

Мы из железа. И не только!

Не будучи профессионалом, В.П. ПАРАНЮШИН является тем не менее специалистом-практиком траволечения. Тему этого материала ему подсказал собственный опыт и книга «Почему растения лечат», выпущенная в 1989 году издательством «Наука». Речь в нем идет о микроэлементах.

Они те же, что и в организме человека. Являясь своеобразными «сторожами», каждый на своем участке, они напрямую определяют состояние нашего здоровья. Человек, лишенный микроэлементов, погибает быстрее, чем от полного голодания. Выходя из нашего организма с различными выделениями, они требуют постоянного пополнения. Так, элемент ЖЕЛЕЗА следует за нормальным состоянием крови. Дефицит в организме ЛИТИЯ способствует развитию нервно-психических заболеваний. При переломе костей и в пожилом возрасте возрасстает потребность в СТРОНИЦИИ.

Учеными выявлены многие растения, избирательно накапливающие в себе один или несколько микроэлементов. Такие растения называются КОНЦЕНТРАТОРАМИ. Растения, накапливающие в себе элементы в значи-

тельных количествах, называются сверхконцентратами. Среди микроэлементов (в природе их 92) есть и элемент, обладающий противораковой активностью. Это ЦЕЛЕН. Концентратами селена являются наши растения: живокость высокая, донник, астрагал, буквица, сушеница болотная и лесная, водяной перец, почечуйная трава и др. Сверхконцентратами железа являются синюха голубая, та же сушеница (она накапливает в себе несколько микроэлементов). МЕДЬ содержит чистотел, марьян корень. Потребность в меди возрастает при всяком воспалении. Концентратами МАРГАНЦА являются спорыш, вахта, багульник. В черемухе содержится КОБАЛЬТ, участвующий в процессе кроветворения, а также ЦИНК, МОЛИБДЕН, ХРОМ, БАРИЙ, ВАНАДИЙ. Множество других, не менее для нас

важных микроэлементов содержат в себе наши растения, коих в природе я отыскал уже более 170 видов.

Плюс ко всему растения содержат в себе каждое свой витамин или группу витаминов. Наличие цинка, например, можно в себе определить и зрительно. Белые пятнашки на ногтевых поверхностях указывают его дефицит в нашем организме. При недостатке цинка в организме возникают тяжелейшие заболевания: карликовость, бесплодие, половой инфантисм, различные формы анемии, кожные болезни, усиление роста опухолей. Сверхконцентратами ЦИНКА являются наши растения: береза, лапчатка, череда, чистотел. Несколько ложек настоя этих растений сделают свое дело и белые пятна исчезнут с ногтевых поверхностей, указывая, что запасы цинка в организме пришли в норму и заболевания, связанного с недостатком этого микроэлемента, не будет.

Человек и природа — как два сообщающихся сосуда. Зная содержание микроэлементов в растениях, можно без труда пополнить их запасы в своем организме.

Уголок здоровья

Как снять зубную боль

Мучительная зубная боль и больной не всегда может немедленно обратиться к стоматологу. Несколько приведенных ниже рецептов помогут временно облегчить страдания.

Заварить траву шалфея и теплым отваром полоскать рот, стараясь подольше держать теплый отвар у больного зуба. Остывший отвар сплевывают и набирают теплый. Делать это приходится часто, 3—4 раза в течение получаса.

В ухо, на той стороне, где болит, вкладывают крошечек подорожника. Держать до утихания боли.

В молоканских деревнях в Сибири зубную боль снимали довольно странным, с нашей точки зрения, способом: мелко нарезанный чеснок прикладывали к руке, к тому месту, где обычно прощупывают пульс, на противоположной больному зубу стороне и прибинтовывали. На руку, под чеснок, прикладывается кусочек салфетки или марли. Несмотря на всю странность этого способа, он помогает избавиться от зубной боли.

Поздравляем!

Поздравляем Алексея ТИМКОВА с 16-летием! Здоровье и счастье, удача и верность, Шагают путь вместе на пару с тобой, А наша любовь, и забота, и ласка, Поверь, никогда не пройдут стороной!

Папа, мама, братишка Дима, дедушка, бабушка, семья Седун.



Поздравляем дорогого папу, дедушку Геннадия Ефимовича КОНОВАЛОВА с днем рождения! Желаем счастья и здоровья, Желаем бодрости и сил, Чтоб каждый день обычной жизни Тебе только радость приносил!

Дочь, зять, внучки.



Поздравляем дорогую сестру Таисию Васильевну МЯЭДАМ с днем рождения! Желаем крепкого здоровья, счастья, всего самого хорошего в семейной жизни!

Т. Гаврилова, Н. Шайдукова.

Меняю

МЕНЯЮ импортные женские осенние сапоги (Австрия) 38 размера на импортные 40 размера. Обращаться по телефону 2-27-92 после 18 часов.

МЕНЯЮ однокомнатную благоустроенную квартиру гостиничного типа в г. Томске на любую в с. Первомайском.

Обращаться по телефону 2-10-22, в любое время.

Куплю

КУПЛЮ дом или квартиру в селе Первомайском.

Обращаться по телефону 2-10-83 в нерабочее время.

