



Ева

Ход конем

«Родители любят детей еще и потому, что в детстве их тоже любили их родители».

С4

ВТОРНИК, 10 ОКТЯБРЯ 1995 ГОДА, №239-240(22510-22511), ЦЕНА ДОГОВОРНАЯ (В РОЗНИЦУ)

ТОМСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА «КРАСНОЕ ЗНАМЯ», СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК ДЛЯ ЖЕНЩИН

«Я - СЧАСТЛИВАЯ»,

- с таким чувством живет
мать, воспитавшая
11 детей.

Родительский дом, семейные обеды по выходным, в праздники - скажите, читатель, вам повезло на такое?
Мы хотим познакомить вас с женщиной, родившей одиннадцать детей.

С3



НА СНИМКЕ:
Валентина Ильинична и
Станислав Павлович
Степико с внучкой
Катей.
Фото А. ВАСИЛЬЕВА.

Маруся ненаглядная



С7

ЕСЛИ вам не хочется расставаться с «Евой», не забудьте подписаться на газету «Красное знамя» на 1-е полугодие 1996 года

Цена подписки

18000
рублей

только до 15 октября

САМЫЕ ВАЖНЫЕ СОВЕТЫ ПО УХОДУ ЗА КОЖЕЙ

Щадите кожу при очищении

Не чистите ее чаще, чем это необходимо. Используйте мягкие средства очищения.

Внимательно ухаживайте за кожей

Давайте своей коже лишь то, чего ей не хватает. Прежде всего влагу и жиры, причем в таком объеме, чтобы она не слишком натягивалась.

Оберегайте кожу от вредных воздействий

Есть три фактора, каждый из которых уже сам по себе отрицательно влияет на кожу, а все вместе они могут стать для нее особенно опасными:

- ультрафиолетовое облучение:

неумеренный прием солнечных ванн приводит к преждевременному старению кожи;

- **загрязненный воздух:** все увеличивающееся количество аллергических заболеваний кожи можно полностью отнести на его счет;

- **«неправильная» косметика:** косметические средства тоже могут раздражать чувствительную кожу. Поэтому сразу же следует отказаться от кремов и красок для макияжа, если они вызывают раздражение.



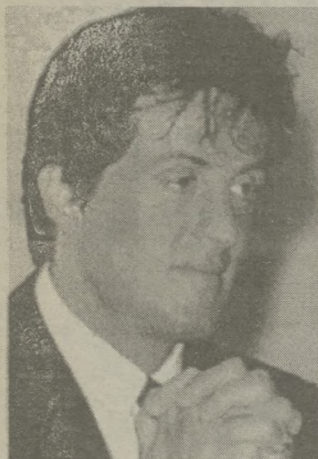
Листопад

Сколько же лет из
сорока двух ее
звали алкашкой?
Десять - уж
точно.



С8

О них говора́т



Сильвестр Сталлоне и его подруга, модель Анжи Эверхарт, хотят пожениться. Скорее всего это произойдет при участии Сикстинской капеллы и с благословения папы. Но Иоанну Павлу II эта идея совсем не нравится: Сталлоне разведен, а это считается грехом у католиков. Но если действительно любишь, то на "мелочи" не стоит обращать внимания.

Как известно, Ким Бэссинджер отказалась от съемок в фильме "Хелена в ящике", за что получила наказание - штраф в 8 млн. долларов. Но показания продюсера ленты, пытавшегося обогатить актрису, суд признал ложными. Поэтому штраф сократился на 6 млн. долларов.

Отказавшись сниматься в одном фильме, Ким произвела сенсацию в другом - в фильме Роберта Олтмана "Pret-a-porte". Делаем вывод: юридические разборки никак не влияют на талант актрисы.

Шэрон Стоун не спускается с пьедестала везения. Во-первых, вопрос о ее гонимости улажен (Шэрон получит вместо 4 млн. 6 млн. долларов), во-вторых, она снимается сразу в двух картинах и в обеих играет главные роли: в триллере Жоржа Клузо "Коварные" и вместе с Робертом Де Ниро в триллере Мартина Скорсезе "Казино". Стоун еще и еще раз подтверждает свою репутацию красивой и опасной женщины Голливуда конца века.



"Справедливая игра" - фильм режиссера Андраэ Сипеса, где главную роль сыграла супермодель Синди Кроуфорд.

Кинодебют Синди сопровождал Вильям Болдуин. Он играет полицейского, она - адвоката. Оба противостоят махинациям преступной организации. "Я - не вторая Мерил Стрип, - сознается Кроуфорд. - Но если я делаю это больше, чем просто хорошо, то пусть это будет сюрпризом для всех".

(«Шпигель»).
Специально для "Евы" перевела Ольга ОСАДШАЯ, студентка отделения журналистики ТГУ.

ВСЕХ РУМЯНЕЙ И БЕЛЕЕ

«VISNU», которая преображает женщину

Сколько женщин замирало в восхищении, разглядывая витрину с невиданными раньше кремами и лосьонами! Наши женщины уже не пугает цена и это прекрасно: на свое лицо они теперь боятся "бросать" что попало. Но... Сколько из нас, выложив кругленькую сумму за умопомрачительную коробочку, придя домой, убеждались: нет, не тот крем! Он, наверное, прекрасно подошел бы для любой другой дамы... Как так получилось - вроде и аннотацию сама лично перевела со словарем. Не подходит - и все тут!



Удивительно, но факт: единственный в Томске женский магазин "Джой" решил эту проблему. Теперь, вместо того чтобы сразу размахнуться на грандиозную покупку, можно взять так называемый пробник - маленькую упаковку незнакомого, но такого заманчивого для вас крема фирмы "Виши", причем бесплатно. Это ведущая во Франции фирма, производящая лечебную косметику вот уже 60 лет. Лабораториям "Виши" удается создать высококачественные средства по уходу за кожей буквально от головы до пяток!

Пользуясь кремами этой фирмы, ощущаешь особую мягкость быстротыпитающихся составов, их тонкий аромат. Подкупает уже то, что существуют специальные серии для жирной кожи, для проблемной подростковой. А какой выбор средств для очистки лица! Лосьоны, тоники, молочко, гели - для защиты кожи от окружающей среды, для увлажнения кожи...

Огромной популярностью во Франции пользуется омолаживающий крем "Новактия" - это средство специалисты фирмы разрабатывали целых 12 лет. "Виши" - это средства против морщин и дряблой кожи, для ухода за кожей вокруг глаз, и даже кремы, улучшающие естественный цвет лица. Имеют успех и эксфолианты - кремы отшелушивающие.

"Виши" - это около 200 наименований продукции, но как упустить, например, крем "Бюст-физио", призванный воссоздавать упругость бюста? Или крем "Селлаксия" - специальный крем для борьбы с излишними жировыми отложениями, в том числе с целлюлитом. Причем в магазине "Джой", что на ул. Крылова, 5, все эти замечательные препараты вам предоставят с великолепной аннотацией на русском языке - если вы не надеетесь на свой французский.

Мы привыкли уже к обилию косметики, от которой лемятся прилавки, и те, кто остановил свой выбор на "Виши", разумеется, знают, что эту ведущую европейскую фирму можно поставить в один ряд с "Шанель" и "Кристиан Диор" в одежде. Те же безупречные качество и репутация. Как мы распорядимся своим здоровьем, а значит, и красотой, зависит от каждой из нас. Но лучше не пользоваться кремом вообще, чем пользоваться плохим...

В магазине "Джой" вам пока не смогут предложить все 200 наименований продукции "Виши" - слишком мала площадь торгового зала, и весьма грустно, что единственный в городе женский магазин вынужден ютиться на 15 квадратных метрах. "Джой" рассмотрит с удовольствием любые предложения по аренде помещения в центре города.

Но по-прежнему в продаже не только новинки. На прилавках "Джой" можно увидеть и нежнейшее белье французской фирмы "Carina" и высококачественные итальянские колготки "Sapellegrino". По-прежнему "Джой" - это мир Женщины, которая ценит только все самое лучшее.

Е. ТВЕРСКАЯ.

Фото Валерия КАСАТКИНА.

«Ослы» запрещены

Знаете, насколько тактична нынешняя баронесса Маргарет Тэтчер?

А тактична она подобно сексуально изголодавшемуся питону. Именно такое сравнение недавно было употреблено английскими парламентариями в отношении знаменитейшего политика, ставшего символом целой политической эпохи в Великобритании. И думаете, оскорбленная воительница с единой Европой решила проучить обидчиков в суде? Отнюдь, подобные эпитеты уже не считаются в английском парламенте чем-то предосудительным.

Однако это не означает, что, нападая на идейных противников, можно поминать весь зоопарк. В смысле сравнений с братьями меньшими в Вестминстере существует целая система ограничений. Так, запрещены выражения типа "глупый щенок", "тупой осел", "молчать, собака" и прочие "ласковые" определения. А вот ссылки на свиней, змей отчего-то уже не выглядят криминалом. Если так дело пойдет, то Тэтчер уподобят не питону, а, например, гадюке.

Тест ДЖИВАС

Возьми судьбу в руки

Есть люди, которых ничто не может вывести из равновесия, других даже мелкие неудачи выбивают из колеи. А ты? Легко ли ты теряешь уверенность в себе, или, наоборот, всегда знаешь, что делать? Ответить на эти вопросы поможет тест, разработанный американскими психологами.

1. Хотела бы ты изменить что-нибудь в своем любимом?
а) чуть-чуть, чтобы поднять его до себя, - 2 очка, б) у него есть много привычек и качеств, которые мне не нравятся, и я надеюсь, это удастся изменить - 0, в) нет, зачем? каждый имеет право быть самим собой - 4.

2. Прислушиваешься ли ты к советам и предостережениям своих знакомых и родственников?
а) да, мне постоянно нужен чей-то совет - 4, б) никогда, всегда решаю все сама - 0, в) редко - 2.

3. Любишь ли ты сплетничать?
а) к сожалению, да - 1, б) нет, когда нужно, умею промолчать - 5, в) временами, но никогда не злословлю - 3.

4. Принимаешь ли ты близко к сердцу то, что думают о тебе другие люди?
а) не очень - 0, б) нет - 4, в) в некоторых ситуациях это для меня очень важно - 2.

5. Ты решаешь важную задачу и вдруг, выполнив половину работы, выясняешь, что уже в ее начале была допущена серьезная ошибка, которая может все испортить. Что ты тогда делаешь?
а) ошибки случаются с каждым, "вязну" дальше - 0, б) начинаю еще раз и стараюсь сделать все лучше - 2, в) пробую спасти, что можно, - 4.

6. Ты всегда веришь в то, что тебе рассказывают?
а) некоторые истории настолько неправдоподобны, что

я сомневаюсь в их правдивости - 3, б) почему бы и не верить? Нормальные люди не должны постоянно лгать - 1, в) в общем-то нет, ведь это обычные сплетни - 5.

7. Считаешь ли ты себя разумным человеком?

а) нет, действую под влиянием чувств - 1, б) в некоторых делах руководствуюсь чувствами, в других - рассудком - 3, в) не делаю ничего, предварительно не взвесив все "за" и "против", - 5.

8. Ты высмотрела в магазине достаточно дорогой "пустячок", который непременно хочешь купить. Часть денег на него есть, однако тебе еще порядочно не хватает. Что ты делаешь?

а) беру займы недостающую сумму - 1, б) еще раз пересчитываю деньги и прикидываю, от чего в этом месяце придется отказаться, чтобы хватило на покупку, - 4, в) буду копить, надеюсь все-таки купить понравившуюся вещь, - 5.

Результаты

Менее 10 очков. "Размазня" или "жесткая судьба". Ты не можешь понять, почему часто оказываешься в затруднительном положении. Начинаешь подзревать, что являешься просто неудачницей, так как у тебя постоянно что-то не получается. А с другой стороны, оказавшись в сложной ситуации, не очень-то задумываешься, как из нее выбраться. Полагаешься на милость судьбы и веришь, что со временем все само прояснится. Делаешь все неохотно, потому что не веришь в собственные силы.

Попробуй взять дело в свои руки и не прячься от обстоятельств. Перестань внушать себе, что судьба невзлюбила именно тебя. Не очень-то рассчитывай на сочувствие и помощь людей, думай лучше о том, что невезение кончится, стоит начать действовать и думать о том, как справиться с проблемами и избежать грядущих бед. Постарайся предугадать результаты своих поступков, а в случае поражения не грусти - это ведь еще не конец света. Просто подумай, что в будущем поможет тебе избежать поражения. Больше веры в себя и настойчивости в поступках.

От 10 до 24 очков. "Лежебока". Случается, что происходящее застигает тебя врасплох - такого оборота дел ты не предвидела. Вот ты и чувствуешь себя беспомощной, хотя и не показываешь вида, что тебе нелегко. Хорошо уже то, что вместо того, чтобы заламывать руки, ты начинаешь прикидывать, что бы такое предпринять. Правда, временами охотно сетуешь на несправедливость судьбы, ничего при этом не делая. А так нельзя. Пирог не удался с первого раза - замеси тесто снова, шеф устроил головоломку, но ты чувствуешь, что твоей вины тут нет, иди к нему и спокойно все объясни. Муж пришел домой зол на весь свет и сорвал зло на тебе? Спроси, что случилось и стой ли это того, чтобы так себя вести? Помни, что человек учится на ошибках, а поражение или неприятная ситуация не только не наносит урон, но является ценным опытом.



Развод по-тегерански

В Тегеране суд наконец согласился дать развод женщине, которая жаловалась на то, что ее муж "избивает ее, подвергает ее физическим и моральным пыткам".

Для того чтобы вынести подобный вердикт, суду понадобилось... четырнадцать лет. Женщина подала на развод еще в 1981 году, причем уже тогда заявила, что никаких материальных претензий к своему супругу она не имеет, на имущество не покушается, лишь бы только их развели. За эти годы она неоднократно подавала жалобы на повторяющиеся избиения, обращалась во все более высокие инстанции, пока не дошла до генерального прокурора. И тот распорядился, чтобы это дело решили как можно быстрее.

Рейтер.

ПОРТРЕТ ДЛЯ ОБЛОЖКИ

В типовой кухне моих московских знакомых стоит обеденный стол в форме эллипса, персон этак на восемнадцать. Хозяйка квартиры лет десять назад обнаружила его около помойных бачков: кому-то стал ненужным. Уговорила мужа забрать стол. Муж ворчит до сих пор, едва протискиваясь в кухню мимо "кормильца": "Едим, как графья, а пройти негде". (За этим столом вся семья из трех человек действительно выглядит аристократически). Но жена не уступает, полная ностальгии о своем детстве, большой семье, семейных обедах. Гостям "кормилец" тоже нравится, как в дом - так на кухню: "многоуважаемый стол" и все прочее. Впрочем, это присказка, "сказка" впереди...

«Все образуется»

Первый ребенок - дочь Ирина - в семье Степико появился в 1960 году. (Валентина Ильинична заканчивала медицинский, Станислав Павлович ушел из университета преподавать в школу, чтобы было на что содержать семью). Последний - Павлик - спустя двадцать четыре года. Сейчас он в седьмом классе.

- Я сама из большой семьи, - рассказывает Валентина Ильинична, - нас у мамы шестеро было, поэтому мне не страшно было иметь много детей. Как бы ни было трудно, я знала, что в конце концов все образуется.

Рожая в течение 24 лет примерно раз в два-три года, женщина умудрялась практически не прерывать трудового стажа. Каким образом?

- В декрет уходила за две-три недели до родов, врачи меня всегда ругали, но я сама врач. После родов три месяца - два декретных и один отпускной сидела дома. Потом малыша в ясли - и на работу. Старшие, когда подросли, стали помогать, сидели с малышами, когда нужно было.

- Но, насколько знаю, вы всегда работали на ставку, а то и на полторы. Неужели не уставали? Ведь стирка, готовка, женщина с маленьким ребенком всегда недосыпает... Как вы справлялись, как не уставали за столько лет? Я вас помню всегда красивой, собранной...

- У меня способность такая - мгновенно засыпать и просыпаться, когда нужно. Но днем обязательно пять-десять минут мне нужно поспать. Я, бывало, приходила с работы и просила семью: "Вы меня десять минут не трогайте". Ухожу в какую-нибудь комнату и засыпаю. Точно через десять минут встаю и могу хоть до двух ночи все делать.

Проблема была не в том, чтобы работать, проблема была в один садик детей устроить. Никогда нам навстречу не шли. Трое малышей - каждый в разном садике. В один - не положено. Как вспомню, так вздрогну. Забирать их чаще мне приходилось, у мужа обычно занятия со студентами были ввторую смену. Одного возьму, еду за вторым. Один на руках, второго за шиворот - едем за третьим. На улице холодно...

Система "в одни руки, не больше" (буханку хлеба, пачку масла, пачку колбасы, место в садике) потрепала нервы семье Степико и при получении квартиры. Свою двухкомнатную им удалось когда-то обменять на трехкомнатную, но семья все росла и росла, и Станислав Павлович стал просить горисполком дать в одном доме на одном этаже две квартиры - двух- и трехкомнатную, а имеющуюся у них трехкомнатную забрать. На этот вариант долго не соглашались: как это, одной семье - два ордера. "Да вы мне дадите только одну квартиру, - убеждал Станислав Павлович, - двухкомнатную, вторая - в обмен на ту, что мы сдаем". В конце концов убедил. И в двух квартирах разместились, если это слово уместно, шестнадцать человек (папа с мамой, дети, старшая дочь с мужем и детьми). Конечно, пять комнат не сравнить с тремя, но и здесь было тесно. Степико стали просить у властей отдать им старый университетский дом. Побывав в нем, зам. председателя исполкома Г. А. Панкратова сказала: "Я не могу взять на себя ответственность и вселить многодетную семью в аварийный дом. Подождите до Нового года, мы вам дадим хорошую квартиру".

- Когда муж пришел с этим известием, - вспоминает Валентина Ильинична, - мы решили, что все пропало. "Лажка", - сказали дети насчет обещания из Нового года. Но в конце декабря нас вызвали в исполком и вручили ордер на пятикомнатную квартиру. И прежнюю, на Нахимова, оставили. Как я благодарна Галине Александровне Панкратовой, не высказав.

«Сколько детей, столько и боли»

- Валентина Ильинична, все же чего больше вы испытали от людей как многодетная мама: доброты или неприязни?

- Было всякое. Надо просто не обращать внимания на плохое. Хотя... вы знаете, наверное, что один из сыновей, Коля, ему двенадцать лет было, погиб. Попал под машину. В школу торопился, им велели контурные карты принести к полчетвертому. Он в магазин за ней пошел, а там перерыв до трех. Купил, побегал. Эта карта, будь она не ладна, до сих пор в шкафу лежит...

После этого одна женщина мне на работе сказала: "Хорош вам, много детей, не так жалко". Я не сдержалась тогда, резко ответила: "Мне больше, чем вам жалко, вы одного родили, а остальных убивали. А я не убивала, и мне они все дороги".

Почему-то многие считали, раз у нас столько детей, значит, они всего лишены. Помню, попросила

Кто кого жить учил

- Валентина Ильинична, кто у вас в семье тон задает и что вам представляется важным, чтобы семья была крепкая?

- Станислав Павлович был старше меня, и поначалу он меня многому учил. Говорил, например: "Никогда не требуй, чтобы дети просили прощения, умоляли - "Я больше не буду". Ребенок не сможет сдержать слово: не бегать, не шалить, не делать того, чего обещал, потому что он - ребенок. И ему просить прощения - значит учиться фальши.

Мальчики в основном характером в мужа. Упорные, все умеют делать. Раньше, когда была жива моя мама, мы ездили каждое лето к ней на Алтай, на речку Чарыш. Река, рыбалка, лодка, воздух. Станислав Павлович учил их всему, что должен уметь мужчина, он ведь тоже деревенский, тоже с Алтая. Позже мы взяли участок в Межениновке, муж там сам построил дом, дети помогали. Огород там у нас - 24 сотки. Станислав Павлович не признает никакой пахоты - только руками, "все должно через руки пройти". Словом, дети все знают

особенного, так и нет. Когда говорят: это дорого, то дорого, я отвечаю: "А когда было дешево?" У меня такое ощущение, что некоторые хотели бы жить в прежние времена, но иметь сегодняшнюю зарплату. А у нас тогда денег больших не было и сейчас нет. Надо жить, нельзя расписываться в бессилии, нельзя паниковать... Хотя я вообще-то паникер, но не хочу дать поселиться панике в моей душе и в моем доме.

- Вы, Валентина Ильинична, паникер? Что вы на себя наговариваете? Да я знаю, что все мамы на вашем участке были спокойны, когда вы в поликлинике работали, от вас спокойствием заряжались.

- А чего мне это стоило? Болеет ребенок на участке, я сама не своя, прибежала и в воскресенье его посмотреть, извинюсь перед родителями, что потревожила, но зато самой спокойнее. Я правда паникер. Еще со школы. Как увижу трудную задачу - не решу. Все пропало. Но я знаю за собой такой грех и не позволяю себе расслабляться, беру себя в руки. Вот такой случай был давно, правда, когда я ездила к сыну, который в Читинской области, на какой-то "точке", где пять домов, служил. У него первый ребенок родился, жена молодая - только-только восемнадцать исполнилось, и мы со сватьей решили их провести. Приехали, ребенку две недели, и у него уже несколько дней температура под тридцать девять. Был военврач, дал камфору, сульфадиметоксин, велел делать компрессы и показывать ребенка дней через пять. Я как все это услышала - стою ни жива, ни мертва. (Невестка потом вспоминала: я не знала, с кем мне раньше отваживаться, с вами или с ребенком). Но тут же сама себе сказала: "Стой. Ты сейчас не бабка, ты - врач". Взяла себя в руки, выбросила сульфадиметоксин - это же яд для двухнедельного, а не лекарства, - начала лечить малыша.

- А что было-то?

- Лимфаденит. Я потому и запаниковала, что степь кругом. Где операцию делать, если придется? Но обошлось.

Мало уже не будет

Теперь, когда читатель имеет хотя бы небольшое представление о жизни семьи, о жизни женщины, родившей одиннадцать детей, я готов ответить на вопрос, почему взялся за эту тему сегодня, когда в обществе отношение к многодетным семьям практически однозначно отрицательное.

Почему оно отрицательное, понятно. Наше государство и раньше-то последним в Европе, много позже даже соцстран, начало предоставлять какие-то льготы многодетным. Едва ли не полвека потребовалось, чтобы понять: нельзя равнять семью, где один-два ребенка и где пять-семь. Надо помогать большим семьям материально, строить специальные квартиры и т.д. Сегодня и те немногие льготы, что были в СССР утеряны, почти перестали действовать. Бесконечная задержка "детских" денег, например. (Вспомните отчаянное письмо матери пятерых детей из Томского района в одном из недавних номеров нашей газеты.)

Другой момент, раздражающий общество, - многодетные семьи родителей-пьяниц, поставляющие детей-преступников и слабоумных. О них, "неблагополучных семьях", пишут и говорят в наших средствах массовой информации гораздо больше, чаще и с большей страстью, чем о таких семьях, как семья Степико.

Действительно, что в них особенного. Нормальные, порядочные люди, подняли на ноги десятерых детей, из которых никто ничего плохого обществу в целом и отдельным гражданам не сделал, семеро уже имеют профессию, трудятся, троим учатся.

Особенное в них то, что они - большая и дружная семья, как ни банально это звучит. В той новой жизни, которая сейчас строится, это обстоятельство становится все более важным. На доброе государство, которое подаст и худо-бедно прокормит, защитит, надежды теперь нет. Родные по крови люди тоже нередко становятся чужими друг другу, а то и врагами. Где искать защиты, помощи, поддержки? (От простого - помочь выкопать картошку, посидеть с ребенком, до утешения в горе, помощи в болезни). В большой семье, даже если не все "равно дышат" друг к другу, все равно найдутся родственные души. Помогут. (В этом смысле нынешнее поколение, растущее в семье, где один-два ребенка, представляется мне поколением одиночки в будущем. Если, конечно, они сами не создадут большую семью). Моральная защищенность, ощущение надежности, которое есть в больших нормальных семьях, распространяется и на общество. "Я люблю свою семью, горжусь ей, мне в ней хорошо и спокойно, поэтому я люблю свою страну, поэтому мне в ней тоже хорошо и я тоже ей горжусь" - примерно такая психологическая установка у человека. И я думаю, что не последний фактором победы в Великой Отечественной войне была именно такая моральная атмосфера во множестве больших семей, которые были прежде в СССР. И, возможно, распад Союза начался тоже не с перестройкой и не в Беловежской пуще, а давным-давно, когда семьи стали мельчать количественно год от года. Так что выражение "Крепка семья - крепка держава" вовсе не надуманный позунг.

В широком коридоре квартиры Степико я увидела большой стол у стены. Не такой огромный, как в квартире московских знакомых, но достаточный, чтобы за ним уселся человек десять-двенадцать. Когда собираются за ним все, кто в Томске, Валентина Ильинична невольно пересчитывает детей, как тогда, когда они все были маленькими.

- Сосчитай, и все кажется, что кого-то не хватает. Все кажется, что мало.

