишите ваши имя, фамилию и телефон. Между всеми участниками будут разыграны замечательные призы.



ОТВЕТ НА КРОССВОРД, НАПЕЧАТАННЫЙ В №76

По горизонтали: 4. Гардероб. 5. Сова. 7. Доска. 8. Ухо. 9. Меню. 11. Самбо. 13. Бабочка. 14. Чукча. 15. Рекорд. 16. Микрофон.

По вертикали: 1. Кроссворд. 2. Секач. 3. Конура. 4. Гадюка. 5. Семафор. 6. До. 10. Мочало. 11. Сачок. 12. Мокко. 13. Бокс.

ПУСЬКИ БЯТЫЕ

Людмила ПЕТРУШЕВСКАЯ

Сяпала Калуша с калушатами по напушке. И увазила бутявку, и волит:

- Калушата! Калушаточки! Бутявка!

Калушата присяпали и бутявку стрямкали. И подудонились.

А Калуша волит:

- Оее! Оее! Бутявка-то некузявая!

Калушата бутявку вычучили.

Бутявка вздрезнула, соприютнулась и усяпала с напушки.

А Калуша волит калушатам:

- Не трямкайте бутявок, бутявки любые

и зюмо-зюмо некузявые. От бутявок дудонятся.

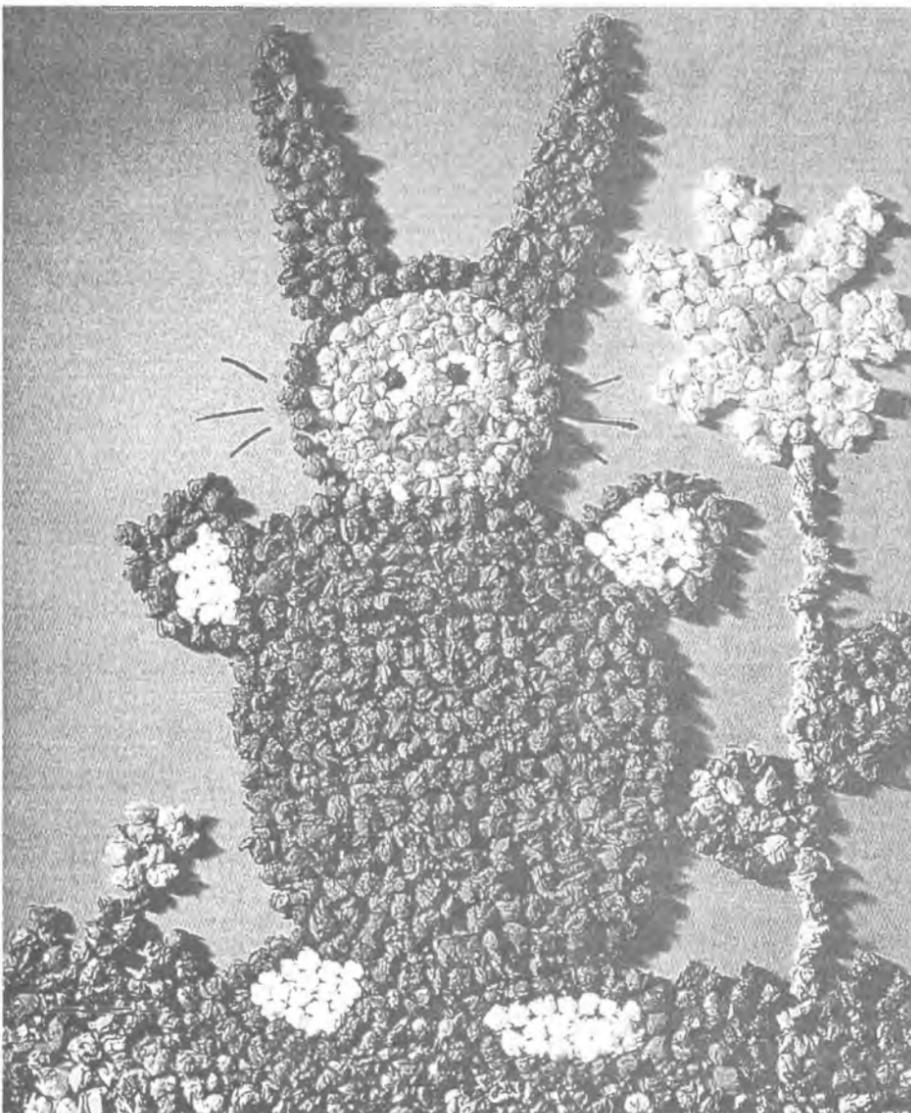
А бутявка волит за напушкой:

- Калушата подудонились! Калушата

подудонились! Зюмо некузявые! Пуськи бятые!

Коллекция идей для нескучной жизни

ЗАЙЧИК ИЗ ШАРИКОВ



Вам потребуются: разноцветная бумага, картон, карандаш, ножницы, клей, чёрный фломастер.

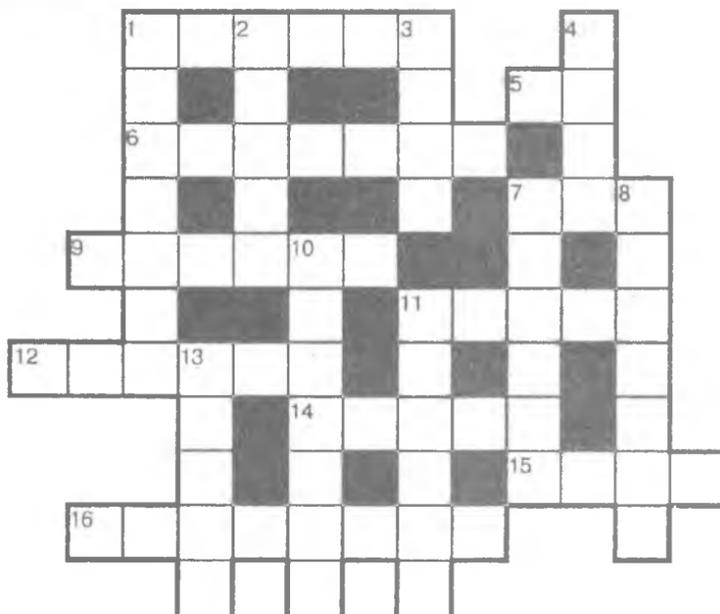
Выполнение работы:

1. Сделать много бумажных шариков.