**Отдел по труду
информирует**

Первомайскому Сбербанку на постоянную работу требуется охранник, выполняющий по совместительству обязанности технички.

Правление, профком колхоза «Искра» выражают глубокое соболезнование Лидии Терентьевне Черновой по поводу смерти матери

Коллектив Первомайской райбольницы выражает глубокое соболезнование Надежде Павловне Янушевой по поводу смерти отца АЛЕШКИНА Павла Семеновича

Первомайский районный узел связи выражает глубокое соболезнование Безменникову Александру Васильевичу по поводу смерти матери

Телевидение

ПОНЕДЕЛЬНИК,
16 декабря

Первая программа

Москва. 6.30 «Утро». 9.00 Мультфильм. 9.20 «Лошадь во дворе, шеф». Худ. фильм. 10.35 «Новое поколение выбирает». 11.50 «Много голосов — один мир». 12.00 ТСН. 12.20 «Одна», «На теплой земле». Док. фильмы. 12.55 Всероссийский конкурс исполнителей эстрадной песни. 15.10 «Это было, было...». 15.30 «Никогда удачная». Худ. фильм. 17.00 «Детский час». (С уроком французского языка). 18.00 «Мир увлеченных». «Домашний клуб». 18.15 «По законам рынка». «Я хочу говорить по-русски...». Передача 2-я. 18.45 Концерт Красноярского ансамбля танца Сибири. 19.45 «Лошадь во дворе, шеф». Худ. фильм. (Чехо-Словакия, 1989 г.). 21.00 Информационная программа. 21.35 Футбольное обозрение. 22.05 Тенис. Кубок «Большого турнира». Финал. 23.05 Авторское телевидение. «Гиннес-шоу», «Дом Комы и Дамиана», «Видеописьмо», «Последний писк». 00.50 ТСН. 01.05 П. Мериме. «Венера Ильская». Фильм-концерт.

Вторая программа

Москва. 8.00 Утренняя гимнастика. 8.15 «Время деловых людей». 9.15 Итальянский язык. 9.45 «ТелеЭКО». 10.15 Мультфильм. 10.20 «Беседы о русской культуре». Пере-

дача 15-я. 11.00 «Реверс». Развлекательная программа. 11.30 Т. Ин. Ко. 12.00 «Впервые именем таким...». Актриса Татьяна Леникова. 13.00 «Проблемы горного края». Док. фильм. 13.40 Концерт симфонического оркестра. 17.00 «Телевизионный музыкальный абонемент». 18.00 «Границы». 18.45 «Азы карьеры». Томск. 19.00 «Души изменчивой приметы...». К юбилею детской худ. школы № 1. 19.30 «Пресс-экран». 19.50 Мультфильм.

Москва. 20.00 «Вести». Томск. 20.20 «Антология советского кино». Худ. фильм. «Трактористы». («Мосфильм» и Киевская киностудия, 1939 год). Москва. 21.55 «Пятое колесо». 23.00 «Вести». 23.20 Астрологический прогноз на завтра. 23.25 «Пятое колесо». (Продолжение).

ВТОРНИК, 17 декабря

Первая программа

Москва. 6.30 «Утро». 9.05 «В этом замке привидения, шеф». Худ. фильм. 10.20 «Сибирь на экране». Киножурнал. 10.30 «Детский час». (С уроком французского). 11.30 Футбольное обозрение. 12.00 ТСН. 15.10 Встреча с академиком Н.М. Амосовым. 15.30 «Путь к себе». Трехсерийный худ. фильм. 1-я серия. 16.45 «Вместе с чемпионами». 17.30 «Детский музыкальный клуб». 17.45 «Мир увлеченных», «Авто».

Первомайское телевидение

Суббота, 14 декабря

20.00 «Примите наши поздравления». 21.30 Обзор фильмов. 21.35 «Хочу все знать!» 21.45 «У канала». 22.00 Художественный фильм «Другая женщина». (США). 23.30 Ночной сеанс. «Вой».

Воскресенье, 15 декабря

13.00 «У канала». 13.15 Художественный фильм «Ниньдзя — черепахи». 20.00 «Примите наши поздравления», 21.30 «Хочу все знать!» 21.40 Художественный фильм «Жучинский сок».

ВНИМАНИЮ ЧИТАТЕЛЕЙ!

Мнение авторов публикаций не обязательно отражает точку зрения редакции.

УЧРЕДИТЕЛЬ: РАЙОННЫЙ СОВЕТ НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ, КОЛЛЕКТИВ РЕДАКЦИИ.

Редактор А. И. ЧЕРНИКОВ

Газета выходит три раза в неделю.

Заголовок 141. Тираж 5358.

Филиал Ачинского полиграфического объединения, телефон типографии — 2-17-69.

Подпись в печать 13 декабря в 16 часов.

ТЕЛЕФОНЫ: редактора — 2-16-34, зам. редактора — 2-15-31, ответ. секретаря — 2-18-36, отдела писем — 2-16-47, отдела промышленности, строительства и сельского хозяйства — 2-15-46, бухгалтерии (прием объявлений) — 2-18-49. НАШ АДРЕС: 636830 с. Первомайское Томской области, ул. Коммунистическая, 7.

Объем 1 п. л. Способ печати — высокий,