

ДОБРУШСКИ КРАЙ

№96 (10106)

ПРЫЕМНАЯ НАВИНА



Добрушкаму раёну – 85 год

Паважаныя жыхары раёна!

Віншуем вас з юбілеем – 85-годдзем з дня ўтварэння раёна.

Для кожнага з нас гэта не проста знамянальная падзея. Гэта, перш за ўсё, наша паўсядзённая праца, радасці і выпрабаванні, наш лёс, наша біяграфія. 85 год для гісторыі – усяго толькі імгненне, але для нас гэта час станаўлення і росту, які дзаволіў раёну заняць сваё годнае месца сярод іншых раёнаў нашай вобласці. Апошнія дзесяцігоддзі сталі надзвычай важнымі. Нягледзячы на няпростыя эканамічныя ўмовы гэта былі гады дынамічнага развіцця, калі стваралася сучаснае аблічча горада і раёна. Дзякуючы шматгадовай плённай самаадданай працы жыхароў добрушкай зямлі пракладзены шматлікія кіламетры новых дарог, пабудаваны школы, стадыёны, Дамы культуры, прыгожыя жылля дамы. Усе гэтыя значныя змены, вядома, з'яўляюцца і плёнам вашай сумеснай працы, паважаныя жыхары Добрушчыны.

Галоўным здабыткам роднай зямлі заўсёды былі, ёсць і будуць людзі працы. Раён жыве і развіваецца ва ўсіх галінах сацыяльнай сферы дзякуючы ўдзелу сельгасвытворцаў і фермераў, будаўнікоў і прадпрымальнікаў, настаўнікаў і медыцынскіх работнікаў, работнікаў жыллёва-камунальнай гаспадаркі і культуры, фінансістаў і юрыстаў, дэпутатаў і кіраўнікоў. Нізкі паклон вам, дабрушане! Вялікая ўдзячнасць нашым ветэранам вайны і працы, якія ўклалі часцінку сваёй душы і прысвяцілі жыццё росквіту роднага краю.

Сардэчна віншуем усіх са святам! Жадаем жыхарам раёна здароўя і сямейнага дабрабыту, удачы ва ўсіх добрых справах і пачыненнях, а добрушкай зямлі – далейшага росквіту!

Раённы выканаўчы камітэт
Раённы Савет дэпутатаў



Перамагаць – з добрым сэрцам

На мінулым тыдні на базе КСУП "Брылёва" былі падведзены вынікі фестывалю "Працоўны семестр – 2011".

Паводле даных абласнога камітэта БРСМ, на Гомельшчыне сёлета дзейнічала 394 маладзёжныя атрады, у склад якіх уваходзілі каля 12 тысяч чалавек. У экалагічных, будаўнічых, сельгасаспадарчых атрадах працавалі вучні школ, навучэнцы ПТВ, студэнты, падлеткі, якія знаходзяцца на ўліку ў інспекцыях па справах непаўнагадовых.

Напярэдадні фестывалю госці і арганізатары мерапрыемства наведалі з экскурсіяй КСУП "Брылёва", прынялі ўдзел у круглым сталё на тэму "Студэнцкае лета: вынікі, праблемы і рашэнні". У час урачыстага мерапрыемства больш чым з 60 прэтэндэнтаў былі абраны пераможцы фестывалю ў 20 намінацыях. У намінацыі "Лепшы камандзір валанцёрскага атрада" перамагла дабрушанка, камандзір валанцёрскага атрада гарадской САШ №2 "Добрае сэрца" Святлана Барсукова. Яна адзначана граматай абкама БРСМ і сувенірам.

Сяргей ЧАЙДАК

Вниманию жителей г. Добруша и района!

10 декабря в районном Доме культуры имени Куйбышева состоится торжественное собрание и праздничный концерт в честь 85-летия со дня образования Добрушского района.

В программе праздника:

- фотовыставка;
- выставка картин художников-уроженцев Добрушского района;
- выставка работ мастеров декоративно-прикладного творчества;
- работа буфетов.

Начало в 12.00. Вход свободный
ПРИГЛАШАЕМ НА ПРАЗДНИК!

Оргкомитет

КОРАТКА

◆ У Беларусі будуць публічна абмяркоўвацца праекты заканадаўчых актаў, якія могуць аказаць істотны ўплыў на ўмовы прадпрымальніцкай дзейнасці. З гэтай мэтай ствараюцца грамадска-кансультатыўныя (экспертныя) саветы, паведамлі ў адзеле сувязей з грамадскасцю Міністэрства эканомікі.

◆ Суб'екты гаспадарання Беларусі, якія ажыццяўляюць знешнеэканамічную дзейнасць, павінны да 1 студзеня 2012 года

пацвердзіць бяспеку сваёй прадукцыі сертыфікатамі па адзінай для ўсіх краін Мытнага саюза форме. Аб гэтым паведамлі ў Дзяржаўным мытным камітэце Беларусі.

Такім чынам, з 1 студзеня 2012 года не будуць прымацца да разгляду дакументы, якія пацвярджаюць бяспеку прадукцыі, што падлягае дзяржаўнай рэгістрацыі ў рамках санітарна-эпідэміялагічнага заканадаўства Мытнага саюза, але выдадзены ў адпаведнасці з нацыянальным заканадаўствам. Таму вытворцам трэба перааформіць

нацыянальныя дакументы на пасведчанні аб дзяржаўнай рэгістрацыі па адзінай форме.

◆ У Беларусі будзе ўдкладнены пералік асоб, абавязаных па законе прадстаўляць дэкларацыі аб даходах і маёмасці. Гэта прадугледжана папраўкамі ў закон аб барацьбе з карупцыяй, які ўжо прыняты дэпутатамі ў другім чытанні, паведаміў старшыня Пастаяннай камісіі Палаты прадстаўнікоў па нацыянальнай бяспецы Ігнацій Міс урагін.

Паводле БелТА

ПОЗДРАВЛЯЕМ

с 90-летним юбилеем дорогую маму
Анну Яковлевну
ГРУДОВЕНКО

Чудес на свете не бывает,
И юность не вернуть назад.
А годы, словно льдинки, тают,
Но стоит ли о них вздыхать?
С годами женщина мудрее,
И в ней другая красота,
И поступь гордая, и статность
Очарования полна.

Чтоб дольше это сохранить,
Желаем счастливо прожить,
Не волноваться, не грустить,
А главное – здоровой быть!

Сыновья Александр, Василий
и их семья

ДОБРУШСКИ КРАЙ

Цена подписки

месяц 8900 руб.

квартал 26 700 руб.

www.dk-smi.gomel-region.by

Оставайтесь с нами!

Индекс
64176 (инд)
63994 (вед)

СРЕДА

8 страниц
Больше страниц – больше информации о жизни района

СУББОТА

12 страниц
Деловой вестник
+ ТВ-программа, реклама

ISSN 2073-1000



ПОГОДА

Долгота дня 7.53
Луна

7, 8 декабря – в Тельце,
9, 10 – в Близнецах

Полнолуние
10 декабря

8 декабря

НОЧЬЮ около 0
ДНЕМ 0...+2
Сплошная облачность.
Без осадков.
Ветер юго-восточный, 3-5 м/с

9 декабря

НОЧЬЮ около 0
ДНЕМ +0...+2
Сплошная облачность.
Небольшой мокрый снег.
Ветер юго-западный, 2-4 м/с

В ОБЛИСПОЛКОМЕ

Откуда у воровства ноги растут

Низкий доход — одна из причин, толкающих человека на совершение преступления. Повысив уровень жизни, можно ожидать улучшения криминальной ситуации, отмечалось на еженедельном аппаратном совещании в облисполкоме, которое вел губернатор Владимир ДВОРНИК.

