

**Доходное место для фермера**  
Стр. 2

**"Мама, купи мне "Грушевый!"**  
Стр. 3

**Лекарство от осенней хандры**  
Стр. 4

Газета выходит с 12 августа 1917 года



№ 301 (24554)

В администрации края

В эти дни

Основные направления по улучшению экологической обстановки, использования, воспроизводства и охраны природных ресурсов на 2003-2010 годы утверждены в администрации края.

На реализацию всего комплекса мероприятий планируется направить 4 млрд. 723 миллиона рублей, это средства федерального, краевого и местных бюджетов, а также внебюджетных фондов. Работа по улучшению экологической обстановки будет или по таким направлениям: лес, водные ресурсы, отходы, минерально-сырьевые ресурсы, поддержка освоения охранных природных территорий, сохранение редких и исчезающих видов животных и растений. В частности, планируется провести лесостановительные работы на площади более 80 тысяч гектаров, построить полигон обезвреживания и захоронения токсичных отходов мощностью около 170 тысяч тонн в год. В разделе "Минерально-сырьевые ресурсы" предусмотрено развитие нового элемента в экономике края: нефть и газ, черные и цветные металлы, волластонит.

Утвержден план действий по предупреждению распространения гриппа.

Его основная цель - принять меры по профилактике, а в случае эпидемического подъема - по локализации и оперативной помощи больным гриппом и острой респираторной инфекцией. План, утвержденный краем, предполагает концентрацию в аптеках края лекарственных препаратов для профилактики и лечения гриппа и ОРВИ, обеспечение здравого микроклимата в рабочих помещениях.

Сегодня эпидемического подъема, лечебные учреждения будут переведены на дневную рабочую неделю, при необходимости увеличится количество коек для госпитализации больных. Стартовый санитарный режим в период эпидемии будет введен в детских учреждениях. Он предусматривает обработку посуды и уборку помещений с использованием дезинфекционных средств, при работе школ в две смены - увеличение интервала для влажной уборки и пропитывания.

Прожиточный минимум в крае за три месяца увеличился на 2 рубля и на 3 квартал 2003 года составил 1785 рублей.

Постановление, устанавливающее величину прожиточного минимума на душу населения, подписал глава администрации края Александр Суриков.

Прожиточный минимум - это стоимость минимального набора продуктов питания, непропорциональных товаров и услуг, необходимых для сохранения здоровья человека и обеспечения его жизнедеятельности, а также обязательные платежи и сборы.

Для трудоспособного населения стоимость потребительской корзины составила 1956 рублей, для пенсионеров - 1301 рубль, для детей - 1777 рублей.

Сто тысяч школьников из городов и районов края посетят новогодние театрализованные представления во Дворце зреции и спорта.

Началась подготовка к новогодним праздникам, которые пройдут в дни зимних школьных каникул.

Для организации активного отдыха учащихся планируется проведение культурных массовых мероприятий, спортивных соревнований среди школьников, открытие оздоровительных лагерей для детей и подростков на базе общеобразовательных школ и внешкольных учреждений. Традиционно главные мероприятия станут новогодние представления во Дворце зреции и спорта. С 30 декабря по 10 января краевую поездку посетят сто тысяч школьников. Все они получат новогодние подарки. Ассортимент подарка будет выбран на конкурсной основе.

Всего на организацию новогоднего праздника из краевого бюджета планируется выделить 1 миллион 240 тысяч рублей.

На следующей неделе

4 ноября в Иркутске состоялся заседание совета Сибирского федерального округа и совета межрегиональной ассоциации "Сибирское соглашение".

Алтайский край будет представлять глава администрации края Александр Суриков. В повестке дня вопросы о готовности субъектов Федерации округа к работе в предстоящий зимний период и проекте Социального кодекса Российской Федерации.

Общественный совет по малому и среднему предпринимательству при главе администрации края состоится 5 ноября.

Члены совета планируют обсудить вопросы кредитования малого и среднего бизнеса в банковских учреждениях, а также результаты рассмотрения обращения общественного совета Бийска в Алтайский союз предпринимателей по работе городской налоговой инспекции.

Пресс-служба администрации края

# Налог на "однорукого бандита"

В повестку дня сороковой сессии краевого Совета народных депутатов было включено тридцать вопросов.

Наиболее долго народные избранники обсуждали проект закона "О ставках налога на игорный бизнес на территории Алтайского края". Одна из часть призыва снизить ставки, другая же - наоборот, повысить, рассчитывая тем самым пополнить небогатый краевой бюджет. Тем более что с 1 января 2004 года все деньги по этому налогу будут зачисляться в региональный бюджет.