2. Нарисовать контуры мотива на картоне, на двух белых шариках нарисовать глаза.

3. Теперь необходимо тщательно наклеить шарики на картон, лучше начать с мордочки; предварительно поверхность картона, занимаемую мордочкой, намазать клеем. После того как работа над мордочкой завершена, следует приступить к туловищу. Шарики будут лучше держаться, если их хорошо прижать.

Кроссворд



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. "Всяк сверчок знай свой..." (поговорка). 5. Нота. 6. Солдат. 7. Показная роскошь, щегольство. 9. Род войск. 11. Тёмно-красная ягода. 12. Книжка для хранения фотографий или рисования. 14. Оленьи или собачьи сани. 15. Средство для ухода за кожей рук, лица. 16. "Пушки с ... палая, кораблю пристать велят" (А. С. Пушкин).

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Очень крупная оса. 2. Сиденье всадника. 3. Подземный житель, разоряющий огороды. 4. "Госпожа" по-английски. 7. Мясное кушанье, приготовленное на шампуре. 8. Альбом для марок. 10. Что будет, если погасить свет? 11. Птица, любительница лести (по И. А. Крылову). 13. Мужское имя (Полевой, Пастернак).

Уроки хороших манер

ВЕЖЛИВЫЙ СОБЕСЕДНИК

✓ Будь доброжелателен и уважителен к тем, с кем говоришь, а поэтому помни, что такие выражения, как "с тобой бесполезно разговаривать", "ну, как ты не поймешь?", "я ещё таких бестолковых не встречал", "тебе этого не понять", "ты, конечно же, не знаешь" вежливый человек не употребляет.

✓ Помни, что и твоему слушателю есть что сказать. Дай и ему возможность вступить в разговор.

✓ Будь внимателен к собеседнику. Умей заметить, что он сгешит, до того, как он сам тебе скажет об этом. Вовремя смени тему разговора, если она неинтересна или неприятна слушателю.

✓ Не обсуждай поведение, манеру одеваться, причины других людей - прослывешь "сплетницей" ("сплетницей").

✓ Не будь болтлив. Долгий разговор утомителен для слушателя.

✓ Не используй в разговоре слов, смысл которых тебе не вполне ясен, а также и тех, значения которых может не знать твой собеседник.

✓ Не жестикулируй (не размахивай руками). Если ты выражаешься точно и ясно, тебя и так поймут без труда.

Страницу подготовила Галина ЛЫКОВА

Игорь ПОДШИВАЛОВ

ФЕДОР как старший в семье был на десятом году жизни отдан на ткацкую фабрику, где и прокалявал пять лет. постоянно голодный и избиваемый, харкающий кровью. Наконец счастье улыбнулось подростку. Видя, что на фабрике он скоро умрет, хозяин отпустил его в Петербург учиться поварскому делу. За год Федор одолел эту науку, и начали его передавать из рук в руки как ценного специалиста. Сначала он служил у итальянца Деликатти, жена которого мамзель Тереза ежедневно и совсем неделикатно лупила повара ручкой ножа, кочергой и другими инструментами. Затем отдали на два года графу Панину. Потом продали графине-старушке Салтыковой, потом - князю Гагарину, потом - лейб-драгунскому офицеру Трейлебену...

Надо отметить, что господа иногда выезжали за границу поличиться и попутешествовать - и, конечно, брали с собой повара: как же без него? Где уж набрался Федор грамоты - неизвестно, но только, как он сам потом показывал на допросе, "всегда оставался виноват за чтение книг", то есть бит. Доподлинно известно, что прочёл Федор "Потерянный рай" Джона Мильтона и очень любил цитировать басни Ивана Андреевича Крылова. Живя в Париже, ознакомился Подшивалов в подлиннике, то есть прочел на французском языке труды просветителей-энциклопедистов. Размышляя о загробной жизни, Федор лелеет надежду попасть после смерти в ад, чтобы встретиться там "господина Вольтера и всю его братию". "Я надеюсь, - пишет он в своем дневнике, - что нам скучно не будет, они же тамосные давние жители".

Так или иначе, стал Федор втихаря не только почитать, но и пописывать. Вот что он пишет, проанализировав свой жизненный путь: "Это откудова еще глупость взята продавать и покупать подобных тварей самих себя? Откудова этот манер взяли? Должно быть от Иосифовых братьев, которые продали брата своего в Египет. Так есть еще другой пример, когда Иуда Искариотский продал Иисуса на мучение. Вот и господа в таком случае играют роль Иуды". Знали бы все эти Лобановы, Панины, Гагарины, Потемкины и Долгорукие, о чем по ночам пишет их повар.

В 1828 году началась русско-турецкая война, и Подшивалов вместе со своим хозяином Лобановым-Ростовским оказался в армии. Насмотрелся он и на солдат, мрущих, как мухи, за Бога, Царя и Отечество от пуля, голода и эпидемий, и на господ офицеров. "За какую мы веру и Отечество должны кровь проливать? - вопрошает Федор самого себя. - Верно, за то, чтобы по возвращению с битвы за Отечество вздыхать и рыдать, глядя на своих соотечественников, на ихнюю губительную жизнь, какую они терпят на барщине!" Не обошел Федор вниманием и офицеров. "Среди теперешних наших природных благодетелей нередки случаются, что происходит какой-нибудь глупец или совсем дурак, только и превозносится своим происхождением, а в поступках оказывает себя хуже простого солдата". Так вызревали в голове Подшивалова уравнилельные идеи.