ПРАВООРЯДОК. На минувшей неделе в области зарегистрировано 272 преступления, в том числе 1 убийство, 7 тяжких телесных повреждений и 211 краж, проинформировал **начальник УВД облисполкома Валерий Полищук**. Несмотря на усиленное внимание, которое сегодня уделяется вопросам профилактики хищений на объектах агропромышленного комплекса, строительства, жилищно-коммунального хозяйства, количество совершенных преступлений не сокращается. «Необходим серьезный анализ: насколько складывающаяся криминальная обстановка в районах зависит от уровня доходов населения. Полагаю, что связь эта прямая, — считает председатель облисполкома. — Там, где думают о повышении эффективности производства, увеличении зарплаты, а также принимают меры по сохранности собственности, кражи большая редкость».

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ. На территории области зарегистрировано 17 пожаров, к счастью, обошлось без человеческих жертв, доложил **первый заместитель начальника областного управления МЧС Игорь Коржов**. В прошлом году за аналогичный период в 45 пожарах погибло 6 человек, а всего в декабре 2010 года огонь унес 48 жизней. Трагическую роль тогда сыграли и погодные условия (календарная зима началась с морозов), и недостаточная в определенной степени профилактическая работа. Сегодня

предпосылок к такому развитию событий нет, считают спасатели, — регулярные проверки смотровых комиссий дисциплинируют людей, заставляют задумываться о собственной безопасности.

Владимир Дворник потребовал усилить работу по привлечению закупленной на бюджетные средства спецтехники для сноса пустующих ветхих домов в населенных пунктах. «Чем меньше таких аварийных объектов, тем легче работать спасателям и безопаснее жить местному населению», — подчеркнул губернатор.

ЭКОНОМИКА. Рентабельность промышленного производства на Гомельщине выросла до 10,2%, что является лучшим результатом среди других регионов республики, сообщила **председатель комитета экономики облисполкома Эльвира Карницкая**. Сокращается внешняя дебиторская задолженность. Сегодня она составляет 11,1 миллиона долларов США (при задании на конец года не более 13 миллионов). Продолжается процесс налаживания кооперационных связей между предприятиями области. Так, с начала активной работы в этом направлении уже освоены 32 товарные позиции, ранее закупаемые у иностранных производителей, на общую сумму более 2 миллионов долларов США. Выпуск деталей и комплектующих налажен на предприятии города Гомеля. Также в работу по кооперации включились

Рогачевский, Светлогорский и Житковичский районы.

Сокращается число убыточных предприятий. Сегодня в области таковых 72, однако планируется, что до конца года их количество уменьшится на 20. «Для нас важно каждое предприятие, — отметил председатель облисполкома. — Ведь это реальный сектор экономики. Именно от его работы зависит доходная часть бюджета, а значит, поддержка и развитие социальной сферы».

СЕЛЬСКОЕ ХОЗЯЙСТВО. Во всех районах наводится порядок на земле, проинформировал **председатель комитета по сельскому хозяйству и продовольствию облисполкома Валентин Бабок**. Вспахано на зябь 402 тысячи гектаров, что на 36 тысяч больше, чем в прошлом году. Ведется подготовка к весеннему севу, работа по обеспечению сельхозпредприятий минеральными удобрениями. В будущем году запланировано провести реконструкцию около 190 молочно-товарных ферм. В ближайшие дни завершится комплексное обследование этих объектов и будет определен объем работ. Подойти к реконструкции ферм Владимир Дворник попросил продуманно и ответственно: «Главная цель — увеличение объемов производства, резервы и возможности для этого есть».

ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ДИСЦИПЛИНА. По информации **начальника главного управления идеологической работы облисполкома Ирины Довгало**, количество выявляемых фактов нахождения людей на рабочих местах в нетрезвом состоянии постепенно сокращается. Если в августе было замечено 57 таких работников, то в ноябре — 35. При этом количество проверок мобильных групп не уменьшилось. Примечательно: если на начальном этапе к таким визитам на предприятиях относились мягко говоря, настороженно, то сегодня зачастую уже слышны слова благодарности. Люди отмечают, что благодаря работе мобильных групп удалось решить многие проблемные вопросы, в том числе и по созданию достойных условий труда.

Елена АЛЕНЧЕНКО, «Гомельская правда», 6 декабря 2011 года

НА КОНТРОЛЕ У ПРЕДСЕДАТЕЛЯ

Очередное аппаратное совещание у руководителя района Ольги Федоровны Мохоревой было посвящено наиболее важным направлениям в жизни района

Ратуем за порядок

Чрезвычайные происшествия

За прошедшую неделю на территории района не произошло ни одного пожара, проинформировал заместитель начальника районного отдела МЧС Сергей Казаков. Сельские смотровые комиссии проводят рейдовые проверки каждые 2-й и 4-й четверг месяца. Городская смотровая комиссия работает каждый вторник. Всего с начала года было обследовано более 1800 домовладений. Из всех выданных предписаний пока не исполнено 27.

Правопорядок

Как доложил начальник районного отдела внутренних дел райисполкома Василий Марченко, в районе за прошлую неделю возбуждено шесть уголовных дел, из которых раскрыто пять. В ходе обследования объектов сельскохозяйственных организаций был отмечен ряд нарушений. Так в ЧСУП «Тереховка-Агро» на строящейся ферме все въездные ворота необходимо закрывать на замки, а не на подручные запорные устройства. На том же сельхозпредприятии нуждается в дополнительном освещении междвор.

Нет освещения и на междворе в КСУП «Завидовское». Кроме этого, на рабочем месте сторож этого сельхозпредприятия был в нетрезвом виде. В таком же состоянии был сторож и на ферме «Веселовка» СПК «Круговец». На ферме «Усохи» ночью могут появляться нежданные гости из леса — волки. Сторож может защититься от серых разбойников только... фонариком.

Начальник РОВД райисполкома назвал работу руководителей сельхозорганизаций по сохранности имущества и предотвращению краж недостаточной.

Председатель райисполкома обратила внимание на то, что в некоторых хозяйствах области прослеживается следующая тенденция: чем ниже зарплата, тем больше число краж. Начальнику управления по труду, занятости и социальной защите райисполкома А. Кон совместно с отделом РОВД было дано задание провести анализ зарплат и числа краж в сельхозорганизациях нашего района.

Благоустройство

Наведение порядка на земле, вовлечение пустыщих участков в населенных пунктах района в севооборот, заплата дорог района от растительности — эти вопросы стали самыми обсуждаемыми за последний месяц в райисполкоме. Тема благоустройства актуальна не только для нашего района: во всей области и республике ведутся активные работы в этом направлении. Беларусь не один год называют страной чистоты и порядка. Довести эти показатели почти до совершенства, вовлечь как можно больше земель в севооборот, чтобы получать еще больше сельхозпродукции — одно из направлений политики государства.

На аппаратном совещании было детально рассмотрено проведение работ по благоустройству в нашем районе. Ольга Федоровна Мохорева выслушала подробный отчет об этом, высказала замечания о качестве работ. Председатель райисполкома обратила внимание сотрудников землеустроительной службы района на наведение порядка в фермерских хозяйствах: этот вопрос должен быть под пристальным контролем.