Но здесь есть одно весьма существенное "но". Двадцать девятая глава Налогового кодекса определяет порядок постановки на учет и регистрации объектов наложенного наложения и я игорного бизнеса, имеет шанс привлечь на свою территорию предпринимателей, имеющих игорный бизнес в других областях России. Кстати, некоторые сибирские регионы не торопятся принимать этот за-

налога проходит в бюджет того региона, где произведена регистрация предприятия. Другими словами, тот регион, который установит на своей территории наименьшие ставки на игорный бизнес, имеет шанс привлечь на свою территорию предпринимателей, имеющих игорный бизнес в других областях России. Кстати, некоторые сибирские регионы не торопятся принимать этот за-

кон, дабы дождаться решения соседей-законодателей и установить у себя более низкие ставки.

(Окончание на 2 стр.)

К краевому празднику работников сельского хозяйства и перерабатывающей промышленности

В 2003 году в крае собрано более 3.600.000 тонн зерна

Сегодня в краевом театре драмы - торжественное собрание работников всех отраслей агропромышленного комплекса края. Будут подведены итоги уборки урожая и в целом сельскохозяйственного года, лучшие из лучших получат дипломы, премии, ценные подарки. Передовиков и ветеранов сельскохозяйственного производства приветствуют гости и артисты.

**Передовики алтайской нивы**  
Районы, получившие наивысшую урожайность зерновых культур в 2003 году:

Смоленский - 17,5 центнера с гектара (глава администрации района Г.Н. Катин, начальник сельхозуправления Г.П. Столичев);  
Алтайский - 17,1 (В.П. Коршунов, В.П. Морозов);  
Петровавловский - 17,1 (С.В. Козликин, В.А. Толстых);  
Бийский - 16,9 (Б.А. Недахин, А.В. Астанин);  
Шелаболихинский - 13,7 (С.Н. Бояк, Ю.С. Лукьянов);  
Тогульский - 15,7 (В.И. Воропаев);  
Мамонтовский - 15,6 (П.Ф. Митлев, А.В. Бочаров);  
Петровавловский - 14,8 (Н.И. Григорьев, А.Н. Чеботаев);  
Целинный - 13 (Н.Е. Гончаров, Г.В. Гильев);

Залесовский - 14 (Ф.В. Траутвейн, Л.П. Абиров);  
Завьяловский - 13,5 (Н.Г. Лудаш, В.И. Тарасов);  
Топчихинский - 13,5 (А.Н. Григорьев, А.Н. Чеботаев);  
Павловский - 14,8 (Н.И. Золотарев, А.И. Куренинов).

**Александр КУФАЕВ:**

## Итоги года радуют

Накануне краевого праздника работников АПК начальник краевого земельного управления Александр Куфаев провел пресс-конференцию. В нынешнем году, сказал он, удалось весь урожай убрать по хорошей погоде. В целом зерновой сбор превысил 3,6 млн. тонн. Наибольшая валовая зерновая получена в Шипуновском районе - 180 тысяч тонн зерна. На втором месте Родинский район - 163 тысячи тонн.

Особо хочется порадоваться за Алтайский район, подчеркнул А.Куфаев. В крае - единственный регион, возделывающий сахарный свеклу и производящий урожая овощей неубранными. Пришлося с алейками разбираться. Изначально они исправились - намолотили 140 тысяч тонн зерна, заняв третью строку.

Сахаристость - до 18 процентов. Около 150 тысяч тонн составит валовой сбор маслосемян подсолнечника пропущенных 113 тысяч тонн. И тоже радует, что еще в октябре и по хорошей погоде была завершена уборка этой культуры, с которой обычно уходили в ноябрь. Получен хороший урожай томатов, огурцов, плодов и ягод. Причем осваивается их промышленная переработка по самым современным технологиям в НИИ садоводства Сибири и других местах.

Сахаристость - до 18 процентов.

Около 150 тысяч тонн составит валовой сбор маслосемян подсолнечника пропущенных 113 тысяч тонн. И тоже радует, что еще в октябре и по хорошей погоде была завершена уборка этой культуры, с которой обычно уходили в ноябрь. Получен хороший урожай томатов, огурцов, плодов и ягод. Причем осваивается их промышленная переработка по самым современным технологиям в НИИ садоводства Сибири и других местах.

Комбайны уходят с поля.

(Окончание на 2 стр.)

