

Красный  
КГ  
Север

# Дежурный РЕПОРТЕР

СЕНТЯБРЬСКИЙ

ВЫПУСК

1994 ГОДА

№179 (22917)

Звоните Петру Ивановичу Цепряхину каждый понедельник с 17 до 18.30 по телефону 2-55-23

• У НАС В ГОСТЯХ •

**Елена ЯКОВЛЕВА:**

*«В круизы не езжу, на даче не живу,  
но «Дежурный репортер» читаю».*

Очень хорошо, что в газете «Дежурный репортер» вы публикуете интервью с известными артистами. В этой связи у меня к вам просьба: напечатать, пожалуйста, беседу с моей любимой артисткой Еленой Яковлевой. Р.В.Добрецов, г.Череповец.



От «Дежурного репортера»: - Выполняем вашу просьбу, уважаемая Раиса Викторовна, и публикуем беседу журналиста Геннадия Белостоцкого с Еленой Яковлевой на СЕДЬМОЙ странице.

## ЕСЛИ БЫ МЭРОМ БЫЛ Я...

- С.В.Чиркин, г.Череповец:**  
- Так бы организовал работу своих подчиненных, чтобы они успевали выполнять свои обязанности в рабочее время и не закидывались в руководимой мной мэрии допоздна - это ведь свидетельство неуменья спланировать свое время.
- Ю.С.Субботин, Шекснинский район:**  
- Отказался бы от различных премий, хотя и предусмотренных канинито-положениями, если бы видел, что особых успехов в том или другом направлении, за что начисляется премия, не достигнуто.
- Б.С.Курков, г.Вологда:**  
- На работу и с работы ездил бы только на велосипеде или ходил пешком.
- Н.Канюкова, г.Великий Устюг:**  
- В первую очередь занялась бы проблемами молодых семей, а их ой как много.
- В.Н.Доктева, Кирилловский район:**  
- Сделала бы все возможное, чтобы люди были заинтересованы в своей работе - получали то, что заслужили, и главное-во времени!
- Р.В.Бестужев, г.Вологда:**  
- Запретила бы «крутить» в кинотеатрах импортированные боевики, разлагающие действующие на нашу молодежь.
- С.К.Акуратова, г.Сокол:**  
- Не разрешила бы целыми днями проводить совещания, что позволяло бы чиновникам не словопорениями заниматься, а делать конкретные дела.
- В.Б.Глебова, г.Вологда:**  
- Своими ближайшими помощниками я бы назначила только женщин - они, по-моему, более ответственные и тоньше воспринимают неудобства людей.
- А.Г.Наумов, г.Белозерск:**  
- Установила бы громадные штрафы для тех, кто появляется на улицах и в общественных местах в нетрезвом состоянии.
- В.И.Гарин, г.Вологда:**  
- Постоянно училась бы искусству выслушивать, понимать простых людей, особенно ветеранов, и этого требовал бы от своих подчиненных.
- А.И.Демидова, г.Вологда:**  
- Обязательно находила бы время, чтобы однажды в месяц участвовать в диспутах со старшеклассниками общеобразовательных школ, учащимися профессиональных училищ, техникумов, студентами вузов.
- Н.С.Ларионова, Вологодский район:**  
- Перво-наперво позаботилась бы о создании спонсорных условий для многодетных семей.
- П.А.Бородин, г.Вологда:**  
- Понастроила бы во всех дворах спортивные площадки, детские сооружения и следил, чтобы они содержались в образцовом порядке.
- Д.И.Асбедев, г.Череповец:**  
- В первую очередь привела бы в порядок пригородные леса с тем, чтобы они стали на самом деле зонами отдыха горожан.
- В.С.Котов, г.Вологда:**  
- Привлекла бы к ответственности людей, по чьей вине бывает много безобразий на городском кладбище.
- А.А.Новиков, г.Вологда:**  
- Приняла бы первоочередные меры для того, чтобы всевозможные хулигань и бомжи не грабили дачные домики горожан.
- С.А.Евстифеева, г.Сокол:**  
- Создавала бы такие условия для работников милиции, чтобы они были заинтересованы в сокращении преступности и правонарушений, а нерадивым бы людям не позволяла служить в органах внутренних дел.