— Сегодня важнее благоустройства нет ничего, — подвела итог аппаратного совещания председатель райисполкома. — Работа ведется активная, контроль будет постоянный, и порядок мы наведем.

Ольга СЕЛЕЗНЕВА

АКЦИИ

Моладзь супраць СНІДу



У сусветны Дзень барацьбы са СНІДам на базе гарадской САН №2 па ініцыятыве аддзела па справах моладзі райвыканкама і райкама БРСМ прайшла акцыя «Стоп-СНІД».

У актавай зале школы сабраліся вучні 8 – 11 класаў. Да іх з прамовай звярнуўся выконваючы абавязкі першага сакратара райкама БРСМ Дзяніс Лапухой. Расказаўшы пра дзейнасць маладзёжнай арганізацыі, ён прадставіў увазе прысутных фільм пра мерапрыемствы, якія праводзіць БРСМ па ўсёй краіне.

Пра тое, што такое СНІД, колькі хворых на яго ў нашай краіне

і раёне, расказала педагог-арганізатар школы Святлана Барсукова. Больш падрабязна пра выпадкі захворвання на СНІД і меры яго прафілактыкі вучні даведаліся з дакументальнага фільма.

Каб замацаваць новыя веды, арганізатары акцыі раздалі школьнікам буклеты прафілактычнага зместу.

Сяргей ЧАЙДАК

ЭКСПРЭС-АПЫТАННЕ

Вы заўважаеце на нашых вуліцах, у дварах нецвярозых падлеткаў, людзей сталага ўзросту? Гэта з'ява не можа не хваляваць кожнага з нас, грамадства, усіх, хто глядзіць на жыццё цвярозымі вачыма. Мы становімся сведкамі алкагалізацыі насельніцтва. Калі прамаўляеце, працэс прыме незваротны характар.

Сваім суразмоўцам мы прапанавалі выказацца па агучанай тэме і вось што пачулі ў адказ.

Глядзець на жыццё цвяроза

Р.Г. КАЗЛОВА, пенсіянерка:

— П'янства і алкагалізм насельніцтва набывае пагражальныя маштабы. Грамадзяне перастаюць рэагаваць на п'яных, якія знаходзяцца побач з намі. Ідзе працэс прывыкання — і гэта дрэнна. Агульнавядома колькі слёз і гора прыносіць п'янства ў наша жыццё, а таму і змагацца з ім трэба ўсім. Зразумела, што біць трывога павінна не толькі сям'я, але і грамадства, улада, якія таксама не маюць права заставацца ў баку. Сама маю ўнукаў і задаволена, што яны пазбеглі гэтай заганы.

С.Я. ТАМАСОЎ, работнік ЗАТ

«Добрушскі фарфоравы завод»:

— Прайдзіце па вуліцах горада вечарам — атрымаеце прыкладнае ўяўленне пра маштабы бяды, якая напаткала значную колькасць грамадзян. Вельмі часта гэта маладыя дзяўчынкі і хлопцы. У іх наперадзе жыццё, стварэнне сем'яў, нараджэнне дзяцей. Але ці будзе ўсё гэта, калі не адмовіцца ад згубнай залежнасці. Зламаныя дошкі аб'яў, агароджы, дрэвы, дарожныя знакі, людскія жыцці — усё гэта вельмі часта — вынік празмернага ўжывання алкаголю. І вельмі добра, што раёнка пастаянна ўзімае набалелую праблему.

ПАДПІСКА-2012

Чатыры прычыны, каб выпісаць раёнку



Падпісная кампанія выйшла на фінішную прамую. Нядаўна мы наведалі ЗАТ «Добрушскі фарфоравы завод», дзе мелі гутарку з намеснікам генеральнага дырэктара па ідэалагічнай рабоце В.М. Зубком. Субсяседнік невыпадковы, калектыў завода пастаянна прымае актыўны ўдзел у падпісных кампаніях. Тут – самая вялікая колькасць падпісчыкаў на наша выданне.

– Васіль Мікалаевіч, ведаю, што па родзе сваёй дзейнасці гэта не першая падпісная кампанія, якую вы праводзіце на прадпрыемстве. Чым яна адрозніваецца ад папярэдніх?

– Скажаць, што адрозніваецца, нельга. Проста кожны раз узнікаюць нейкія нюансы. Нельга скідаць з рахунка і той факт, што патрабаванні чытачоў да той ці іншай газеты ўзрастаюць. У некаторай ступені гэтаму садзейнічае інтэрнэт, які пазвае цуды аператыўнасці (аб дакладнасці прамаўчу). А таму лічу, што аператыўнасць і дакладнасць падачы інфармацыі толькі павялічаць колькасць чытачоў.

– А як пабудавана работа з падпісчыкамі на вашым прадпрыемстве?

– У нас даўно і эфектыўна працуе інстытут грамадскіх распаўсюджвальнікаў. Дзякуючы актыўнай пазіцыі гэтых людзей, падпісныя кампаніі праходзяць арганізавана, але без фармалізму. Самых добрых слоў заслугуюць начальнік ліцейна-фармавацкага цэха І.У. Жыдзейкіна, намеснік начальніка жывапіснага цэха В.М. Мельнікава, тэхналаг сартавальнага цэха А.П. Раціцкая і іншыя грамадскія распаўсюджвальнікі.

Людзі яны паважаныя, а таму да іх слоў прыслухуюцца, што, безумоўна, дапамагае ў правядзенні падпіскі. Дзякуючы грамадскім распаўсюджвальнікам на 1 снежня 2011 года газету «Добрушскі край» выпісалі больш за 200 работнікаў прадпрыемства. Як вы разумееце, лічба гэта кожны дзень мяняецца.

– Якім выданнем аддаюць перавагу работнікі завода і чаму?

– Людзі выпісваюць і чытаюць практычна ўсе рэспубліканскія і

абласныя газеты, але самым папулярным выданнем з'яўляецца наша раёнка. Прычын бачу некалькі.

Першая – гэта тое, што ў кожным нумары раённай газеты адлюстроўваюцца праблемы і поспехі горада, раёна, арганізацый, устаноў, прадпрыемстваў, у тым ліку і нашага завода. Сярод герояў публікацый чытачы пазнаюць сваіх сяброў, сваякоў, знаёмых. Гэты фактар прыцягвае чытача да раёнкі, робіць яе сваёй, дамашняй.

Другая прычына ў тым, што газета з кожным нумарам прыбаўляе ў аператыўнасці, якасці і формах падачы матэрыялаў. Шмат публікацый тычыцца ветэранаў вайны і працы, гісторыі роднага краю. Друкуюцца кансультацыі на прававыя тэмы, медыцынскія парады, рэцэпты страў і г.д.

Трэцяя – аб'ём газеты дазваляе журналістам рыхтаваць тэматычныя старонкі самай рознай накіраванасці. Кожны чытач можа знайсці тэму, якая зацікавіць яго.

Чацвёртая – якасць і аб'ём газеты вельмі ўдала спалучаюцца з яе коштам. Я называю яго сацыяльным. Гэта значыць, што падпісца на раёнку можа кожны. Разумны кошт, безумоўна, уплывае на колькасць падпісчыкаў.

Сам я з'яўляюся вашым пастаянным чытачом, а таму маю права агучыць некалькі пажаданняў. Газета павінна быць больш калячай. Крытычных матэрыялаў не хапае. У той самы час кожны з чытачоў ведае, колькі яшчэ вакол нас хамства, безгаспадарчасці і бездухоўнасці. Усе гэтыя загані павінны вымятацца з нашага жыцця з дапамогай друкаванага слова.