На фронте князь Лобанов приболел, а по другим источникам был ранен, и Федор спас ему жизнь. Он бережно ухаживал за хозяином, и расчувствовавшийся барин пообещал дать ему вольную, но, приехав в Париж и поправившись, господин передумал и решил отдать своего спасителя учиться делать пирожные. Обманутой Подшивалов нагрубил князю и пошел во французскую полицию просить политического убежища. Кто знает, как сложилась бы его судьба, если бы ему удалось стать "невозвращенцем". Скорее всего, полиция свободной Франции выдала бы его хозяину, но до полиции Федор не дошел. Убежденный космополит - гражданин мира, поклонник просветителей подумал, что он никогда уже не увидит Родину. Он испытывал чувство, выраженное в песне современного рок-певца Юрия Шевчука: "Родина! Еду я на Родину! Пусть кричат "уродина", а она нам нравится, хоть и не красива..." Любовь к России победила любовь к свободе. Подшивалов вернулся к князю, попросил прощения и был от-

правлен в Россию. Вернувшись в Петербург, он заболел от огорчения. Жизнь в неволе стала для него невыносимой. Еле выходили его в больницу, и нанялся он опять на кухню, на сей раз к полковнику Захаржевскому, обрабатывать своему князю оброк.

Те основаны на государственном принципе, на принуждении, Мор даже сохраняет в своем светлом будущем институт рабства. Подшивалов же отвергает всякое насилие и низводит к минимуму роль государства. В его "Новом свете" жизнь осно-



ОН уже не мог держать свои мысли в себе, ему необходимо было с кем-нибудь поделиться. И Подшивалов нашел наконец слушателей и собеседников. Это были крепостные графа Румянцева - повар Леонтий Дмитриев и официант Григорий Иванов, крепостной повар графа Кушелева Яков, дворовый человек князя Лобанова-Ростовского Александр и другие. Скептик Дмитриев называл Подшивалова сумасшедшим и очень беспокоился за безопасность приятеля, другие же близко к сердцу приняли его речи. Яков говорил, что после разговоров с Подшиваловым "почувствовал благодать Божию". Короче, Подшивалов занялся пропагандой среди крепостных. Однажды, после очередного разговора, Подшивалов приснился сон. Он увидел себя вознесенным на небо, и чей-то голос сказал ему: "Здесь пребывает свет чистый и праведный". Голос назвал его посланником Божиим Федором, который должен просветить людей, написать книгу. Он видел себя на острове, превращенном в тюрьму посреди бескрайнего моря, на котором слышны только стоны рабов и звон цепей. Он зашел на фабрику-тему и начал крушить кости тюремщикам и рвать цепи. Он увидел на мостовой гигантское одушевленное дерево, которое просило предать его смерти, а рядом сквозь бульжник пробивалось молодое деревце - новое учение, которому суждено овладеть умами всех людей, живущих на Земле.

Федор понял, что в прежнем мире - "Старом свете" - нет свободы человеку. Он взялся за перо и с небывалым душевным подъемом написал книгу "Новый свет и законы его". Книга была начата 6 мая 1830 года и окончена 24 июня того же года. "Старый свет" должно сломать до основания, а затем построить новый мир свободы, равенства и братства. Как видим, эти мысли приходили в голову не только кабинетных теоретиков, как пытаются уверить нас ныне.

Не знаю, читал ли Подшивалов знаменитые утопии Мора и Кампанеллы, но ясно одно - его утопия в корне отличается от предыдущих.

вана на самоуправлении людей, занимающихся свободным трудом. Представители народа вырабатывают законы, царь же (если таковой остается) только утверждает эти законы, санкционирует. Угнетения человека человеком нет - "всякий уволен будет от своего господина и всякий будет сам себе господин". Крестьяне освобождаются с земель, и земля разделена поровну. "И всякий из них, владеющий землей, может управлять ею, как ему заблагорассудится". Даже помещики не являются исключением: они тоже получают свой клоч земли и могут прокормить себя сами. "Не обрабатывай земли и не посеявши семян, не будет и хлеба, и с голоду помрешь". "Нужно, чтобы никто не надеялся на ад и рай и всякий бы трудился и работал сам на себя. А в долг больше не верить никому, потому что на том свете оплаты никакой никому не будет".

В "Новом свете" нет никаких сословных привилегий, кроме права наследования царского трона, имеющего символическое значение (своеобразный английский вариант монархии - царь царствует, но не правит). Если солдат может быть генералом, он им и будет, а если генерал - тулица, то будет "прохвостом" - чистильщиком нужников. "Посланный Божий Федор" Подшивалов много внимания уделял религии. Он объявил христианство ложным учением, а Христа - врагом рода человеческого. "Все наши законы взяты от Иисуса Христа, ибо они основаны на мучении". Таков вывод пророка-богборца.

"Какими я должен почитать родителей своих? Не иначе, как медведями и извергами детей своих, ибо они сизмальства вколачивали нам в голову такую чепуху, что есть сатана, который будет нас варить в котлах. За что же, спроси? Чтобы повиновались здесь своим господам, которые и на этом свете не забывают нас потчевать дубиной! Это для того еще было сказано, чтоб удобнее всякого, в Христа верующего, привести к повиновению господам и чтоб они (крестьяне. - И. П.) без всякого упорства мучались. Для чего так чудесно родился Христос? Для того только, чтобы быть

мучиму и распяту и чтобы весь род человеческий пострадал, подобно ему. Только он мучался, может быть, 12 часов, а весь род человеческий должен мучим быть 1829 лет и семь месяцев. Хорошо же он над нами подшутил! Мучитель, долго ли еще будешь путать род человеческий в своих сетях и еще будешь их слепить, как лягушек болотных?"

Подшивалов призвал угнетенных не надеяться ни на Бога, ни на черта, а только лишь на самих себя. Он отрицал загробную жизнь и бессмертие души. "А душа во время твоего последнего издыхания останется в воздухе и превратится в ничто". Он отрицал христианское всепрощение как вредное для человеческого достоинства. "Мы не должны терпеть от равного себе какой-нибудь обиды. Когда кто тебя ударит в ланиту занаспрасно, тут не оставляй должникам нашим, а отдай ему такожды, как он тебе. Если кто кого на этом свете лишит жизни, то есть убьет или другим каким образом умертвит, такожды и сам заплатить должен". Библейского Ноя Подшивалов ругает "хмельным стариком", а Иисус для него не Бог, а историческая личность - обманщик и злодей.