## СЛОВО О ЖЕНЩИНАХ

Я хочу сказать самое доброе слово о женщинах, с которыми мне приходится общаться. В частности, о тех, кто работают в регистратуре «кожной» поликлиники, куда я нередко обращаюсь, о моем лечащем враче Вере Михайловне, о работниках обводкомата и горводкомата Валентине Леонидовне Михайловной, Наталье и Тане (даже фамилии их не знаю), о старшем мастере телефонной станции Валентине Ильиничне.

Спасибо вам, милые мои, что вы есть, что всегда приходите на помощь старику.

А.ОКУЛОВ,  
пенсионер Великой Отечественной войны.

## САМЫЙ ИНТЕРЕСНЫЙ ВОПРОС

### НА ВКУС И ЦВЕТ ТОВАРИЩА НЕТ.

Вначале выйдем к июльскому номеру нашей газеты. Поскольку по разным причинам письма некоторых читателей задержались, то напомним, что в числе самых интересных вопросов долгожданным попал тот, что спрашивали о Лене Голубковой (Е.Н.Балин, В.С.Соргеев, Н.А.Никишинов, г.Вологда), о нищих, выпрашивающих милостыню, и другие.

А теперь об августовском номере газеты. Большинство читателей к числу самых интересных вопросов относили вопрос А.С.Окулова: «Победила бы наша страна в Великой Отечественной войне без Сталина?»

С.Д.Кичеву из Вологодского района понравился вопрос Н.Н.Кувшинниковой из Харькова - о состоянии здравоохранения области. Б.Н.Козлову из Вологды - о том, во сколько обходится президентской борьбе депутаты Совета Федерации В.Е.Погагалеву из Череповца.

Конкурс на самый лучший вопрос продолжается.





ВОЗВРАЩАЯСЬ  
К НАПЕЧАТАННОМУ

# ВСЕ НАЧАЛОСЬ В СЕМЬДЕСЯТ ЧЕТВЕРТОМ

Недавно сообщалось о двадцатилетнем юбилее группы «Альфа». А чем было вызвано ее создание и какую первую операцию она провела?

Н. С. ВОЙНОВ, Бабушкинский район.

От «Дежурного репортера»:

ПРОХОДИТЕ,  
ПРОХОДИТЕ!..  
НЕ ПРОХОДИТЕ?..

В июльском номере нашей газеты мы напечатали интервью с бабушкой Анной, которая, в силу сложившихся обстоятельств, была вынуждена просить «денежное» подаяние у прохожих.

Мы получили ряд откликов на эту публикацию. Вот некоторые из них.

Я не осуждаю бабушку, а глубоко сочувствую ей. Действительно, как прожить на такую мизерную пенсию? Думаю, что таким людям не жалко дать две-три сотни. Пусть хоть после своей нелегкой «работы» поедит они довольно колбасы, сметаны или чего-нибудь другого вкусного.

Н. А. ГОРИОНОВА, г. Вологда.

Кого винить в том, что бабушка Анна вышла просить милостыню? Ее? Ни в коем случае. Дочь, хотя она и не родная? Да, ее можно упрекать, что забыла старуху... Но прежде всего - государство, что довело отдельных ветеранов до жизни такой.

А. В. ЛЮБИМОВ,  
Сокольский район.

Помните? Когда-то пели о том, что молодым у нас везде дорога, а старикам везде почета. Нет нынче почета тем, кто всю жизнь отдал любимой Родине. Да его и никогда не было, если уж по самой правде говорить!

Л. Я. КУСТОВ, г. Череповец.

Если бы я встретила бабушку Анну, то тоже помогла бы ей. Но ведь согласитесь: не каждый просящий живет в нищете и голоде. Сама видела, как два мужика - инвалиды, сидевшие с протянутой рукой на городском рынке, потом «нализались» до такой степени, что двигаться не могли. Таким не поддам и рубля.

В. В. ЕВДОКИМОВА, г. Вологда.

Моя жизнь - тоже не сладкая. Живу в одиночестве. На помощь ни от кого не рассчитываю, пенсия мизерная. Зато имею собственную гордость: никогда и ни у кого не буду просить.

Дедушка ВАСИЛИЙ, г. Вологда.

От «Дежурного репортера»:

Вот такие мнения. Дискутировать с читателями не будем. Заметим только, что бабушку Анну на том самом месте мы больше не встречаем. А надо бы: несколько писем с предложением о помощи было адресовано непосредственно ей.



## С миром по факту

А. А. КОРЧАГИН, Бабаевский район:

- Сколько россиян погибло во время первой мировой войны?