Гутарку вёў
Леанід ДУБОУСКІ
Фота Яўгена УСЦІНАВА

ЗАСЕДАНИЯ

В четвѣрг в райисполкоме прошел координационный совет по охране историко-культурного наследия на территории нашего района. В работе совета принял участие главный специалист по охране историко-культурного наследия управления культуры Гомельского облисполкома

Сергей Васильевич Рязанов, председатели поселкового и сельских Советов, районного совета ветеранов войны и труда, профкома бумажной фабрики «Герой труда», сотрудники архитектуры, лесничества, представитель Гомельской епархии протоиерей Алексей и другие заинтересованные лица.

Наследие со «следами»

Одним из рассматриваемых вопросов в работе совета было подведение итогов работы по охране памятников культуры на территории района. С докладом по этому вопросу выступил Иван Дроздов, научный сотрудник районного краеведческого музея. В своем докладе он отметил, что на территории района находится 51 объект, внесенный в список историко-культурных ценностей Республики Беларусь. Среди них 28 памятников истории (воинские захоронения, могилы жертв фашизма), 8 памятников архитектуры и 15 памятников археологии. С целью обеспечения исполнения законодательства в сфере охраны историко-культурного наследия в связи с необходимостью приведения в надлежащий порядок объектов наследия решением райисполкома № 1790 от 28.11.2008г. утвержден состав координационного совета по охране историко-культурного наследия, за организациями и сельисполкомами закреплены объекты наследия.

В целях осуществления контроля за использованием и сохранением историко-культурных ценностей РБ, расположенных на территории нашего района, специалист по охране историко-культурного наследия ежегодно проводит инспекторские проверки состояния и использования объектов наследия. Так, в 2011 году проверено 22 объекта, составлено 6 актов обследования. Проведена работа по перезаключению охранных обязательств собственниками историко-культурных ценностей, внесены изменения в охранные обязательства.

По объектам культовой архитектуры уточнены названия приходоъв. Ведется корректировка основных документов — учетных карточек и паспортов согласно предоставленным управлением культуры рекомендациям.

Главному специалисту администрации зон отселения и отчуждения, администрации сельских исполкомов направлены письма с рекомендациями организовать работу по предупреждению случаев осквернения и надругательства над памятниками и могилами павших защитников Отечества, памятниками архитектуры, археоло-

гическими стоянками и другими объектами культурного наследия, а также по пресечению несанкционированной поисковой деятельности.

Прокуратурой района и области были проведены проверки исполнения законодательства об охране историко-культурного наследия Республики Беларусь. В ходе проверок установлено, что председателями сельисполкомов в недостаточной мере организована работа по уходу и содержанию братских могил. Этот вопрос был рассмотрен на совещании районного Совета депутатов с участием председателей поселкового и сельских исполнительных комитетов, работников прокуратуры, специалиста отдела культуры по охране историко-культурного наследия.

По результатам совещания в сельские и поселковый исполкомы направлены письма с указанием установить охранные знаки на объекты историко-культурного наследия и принять меры к приданию объектам, требующим обновления, эстетического вида.

На координационном совете был рассмотрен и обсужден проект региональной программы Добрушского района по охране историко-культурного наследия и увековечению памяти защитников Отечества и жертв войн на 2011 — 2015 годы.

В ходе обсуждения проекта программы С. Рязанов, главный специалист по охране историко-культурного наследия управления культуры Гомельского облисполкома, отметил, что решение вопросов сохранения историко-культурного наследия — это общее дело. И для этого нужно еще много сделать. Наше наследие сохраняется не для того, чтобы его просто сберечь, а для того, чтобы использовать. Для этого нужны новые туристические маршруты, более активная работа с общественными организациями, реклама исторического наследия через Интернет. На координационном совете с С. Рязановым председатели сельисполкомов обсудили ряд важных вопросов, касающихся оформления, ведения документации, проведения перезахоронения останков воинов.

Ольга СЕЛЕЗНЕВА

ЕСТЬ ПРОБЛЕМА

Ночь. Улица. Фонарь. Темно...

В ночные и утренние часы на городских улицах хорошо лишь тем, кто дремлет на заднем сиденье авто под управлением внимательного водителя

Здесь не споткнуться, не толкнуть ненароком идущего рядом, там не оступиться, не налететь на велосипед, который кто-то катит по тротуару навстречу... При тусклом уличном освещении, а местами — его полном отсутствии, когда дорогу пешеходам освещают только фары автомобилей, это непросто. «Где-то здесь должна быть ямка, а там асфальт съехал к реке», — ориентируюсь по памяти, стараюсь аккуратно обойти очередное препятствие. Те, кто каждый день ходят на работу из центра города в сторону бумажной фабрики и домой, это отрезок пути хорошо изучили. Но каждый раз, особенно теперь, когда декабрьское утро все темнее, задают вопрос: фонари вдоль плотины, хоть негусто, но висят, почему же они так плохо светят? Не понимают этого и водители, которые с трудом различают людей на пешеходных переходах.

— Приближаясь к переходу возле фабрики, всегда немного волнуюсь, — говорит Мария, чей водительский стаж пока небольшой. — Мало того, что переход плохо освещен, так обзору еще мешают припаркованные у проходной

машины. В городе автомобилистам нельзя включать дальний свет, а при ближнем можно кого-то и не заметить.

Неудивительно, что наиболее осмотрительные пешеходы не рискуют выходить на проезжую часть, не пропустив сначала все ближайšie автомобили. Береженого, как говорят... Но этот принцип может и не сработать на абсолютно темном переходе возле автокасы. Единственный ближайший источник света — киоск «Белпочты», а ведь этот участок дороги утром особенно оживлен.

Работники коммунального хозяйства считают, что они делают все, что в их силах: меняют устаревшие лампочки, разрабатывают проекты нового освещения. Всем понятно, что дело это непростое и недешевое, что экономить государственные деньги можно и нужно. Но неужели это стоит делать за счет безопасности жителей? Уличное освещение — для того, чтобы освещать! И если на улице темно, фонари должны гореть!

Людмила НАЗАРОВА

ЗОРНЫ ГОСЦЬ

Ірына Дарафеева: “Веру ў нашу хуткую сустрэчу”

Не памятаю, калі апошні раз глядзельная зала раённага Дома культуры была запоўнена, як кажуць, пад завязку.

Людзі пачалі займаць месцы яшчэ задоўга да пачатку канцэрта заслужанай артысткі Рэспублікі Беларусь Ірыны Дарафеевай. У першай палове дня Ірына разам з групай маладых выканаўцаў дала канцэрт у вёсцы Карма.

Ішоў на сустрэчу з вядомай спявачкай і хваляваўся. Не кожны дзень даводзіцца гутарыць з зорнымі гасцямі. Але ўсе хваляванні адступілі, як толькі мы пазнаёміліся. Адкрытасць спявачкі, яе камунікабельнасць прыемна здзівілі. Ніякай фанабэрыстасці і зорнасці, вясёлая і дасціпная маладая жанчына.

– Ірына, Вы сёння ўжо выступілі з канцэртм у Карме, якія першыя ўражанні ад нашага раёна?

– На маю думку, тут жывуць шчырыя, добрыя людзі. Мой прыезд прымеркаваны да правядзення акцыі, ініцыятарам якой выступіла Міністэрства культуры Рэспублікі Беларусь, – “Майстры мастацтваў – працаўнікам вёскі”. Пасля канцэртаў музычная апаратура, на якой мы сёння працуем, будзе перададзена ў ваш аддзел культуры.