Но ей можно не волноваться. С внуками, а их уже восемь, мало теперь никогда не будет.

Соломон ВЫГОН.
Снимок 1983 года.
Фото Н. ПОТАПОВА.

«Я - счастливая»,



- утверждает женщина, родившая одиннадцать детей.

ребят белье развесить, я утром постирала и на работу торопилась. Они мне потом рассказывают. Идут женщины с нашего двора и говорят: "Бедные дети, детства не видят".

- Почему-то очень неприязненно встречали меня в райисполкоме, в загсе, когда ходила детей регистрировать. Губы поджаты: "А-а, это опять вы", как будто я у них что-то отбираю. А в исполком за последним ордером я даже не пошла, мне ведь ордена "Материнской славы" положены трех степеней... Их так выдавали, что мне уже и не в радость было.

- Понятно, что вы воспринимали даже сочувствие "в штыки". Но ведь действительно, наверное, материально было нелегко.

- Вы знаете, я не помню, чтобы наши дети были чем-то обделены. Пусть понемногу, но всего перепробовали. Мы старались не отказывать, когда им очень хотелось каких-то конфет, фруктов или торта магазинного. Ужимали бюджет в чем-то другому, но не отказывали. А то, что их много, так они научились помнить друг о друге. Чтобы кто-то из моих в садике, получив подарок в праздник, открыл его тут же и стал пробовать - никогда! Принесут домой, все разделим поровну...

Очень много было и забавного в отношении нашей семьи. Приезжает родственница из Казахстана, на нашей кухне все внимательно смотрит. Потом говорит: "Да у вас та же посуда, что у меня". Оказывается, ее знакомые, зная, что у нас много детей, просили посмотреть - какие кастрюли, какие сковородки. Понимаете, все считали: если нас много, значит, и варим не иначе, как в ведре.

Одна приятельница рассказывала, что ее знакомая удивлялась, услышав про нас: "Не представляю, как такую семью можно накормить хотя бы хлебом". А та ей ответила: "Давай на спор - приведу к Степикам хоть пятерых, хоть десятерых среди ночи, и найду их у них что поесть и каждому место найду, где переночевать". К нам и вправду приходили специально на наших детей посмотреть. Как они размещаются в квартире, где сидят, что едят. Чаще всего приходили хорошие люди...

По поводу же недоумения людей, а то и неприязни к себе, как многодетной матери, сказала Валентина Ильинична:

- Тяжело бывало это выносить, но сколько радости. Я счастливая. Родители знают, как приятно, когда тебя ребенок целует. А кого больше, чем меня, целовали?! Каждый день. Уже и выросли, а приходят домой, обнимают, целуют. Я этому рада, хотя иногда стесняюсь. Немополая уже. Муж ворчит: "Чего они на тебя вешаются". "Да ты радуйся", - говорю, - что они нами, немоподыми, не брезгуют".

по хозяйству, все умеют. Костер с одной спички развести или пирожки спечь... Да, я серьезно про пирожки. Не раз, бывало, утром тесто поставлю, чтобы вечером пирог испечь, прихожу - теста нет. Кто-нибудь из детей - и мальчики тоже - уже испек пирожки или шанежки и всех накормил. У Ирины дети тоже уже умеют готовить.

- ...Я помню про ваш вопрос. Сначала муж меня учил, как с детьми обращаться, а потом я его одергивала, если он слишком суров был к ним. И дети у нас все правдивые, ласковые, но палец им в рот не клади, за себя постоят.

- ...В семье все зависит от женщины, особенно там, где дети. Женщина, которая себя больше детям отдаст, а за мужем не ухаживает, семью не сохранит, я думаю. И там, где женщина больше для мужа старается, чем для детей, тоже плохо. Разделять себя для детей и для мужа - в этом весь секрет. У меня племянница вышла замуж в семнадцать лет, через два дня, как школу окончила. Спустила несколько лет приналась мне: "Если бы снова, я бы так рано замуж не пошла. Я думала замуж - это романтика".

Я своих старших, тех, что уже семейные, настраиваю: надо терпеть друг друга, слово грубое, не дай Бог, о муже или жене сказать. Я так и говорю: "Вы можете представить, чтобы отец обо мне что-то грубое сказал или я о нем?" У меня папа с мамой неграмотные крестьяне были, а я завидовала, бывало, тем, у кого родители образованные. Только позже поняла мудрость своих. Папа, как пришел с войны, сказал: все, мать, ты нарабаталась, больше работать не будешь, детьми будешь заниматься. Теперь я буду семью обеспечивать. Они дружно жили, без ссор.

Вы не поверите, но мне, несмотря на детей, удавалось много читать. Я вообще не романах воспитанная, и мне страшно, когда в семьях ссоры, когда кто-то кого-то бросает. Из-за того, может быть, я и любимым свой роман "Война и мир" не перечитываю. Мне очень обидно за Наташу Ростову, зачем Толстой так с ней в конце романа поступил... Вы удивлялись, что, несмотря на детей, я работала. Может, именно потому, что не хотела "уйти в детей", как моя любимая героиня. Ну и жизнь, конечно, заставляла, деньги были не лишние...

«Не позволяю себе паниковать»

- Сейчас вам с мужем намного труднее содержать семью, чем раньше?

- Вы знаете, единственное, что мне в этом времени не нравится, это неизвестность - что будет дальше. А в остальном... как не было у нас ничего



ОТЦЫ И ДЕТИ

“Родители любят детей еще и потому, что в детстве их тоже любили их родители”.
Бенджамин Спок.

— Почему при слове “развод” перед глазами обязательно встает образ эгоистки-матери, которая не дает несчастному отцу видеться с родным сыном? — спросила как-то знакомая. — Причем все прекрасно знают, что часто бывает как раз наоборот. Вот как у нас, например.

Развод назревал давно. По каким-то едва уловимым приметам женщины обязательно догадывается, что у ее мужа есть другая. В этой ситуации обычно важным бывает только то, насколько серьезны последствия. Наталья Сергеевна понимала: если сделать вид, что ни о чем не догадываешься, возможно, развода не случится вообще. Если вид не делать, развестись можно прямо сегодня же. И она, и муж Борис, конечно, подозревали о мыслях друг друга. Но — молчали. И хотя пятилетний Пашка, казалось бы, ни о чем не догадывался, по временам он становился неуправляемым — грубил, не слушался. Особенного предпочтения никому из родителей не отдавал: разбрасывая игрушки, делал назло им обоим.

Они при ребенке никогда не выясняли отношений. Так что объяснить Пашке, почему папа ушел от них жить к тете Ларисе, не представлялось возможным в принципе. Хорошо доктору Споку советовать... “Мать может сказать: “Твой папа и я часто спорим и ссоримся, так, как ты с Питером Дженгисом. Поэтому мы решили, что нам лучше не жить в одном доме. Но папа все равно останется твоим папой, а я все равно буду твоей мамой”. А если не было ссор?

Наталья Сергеевна вспоминает, как она однажды, придя домой с работы, обнаружила в самой дальней, Пашкиной комнате притихших папу и сына. У папы вид был не ахти какой: виноватые глаза, какие-то суетливые движения... Она бросила взгляд на Пашку и застыла: столько было горя в его сжавшейся в углу фигурке! И вот тут Наталья Сергеевна изменила самообладание: она бросилась к Пашке, схватила его на руки и прижала к себе. По лицу катились слезы, мешаясь с косметикой... Она помнит свой крик: “Кто тебя просил травмировать ребенка?!”

Больше в доме криков не было. Борис ушел из дома налегке, с одним чемоданом. Наталья Сергеевна не знает, что он обещал Пашке в тот злосчастный день объяснения: может, обещал звонить каждый день, может, забирать из сада, а может, брать на выходные. Но Пашка, когда слышит слово “папа”, замирает и сжимается, как тогда.

Наверное, для пятилетнего мальчишки такой уход родного отца значит даже больше, чем его смерть, как ни кощунственно это звучит. Почему папа ушел от него, что он сделал папе плохого? Кто скажет, что эти вопросы маленький человек решает безболезненно для собственного здоровья?

Борис не позвонил Пашке ни через день, ни через два. Раз в месяц Наталья Сергеевна получала алименты, на которые, ясное дело, ребенка не поднимешь. Она смирилась с ударом судьбы еще раньше, тогда, когда конфликт назревал. Но она никак не может смириться с затравленным взглядом Пашки. Он впервые спросил про отца накануне своего дня рождения. Спросил, глядя куда-то в окно, нарочито безразличным тоном: “Мама, а тетя Вера придет ко мне на день рождения?” — “Ну конечно, она же всегда приходит”. — “А Витяка?” — “И Витяка, куда мы без него?” — “И бабушка придет?” — “Все придут, Паша, все подарят тебе подарки”. — “И папа?”

Мать обернулась от плиты и едва не зажмурилась от боли: так страшно было смотреть в распахнутые Пашкины глаза, которые ждали от нее только одного ответа. Она не могла в ту минуту ответить ему иначе: “И папа”. Замешкавшись, она все-таки добавила: “Если сможет”. Но Пашка ее уже не слышал. Вприпрыжку он бросился к своим машинкам, и вскоре из его комнаты уже раздались какие-то победные вопли... Он был не похож на себя в эти два дня перед своим праздником: необычайно много смеялся, был покладист и, казалось, любил весь мир.

В день рождения Пашка проснулся затемно: “Мама, мы не опоздаем накрыть на стол?” Он заставил мать испечь папин любимый пирог с вареньем, хотя заматанная Наталья заранее купила магазинный торт. В новый костюмчик Пашка оделся за три часа до прихода гостей. Когда пробило пять, забеспокоился: “А папа знает, что у меня сегодня праздник?” Наталья ничего не сказала — вышла в кухню. Пришли близкие: Вера с Витькой, Натальины родители. Из другого города позвонила “дальняя” бабушка, мать Бориса. Пашка ее знал плохо, но был удовлетворен звонком: “Моя дальняя бабушка поздравила!”

За столом Пашка крутился, был возбужден и почти ничего не ел. Натальина мать понимающе глядела на Наталью, и когда Пашка унесла показать Витьке новую игру, попеняла: “Могла бы и позаботиться о ребенке. Напомнила бы своему заранее. Они, мужики,

жать слабого и наказывать невинного?”

Пашка пошел в школу, и в тот дождливый день 1 сентября его провожала одна мама. Пацаны с огромными букетами цветов оглядывались у школьных дверей на отцов. Пашка, не оглянувшись, шагнул вперед и смешался с толпой первоклашек.

“В нашей семье, — рассказывает Наталья Сергеевна, — всегда было такое мнение, что папа — добрый, а мама — строгая. Папа приходил с работы поздно, говорил с Пашкой только о приятных вещах — о самолетах, конструкторах, путешествиях. Папа никогда не ругал Пашку — все неприятные процедуры выполняла мама. Мама журила за разорванный рукав, за грязные ботинки. Мама заставляла есть суп — папа мог обойтись одним шашлыком на улице. Мама просила убрать игрушки, а папа, наоборот, мог вместе с Пашкой эти игрушки разбрасывать... И вот представьте: исчезает из семьи добрый папа, и ребенок остается один на один с этим нудным, ужасно неинтересным существом — мамой. Какое детское сердце это выдержит?”

Пути отцовские неисповедимы. И жизнь устроена так, что встреча отца с сыном обычно все-таки происходит. Через несколько месяцев, лет или даже десятилетий. И чего в этой встрече будет больше — горя или радости, — наперед сказать трудно. Не хочется морализаторства. Мне очень нравится сказка-басня Феликса Кривина о Морском Коньке, которую,



такие мелочи, как день рождения, и за праздник-то не считают”. “Раньше — считал”, — только и успела ответить Наталья, и в комнате снова появился Пашка.

Когда хозяйка пошла проводить гостей, Пашка остался дома, хотя терпеть не мог сидеть один: “Я подожду тебя, вдруг кто-нибудь придет?” Этот “кто-нибудь” не пришел ни в тот вечер, ни через неделю. Наталья теперь завидует своей приятельнице Наде, которая тоже разведена, но бывший муж которой, регулярно навещая Славика, берет его к себе на дачу, и там Славик играет со своей новой “сестренкой”. Раньше бы Наталья Сергеевна в ужасе отвергла подобную ситуацию. Сейчас она, положив руку на сердце, выбрала бы этот, второй, вариант.

В самом деле, лучше и не представлять себе, что творится в душе маленького человека, впервые столкнувшегося с предательством. Ученые, медики сделали неутешительные выводы, что большинство преступников — дети неполных семей. И дело, утверждают врачи, даже не в том, что матери было некогда всю себя отдавать воспитанию ребенка — она зарабатывала на жизнь. Дело в том, что травма, нанесенная самым близким человеком, практически не излечивается. И место доброты в душе пацана занимает жестокость: значит, можно оби-

верена, с улыбкой прочитает каждый отец. И, прочитав, задумается.

“У Морского Конька на животе сумка. И когда у него спрашивают:

— Вы кондуктор? Или, может быть, почтальон? — Морской Конек отвечает с гордостью:

— Я — отец! В этой сумке — мое потомство!”

Очень странно. Дети — это работа матери, и уж во всяком случае не отцу носиться с какими-то сумками, даже если они набиты потомством.

— Может быть, вас оставила жена? — спрашивают у Морского Конька. — Может быть, вы, извините за напоминание, овдовели?

— Нет, я не овдовел, — отвечает Морской Конек, — и жена меня не оставила. Но я же вам сказал: я — отец!

И тут уж никто ничего не может понять. Отец! Ну и что, что отец! Разве у отца нет своих дел? Почему бы Коньку, например, не поиграть в шахматы? Ведь посмотреть на него — он так и просится на доску.

Проситесь, конечно, проситесь, и с удовольствием бы поиграл, — но поймите же, он отец настоящий, самый настоящий отец! А раз так — какие тут могут быть шахматы?”

Е. КАЛИНИНА.

Мгновения Судьбы

Татьяна Маликова:

«Я попробовала опиума телевидения»

Когда видишь на телеэкране незнакомое лицо, всегда пытаешься “вычислить” примерный путь этого человека к телеэкрану. Иногда удается. Относительно нового тележурналиста творческого объединения “Вечерний кофе” Татьяны Маликовой все предполагаемые варианты разбиты как волна о камень. Кроме одного: в Томскую телерадиокомпанию ее привела фанатичная любовь к телевидению.

— И все-таки, Татьяна, интересно узнать, как выпускники философского факультета университета попадают на Томское телевидение?

— Как я вообще попала в Томск — лучше начать с этого. Томск — символический город для нашей семьи. Мои родители учились здесь: папа — “атомщик” политехнического, мама — “филологиня” университета. Для них Томск — это молодость и любовь, это Университетская роша — отец до сих пор, приезжая сюда, бродит по ней со слезами на глазах. Я росла в Казахстане, куда по распределению уехали мои родители, росла под впечатлением о далеком прекрасном Томске. Я его уже тогда любила. Еду в Томск и поступаю на философский факультет университета. Конечно, не потому, что хотела стать философом.

Для меня “философ” — это такое грандиозное понятие... Я думаю, чтобы стать им, нужно обязательно быть гением. У меня в дипломе написано “философ”, и мне было очень долго не по себе. Какой я философ? Я училась, чтобы получить разностороннее, прекрасное образование — нам читали и историю средних веков, и физику, и историю Востока, и философию математики. Книжки по философии для меня — всегда как зарядка для мозгов. Я прочитала, правда, несколько лекций по философии в Караганде, куда приехала по распределению, и окончательно поняла: это не мое. Педагогом ведь тоже надо родиться.

— А как вы поняли, что родились тележурналисткой?

— Как теперь понимаю, я должна была стать журналистом газеты. Я всегда носила с собой блокнот и, стоя где-нибудь в очереди, записывала наблюдения, мысли. Но я пришла в Караганду на местную студию телевидения и меня приняли. Все складывалось довольно успешно, если бы не сильная тоска по Томску. Меня преследовали кошмарные сны! Представьте: снится весна, Университетская роша, этот аромат неопределимый, томский. Мне стало казаться, что все главные события в мире происходят именно там, в Томске. Где нет меня. И я вернулась. И пришла на Томское телевидение — я ведь уже попробовала этого опиума...

— И вам почти сразу же доверили делать очень серьезную работу — телеочерк о Викентии Пекарском. Вы часто вспоминаете эту передачу?

— Я ее не смогла бы забыть. Именно тогда я начала влюбляться в своих героев. У некоторых любовь случается один-два раза в жизни, а у меня, получается, — два раза в месяц... Но передача о Пекарском — особая. Как найти верный тон в рассказе об этом удивительном человеке? Как вложить в прокрустово ложе слов все эмоции, которые вызвала эта Личность? Много было трудностей и терзаний.

— Любопытно, что у вас несколько передач посвящено известным людям, о которых, кажется, все все знают. Почему таков выбор героев?

— Если я скажу, что так складывается, не буду далека от истины. Мне нужно несколько раз от разных людей примерно в одно время услышать



того, что она признана в Кембридже “женщиной года”, такой солнечный, светящийся изнутри человек. Это удивительная женщина! Кто станет говорить о ее возрасте, когда она так ныряет, ходит на лыжах, занимается вместе с внучкой гимнастикой — прямо в кадре садится на шпагат! “Весна в любое время года” — так назывался материал о ней.

— Когда женщина искренне восхищается другой женщиной, — похоже, у нее нет недостатков. Или это не так?

— Я все свои недостатки считаю своими достоинствами. Я вообще не контролирую своих чувств по отношению к себе. Наверное, я честолюбива, и стараюсь этого не пугаться, а осознать. Тогда, как утверждает Фрейд, “это не столь будет нас мучить”. Бываю ленива — если не хватает эмоционального подъема. Я просто жду, когда накопится внутренняя “критическая масса” по отношению к материалу.

— Настроение плохое часто бывает?

— У меня настроение — как “американские горки”. Если бы оно было постоянно ровным, можно было бы умереть со скуки. Я иногда провоцирую столкновения в себе самой — эти всплески необходимы. Но когда мне очень плохо — беру томик стихов. Бальмонт, Пастернак, Цветаева...

— Как вы реагируете на обиду?

— Я “закрываюсь”. Но стараюсь разумом понять человека. Если осознать эмоции, можно избежать многих конфликтов. А культивировать обиду — значит, сжигать себя. Сколько раз замечала: мне плохо от обиды, я прекращаю обижаться — и мой организм успокаивается. Наверное, мое возможное понимание иных людей — это опосредованная любовь к себе...

— Какое чувство испытываете, когда видите себя на экране?

— Страх. В эфир выходишь — как в последний бой. Мне как-то подарили шарж: вместо микрофона нарисована граната — очень точное определение. Потому что эмоциональный шок, который устраивает тебе телевизионный эфир, трудно сравнить с чем-то другим.

Мне очень многому хочется научиться, и я рада, что со мной рядом находятся люди, способные научить. Нынешнее время для меня лично — время счастья, хотя полного счастья я бы не хотела — оно притупляет чувства.

— Как вы относитесь к вашим коллегам-телеведущим?

— Я никогда не завидовала женщинам, если они хорошо выглядят. Я оцениваю их в первую очередь по профессиональным качествам. Вопрос об имидже для меня не существует. Мой имидж — это я сама. Пока.

Беседовала Елена СИДОРОВИЧ.
Фото Владимира ВЕЙЛЕРТА.

Что наша жизнь...

“Одна за другой представлялись ей картины близкого прошедшего - болезни и последних минут отца... И княжна Марья в слух произнесла то ласковое слово, которое он сказал ей в день смерти. “Ду-ше-нь-ка!” - повторила княжна Марья это слово и зарыдала облегчающими душу слезами...”
“Душенька,” - повторила она”.
Лев Толстой. “Война и мир”.

Они, Капранкины, так ругались, так сквернословили, что невыносимо было слушать - “уши вяли”. Слезоточивые оправдания и выдуманные угрозы, просьбы и проклятия - все это круто солилось похабщиной. Накалив друг друга до истерики, они нередко вцеплялись друг другу в волосы, замахивались чем попадало. Часто поводом для таких вспышек было скоропали-

чувствовала вину перед другой. Одна - за то, что заболела и стала обузой. Другая - что не может ее быстро поднять на ноги, отвлекается то на мужа, то на ребенка. Но ничто неспособно было заставить эту дочернюю любовь. Возможно, где-то в глубине Веркиной души выстрадалось убеждение, что именно она должна спасти мать и, если уж трагедия не миновать, сопроводить ее до самого конца... Таков дочерний крест, и Верка его

через дорогу, или из дома - в город, то заходил к ним по пути в новую просторную избу с палисадником под окнами. Она стояла у самой тропы-дороги. Заходил, чтобы передохнуть в непогоду, а чаще - передать привет, лекарства или посылочку от знакомых, а также получить в обмен нечто подобное. Тетка Анна встречала радужно, но сдержанно.

Денежный выигрыш совершил целый переворот в этой семье и в отношении к ней. Если раньше Капранкины, наслушавшись их ругани, и за людей, можно сказать, не считали, то теперь их все уважали, зачастили к ним в гости. Но старуха не возгордилась. Правда, все реже и реже прибегала к охальному совету-поговорке. Не стало в том нужды.

А дочь - та просто расцвела! Крикливая замарашка превратилась в статную и красивую женщину. “Культурной стала”, - говорили о Верке в деревне, подразумевая под этим определением гораздо больше, чем хорошую одежду. А муж с сыном играли вечерами поочередно на гармошке или катались на велосипеде на зависть местным пацанам. Идиллия...

Однако завистники начали перешептываться: вот, мол, прошикуют Капранкины дармовые деньги и все пойдет у них по-

ды в этих наставлениях, конечно, была. Почему бы на самом деле не уехать к мужу, какой бы он ни был? Сыну нужен отец. И дом можно продать - будут деньги на переезд и на первое время, пока на новом месте все не устроится. И мать можно...

Но тут все рассуждения на счет переезда обрывались. Дочь знала, что мать ни за что на свете не оставит этот дом, который так вовремя подарила ей судьба. Как награду за испытания. Для нее лишиться дома - значит лишиться всего, возвратиться к прежней жизни. Нет, здесь она и умирать будет.

- Если тебе надо уехать, ты уезжай, - говорила она дочери. - За меня не держись. Я как-нибудь и одна, получше вроде стало, а в случае чего и соседи помогут. Так что, не томись, уезжай. Нелзя же тебе свое счастье терять из-за меня.

Доводы были убедительные. Но Верка не уехала. Ревела по ночам, но не уехала. Притихла. Муж писал, просил прощения, звал. Она отвечала, прощала и тоже звала. В минуты нестерпимой тоски она с враждебностью смотрела на мать и, как измученная княжна Марья из романа Толстого - своему отцу, она также желала смерти своей матери. Но тут же спохватывалась, содрогалась, как и княжна Марья, от преступной мысли, раскаивалась горько, и дальше несла свой дочерний крест.

Анна и вправду почувствовала себя получше. Стала на ноги подниматься самостоятельно, ходить по избе. Весной даже на завалянку, в огород выбиралась. Повеселела. А потом почти целое лето была на ногах. Верка собиралась вот-вот вздохнуть свободно. Однако осенью мать снова занемогла и слегла в постель, на этот раз - окончательно.

Уж не знаю, что перед смертью мать сказала своей дочке, но после похорон Верка хоть и ходила в черном, но вся была какая-то просветленная, успокоенная, приветливая. Я слышал, как старухи-соседки дивились на нее:

- И откуда у молодых это? Так умело, по-доброму, по всем правилам обрядила свою мать. Все сделала, как надо. И никто ее этому не учил, разве мать еще при жизни что сказала... А какая вертушка, какая острая на язык девка была. Теперь не узнать. Нет, что ни говори, а хорошая дочь у Анны выдалась. Ничем не поступилась, не бросила мать. Дай ей Бог здоровья! Жаль только, что счастье свое упустила.

Верка свое счастье все-таки не упустила. Вернулся грешный муж к ней. И тоже чуть не растерялся: жена не устроила ему разгона, правда, и с обаяниями навстречу не бросилась. Лишь проговорила с легкой укоризной:

- Хорошо еще, что хоть сына не прогулял...

Рассказывая позднее мне об этом при отпусной встрече, Веркин муж все же дивился:

- Что с ней произошло - никак не пойму. Или болезнь матери на нее так повлияла, или я раньше что-то не разглядел? Выигрыш? Но деньги - вода... И я что-то не почувствовал этот выигрыш на себе. Нет, тут дело в чем-то другом...

Александр СОЛОВЬЕВ.

Найти ответ

Как есть не поправляясь

Элан Вейлор, директор Центра похудения в Вермонте (США), утверждает: воздержание от вкусностей делает их еще более привлекательными. Профессор предлагает свою тактику борьбы с лишними калориями:

* Полноценно есть три раза в день. Пропуская обед, ты рискуешь не устоять перед искушением “перехватить” кусочек.

* Воспринимай желание “съесть что-нибудь” как предложение, а не команду. Ты сама решаешь: поесть сейчас, потом или отказаться от еды вовсе.