- По официальным данным, на фронтах первой мировой войны Россия потеряла два с половиной миллиона человек.

Н. В. ШУМКОВ, Вытегорский район:

- Могут ли уволить человека с работы, если он в это время находится на больничном?

- Нет, не могут. Согласно статье 33 КЗоТ Российской Федерации увольнение работника по инициативе администрации в период временной нетрудоспособности допускается лишь в случае неявки его на работу более четырех месяцев подряд (в некоторых случаях установлен и более длительный срок).

Н. ГОРДЕЕВ, г. Вологда:

- Когда началось строительство стадиона «Динамо», и что раньше было на этом месте?

- Строительство главного на сегодня спортивного сооружения Вологды - стадиона «Динамо» - началось в 1925 году на территории Духова монастыря.

Г. Г. СОЧНОВ, г. Вологда:

- Кто и в каком размере устанавливает сейчас зарплату директору государственного предприятия?

- Согласно недавно принятому постановлению правительства России и соответствующему Положению предусмотрены верхние пределы кратности к величине тарифных ставок первого разряда, из которой устанавливается должностной оклад руководителя предприятия. Конкретный оклад может быть установлен исходя из любого количества тарифных ставок в пределах, предусмотренных для данной группы предприятий по численности работников.

Конкретная величина кратности определяется органом исполнительной власти с учетом сложности управления предприятием, его технической оснащенности и объемов производства продукции.

Н. В. СТУЛОВА, Вологодский район:

- Женился ли после освобождения из колонии бывший зять Л. И. Брежнев Юрий Чурбанов, и разведен ли он с дочерью бывшего Генсека?

- Да, Чурбанов разведен с Галиной Брежневой, о чем, по его словам, сам узнал после освобождения из мест заключения. Новой семьей, как нам известно, он пока не обзавелся.

## ОСТАВАЙТЕСЬ С НАМИ

Вы хотите получить ответы на самые разнообразные вопросы, касающиеся нашей истории, сегодняшнего дня России, Вологодчины, пенсионного, трудового, жилищного законодательства, встретиться с интересным собеседником, поделиться своими мыслями с другими, короче - если вы хотите все знать - подписывайтесь на первое полугодие 1995 года ежемесячное приложение к «Красному Северу» - газету «Дежурный репортер». Выходит она по-прежнему каждую последнюю субботу месяца.

«Дежурный репортер», естественно, станет поступать и к тем, кто подпишется и на «Красный Север». Оставайтесь с нами!

Ф. СП-1

Ежедневная газета «Красный Север» - это ЕЖЕДНЕВНАЯ информация для Вас!

Министерство связи России  
"Роспечать"

31149

АБОНЕМЕНТ на таблетку журнала

Дежурный РЕПОРТЕР

на 1995 год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому (фамилия, инициалы)

31149

Дежурный РЕПОРТЕР

на 1995 год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому (фамилия, инициалы)

ВОЗВРАЩАЮСЬ  
К НАПЕЧАТАННОМУ

**ПРОХОДИТЕ,  
ПРОХОДИТЕ!  
НЕ ПРОХОДИТЕ?!**

В июльском номере нашей газеты мы напечатали интервью с бабушкой Анной, которая, в силу сложившихся обстоятельств была вынуждена просить «денежное» подаяние у прохожих.

Мы получили ряд откликов на эту публикацию. Вот некоторые из них. Я не осуждаю бабушку, а глубоко сочувствую ей. Действительно, как прожить на такую мизерную пенсию? Думаю, что таким людям не жалко дать две-три сотни. Пусть хоть после своей нелегкой «работы» поедят они вдвоем колбасы, сметаны или чего-нибудь другого вкусненького.

**Н. А. ГОРИОНОВА, г. Вологда.**

Кого винить в том, что бабушка Анна вышла просить милостыню? Ее? Ни в коем случае. Дочь, хотя она и не родная? Да, ее можно упрекнуть, что забыла старуху... Но прежде всего - государство, что довело отдельных ветеранов до жизни такой.

**А. В. ЛЮБИМОВ,  
Сокольский район.**

Помните? Когда-то пели о том, что молодым у нас везде дорога, а старикам везде почета. Нат нынче почета тем, кто всю жизнь отдал любимой Родине. Да ей и никогда не было, если уж по самой правде говорить!