В "Новом свете" исчезнут пороки. "Как только избавится народ от терпимого им ига, тогда никто не должен будет лгать, ибо в том никому нужды не будет. Все равны и подобны друг другу, как братья родные. Если ты столько самолюбив и желаешь, чтоб тебе поклонялись, обрати на себя их внимание твоими хорошими качествами, хорошими наставлениями, полезными советами, ибо насильно заставить любить и почитать себя никак не можно, даже сама натура тому противится".

Федор Подшивалов был против насильственного изменения жизни. "Только прошу вас моим Богом, равно и вашим, не бунтоваться". В море крови, которое прольется в результате бунта, "рыбе хорошей водиться никак не можно". Отчего эта вода красна и солонна, отчего мутна? От непростещения, говорит Подшивалов. Нужно обрести "свободу внутреннюю и душевную" и перестать подчиняться своим господам, всем перестать на них работать. Так, за несколько десятилетий до европейских анархо-синдикалистов русский крестьянин Федор Подшивалов выдвинул идею всеобщей забастовки.

ИНТЕРЕСНО, что никто из слушателей Подшивалова не донес на него. Он сам на себя донес. В мае-июне 1830 года Подшивалов пишет Николаю Первому одно за другим три письма, в которых излагает мысли о путях переустройства жизни и предупреждает царя: "Если ты за благо не сочтешь мое уведомление, то тогда - прощай, плотина, и с мельником, на печи лежащим, - все портит и ломает. Тогда и мельник хватится, да поздно уже будет". Под мельником Подшивалов подразумевал царя, а под водой, прорывающей плотину, - народное восстание. Он пишет на конвертах свой адрес и ждет: "Пришли, Государь, за мной!" Сам же предчувствует кару и готов к ней: "Я знаю наперед, что не простят, а осудят на вечное мучение".

Вот о каком человеке докладывал Бенкендорф царю. Федора Подшивалова сослали в Соловецкий монастырь, где он провел девять лет. Местный архимандрит много сил потратил на его "увещание" и несколько раз уж было добивался раскаяния, но "онный Подшивалов", раскаявшись, снова начинал говорить "нелепости о бедствиях рода человеческого и в особенности страждущих от деспотизма".

Наконец, в 1839 году император Николай распорядился освободить Подшивалова из монастырской тюрьмы и вернуть владельцу. Но князь Лобанов-Ростовский наотрез отказался от такого "подарка" - он слишком хорошо знал своего повара и написал царю, что Подшивалов обязательно возьмется за свое и продолжит "развращать других крестьян". Царю не оставалось ничего другого, кроме как отправить Федора Подшивалова в Сибирь на вечное поселение. Следы его теряются.

Не знаю, где лежат твои кости, неугомонный вольнодумец, проповедник свободы и справедливости. Но чувствую в себе твой беспокойный дух!

25 июля 1830 года граф А. Х. Бенкендорф представил императору Николаю Первому доклад о лично им произведенном расследовании. "Считая себя вдохновенным свыше, подследственный говорит смело и без малейшей застенчивости о своем плане. Он отвергает Христа Спасителя, предлагает уничтожение веры христианской, расстраивает все связи гражданские и проповедует свободу состояний. Полагая, что свободное обращение подобно человека между простолюдными не может не поощрять к различным соблазнам, осмеливаюсь испрашивать высочайшего повеления на помещение его в какой-либо отдаленный монастырь под особое наблюдение местного духовного начальства, которому и поставить в обязанность обратить его благоразумными увещаниями на спасительный путь религии".

Царь, подумавши два дня, повелел: "Поместить в Соловецком монастыре под наблюдением духовного начальства". Начальству же этому приказано было рапортовать об успехах "увещания" не куда-нибудь, а в Святейший Синод, и делать это раз в три месяца.

Кто же этот неведомый богоборец, потрясатель устоев и возмутитель спокойствия? Декабрист? Вождь крестьянского восстания? Видный религиозный деятель, впавший в ересь? Нет, всего лишь крепостной повар князя Лобанова-Ростовского 36-летний Федор Подшивалов.

Свету в своей жизни не видел Федор с рождения. Отца его забрили в солдаты, и тот сгинул на царской службе. Мать побиралась на дороге до тех пор, пока хозяйственный мужик Иван Подшивалов не взял нищенку в работницы, а вскоре стал жить с ней, как теперь это называется, в гражданском браке. Малыш Федор получил фамилию приемного отца. Иван Подшивалов держал питейный дом в одном из сел в Смоленской губернии и расплачивался с помещиками звонкой монетой, но, когда семья выросла (родилось еще пятеро детей), денег стало не хватать. Приказчик нещадно избивал Подшивалова розгами, батогами, кнутом, и от этих побоев мужик слег в чахотку и помер.



АвтоОбоз

Страницу подготовил Андрей ЮЖАКОВ

Автоликбез

ЗАПРАВИТЬСЯ И НЕ СЛОМАТЬСЯ

Детонация. Если вам незнакомо данное явление, считайте себя счастличиком. Ведь это не что иное, как самовоспламенение в камере сгорания наиболее удаленной от свечи зажигания части топливоздушной смеси, горение которой происходит со взрывной скоростью.

Проявляется детонация в виде звонких стуков где-то внутри двигателя. Это и есть "взрыв" топливо-воздушной смеси и следующие за ним звуковые волны, вызывающие вибрацию стенок цилиндров, поршней, шатунов и так далее. Явление не только неприятное, но и опасное, потому что вызывает разбалансировку движущихся частей двигателя и выход его из строя. Неправильно выставленное зажигание, "левый" бензин, нагар в камере сгорания - вот основные факторы возникновения детонации.

У бензина есть такое понятие, как "детонационная стойкость", и определяется она октановым числом. Существует два метода определения этого числа: исследовательский и моторный. Буква М в паспорте бензина говорит о том, что октановое число определено по моторному методу, буква И - по исследовательскому. И они существенно различаются. Например, бензин АИ-92 по моторному методу имеет октановое число 85, по исследовательскому - 92.