* Помни: желание поесть пройдет. Установлено, что аппетит накапливается, как морская волна: нарастает, достигает пика и спадает. Старайся не бросаться в эти волны с головой, а кататься на их гребнях.

Всему - свое время

* Самое подходящее время для плотной еды - утро, когда организм еще не перерабатывает пищу в жиры.

* Самое неподходящее время для плотной еды - поздний вечер, когда обменные процессы замедляются.

* Самое подходящее время для коктейля - ранний вечер: алкогольные напитки кажутся крепче, но их опьяняющий эффект на организм понижен.

* Самое неподходящее время для коктейля - от 2 часов ночи до 6 утра: алкоголь сильно снижает интеллектуальный потенциал.

* Самое подходящее время для физических упражнений - ранний вечер: выносливость организма особенно высока.

* Самое неподходящее время для физических упражнений - перед рассветом: температура тела самая низкая.

* Самое подходящее время для посещения стоматолога - середина дня: в организме понижена чувствительность к боли.

* Самое неподходящее время для визита к стоматологу - сумерки: резко обостряется чувствительность к боли.



тельное замужество дочери, “нагулявшей” сыночка, что возмущало мать, которая, если вспомнить, тоже родила свою дочку без родительского спроса. В общем, было чем попрекать друг друга.

Тот, кто оказывался невольным свидетелем этих жутких, и одновременно смешных, сцен, мог заключить, что мать с дочерью вконец разобрались, что, нагромодив между собой столько оскорблений, они и глядеть-то друг на друга не захотят. Однако, как это ни странно, через день-другой они мирно ворковали, что тебе голубки, словно никогда не бранились, и, упаси Боже, чтобы из их губ вылетело хоть одно дурное слово. Идиллия да и только. И если бы кто-то отважился напомнить им о ссоре, они бы несказанно удивились и стеснительно замаскировали: что, мол, ты возводишь на нас напраслину, мы в жисть поперек друг дружке ничего плохого не говорили.

Правда, на такие напоминания охотников было немного, так как соседи полагали - и не без оснований - что эти две голубки могут вдруг объединиться и по-ястребиному накинуться на “клеветника”. И ведь заключают. От них всего можно ожидать. Поэтому соседи помахивали и делали вид, что ничего не слышат и не видят. От греха подальше. Тем более что громкие перепалки вспыхивали вновь. Словно передышки нужны были лишь для того, чтобы Капранкины могли собраться с силами и накопить побольше хлестких слов. И что еще странно: люди за это их не очень-то и осуждали. Семейное, мол, дело.

Отчего же такое происходило? Как удавалось этим женщинам “сухими” выходить из поводов ссор? Ведь с них все стекало, как с гуся вода. Дурные слова отскакивали, как горох от стенки. Грязь к ним не приставала. Потому что, видимо, они в душе были непорочно чисты и бескорыстны. Ругань их - лишь внешняя, защитная реакция на раздражающие обстоятельства тяжелой жизни. Как напиль. Бранясь, они как бы облегчали, очищали свои души от той скверны, что окружала их, унылая и терзая.

Но все это я понял гораздо позднее, когда мать (в глаза ее звали Анной, а за глаза - Капранихой, по искаженной фамилии мужа) серьезно заболела, оступившись с коромыслом, на котором несла с речки мокрую и тяжелую одежду после стирки. Надорвалась. Слегла. Дочь Верка, моментально забыв о всех ссорах, принялась ухаживать за матерью - дено и нощно. Беда ее так встряхнула, что наружу вышла, ничего не стесняясь, в том числе и самой себя, истинная любовь.

Они, мать и дочь, все чаще оставались наедине, восставая вместе против их общего врага - болезни. Они почувствовали и остро осознали, что они не могут друг без друга, что они самые родные, одно целое. Все нанесное отлетело в сторону. Каждая

приняла, не задумываясь.

Но “до конца” было еще далеко. Капранкины продолжали терпеливо бороться за себя. Жизнь не сулила им ничего хорошего. Глава семьи не вернулся с войны. Дом без хозяина осиротел, стал рушиться от старости, оседал и кособочился. Капранкиным фатально не везло во всем. Если волки налетят на деревенское стадо, то задержат обязательно не чью-нибудь, а их овцу. Если деревню начнут трепать вихрь, то, конечно, с их избы сорвет крышу. И муж Верке достался какой-то вертлявый, не самостоятельный...

Не пересказать всех бед. Тут уж впрямь не до глazenных слов. И не случайно, Капраниха, поднатеревшая в ругани, могла лихо отшить любого рукастого мужика.

И вот старуха заболела, подкошенная жизнью. Но - не сдавалась, что-то пыталась шить-вязать внуку. Пробовала даже к печному шестку встать, но Верка оттащила ее в постель. Зять ей не нравился, но она с этим смирилась и только поблескивала недовольными глазами из своего угла. Верка безропотно сносила и эти взгляды.

Трудно предугадать, чем бы все это кончилось. Но то ли Бог наконец сжалился (хотя никто не видел, чтобы старуха ходила в церковь молиться), то ли по какой другой причине, но Капранкиным вдруг неожиданно и крупно повезло. Они дважды - раз за разом - выиграли по государственному займу большие суммы денег - самые предельные. Настолько большие, что хватило купить новый дом в пригороде, что Анна сделала сразу же, а также разную теплую одежду, “обстановку”, корову... Семья вмиг преобразилась. Ссоры и ругань из нее ушли еще раньше, как только старуха заболела, а теперь вообще они стали иными.

Нет, пожалуй, не иными. Они стали такими, какими были в душе всегда. Они освободились от материального гнета и вернулись к бытию - настоящим. И Анна даже начала выживать, подниматься на дочерних руках. Я тогда учился в городе, и, когда шел на выходные домой в деревню, где мы жили с Капранкиными,

старому. Повод для новых сплетен был: зять Анны действительно загулял и вскоре куда-то уехал. Дочь осталась с матерью, еще не совсем выздоровевшей. Она не могла ее бросить одну.

Верка, конечно, разрывалась надвое. Она работала в городе, что был в трех верстах. Но бегать каждый день туда и обратно - не отдых. Тем более что по дороге в низине раскисался широкий, болотистый лог с петляющим меж кочек ржавым ручьем. Летом еще можно было его перепрыгнуть или перебежать по досточкам, но осенью и весной, да и летом в дожди все затоплялось, и не перейдешь этот лог, чтобы не нацарапать в сапоги болотной жижи. Но Верку ничто не останавливало. И выходных для нее практически не было: в субботу и воскресенье она тащила на городской базар все то, что с матерью выращивали на огороде. Верка, как огня, боялась бедности, из которой семья так неожиданно вырвалась, и эта боязнь подстегивала ее, не давала расслабиться. Займовых денег уже давно не было, и Верке все приходилось зарабатывать своими руками. А еще ведь и мать требовала ухода...

Веркин бытовое подвиг мне запал в память, наверное, потому, что в нашей семье происходило тоже нечто подобное. Выигрыш, правда, не было, но отец тоже потерялся на войне. Мать осталась с тремя детьми на руках. Кроме того, была еще бабушка Марья, прикованная параличом к постели. И я ежедневно видел, каких сил стоило матери кормить-поить, одевать-обогревать такую семью. И сколько внимания нужно было уделять больной, неподвижной бабушке. Конечно, лишь через годы я осознал всю тяжесть и значительность такой жизни. Поэтому и Веркино поведение мне стало понятно.

Сердобольные товарищи не раз говорили Верке: “Что ты прицепилась к матери? Забыла, как она тебя хихикала? У тебя ведь своя семья есть. Сдай старуху в дом престарелых и уезжай к мужу, а то совсем потеряешь его. А там, может, и мать к себе забереет. Дом продашь...”

Верка отмахивалась. Доля прав-

Луч надежды в борьбе со СПИДом

Для носителей вируса иммунодефицита человека забрезжил луч надежды после того, как французские профессора Доминик Пейрамон и Фредерик Люш опубликовали данные своих экспериментов, проводимых с мая 1994 года.

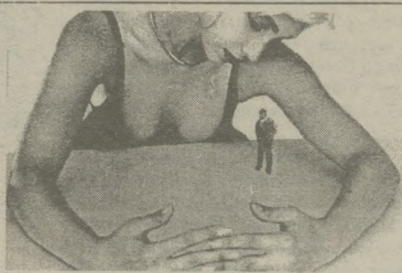
В течение трех месяцев двенадцать ВИЧ-инфицированных пациентов, у которых симптомов СПИДа пока не наблюдалось, проходили курс лечения двумя препаратами. Это антиретровирус, который позволяет в какой-то мере замедлить развитие СПИДа, и антиопиоид, который обычно применяется для предотвращения роста раковых клеток.

По завершении курса лечения у половины больных вирус в крови исчез, а у другой - значительно снизилось его присутствие. Кроме того, применение двух препаратов сопровождалось резким повышением уровня лимфоцитов - главной мишени вируса.

Все предшествующие методы лечения ВИЧ-инфицированных больных не давали подобного эффекта. В то же время, по мнению медиков, не следует преждевременно обольщаться, равно как и рано говорить о том, что больные окончательно избавились от вируса. Слишком мало прошло времени по завершении курса лечения, чтобы подводить окончательные итоги.

Об эффективности данного метода можно судить лишь после проведения нескольких сотен экспериментов в 15 больницах Франции.

ДЕВУШКЕ,
ОБДУМЫВАЮЩЕЙ
ЖИТЬЕ



Зачем мне принц без «мерседеса»?

Кто в 17 лет не представляет себя Золушкой, кто не мечтает о прекрасном принце, который придет, разбудит, найдет туфельку... Придет он, конечно же, на белом коне... нет, лучше все-таки на «мерседесе». И вы умчитесь далеко-далеко, туда, где вечно светит солнце и синее море бьет о золотой песок. Словом, на Багамы. Или Майами. Или, на худой конец, Сочи.

Богатый, умный, красивый, порядочный — такой, по мнению некой юной девицы, должен быть ее избранник. Не многовато ли на одного? Может, хотя бы богатство необязательно? Ну нет, — возмущается она. — Я никогда не обращу внимания на того, у кого пустой кошелек. Только состоятельный мужчина даст мне возможность почувствовать себя женщиной. Мини-опрос в студенческой (то есть априори более-менее интеллектуальной) аудитории свидетельствует: большинство Джульетт, прежде, чем отдать свое сердце Ромео, постарались бы выяснить: действительно его папа — богатый сынор Монтекки, а не нищий инженер из соседней пятиэтажки. Такая прагматичность чудесным образом уживается с верой в вечную любовь. Не у всех, конечно, достаточно популярен и другой вариант: «Дима — хороший друг, Стас помогает моему брату в медицинском, Андрей всегда при деньгах, а Саша хочет на мне жениться». Тут проблема только одна: а если они все встретятся?! Вот ужас-то. Но по крайней мере без иллюзий: мечта о прекрасном принце осталась в детстве.

Ну а как же «несовременные» мечтательницы? Может, хоть они-то не потеряли веру в то, что где-то на свете есть их половинка, и она — одна-раздельная? Ну, конечно, не потеряли. И верят, и ждут (более-менее приключения не возбраняются). Он обязательно придет. Правда, никто не мечтает о худых очкастых интеллектуалах в свитерах с вытиснутыми локтями. Спящим красавицам снятся крутые ребята, скрывающие под кашемировыми пиджаками мускулатуру Сталлоне. Напрасно, между прочим. Может, этот очкастый замухрышка с пустым кошельком, сутками не выходящий из-за компьютера — будущий нобелевский лауреат. Или по крайней мере стипендиат какого-нибудь престижного американского фонда. А тот самый супербой лет через пять окажется в клинике для алкоголиков... если не за решеткой. «Чтобы стать женой генерала, надо выйти за лейтенанта», — говорила мудрая героиня одного старого фильма. Но современная Золушка не хочет ждать — Золушке нужно все сразу, и сейчас. Увы, жизнь не сказка, и даже сочетание «умный — красивый», «умный — богатый», «красивый — порядочный» и т.д. не так часты. А уж все сразу... Нет, милые девицы, тут надо выбирать: или репку съесть, или на елку влезть. Хочешь богатого? При определенной степени везения — и соответствующей внешности, разумеется, — ноу проблемс. Но если богатенький и красивенький Буратино через пару недель, утомившись твоим обществом, передаст тебя по наследству приятелю — не ропщи. Ты сделала свой выбор.

Это, конечно, крайний (хотя и нередкий) вариант. Предположим, твой сказочный принц оказался «порядочным» и честно на тебе женился. Что дальше? А действительно, что? Как там после свадьбы обстояли дела у Золушки с ее обожаемым принцем — Бог весть. В сказке об этом ни гу-гу. Вполне возможно, он оказался полной свиньей: складывает грязные носки под подушку, не моет уши, пьанствует ночи напролет с друзьями, на детей ему наплевать, словом, он приносит тебе в месяц три (пять, семь и т.д.) «лимона», а ты сиди и «не мыркай».

Допустим все-таки, что где-то по свету гуляет такой невероятный мэн — абсолютно идеальный вариант для самой приверливой мечтательницы. Но... милая, а почему ты думаешь, что этот уникальный экземпляр выберет именно тебя? Ты-то его чем привлечешь? Ногами от шее? Эва, мало таких ног. Прекрасными глазами? Допустим. Но, если этот твой богатый-умно-прекрасно-порядочный раритет действительно имеет что-то в голове, а не только в кармане, неужто он не разглядит рано или поздно, что за этим милым лобиком — абсолютная пустота, а в этом маленьком сердечке гнездится бо-ольшая любовь... к его толстому кошельку? Плохо знаете классику, девочки: сказочная-то Золушка не столько приятной мордашкой привлекла принца, сколько добротой своей, очень несомненной кротостью и полнейшим, между прочим, бескорыстием. А ваш вариант... ну конечно же: мачехины дочки. Впрочем: «Не реви, король — вдовец, и тебя пристроим». Так что не все потеряно. Не принц из сказки — так торговец с рынка.

А вообще-то мечтать не вредно. Но идеал — по определению — потому и идеал, что совершенно недостижим. Это фикция. Вроде абсолютного нуля. И потому мечты мечтами, а влюбляются обычно совсем не в принцев. К счастью. Потому что иначе род человеческий давным-давно бы уже вымер. Как динозавры, к примеру. Ученые, между прочим, так толком и не знают, из-за чего они сгинули. Может, слишком размахались? Так что мечтать мечтайте, а замуж — по расписанию. А то и промечтаться можно. Демографическая ситуация у нас — не очень. Ну просто хронически не хватает мужчин! Представляете, девочки, не красивых — умных-богатых, а мужчин в принципе. Их почему-то все время меньше.

А насчет богатых... Это ведь тоже во все века было: кто-то выбирал любовь, кто-то расчет. Ну а чаще всего бывает, что женятся все-таки на ровнях. Богатые — на богатых, красивые — на красивых, умные — на умных. Бывает и наоборот. И тогда это называется старинным таким словом — «мезальянс». То есть неравный брак. Может, кто помнит, есть картина художника Неверова, она так и называется. На ней противный такой старикашка и чудесная юная девушка в подвенечном наряде. Глазки у нее, бедной, заплаканы — не хочется за старика, хоть и богатого. А на заднем плане — худой такой, бедно одетый молодой человек. Вроде это его она любит, а не этого противного деда. Вот глупая — разве ж можно «чувствовать себя женщиной», если у твоего друга кошелек пустой!

У Марины Цветаевой есть такие строки: «Не люби ученых — глупую, не люби богатый — бедную, золотой — полушку медную...» Мудрые строки. И очень верные. Радости от такой любви немного. Мечтаешь о золотом — так уж постарайся сама не быть «полушкой». И, между прочим, не все то золото, что блестит...

Светлана БЕЛЯЕВА, Ольга ОСАДШАЯ, студентки.

Гормоны для ГАРМОНИИ

Помните старый анекдот о презервативах как средстве от головной боли? Папа, собирая дочку в круиз, набивает ей полный чемодан презервативов — «чтоб у меня об ее отдыхе голова не болела»? Чаше, конечно, от таких вопросов голова болит у женщин. Увы, несмотря на фантастический прогресс в области контрацепции, мы с вами зачастую не слишком подкованы в этом вопросе. Во всем мире аборт воспринимается как исключение, крайний случай, а у нас они — обычное дело. «Вы не представляете, как бывает обидно, когда мы лечим от бесплодия женщин, страдающих от последствий абортов», — говорит Галина Дикке. Галина Борисовна — научный сотрудник Томского института курортологии и физиотерапии — решила, что давно уже наступила пора серьезно заняться «контрацептивным ликбезом» наших женщин. Сегодня мы лишь начинаем большой разговор, который обязательно продолжим в дальнейшем. Итак, слово доктору Дикке.

Самый подходящий возраст для рождения ребенка — между 18 и 32 годами. Очень юным матерям не хватает душевной зрелости, чтобы достойно вынести чрезвычайные нагрузки, связанные с беременностью, родами, уходом за ребенком... Да и личная жизненная ситуация обычно не отличается стабильностью. Женщина в «возрасте» обеспечена материально, умеет любить и страдать, но... сил и душевных, и физических — уже не столько, как в 25 лет. Возрастная разница между поколениями тоже играет роль: матери — 50-60, а ребенок — еще подросток... Деторождение в «лучшие годы» обоснованно и с чисто медицинской точки зрения. Роды до восемнадцатого года опасны и для матери, и для ребенка. С 32-го года риск снова возрастает. Например, показатель смертности во время беременности, родов и послеродовом периоде у 35-летних в три раза выше, чем у 25-летних. Удваивается у непородивших матерей и показатель детской смертности. Конечно, разные ситуации бывают в жизни, и всегда нужно надеяться на лучшее. Но еще лучше — все делать вовремя. А это значит — разумно, «с головой» подходить к планированию семьи. Пусть у вас рождаются только желанные дети. И пусть аборт как средство «регуляции рождаемости» останется в прошлом. Давным-давно вся Европа и Америка оценила по достоинству гормональную, или оральную контрацепцию. Она надежна, она предоставляет свободу действий в самых разных ситуациях, не имеет не слишком эстетичных «побочных эффектов» — словом, оральные (от латинского *or* — рот) контрацептивы — почти идеальный вариант. Современные гормональные препараты высокоэффективны, содержат малые дозы гормонов, к тому же известна их способность снижать вероятность появления рака яичников и многих других заболеваний. Не случайно на Западе ОК используют от 60 до 70 процентов женщин детородного возраста. У нас — около семи. Причины? Недостаток информации, многолетнее запугивание «страшными последствиями» их применения. Да, первые гормональ-

ные препараты не были идеальными — хотя их вред чрезмерно преувеличивался. Ну а уж нынешние отличаются от своих «прародителей», как люди от обезьян. Старички-«первопроходцы» — ановлар, инфекундин, бисекурин, нон-овлон — сейчас для контрацепции не используют вовсе. Их место заняли современные низкодозированные препараты, которые содержат совсем немного гормонов. А потому на жировой обмен (а также кровяное давление, свертываемость крови, вес) воздействия практически не оказывают. Препаратов этих сейчас очень много — порой даже врачи в них плохо ориентируются. Вот самые популярные: минизистон, тризистон («Иенофарм» — Германия), микрогинон, триквилар, фемоден, милване, диане-35 («Шеринг» — Германия), марвелон («Органон» — Германия), ацетомепрогенол (ВНИХФИ — Россия), овидон, ригевидон («Гедон-Рихтер» — Венгрия), ципелест («Циплаг» — США) и другие. Закономерно встает вопрос: что

самые общие рекомендации таковы. Женщинам с нормальным менструальным циклом можно посоветовать принимать триквилар, микрогинон, милване. Ими могут пользоваться и подростки, живущие половой жизнью. Хорошим контролем цикла обладают ригевидон, фемоден. Их рекомендуют женщинам с нарушениями цикла. Если у вас гиперандрогения — избыточная выработка мужских половых гормонов, сопровождающаяся образованием угрей, себореи, избыточной функцией сальных желез, оволосением, — идеально подходит препарат диане-35, в состав которого входит антиандрогенный гормон. Однако женщины, принимающие его, чтобы избавиться от «волосатости», должны во время первого цикла приема пользоваться кремом-депилятором: препарат не вызывает выпадения «ненужных» волос, а лишь препятствует их дальнейшему росту. А как же быть женщинам с «пишними» эстрогенами (у них бывают обильные месячные, избыточная масса тела, нередки гормонозависимые заболевания — миома матки, мастопатия)? Им следует принимать контрацептивы, совсем не

Чтоб не болела голова...



Рис. Надима КАСИМОВА.

же предпочесть? Чем отличаются препараты друг от друга?

Все гормональные препараты — недаром их называют «ингибиторами овуляции» — действуют примерно одинаково. Они «не позволяют» произойти процессу созревания яйцеклетки. А значит, и беременность становится невозможной. Это — по сути. По принципам действия различают одно-, двух- и трехфазные контрацептивы. То есть противозачаточный эффект в них обеспечивается различной комбинацией гормонов — эстрогенов и гестагенов. Вот почему нужно, чтобы препарат назначал врач. Ну а

содержащие эстрогенов, а лишь гестаген — ацетомепрогенол, норкулот.

А теперь давайте остановимся. Я больше чем уверена, что вы уже «выбрали» для себя препарат. Прекрасно. Но все-таки... не торопитесь. Гинекологическое обследование может внести изрядные коррективы в ваш выбор. Врач должен учесть и общее состояние вашего организма, данные о перенесенных заболеваниях, приеме медикаментов, противопоказания к применению препаратов.

(Продолжение — в следующем выпуске «Евы».)

Кутюрье предпочитают скромность

Забавно, что создательницы моды часто предпочитают скромный костюм. Например, Жиль Сандер признается: «Я ничего, кроме брюк, не ношу. Нет времени». Мартина Ситтон сетует на то, что вся ее фантазия уходит на создание новой коллекции, а для себя она выбирает брюки, удлиненный пиджак и футболку. Криция, в миру Мариучча Манделли, также предпочитает брюки в сочетании со свободной рубашкой. Шанталь Тома уверяет, что для нее в повседневной жизни существуют только два цвета — черный и белый, а основной гардероб Анны Сью и Донны Каран формирует черная одежда. Многие объясняют мнение Джулианы Джерани по поводу собственного отражения в зеркале: «Я не могу представить себя одетой в то, что я создаю для подиума. Я даже не вижу себя в чем-нибудь цветастом. Я бы, наверное, выглядела, как женщина легкого поведения...»



Нечаянные ВСТРЕЧИ

Расторжение первое, примирение первое

Первый раз расходились - ну, ей-богу, скукота. Я, чудак, волновался, целую речь в уме приготовил. Судья бумажками пошуршал и поставил передо мной вопрос о причине. Я ему откровенно, как мужик мужику, - мол, не удовлетворяет и так далее, чего тут распространяться... Одна заседательница, молоденькая вся, личиком вспыхнула, в кресле своем заерзала. А вторая, старушка почти, сквозь очки в меня уперлась, так и сверлит, так и сверлит. Досверлила до самого затылка, да и выдала: "А ты ее?" Я растерялся, как никогда не терялся. Откуда я знаю? Сам себя про это не спрашивал, от нее ни намеков, ни жалоб.

что означает, пока не сообразил: победительская.

Пошли в загс, опять никакой канители. Тетка в документы вникла, особенно - в свидетельство о рождении дочери, одобрила поступок: "Хорошо, что одумались, семью надо сохранять".

Расторжение второе, примирение второе

Дочка у нас получилась болезненная, то одно у нее, то другое, то врача на дом, то сами к врачу... Моя мать - ах, теща - ох, Маруся выдыхает, потому что не спит толком, не ест. Про это самое, как говорится, из головы выбрось, то не время, то сил нету.

Дерганый я стал, описать словами не могу. На работу притащусь -

меня, оказывается, крепко шваркнуло: ноги в гипсе, голова в бинтах. Ну, думаю, вот тебе и полный развод. И заплакал, ей-богу, да так, что сестру позвали - еле уколами успокоила.

На какой день, так и не могу вспомнить, открываю глаза - то ли дремал, то ли с болью боролся, - и вижу: сидит рядышком моя бывшая Маруся, руку мою ладошкой своей приглаживает, бледная очень, а в глазах похоже на туман.

Что я хорошо помню, так это про боль: она стала исчезать, исчезать, пока не затухла по всему телу.

Маруся говорит: "Как врачи разрешат, заберу я тебя". - "Куда?" - "Как куда, домой, конечно..."

Возилась она со мной месяца три, не меньше. Теща бубнит себе под нос, бубнит, а Маруся возится... Между прочим, мать моя с тещей в те дни почти подружилась.

В загс опять ходили. Та самая тетка на этот раз не улыбалась. Говорит: "Полагается подумать. А то что-то вы расшустрились!"

Подумали. Расписались. Не знаю, как у Маруси, не спра-

ния. Ну, не сразу, конечно, такие изменения, но произошли. Стало у меня что-то в груди посасывать, побаливать, сам не заметил, как начал в душе самого себя крыть всякими выразительными словами. А легче не становилось... Сплю со своей прекрасной любовью, совершаю все реже, что требуется ей, а сам готов башкой своей стену протаранить, лишь бы снова за ней оказаться.

