

Ленинский ШАХТЕР

Год
издания
38-й

ОРГАН ЛЕНИНСК-КУЗНЕЦКОГО ГОРКОМА КПСС
И ГОРОДСКОГО СОВЕТА ДЕПУТАТОВ ТРУДЯЩИХСЯ

№ 245 (8985)

Четверг, 14 декабря 1967 г.

Цена 2 коп.

План юбилейного года — досрочно!

Сверх плана — полтора дома В СЧЕТ 1968-го

Польсаевский завод крупнопанельного домостроения в текущем году изготовил сборного железобетона почти на 5 тысяч кубометров больше, чем намечалось планом. Также значительно больше выпустил он железобетонных изделий и для крупнопанельных домов. Еще 17 ноября коллектив завершил годовое задание.

Снижены затраты на производство всех изделий на 259 тысяч рублей, а общая прибыль составила 298 тысяч рублей. Возросла выработка на каждого работающего на заводе, следовательно и зарплата. В этом году заводу планировалось изготовить железобетонных изделий на 13 крупнопанельных домов, а сделано уже на 14. До 1 января рабочие завода сделают различных панелей еще на половину восьмидесятиквартирного дома.

Машинисты кассетных уста-

новок Сергей Шклавцев, Василий Скорев на протяжении всех одиннадцати месяцев давали по полтора плана. Хороших производственников здесь много и во всех цехах. Среди них арматурщик Мария Паршикова, опалубщик Василий Гоуэрт, кочегар Вера Алпатова, бетонщица Анна Гриценко.

У коллектива большие перспективы на будущий год. Сейчас он завершил подготовку к реконструкции завода, которая будет произведена в январе. После чего предприятие будет выпускать изделия для домов общей площадью на 50 тыс. квадратных метров. Реконструкция также позволит значительно снизить затраты на выпуск панелей, плит. Она будет произведена с учетом строительства новой серии домов, с улучшенной планировкой.

Г. ДМИТРИЕВ.

Отличными результатами в труде славится льнич коллектив швейной фабрики № 10. Достоин встретив юбилей, он решил, не снижая темпов, досрочно завершить двухлетнюю программу пятилетки.

Радостные сообщения поступали одно за другим. Первыми выполнили план швей бригад Е. А. Румановой, В. С. Каховкиной, Р. Г. Чегошевой. И вот восьмого декабря о досрочном завершении двухлетнего плана рапортовала бригада Зои Сабировны Акимовой.

Это одна из передовых бригад коллектива. Она занимается пошивом мужских пиджаков. План на смену бригаде З. С. Акимовой — 116 пиджаков, но по окончании рабочего дня швеи сдают два-три сверх плана.

Добыча угля (за 12 дней декабря)

Угольные предприятия	± в тоннах
Им. 7 ноября	+ 1954
«Комсомолец»	+ 1853
«Польсаевская-1»	+ 744
Им. С. М. Кирова	+ 27
Им. Ем. Ярославского	- 971
«Журилка-3»	- 1148
«Польсаевская-2»	- 2827
«Польсаевская-3»	- 10218
Трест	- 10586
«Польсаевская-Северная»	+ 600
Грамотейинский карьер	- 9740
Моховский карьер	- 11893

До свидания, февраль!

На своем трудовом календаре проходчики 12-го участка шахты имени С. М. Кирова отметили встречу нового года еще в начале ноября. Сейчас они говорят до свидания уже февралю. На сверхплановый счет записано с начала года 770 пог. метров.

Самое главное достижение коллектива 12-го участка в том, что в юбилейном году здесь все бригады работают ритмично. Отставали лишь бригады тт. Рытова и Полтьева. Но их отставание длилось не больше месяца. Причиной тому были трудности из-за горногеологических условий. Потом подтянулись и эти коллективы.

Со спокойным сердцем проходчики заканчивают 1967 год. Главная заповедь — не иметь отстающих — выполнена.

Организационное собрание

провели позавчера коммунисты нового предприятия нашего города — холодильника. Они выбрали партийное бюро, секретарем которого избрана Елизавета Ильинична Мальцева, заведующая отделом кадров.

Итак, семья первичных парторганизаций города пополнилась еще одним членом. В партийной организации холодильника 15 коммунистов. От них зависит насколько боевой будет биография новорожденной.

ПЕРВЫМИ

в орсе продовольственных товаров треста «Ленинуголь» рапортовали о выполнении годового плана магазины №№ 3, 52, 97, 98. Они выполнили годовое задание к Дню Конституции. К 10-му декабря к передовикам прибавилось еще семь магазинов.

По родной стране

Автомобили поедут за золотом

БИЛИБИНО. На прииске им. Билибина завершена нарезка крупнейшей в Заполярье шахты. В вечномерзлых грунтах, содержащих драгоценный металл, горняки проложили подземную сквоз-

ную дорогу протяженностью 300 метров. В шахту спустятся автомашины, которые обеспечат бесперебойную транспортировку золотосодержащих песков к месту их промывки.

Теплопоглощающее стекло

БАКУ. Здесь на стекловом заводе впервые в нашей стране изготовлено теплопоглощающее стекло. Оно задерживает до 70 процентов солнечных лучей и будет

широко применяться в южных районах страны при сооружении промышленных предприятий и в культурно-бытовом строительстве.