Татьяна ИЛЬИНА, Андрей КАСПРИШИН (фото)

## Из Бельтира - в Барнаул

### приехали дети, пострадавшие от землетрясения

Небольшое село в однажды стало известным каждому, попав в центр внимания тревожных сводок и репортажей. И в тот же день, 27 сентября, его история закончилась. Стихия стерла с лица земли практически весь Бельтири.

"Брось топор!"

С 23 октября в санатории "Барнаульский" лежат и отдаются обогреть и подлечить шестьдесят три



Они впервые в Барнауле.

Санаторий "Барнаульский" лежат и отдаются обогреть и подлечить шестьдесят три

ребенка из Бельтира. Вместе с ними приехали и учителя. По счастью, землетрясение произошло в субботу, когда в школе не было уроков - а вообще - дети учились здесь в две смены, и страшно представить, чем все могло бы обернуться, если бы в шесть тридцать они находились в здании.

Одна из учительниц, Алевтина Тадырова, шла в это время к свекрови - и как раз подходила к школе, когда все началось. Так что Алевтина видела собственными глазами, как трескалось и рушилось школьное здание, только ле-

такое.

Другая учительница, Лидия Телесова, была в тот момент дома. Муж топорил топором в руке, и высокий из дома. Вернее, его вытолкала Лина - он долго не верил, что все так серьезно, даже когда они услышали грохот, страшный гул, шедший с гор. Так их ибросило - от дома к бане и обратно - Лина при этом держала мужа под руку, а муж крепко зажимал в руке топор.

(Окончание на 3 стр.)

Санаторий "Барнаульский" лежат и отдаются обогреть и подлечить шестьдесят три

ребенка из Бельтира. Вместе с ними приехали и учителя. По счастью, землетрясение произошло в субботу, когда в школе не было уроков - а вообще - дети учились здесь в две смены, и страшно представить, чем все могло бы обернуться, если бы в шесть тридцать они находились в здании.

Одна из учительниц, Алевтина Тадырова, шла в это время к свекрови - и как раз подходила к школе, когда все началось. Так что Алевтина видела собственными глазами, как трескалось и рушилось школьное здание, только ле-

такое.

Другая учительница, Лидия Телесова, была в тот момент дома. Муж топорил топором в руке, и высокий из дома. Вернее, его вытолкала Лина - он долго не верил, что все так серьезно, даже когда они услышали грохот, страшный гул, шедший с гор. Так их ибросило - от дома к бане и обратно - Лина при этом держала мужа под руку, а муж крепко зажимал в руке топор.

(Окончание на 3 стр.)

Санаторий "Барнаульский" лежат и отдаются обогреть и подлечить шестьдесят три

ребенка из Бельтира. Вместе с ними приехали и учителя. По счастью, землетрясение произошло в субботу, когда в школе не было уроков - а вообще - дети учились здесь в две смены, и страшно представить, чем все могло бы обернуться, если бы в шесть тридцать они находились в здании.

Одна из учительниц, Алевтина Тадырова, шла в это время к свекрови - и как раз подходила к школе, когда все началось. Так что Алевтина видела собственными глазами, как трескалось и рушилось школьное здание, только ле-

такое.

Другая учительница, Лидия Телесова, была в тот момент дома. Муж топорил топором в руке, и высокий из дома. Вернее, его вытолкала Лина - он долго не верил, что все так серьезно, даже когда они услышали грохот, страшный гул, шедший с гор. Так их ибросило - от дома к бане и обратно - Лина при этом держала мужа под руку, а муж крепко зажимал в руке топор.

(Окончание на 3 стр.)

Санаторий "Барнаульский" лежат и отдаются обогреть и подлечить шестьдесят три

ребенка из Бельтира. Вместе с ними приехали и учителя. По счастью, землетрясение произошло в субботу, когда в школе не было уроков - а вообще - дети учились здесь в две смены, и страшно представить, чем все могло бы обернуться, если бы в шесть тридцать они находились в здании.

Одна из учительниц, Алевтина Тадырова, шла в это время к свекрови - и как раз подходила к школе, когда все началось. Так что Алевтина видела собственными глазами, как трескалось и рушилось школьное здание, только ле-

такое.

Другая учительница, Лидия Телесова, была в тот момент дома. Муж топорил топором в руке, и высокий из дома. Вернее, его вытолкала Лина - он долго не верил, что все так серьезно, даже когда они услышали грохот, страшный гул, шедший с гор. Так их ибросило - от дома к бане и обратно - Лина при этом держала мужа под руку, а муж крепко зажимал в руке топор.