– Дзе Вы нарадзіліся, хто Вашы бацькі, ці паўплывалі яны на выбар прафесіі?

– Нарадзілася ў Магілёве. Мой бацька па адукацыі педагог, працаваў да выхаду на пенсію дырэктарам вучылішча культуры. Мама вучыла дзяцей дэкаратыўна-прыкладнаму мастацтву. Выбару маёй прафесіі бацькі не перашкаджалі. З дзяцінства я ведала, што буду спявачкай. Гэта пры тым, што займалася спортам, харэаграфіяй. Песні ў маім выкананні краналі слухачоў. Я разумела, што спяваць у мяне атрымліваецца і неабходна развіваць свае здольнасці.

– Якія самыя яркія моманты ад наведвання раёна застануцца ў Вашай памяці?

– Іх шмат. Мяне зачароўваюць людзі, прырода, асабліва ваш востраў. Наведаўшы яго, адчула сябе паміж небам і зямлёй. Рэдкі па прыгажосці куточак нашай Беларусі і не толькі. Гэта пры тым, што падарожнічаць па свеце мне даводзіцца вельмі часта.

Уразіла Кармянская царква, мошчы святога Іаана Кармянскага. Я настолькі расхвалявалася, што не ўтрымалася і заплакала. Памалілася за здароўе сваіх родных і блізкіх, усё гэта застанецца ў маёй памяці.

– Як у Вас атрымліваецца падтрымліваць такую выдатную фізічную форму?

– Люблю займацца плаваннем, пастаянна працую над сабой, стараюся не есці многа.

– Як праводзіце свой адпачынак?

– З дзяцінства люблю сядзець каля ракі з вудай. Часта з бацькамі выезджалі на прыроду, жылі ў палатках, лавілі рыбу, збіралі грыбы.



– Тое, што Вы нарадзіліся на Купалле, нейкім чынам уплывае на Вашу жыццё?

– Уплывае. Я рамантык і веру, што наперадзе мяне чакае цікавая і шчаслівая будучыня.

Дарэчы, кожны выхад спявачкі на сцэну, выкананне той ці іншай песні выклікалі шквал апладысmentaў. Пастараліся ў той вечар і добрушскія дзеці, якія добраахвотна выступілі ў ролі падтанцоўшчыкаў. Разам з Ірынай Дарафеевай яны выдатна

заводзілі публіку.

Пасля канцэрта Ірына падзялілася сваімі ўражаннямі ад добрушскай публікі.

– Адчуванне, якое цяжка выказаць словамі. Я і маладыя выканаўцы літаральна фізічна адчувалі еднасць паміж намі і слухачамі, а апладысменты дабрушан – як лячэбны бальзам. Рада, што знайшла надзвычай удзячных слухачоў і веру ў нашу новую сустрэчу.

Леанід ДУБОЎСКІ
Фота аўтара

ГІСТАРЫЧНЫ ЭКСКУРС



Добрушскаму раёну – 85 год

“Ад прадзедаў спакон вякоў...”

На паўднёвым усходзе Гомельскай вобласці знаходзіцца Добрушскі раён. Насяляюць яго працавітыя і смелыя людзі, якія ў гады цяжкіх выпрабаванняў станаўлілі непераадаўнай перашкодай на шляху захопнікаў. Сёння толькі людзі паважанага ўзросту, тыя, хто цікавіцца гісторыяй, ведаюць, што яго тэрыторыя да 1927 года ўваходзіла ў склад Расійскай Федэрацыі.

Рэвалюцыйныя падзеі, акупацыя большай часткі беларускіх земляў зрабілі неабходным уваход некаторай часткі ўсходняй тэрыторыі ў склад Расіі.

У пачатку 20-х гадоў, а калі быць больш дакладным, то ў 1923 годзе, адбылося ўзбуйненне воласцяў. Добрушская воласць увайшла ў склад Гомельскага павета. Вылеўскую і Кармянскую воласці скасавалі і перадалі ў Добрушскую, у склад якой увайшлі Мар’іна, Ачэса-Рудня, Дзям’янка, Добруш, Вылева, Карма, Камень, Харашаўка, Агародня-Гомельская, Агародня-

Кузьмініцкая, Перарост, Стары і Новы Крупец, Ларышчава, Жгунь і Жгуна-Буда.

Гісторыя захавала імя першага старшыні Добрушскага валаснога выканаўчага камітэта. Ім стаў І.Р. Казаннікаў. Раней Ісаак Рыгравіч працаваў у Гомельскім губернскаму выканкаме. Неўзабаве першага старшыню змяніў П.П. Зябкін. Сакратаром выканкама абралі А. Бурага.

У 1924 годзе быў створаны Саюз Савецкіх Сацыялістычных Рэспублік. Беларусь набыла сваю незалежнасць у скла-

дзе новай рэспублікі. Утварылася 15 новых раёнаў. Атрымаў раённы статус і Добруш, вось толькі межы раёна ў чарговы раз змянілі сваю канфігурацыю.

Новаствораны раён складаўся з наступных сельскіх Саветаў: Жгунскага, Жгуна-Будскага, Пераростаўскага, Крупецкага, Кармянскага, Агародня-Гомельскага, Харашаўскага, Ачэса-Рудненскага, Дзям’янкаўскага і Мар’інскага.

Цэнтральны Выканаўчы Камітэт і Савет Народных Камісараў БССР у сваёй пастанове ад 11 лютага 1935 года адзначыў: “Зацвердзіць наступны склад аргкамітэта па Добрушскім раёне: старшыня Д.А. Сандлер. Члены: К.А. Бангайціс, Б.С. Янковіч, Смалякоў, С.П. Дробат”.

18 сакавіка прайшла першая раённая партыйная канферэнцыя, якая абрала пленум райкама. На арганізацыйным пленуме К.А. Бангайціса абралі першым сакратаром райкама партыі. Вядома, што першы партыйны ваяк раёна нарадзіўся ў Літве, ў сям’і батрака. Рана спазнаў несправядлівасць і ўключыўся ў рэвалюцыйны рух. У 1919 уступіў ў партыю бальшавікоў, вучыўся ў Маскве, удзельнічаў у калектывізацыі Беларусі.

Аб тым, як праводзілася

дзялення рэспублікі. Утварылася 15 новых раёнаў. Атрымаў раённы статус і Добруш, вось толькі межы раёна ў чарговы раз змянілі сваю канфігурацыю.

Новаствораны раён складаўся з наступных сельскіх Саветаў: Жгунскага, Жгуна-Будскага, Пераростаўскага, Крупецкага, Кармянскага, Агародня-Гомельскага, Харашаўскага, Ачэса-Рудненскага, Дзям’янкаўскага і Мар’інскага.

Цэнтральны Выканаўчы Камітэт і Савет Народных Камісараў БССР у сваёй пастанове ад 11 лютага 1935 года адзначыў: “Зацвердзіць наступны склад аргкамітэта па Добрушскім раёне: старшыня Д.А. Сандлер. Члены: К.А. Бангайціс, Б.С. Янковіч, Смалякоў, С.П. Дробат”.

18 сакавіка прайшла першая раённая партыйная канферэнцыя, якая абрала пленум райкама. На арганізацыйным пленуме К.А. Бангайціса абралі першым сакратаром райкама партыі. Вядома, што першы партыйны ваяк раёна нарадзіўся ў Літве, ў сям’і батрака. Рана спазнаў несправядлівасць і ўключыўся ў рэвалюцыйны рух. У 1919 уступіў ў партыю бальшавікоў, вучыўся ў Маскве, удзельнічаў у калектывізацыі Беларусі.