Соседка, любовь моя, меня быстро раскусил. "Что, - говорит, - по тощачке своей соскучился? Если да, то валя отсюда, не держу".

Такой вот тупик. Эта почти уже гнать начинает, а та наверняка и на сто метров не подпустит. Хоть вешайся или ищи, чем застрелиться.

Бреду в один день с работы, Маруся с сумками догоняет. Я вежливо помощь предлагаю, она усмехается, но не очень отпалкивает, и вдруг говорит: "Дочка наша уже вояса разговаривает, все папу спрашивает. А я его рожу, что ли?"

Так и пришли тихо-мирно к дому, к подъезду, бабки на скамейке чуть шею от потрясения не свернули. Я, как кот шкодливый, бочком-бочком в дверь, а Маруся - ничего, голову прямо держит, каблучками цок-цок, плевала, мол, я, что там про меня говорят или думают... А на лестничной площадке заминка получилась. Подожди, пока Маруся отпирает мою бывшую дверь, потом уж позвонил в соседку, от которой ключа у меня не было.

Выспелся я момент, когда теща с другими бабушками у подъезда засела, - шмыг к Марусе, к дочке, верней. Дочка на меня смотрела, смотрела и сообщает звонко и бесшумно: "Мой папа кобель!" Понял я, чье обучение, смотрю, а Маруся тихонько смеется - и нет у нее в глазах ни злости, ни осуждения. Вылетел я пугай на площадку. Куда податься? Любовь моя в телевизор уперлась, подбородок у нее обязательно замасленный. Внизу теща позицию заняла, незаметно не сплывешь. Вот жизнь, а?

Горе помогло, и такое бывает. Теща померла, хоть и не особенно старая была. Само собой получилось, что стал я Марусю утешать, подбадривать. Опять же, похороны организовать, мужская рука нужна...

Ну, как сами понимаете, были опять - в свой срок - и развод, и свод, если так можно выразиться. Просто не стану я подробничать. На Марусю на суде - нормально, с сочувствием, а на меня посматривали, как на придурка. Одна заседательница, врачиха, как я понял, поинтересовалась, не ударился ли я в детстве головой обо что-нибудь твердое. Я сказал, что - нет, в детстве не ударился, зато не так давно меня машиной чуть не смяло вдребезги. Больше ко мне вопросов не было. Я потом догадался, о чем могли подумать судья и народные заседатели.

Да, с соседкой расстались мирно. Она помогла собрать мои вещи, из рук в руки передала Марусе. Я, получившись, вроде припоения.

Если про тонкости, то Маруся с полгода к себе не допускала. Зато дочка кобелем постепенно перестала обзывать.

Историю эту поведал мне в гостиничном номере один мужичок, не развязный, нет, не разбитый в вульгарном смысле, скорее - почувствовавший надобность выговориться.

Засиделись мы с ним за полночь. Он сообщил, что завтра кончается его затаившаяся командировка, что очень соскучился по дочке и ненаглядной своей Марусе. Так и сказал с улыбкой - ненаглядной.

А мне Маруся приснилась. Я не запомнил, как она выглядела, но запомнились ее отчетливые слова: "Он, дурашка, без меня пропадет, потому и терплю многое. Ничего, зато - семья... Четвертого развода не будет, не допущу. Он об этом уже знает".

Маруся улыбнулась презагадочно и растворилась в пространстве.

Я с нею согласился: четвертый - это не смешно.

В. ВАЛЕРЬЕВ.

ЦВЕТНИК

Роза для здоровья

Многие, наверное, замечали, что, сколько ни сажай цветок, сколько ни ухаживай за ним, - не приживается, гибнет. Порой хозяин комнаты ощущает внутренний дискомфорт, не понимая его причин. А "причина" - на подоконнике, в горшке. Значит, биополе человека и цветка несовместимы.

Оказывается, не только мы реагируем на запах цветов, но и они - на наши запахи. Некоторые цветы, например, не выносят запаха пота и духов.

Не нравятся цветам и нервные люди. Замечено, что у пожилых, спокойных и уравновешенных людей цветы растут и цветут лучше, пышнее.

А как влияют цветы на людей?

Рассказывает кандидат медицинских наук, давно исследующий эту проблему, Александр Тарасьян:

Мы измеряли специальными приборами биополе цветов, растений. Сильным оно оказалось у лилий, марьяны, корня, актинидии и даже у обычных настурций. Опыты показывают, что у диких растений вообще более мощное биополе, зато у домашних - более чувствительное.

Очень благотворно влияют на человека розы. Они росли на Земле еще 25 миллионов лет назад. "Отпечатки" бутонов и шипов найдены на ископаемых горных породах третичного периода. В восточных странах роза была предметом культа. Засушенные лепестки считались талисманом, предохраняющим от злых духов. А применение розового масла было привилегией высокопоставленных людей. Если вспомнить все легенды, связанные с этим прекрасным растением, историю проникновения розы в Европу, в том числе известную войну Алой и Белой роз, окончанию которой содействовал будто бы садовник Миддлс, скрестивший обе розы и получивший ланкастерский сорт с бело-красными полосатыми цветками, то получилась бы увлекательная книга, целиком посвященная розе. В начале века насчитывалось около трехсот видов и сортов роз. Все известные тогда в Европе розы собрал в своей коллекции - одним из первых розариев - жена Наполеона I Жозефина.

Посидеть в розарии пять минут - это все равно что принять успокоительное. Так же влияет на человека петунья с ее нежным, тонким ароматом. У каждого из этих цветов - своя самозащита. У розы - колючки, у петунии - большое количество семян. Магнолии и лилии в больших "дозах" вредны для человека. Их присутствие вызывает давление. Эти цветы легко доводят до головокружения...

Некоторые сорта жасмина - своеобразный тоник для нашего организма. А белая амурская сирень - хороший "очиститель воздуха". Поглощая яды из атмосферы, почти ничего не требует взамен, неприхотлива. Поэтому она незаменима в загазованных местах, ее наросты покупают многие заводы.

Нейтральна по своему влиянию на человека астра. К тому же долго сохраняет свой декоративный вид. В этом, видимо, секрет ее популярности. Эти цветы чаще всего можно видеть на клумбах и в вазах...



Маруся ненаглядная

Тут судья говорит Марусе: ну что, дескать, детей у вас нет, имущества существенного, надо полагать, нажить не успели, так что определяйтесь конкретно - согласны на развод? "Согласна, - отвечает Маруся тихонько, но очень твердо, - зачем человека насильно удерживать!.. Желаю ему побыстрее найти кого получше, чем я".

Вот и все, никакой канители... Я же не знал, что она на втором месяце беременная. Могла бы мне сказать, могла бы даже судье справку соответствующую подsunуть, а вот ничего такого не сделала, как будто лично ее все это особенно и не касалось... Короче, чтобы сократиться, скажу: начал я вникать, что такое эта самая женская гордость, какая серьезная штука она!.. Закаменеет, позже случалось, съезжится - ну, цыпленок и цыпленок, а электричество в ней такое, что прикоснись, так с ног сшибет.

Чумовым я стал, когда узнал, что дочка родилась. Посмотреть охота, а теща дальше порога не пускает: пошел ты, говорит, предатель, и прочие слова. Без предателей, говорит, прекрасно воспитаем.

Ни сна не стало, ни отдыха, шатаюсь возле дома, хоть в форточку вприпрыжку... Подкараулил однажды Марусю, когда она в коляске дочку выкатывала. Как увидел, в голове у меня что-то щелкнуло, закрипело, закружилось - не помню, как перед ними на коленях оказался. Помню, вот это точно, ножки бледные Марусины целую, на босоножки слезы мои каплют, а сам, как заведенный: выходи за меня снова, выходи за меня снова!.. Голову поднимаю, вижу ее улыбку. Ни слезинки, а улыбка - пожалуйста, странная, правда. Я потом дней несколько соображал,

спать охота, с работы приволокнусь - спать невозможно. Мне бы, дураку, сообразить, что Марусе гораздо мутней, а я, как в плохом кино, выпивать начал, деньги домой стал не доносить. С дружкой одним постоянным в забегаловку завалился, потом из нее вывалился, на скамейке где-нибудь душу друг другу взвешиваем... Ну и, ясное дело, если взвешенный дома окажешься, чем заняться? Тещу с Марусей воспитывать, а когда мать моя приходила, ей доставалось.

Почему-то сильно меня сердило, что теща с матерью огузались, как могли, без боязни, а Маруся все молчит, все молчит. Губенку нижнюю прикусит, голову пригнет - вот и вся реакция.

Не выдержал я, говорю однажды: давай, Маруся, окончательно разведемся, все равно не жизнь у нас, а так себе!.. При теще было сказано, так та аж возликовала; говорила я тебе, доченька, что от предателя такого хорошего не дождешься, говорила!

Маруся мне отвечает: давай разведемся, не хочу тебе обузой быть. Она и на суде про обузу все твердила. Судья, женщина с полувыкрашенной головой, стыдит меня, шпынует, а жена, с которой развожусь, вроде бы под защиту берет. Заседатели, мужики, работяги, видать, молчком глазами хлопают, своих, наверное, жен вспоминают... Судья видит, что напрасные у нее хлопоты, давай сворачивать дела и наши, и свои. Под конец даже пальцем нам погрозила: "О ребенке не думаете, безобразие!"

Шел я с суда, встретил дружка постоянного. У меня денег не было, он раскошелился... Очнулся я через двое суток в больнице. Машиной

шивал, а у меня лично такое было состояние, как будто в ущелье прыгнул, лечу, лечу, а дна все нету и нету. И плакать было охота и смеяться. Над собой, конечно, не над Марусей, боже упаси...

Расторжение третье, примирение третье (окончательное)

Угрозидло меня влюбиться. В соседку, на одной лестничной площадке, через стену. Малость меня постарше, глазки мне давно строила, дородная такая, не то, что Маруся.

Откуда такой провал совести получился, до сих пор понять не могу. Про такие, видать, слухи говорят: бес попутал.

Сперва втихаря шухарили. Это нам казалось, что шито-крыто. Теща раньше Маруси осведомилась, взяла и выкинула мои шмутки на площадку. Хорошо, соседка свою дверь не побоялась открыть.

Теща пообещала облить меня серной или еще какой-нибудь ядовитой кислотой. Баба она решительная, так что некоторое время я серьезно опасался. Даже снилось, как обливают: подкрадывается сзади, хват за шею, - я дергаюсь, оглядываюсь - тут мне в рожу и летит пламя.

Соседка, оказалось, пригожей и ухоженной на людях старалась быть. В своих стенах - квашня квашней, по выходным дням, если никуда идти не предстояло, могла и не умываться, зубы не чистить. Сядет, похматая, возле телевизора, обложится, чтобы не ходить на кухню, всякой провизией и жует, жует... Я мог хоть на голове стоять, она - ноль внима-

Бумеранг

*“Зачем ты пьешь?” - спросил Пьяницу Маленький Принц. “Чтобы забыть”. - “О чем забыть?” - “Забить, что стыдно”. - “А чего тебе стыдно?” - “Стыдно, что пью”. Маленький Принц не понял. Он прилетел с другой планеты”.
Антуан Сент-Экзюпери.*

Сколько же лет из сорока двух ее звали алкашкой? Десять - уж точно. Поначалу только за спиной так говорили, а потом и в глаза стали называть. Она возмущалась, устраивала разборки и каждый раз искренне пыталась доказать всем и самой себе, что пьет не так уж много, да и в любой момент может остановиться.

Маленькую Натусю в школе всегда ставили в пример другим: чистенькая, послушная, доброжелательная, а уж какая аккуратистка! Все-то у нее сделано вовремя и лучше всех - гербарий самый симпатичный, макулатуры больше других собрано, на вопросы учителей Наташа постоянно тянула руку. Все кругом привыкли - семья Натуси,

во". Но наутро в школу "для выяснения" никто не пошел. Отец, закрывшись с дочкой в комнате, напомнил ей о дедушке и связанной с ним трагедии. Наташе после этого разговора стало казаться, что домашние постоянно приносиваются к ней и приглядываются к ее походке. Ее это злило и заставляло чувствовать себя одинокой.

После школы Наташа поступила в музыкальное училище. С родителями она держалась ровно, без всплесков любви и ненависти. Студенчество прошло для нее как самое интересное время. Потом была консерватория. К тому времени они с мамой похоронили уже и бабушку, и отца. И еще Наташа

Напивалась до такого состояния, когда могла забраться на стол и раздеться. На другой день ничегошеньки не помнила. Тормоза отказывали все чаще и чаще.

Друзья стали потихоньку от нее отворачиваться, а коллеги уже еле терпели. Ей становилось стыдно и страшно. Прибегала домой и, не снимая пальто, выпивала стопочку водки. Плакала, жаловалась матери и мужу на судьбу. Они ее утешали, но ни разу даже не заикнулись о необходимости обратиться к наркологу. Боялись, наверное, ее унижить, думая, надеясь, что сама осознает, что творит.

Но опять и опять она срывалась. И каждый раз на укоряющий взгляд мужа отвечала:

- Это последний раз, завязываю. И он верил. Прощал. Жалел и старался понять. А Наташа уже пила вовсю. Пила все, что горит. В потайных местах дома и даже на работе у нее всегда была заправка. Хлебнет пару глотков - и все ладится, любое дело по плечу. Когда гости бывали в их доме, она держалась. Но кто бы знал, чего это ей стоило! С каким наслаждением Наталья выпивала потом, моя посуду, остатки спиртного из рюмок или, спрятавшись в ванной, вытаскивала скороненную бутылку. И, сославшись на жуткую усталость, мгновенно падала в постель. Камуфляж ей долго удавался. В очередной раз, поймав жену с поличным, Миха-

Доктор долго говорил ей о силе воли. А что это такое - сила воли? Она лечилась и пила. Пила и печилась. Дошла до того, что обменяла все вещи на спиртное. Потеряла квартиру. За четыре года не получила ни одной весточки от мужа и дочек. Жила с кем и где придется. Вытрезвитель все больше был для нее ночлежкой.

- Мне кажется, что в то время я даже забыла свое имя. Алкашкой все тогда называли. И я не обижалась. Нормальный человек просто не в состоянии представить ту жизнь, которой я хлебнула. Галлюцинации, чертовщина замучили. Попала в ЛТП.

- Даже вспоминать не хочу. Это самое дно моей жизни.

Вернулась домой, когда уже умерла мать. Старалась не пить, хотя рюмка тянула к себе невозможно. С трудом выяснила, где осел Миша. Прощала все, что можно было, кроме квартиры матери, и поехала в Уренгой. Поговаривали, что он работает там в музыкальной школе. Наташа нужную квартиру. Дверь открыла девочка, похожая на ангелочка. Наташа даже не смогла сразу понять - это ее старшенькая или малышка. Только и смогла выдавить из себя:

- Я твоя мама.

На что девочка спокойно ответила:

- Наша мама умерла. А папы и тети Людды нет дома.

Как возвращалась назад, не помнит. Но пить решила бросить. Ей казалось, что сам Бог посылает ей возможность начать все сначала. Разыскала клуб анонимных алкоголиков и в первый же вечер после общения с ними напилась:

- Я им не поверила. Они "гнали картину" и вроде бы любовались собой. Дескать, вот мы какие - бросили сами пить.

Но спиртное уже не было допингом, не давало ни успокоения; ни умиротворения, не будоражило и не поднимало настроения. Ее подпорка в жизни перестала ей помогать. И вдруг письмо от мужа. Доброе и ласковое. Он готов быть рядом. Но с условием. Все тем же. Она мгновенно ответила: "Хочу быть с вами. Но прежде окончательно брошу пить. Не ради тебя, детей, семьи. Брошу для себя. Дай мне время".

Теперь работает в одном из киосков Томска:

- Специально пошла туда, где спиртное. Соблазн есть, но держусь.

Она в постоянном напряжении, что может сорваться, потому что полностью от спиртного отказалась пока не смогла. Прослышала про автора новой методики лечения алкоголизма Женишбека Назаралиева и пришла в изумление - 91 процент алкоголиков, прошедших лечение его методом, полностью избавились от болезни. Написала в Бишкек письмо. Съездила туда. Теперь знает, что страдает вторичной формой алкоголизма, имеет генную наследственность. Вот он, дедушка-генерал. Наташа уверена, что на лечение в центре Назаралиева деньги она заработает быстро. Теперь только этим и живет. Правда, доктор Назаралиев никогда не дает стопроцентную гарантию избавления от страшной зависимости. Но что он обещает твердо - год трезвой жизни.

- А мне столько и нужно. За год я почувствую, что нужна, что любима Мишей, девочками. Я смогу. Я должна... Знаешь, за что мне больше всего стыдно перед дочками? Я даже не помнила их дни рождения...

Наташа жалеет, что за десятилетие страшного алкоголизма она не сделала ни одной фотографии:

- Если бы ты меня видела, ты бы никогда со мной не заговорила. Не человеком я была. И, тем более, не женщиной. Это сейчас чистая, одетая, даже причесанная. А была - грязь сплошная. На теле и в душе...

Мы долго с Наташей плакали вместе, и я все боялась, что кто-нибудь из нас не удержится и разольет эту дурацкую бутылку вина по рюмочкам. Но она удержалась.

Мы вместе сходили в музыкальную школу и разузнали все о вакансиях, у портних заказали деловой костюм и платье. И впервые за долгие годы жуткой жизни она взяла в руки скрипку. Я оставила ее наедине с музыкой. Им было что сказать друг другу. Боже, дай ей силы помочь самой себе.

Бера ПЕТУНИНА.

Такова реальность

Чуда не бывает!

Чудодейственность популярнейших снадобий для корректуры фигуры объясняется лишь страстным желанием женщины похудеть.

На конференции специалистов по пластической хирургии, состоявшейся в Сан-Франциско, были обнародованы результаты интересного исследования, которое касалось столь широко распространенных сейчас "кремов для похудения". Группе из 17 женщин было предложено испытать на себе действие одного из таких кремов, причем накладывать его следовало только на одно бедро и одну сторону живота. После восьми недель использования препарата были проведены контрольные измерения и взвешивания, которые показали полное отсутствие эффекта снадобия ценой в 30 долларов за баночку. Да и без этих данных 16 женщин сами признали, что никаких изменений не заметили.

И все же одна из 17 вопреки очевидности сочла себя постройневшей. "Людам свойственно верить в чудеса", - комментируют этот феномен медики. Специалисты предостерегают обладательниц лишнего веса от излишней доверчивости в отношении всяческих "сжигающих жир" и "разглаживающих кожу". Им вторит и журнал "Vogue", который в своем мартовском номере пишет: женщины, мечтающие о ногах "королевы красоты", тратят на сомнительную косметику буквально миллионы долларов, а то время как секрет стройных бедер и гладкой кожи давно открыт - это диета и специальные упражнения.

Обо всем по-человечески

Статуя с генетическим дефектом

Нейрофиброматоз - признаки болезни Реклингхаузена - обнаружили калифорнийские ученые на античной статуе, изучая ее фотографию. Одному из них случайно бросилось в глаза, что на теле изваяния явно выделяются многочисленные узлы. Сравнив их с теми, которые он видел в детской клинике Лос-Анжелеса на пациентах, страдающих нейрофиброматозом, он решил подробнее ознакомиться с историей болезни греческой скульптуры. Считалось, что самые ранние свидетельства этого недуга относятся ко времени Средневековья.

Доброкачественные опухоли, возникающие как на поверхности кожи, так и внутри организма, как правило, не перерождаются и могут быть удалены хирургическим путем. Однако они далеко не безобидны, поскольку могут вызвать эпилепсию и некоторые другие осложнения. Эта генетическая болезнь обязана своим названием немецкому врачу патологоанатому Фридриху фон Реклингхаузену, впервые описавшему ее в 1882 году. Все записи, сделанные медиками до него, носили лишь констатирующий характер. В средние века, согласно статистике, страдал нейрофиброматозом каждый четвертый человек.

Предполагают, что статуя имела культовое назначение и стояла у одного из жертвенников богу исцеления Асклепию, а потом вошла в коллекцию античных скульптур, изображавших различные заболевания. По таким произведениям искусства некогда изучали медицину студенты университетов.

Евгений БОБКОВ (Бонн).

Листопад



как и она сама, была такой благополучной, что впору было снимать про них кино. На собрания к дочери ходили ее мама, папа, дедушка и бабушка всегда вместе, по выходным опять же вместе прогуливались по городу. А папа не стеснялся целовать маму и часто дарил ей цветы.

Наташа умудрялась заниматься танцами, играла на скрипке, бегала на ипподром, хорошо вязала и при этом в школе была круглой отличницей.

Со спиртным тогда был, разумеется, полный порядок. Его в жизни Натуси вообще не существовало. В их доме почти не пили, и над праздничным столом всегда висела еле уловимая постороннему глазу грусть. Когда она стала старше, то узнала, в чем дело. Ее дед, известный в городе генерал, напившись в очередной раз до умопомрачения, вскрыл себе вены. Для семьи это был страшный момент.

В середине второй четверти в школе появился новый физик. Молодой, красивый парень, моментально влюбивший в себя всех девочек. После занятий они стайками залетали в его кабинет и с удовольствием надраивали приборы, готовили их к опытам и заслушивались рассказами своего любимца. Алик был студентом, жил в Ленинграде, но попал в какую-то историю и его мама, директриса школы, решила устроить сыну академический отпуск, чтобы "оболтус перебесился и успокоился". Успокаивался он, преподавая физику в Сибири.

Алик Наташку заметил сразу. Все девочки завидовали ей и с волнением сплетничали, что Наташка целуется с учителем. А весной, на день рождения, он подарил своей ученице игрушечную собачку и накрыл среди штативов маленький стол. Собрались Наташкины подруги. Тогда-то она впервые чуть ли не залпом выпила полстакана вина с казавшимся тогда очень романтическим названием "Листопад".

Дома ей стало невыносимо плохо, тошнило, болела голова. Родители перепугались насмерть. А бабушка голосила на кухне и все повторяла: "первый звоночек", "это наследст-

познакомилась с Михаилом, вышла замуж. И любила она, и училась с большим упоением. С мужем они стали работать в одном ансамбле. Ее карьера шла вверх. Она уже спокойно принимала от поклонников охапки цветов и записки с признаниями в любви, а то и шикарные бутылки со спиртным. Приносила их домой и долго разглядывала уже довольно большую коллекцию. Миша почти не пил.

Как-то после концерта за кулисы заглянула школьная подруга и пригласила молодых музыкантов в ресторан. За соседним столиком Наталью узнали и даже попросили сыграть. Она была в ударе, кабак рукоплескал, не выпить было невозможно.

- Сделав пару глотков, я испытала такое наслаждение и такой прилив сил, которых никогда в жизни не знала, - вспоминает Наталья. - К моим ногам летели цветы, комплименты, признания в любви...

Может быть, тогда она открыла ворота, ведущие в ад. Время от времени с тех пор она стала напиваться так, что Михаил тащил ее домой почти на руках. Муж решил спасти жену и стал настаивать на рождении ребенка. Она согласилась. Наверное, она тогда понимала, что беременность уведет ее от той пропасти, к которой она подошла.

Родила Наташа двух дочек подряд. Про спиртное как-то само собой забылось. Вернулась в ансамбль, где ее встретили очень тепло. Начались репетиции, концерты, гастроли. И... постоянные обмывания успеха.

Она становилась неуязвимой.

ил тоже, в очередной раз, верил ей. Наверное, любил. Наверное, жалел. А она пила. Чтобы снять стресс, согреться, вылечить насморк, отметить удачу...

Пришлось распрощаться с ансамблем и устроиться музработником в детский сад. Теперь свои вечера она посвящала воспоминаниям. Перебирала концертные программки, листала журналы и перечитывала газетные вырезки о своем таланте и - пила, оплакивая этот талант. Дочек мать забрала к себе. Наташа их видела редко и очень радовалась в такие минуты, каждый раз давая себе зарок больше не пить. Но семьи уже не было. Михаил стал совсем чужим. Исчезла его жалость к жене. Осталось презрение и даже брезгливость. И она пила, потому что было невыносимо-стыдно.

И вот наступило то самое зимнее утро. В ушах у Наташи звенело, голова раскалывалась. Миша ходил сосредоточенный и чужой, совсем чужой. Тогда он ей и сказал:

- Ты уже не можешь остановиться. Я просил, умолял, я требовал. Все впустую. Я забираю девочек и уезжаю. Навсегда.

Она была уверена, что муж в очередной раз пугает, пытается воспитывать. Но когда Миша не вернулся домой на третий день - побежала к матери. Мать не пустила ее даже на порог.

- Алкашка, ты пропила всех нас. Больше у тебя никого нет.

Это был конец, она вдруг осознала всю степень падения, сама пришла к врачу:

- Не могу.

Психологический ПРАКТИКУМ

Узнать, что любимый мужчина изменяет, - одно из самых страшных открытий, которое может сделать женщина. Но если этот человек тебе по-настоящему дорог и без него ты не мыслишь существования, не сиди сложа руки, попытайся его вернуть!