**Л. Я. КУСТОВ, г. Череповец.**

Если бы я встретил бабушку Анну, то тоже попытал бы ей. Но ведь согласиться - не каждый просищий живет в нищете и голоде. Сама видела, как два мужика - инвалиды, сидевшие с протянутой рукой на городском рынке, потом «напизались» до такой степени, что двигаться не могли. Таким не поддам и рубля.

**В. В. ЕВДОКИМОВА, г. Вологда.**

Моя жизнь - тоже не сладкая. Живу в одиночестве. На помощь ни от кого не рассчитываю, пенсия невелика. Зато имею собственную гордость: никогда и ни у кого не буду просить.

**Дедушка ВАСИЛИЙ, г. Вологда.**

**От «Дежурного репортера»:**  
- Вот такое мнение. Дискутировать с читателями не будем. Заметим только, что бабушку Анну на том самом месте мы больше не встречали. А надо бы; несколько писем с предложением о помощи было адресовано непосредственно ей.

# ВСЕ НАЧАЛОСЬ В СЕМЬДЕСЯТ ЧЕТВЕРТОМ

Недавно сообщалось о двадцатилетнем юбилее группы «Альфа». А чем было вызвано ее создание и какую первую операцию она провела?

**Н. С. ВОЙНОВ, Бабушкинский район.**

**От «Дежурного репортера»:**

В начале семидесятых в нашей стране появился терроризм и сразу поднял планку преступности своей дерзостью, подготовленностью и жестокостью - начались захваты заложников, угоны самолетов. Так, в 1973 году под Читой на борту «Ту-104» утонщик взорвал гранату. Он понял, что улететь в Китай ему не позволят, и тогда решил на отчаянный шаг. Погибли все. А в аэропорту «Внуково» в тот же год четверо вооруженных бандитов захватили «Як-40» с пассажирами на борту. Сотрудники КГБ и МВД, объединив усилия, освободили заложников и обезвредили преступников. Однако операция проходила крайне напряженно - к локализации такой ситуации специально никто не готовился. Вот почему в 1974 году решили создать в системе КГБ специальное подразделение для борьбы с терроризмом. О рождении спецгруппы «А» Службы охраны дипломатических представителей 7-го управления комитета знали немногие. Численность подразделения не превышала 30 человек. За два месяца группа была полностью укомплектована, и начались тренировки бойцов по особой программе. Их первым руководителем стал Герой Советского Союза майор Виталий Бубенин, который командовал группой до апреля 1977 года. Суперсекретное подразделение в то время еще никто не называл «Альфой». Ее как бы не существовало, но действовать она уже начала.

Свою первую боевую операцию со-

трудники группы «А» провели 28 марта 1979 года в Москве, на территории посольства США. В тот день примерно в половине третьего второй секретарь посольства 1-м Пришла, выйдя на улицу Чайковского, подошел к какому-то молодому человеку, на короткое с ним переговорил, а затем провел его в консульский отдел. Почти сразу же все в посольстве пришло в движение.

Американцы обратились в МИД с просьбой вывести их здания неизвестно, который угрожает их жизни. МИД операцией передал эту информацию в КГБ, после чего в операцию вступила группа «А». Террорист, угрожая взорвать себя и здание, требовал вывести его на дипломатической машине в Шереметьево и отправить за рубеж. Офицеры спецподразделения его долго уговаривали, а затем, воспользовавшись удобной ситуацией, пошли в атаку. Видя бессмысленность своего дальнейшего сопротивления, преступник взорвал себя. Никто из сотрудников посольства не пострадал, но с тех пор все посетители консульского отдела подвергались личному досмотру.

Для группы «А» эта операция тоже не прошла бесследно. Анализируя действия «Альфы», в комитете пришли к выводу, что действия бойцов скорее походили на эксперимент, нежели на четкую и продуманную работу профессионалов. А через три дня Юрий Андропов издал приказ, который до сих пор определяет систему подготовки спецподразделения «Альфа».



## С миром по факту

**А. А. КОРЧАГИН, Бабаевский район:**

Сколько россиян погибло во время первой мировой войны?

По официальным данным, на фронтах первой мировой войны Россия потеряла два с половиной миллиона человек.

**Н. В. ШУМКОВ, Вытегорский район:**

Могут ли уволить человека с работы, если он в это время находился на больничном?

Нет, не могут. Согласно статье 33 КЗоТ Российской Федерации увольнение работника по инициативе администрации в период временной нетрудоспособности допускается лишь в случае невкии его на работу более четырех месяцев подряд (в некоторых случаях установлен и более длительный срок).