(Окончание на 3 стр.)

Санаторий "Барнаульский" лежат и отдаются обогреть и подлечить шестьдесят три

ребенка из Бельтира. Вместе с ними приехали и учителя. По счастью, землетрясение произошло в субботу, когда в школе не было уроков - а вообще - дети учились здесь в две смены, и страшно представить, чем все могло бы обернуться, если бы в шесть тридцать они находились в здании.

Одна из учительниц, Алевтина Тадырова, шла в это время к свекрови - и как раз подходила к школе, когда все началось. Так что Алевтина видела собственными глазами, как трескалось и рушилось школьное здание, только ле-

такое.

Другая учительница, Лидия Телесова, была в тот момент дома. Муж топорил топором в руке, и высокий из дома. Вернее, его вытолкала Лина - он долго не верил, что все так серьезно, даже когда они услышали грохот, страшный



Сергей ШЕВЛЯКОВ, Сергей БАШЛЫЧЕВ (фото)

# “Томсктрансгаз” выбирает лучших

**У рабочих этой компании, как у минеров, нет права на ошибку**

В недавние времена конкурсы “Лучший по профессии” проводились силою и рядом. Потом подобные мероприятия вышли из моды, подзабылись. А вот в компании “Томсктрансгаз” сочли нужным сохранить эту традицию. Сильнейшего в той или иной специальности здесь определяют ежегодно, а сами соревнования профессионалов относятся к разряду серьезных производственных мероприятий, которые лишиены даже малейшей доли формализма.

И это вполне объяснимо. Эксплуатация газопроводов - дело серезное. Здесь, как у минера, права на ошибку нет. Любая оплошность чревата серьезными последствиями. Одно дело, когда просто по той или иной причине прекратилась подача газа, и совершенно другой оборот приобретают события, если, не дай Бог, на газопроводе ЧП. А избежать этих нестандартных ситуаций можно только одним путем, доверив эксплуатацию газопроводов настоящим профессионалам. В “Томсктрансгазе” не сомневаются, что конкурсы “Лучший по профессии” во многом призваны поднять профессионализм своих рабочих.

В этом году конкурсы профессионального мастерства одновременно проходили в Томске, Новосибирске, Барнауле. Алтайское линейное производственное управление “Томсктрансгаз” продемонстрировало свои навыки съехались операторы газораспределительных станций и линейных трубопроводчиков из шести краев и областей Западной Сибири. Два дня нешуточного соревнования должны были определить лучших из лучших.

- У нас подобные мероприятия проходят на самом серьезном уровне, - говорит участник конкурса из Новокузнецка Владимир Якушев. - В прошлом году соревновались в Томске. Тогда было принято решение лучшего по профессии определить один раз в два года. Но производственные требования в “Томсктрансгазе” возрастают не по дням, а по часам. Поэтому данное мероприятие пойдет только на пользу в плане



Участники конкурса офис Алтайского ЛПУ встретил в праздничном убранстве.



Теория - важная часть профессии.

Открытие конкурса проходило по-деловому, в виде небольшого производственного совещания. Программу рабочего днязвучивал начальник Алтайского ЛПУ “Томсктрансгаз” Владимир Пьянков. Участники на время конкурса становятся студентами и расходятя по учебным классам славать теорию, а на производственных участках уже все готово к проведению практической части конкурса.

- Сфера деятельности компании “Томсктрансгаз” в географическом плане вполне сопоставима с территорией Западной Европы, - рассказывает Владимир Пьянков. - “Томсктрансгаз” очень серьезная структура. В ее активе семь компрессорных, 93 газораспределительных станций, более двух тысяч километров линий электропередач, 37 подводных переходов через реки Сибири. И такая машина стабильно работает. Достигается это за счет грамотной эксплуатации

пополнения багажа профессиональных знаний.

У них серьезная, а волнуются, словно первоклассники. Надо же! Среди линейных трубопроводчиков на третьем месте наш старый знакомый из Новокузнецка

удостоен третьего места, на втором - Андрей Ищук из Юрги, а наилучший результат у представителя Алтайского ЛПУ Алексея Даниленко.

- Очень доволен победой, - делится впечатлением Алексей Даниленко. - В

соревнованиях операторы ГРС.

Виктор Якушев, на втором - представитель Новосибирска Владимир Бетин, а лучшим признан томич Виктор Прохоров. Непросто было отдать кому-либо предпочтение в конкурсе операторов газораспределительных станций. Омич Александр Ломанов

компании “Томсктрансгаз” во всех производственных подразделениях труда настоящие мастера своего дела. Отрадно, что мне удалось поддержать марку Алтайского производственно-управления. Все мы узнали что-то новое. Так что профессиональных секретов стало меньше.