Верни его, он мой!

Итак, ты знаешь о его романе и страшно расстроена. Но несмотря на переживания, гнев, смущение, которое испытываешь, попробуй все-таки успокоиться. Статистика на твоей стороне:

- Не менее 70% мужей имели сексуальные связи вне брака (по некоторым источникам - до 90%).

- От 75 до 85 процентов из них не покидают своих жен окончательно.

- Из тех мужчин, которые все-таки разводятся, всего лишь 15% в дальнейшем вступают в брак со своими любовницами.

- 80% разведенных говорят, что опять вступили бы в брак с бывшими женами, если бы имели такую возможность.

Ознакомившись с этими данными, конечно, можно подумать: если вероятность его возвращения так велика, зачем вообще что-то предпринимать? Но все не так просто. Попад в такую тяжелую ситуацию, ты сама почувствуешь необходимость что-то сделать. Пассивное ожидание вредно прежде всего для тебя - ведь бездействие порой требует нечеловеческих усилий. И через несколько недель большинство женщин срываются и начинают изливаться свои чувства, обвинять, угрожать, зачастую шантажируя разлукой с детьми, - словом, делать именно то, от чего мы хотим тебя предостеречь. Кроме того, ты хочешь не просто дожидаться его возвращения, а в дальнейшем строить свою совместную жизнь на совершенно новой основе - близости и доверии. А если будешь бездействовать, то все старые проблемы останутся с вами, даже если он вернется. Надеемся, что наши советы помогут тебе вновь завоевать не только его любовь, но и быть может, самое главное - уважение.

Весьма полезно выработать для этого четкий план. Конечно, ты потрясена, и сейчас тебе трудно думать о будущем. Читая любовные романы, где обязательно кто-то кому-то изменяет, ты думала, что таким отношениям это не грозит. И мысли не допускала, что он способен изменять. Любима его и продолжаешь любить. Стоп. Наверное, прежде всего надо понять, что он сделал это не для того, чтобы причинить тебе боль. Да, может быть, он не получал от тебя всего, чего хотел, но очень важно не винить одну себя. Ты независимая, достойная, милая женщина, и, если будешь постоянно об этом помнить, вероятность его возвращения резко возрастет. Если ты твердо решила, что хочешь его вернуть, пора оставить все страхи и начать действовать. Итак, восемь шагов на его обратном пути к тебе.

1. Будь хладнокровна

Пойми, ты гораздо сильнее, чем думаешь. Сопревший возлюбленный будет сбит с толку твоим спокойствием, ведь он ожидал встретить слезы, мольбы, упреки, что, скорее всего, ускорило бы его уход к другой. Твое самообладание интригует, а это как раз то, что нужно. Ты даешь возможность мужчине посмотреть на тебя другими глазами и вспомнить прежде всего то, что он когда-то так любил. Важно дать ему шанс увидеть в тебе сильную, независимую, желанную женщину.

Даже находясь на грани срыва, приложи все усилия к тому, чтобы не потерять контроль над собой в его присутствии. Ты должна добиваться от него не жалости, а желания. Скандалы и нытье никогда не приводили ни к чему хорошему. Правда, есть мужчины, которые из сострадания или, скорее, самолюбия способны откликнуться на мольбу "Помоги! Я не могу без тебя", но очень скоро они понимают, что попали в ловушку, и начинают испытывать отвращение. Поэтому рыдай в одиночку или во

время группового сеанса психотерапии, а своими переживаниями делись с близкой подругой.

Обывай его последними словами, но лишь в уединении на кухне, и для большего эффекта можешь даже разбить любимый сервиз. Но сохраняй спокойствие, когда он рядом. Если в какой-то момент ты все же позволишь ему увидеть твой страх или гнев, не отчаивайся - просто в следующий раз будь хладнокровнее, чем прежде. Это как сойти с диеты: порция шоколадного мороженого не смертельна, если на другое утро ты снова вернешься к грейпфрутам и диетическим хлебцам.

2. Выигрывай время

Всегда помни: время на твоей стороне. Будь терпелива и не загоняй его в угол ультиматумами типа "Если не бросишь эту потаскушку немедленно,



ленно, между нами все кончено". Чем больше времени ты дашь мужчине - при этом не прекращая упорно работать по плану, тем больше времени у него будет, чтобы понять, что ему нужна именно ты. Ведь часто уже через несколько месяцев любовники надоедают друг другу до смерти, и устает чаще мужчина, а не женщина.

Время сыграет на тебя и в другом случае - если ты скажешь своему мужчине: "Когда так много поставлено на карту, самое малое, что ты можешь сделать, - это подождать с окончательным решением еще год, шесть месяцев или хотя бы три". Жизненные перспективы со временем меняются: то, что сегодня ужасно и непоправимо, завтра может оказаться пустыми хлопотами. Если же он буквально одержим идеей расстаться или развестись с тобой, ты можешь все равно замедлить этот процесс, прекратив ваши встречи или отложив подписание необходимых бумаг.

3. Займись собой

В сложный период "выживания" не забывай работать над своей внешностью. Попробуй изменить имидж. Подстригись или сделай новую прическу, похудей, ежедневно делай маски для лица, ешь фрукты и овощи. И не забудь прочитать хотя бы парочку нашумевших повестей - будет чем блеснуть перед ним при встрече.

4. Поддерживай с ним отношения

Мы уже предлагали держать твоего "греховодника" на некоторой дистанции, но... Слишком рьяно следуя поговорке "С глаз долой - из сердца вон", ты даешь ему возможность и вовсе разорвать ваши отношения. Можно даже прибегнуть к некоторым уловкам. Например, вам необ-

ходимо срочно обсудить детские проблемы - он же отец. Или проблему квартиры - кому еще ты можешь это доверить?

Но поддерживая с ним контакт, старайся сделать его приятным и не будь чересчур навязчива. И улыбайся, даже когда душа кричит от боли. Нередко ты будешь возвращаться домой в полном изнеможении. Но помни, все это ты делаешь во имя добра, во имя возвращения своего мужчины.

Если на первый раз он откажется

от встречи или не ответит на записку или телефонный звонок, подожди. Ты пустила пробный шар, но, чтобы он не почувствовал давления, не стоит повторять попытку раньше, чем через неделю или даже десять. В конце концов он откликнется.

5. Дай понять, что любишь его

Это нелегко сделать, особенно когда чувствуешь себя обиженной. Однако не забывай: именно ваша продолжительная любовная связь, хотя и нарушенная сейчас, поможет окончательно вернуть его. Наверняка твоя соперница говорит, как она любит его, как он ей нужен, - так не уставай напоминать о том, что твоя любовь глубже, сильнее, потому что в основе ее не страстное увлечение, а более прочные чувства, прошедшие испытание временем. Никто никогда не будет любить его так, как ты. Никто! Вот твоя козырная карта. Ты знаешь своего мужчину так, как она знать не может. Ей он нужен совсем не как тебе. Ты должна дать ему почувствовать словом, жестом, что его ценят и ждут. Но не перегибай палку. Не забудь, ты должна выглядеть независимой и сильной.

6. Заставь его ревновать

Согласно нашей программе, твоя цель - стать уверенной в себе, сексуальной женщиной, которую он, кстати, может потерять навсегда. Да, ты по-прежнему любишь его, но кто сказал, что женщина должна ограничиваться кем-то одним? Немного выведи мужчину из равновесия, даже если он для тебя единственный, - это всего лишь тактический ход в крупной игре под названием "Возвращение". Не бойся заинтриговать его и возбудить легкие подозрения. И не будь легкодоступна. Да, и не перепутай названия: "Игра с огнем", когда он застает тебя в постели с другим, и "Возвращение" - это совсем разные вещи.

7. Будь ему лучшим другом

Это не очень сложно, поскольку ты долго действительно им была. Да, ты понимаешь, как ему тяжело бросить тебя и как его мучит совесть. Беденький! Не страдай, все образуется!

Ты не вернешься домой, сказав, что он самый отвратительный негодяй на земле. Вспомни о том, как ты общалась с провинившимся ребенком: ты находила в себе силы показать ему свою любовь и поддержку, хотя четко даешь понять, что не одобряешь его поступка. Так же и здесь.

И вообще, как можно скорее смени тему: поговори о чем-нибудь веселом, сексуальном. Докажи ему, что ты - единственный островок покоя в этом водовороте любви.

8. Напоминай ему о лучших временах

Слова не обязательны: запахи, вкус, звуки, обстановка - все это освежит его память.

Тот вечер, когда вы пили шампанское и ели жареную утку перед потрескивающим камином, разве не стоит его вспомнить? Поставь утку в духовку, зажги камин! Песни Джо Дассена напоминают о чудесном отдыхе на море? Слушайте эту музыку! Падающие листья когда-то прошептали, что вы никогда не расстанетесь? Пригласи его на прогулку в один из погожих сентябрьских дней. При этом надуши его любимыми духами и надень браслет, который он подарил когда-то на Рождество.

Помоги своему мужчине восстановить в памяти все хорошее и пойти тебе навстречу. Все, что для этого нужно, - легкий толчок к размышлению.

"COSMOPOLITEN".

Здравый смысл

Наверняка вы мечтаете о красивой фигуре и наверняка ваша собственная вас чем-то не устраивает. Особенно бедра. Посмотришь на манекенщицу в журнале - загляденье, а в зеркало - фу, "галифе"! Хорошо хоть по телевизору красотищи в блестящих купальниках зовут попрыгать-поскакать вместе с ними, обещая буквально на десятом прыжке превратить вас в совершенство.

Крутобедрая Венера - тоже не идеал

Жо ни шейпинг, ни аэробика, ни какие-либо другие физкультурные изощрения ни к чему не приведут, - утверждает Мириам Стоппард, известная в нашей стране как редактор очень красивой и очень дорогой "Книги о лице и теле". "Не касаясь проблемы лишнего веса, можно сказать, что форму ягодич так же трудно исправить с помощью диеты и упражнений, как цвет глаз или форму носа" - вот так, хотите - верьте, хотите - нет. Конечно, Мириам не отрицает, что голодая и занимаясь физкультурой, вы сбросите сколько-то лишних килограммов, но линии вашего тела навсегда останутся при вас. В общем, по мнению доктора медицины М. Стоппард, коррекция фигуры - лишь очередной обман, рассчитанный на "фермерш", которые мечтают стать Венерками.

Вы, конечно, можете остаться при своем мнении и усердно потеть на шейпинге, но, мне кажется, стоит прислушаться к здравому смыслу Мириам. Она призывает нас взглянуть на длинноногих манекенщиц, а затем оглядеться вокруг: красотищи с подиумов, скорее, исключение, чем правило, говорит она. Обычных, нормальных женщин в мире куда больше. А все эти телепередачи и журналы только дезориентируют нас. Древние были честнее, когда высекали из мрамора своих Венер, ничуть не приукрашивая их. Да и барышни, что для тех Венер позировали, скорее всего, не накачивались силиконом и не делали подтяжки на бедрах. Потому что у Милосской красотищи и ягодич толстоваты, да и живот нетренированный какой-то. И чего ей все любят? А ведь любуются-таки!

Но как не стремиться к идеалу, когда повсюду предлагается столько чудодейственных панацей для исправления наших телесных недо-

статков - и массаж, и тренировки, и всякие пищевые добавки для похудения... "Само существование бесчисленного количества средств... доказывает, что ни одно не действует эффективно, - категорически заявляет Мириам Стоппард. - Они и разрабатываются в первую очередь для того, чтобы удовлетворить желание ленивых женщин найти выход из положения". Еще извительней относится Мириам к массажу: "Единственный, кто может похудеть, - это массажистка". Впрочем, д-р Стоппард не отрицает все подряд. Диету и физкультуру в разумных дозах она все же признает. В частности, рекомендует низкокалорийную диету для того, чтобы избавиться от излишков жира, и ежедневную десятиминутную зарядку для того, чтоб мускулы были упругими, а кожа имела здоровый вид. Уберется лишний жир - и талия станет поуже, и руки-ноги изящней. С бедрами и ягодичками - поспокойней: тут особых изменений не ждите. Есть возможность уменьшить объем, но форму изменить - увы...

"В целом сделать фигуру привлекательной можно только с помощью правильно по-

добранной одежды", - говорит Мириам Стоппард. И если вы поверили ей, запомните: широкие, излишне объемные бедра лучше всего скрывать под свободными длинными блузонами, свитерами, прикрывающими ягодички. Подойдут и платья с высокой талией. Но помните: завышенная талия зрительно увеличивает рост.

Женщинам с плоскими ягодичками следует носить юбки, облегчающие бедра и широко расходящиеся книзу.

Тем же, у кого бедра чересчур узки, подойдут складочки, оборочки, брюки шароварами и широкие юбки с затянутой талией.

Короче, не впадая в панику, перетряхните весь свой гардероб и послушайте мудрую Мириам: "Пытайтесь использовать все преимущества вашей фигуры и не делайте свою жизнь несчастной, стремясь к недостижимому идеалу".

НИКА ВИКТОРОВА.



Тайна семейного счастья

Американский психолог Бердупел, занимающийся проблемами развода, провел многочисленные опросы супружеских пар и пришел к такому выводу: тайна семейного счастья скрыта в старой мудрой поговорке: "Молчание - золото". Оказалось, что прожившие в браке много лет супружеские пары в основном немногословны. В таких семьях супруги разговаривают друг с другом около получаса в сутки. И еще один гарантирующий долголетнее семейное счастье фактор - увлечение спортом, правда, лишь в том случае, если им занимаются оба супруга.

КТО НАМ ПОМОЖЕТ

Письмо

«Господи, что с нами происходит? Еще вчера - стремительная походка и на каблучках хоть на край света, любая прищипка к лицу и всякая работа по силам, заинтересованный взгляд мужчины вызывает легкий подъем душевной энергии. А сегодня... Ох, сегодня... То в жар бросает, то в холод, давление без видимого повода, сердцебиение "на ровном месте". А при взгляде на собственное отражение все чаще приходит на память: "Отцвели уж давно хризантемы в саду..." Вобщем, как сказала бы небезызвестная Эллочка, полный мрак. Подозреваю - начинается климакс. Кажется, муж утратил ко мне интерес, только прикидывается. Конец жизни? А ведь мне едва за сорок...

Светлана Н. Томск.

мисты... и есть пессимисты: у них обостряется неудовлетворенность жизнью, окружающими, постоянно возникают конфликты, капризы, слезы. В-третьих, на течении климакса сказывается даже профессия. У интеллектуалов процесс протекает тяжелее, например, у педагогов, у врачей, особенно хирургов. Скорее всего, они чаще переживают стрессовые ситуации, большое нервное перенапряжение. В-четвертых, большое значение имеет даже то, одна живет женщина, в паре с мужем, но без детей или окруженная детьми и внуками. Последние переживают все неприятности легче. В-пятых, психологически, например, климакс легче переносят деревенские женщины. Есть над чем и подумать.

А "руководить процессом" нужно всю жизнь, а если вам к сорока -

ко. Есть, например, прекрасный препарат "Климен". При грамотном применении (с консультацией врача) он имитирует естественные процессы в период климакса, и выравнивает гормональный баланс организма. Таким образом значительно уменьшает опасность перелома костей.

Я думаю, о некоторых препаратах и народных средствах, облегчающих жизнь в нелегкий период, мы расскажем на этой же страничке "Евы". А вот еще какой вопрос боюсь упустить. То, о чем мы сейчас говорили, касается такого "усредненного" течения климакса. Но бывает ведь и действительно очень тяжелое состояние у женщины в этот период: кровотечения, анемия и даже обмороки.

Ну, это уже не естественное течение, а патология. Иногда женщина не справляется даже с легкими климактерическими проявлениями, общее недомогание усугубляется паникой, излишней нервозностью. Мы и в таких случаях помогаем. Врач назначит курс физиотерапии или игло-рефлексотерапии, иногда - сеансы гипноза. Пореккомендует травы - ве-



Все это не пустяки

"В каком возрасте нужно начинать регулярно посещать гинеколога? Какие изменения происходят в организме девочки в 15-17 лет? Что думают специалисты о половой жизни подростков? С какого времени организм девушки готов к половой жизни?"

Катя, Оля, Лена, Наташа, ваши постоянные читательницы.

Нашим юным читательницам отвечает Людмила Ивановна НЕРОНОВА, главный акушер-гинеколог области:

- Я, пожалуй, начну с последнего вопроса. Милые девочки, если даже внешне вы вполне сформировались и выглядите чуть ли не взрослее взрослых женщин, это еще не значит, что вы полностью, как говорят, "созрели". И анатомически, и физиологически, и гормонально вы "на полпути". Процесс перестройки еще идет, и полностью он будет завершен примерно к двадцати годам - лишь тогда ваш организм будет полностью готов к воспроизводству. Ранние беременность и роды очень тяжело сказываются на юной маме - ей гораздо труднее, чем взрослой женщине, переносить родовую боль, да и вынашивать ребенка труднее. И не только физиологически тяжело, но и морально - ребенок ведь, как правило, нежеланный, неожиданный... И вот что получается: на долю юных первородящих приходится в два-три раза больше послеродовых осложнений.

Что мы думаем о половой жизни подростков... Мы ведь реалисты: мы о ней просто знаем. Каждая четвертая девочка в 15 лет живет половой жизнью. Не только в России, не только в Томске - цифры примерно такие же и в Европе. Врачи понимают, что никакими увещеваниями и угрозами тут не поможешь. Хотя тревожит это нас, очень тревожит. Ведь ранние связи - они

очень часто случайные, беспорядочные. А заболеваемость сифилисом растет. И редко встречающиеся венерические заболевания, такие, как хламидиоз и другие, теперь уже на каждом шагу... Не говоря уже о СПИДе. Поэтому я обычно на приемах своим юным пациенткам советую: раз уж так случается - носи на всякий случай с собой презерватив.

Положи в кармашек - и вручи своему парню... О том, как влияют на несозревший организм ранние роды, я уже сказала. А ведь еще и аборт! Казалось бы, столько сейчас замечательных противозачаточных препаратов. Но то ли у нас с пропагандой дела плохо обстоят - не знают девочки, что подросткам гормональные контрацептивы отпускаются БЕСПЛАТНО. Для этого, конечно, нужно прийти в женскую консультацию по месту жительства, к участковому врачу или в кабинет по планированию семьи. Поверьте, вас там рады будут видеть. Ну а уж если вы никак не можете решиться зайти в такое "взрослое" учреждение - приходите в областную детскую поликлинику. Адрес - проспект Кирова, 14. Здесь есть подростковый гинеколог, веду консультационный прием и я.

Ну и наконец о том, когда девочка должна впервые появляться у гинеколога. Если нет никаких жалоб - примерно в 15 лет нужно показаться. Кстати, вас совсем необязательно будут смотреть на кресле, как взрослую женщину. Ну а при жалобах нужно обращаться к врачу не взирая на возраст. Если какие-то неполадки - приходите обязательно. Очень часто девочек лет в 14 мучают непонятные боли, нередко встречаются нарушения менструального цикла. Не создавайте себе проблем в будущем - все эти пустяки могут обернуться через несколько лет серьезным заболеванием. Это мы говорили о тех девочках, которые не живут половой жизнью. Ну а если живут - к гинекологу нужно ходить 2-3 раза в год, как обычной женщине. Тем более когда девушка пользуется гормональной контрацепцией - тут нужно регулярное наблюдение.

Золотая осень жизни

Вот такое полупозитивное, полудраматическое письмо, с которым я и отправилась к звездующей кафедрой гинекологии профессору А.А. РОДИОНЧЕНКО.

Беседа с профессором о розах и женщинах

- Подождем отчаиваться, попробуем чуточку разобраться в себе, в своем здоровье и - успокоимся: еще не вечер. Женщина от семнадцати и до... бесконечности остается женщиной. И в каждом возрасте интересной по-своему. Посмотрите, к примеру, на этот букет, - Анна Алексеевна бережно перебирает розы на своем столе. - Вот бутон. Если сравнить, это девочка-подросток, только начинающая взрослеть. У другого цветка - уже приоткрылись лепестки: девушка в прекрасном возрасте, способная любить, предающаяся предстоящим победам. Эта, самая красивая роза в букете, ассоциируется с женщиной в полном расцвете сил и лет, в генеративном возрасте, как мы говорим, способная к деторождению, к любви и ко всему, что предназначено ей на этом свете. А вот... Да, это "возрастная". Лепестки уже никогда не станут такими, как прежде, они подвяли, опустились.

- Но это все равно роза, не чертополох. - Безусловно. Так и женщина в "осеннем" возрасте. Да, природа устроена так, что угасает генеративная, детородная функция. Но она еще может радоваться жизни и радовать других.

- Анна Алексеевна, если дать короткое определение климакса, что это все-таки такое?

- Мы по сути его уже дали. Это естественное угасание функций половой системы на фоне общих возрастных изменений. Через этот физиологический процесс проходят все (кстати, мужчины тоже, только у них это происходит, может быть, чуть позже и несколько по-иному).

Наступает климактерический период у женщин между 45 и 50 годами. Это такой усредненный показатель. У кого-то он начинается значительно раньше, у кого-то, это реже, намного позже.

И протекает эта серьезная перестройка организма тоже по-разному. Довольно часто она сопровождается приливами жара и повышением давления, головной болью и повышенной нервозностью, болями и переболями в сердце, изменениями обменных процессов организма: одни в этот период непомерно поправляются, другие худеют. Могут обостриться имеющиеся заболевания и появиться новые...

- Понимаю, что это естественный процесс, от которого никуда не денешься, но руководить-то им хоть немножко можно? А то даже страшно.

- Ну, во-первых, надо помнить, что эти "страдания" не на всю оставшуюся жизнь. Постепенно, через год-второй, они проходят. Возрастная перестройка заканчивается полным прекращением менструации, наступлением равновесия в организме. Во-вторых, многое зависит от типа нервной системы: оптимисты переносят это легче - причем не только психологически, но и физически. Песси-

особенно. Идеально, конечно, когда женщина ведет в полном смысле здоровый образ жизни. Но - чаще ссылаются на то, что некогда...

- Или на лень... - Или на лень. А напрасно. Необходимо всю жизнь заниматься физическим трудом. В меру, но обязательно. Безусловно - делать утреннюю гимнастику. Я лично делаю ее всю мою жизнь. Да, для этого приходится вставать без пятнадцати шесть. Но организм отблагодарит вас здоровьем. Обязательны водные процедуры утром и вечером. Если есть воз-



можность - ежедневно купаться в реке или бассейне.

- У некоторых и ванны нет.

- Тогда - обтирание мокрым полотенцем. И тоже - утром и вечером. Это доступно всем. Так же, как прогулки перед сном и разумное питание. Поначалу, может быть, придется себя преодолевать, а потом это войдет в привычку. Ведь питание в генеративном возрасте - это одно, а в климактерическом - совсем другое. Надо помогать организму пережить перестройку. Есть поменьше булок и сладостей, практически исключить блины и оладьи. А главное - есть побольше натуральных витаминов: протертые ягоды - смородину, клюкву, бруснику. И лучше с медом, чем с сахаром. Необходимо включить в свой рацион молоко, кефир, простоквашу, творог, рыбу - причем лучше отварную или под маринадом, чем жареную.

- По-моему, вы говорите уже о профилактике остеопороза.

- Да, мы подошли к достаточно серьезному заболеванию, которое, к сожалению, не так редко является следствием гормональных изменений. Остеопороз - это по сути потеря костной массы. Самое большое снижение плотности костей происходит в первые семь лет после менопаузы. Они становятся настолько хрупкими, что перелом можно получить даже просто оступившись. А если это перелом шейки бедра, например, что, увы, порой случается, то неизбежна прикованность к постели. Вы, наверное, замечали, что у некоторых пожилых женщин сильно согнута спина - это результат выпадения позвонков.

- И как же этому противостоять? - Во-первых, питание. Побольше молочного и рыбы, поменьше кофе и прочих крепких напитков. Здоровый, подвижный образ жизни. Но не толь-

робой, тысячелистник, мяту. Если не помогает, если течение климакса болезненное - поможет подобрать гормональный препарат.

- И последний вопрос. Скажите нашим читательницам по секрету: народная присказка "Сорок пять - баба ягодка опять", с точки зрения медицинской науки, имеет обоснование или это так, рифма?

- Думаю, это довольно точное наблюдение, облеченное, как вы говорите, в рифму. Дело в том, что в сексуальной жизни женщины почти ничего не меняется, особенно после

того, как установится гормональный баланс. Но зато появляется раскрепощенность: ведь нет опасности забеременеть. А у некоторых сексуальная активность даже повышается. - Спасибо вам, Анна Алексеевна. Думаю, Светлана Н., которой "едва за сорок" прочитает эти строки и они зачеркнут ее сомнения относительно "конца жизни".

А в завершение хочется рассказать одну маленькую историю. Мне кажется, по теме.