Кстати, если есть калькулятор, то практически каждый владелец автомобиля может определить, топливо с каким октановым числом ему требуется для нормальной езды по простой формуле: $125,4 - (413 : \text{степень сжатия}) + 0,183 \times \text{диаметр цилиндра (мм)}$. Обращаем внимание, что разделить надо на степень сжатия, а не на компрессию.

Здесь мы подходим к самому главному и интересному - к способам повышения октанового числа. Тут все прозаично и банально: в 95 случаях из ста так называемое повышение нечистыми на руку заправщиками производится при помощи грязного оцинкованного ведра и налитой в него жидкости, именуемой тетраэтилсвинец. Воровато и с оглядкой. Название присадки сути дела не меняет. Это может быть и тетраметилсвинец, и что угодно. Что есть в наличии, что удалось урвать в надежде на быстрое и скорое обогащение, потому что здесь прибыль даже не по



Марксу - 300 процентов, а все 500, 800 и более. Это так, к слову, теперь немного конкретнее. Получать высококачественный бензин можно разными способами: а) подбором исходного сырья для переработки; б) изменением технологии переработки; в) вводя в бензин

антидетонаторы. Последний способ и есть та самая пресловутая сверхприбыль.

Тetraэтилсвинец использовался в просторах Родины всегда. В последнее время, правда, его применение начали запрещать, особенно в крупных городах. Он представляет собой густую бесцветную жидкость, очень легко и практически мгновенно растворяющуюся в нефтепродуктах, но не в воде. В чистом виде тетраэтилсвинец использовать нельзя, потому что находящийся в составе этой присадки свинец оказывает негативное и довольно пагубное воздействие на все внутренности двигателя: камеру сгорания, поршни, клапаны. Tetraэтилсвинец должен применяться вместе с так называемым выносителем свинца, чтобы образующиеся при сгорании топлива летучие вещества удалялись вместе с отработанными газами. Но так и должно быть. А на самом деле?

На самом деле, как уже говорилось, в бензин для повышения октанового числа добавляют "просто" тетраэтилсвинец. Ни о каком выносителе многие заправщики и слыхом не слыхивали. Свечи зажигания в своем двигателе давно выкручивали - смортели? Хорошо бы это делать еженедельно, чтобы знать, на чем едешь. Как узнать? Все просто. Смотрим на цвет центрального керамического изолятора. Он должен варьироваться в светлоромановом диапазоне. Если же вы обнаружили на изоляторе что-то красноватое - вот вам наглядный пример применения железосодержащих присадок для повышения октанового числа. Такие свечи зажигания ремонту или восстановлению уже не подлежат. Да, их еще можно использовать, но только в летнее время года, и то надо внимательно смотреть, насколько далеко зашел процесс покраснения.

А перебой в искрообразовании можно "прочитать" таким образом: одна искра бьет нормально - с центрального на боковой электрод, а вторая искра бьет тоже на боковой электрод, но в его основание. Естественно, о каком качественном поджиге топливо-воздушной смеси можно тут говорить?

Мотай на ус

ПОГРЕМУШКА

"За рулем"

Спросите у любого владельца "Самары", что его больше всего раздражает в автомобиле. И вам сразу скажут: грохот обивки! Можно ли с ним бороться? Можно и нужно. Но тут с человеком начинают происходить чудеса...

Как только владелец "погремушки" обращается в сервис по поводу шума, ему тут же радостно сообщают: "А-а, так вам сделать дополнительную шумоизоляцию? Пожалуйста, с нашим удовольствием!" Далее следует перечисление необходимых средств и материалов.

На какую сумму? Твердого прецедента цен нет, но цифра будет весьма внушительная - никак не меньше 200 долларов. Скромным "самаровладельцам" не всегда по карману. Честно говоря, сумма вполне оправдана. Чтобы установить шумоизоляцию "по полной программе", надо снимать переднюю панель, сиденья, обивку дверей и крыши, ковровин с пола. Затем поверхность внутренних панелей кузова надо очистить от грязи, тщательнейшим образом обезжирить и только после этого наклеить шумопоглощающий материал. Так что придется все-таки раскошелиться.

Но! Вы уверены, что вам нужна эта самая шумоизоляция? Дело в том, что этим термином у мастеров обозначена работа по изоляции салона от ВНЕШНЕГО шума, а вовсе не внутреннего! Отсюда совершенно понятно, почему спустя месяц (а то и раньше) в салоне образуется прежний грохот. Клиенты обижаются... Кстати, "тихий" месяц случается из-за того, что мастера переустанавливают панель - основной источник звуков: стыки немного смещаются, и на какой-то срок зазоры почти исчезают. А потом все разбалтывается по новой!

Отсюда вывод: прежде чем раскошелиться, надо провести в сервисе тщательную подготовительно-объяснительную работу...

Конечно, можно все проделать и самостоятельно, особенно если у вас есть опыт по ремонту и толковая книжка по сборке-разборке "Самары". Для энтузиастов напомним порядок работ.

В первую очередь "обрабатывают" внутреннюю сторону крыши. Затем - двери, арки колес, пол, внутренние поверхности капота и багажника.

Можно дополнительно обклеить материалом на тканевой основе пластиковые накладные стоек крыши, панели дверей, арки задних колес, обивку потолка. Но это делается скорее для эстетики, чтобы автомобиль выглядел дорожее, чем он есть на самом деле. Мастера уверяют, что после оклеивания ткань перестает скрипеть передняя панель - не верьте им. Это все временно...



Кстати, можно обойтись и упрощенным вариантом внутренней шумоизоляции. Народным.

Итак, основная причина ваших проблем - панель. На "Самарах" она делается из твердого (гремучего) пластика, а не из пористого (вспененного) композитного материала, который применяется в иномарках. Для того, чтобы "смягчить" зазоры, вам вполне подойдет испытанное в массах хозяйственное средство, продающееся на рынках и в хозяйственных магазинах - самоклеющийся уплотнитель для окон. Он бывает пенополиуретановый или полый резиновый и, к сожалению, светлый.

Теперь - начать и кончить, т.е. снять панель, вытащить все съемные детали и оклеить их снизу по периметру уплотнителем. Жаль только, что для мелких деталей типа регулятора температуры уплотнитель не подходит: толстоват (некоторые умельцы хитрят, используют застывающий силиконовый гель...)