Аб тым, як праводзілася

калектывізацыя ў нашым раёне можна прачытаць у кнізе “Памяць”. Вось што пісаў пра гэта ветэран вайны і працы А.Ц. Шаўчэнка:

“Старанняя сяляне карпелі ў полі дацямна. Гультаі ж аціраліся абы-дзе, прагульвалі апошняе, засядалі на сходах, казыралі сваёй беднасцю. На жаль, улады лічылі “беднякоў” сваёй галоўнай апарай. На “кулакоў” даводзілі разнарадкі, кантрольныя лічбы: шукай і знаходзь “кулакоў” – “заклятых ворагаў” савецкай ўлады, абдзірай да меднага крыжыка ці апошняга гузіка.

Жывёла, куфры, жорны, сталы і нават чугункі – усё апісвалася, забіралася...

Сусед нярэдка раскулачваў суседа, сябар – сябра. Класавая “свядомасць”, непрымірымасць і нянавісць засцілі вочы, замарожвалі сэрцы. Так было ў Карме”.

Зразумела, што добрых, працавітых людзей было куды болей. І вельмі хутка гэта высветліла Вялікая Айчынная вайна. Але гэта ўжо іншая старонка гісторыі нашага раёна, якую мы перагорнем у наступным нумары газеты.

Матэрыял падрыхтаваў пры дапамозе супрацоўнікаў раённага краязнаўчага музея
Леанід ДУБОЎСКІ



Адзін з цэхаў папяровай фабрыкі, 20-я гады ХХ ст.

ПОЗДРАВЛЯЕМ

с днем рождения
дорогую доченьку и сестричку
Светлану Викторовну
КОВАЛЕВУ

Пусть в этот день засветит ясно солнце,
А радость жизни пусть закроет тьму,
И пусть здоровье будет лучшим из подарков,
А остальное все приложится к нему.
Храни тебя Бог от житейских невзгод,
От тяжких болезней, душевных тревог!
Путь будет побольше безоблачных дней,
Согретых любовью родных и детей!
Желаем удачи, добра и тепла,
Чтоб все неудачи сгорели дотла,
Чтоб жить – не тужить до ста лет довелось,
Пусть сбудется все, что еще не сбылось!

Мама, брат Николай



с днем рождения
Виктора Ивановича
КОНОНКА

В этот утренний час
декабря,
В ранний час твоего
пробужденья,
Посылаем тебе
мы привет
И несколько строк
поздравленья.

Пусть всегда

под счастливой звездой
Тебя судьба по дороге ведет,
В доме пусть полноводной рекою
Жизнь спокойно и мирно течет.

Пусть твой дом лишь друзья
посещают,
Стороною обходят ненастья,
От души мы тебе пожелаем
Долгой жизни, здоровья и счастья!

**Мама, сестра Алла
и ее семья**



с 90-летием
ветерана педагогического труда
СОШ №1 г. Добруша
Анну Яковлевну
ГРУДОВЕНКО

Искренне желаем Вам крепкого здо-
ровья, благополучия, заботы
и внимания близких!

**Коллектив школы,
совет ветеранов педагогического труда**



с 30-летием любимого мужа,
дорогого папу
Юрия Михайловича
ЗУЕВА

Сегодня день рожденья твой,
Любимый муж, прекрасный папа!
Тебя поздравить всей семьей
От всей души мы очень рады.

Тебе хотим мы пожелать
Здоровья, радости, достатка,
Во всем успеха достигать,
Чтоб жизнь была простой и сладкой!

С любовью жена, дети



с юбилеем дорогого мужа
и папочку
Николая Николаевича
КОЗЛОВА

Пожелать тебе хочется
нежное-нежное,
Чтоб прочел – и по сердцу
тепло разошлось,
Чтоб забылись обиды
и горести прежние,
Все, что в жизни тебе
испытать довелось.

Пусть годы летят, ты не будь
им подвластен,
Пусть в сердце добро
не исчезнет вовек.

Здоровья тебе и огромного счастья,
Родной, дорогой ты для нас человек!

Жена Света, дочь Александра

ПРОДАМ

2-комнатную квартиру
в центре.
Телефон **8-029-317-28-04.**

3-комнатную квартиру
в центре.
Телефон **8-044-733-67-31.**

«Опель-Вектра-А»,
1992 г.в., 1.8Б.
Телефон **8-033-619-26-85.**

ноутбук «ASUS», новый, б/у.
Цена договорная.
Телефон **7-71-72.**

стиральную машину
«Indesit», б/у; **раковину**
фарфоровую (новую).
Телефон **8-029-642-35-05.**

емкость 1000 л. пластиковую
в комплекте.
Телефон **8-029-235-35-94.**

свадебное платье в хоро-
шем состоянии, недорого.
Телефон **8-029-954-19-56.**

шифер (недорого).
Телефон **3-31-44.**

литературу (искусство,
классика, наука и жизнь),
недорого.
Телефон **3-31-44.**

СНИМУ

1- или 2-комнатную
квартиру
в центре на длительный срок,
желательно с мебелью.
Телефон **8-029-833-97-82.**

СДАМ

полдома на длительный
срок, удобства и мебель.
Телефоны: **7-86-49,**
8-029-737-71-34.

КУПЛЮ

шкурки куницы, лисы.
Телефон **8-029-641-12-85.**

**шкурки лисы, куницы,
бобра.**
Телефон **8-044-722-69-36.**

А/к «Новый путь»
ТРЕБУЕТСЯ
водитель на грузовой ав-
томобиль «МАЗ-555102»
(самосвал).
Тел.: 9-43-62,
8-044-726-23-78.
УНН 400005924

ОСП «Городской коопзаготторг
НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ
ТРЕБУЮТСЯ:
✓ **продавцы**
продовольственных товаров,
✓ **буфетчик** в бар «Встреча»,
✓ **буфетчики** в бутербродные
«Верас» в д. Васильевка
и «Журавушка» в д. Жгуно-Буда,
✓ **буфетчик** в буфет Дубецкое,
✓ **официант,**
✓ **бухгалтер-ревизор**
с опытом работы,
✓ **товаровед.**
Обращаться по адресу:
г. Добруш, пр. Луначарского, 24.
Тел. 7-60-24.
УНН 400005674

3-33-49 **В магазине «Мебель»**
8-033-651-15-75 в здании Белпочта (вход с торца)
по ул. Комарова, 5 (3 этаж)

БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ время работы:
МЯГКОЙ И КОРПУСНОЙ МЕБЕЛИ, **10.00-18.00**
МЕЖКОМНАТНЫХ ДВЕРЕЙ! **суб., вск. 9.00-15.00**
РЕМОНТ, ПЕРЕТЯЖКА М/МЕБЕЛИ без обеда и выходных

Кухни по индивидуальным заказам

Кредит
Рассрочка – 0% Производители Республики Беларусь и России

Новогодние скидки

Дорогие добрушане
и гости нашего города!
Гомельская церковь ПРИГЛАШАЕТ вас вновь
11 декабря в 12.00 в ДК им. Куйбышева
на музыкально-поэтическую программу,
в которой: **пение хора, соло, дуэты,**
вокальные группы.
ПРИГЛАШАЕМ ПОСЕТИТЬ ВЫСТАВКУ ЗДОРОВЬЯ!
ВХОД СВОБОДНЫЙ.