**Н. ГОРДЕЕВ, г. Вологда:**

Когда началось строительство стадиона «Динамо», и что раньше было на этом месте?

Строительство главного на сегодня спортивного сооружения Вологды - стадиона «Динамо» - началось в 1925 году на территории Духова монастыря.

**Г. Г. СОЧНОВ, г. Вологда:**

Кто и в каком размере устанавливает сейчас зарплату директору государственного предприятия?

Согласно недавно принятому постановлению правительства России и соответствующему Положению предусмотрены верхние пределы кратности к величине тарифных ставок первого разряда, из которой устанавливается должностной оклад руководителя предприятия. Конкретный оклад может быть установлен исходя из любого количества тарифных ставок в пределах, предусмотренных для данной группы предприятий по численности работников.

Конкретная величина кратности определяется органом исполнительной власти с учетом сложности управления предприятием, его технической оснащенности и объемов производства продукции.

**Н. В. СТУЛОВА, Вологодский район:**

Женился ли после освобождения из колонии бывший зять Л. И. Брежнева Юрий Чурбанов, и разведен ли он с дочерью бывшего Генсека?

Да, Чурбанов разведен с Галиной Брежневой, о чем, по его словам, сам он узнал после освобождения из мест заключения. Новой семьей, как нам известно, он пока не обзавелся.

## ОСТАВАЙТЕСЬ С НАМИ

Вы хотите получить ответы на самые разнообразные вопросы, касающиеся нашей истории, сегодняшнего дня России, Вологодчины, пенсионного, трудового, жилищного законодательства, встретиться с интересным собеседником, поделиться своими мыслями с другими, короче - если вы хотите все знать - выписывайте на первое полугодие 1995 года ежемесячное приложение к «Красному Северу» - газету «Дежурный репортер». Выходит она по-прежнему будет каждую последнюю субботу месяца.

«Дежурный репортер», естественно, станет поступать и к тем, кто подписывается и на «Красный Север». Оставайтесь с нами!

Ф. СП-1

Министерство связи России  
«Роснечать»

**АБОНЕМЕНТ** на газету «**ДЕЖУРНЫЙ РЕПОРТЕР**»

31149 (номер издания)

Количество копий: \_\_\_\_\_

на 1995 год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда (почтовый индекс) \_\_\_\_\_ (адрес) \_\_\_\_\_

Кому (фамилия, инициалы) \_\_\_\_\_

---

31149 (номер издания)

ПВ \_\_\_\_\_ МЕСТО \_\_\_\_\_ ЛП \_\_\_\_\_

**Дежурный РЕПОРТЕР**

Стоимость подписки \_\_\_\_\_ руб. \_\_\_\_\_ коп. Количество копий: \_\_\_\_\_

на 1995 год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда (почтовый индекс) \_\_\_\_\_ (адрес) \_\_\_\_\_

Кому (фамилия, инициалы) \_\_\_\_\_

Ежедневная газета «Красный Север» - это ЕЖЕДНЕВНАЯ информация для Вас!

• БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ •

## ЩИ ДА КАША - ПИЩА ВАША!

С удовольствием читаю материалы под рубрикой «Будьте здоровы». В этой связи и у меня возник вопрос: как человек должен правильно питаться?

В. А. Суслова, Сокольский район.

### От «Дежурного репортера»:

Предлагаем вашему вниманию точку зрения на эту проблему Георгия Красовского. Ему семьдесят девять лет, но здорово ветерана может позавидовать каждый.

В области питания две проблемы: количество и качество потребляемой пищи. Многие люди, если не большинство, склонны есть намного больше того, чем требует их организм. Это неизбежно приводит к полноте и к болезням.

Даже будучи очень голодным, есть следует, конечно, умеренно. По возможности в одиночестве, смакуя то, что ешь («не говорить с полным ртом»). Пищу следует хорошо разжевывать. Усваивается лишь то, что размельчено зубами или тертой.

Что касается качества пищи, то самым простым для каждого было бы выбирать и есть то, что соответствует его вкусу. К сожалению, у многих этот инстинкт утерян, и чтобы его снова обрести, следует придерживаться кое-каких принципов правильного, рационального питания.