Так же точно имеет смысл оклеить и дверные панели.

Новости автомира

1000 ФУНТОВ ЗА РАЗГОВОР

С 1 декабря в Англии вступят в силу новые штрафы за разговор по мобильному телефону в автомобиле. 1000 фунтов придется выложить тому, кто будет замечен полицией за разгово-

вором во время движения. Более того, планируется ввести санкции даже против тех, кто просто держит телефон в руке во время управления автомобилем.

ВАЗ РАСШИРИТ ЦВЕТОВУЮ ГАММУ



В 2004 году отдел цвета материалов и декоративных покрытий Научно-Технического Центра ОАО "АВТОВАЗ" порадует потребителей автомобилей ВАЗ новыми цветами - "неметаллика-

ми". Это вишневый "романс", серо-голубой "садко", два зеленых - "кедр" и "бальзам". Всего же появилось 30 совершенно новых цветов. В гамме красных цветов было предложено 4 новых оттенка. В зеленой будут предложены "соchi" и "цунами". В гамме синих цветов появятся "ривьера", "гейзер", "капри". Это будет совершенно новая группа. Будет много оттенков между синим и зеленым. Дополнительная гамма оттенков представлена цветами "аккорд", "престиж", "кварц". На прошедшем Вологодском автосалоне посетители уже могли увидеть автомобиль ВАЗ, окрашенный цветом "кварц".

УАЗ ОТКАЗЫВАЕТСЯ ОТ КАРБЮРАТОРОВ

Ульяновский автозавод собирается прекратить выпуск грузовиков и автобусов с карбюраторными двигателями для российского рынка. Карбюраторные моторы будут устанавливаться только на экспортные УАЗы, поставляемые в страны третьего мира, например, Вьетнам, где пока еще нет экологических норм Евро-2. В настоящее время, сообщили представители завода, на УАЗе идет работа над

новыми моделями: микроавтобусом и новым внедорожником УАЗ-3163 (он будет выпускаться со следующего года и продаваться по цене 8-9 тысяч долларов), который получит дизель Common Rail. Их обещают показать на Московском автосалоне. Кроме того, из Ульяновска на выставку приедет дизельный грузовик УАЗ-2360 и внедорожник 3162 с 200-сильным турбомотором.

КОТА ЗАСУДИЛИ ЗА УЩЕРБ АВТОМОБИЛЮ



По решению суда, трехлетнему коту по кличке Ники из германского города Падеборна запрещено покидать дом с десяти часов вечера до шести утра. Причина столь сурового приговора - нанесение ущерба автомобилю. Судебное разбирательство началось после получения жалобы от соседней хозяйки кота. Соседка утверждала, что ежедневно во время ночных прогулок он имел обыкновение забираться на крышу ее автомобиля, оставляя на блестящей поверхности новенького автомобиля Toyota следы своих кошачьих лап. Несколько раз соседка устраивала засаду, надеясь поймать вредителя, но тому удавалось ретироваться. Как сообщила сама заявительница, её терпение лопнуло после того, как на крыше машины начали появляться еще и глубокие царапины. После этого она попыталась полюбовно договориться с хозяевами кота. Однако из этого ничего не вышло, и тогда она отправилась в суд. Суд, изучив представленные доказательства вины Ники, включая отпечатки его лап, приговорил кота к бессрочному домашнему аресту. За его нарушение хозяевам угрожает штраф в сумме 100 долларов.



То ли
дождь,
то ли
снег...

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ
ПРОГНОЗ
на 19 - 21 июля

19 июля. Температура
ночью +11°, днем +18°.
20 июля. Температура
ночью +14°, днем +18°.
21 июля. Температура
ночью +13°, днем +19°.

НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ
ПО ГЕОФИЗИЧЕСКИМ
ФАКТОРАМ ДНИ

19 июля с 15 до 17 часов
23 июля с 8 до 11 часов
28 июля с 11 до 13 часов

ТАКОЙ ВОТ АНЕКДОТ



Идет набор в милицей-
скую школу. Секретарь ко-
миссии спрашивает у мо-
лодого кандидата:

- Вы едете по пусты-
нной, ночной дороге
и вдруг замечаете, что вас
догоняет со скоростью
100 км в час автомобиль с
бандой вооруженных пре-
ступников. Ваши дейст-
вия?

Кандидат (немного по-
размыслив):

- Увеличиваю скорость
до 120 км в час.

Каждый день на рынке
азербайджанцы продают
помидоры. Потом прихо-
дит ОМОН и топчет поми-
доры. После того как
ОМОН уходит, азербайд-
жанцы возвращаются и
продают кетчуп.

В споре с женщиной
последнее слово может
сказать только эхо.

Начальник отдела уст-
раивает разнос служаще-
му, который все время
опаздывает. Тот оправды-
вается:

