

**ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК**  
**ПРОГРАММА**  
**телевидения**  
**с 4 августа**  
**до 10 августа**  
**НЕДВИЖИМОСТЬ**  
**РАБОТА, ОБЪЯВЛЕНИЯ**  
**сканворд**  
**КРОССВОРД**  
**юмор**



**31** июля 2003 года. №26 (67) Цена 4 рубля.

**СЕГОДНЯ ВВЕЧЕРКЕ СЕГОДНЯ ВШАРЬЕ**

**ТЕМА НОМЕРА**  
**СТР.2**

# Разговор с военным



# Били - пока не убили

**БЕСПРЕДЕЛ** СТР.3

# Шарьинские подробности

**А-ТЫ, БА-ТЫ**  
**ВОЕННЫЙ КОМИС- САРИАТ Г. ШАРЬИ ПРОВОДИТ НАБОР КАНДИДАТОВ НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ ПО КОНТРАКТУ ИЗ ЧИСЛА СОЛДАТ, СЕРЖАНТОВ ЗАПАСА:**

- В 76-ю ВОЗДУШНО-ДЕСАНТНУЮ ДИВИЗИЮ г. ПСКОВ;

- для поступления на курсы младших лейтенантов на 2004 год по специальности: КОМАНДИРЫ МОТОСТРЕЛКОВЫХ, ТАНКОВЫХ, АРТИЛЛЕРИЙСКИХ ВЗВОДОВ, ВЗВОДОВ СВЯЗИ, ЗАМ. КОМАНДИРОВ РОТ ПО ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ;

- для доукомплектования должностей прапорщиков войсковой части п.Чучково РЯ-ЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ: СТАРШИЙ ИНСТРУКТОР, НАЧАЛЬНИК РАДИОСТАНЦИИ ИЗ ЧИСЛА ПРАПОРЩИКОВ ЗАПАСА.

За всеми справками надо обратиться в окружной военный комиссариат или по телефону 2-06-54.

**ПРИРОДА И ПОГОДА**

1 августа - Мокрида. Указательница осени. Смотри осень по Мокриде: если будет дождь, то жди осень мокрой. Ведро - к сухой осени.

2 августа - Ильин день. С Ильина дня ночь длинна и вода холодна. Конец купания в реках. Если в этот день сухо, то шесть недель будет сухая погода, если дождь - шесть недель тож. 4 августа - Марья. Обычно в этот день идет гроза.

**МАССИРУЙТЕ КОПЧИК**

У некоторых после долгих прогулок в лес могут появиться тяжесть и боль в ногах, неприятные ощущения в пояснице. Как избавиться от этих ощущений?

Крестец - это та часть позвоночника, которая находится ниже поясницы. И нужно очень энергично в течение двух минут растереть крестец, чтобы пошло тепло.

Затем сесть на стул и размять, размассировать копчик - конечную, нижнюю часть позвоночника. С закрытыми глазами, сидя на стуле, нужно сделать десять круговых движений в одну сторону и десять в другую. Чтобы было проще понять: поелозьте на стуле сначала в одну сторону, потом в другую.

И когда вы почувствуете тепло в крестце и копчике, то почувствуете глубокое, приятное, расслабляющее тепло и в ногах. А неприятные ощущения начнут уходить.

**НАШ КАЛЕНДАРЬ**

31 июля. В этот день родился Леонид Якубович, телеведущий.

1 августа - 80 лет Валентине Леонтьевой, телеведущей.

2 августа - День воздушно-десантных войск.

3 августа - День железнодорожника.

**ПРАВОСЛАВНЫЕ ДАТЫ**

1 августа. Обретение мощей преподобного Серафима, Саровского чудотворца (1903). В семнадцать лет он твердо решил оставить мир, и мать благословила его

на монашеский подвиг. Великий подвижник удостоился при богослужениях лицезреть Самого Господа нашего Иисуса Христа, неоднократно - Пресвятую Богородицу и святых Ангелов.

2 августа. Память пророка Илии (9 в. до Р.Х.). Один из величайших пророков и первый девственник Ветхого Завета. С юных лет поселился в пустыне, и жил в строгом подвиге поста и молитвы. За свою пламенную ревность о славе Божией пророк Илия был взят на небо живым в огненной колеснице.

3 августа. Память пророка Иезекииля (6 в. до Р.Х.). Он сподобился многих славных видений, два из которых особенно важны: о храме Господнем - прообраз Церкви Христовой и о сухих костях на поле - прообраз всеобщего воскресения мертвых.

**ИМЕНИНЫ**

- 1.08 - Роман, Серафим.
- 2.08 - Афанасий, Василий, Илья.
- 3.08 - Иван, Онисим, Семен.
- 4.08 - Корнилий, Мария.
- 5.08 - Трофим.
- 6.08 - Борис, Глеб, Давид, Кристина, Поликарп, Роман.
- 7.08 - Макар, Анна, Олимпиада.
- 8.08 - Моисей, Прасковья, Ермолай.
- 9.08 - Анфиса, Герман, Николай, Савва.
- 10.08 - Никанор, Прохор.

## ШАРЬЯ ШАРЬЯ ЮБИЛЕЙНАЯ



ФОТОНЕДЕЛИ