При профкоме ЗАО «Добрушский фарфоровый за-
вод» организуется клуб встреч ветеранов производ-
ства. Первое заседание клуба состоится **16 декабря**
2011 года в 15.00 в актовом зале завода.
Телефон профкома **7-10-28.**

ГРУППА ПОДДЕРЖКИ ДЛЯ ТЕХ,
КТО ХОЧЕТ СНИЗИТЬ ВЕС
12-ти недельная программа по-
может вам нормализовать пита-
ние и эффективно похудеть.
*Присоединяйтесь к нашему со-
ревнованию по снижению веса!*
Количество мест в группе ограничено.
Группа поддержки поздравля-
ет всех с Новым годом!
Для записи звоните
8(029) 639-25-95 Velcom
ИП Насибова С.Д. УНН 400005924

Учреждение
«Редакция газеты
«Добрушскі край»
СДАЕТ
В АРЕНДУ
два помещения
площадью
15,1 кв.м и 14,4 кв.м.
Телефон
3-26-64.

Выражаем слова благодарности сотрудникам милиции в
лице ШАЛИМОВА Э.Ю., ЗАЙЦЕВА Е.Е., УСТИНОВИЧА П.В.
Пока в милиции служат такие люди как вы – жители на-
шего города могут быть спокойны за свое имущество.
Большое вам спасибо!

28 октября 2011 года не ста-
ло замечательного человека,
педагога, ветерана педагоги-
ческого труда
ШЕВЧЕНКО
Ольги Ивановны.
Она родилась 14 июля 1939
года в д. Корма Добрушского
района. Свою трудовую дея-
тельность начала после окон-
чания Белорусского госу-
дарственного университета
им. В.И. Ленина.
Ольга Ивановна начала с
учителя русского языка и ли-
тературы, затем работала
заместителем директора по
учебно-воспитательной работе, директором школы.
Порядочная, принципиальная, справедливая. Всегда подтянутая
и собранная, добрая и строгая. Обладала высоким авторитетом,
она умела вдохновить, объединить, увлечь идеей. Ее любили
ученики, уважали коллеги.
Светлая память о настоящем профессионале, мастере свое-
го дела, неутомимой труженице и замечательном человеке бу-
дет жить в сердцах всех, кому посчастливилось учиться у Ольги
Ивановны, работать вместе с ней, просто быть рядом.
Светлая и вечная память.
Отдел образования, РК профсоюза, коллеги.

НАШ ДОМ

Как выбрать обои для дома



Выбор обоев не менее важен, чем качественное выполнение работ по их оклейке. Как же не ошибиться с выбором и купить именно те обои, которые идеально подойдут для выбранного помещения и будут долго радовать вас своей красотой и функциональностью?

Давайте разберемся с основной классификацией обоев. Прежде всего, по материалу обои бывают бумажные и флизелиновые.

Бумажные обои самые популярные. Для повышения эксплуатационных характеристик некоторые виды бумажных обоев обрабатываются специальными составами, улучшающими их влаго- и износостойкость.

Бумажные обои выпускают как с гладкой поверхностью, так и с рельефными рисунками, кроме того, бумажные обои бывают однослойные и многослойные. Виниловые обои, кстати, тоже выпускаются на бумажной основе.

Флизелиновые обои – это плотные обои, которые изготавливаются из спрессованных волокон. Они прекрасно сглаживают все неровности и без следа скрывают трещины на стенах.

Клеить такие обои проще, чем бумажные. Флизелиновые обои не набухают, не растягиваются и не «садятся». При оклейке флизелиновыми обоями клей наносится непосредственно на стену, что позволяет подгонять полосы обоев друг к другу более точно.

Обои на флизелиновой основе рекомендуют клеить в новых домах, так как стены в новом доме на протяжении нескольких лет дают усадку, иногда появляются трещины и неровности, а флизелиновые обои помогут удержать трещину и не дадут ей пойти дальше.

Интересно, что в рулонах эти обои так же хорошо рвутся как и бумажные, прочными они становятся после наклейки и окраски.

Покупаем комнатное растение



● Не начинайте с покупки капризного растения, ухаживать за которым под силу лишь опытному цветоводу.

● Будьте внимательны: у здорового растения листья крепкие, без повреждений и равномерно распределены по стеблю; земляной ком не отстает от стенок горшка, а на поверхности почвы нет зеленого налета.

● Откажитесь от покупки цветущего растения, если на нем не осталось ни одного бутона.

● Практически все импортные растения перевозят в так называемом легком грунте, поэтому вскоре после покупки цветок нужно пересадить в подходящую для него почву. Купить грунт можно в цветочном магазине.

● Если вы купили цветущее растение, то ему не повредят прямые солнечные лучи. Все остальные в адаптационный период лучше держать в помещении с рассеянным светом.

● Поливать новичка нужно совсем немного, главная ваша задача – обеспечить ему тепло (температура воздуха не ниже 20°C) и беречь от сквозняков.

● В первые 3-5 дней растение желательно не трогать и не искать ему место получше, переставляя туда-сюда. Ему нужен полный покой, чтобы справиться со стрессом, вызванным переселением в ваш дом. Стоит даже накрыть цветок стеклянной банкой или полиэтиленовой пленкой, оградив таким образом от суеты.

ЗДОРОВЬЕ, КРАСОТА



5 важных правил осенне-зимнего питания

Так трудно в холодное время года удержать привычный вес. Диетологи разработали правила питания в осенне-зимний период. Лишние килограммы в осенне-зимний период мы набираем оттого, что мало двигаемся. Так вот, диетологи нам помогут – они разработали специальные правила питания в осенне-зимний период. Придерживайтесь их – и ваш вес всегда будет под контролем. И так, как же нужно питаться в холодное время года?

1. В народе принято считать, что зимой организму нужно больше энергии и потому рацион должен быть более калорийным. На самом деле это не так. Диетологи утверждают: питание в холодное время года должно быть даже легче, чем летом.

2. Основу вашего зимнего рациона должны составлять овощи и фрукты.

Отдавайте предпочтение желто-оранжевым плодам: тыкве, моркови, лимону, хурме, мандаринам и апельсинам. Два-три раза в неделю диетологи советуют употреблять капусту, в том числе и квашеную. В вашем ежедневном рационе должны быть и кисломолочные продукты: йогурт, кефир и ряженка.

3. Поскольку в холодное время года организму требуются

углеводы и жиры, лучше отказаться от жестких диет. На завтрак хорошо есть каши. Больше всего полезных веществ содержится в гречке и овсянке.

4. Чтобы не поправиться, старайтесь питаться часто, но небольшими порциями. В идеале питание должно быть шестизамесом. В вечернее время лучше употреблять только легкую пищу. И ни в коем случае не наедайтесь на ночь.

5. Сейчас из-за нехватки солнечных лучей в организме существенно снижается уровень серотонина, который медики называют «гормоном счастья».

Восполнить уровень серотонина зачастую мы пытаемся с помощью калорийных шоколадок, фиников и орехов. Диетологи советуют этим

не увлекаться. Лучше больше гуляйте на свежем воздухе!