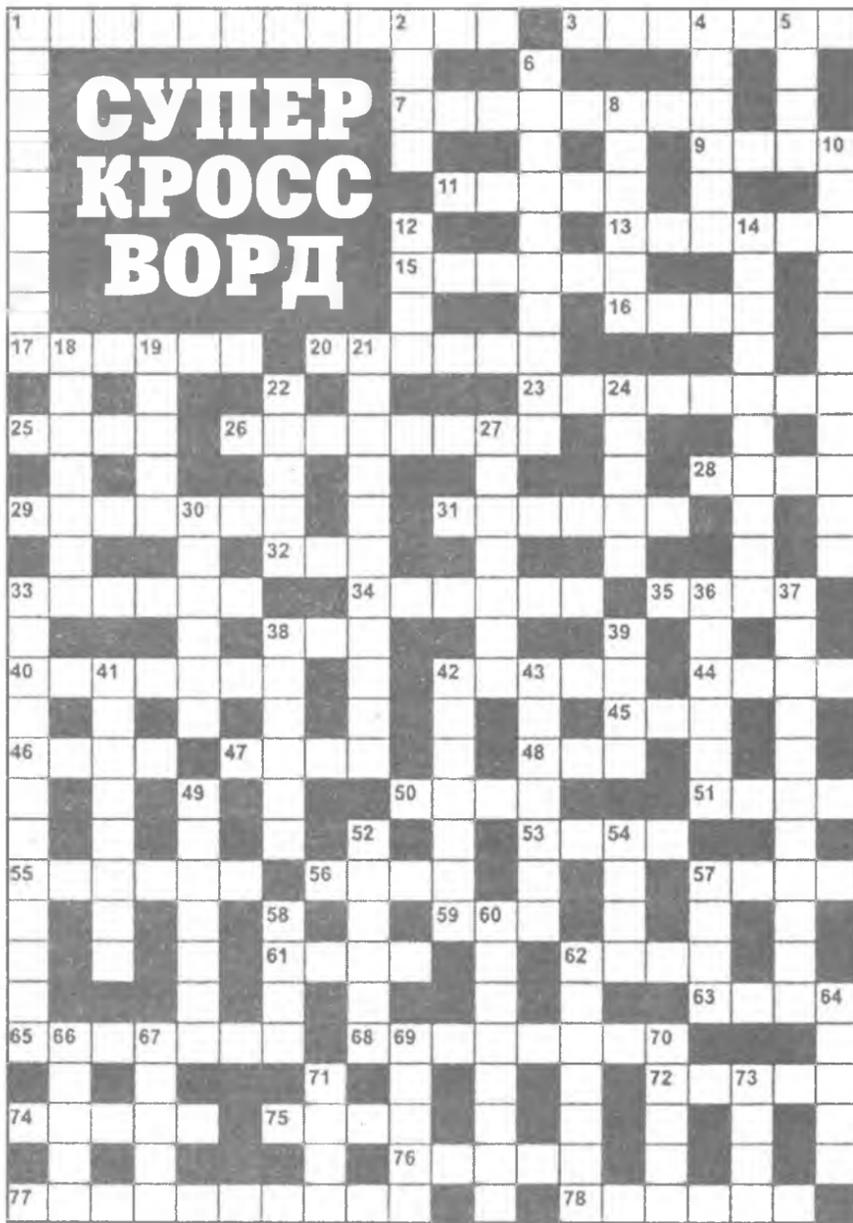
- Понимаете, у меня
маленький ребенок, кото-
рый все время плачет и не
дает мне спать.

- Не дает вам спать? -
саркастически переспра-
шивает начальник. - Тогда
почему бы вам не прине-
сти его с собой в офис?

Жена приносит домой
ливерную колбасу.

- Зачем ты ее купила? -
спрашивает ее муж. -
Этой колбасой теперь
кормят только домашних
животных.

- Знаешь, дорогой, -
не гавкай!



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. "По-настоящему" близкая женщина. 3. "И" вместо Иванов. 7. Его монеты не для покупок. 9. Третий танкового батальона. 11. Трубка, проткнувшая этажи. 13. Протяжное произношение. 15. Старт в противовес финишу. 16. "Язык" колокола и ночного стража. 17. Армия со щитами и мечами. 20. "Звездность" офицера. 23. Заведение, снятое под банкет. 25. Певца, "Иногда" поющая. 26. "Ташилка" копы сена. 28. Дошкольное воспитательное учреждение. 29. И пемза, и наждак. 31. Летопись в рулоне. 32. Так назывался первый советский грузовик. 33. Дерево- "культуристка" из русской народной песни. 34. Мозаичное окно собора. 35. "Молочный" мужичок. 38. "Километраж" Жюль Верна. 40. Закомплексованная физкультура. 42. "Второе рождение" огурцов. 44. Положение тела и его частей. 45. Крошево в остром соусе. 46. Нитка жемчуга. 47. Статья свободного полета. 48. Вяленый к пиву. 50. Горькая для самурая. 51. Попугай, которого озвучил Геннадий Хазанов. 53. Без нее не побеседуешь. 55. Джип из ирокезов. 56. "Прихожая" кинотеатра. 57. Корень, что редки не слаще. 59. Бобы вместо мяса. 61. Пробоина в трюме. 62. Ареал за колючей проволокой. 63. Клетчатый укрыватель колен. 65. Церковный авторитет. 68. Позер перед художником, скульптором. 72. "Гостевание" под стенами крепости. 74. Равнина почти под облаками. 75. Карты не для картежников, а для магов. 76. Базар в мировом масштабе. 77. Кувыркание на манеже. 78. Стол-трибуна в церкви.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Для него все бабы - фру. 2. Праведник из чрева кита. 4. Апельсин в широком смысле. 5. Детский или женский голос. 6. "Объективный" аппарат оператора. 8. "Монстр" на грязных руках. 10. Пловец с дыхательным аппаратом. 12. Имя русской императрицы, племянницы Петра I. 14. Арифметическая или геометрическая. 18. Жердь из упряжки. 19. Баня со скандинавским паром. 21. Прилив творческих сил. 22. Плодородный слой. 24. Бархатный или охотничий. 27. "Крошка" шпика со сковородки. 30. Лектор, нагоняющий тоску. 33. "Выведение на чистую воду" - одним словом. 36. Каникулы работяги. 37. Дума, мысль. 38. Сосед тайландца. 39. Ветровка ниже колен. 41. Клип по сути. 42. Железная "штора" СССР. 43. Паутина, сотканная языками. 49. Закоулок в хате. 52. "Патронташ" Амура. 54. Жидкое, детское, хозяйственное. 57. Рулады сновидца. 58. Знак остановки. 60. Захватчик с чужой земли. 62. Запор в виде задвижки, щеколды. 64. "Маскарад" М. Лермонтова. 66. "Нары" в русской парной. 67. Лимонад в рифму с "метро". 69. Вече в Элладе. 70. Квакушкин бугорок. 71. Окрас, сливающийся с природой. 73. Телефонное приветствие.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Бессребреник. 3. Словарь. 7. Выходной. 9. Скат. 11. Люкс. 12. Второе. 14. Чепрак. 15. Анод. 16. Аромат. 19. Ямал. 22. Новикова. 25. Вкус. 26. "Добролет". 28. Овал. 29. Самогон. 31. Шкалик. 32. Иго. 33. Гагара. 34. Ватсон. 35. Эльм. 38. Оса. 40. Лауреат. 42. Пьеса. 44. Дядя. 45. Пан. 46. Шлем. 47. Буре. 48. Кюи. 50. Сито. 51. Клип. 54. Сеул. 55. Брюзга. 56. Волк. 57. Джаз. 59. Альт. 62. Тема. 63. Рома. 64. Пляс. 66. Аронакс. 69. Синоптик. 73. Оскар. 75. Кривотолки. 76. Грань. 77. Ахилл. 78. Дали. 79. Дружба.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Брызгалка. 2. Наволочка. 4. Войско. 5. Рама. 6. Консервант. 8. Неявка. 10. Треух. 13. Радиосвязь. 17. Реклама. 18. Место. 20. Маринование. 21. Козни. 23. Ватин. 24. Атлас. 27. Емкость. 30. Гермес. 33. Гуляш. 36. Ледник. 37. Модификация. 38. Отпуск. 39. Папирус. 41. Увертюра. 42. Парилка. 43. Едкость. 49. Цигейка. 52. Обивка. 53. Космос. 57. Драп. 58. Атос. 60. Ледостав. 61. Трутень. 65. Солоха. 67. Рерих. 68. Навал. 70. Ичиги. 71. Копер. 72. Ялта. 74. Корж.