1) Вегетарианский режим, исключая мясо и рыбу, представляется наиболее подходящим для тех, кто желает сохранить или вернуть здоровье. Я лично вегетарианец уже более 60 лет и полагаю, что если бы у меня были кое-какие недочеты, то я не мог бы проехать на 70-м году жизни на велосипеде от Атлантики до Урала более 8000 километров за 4 месяца в довольно тяжелых условиях.

2) Следует по возможности избегать продуктов, содержащих химические вещества и, в частности, пестициды, чересчур «очищенные» продукты - белый хлеб, шлифованный рис, белый сахар, как и всевозможные сладости, изготовленные на таком сахаре: варенье, торты, пирожные, печенье, мороженое и т.п. - также пагубно отражаются на здоровье. Тогда как мед хорошего качества и в небольшом количестве, наоборот, весьма полезен.

Среди вредных продуктов следует упомянуть также напитки с высоким процентом алкоголя, кофе, кока-колу, подслащенные, подкрашенные и ароматизированные «соки». Что касается чая, то его следует пить возможно более слабым, а соль вовсе упразднить со стола и с кухни.

Кстати, о кухне: специалисты по вопросам питания утверждают, что жареные животные жиры (включая сливочное масло) особенно вредны для здоровья. Под влиянием огня возникает яд акролина, медленно, но верно отравляющий организм. Вот, кажется, и все о вредном. Теперь о полезном.

3) Сырая пища (фрукты, ягоды, овощи, пророщенные пшеница и другие злаки) предпочтительней вареной и тем более жареной. Она должна быть составляющей по крайней мере 60 процентов нашего рациона. Находящиеся в ней витамины - залог здоровья и хорошего самочувствия. Хлеб из цельных зерен, в частности ржаной, несравненно питательней белого, в котором один лишь крахмал. Каши из злаков (гречневая, пшеница, овсяная, рисовая, ячневая), по мнению специалистов-натуропатов в области диететики, следует всегда сопровождать небольшим количеством бобовых (чечевица, горох, фасоль). Они утверждают, что одни дополняют другие и что при их совместном употреблении не может быть никакого недочета в необходимых аминокислотах. Орехи, миндаль, грецкие орехи, сушеные фрукты, растительное масло, грибы (лишь бы не ядовитые!) также весьма полезны и вкусны!

4) Вегетарианцы обычно едят яйца и молочные продукты. Однако, возможно, что для некоторых - чем меньше они их будут есть, тем лучше будут себя чувствовать.

## ХОЗЯЮШКА

### ЗА САМОВАРОМ Я И МОЯ МАША...

Отвечая на вопросы А. В. Бычковой из Вологодского, Н. А. Костиной из Череповецкого, Л. Б. Семинной из Бабаевского районов.



Для улучшения вкуса в сладкие кисели можно добавлять небольшое количество лимонной кислоты, предварительно разведенной холодной водой.

В горячей кисель для аромата можно положить немного ванилина, несколько капель мандариновой эссенции или целую лимонку (апельсина), а также корицу или гвоздику.

Чтобы сварить кисель из свежих ягод, нужно сначала отжать из них сок, потом отварить отжатые ягоды, добавив в кипящую воду сахар, крахмал, дать возможность вскипеть, затем влить сырой сок. При таком способе приготовления витаминов сохранится намного больше.

Разведенный картофельный крахмал нужно вливать в горячий сироп сразу и быстро размешивать. Лучше всего это по краям кастрюли. Густой кисель следует варить на слабом огне. Жидкий кисель не кипятить, а только довести до кипения.

Густой кисель нужно разлить в формы, смоченные водой, и посыпать сахаром.

Чтобы восстановить аромат зерен кофе, которые долго находились в закрытой коробке, нужно положить их на 10 минут в холодную воду, затем сразу же выпустить в духовку.

Чтобы улучшить аромат молотого кофе, его следует немного подсушить на огне и добавить несколько кристалликов соли.

Нельзя доводить кофе до кипения: от этого исчезнут его вкус и аромат. Если же кофе закипел, нужно немедленно снять кофе с огня и добавить в него несколько капель холодной воды.

Готовить кофе нужно в фарфоровых, фаянсовых, стеклянных, керамических, эмалированных или из нержавеющей стали кофейниках.

Вкус и аромат кофе гораздо улучшится, если в готовый кофе добавить немного какао.

Готовый кофе нужно сразу же разлить, так как продолжительное настаивание придаст ему горечь.

Хранить кофе нужно в закрытой стеклянной посуде, в металлических банках в сухом прохладном месте.