Двое на остановке

Первой обратила на них внимание подруга, она стояла к ним лицом: "Мне нравится эта пара". Я оглянулась: пара как пара, на остановке сто шестнадцатого маршрута редкий пассажир в одиночку, как раз то парами, то целыми семьями. Эти двое, каждому из которых было уже точно под сорок, отличались какой-то почти физической привязанностью друг к другу. Если она отходила к киоску, он шел следом. Она, ни слова не говоря, строила ему "озорные глазки" и резко меняла направление. Он тут же оказывался рядом, при этом глаза его смеялись, просто искрились от какого-то никому неизвестного счастья. Впрочем, ясно было: причина тому - Она. Ее естественное кокетство ему откровенно нравилось. Она принимала это как должное и продолжала свою озорную игру. На фоне вечно озлобленных и даже мрачных лиц эти двое выглядели, как "не от мира сего". Их счастья, если поделиться, хватило бы на всю эту толпу... До сих пор жалею, что не посмела подойти, спросить: кто вы? Просто сказать спасибо за то, что, несмотря на "глубоко осенний" возраст, они сумели остаться Женщиной и Мужчиной. Спросить, быть может, как им это удалось... Ведь это редкий дар.

Валентина ВАКЕР.

Целебные настои

Нередко в климактерический период у женщин появляется довольно сильное кровотечение со сгустками. Происходит это вследствие разрастания желез в стенке матки. Иногда оно продолжается долго и так изнуряет женщину, что приходится делать выскабливание. В любом случае следует обратиться к врачу. А пока - несколько рекомендаций народной медицины для облегчения состояния при этом и других болезненных проявлениях.

Очень хорошее средство при кровотечениях - трава пастушьей сумки. Нужно взять одну столовую ложку мелко нарезанной травы, залить стаканом кипятка, настоять и выпить сразу.

Народное "омолаживающее" средство при климаксе - настой шалфея лекарственного. При приеме внутрь уменьшает потоотделение, действует укрепляюще на нервную систему. 1-2 столовые ложки залить двумя стаканами кипятка (суточная норма), настоять.

Однако не следует принимать его при остром нефрите и вообще более трех месяцев подряд, так как он вызывает раздражение слизистой оболочки.

При начинающемся климаксе применяют настой цветков боярышника кроваво-красного. 3 столовые ложки цветков залить тремя стаканами кипятка, настоять. Принимать по стакану 3 раза в день.

Сок свеклы красной, разведенный с медом в соотношении 1:1, пить по одной трети стакана три раза в день при раздражительности, повышенной нервозности.

При этих же состояниях принимают настой травы душицы обыкновенной. Готовится настой из расчета 2 столовые ложки травы на два стакана кипятка. Настоять лучше в термосе. Выпить в три приема за 20-40 минут до еды. Можно приготовить спиртовую настойку душицы: взять 10 г травы на 150 мл семидесятиградусного спирта, настаивать 7-10 суток в темном месте при комнатной температуре. Принимать по 30-40 капель 3-4 раза в день. Действует успокаивающе на центральную нервную систему.

При частых приливах крови к голове в период климакса очень эффективно действует настой корня валерианы. 5 г толченого корня залить 1 стаканом кипятка, настаивать два часа, процедить. Принимать по полстакана утром и вечером - перед сном. Применяется этот настой и при повышенной нервной возбудимости. Более 1,5 - 2 месяцев без перерыва валериану принимать нельзя, так как могут появиться ощущение дискомфорта, головная боль, беспокойство.

ЧЕРЕЗ полчаса ему уже выступать на съезде. Придет она или не придет? Двадцатидухлетняя красавица, зардевшись, широко распахнула глаза:

- Но, господин министр, я все-таки иностранка... Меня попросту не пустят... Нет, это невозможно! И потом, мне же необходимо вернуться в Прагу...

Иозеф Геббельс усмехнулся:

- Не вижу никаких проблем. И прошу запомнить: сколько раз я поднесу к губам носовой платок, столько раз это будет означать, что в этот момент я думаю о Вас...

А ПОТОМ она сидела в первых рядах бесновавшегося коричнево-черного сборища национал-социалистов и считала: "Один... два... три..." Пока стоявший на трибуне хромой чародей делал с сидевшими в зале что хотел, его платочек трижды совершал путешествие из кармана к губам, и ровно три раза, незаметно для окружающих, он бросал в ее сторону пыльные взгляды.

НОЧЬЮ, на перроне нюрнбергского вокзала ее поджидали. Адьютант господина рейхсминистра фон Ведель вручил ей огромный букет роз. В нем была записка: "Если ты снова захочешь со мной встретиться, то пошли в пограничного пункта телеграмму с таким текстом: "Роль принимаю..."

Она догадывалась, какой роли от нее ждут. Она знала, что телеграмму с таким текстом дать не сможет. Нет, она ни за что не пошлет ее! Никогда!..

Однако, как только поезд задержался у таможни, она выскочила из вагона прямо в находившееся напротив почтовое отделение и дрожащей рукой вывела на бланке: "Берлин, доктору Мюллеру. Роль принимаю. Баарова".

ТАК НАЧАЛАСЬ эта любовная история, занимавшая в умах светского общества Европы 30-х годов второе место в категории скандалов после громкой истории о связи американки мисс Симпсон с английским королем Эдуардом VIII, отрекшимся ради любви к ней от престола. Только в отличие от Виндзорского замка на берлинской Унтер-ден-Линден сантиментам уделялось внимания намного меньше. "Хепби энд" был в этом случае явно невозможным, а ход событий напрямую был связан с уже царившими здесь волчьими законами. Но стоит, наверное, начать все по порядку.

Людмила Бобкова (псевдоним "Лида Баарова" выбрала, будучи студенткой театральной школы, когда решила сниматься в кино) родилась в 1914 году в Праге, в одной из квартир престижного района Летна, опустевшей, как и многие другие в 50-е годы: их спешно заняли службы госбезопасности и прокуратуры. Отец Людмилы служил в магистрате. Мать была без ума от двух подраставших красавиц-дочерей, посылая их одновременно и в гимназию, и в консерваторию, и на курсы иностранных языков.

В 1931 году 17-летней студенткой она снялась в своем первом фильме "Карьера Павла Чамдры". К двадцати годам она имела уже на своем счету главные роли в 19 фильмах! А к началу 1941 года Баарова снялась в 31 чешской и 10 немецких кинолентах (позже к ним добавится несколько итальянских), зарабатывая в среднем за участие в каждом фильме 70 тысяч крон. Это было целым состоянием по тогдашним меркам.

Карьера Бааровой и в кино, и в театре была неправдоподобно быстрой. Она работала без передышки, в темпе "нон стоп", сопровождаемая каждый раз на киностудию "Баррандов" своей заботливой мамашей. Характерная для актрисы строгость нравов, довольно нетипичная для тогдашней кинематографической среды, позволила Бааровой создать о себе мнение, как о необычайно работоспособной "пчелке". При одновременном наличии бесспорного таланта и красоты это было, безусловно, большим ее достоинством. Несмотря на довольно поздние возвращения со съемок, отец не пожелал спать, не дождавшись дочери. Когда же она задерживалась далеко за полночь, умел сдержаться. "Как жаль, - вздыхала в своих мемуарах Баарова, - что они разу не удосужился дать мне по морде, особенно когда я в первый раз вырвалась в Германию..."

В 1934 году директор заокеанской киностудии Уильям Кэрролл пригласил ее на всемирно известную процветающую берлинскую студию "УФА". На кинопробы к фильму "Баркарора" она, разумеется, отправилась с матерью. Совершенствованию познаний в немецком и интенсивному похудению способствовала внезапно вспыхнувшая любовь к находившемуся тогда на вершине славы актеру Густаву Фрелиху. В Прагу они вернулись вместе, а затем вместе же поселились в Берлине. Брак, несмотря на слезы родных, оформлять не стали только лишь потому, что Фрелих уже был женат. Хотя, по правде говоря, жена его уже не могла жить в Германии, поскольку была еврейкой. Однако оформить с ней развод было все равно непросто. Конец этой запутанной взаимной любви положил, как вскоре оказалось, Иозеф Геббельс.

"ОН БЫЛ ПРОКЛЯТИМ всей моей жизни, - писала Баарова. - Но если мне и удалось чего-то избежать, так это только того, что у этого проклятия не было имени Адольф Гитлер..."

Но более последовательным в проявлении интереса к очаровательной чешке после того, как вождь отступил в сторону, стал всемогущий рейхсминистр пропаганды Иозеф Геббельс, в чьи обязанности входил и контроль за кинематографией.

Ситуация была несколько неловкой. Хотя о связи Бааровой с Фрелихом судачил весь берлинский киномир, она по-прежнему жила с ним. Но министр предпочитал действовать спокойно и методично, давая понять своим поведением всем, что этой прекрасной даме он желает только добра. Все чаще на балах, премьерах, коктейлях он старался заговаривать с Бааровой с глазу на глаз.

- Ну, что же. Ждите в ближайшем будущем более значительной роли...

И она действительно дождалась этой роли. Одновременно с приглашениями со студий участились звонки от "доктора Мюллера" - отныне рейхсминистр велел называть его по телефону только так. Его звонки заставляли Баарову в Праге и на курорте Франтишкови-Лазне, поднимали ее среди ночи из постели Фрелиха. Именно Густав как-то однажды застал парочку романтических влюбленных у порога своего дома. По свидетельству Бааровой, Фрелих будто бы изрек: "Вот оно что! Наконец-то мне ясно, кто в какой роли занят, герр министр!" По версии же Фрелиха, очень популярной в ту пору в Берлине, актер дал тогда влюбленному министру, грубо говоря, по физиономии. Через несколько дней в кабаре уже распевали песенку с припевом, где были такие слова: "Кто, кто не хотел бы стать Фрелихом?" ("Frohlich" "Фрелих" по-немецки "радостный"). Вскоре сама Баарова съехала от Густава на собственную квартиру. Она все чаще стала проводить дни и ночи в роскошном деревянном доме

Неизвестное ОБ ИЗВЕСТНОМ

Геббельса за Берлином, на берегу озера Крумме Ланке. Самым первым приглашением министра было классическое: "Приезжай, послушаем хорошие пластинки, поиграем вместе на рояле в четыре руки..."

В своих воспоминаниях Баарова упорно и последовательно старается не выходить из образа "наивной девушки", "золотой бабочки", порхавшей по берлинским салонам и киностудиям. Ей и вправду были чужды все земные дела того мира, и больше всего - в Германии 1934-38 годов. Жестокие, безжалостные облавы на коллег-евреев или же на тех актеров, чьи жены были еврейками, ужасная "кристалльная ночь", ночь еврейских погромов, арестов и убийств, костры из книг, пылавшие на Унтер-ден-Линден, - все это было в ее глазах естественным и неизбежным. Она считала, что актриса не должна интересоваться всем этим, ибо искусство - вне политики... В то же время - и здесь - надо отдать должное Баарова нередко обращалась к Геббельсу с просьбами оградить

Актриса и «доктор»



Большая любовь Геббельса

от преследований актеров, поддерживавших связь с женами-еврейками, жившими за границей, или же с возлюбленными-еврейками, находившимися тогда в Германии...

В ТИХИХ ПОКОЯХ дома над озером влюбленным было уютно, тепло и спокойно. Министр был изысканным любовником. Вместе они смотрели фильмы, слушали музыку. Ей приходилось слушать и самого министра, который был не прочь поораторствовать, демонстрируя при этом превосходные актерские способности. Геббельс отлично пародировал самых достойных людей рейха. Коронным его номером были пародии на Лея и Геринга. Неплохо получались у него образы Гиммлера и Штрайхера. Лишь однажды в ее обществе он осмелился пародировать самого Гитлера. Правда, о нем Геббельс никогда не говорил ни плохого, ни хорошего.

Шло время, и "доктор Мюллер" стал относиться к Бааровой, как к своей личной собственности. Он приказывал ей приходить к себе в самые неподходящие для нее часы, совершенно не интересуясь тем, что она очень устала и что завтра рано утром ей снова надо быть на съемках. Вместе с тем он все чаще утихомиривал признаки подлинной влюбленности. Как-то он заявил, что готов развестись с Магдой и жениться на ней. А если фюрер не согласится с таким его решением, то он хоть завтра готов отправиться с поста министра пропаганды хоть в Токио, тем более что должность посла как раз вакантна. Если же и тогда фюрер не даст согласия, то, что же, с голоду все равно не пропадет. Найти себе работу он в конце концов сможет всегда. Скажем, торговать галстуками. Правда, Лидушка?

Но пораженный Лидушка чувствовал, что вокруг этой берлинской "love story" господина рейхсминистра все сильнее сгущаются тучи. Она пыталась вырваться из Германии, получив предложение заключить превосходный контракт в Голливуде. Геббельс, приказавший следить за каждым ее шагом, среагировал тотчас же.

Студии "УФА" было приказано приготовить для Бааровой

новый, значительно более выгодный контракт. А всех актеров, работавших тогда в Германии, как-то собрали в зале Берлинской оперы на специальное выступление министра пропаганды. Здесь уже было не до развлечения с носовым платочком, не до прочих манипуляций, как когда-то. Геббельс изрек, а точнее, прокричал, что если хоть кто-то из артистов, не оценивший в полной мере свои шансы и возможности, предоставляемые рейхом, отважится бежать за океан, то вряд ли это так просто сойдет с рук. Нечего и говорить, что по возвращении на родину вряд ли будет гарантирована работа. Все присутствовавшие в зале были уверены, что министр имеет в виду Марлен Дитрих или Фрица Ланга. Но 24-летняя чешка, сидевшая в зале, точно знала, кого именно имеет в виду министр на самом деле...

И она осталась. Осталась вопреки здравому смыслу и инстинкту самосохранения, с уже купленным билетом на самолет до Нью-Йорка с пересадкой в Лондоне...

ПУБЛИЧНЫЙ СКАНДАЛ произошел на премьере нового фильма "Актёр", в котором возлюбленная министра исполняла главную роль. Когда на экране отец героини, обращаясь к дочери, произнес: "Попробуй вытянуть из своего доктора побольше денег", с балкона раздался сильный смех и негодующее топанье. Когда же фильм закончился и Баарова, как обычно, поднялась на сцену, с того же самого балкона раздался негодующий выкрик: "Вон! Вон министерская шлюха!"

Спустя несколько недель газеты поместили на первых страницах большой снимок Геббельса, находившегося вместе с супругой по дружескому приглашению рейхсканцлера Адольфа Гитлера в австрийской резиденции последнего, Оберзальцберге. Газетное сообщение и снимок, на котором министр выглядел как побитая собака, лишняя раз подтверждали правоту слухов: в Оберзальцберге стало известно о скандале. Заранее сообщив фюреру обо всем, Магда Геббельс просила его немедленного вмешательства в эту историю. В присутствии Гиммлера фюрер смешал своего верного министра с грязью, кричал, стучал кулаками по столу, приказывая немедленно выбросить из головы все мысли о разводе, Японии и торговле галстуками. "Ты должен немедленно расстаться с этой чертовой чешкой и вернуться в поно семью и фатерланда!"

И Геббельсу пришлось подчиниться приказу фюрера. Только один-единственный раз в квартире Бааровой раздался звонок "доктора Мюллера", и она успела в трубку знакомый голос:

- Я говорю из квартиры моего верного друга, Геринга. Лидушка, помни: всегда оставайся такой, какая ты есть, сколь бы тебя ни оскорбляли, а обижать тебя еще будут... Но я все равно люблю тебя...

НА ВТОРОЙ ДЕНЬ после этого звонка с экранов всего рейха вмиг исчезли все фильмы с участием Лиды Бааровой. Студия "УФА" разорвала с ней контракт, прервав съемку уже начатого и объявленного в прессе фильма. Гестапо вызвало ее на "важную беседу", во время которой ей было объявлено о том, что она не имеет права покидать пределы Германии. В канцелярии министерства пропаганды ей неизменно отвечали, что герр министр занят и принять ее не может...

В 1938 году Бааровой все же удалось сбежать из Берлина, обманув бдительность немецких пограничников. В 1940 году она сумела-таки сняться в новых фильмах в уже оккупированной немцами Чехословакии. Однако вскоре после этих, довольно удачных ролей, немецкие власти приказали ей раз и навсегда выбить из головы дальнейшее участие в каких бы то ни было фильмах...

"Приказ фюрера - здесь закон, уважаемая пани", - вежливо заявил ей теперь уже немецкий директор киностудии "Баррандов". Несчастная возлюбленная министра была вынуждена отправиться на поиски счастья в Италию, где ей тоже удалось сняться в нескольких фильмах. Когда же настал подходящий момент, Баарова решила перебраться в Америку. Но как-то вечером в ее гостиничный номер в Риме зашли два вооруженных офицера вермахта в черных кожаных плащах:

- Все граждане протектората Чехия и Моравия должны немедленно покинуть Италию и вернуться в Прагу. Только без глупостей, ясно?

Она едва успела спрятать часть своих драгоценностей, а меха и другие наряды отдала на хранение своей итальянской приятельнице. До Мюнхена она летела вместе с семьей Витторио Муссолини, сына дуче. Витторио прижимал к себе двух черно-волосых детей, а его жена не спускала глаз с Бааровой...

В Мюнхене, прямо на аэродроме, к ней подошел знакомый еще по Берлину Кальтенбруннер и вручил билет на поезд до Праги: "Вы должны быть там не позднее чем через 24 часа. Это приказ!"

В ПРАГЕ, в красивом и зеленом районе, расположенном на склонах холмов, где находилась резиденция послов и дипломатов высокого ранга, на улице Ганспаулка, до сих пор сохранилась удивительной формы вилла в виде корабля с иллюминаторами. Это прежнее жилище едва ли не самой популярной чешской актрисы довоенной поры Лиды Бааровой...

В 1945 году, получив известие о приближении советских войск, Баарова бежала в Германию, но была арестована американцами и препровождена в Прагу. Кинозвезде международного класса было трудно остаться инкогнито. Ее не было в списках лиц, сотрудничавших с оккупантами, однако связь Бааровой с Геббельсом была известна каждому офицеру-следователю...

На Рождество 1946 года по указу министра юстиции Прокопа Дртины она была освобождена из заключения, вышла замуж за актера Яна Копецкого, который был моложе ее на 8 лет. Сначала они вместе гастролировали по провинции с театром кукол. Но после февральской революции 1948 года, предупрежденные о новой опасности неизвестным доброжелателем, они вынуждены были бежать из виллы на улице Ганспаулка сначала в Братиславу, а оттуда - в Австрию. Там Баарова с Копецким расстались, и она снова вышла замуж, на этот раз - за врача-австрийца. И снова началась киносъемки... Сегодня фильмы с ее участием часто показывают по чешскому, то по словацкому телевидению...

ЗАКАНЧИВАЯ НАШЕ ПОВЕСТВОВАНИЕ, остается лишь добавить, что незадолго до самоубийства, когда в бункере рейхсканцелярии Геббельс жег документы и фотографии, он вытаскивал из ящика стола портрет Лиды Бааровой и обращался к своему секретарю:

- Взгляните, фон Овен! До чего же красивая была женщина...

По материалам польского еженедельника

"Пшекруй" (Краков).

Специально для "Евы" перевел

Сергей САДОВСКИЙ.

НА СНИМКЕ: Лидя Баарова в 1935 году.

Фото из журнала "Шпигель" (Гамбург, ФРГ).

ТАКАЯ *изменяющаяся* мода

Девять с половиной секунд

Джинсы любят все - дворники и президенты. Но я хотел бы поговорить с женщинами, которые считают, что предела совершенству нет.

Милые дамы, когда по телевизору вы слышите, как вас уверяют в том, что "хорошую фигуру она унаследовала от матери", не верьте. Хорошей фигурой она обязана самому простому, доступному и вот уже более ста лет безупречно действующему средству - джинсам. Это могут быть Lee, Wrangler или Mustang, голубые, черные, красные, легкие, плотные, с заклепками, пуговицами, на молнии, обтягивающие, как перчатка, или прямые... Словом, все, что делает женщину стройной, подтянутой, сексуальной, все, что заставляет мужчину невольно оборачиваться, дабы получить разглядеть этот смутный объект желаний, промелькнувший мимо в чем-то совершенно невообразимом.

Как говорят в торговом доме "Молодежный", Lee - для юных леди, Wrangler - для женщин в расцвете сил. И тогда вы уже не просто женщина. Для окружающих вас вы - женщина в джинсах, близкая и понятная. Между вами нет преград. Ты и я - мы с тобой одной крови, мы с тобой в джинсах! Посмотрите на полки - здесь то, что вам нужно. Вы молоды, капризны, любите быть на высоте, любите, когда на вас обращают внимание. Для вас Lee - джинсы, которые создали Америку. Не важно, отдаете ли вы предпочтение модным небрежностям в стиле гранж или выбираете стиль классический. Модификации любого рода - Окла-

хома, Пасадена, Джоплин, а для любителей светлых тонов Таксон - сделают вас такой, какой вы мечтаете стать. Никаких висящих коленок, никакой потери цвета после стирки, никаких болтающихся пуговиц и рискованных швов. Все подчинено гармонии, во всем самодостаточность. Покупая джинсы с модной потертой, можете быть уверены: потертость настоящая, и в сумерках она будет светиться, как уличный неон, подчеркивая линии вашего тела. Вспомните принцессу Диану - она обожает джинсы. Но кто посмеет сказать, что в них она не принцесса?

Вы можете стать Королевой. Беспечной наездницей. Вы можете просто войти в созданный вами джинсовый мир.

Если вы обожаете фильмы Клинта Иствуда, не отказались бы нацепить на бедра пару револьверов и, выйдя из "Молодежного", пройтись по набережной Ушаики, небрежно звеня шпорами, то лучше, чем Wrangler вам не найти. Это настоящий вестерн. Добротная одежда, сшитая так, что кажется, будто ее отпили из цельного куска ткани. Все продумано до мелочей. Женщина, одетая в такие джинсы, чувствует себя уверенной на 100 процентов. О'кей! Заброшенная ферма, штат Техас, дорожная пыль из-под сапог и - она. Она победила всех и после труд-

Именно столько времени надо женщине, чтобы влюбиться в джинсы



ного дня возвращается домой - ни капли усталости, раздражительности или вселенской грусти. Она одета в Wrangler. Мужчины вокруг падают без револьверных выстрелов. К чему эти глупости. Джинсы делают свое дело. Будет ли это модель Индиана, Огайо, Монтана или Мэверик - вы выберете сами. Камерная атмосфера "Молодежного" располагает к принятию осознанного решения. Вы полностью отдаетесь во власть эмоций и только потом понимаете, что вам нужно. Это здесь есть.

На соседней витрине джинсы фирмы Mustang. Серия Бэйсик в разных вариациях - Орегон, Бетти, Джени, Ванити и т.д. Для женщин с характером. Не всякий осмелится встать на пути той, которая чувствует в себе хотя бы каплю норова дикого мустанга. Зов прерий, что и говорить, инстинкт непреодолимый. Ваш инстинкт подсказывает вам одно: Mustang - это ваш шанс. И вы пришли по адресу - "Молодежный" как раз проводит сезонную распродажу летнего ассортимента. Сделав покупку для себя, вы можете приобрести подарок для любимого мужчины или вашего ребенка - детская коллекция Mustang предоставляет вам такую возможность. В конце концов вы можете выбрать не только джинсы. Отбросим "можете". Вы выбираете! Выбираете джемпер,

рубашку, футболку - все в фирменном исполнении, все для комфортной носки. Для любителей эпатажа - футболки с надписями на американском слэнге, для консервативных покупателей - строгие модели и джинсовые комбинезоны. Вы чувствуете в себе прилив сил? Ощущаете тайный, подсознательный трепет, вызванный единственным прикосновением к этой необыкновенной ткани? Тогда это - ваше, и это доступно.

Забудьте о моде. Джинсы - одежда, которая вне времени и моды. Если вы надеваете фирменные джинсы, вы тоже вне времени. Вы независимы, молоды, естественны и привлекательны. В "Молодежном" вам предложат именно то, что вы хотите. Чувствуете? Едва вы переступаете порог магазина, как вас охватывает безудержное притяжение джинсовой ткани, магнетизм вековой традиции. Интимные примерочные кабинеты, где вас не потревожит даже сонная осенняя муха, тихая музыка, широкий ассортимент... Кто даст вам больше? К тому же, совершив покупку в "Молодежном", вы получаете уникальную возможность совершить последующие покупки со скидками.

Вы понимаете, о чем я говорю. Мне очень жаль, что я не маг и не волшебник. Стоило только пожелать, и все женщины были бы одеты в джинсы. Но зато все в вашей власти.

М. МУСТАНГЕР.
Торговый дом "Молодежный" - пр. Ленина, 8.

Шарм, шик и красота

О взаимосвязи, изначально существующей между модой и таковой важнейшей областью человеческого существования, как секс, рассуждает художник-модельер Александр Шешунов, автор "Газеты для женщин".

Хороша я, хороша...