О чем пишу

ЗАТО ВОЗДУХ СТАЛ ЧИЩЕ...



Вот уже несколько дней жители Нью-Дели проводят в дороге по несколько часов в день и, как видно на снимке, не в самых комфортных условиях. Дело в том, что количество автобусов (а это единственный вид общественного транспорта в многомиллионном городе) с первого апреля сократилось в пять раз. Случилось это после того, как муниципальные власти, решив побороться за чистоту воздуха в городе, запретили с первого апреля выезд на линию всех автобусов, кроме тех, которые используют в качестве топлива сжиженный газ. Впрочем, решение было принято еще 30 сентября прошлого года, но его последствия стали очевидными только в День дураков. Наверное, у чиновников всех стран в мире не принято заглядывать так далеко вперед.

СТОЛЕТНИЙ ЮБИЛЕЙ ТРАНСПОРТА БУДУЩЕГО

Монорельсовая дорога - транспорт будущего. Под этим лозунгом власти многих больших городов разрабатывают планы строительства подобных электричек.

Считается, что этот вид транспорта сможет решить все проблемы современных мегаполисов. В частности, в Москве планируют построить ветку, соединяющую аэропорт Шереметьево с городом. Весьма вероятно, что это поможет пассажирам, но возлагать особые надежды на монорельс все-таки не стоит. Например, монорельсовая дорога недавно отметила столетний юбилей, и хотя подвесная дорога исправно функционирует большую часть этого времени, но отнюдь не решила проблем с общественным транспортом немецкого города Вуппертала.

ДОРОГАЯ ИГРУШКА

В Сиднее открылась выставка под символическим названием Big Boy Toys, что можно приблизительно перевести как "Игрушки для больших парней". Среди множества экспонатов особое внимание публики вызвала модель под названием Skycar - своеобразный гибрид автомобиля и самолета. Автор этого любопытного изобретения американец Пол Меллер потратил на воплощение своей идеи в жизнь более сорока лет и двухсот миллионов долларов. Сейчас опытный образец Skycar проходит испытания в американской армии, но создатель нового вида транспорта уверен, что его детище найдет себе применение не только у военных. По его словам, уже через 10 лет более четверти всех жителей Земли будут регулярно пользоваться "автолетом". Насколько точны эти прогнозы, мы узнаем через 10 лет.

ЕШЬ ЖЕЛЕЗО, ПОКА ГОРЯЧО

Главный санитарный врач России Геннадий Онищенко подписал постановление, по которому с 1 января 2004 года мука отечественного производства должна будет обогащаться железом. Он

объяснил, что это нововведение связано с нехваткой железа в рационе россиянина, из-за чего за последние 10 лет в два раза больше людей стали страдать малокровием. Подобная мера уже применяется в некоторых странах, правда, в тех, где дефицит Fe у граждан превышает 30 процентов. В России же этот показатель в два раза ниже. Кроме того, по словам медиков, дефицит железа испытывают только россиянки. У мужчин же такого рода "лечение" может привести к неблагоприятным последствиям: переизбыток железа увеличивает вероятность раковых заболеваний. Избегать мучного придется и страдающим гемохроматозом: пирожные для них станут не лакомством, а угрозой цирроза печени и диабета.

ДОМАШНИЙ ЯЩЕР



Один из ведущих производителей игрушек концерн Тому Со. ознакомил публику со своими планами на ближайший год. Хитом сезона, по мнению японских игрушкостроителей, должна стать миниатюрная модель ящера. При всей своей миниатюрности она все-таки имеет более метра в длину и, по уверениям ее создателей, обладает искусственным интеллектом. Электронный мозг рукоятворному чудовищу будет хватать для того, чтобы кусаться и оглушительно реветь, если ее хозяин недостаточно внимательно относится к электронному питомцу. Будет ли входить в комплект игрушки поводок и намордник, пока

не известно, но маркетологи уверяют, что новинка будет пользоваться огромным спросом. В магазинах игрушка появится к ноябрю и будет стоить около 120 долларов, так что, если хотите быть укушенным, копите деньги.

ДЕНЬ СЛОНА



Служители индийского храма Гурувайр решили построить своим священным слонам настоящие каникулы. Животным, содержащимся на территории храма, прописали шикарную диету и устроили грандиозный банный день. Их откармливают гигантскими шариками свежесваренного риса, земляными орешками и семенами различных трав. К тому же слонам дают дозы необходимых минералов и витаминов. Помимо этого монахи решили застраховать стадо из 62 животных, считающееся самым большим из живущих в неволе. Сумма, которую будут выплачивать служителям храма в случае, если животное умрет, составляет 200 долларов. И страховая компания уже понесла убытки: после заключения сделки умер один из ветеранов слоновьего братства. Столь трепетное отношение к слонам обусловлено тем, что они приносят храму неплохие доходы. По индийскому обычаю, животные дают благословение страждущим, а за это благословляемый должен сделать пожертвование в казну храма.