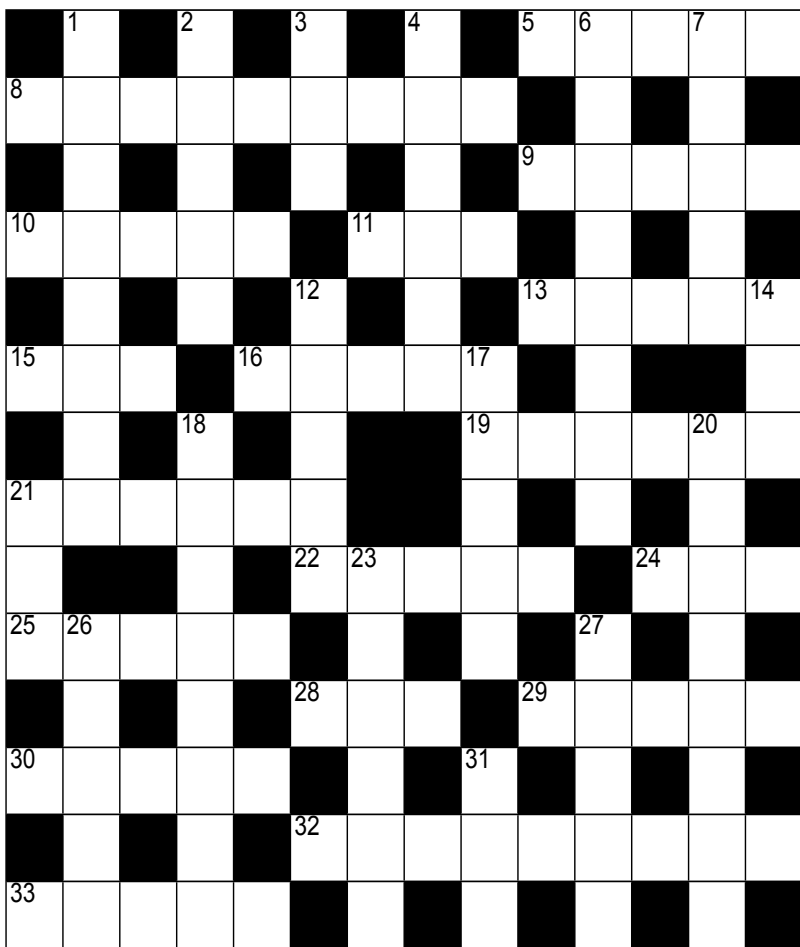
Так делают звезды

Певица Ирина Понаровская признается, что раньше в холодное время года она непременно набирала несколько лишних килограммов.

– Теперь я круглый год стараюсь придерживаться определенных правил питания. Но при этом нельзя сказать, что я сижу только на огурцах. Я могу позволить себе практически все, но в разумных количествах. Обожаю японскую, китайскую, острую индийскую кухни. Практически не ем мяса, картофеля, сладкого, шоколада, десертов. Предпочитаю легкие вегетарианские супчики. И стараюсь поддерживать себя в форме с помощью тренажерного зала, бассейна и сауны.

По материалам Интернета подготовила Людмила НАЗАРОВА

К Р О С С В О Р Д



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Мелкие жулики и хулиганы. 8. Худеет с каждым днем толстяк и не поправится никак (загадка). 9. Бесцветная жидкость, которую лучше пить залпом. 10. Звук, по примете лишающий издающего его денег. 11. Предел влюбленности. 13. Самая большая бескрылая птица. 15. Бородатая антилопа. 16. Не рожден – не сын, а не куплен – не ... (посл.). 19. Дядя Хлыст и тетя Нить простачков пошли ловить. Одурачить простачков пригласили червячков (загадка). 21. Глухой и сонный «человек-птица». 22. ... – гроб, и дверью хлоп! (посл.). 24. Среда опустившихся людей. 25. Световой пояс театральной сцены. 28. Актер, всем своим видом показывающий, что у него просто слов нет. 29. Ударник в русской бане. 30. Отважная, худая ..., привяжись хорошая! (погов.). 32. Ручное оружие с барабаном. 33. Неполный паралич.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Пренебрежение тем, чем нельзя пренебрегать. 2. Действующее лицо пародии А.П.Чехова «Кавардак в Риме». 3. Гора, на которую Зевс в сопровождении Гермеса отправил богинь Афину, Геру и Афродиту для решения вопроса, кому достанется «яблоко раздора». 4. Пила бы пивка еще, да залубенело ... (посл.). 6. Он в воде сидит, а я на берегу. На него я наглядеться не могу (загадка). 7. Солдату он в тягость, а девушке в радость. 12. Я устраиваюсь ловко: у меня с собой кладовка. Где кладовка? За щекой! Вот я хитренький какой! (загадка). 14. «Клеветный» суп. 17. «Ритм крови». 18. ... и труд все перетрут (погов.). 20. «Творец «сладкой жизни». 21. Место в городе, где можно пострелять. 23. Какую страну можно назвать самым большим музеем истории под открытым небом? 26. Подруга kota Базилио. 27. Добрая жена – веселье, а худая – злое ... (посл.). 31. Высота звука.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Шпана. 8. Капеландарь. 9. Спирт. 10. Свист. 11. Уши. 13. Нанду. 15. Гну. 16. Хорлоп. 19. Удьянка. 21. Тетеря. 22. Кепля. 24. Дно. 25. Рапта. 28. Мин. 29. Веняжик. 30. Живань. 32. Февольвер. 33. Лара. ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Забвение. 2. Гесе. 3. Ила. 4. Бромид. 6. Пломбавок. 7. Наряд. 12. Хомяк. 14. Уха. 17. Пурья. 18. Терпен. 20. Копидтер. 21. Тир. 23. Емлет. 26. Алица. 27. Зерле. 31. Тон.



ЗАСНАВАЛЬНИКІ – Добрушскі раённы выканаўчы камітэт, раённы Савет дэпутатаў, калектыў рэдакцыі.

Галоўны рэдактар **СЕЛЯЗНЁВА Вольга Анатольеўна**

Пасведчанне аб рэгістрацыі №1009 ад 15.01.2010 г., выд. Міністэрствам інфармацыі Рэспублікі Беларусь Індэкс 64176 (інд.), 63994 (вед.)

Газета выходзіць у сераду і суботу на беларускай і рускай мовах.

Друк афсетны. Аб'ём 2,0 ум. друк. аркуш. №86 ад 7.12.2011 г. Цана ў розніцу 850 руб.

Падпісана да друку – 6.12.2011 у 11.30.

Тыраж нумара 5608. Заказ 974.

Адрас рэдакцыі: 247050

Рэспубліка Беларусь, Гомельская вобласць, г. Добруш, вул. Савецкая, 33.

Е-mail: dobkrai@yandex.ru

Тэлефоны:

галоўны рэдактар ... 3-11-44
намеснік галоўнага рэдактара ... 3-19-84
адказны сакратар ... 3-39-91
бухгалтэрыя ... 3-26-64 (факс)
рэдактар аддзела ... 3-19-62

Адзел рэкламы... 3-39-91 (факс)
Працуе — з 8.00 да 16.00, (панядзелак — пятніца)

Газета набрана і зварстана на настольна-выдавецкім комплексе рэдакцыі газеты «Добрушскі край», надрукавана на КВПУП «Сож». Адрас друкарні: г. Гомель, вул. Лесяшынскага, 1.

Меркаванне аўтараў публікацый не абавязкова адлюстроўвае пункт гледжання рэдакцыі.

Адказнасць за дакладнасць фактаў нясуць аўтары публікацый, рэкламнай інфармацыі – рэкламадаўцы.

Адказнасць за якасць друку нясе КВПУП «Сож». Якасць друку адпавядае якасці прадастаўленых арыгіналаў.