## Справка “АП”

Компания “Томсктрансгаз” - дочернее общество ОАО “Газпром”. В составе “Томсктрансгаза” 16 структурных подразделений, расположенных в пяти субъектах Российской Федерации. Общая протяженность обслуживаемых газопроводов составляет 4384 километра. Среди четырехсот потребителей “Томсктрансгаза” такие флагманы отечественной промышленности, как Западно-Сибирский и Кузнецкий металлургические комбинаты, кемеровский “Азот”, томский “Нефтхим”, алтайский завод “Ротор”. Полным ходом “Томсктрансгаз” ведет строительство газопровода в Алтайском крае. В настоящее время газифицированы города Барнаул и Новоалтайск, Павловский, Тальменский, Первомайский и Косихинский районы.

Любовь ТРЕТЬЯКОВА

Железные реформы

# Со своим сценарием Путевой министр ушел в президенты

Президент ОАО “Российские железные дороги” Геннадий Фадеев провел всероссийскую видеопресс-конференцию, на которой рассказал журналистам и железнодорожникам о начале хозяйственной деятельности новорожденного ОАО и задачах реформирования.

Перед многочисленной аудиторией (только журналистов перед мониторами собралось больше 400) это было первое выступление Фадеева в новой роли. До сих пор он был известен как министр путей сообщения РФ.

По непонятным техническим причинам на экране его изображение так и не появилось, мелькали лишь лица начальников региональных отделений железнодорожной дороги, которые то вставали, то нервно обтирали лысины.

ОАО “Российские железные дороги” зарегистрировано 23 сентября 2003 года, хозяйственную деятельность “РЖД” начали с 1 октября. Уставный капитал общества больше, чем у РАО “ЕЭС России” и ОАО “Газпром”, вместе взятых, - 1 млн. 535 млрд. 700 млн. рублей. В пресс-релизе “РЖД” заявлено, что “реформирования в отрасли - это начало первой масштабной структурной реформы в “оссии”, которая имеет продуманный сценарий, конкретные цели и задачи. Вней заложены основы устойчивого и стабильного функционирования всех систем железнодорожного транспорта России, сохранен полный контроль государства над отраслью”. Для этого был изучен опыт развитых стран, максимальный учет отечественного опыта реформирования естественных монополий.

Российская железная дорога - одна из крупнейших транспортных систем мира. По протяженности она составляет около 7% от общей длины магистралей мира, осуществляет более 20% грузооборота и 15% пассажирооборота всех стран и имеет мощности для их роста.

В России на долю железной дороги приходится 80% грузооборота (без трубопроводного) и 40% пассажирооборота. Своим

перед многочисленной аудиторией (только журналистов перед мониторами собралось больше 400) это было первое выступление Фадеева в новой роли. До сих пор он был известен как министр путей сообщения РФ.

По непонятным техническим причинам на экране его изображение так и не появилось, мелькали лишь лица начальников региональных отделений железнодорожной дороги, которые то вставали, то нервно обтирали лысины.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Фадеев подчеркнул, что реформирование пойдет плавно, без резких, революционных манипуляций. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Одна из главных задач “РЖД” на ближайшее время - повышение качества транспортного обслуживания грузоотправителей. Будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.

Более того, будет учитываться не только экономический, но и социальный аспект.



Татьяна ИЛЬИНА, Сергей БАШЛЫЧЕВ (фото)

Осенья депрессия

БЕСЕДА С ВРДЧОМ

# Осторожно, листопад!

Нет, наверное, среди нас тех, кто ни разу в жизни не коснулся бы осенняя хандра. «Небо над городом плачет, плачет и сердце мое», как сказал поэт. Нынешняя осень, правда, долго шадила нас, наградив нас прощанием множеством солнечных, теплых дней. И все равно с каждым днем все раньше темнеет, все заунавливает веет по ночам ветер за окном, все труднее подниматься утром. Но что делать - надо. Надо идти на работу, надо общаться с людьми, надо мыть полы, готовить ужин и проверять уроки. Где братан на все это силы в пору осеннего уныния?

Ответы на этот вопрос мы ищем вместе с психотерапевтом мужского кризисного центра Виктором ЛУКИНЫМ.