Самая сексуальная женщина - это женщина совсем одетая. Но тут требуется уточнение. Смотря как одетая. От кого. Потому что именно энергетика художника создает имидж сексуальности. Причем каждый достигает этого по-своему. У Ива Сен-Лорана всегда - безукоризненная женственность. У Славы Зайцева - барышня-крестьянка XIX века - точнее, "под" нее. Кружева и нейлоны. Как писал некогда популярный сатирик - "бери меня, срывай нейлон, в груди моей страсти миллион". Жан-Поль Готье - тибетские красавицы и еврейские пейзажи. Пьер Карден - сплошные геометрические формы, колечки, как динозавры. Вивьен Вествуд - пожалуй, самая искусственная поп-ка, самый что ни на есть натуралистичный турнюр. А почему бы нет? И декольтированные бюсты, чем выше культура, тем ниже поцелуй. Жан-Луи Шерер - бархатный пластрон и шифоновые бедра, полный караул. Все видно, но ничего нельзя разглядеть. Зато можно додумать. Наконец, Пако Рабанн - бесконечные кольчуги,

кирасы и проволоки Бруно. Это, между прочим, очень сильный сексуальный прием. Как говорил Кристофаль Хозевич Хунта в повести Стругацких, "общение с девушками должно достигаться через преодоление препятствий". Тут же вспоминается еще один литературный пример - "Таис Афинская" Ивана Ефремова. Храмовые проститутки, вся одежда коих состояла из крепкой сети. Претендент на удовольствие должен был ее разорвать - тогда дама доставалась ему. Если силенок не хватало - та же дама его и закармывала. Судя по мнению классика советской фантастики, действовало поистине неотразимо.

Кстати, нынешние проститутки, далеко не столь храмовые, одеваются совсем иначе. Их стиль - молчаливый, но весьма выразительный зов. Они всегда были первыми потребителями художников-модельеров. Все самое яркое и выразительное, что показывается на подиумах, как полет фантазии художника, а вовсе не одежда для носки, жрицы любви подхватывают моментально. Самые утрированные шляпки, сумки, каблучки и прочие аксессуары тут же становятся их униформой. Недаром гениальная Коко Шанель говорила, что ненавидит модно одетых женщин. Недаром коллекция Ива Сен-Лорана, созданная по мотивам предвоенной моды

1940 года - по сути, пика моды нашего века, - вызвала шок у клиентов его дома. Потому что там были и лисы "в пол", и бриллианты в полдень - все, что у подлинно элегантных женщин вызвало трепет отращения именно потому, что так могли одеваться только проститутки.

Как дэнди лондонский одет...

Думаете, мужская мода выполняет какие-то иные функции? С чего бы вдруг? Нет, в этом мире все взаимосвязано, и одна без другой существовать не могут. Все в гармонии - изменения в мужской моде немедленно влекут за собой соответствующие перемены в женской, и наоборот.

Нет, конечно, мужская мода ничего не обнажает - за исключением разве что нынешних качков, обожающих расхаживать по улицам в майках. Ну так им и правда есть что показать, и они искренне полагают, что гиперразвитая мускулатура кажется кому-то сексуально привлекательной. Вся же прочая сильная половина поколений одевалась так, чтобы можно было представить себе содержимое костюма в соответствии с существующим идеалом. То есть точно так же, как и женщины. Вспомним хотя бы времена Пушкина и вообще прошлый век. Фрак, смокинг, визитки et cetera. Не говоря уж об офицерских мундирах. Везде - широкие плечи, развернутая грудь, утянутая тугой жилеткой и широким поясом талия и обтянутые бедра, демонстрирующие мужские достоинства. Можно углубиться чуть дальше и вспомнить средневековые - Рабле и его героя Панурга, засовавшего в гульфик апельсин. Заметим, что век двадцатый, прикрыв мужественность в сексуальном, если так можно сказать, ас-

пекте полами пиджака и широкими брюками, могучие плечи оставил в неприкосновенности - плечи, на которые можно опереться. Вплоть до шестидесятых, когда борьба прекрасных дам за эмансипацию немедленно выдвинула другой идеал мужчины - более женственный, тип вечного мальчика. Немедленно расширился книзу силуэт - расклешенные брюки и пиджаки, летящие фигуры Ришара и Делона. Но вслед за секс-символами снова появились крепкие мужички - Сталлоне, Шварценеггер, любимец советских пэтзущников Жан-Клод Ван-Дамм...

Можно, конечно, предположить, что все панки, металлисты и прочие рокеры - тоже своеобразный тип настоящего мужчины - по тому принципу, что он должен быть "свирепым, волосатым и воюющим". Так сказать, назад, в пещеры. Но дело в том, что ни эти направления, ни герои триллеров в камуфляже в высокую моду так, по сути, и не прорвались. Кому-то, может быть, они и кажутся сексуальными, но сегодняшняя мода в основе своей ориентирована на людей состоятельных и элегантных. На тех, кто в самом деле может ее потреблять. Все эти грифы, булавки, наклейки и татуированные задницы сегодня не срабатывают. Мир устал от эпатажа, от кожи и черного лака. Не только высокая, но и мода среднего класса повернулась к классу потребителей. Поэтому в моде то, что благополучно, состоятельно - пусть даже слегка и женственно. В моде семья, красивые детки - вспомните Пола Маккартни, у которого их пятеро, плюс очаровательная супруга Линда, вместе с ним пропагандирующая здоровый образ жизни. Посмотрим, что будет дальше, но на нынешний день мода - это шарм, шик, шелк, красота.



Другая Мирей

Мирей Матье после нескольких лет отсутствия появилась совсем другой. Обновив репертуар, она также решила изменить и облик. Раньше для нее шил Пьер Карден, а сейчас ее стилист - непревзойденный Кристиан Лакруа. Вот как говорит она сама: "Я очень люблю его новую коллекцию и нахожу, что это настоящий художник, уровня Пикассо. Мы стали большими друзьями. Я обожаю и повседневную одежду, и то, что он делает для моих концертов, а также его аксессуары, и бижутерию. Я в восторге!" С Лакруа певицу познакомил ее визажист Оливье Этадемазон.

со склада в Томске
тел: 21-38-79

"Монастырская изба",
"София",
шампанское
"Spumante - Kantri",
Пикеры "Барен Зигель"
(6 видов)

"Тутти-Фрутти" (2 вкуса)
Водка "Русская"
лицензия № 172 от 10.04.95

А также повидло, шоколад,
шоколадные батончики, кексы, какао,
детское питание, продукция "Ulker",
каша перловая с говядиной, молоко
сгущенное, говядина тушеная 338 гр.
говядина в собственном соку 340, 500 гр.
жевательная резинка и др.

Все товары имеют сертификаты качества.

-- ул. Шевченко 19, каб. 25,

(здание "Томскжипстроя")

-- Магазин "ТРОЙКА"

(навесной старый рынок)

-- Дворец спорта (новое крыло)

Авторемонтный завод
СПАО "ХИМСТРОЙ"
ПЕРЕОБОРУДУЕТ и
РЕАЛИЗУЕТ

УАЗ-3303 в микроавто-
бусы УАЗ-ТАРЗ-2206
и "фермеры"

УАЗ-ТАРЗ-22061.

Производит РЕМОНТ:

- двигателей,

агрегатов и узлов

грузовых автомобилей

МАЗ, КрАЗ, ЗИЛ;

- двигателей

легковых автомобилей

"Волга", "Москвич",

"Жигули";

- кузовов всех видов

автобусов.

Цены ниже рыночных.

Наш адрес: г.Томск,

ул.Смирнова, 9.

Тел. 77-99-26, 77-99-03.

Видеотехника
ВЕРИОН
Объединение
Абсолютная надежность
от мечты к реальности 21-46-08

**ПКП
СТАРТ**
реализует:

■ ГАЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ, 1,5 л, 7 ви-

дов (г.Калининград) 3400-3600 руб.;

■ газированные напитки, ж/б, 0,33 л,

4 вида (Англия) 1700 руб.;

■ МУКА, 1-й СОРТ 2000 РУБ.;

■ СИГАРЕТЫ "ПРИМА" 750-780 РУБ.;

■ папиросы "Беломорканал" 600 руб.;

■ сгущенное молоко 3500 руб.;

■ пыльные консервы в ассортименте;

■ кофе, 4 вида,

■ повидло "Яблочное" 7000-7500 руб. кг.

А ТАКЖЕ ПРЕДЛАГАЕМ

ПРОДУКЦИЮ ВЕНГРИИ:

■ сок "BB", "Gold Fason", 1 л ... 3800 руб.;

■ МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ... 2600 РУБ.;

■ консервированные огурцы,

720 г 6500 руб.;

Низкие цены, система скидок.

В НАЛИЧИИ ИМЕЮТСЯ:

■ керамическая плитка (пр-во Испании);

■ декоративные подвесные потолки.

Продукция подлежит сертификации,

сертификаты имеются.

Ул.Алтайская, 107-а. Тел. 26-61-21.

У ВАС
ОСТАЛОСЬ **6** ДНЕЙ

чтобы подписаться на «Красное знамя»
за 18 000 рублей

с 16 октября подписка подорожает

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ МОЖНО ПО АДРЕСУ: ПР.ФРУНЗЕ, 103/1, КАБ.405

Свежие фрукты из Молдавии:

Яблоки Виноград Груши Персики

Также всегда в ассортименте:

Бананы

дозревание идеальное

Апельсины

деревянные ящики

ул.Кулагина, 6-а, склад №17

ул.Нижнеуловная, 89А

маг. «Продукты», пр. Ленина, 70

(напротив Главпочтамта)

маг. «Карповский»,

пер. Карповский, 3

(сптом и в розницу)

Доставка по магазинам

и сезонным рынкам.

Все продукты подлежат обязательной сертификации.

Европродукт

ассоциация

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

Тел. 232303

ТОО «ЭЛЕКТРОМОТОР»:

РЕАЛИЗУЕТ новые и ремонтирует (с гарантией) асинхронные **ЭЛЕКТРОДВИГАТЕЛИ** мощностью 1-250 кВт и консольные насосы типов: К8/18, К20/30, К45/30, К90/26, К45/40, КМ45/30; **ПОКУПАЕТ** у организаций и частных лиц асинхронные электродвигатели, вышедшие из строя с целостным внешним видом, до 350 руб. за кг (расчет наличными); **КУПИТ** ситец, сатин, бязь, нитки;

тел. 44-47-89, 49-02-79;

ПРОДАЕТ: станки деревообрабатывающие бытовые типов:
УДС 1М-150 740000 руб.;
УДС 1М-200 840000 руб.;
кормодробилки 595000 руб.;
клеенку шириной 1,4 м, рулон 25 м 15500 руб. пог.м;
мыло хозяйственное, 350 г 2800 руб.
и другие хозяйственные и галантерейные товары.

Ул. Лебедева, 87. Тел. 21-46-91

Продукция
подлежит
сертификации



ЭнергоАктив Банк

Лицензия на совершение банковских операций № 2123 от 15 октября 1992 г.

- * **Открытие счетов** и расчетно-кассовое обслуживание юридических и физических лиц в рублях.
- * **Кредитование** предприятий и граждан.
- * **Операции с ценными бумагами.**
- * **Прием вкладов** населения.
- * **Квалифицированные услуги** на фондовом рынке.

Адрес: пер. Войкова, 2-а.
Тел. 22-53-85, 22-22-90.



Баранина

первой категории
мелким и крупным оптом.

Ул. 79-й Гвардейской дивизии, 11/1.
Тел. (8-382) 77-78-44, 72-49-71.

"Томскагроснаб" реализует:

- **АВТОМОБИЛИ:** УАЗ-31514-032, УАЗ-3962, УАЗ-3303, грабли кошачные, плуг ПЛН-8-40, косилки роторные КРН-2,1; прицепы тракторные 2,5 т, трактор Т-25А, ЛТЗ-60А;

тел. 75-16-60;

- шифер, кирпич огнеупорный, плиты минераловатные жесткие ППЖ, линолеум, трубы стальные 20, 40, 50, 114, уголок 50, электроды d=4, фляги молочные 40 л, эл.плиты "Лысва", микроволновую печь СВЧ 23 л, навесное оборудование к мотоблоку 5-6 л.с., мешки бумажные, гофропакет под масло, люстры 3-, 5-рожк. - 190 тыс.руб.;

тел. 22-56-93;

- шины: 260-508Р, 1200х18, 1200х20, 900х16, 645х13, 205/70-14, 185/82-15, 720-665, 9,5-32; ленту транспортную: 400х3, 300х3, аккумуляторы 6СТ-190, 3СТ-215;

тел. 22-49-34;

- аккумуляторную кислоту (в бутылках по 50 кг), пергамент, марлю, вату медицинскую, моющее средство МС-37, соду каустическую, ткань тенотованную;

- запасные части: КПП, двигатели к ГАЗ-53, ГАЗ-24, карбюраторы, стартеры, распределители зажигания к ГАЗ, УАЗ, "Волга";

тел. 22-48-83;

- светильники РКЦ-250, 400, ЛПО 2х40, лампы ЛД-80, 20, ЛД-40-1, ЛБ-40-1, стартер ВОС-220-1, шкаф учета эл.энергии, НСО-11-150 (шар), НПО 2х60 ("таблетка"), сварочный трансформатор ТС-250, телефонный аппарат (Австралия);

тел. 22-57-80.

Предприятие изготавливает и реализует:
- **СВАРОЧНЫЕ ТРАНСФОРМАТОРЫ** и выпрямители;

- понижающие, повышающие трансформаторы и мощные источники питания;
- автомобильные пусковые и пуско-зарядные устройства.

Почтовый адрес: г.Томск-45, а/я 2419.
Тел. 26-91-03, с 9 до 21 часа.

ДВП, ДВП, облицованная текстурной бумагой (14 тыс. р./м²), ДСП, облицованная натуральным шпоном (79 тыс. р./м²), ПЛИНТУС, ШТАПИК, ДЕКОР, ГВОЗДИ (от 16 до 200 мм), ЗАМКИ (врезные, накладные) ПЕЧНОЕ ЛИТЬЕ, ЭМАЛИ: строительная, белая, голубая, ПФ-1217 белая, КФ-235, НЦ-25 (для пола), ЛАК НЦ-218, РАСТВОРИТЕЛЬ-646, ПЛЕНКА парниковая, УТЮГИ (от 39 до 59 т.р.) Бытовые швейные машинки "ЧАЙКА" (740 тыс. р.), ЭЛЕКТРОВОДОНАГРЕВАТЕЛИ "Кварц" (390 т.р.), БЫТОВЫЕ СТИРАЛЬНЫЕ МАШИНЫ "Челнинка" (390 т.р.), ЭЛЕКТРООБОГРЕВАТЕЛИ.

Магазин "Чайка". Ул. Нахимова, 8-а. Тел. 21-59-21.

Продукция подлежит сертификации.

ЛАПША быстрого приготовления, ДРОЖЖИ высокоактивные, АРАХИС.
Выходной - воскресенье. Тел. 24-23-57.

ШУБЫ ЖЕНСКИЕ из меха кролика
пр-во КНР, цена - 490 тыс. руб.
ШАПКИ - УШАНКИ из меха кролика
р-ры 54-60, цена - 65 тыс. руб.
Магазин "Чайка". Ул. Нахимова, 8-а. Тел. 21-59-21.



Представительство "Гидромашсервис" предлагает со склада в г.Томске

НАСОСЫ

ЭЦВ от 4 до 12, СМ, ЦМК, ЦНСГ, Д, ЦВЦ, ВКС, КММ (моноблочные, модифицированные)

КАЛОРИФЕРЫ промышленные типа КСК
Телефон/факс 21-15-48.

АООТ "Сиборггаз"

ГАЗОВОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

для котельных,
КОМПЛЕКТЫ АВТОМАТИКИ,
ГАЗОГОРЕЛОЧНЫЕ БЛОКИ,
ЗАПОРНУЮ АРМАТУРУ,
БЫТОВЫЕ ГАЗОВЫЕ ПРИБОРЫ
Тел.: 23-13-08, 23-40-92.

Electric Light Company

компания электрического света

ОТДЕЛОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

подвесной потолок	"Armstrong"	(Голландия)
плитка потолочная	"Decosa Standan"	(Германия)
	"Decosa prestige"	(Германия)
жидкие обои	"Вариант-С"	(Россия)
двери внутренние	"Masonite"	(Италия)
	"Astra"	(Германия)
	"Sab"	(Канада)
	"Carr Doors"	(Англия)
стенные панели	"Atex"	(Германия)
	"Favorit"	(Германия)
	"Optima"	(Германия)
стен.пластиковые панели	"Art-Panels"	(Бельгия)
плинтус цокольный, паркетный		(Германия)
уголок внешний, универсальный		(Германия)
линолеум	"Armstrong"	(Англия)
	"Pegulan"	(Германия)
	"Tarkett"	(Германия)
плитка кафельная "Welor", 11 видов		(Италия-Россия)
и многое другое.		

ЖАЛЮЗИ:

горизонтальные	"Gama Aluminium", 19 видов,	(Израиль)
вертикальные	"Eclipse", 6 видов,	(Голландия)
защитные	"Aldux"	(Италия)

СВЕТИЛЬНИКИ:

потолочные, настенные	"Lival"	(Финляндия)
настольные, торшеры, бра, более 40 видов		

ЭЛЕКТРОМОНТАЖНЫЙ МАТЕРИАЛ:

розетки, выключатели, коробка и др.	"Eksan"	(Италия)
удлинители, переходники и др.	"VI-KO"	(Италия)

ХОЗЯЙСТВЕННЫЕ ТОВАРЫ:

посуда, ножи, гладильные доски и др., более 200 наименований (Италия)
Магазины: ЦУМ, 1-й этаж, левый вход;
Дворец зрелищ и спорта, правое крыло.
Офис: ул.Артема, 7. Тел. 44-21-80.

Инвестиционная компания

"ТРАСТ-Т" (лицензия № 32)
СКУПАЕТ АКЦИИ:
АО "Томсктрансгаз",
АО "Томский кондитер",
облигации АО "АвтоВАЗ".
Обращаться: пр.Фрунзе, 152,
каб.405 (ост. "Ул.Шевченко").
Тел. 21-48-61.

Гусеницы в сборе Т-170, Т-130;
"башмак", болт, гайка.
Адрес: ст. Предтеченск, АООТ "РЭМ".
Тел. 948-316, 948-315.

Только у нас

ЖЕЛЕЗНЫЕ ДВЕРИ

Повышенной прочности
Втулки против среза навесов
Декоративная отделка

26 94 05

Образцы в магазинах
ЦУМ
Спорттовары (Ирк. тракт)

Купим лист 2-2,5мм
Электроды 4мм

МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА "Ессентуки" № 17, № 4; КАНЦЕЛЯРСКИЕ ТОВАРЫ

(120 наименований);
бытовые насосы "Мальш",
укомплектованные кабелем, шлангом, ЗИПом;
промышленные насосы:
СМ 100-65-250/4,
ЭЦВ 10-63-110,
ЭЦВ 10-63-150, ЭЦВ 6-10-80,
ЭЦВ 6-6,3-125, ЭЦВ 6-16-90,
ЭЦВ 6-10-110, КМ 100/32,
КМ 50/50, К 50/50,
К 45/30, К 20/30;
компрессоры С-415;
вентиляторы ВО-5;
станки заточные 332 А;
станки настольно-сверлильные СНВ-1.
Тел. 22-59-29.

ДВИГАТЕЛИ УАЗ, ГАЗ-53.

Принимаем предоплату на двигатели ГАЗ-24-10.
Тел. 98-21-33, 96-90-85.

ИНЖЕНЕРСЕРВИС

ИНЖЕНЕРНО-КОММЕРЧЕСКАЯ ФИРМА

ВНИМАНИЮ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРЕДПРИЯТИЙ И ЧАСТНЫХ ЛИЦ!

Инженерно-коммерческая фирма "ИНЖЕНЕРСЕРВИС" ПРЕДЛАГАЕТ:

- кабельно-проводниковую продукцию;
- алюминиевые сплавы в слитках АК5М2, АК5М4, АМГ5, АМГ6, АМГ7, АМГ4М3, АМГ3, АБ87, АБ91МГ, АБ-91, алюмомagneвную лигатуру с содержанием магния 20% - 50% и др. по желанию заказчика;
- гвозди строительные длиной от 70 мм до 120 мм.

ПРИНИМАЕТ от организаций и населения **ОТХОДЫ ЦВЕТНЫХ МЕТАЛЛОВ** (меди, бронзы, латуни, алюминия, любых лом-изделий, содержащих эти металлы: кабель, провода, электродвигатели, электрогенераторы, радиаторы и др.) **ПО ПОВЫШЕННЫМ ЦЕНАМ. РАСЧЕТ С ЧАСТНЫМИ ЛИЦАМИ - НА МЕСТЕ.**

Адреса постоянно действующих приемных пунктов:

- центральный - ул.Профсоюзная, 1-а;
- ул.Пролетарская, 63;
- ул.Советская, 84, на территории автостоянки;
- пр.Фрунзе, 119-а, на территории автостоянки;
- ул.Кошурникова, 1, на территории автостоянки, район АРЗа;
- г.Стрежевой (на территории базы торгового дома "Стрежень").

С предложениями обращаться по телефонам:

44-77-35, 44-54-68, 44-32-87. Факс: 44-32-45.

ЛЕСОРАМНЫЙ КОМПЛЕКС РПМ-2;
магазин в с.Малиновке Томского р-на;
магазин в г.Асино;
шифер 8-волновой;
овощехранилище на 1000 т в г.Томске;
автомобили: "Москвич" Иж-27151 1987 г. вып.,
ЗИЛ ММЗ-555 1991 г. вып.,
автобус ("вахта") ГАЗ-53А 1981 г. вып.,
"Волга" ГАЗ-31029 1994 г. вып.,
УАЗ-ТАРЗ-2201 1992 г. вып.,
"Москвич-412" 1985 г. вып.,
ГАЗ-66 ("вахта") 1983 г. вып.,
ГАЗ-3307 (прод. фургон) 1991 г. вып.
реализует организация.
Контактный тел. 26-63-47.

МОПЛАВСКИЕ КОНСЕРВАЦИИ:

- зеленый горошек, 650 г - 5250 руб.;
- виноград в яблочном соку, 650 г - 4500 руб.;
- джем "Ассорти", 650 г - 5000 руб.;
- томаты маринованные, 900 г - 6000 руб.;
- компот "Вишня", 1060 г - 6200 руб.

Ул. Бердская, 20, база облпотребсоюза, фруктохранилище № 1.
Продукция подлежит сертификации.

Томская дилерская служба КУЗНЕЦКИЙ МЕТАЛЛ предлагает черный металлопрокат по ценам заводов - изготовителей

Лист 3 мм	2.000.000	руб/тонн
Лист 20-25 мм	1.800.000	
Уголок 32, 63, 75	1.900.000	
Балка 16 "М"	1.700.000	
Балка 20	1.900.000	
Швеллер 16	1.900.000	
Швеллер 40	2.300.000	
Катанка 6,5 мм	1.900.000	
Шифер алюминиевый	12.000.000	
Сварная проволока 5 мм (СВЩ8А)	3.100.000	
Сварная проволока 2 мм (СВЩ8Г2С)	3.300.000	
Круг из легир. стали 8 - 48 мм	1.900.000-2.000.000	
Арматура АIII №10 - 32	2.200.000-1.850.000	
Труба нержавеющая 32, 38, 42 (09Х17)	20.000.000	
Труба стальная 25 - 219 мм	2.800.000-3.500.000	

А также любой металлопрокат - под заказ
Куй железо пока горячо!
Тел. 26-57-40

"ПУЛ"
чартерные рейсы по маршруту
ТОМСК-ОАЭ-ТОМСК
Для наших клиентов: выгодный курс, обмена валюты
Тел. 26-36-77

Магазин "Ялтинский" реализует широкий ассортимент **СВЕЖЕМОРОЖЕНОЙ и КОПЧЕНОЙ РЕЧНОЙ РЫБЫ.**
А также:
водку "Русская" по цене 6700 руб., соль II-й категории - 700 руб.
Ул. Севастопольская, 79.
Тел. 77-26-31, 77-26-32.
Продукция подлежит сертификации.

Организация продает
МАГАЗИН
пл: 80 кв.м.
с гаражом и подсобным помещением на II-мкр.
Тел. 23-41-27

ГАРАНТБАНК
ТОМСКИЙ ФИЛИАЛ
КРЕДИТЫ И КРЕДИТНЫЕ ЛИНИИ
физическим и юридическим лицам под залог
■ имущества ■ товара
■ акций АО "Томскнефть" (не менее 500 шт.)
ТОМСК, ул. Гагарина, 3
23-41-27

inc **RICO** inc
ПОКУПАЕМ ЗА НАЛИЧНЫЙ РАСЧЕТ
ЛОМ
МЕДИ
НЕРЖАВЕЮЩЕЙ СТАЛИ
И НИКЕЛЬСОДЕРЖАЩИХ СПЛАВОВ
ЧЕЛЯБИНСК (3512) 72-03-74, 73-63-38

Примем на постоянную работу САНТЕХНИКА.
Обращаться: ул. Щорса, 2-а, с 13 до 15 час., к Григорьеву.

Продаем крупным оптом:
МАСЛО "Крестьянское"
СЫРЫ твердых сортов
МЯСО (промзабой)
Торговая компания "Сибирь-контакт".
Тел. в Барнауле: (385-2) 24-55-21, факс 24-67-77.