Чай станет гораздо ароматнее, если в коробку, где он хранится, положить кусочек лимонной или апельсиновой корки.

Заваривать чай нужно в фарфоровом или фаянсовом чайнике, предварительно сполоснув его крутым кипятком, затем всыпать 1-2 чайные ложки чая, заварить крутым кипятком на 1/3 объема чайника, накрыть салфеткой и через 5-7 минут долить кипятком доверху.

Вместе с сухим чаем можно положить в чайник кусочек сахара - тогда напиток будет более крепким.

Заваренный чай нельзя кипятить - от этого вкус и аромат его почти исчезают.



## ДЕЛО В ТОМ, ЧТО МЫ ЛЮБИМ ДРУГ ДРУГА

В вашу газету меня побудили написать письмо Светланы К. и отклики читателей на ее откровение.

Я человек молодой, прошел, как говорят, огни и воды... И хочу сказать, что семейное счастье зависит только от самих себя: никто тут не может быть подкачалком и советчиком. Главное, чтобы тот, по чьей вине произошел разлад «на корабле», понял свою ошибку и признал: так дальше продолжаться не может.

Мне было тридцать, ей двадцать один, когда мы поенились. У нее - только положительная «характеристика», а у меня... С малых лет побег из дома, выпивки, карты, ночлеги в подвалах, а потом срок. Там, в зоне, решил: вот выйду и все-завязываю. Хватит мучиться и мучить других.

После отидки несколько месяцев жил как вое. Меня бы поддержал кто, но... словом, пошло похало. Вновь срок. А после того, как вышел на свободу, встретил ее, мою Катю. Как же только не отговаривали, чтобы она не дружила со мной. И родители, и друзья. Мол, ты что, огуемла: ты же сорок выше образование получишь, а он - тюремщик. Забудит тебя. Но она почему-то мне поверила. Поверил и я в себя, на работу устроился, со старыми друзьями перестал встречаться, выпивать бросил.

А затем была наша свадьба. Впрочем, свадьбой ее и назвать нельзя. Потому что отметили мы наше бракосочетание вдвоем: у меня родители к тому времени умерли, а ее отец с матерью и друзья поздравить нас не решились.

С тех пор минуло уже семнадцать с половиной лет, у нас двое ребят - Олег и Слава. Живем так, что все задувают. И квартиру заработали, и дачу с машиной имеем. Но не в этом главное, а в том, что мы любим друг друга и понимаем с полуслова.

Между прочим, и с ее родителями - они уже старенькие - отношения такие, что, по моему, лучше и быть не могут.

И еще: проест здорово, что никто мне не напоминает о моем прошлом. Да и что напоминать: что было, то было, а вот взять себя в руки, остановиться помогла мне она.

Николай САМОХВАЛОВ, г. Череповец.

(фамилия по просьбе автора письма изменена).

**ТОО П.Ф. «Полиграфист»**  
выражет глубокое  
соболезнование  
**ЖИТКОВОЙ**  
Тамаре Дмитриевне  
по поводу безвременной смерти  
**МУЖА.**

## Доживем до понедельника

Главный редактор  
ТОО «Красный Север» - Евгений НЕКРАСОВ  
Редактор - Петр НЕПРЯХИН  
Компьютерная верстка  
и оформление - Вячеслава САНТАШОВА,  
Александра СЛЫХАЛОВА  
Рисунки Вячеслава ШИЛОВА  
Фото Вениамина МИТЕЛЬКОВА

### ОБЩИЙ ТИРАЖ ИЗДАНИЙ

ТОО «КРАСНЫЙ СЕВЕР» - 187 000 ЭКЗЕМПЛЯРОВ.

- Учредители - администрация области, ТОО «Редакция газеты «Красный Север», акционерная компания «Вологда-спресс» и областной Фонд социальной поддержки населения.
- Региональная инспекция (г. Тверь) N 1-0143.
- Справки по редакции: 2-02-72. Объявления: 2-04-61.

- Наш расчетный счет: 467079 в коммерческом банке «Вологда-банк» МФО 1808009 и/с 700164147.
- ТОО «Полиграфист», 160001, г. Вологда, ул. Челюскинцев, 3. Печать офсетная. Объем 2 тл. Изданы 51080.
- Тираж 32500. Цена 3090
- В РОЗНИЦУ - ЦЕНА СВОБОДНАЯ