Что такое депрессия? Это когда ничего не хочется, ничего не мило и все раздражает. Чаще всего это состояние ситуативно обусловлено, связано с внешними обстоятельствами: проблемами в семье или на работе, безденежьем и т.д.

Депрессия может возникнуть и в результате сильной психотравмы. Ну, например, нередки сегодня ситуации, когда человек «попадает на деньги». Он понимает, что рассчитываться нечем и расправа неминуема. Одни из вариантов реагирования в этом случае - уход в депрессивное состояние. Клиническая картина глубокой депрессии налицо, но как только ситуация меняется, например, ему прощают долг - и все симптомы улетучиваются. Но психотравма - понятие сугубо личностное. Для одного человека увлечение с работы, уход на пенсию означает конец света и всей его жизни. А для другого - это прекрасная возможность найти новую работу, лучше прежней, начать новую жизнь. Нет универсальных ситуаций, которые однозначно провоцируют депрессию.

- Может быть, все зависит от склада психики человека? У кого-то она сильнее, у кого-то слабее.

- Да нет, скорее уж от национальной стрессоустойчивости. Депрессия - это всегда срыв адаптационных возможностей человека. А барьер психической адаптации у каждого свой.

- А этот барьер в последние годы стал выше или, наоборот, понизился? Как повлияла на психическое здоровье жителей России «эпоха перемен»?

- Ну, эта закономерность выявлена давно: На пике каких-либо общественных катаклизмов, будь то война, революция или перестройка, наблюдается рост острых психических расстройств, но неврозов при этом становятся значительно меньше. Это вполне объяснимое явление: человек живет на пределе своих возможностей, и если уж происходит срыв, то в очень острых формах. Стабильная жизнь рождает затяжные кризисные состояния, кризисы смыслы жизни. Возьмите ту же сверхблагополучную Швецию, где самый высокий в мире уровень суицидов. У человека вроде бы есть все, но чего-то ему все равно не хватает.

**Русский экстрим**

- В народе говорят про такое: с жиরу бесится...

- Ну, тот «жиж» вполне опправдан - человеку действительно не хватает чего-то очень важного, того, что мы

называем духовным наполнением жизни.

- Или экстрема. Не зря немногие наши бывшие соотечественники не приживаются в благополучной и комфортной Германии. Мне говорил мой знакомый, что ему домой хочется зверски, и чтобы зима была лютая. КамАЗ бы у него сломался посередине головы. Вот это жизнь, а тут...

- Все правильно, есть такая категория людей, которые чувствуют себя комфортно только внутри экстремала, где есть куда приложить свою энергию. Комфорт и благополучие им противопоказаны.

## Им овладело беспокойство...

- Но человек при этом звучит сам, изводит близких.

- Вы знаете, иногда это не приятное состояние - совершенно необходимый этап в усвоении какого-то опыта.

Потому что в депрессии человек сталкивается с такими вещами, о которых в повседневности не задумывается. Кто я, зачем живу, чего достиг, где мое место? На самом деле это очень важные вопросы, но в суете мы их игнорируем, нам не до этого. И лишь на фоне одиночества человек пытается разобраться в себе. Вообще психологи пришли к выводу, что депрессия акумулирует, накапливает жизненную энергию.

- Но мы, как правило, получаем не слишком утешительные ответы на собственные вопросы о себе...

- Основной человеческий конфликт как раз и состоит в несоответствии между тем, что мы хотим и что имеем. Человек - существо всегда неудовлетворенное. И с одной стороны, это основа для психических расстройств, а с другой - мощный жизненный мотиватор.

## Формула счастья

- Где-то я встречала формулу счастья: в ее числе - то, что мы имеем, а в знаменателе - наши желания.

- Ну да, и если результат деления равен единице, это идеальный вариант.

- Увы, невозможный. Мы всегда найдем, что в нашей жизни не так.

- Американские психологи выделяют пятнадцать признаков психологически здоровой личности. Среди прочих они называют умение жить здесь и сейчас, когда человек не привязан однозначно ни к своему прошлому, ни к фантазиям о будущем и находит самое важное для себя в текущем моменте, ценит его.

Есть в этом списке и чувство внутренней независимости от внешних обстоятельств, т.е. опоры на себя. А самое

интересное, на мой взгляд, это философское чувство юмора, способность критически себя оценить и помечтать над собой.

- Ну, саморонина - очень редкое качество...

- А между тем это одна из

важнейших возможностей доставить себе удовольствие.

В. Лукин: «Находите возможность доставить себе удовольствие».

В. Лукин: «Находите возможность доставить себе удовольствие».