Профнастил оцинк. 0,7х800х9000;
лист х/к 0,8хп/с 0,7; 1,4; 2,0 мм;
г/к ст3пс 2,5; 2,8; 3,0; 3,9;
4,5; ... до 14,0 мм.
Лист 2,4х940х3800
некондиция по 1400тр/тн.
Угол 25, 32, 40, 50, 63, 70, 75, 80,
90, 125, 140, 160;
круг ст3сп/с 14, 16, 18, 20, 22,
24, 30, 32, 65.
Швеллер: 5, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 40.
Балка 15К, 20Б, 20Ш, 20К, 25К2, 40.
Катанка 6,5; 8,0; 10 мм.
Арматура АIII 8, 10, 12, 14, 16, 18;
проволока, ГОСТ 3282 6,0 мм, ВР-1 5,0 мм.
Труба тонкост. 20х1,5, 38х2,0,
ГОСТ 3262: 20х2,8; 25х3,2; 32х3,2; 50х3,5;
ГОСТ 10705: 76х3,5; 89х3,5; 102х3,5; 114х4,5;
ГОСТ 8731: 114х12; 127х10; 140х10;
219х9; 325х9-10;
ТУ 387-88 6/ш, нефтепр. 530х7.
Электроды ВМР21 5 мм, АНО-6 4 мм,
МРЗ 4 мм, ОЗЛ-36 3,4 мм.
Трос 9,9 мм и другой металл.
АО "ТоМаг", с базы "Советская",
ул. Ракетная, 4/1, к.5.
Тел./факс: 212-712, 786-851, 786-853.

ООО "Возрождение-2"
ТОО "СЕВЕРОПТОРГ"
ПРЕДЛАГАЕТ:
- СТРОЙМАТЕРИАЛЫ:
стекло оконное 4 мм, 130х160;
стеклоблоки 25х25;
плитка кафельная облицовочная, белая 15х15;
обои;
петли навесные;
- КРАСКИ:
МА-15 голубая, 4 кг;
МА-15 фисташк., 3,5 кг;
МА-22 кремевая, 3,5 кг;
МА-22 бежевая, 3,5 кг;
МА-15 вишневая, 4 кг;
МА-15 голубая, 1,8 кг;
- РАБОЧУЮ ОДЕЖДУ:
рукавицы рабочие (верхонки);
костюм рабочий (брюки, куртка);
- РАЗНОЕ:
провод ТРБН 2х0,2;
сварочные трансформаторы ТДМ-200 и запчасти к ним;
электроды АПО-4;
огнетушители ОПУ-2, ОПУ-5;
ведра эмалированные, 10 л;
кнопки: КМЗ-2 (железные), ПКС-212-2УЗ (пласт.), КМЗ-4511-1 (малая);
электродержатель;
прищепка белая (40 шт.);
выключатель СКР;
звонок-кнопка;
электроножницы;
выпрямитель тока;
электрозвонок (15 мелодий);
люстра (светильник);
светильники: ПСХ-60 (малый), ПББ (большой), ПСП (решетка).
Адрес: пр. Ленина, 145.
Тел. 22-31-01, 22-33-46.

ЗАО "Томскснабсбыт" предлагает:
- СВЕТИЛЬНИКИ РКУ 250;
- лампы ДРЛ 400;
- светильники ЛПО 2х40;
- лампы ЛБ 40, 20, 80;
- стартеры 220 В;
- выключатели, розетки;
- аккумуляторы 6СТ-75, 6СТ-55;
- стир. порошок "ЭХО" (500 г);
- радиатор масляный;
- тепловентилятор "УЮТ";
- мыло хозяйственное;
- провод АППВ;
- счетчики трехфазные 5-10 А;
- ТЕЛЕФОНЫ
дисковые, кнопочные;
- автоматы АП 50;
- рубильники ЯРП;
- эл. плиту "Электра";
- лампы накаливания 60, 75, 100;
- мотоциклы "Урал".
Ул. Героев-чударовцев, 6-14.
Тел. 76-15-28.

КИНО В КИНОТЕАТРАХ "ОКТАБЕРЬ"
10 октября. Стере: "Месье поручик" (США, исторический боевик) - 9, 10-30, 12, 13-30, 15, 16-30, 18, 19-30, 21. "Наследство, или Девочки напротив" (Чехия, комедия) - 10 (лг.), 16, 18, 20. Киноурок: "Садко" (СССР, фильм-сказка) - 12, 14. Век кино: "Кавказская пленница" (СССР, комедия) - 11, 13, 15, 17, 19.
"РОДИНА"
10 октября. "Не болтай маме, что няня умерла" - 10, 12, 14, 16, 18, 20.
"СИБИРСКИЕ ОГНИ"
10 октября. "Такие разные братья" (Индия, две серии) - 10, 12-30, 15, 17-30, 20.

ЧАСТНОЕ
ПРОДАЮ акции Газпрома. Тел. 77-46-59, с 12 до 16 час.
МЕНЯЮ двухкомнатную благоустроенную квартиру по ул. Дзержинского на трехкомнатную в Кировском, Советском р-нах. Тел. 26-52-28.
МЕНЯЮ две двухкомнатные квартиры (Кировский, Советский р-ны) на четырехкомнатную в тех же р-нах. Тел. 26-52-28.
ПРОДАЮ щенка ротвейлера (сука, привитая) с хорошей родословной. Тел. 26-45-73.
ПРОДАЮ капитальный гараж разм. 5х6 м в р-не ОКБ и кузов от "Москвича" - комби, б/у. Тел. 75-09-71.
ПРОДАЮ капитальный гараж на Каштак-II, станок деревообрабатывающий. Тел. 77-88-07, 22-23-21.
ПРОДАЮ гараж двухуровневый с отоплением в р-не Томска-I. Тел. 77-76-79, 22-29-78, после 20 час.

Ректорат, профсоюзный комитет, коллектив сотрудников АХЧ Сибирского медицинского университета выражают глубокое соболезнование родным и близким по поводу смерти главного энергетика **БЫЛИНА** Геннадия Петровича. Гражданская панихида состоится 10 октября в 13 часов по адресу: ул. Елизаровых, 12, кв. 31.

Коллектив Томского вагонного депо выражает глубокое соболезнование начальнику Кемеровской железной дороги **Корякину** Анатолию Михайловичу по поводу смерти матери.

МЕБЕЛЬ ИЗ ЕВРОПЫ
широкий выбор
Сиб Интер Мебель
первоклассная мебель
спальни, кухни, стенки, мягкая мебель, прихожие, кухонные уголки
ул. Нахимова, 8а,
76-91-20, 26-95-88

КУЗНЕЦКИЙ МЕТАЛЛ
Куй железо, пока горячо!
Тел. 26-57-40.

ПРОДАЮ СРОЧНО мотоцикл "Урал" (выпуск - декабрь 1992 г. цена 2,5 млн.руб.). Тел. 21-01-64.
ПРОДАЮ полдома по ул. Сибирской, г.Томск, ул. Сибирская, 9-а, кв.2.
ПРОДАЮ СРОЧНО мичуринский участок 5 соток (дом, баня, две теплицы, ост. "1-е мичуринские") - 9 млн.руб. Тел. 26-73-75.
ПРОДАЮ а/м КамАЗ-53212 в хорошем состоянии. Тел. в Мельникове (код - 247) 2-12-03, с 18 до 22 час.
ПРОДАЮ капитальный гараж в р-не Академгородка. Тел. 26-61-91.
ПРОДАЮ мотоцикл "Днепр-11" 1993 г. выпуска, недорого. Тел. 26-04-38.
ПРОДАЮ капитальный гараж в р-не ПАТП-2 (высокие ворота, в двух уровнях, разм. 5х6 м). Тел. 78-95-28 (днем), 77-63-67 (после 18 час.).
МЕНЯЮ трехкомнатную благоустроенную квартиру, погреб в Томске на квартиру в Красноярске. Или продам. Тел. 76-56-35.
ПРОДАЮ СРОЧНО капитальный гараж по ул. Никитина, 12. Тел. 26-15-92.
Ищу работу бухгалтера на самостоятельном балансе. Тел. 77-41-37, после 17 час.
СТАЛЬНЫЕ двери, решетки, перегородки изготовлю, установлю быстро и качественно. Тел. 22-40-04.
ПРОДАЮ мичуринский участок (от приборного з-да вправо, 4 сотки, дом, вода, насаждения). Тел. 26-38-70.
ПРОДАЮ замок "Бизон" (30 млн. комбинаций секретов во ключах). Тел. дом. 21-56-98.
ПРОДАЮ ДСП, обклеенное немецкой текстурной пленкой, цвет черный, серый, светло-коричневый. Тел. 21-30-77, 44-56-68.
ПРОДАЮ крупный вкусный картофель с доставкой на дом. Тел. 26-12-22.
ПРОДАЮ а/м ГАЗ-24 1979 г. выпуска, цена 17 млн.руб. (торг уместен). Тел. 75-78-27.

Коллектив управления ФСБ РФ по Томской области выражает глубокое соболезнование сотруднику управления **В.Б.Галееву** по поводу смерти матери **ГАЛЕЕВОЙ** Надежды Васильевны.

АООТ "УМ-2" выражает глубокое соболезнование по поводу скоростной смерти инженера-механика **ЭИСЕНА** Лентия Федоровича и выражает соболезнование семье покойного.

Коллектив АОЗТ "Томский трикотаж" с прискорбием сообщает о кончине **ЕРЕМИНОЙ** Татьяны Евгеньевны и выражает глубокое соболезнование родным и близким.

KarelBraisersOil
СОВМЕСТНОЕ РОССИЙСКО-НОРВЕЖСКОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ,
специализирующееся на добыче, переработке нефти и газа, производит набор специалистов для вновь строящегося нефтеперерабатывающего комплекса на территории Норвегии, для работы вахтовым методом по следующим специальностям:
- строители различных специальностей;
- водители, бульдозеристы;
- обслуживающий персонал.
Заработная плата от 700 UDS в месяц, бесплатное питание, проживание, мед.обслуживание, проезд к месту работы и обратно. Содействие в получении заграничного паспорта и служебной визы.
Работа вахтовым методом: 1 месяц вахта - 1 месяц отдых.
Требования к кандидатам: возраст от 20 до 45 лет, физические данные, опыт работы по специальности.
Заявки направлять по адресу: Россия, г.Москва, 129301, а/я 21.
Ф.И.О.
Специальность
Адрес с указанием индекса
Данный купон заполните и отправьте в конверте по адресу.

ПУТЬ
К СЕРДЦУ
МУЖЧИНЫ

Рецепты от Марлен



Марлен Дитрих - легенда мирового кино. На экране воплотила образ женщины - вамп. Красивой, элегантной и загадочной - такой видели ее зрители в многочисленных голливудских фильмах. Слава Марлен началась с "Голубого ангела". В одночасье она проснулась знаменитой и таковой оставалась до конца своих дней.

Марлен Дитрих написала книгу "Азбука моей жизни", изданную в Берлине в 1963 г. В ней она говорит о жизни, о своем отношении к окружающим людям, о симпатиях и антипатиях и многом другом.

На наш взгляд, читателям, и особенно читательницам, будут интересны некоторые кулинарные рецепты от Марлен Дитрих.

АБРИКОСЫ. Из них готовят мой любимый мармелад. Возьмите сухие плоды, засыпьте сахаром, варите на слабом огне, в конце варки добавьте ванилин. Дайте остыть, потом протрите через сито. Мармелад готов, его не нужно ставить на лед. Ни в коем случае не используйте миксер.

БАКЛАЖАННАЯ ИКРА. Запечь в печи, пока плоды не станут мягкими. Остудить, снять кожу, мелко порезать. Отдельно обжарить лук в масле, добавить к нему баклажаны. Добавить томатную пасту, продолжая жарить. Подается холодной в качестве закуски.

ГУЛЯШ. Понадобится четыре часа, чтобы приготовить это блюдо так, чтобы мясо получилось мягким и сочным. Обязательно используйте кастрюлю с толстым дном. Четыре фунта мяса нарезать маленькими кусочками и уложить в кастрюлю так, чтобы все куски касались дна. Поставить на сильный огонь. Если из мяса испарится весь сок, добавьте бульона или воды. Подождите, когда все закипит, уменьшите огонь. Один фунт лука поджарьте на масле, пока он не станет золотисто-коричневым, добавьте паприку. Затем приготовьте смесь из половинки лимона и помидора. Все это смешайте с мясом и поджаренным луком. В конце можно добавить чеснок и чайную ложку уксуса. Готовый гуляш ни в коем случае не ставьте в холодильник. Лучше оставить вблизи огня. Чтобы мясо сохранило свой вкус, не вынимайте его из соуса. На следующий день гуляш покажется еще вкуснее. Можно есть со сметаной.

ЖАРКОЕ ИЗ КУРИЦЫ. Возьмите молодую курицу, натрите ее половиной луковицы. Положите в кастрюлю, залив чашкой бульона или воды.

Добавьте сливочное масло и поставьте в среднюю нагретую духовку. Когда из курицы перестанет выделяться сок, добавьте воды или бульона. Время от времени поливайте курицу скопившейся жидкостью. Добавьте жира. Даже если курица стала мягкой, ее еще нужно жарить, поливая непрерывно соком. Когда она достаточно зарумянится, выньте ее из духовки. Если вы любите поджаристую корочку, нужно немедленно приступить к еде. Выложите курицу на блюдо, а в кастрюле приготовьте соус. Подавать с рисом, зеленым салатом и горошком. Не забывайте, что курица должна иметь комнатную температуру, прежде чем вы начнете ее готовить.

КЕТЧУП. Если то, что лежит на тарелке, не возбуждает аппетита, полейте его кетчупом.

КОТЛЕТЫ из баранины. Готовятся в сотейнике. Быстро поджарьте котлеты на сковороде. Распотите в сотейнике масло. На дно уложите нарезанный лук, а сверху - котлеты, посоленные и поперченные. Третий слой - нарезанный ломтиками картофель. Четвертый - нарезанный лук. Пятый - котлеты. Последним слоем должен быть картофель. Залейте все бульоном и на 1 час поставьте в не слишком нагретую духовку. Тушить до полной готовности котлет и картофеля.

ОМЛЕТ. Если вдруг возникла потребность в десерте, приготовить его совсем не сложно. Исходите из нормы - 2 желтка и 3 ложки сахара на человека. Все хорошо перемешать. Белки поставить на лед. Масло растопить в сковороде, пока оно не станет золотистым. Желтковую массу вылить в сковороду и поставить на огонь. Подождать 2 минуты. Если омлет поднялся до краев сковороды, с помощью ножа вернуть назад. Если он слишком зарумянился - убавьте огонь. Выложите на тарелку нижней стороной. Приготовьте вторую часть омлета и положите на первую как сэндвич. Есть нужно теплым. Лучше начинать готовить, когда гости закончили с главными блюдами и вышли покурить.

Как видите, рецепты несложные. Попробуйте приготовить их сами. И, возможно, вы и ваши близкие отведают гуляш, который ел Эрнест Хемингуэй, когда бывал в гостях у Марлен Дитрих.

Подготовил М. МИХАЙЛОВ,
постоянный читатель "Евры".

Свет мой, ЗЕРКАЛЬЦЕ, СКАЖИ...

Самые красивые и очаровательные женщины - это полки. Сколько мужчин утверждало эту мысль в своих бесчисленных творениях! Они и сейчас на высоте - ухаживая за великопозной кожей. И наверняка главный помощник в этом - знаменитая фирма "Поллена", которую любят и чтут все от мала до велика.

Старая любовь не ржавеет

И причем знакомство с ней может начаться с самого нежного возраста - серия "Бамбино" пользуется теперь и у нас в России большим спросом. Эмульсия для тела предназначена для ежедневного ухода за нежной и чувствительной кожей вашего ребенка, она содержит витамин Е, противовоспалительные и смягчающие вещества. А масло "Бамбино" хорошо не только для младенцев, но и для людей старшего возраста с сухой и чувствительной кожей. "Бамбино"-крем, "Бамбино"-мыло, "Бамбино"-зубная паста и средство для стирки пеленок! И все это - самого высокого качества, с чудесным запахом.

Из пушек по воробьям? А почему нет, если только при помощи специальных средств подросток может обеспечить себе нормальную кожу? Требуемая и искусственная польская молодежь, например, решила уже свои проблемы с кожей: фирма "Поллена" выпускает салициловый спирт - традиционное и превосходное средство борьбы с гнойничковыми высыпаниями, которые так портят красоту юных лиц. Причем спирт пригодится и папе - при порезах после бритья, и маме - при комариных укусах. Спирт обладает бактерицидным, антисептическим и очищающим действием. А если кожа лоснится, поры расширены и появились черные точки, необходим лосьон "Анка" - и кожа станет свежей, чистой и ровной.

Кто из женщин не пробовал наносить на лицо всевозможные маски! "Поллена" выпускает косметические маски для лица на базе натуральных экстрактов экзотических плодов: маска "Киви" - увлажняюще-оживляющая кожу, "Манго" - для нормальной и смешанной кожи, "Папайя" - при ее систематическом употреблении кожа становится свежей, эластичной, приобретает здоровую окраску.

Серия "Дафна" завоевала симпатии своим высоким качеством и применяемыми компонентами. Кремы "Дафна" выпускаются с аллантоином, с пчелиным молочком, с элагином, с коллагеном и маслом ростков пшеницы - ваша кожа восстанавливает упругость и приобретает ухоженный вид.

А кремы серии "Мелисса" служат для очищения, увлажнения и защиты вашей кожи. Гель-пилинг "Мелисса" предназначен для глубокой очистки кожи - кожа получает своеобразный массаж. Крем увлажняющий, тоник усиливают процессы биологического обновления кожи и восстанавливают ее. Замечательная губная

помада "Мелисса": она незаменима при ветре, морозе. Если у вас иногда появляется на губах герпес, помада "Мелисса" решит и эту проблему.

Кто знает имя женщины, которую боготворил император Наполеон? Конечно, это Мария Валевская. Кто не знает название серии, которая уже долгие годы волнует многих женщин и не дает покоя их мужьям? Конечно, это "Пани Валевска", превосходные парфюмерно-косметические средства, качество которых соответствует мировым стандартам. "Пани Валевска" - символ женственности, красоты и хорошего вкуса. Этот великолеп-

ный фантазийно-цветочный аромат с нотой ландыша, розы и жасмина придает очарование. Духи "Пани Валевска", туалетная вода, дезодорант, кремы... А также шампунь, тушь для ресниц, жидкая пудра, губная помада!

Вопреки времени - именно такой девиз у косметической серии "Эладерм" для женщин после 30 лет. Создатели этой серии исходили из того, что современную женщину буквально атакуют бесчисленные вредные химические соединения, и истинную пользу может принести только косметика из естественных, тщательно подобранных компонентов.

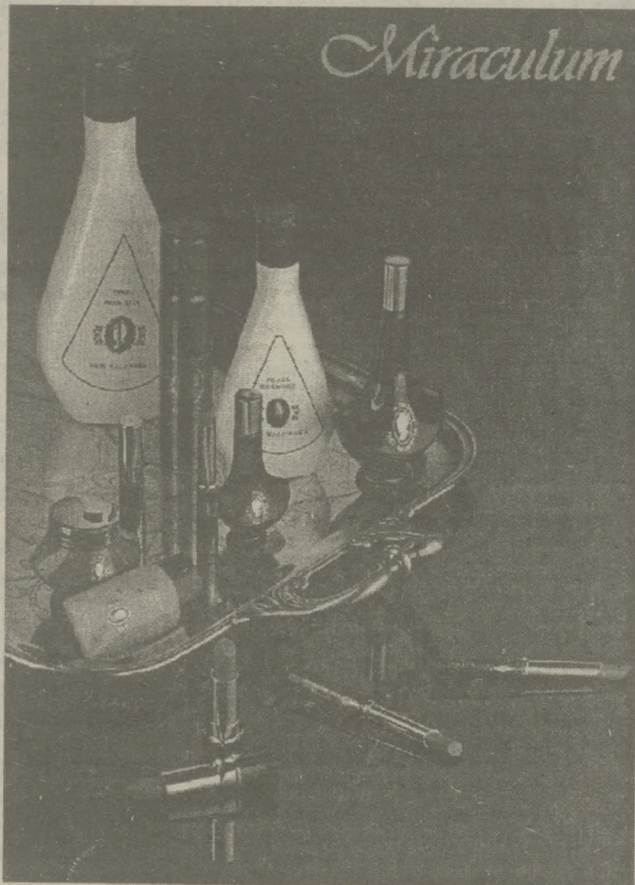
Практическим и современным женщинам давно уже пора делать маникюр и педикюр в домашних условиях. "Поллена" выпускает особую жид-

кость для размягчения кожи вокруг ногтевого валика, которая содержит глицерин, смягчающие вещества и антисептический лосьон "Поллена", масло для ногтей - оно не только защищает и обновляет ногти, но и обеспечивает эластичность и блеск ваших ногтей.

А сколько кремов для рук выпускает "Поллена"... С экстрактом алоэ, "Бархатный", "Силиконовый", "Глицериново-ромашковый"... Они сделают ваши руки вашей визитной карточкой - нежными и молодыми. Новинка "Поллена" - универсальный экологичный де-

зодорант для людей любого пола и возраста. Он служит естественным завершением гигиенических процедур и совместно с любыми парфюмерными композициями, что выгодно отличает его от любых обычных дезодорантов.

А знаете ли вы, что ходить по облакам может и земная, обычная женщина? Надо только помнить, что ходим мы ногами, - и значит, самая "труднолюбивая" часть нашего тела нуждается в тщательном уходе. А ногам нашим есть на что пожаловаться: на тесную обувь, отсутствие свежего воздуха и



прочие неприятности. Правила ухода за ногами диктуют нам, что после ежедневного мытья необходимо пользоваться кремом для ног. "90" - "У ваших ног" также дезодорант для стоп "90" - он сообразит вашим стопам легкий травяной запах и сохранит их здоровыми и привлекательными.

Вы всегда пользовались продукцией "Поллена"? Она и на этот раз не обманет ваши ожидания. "Поллена" - как старая любовь...

Осталось добавить, что все эти замечательные косметические средства можно приобрести в магазине по пр. Ленина, 70 (бывшая "Закусочная"). Цены - доступные любой женщине.

Е. САМАРИНА.

Так или НЕ ТАК?

Говорят, что волосы часто мыть нельзя, а еще говорят, что, по последним данным, от кремов больше вреда, чем пользы. Что правда, а что нет - непонятно. Вот как, например, развенчивают некоторые мифы французские косметологи.

В КРЕМАХ НЕТ НИКАКОЙ НЕОБХОДИМОСТИ: КОЖА САМА СЕБЯ ЗАЩИЩАЕТ

Кожа не в состоянии себя защитить от всех внешних "агрессий" (холода, дождя...). Использование увлажняющего крема - единственный способ обеспечить вашей коже комфорт. Увлажняющий крем необходимо наносить спустя 15 минут, после того как вы умылись. Подождать, когда он впитается, и нанести еще один тонкий слой, но только на те участки кожи, которые у вас "с характером".

НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕЛЬЗЯ МАЗАТЬСЯ КРЕМОМ НА НОЧЬ: КОЖЕ НЕОБХОДИМО ДЫШАТЬ

Основная часть кислорода поступает в кожу через кровь.

НЕЛЬЗЯ НАНОСИТЬ КРЕМ НА КОЖУ ВОКРУГ ГЛАЗ

Слой крема вокруг глаз должен быть в десять раз тоньше, нежели на всем остальном лице. В этих местах крем впитывается очень быстро и, если его слишком много, он может вызвать раздражение, припухлость и прочие неприятности.

ПОСЛЕ ПРОТИВОУГРЕВОЙ ЧИСТКИ ПОЯВЛЯЕТСЯ В ДВА РАЗА БОЛЬШЕ УГРЕЙ, ЧЕМ БЫЛО

Если вы избавитесь от одного, у вас не появится десять новых, но велика вероятность того, что на том же месте выскочит новый, потому что пора будет не закрыта. Во избежание этого необходимо использовать очищающие маски и тоник.

КРАСНОЕ ЗНАМЯ

ТОМСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ

Учредитель - АОЗТ "Редакция газеты «Красное знамя». Главный редактор Т.Е. КОНДРАЦКАЯ. Редактор номера Н.И. МАСКИНА. Редакция А.Б. Бережков, В.М. Ваккер, Н.И. Маскина (первый зам. гл. редактора), С.И. Никифоров, А.А. Соловьев, В.И. Федоров.

Оформление и верстка: Надим Касимов, Сергей Ефремов (реклама)

634050, Томск, ГСП, пр. Фрунзе, 103/1.

Телефоны Приемная 21-44-35 Отдель: 21-38-65 писем 21-28-42 информации 21-36-44

рекламно-коммерческий 21-06-60 частных объявлений 21-26-80

Газета зарегистрирована 24 августа 1994 года в Омской региональной инспекции по защите свободы печати и массовой информации. Регистрационный номер - Г-0081.

Тираж 56.642. Заказ 240

1 2 3 4