Крупнейший на побережье

КРАСНОДАР. Неподалеку от Анапы строители приступили к сооружению самого крупного на Черноморском побережье Кавказа пионерского лагеря санаторного типа. Новая всесоюзная детская здравница рассчитана на 7.680 мест. Весь комплекс построен займет около 150 гектаров.

(ТАСС).

СЕРДЕЧНАЯ БЛАГОДАРНОСТЬ

Центральный Комитет КПСС, Президиум Верховного Совета СССР и Совет Министров СССР выразили сердечную благодарность всему советскому народу за горячие поздравления, приветствия и трудовые рапорты в адрес Центрального Комитета КПСС, Президиума Верховного Совета СССР и Совета Министров СССР в связи с 50-летием Великой Октябрьской социалистической революции и пожелали всем советским людям новых больших успехов в строительстве коммунизма в труде на благо нашей великой Родины. (ТАСС).

Измененный гидродомкрат

Передвижка узкозахватного комбайна и конвейера СП-63 весьма трудоемкая и продолжительная операция.

Применение гидродомкратов 2М-81, К-43 в верхней и нижней части лавы недостаточно. Кроме того, при неправильной установке их гнутся штоки и они выходят из строя.

Для сокращения затрат времени, снижения трудоемкости и предотвращения выхода из строя 2М-81 и К-43 помощник главного механика шахты «По-

льсаевская-1» Ф. В. Корчуганов предложил передвижку осуществлять гидродомкратом АТ.

Конструкция гидродомкрата АТ частично при этом изменилась: обрезались проушина и плита гидродомкрата, ставились две переходные балки с резьбой М-24. Для крепления гидродомкрата к плите использовалась измененная конструкция шарнира 2М-81.

Предложенная конструкция работает хорошо.

В. СТРАТОВИЧ.

Краеведческую викторину

«Знаешь ли ты свой город?» готовят работники детской библиотеки имени Белинского. В викторине будут вопросы по всей истории города начиная с дореволюционных времен и кончая нашими днями.

В помощь участникам викторины оформлена книжная выставка, сделана подборка журнальных и газетных материалов по всем разделам жизни города: о Мартовском восстании и героях Великой Отечественной войны, о людях труда и строках пятилеток, и еще о многом другом.

Викторина будет проведена в первые дни каникул.

О проведении выборов в городской Совет

Решение исполнительного комитета Ленинск-Кузнецкого городского Совета депутатов трудящихся

В соответствии со ст. 128 «Положения о выборах в краевые, областные, окружные, районные, городские, сельские и поселковые Советы депутатов трудящихся РСФСР» и Указом Президиума Верховного Совета РСФСР от 3 августа 1951 года «О порядке проведения выборов в краевые, областные, окружные, районные, городские, сельские и поселковые Советы депутатов трудящихся РСФСР по отдельным избирательным округам вместо выбывших депутатов».

исполком городского Совета РЕШИЛ:

1. Провести выборы депутатов в Ленинск-Кузнецкий городской Совет по 18, 25, 83, 106, 136, 138, 165, 186 избирательным округам, вместо выбывших.

2. Назначить днем выборов в Ленинск-Кузнецкий городской Совет по этим округам 24 декабря 1967 года.

В. БАРИКОВ, зам. председателя исполкома городского Совета.
П. ВЕСЕЛОВА, секретарь исполкома городского Совета.

В Байкаимском строительном управлении постоянно хороших результатов в труде добивается бригада Павла Чевтаева. Сейчас она трудится на строительстве блока цехов № 1 завода «Красный Октябрь».

На снимке слева направо в нижнем ряду строители: М. Степанова, А. Кофейникова, К. Крючкова, Т. Кравцова, М. Борисова, в верхнем ряду: П. Черненко, П. Чевтаев (бригадир), Н. Морев и С. Жошкин.

Фото Г. Дмитриева.



ДРУЖБА ПРЕГРАД НЕ ЗНАЕТ

В минувшее воскресенье во Дворце пионеров можно было встретить представителей всех основных национальностей, населяющих республики нашей страны. Фойе, зал, сцена пестрели разнообразием национальных костюмов. Но это не были гости из республик — это пионеры города собрались на свой праздник по священной дружбе народов.

С 1 по 7 декабря пионерские дружины провели неделю дружбы, к которой они долго готовились.

Что ребята узнали нового, что они сделали?

Пионеры 21-й школы — дружина имени А. Маресьева — организовали выставку, на которой были представлены альбомы о 15 союзных республиках, значки, монеты, открытки, журналы, марки, присланные ребятам из других социалистических стран. Дружина отправила бандероли с материалами о нашем городе и о Кузбассе, значки, «Пионерскую правду», галстуки, модели русских костюмов в две союзные республики, а также в ГДР, на Кубу, в Польшу и Венгрию, отправила две посылки во Вьетнам, провела три вечера «Сказки разных народов» для октябрят...

И это — только частичка пионерских дел, совершенных 19-тысячной армией пионеров нашего города за неделю дружбы.



А 10 декабря состоялся итоговый смотр. В фойе дворца — музыка, игры, танцы. А ровно в 12 дня «деlegation» от всех союзных республик выстроились на торжественную линейку. Оглашается приказ городского пионерского штаба — победителями признаны дружины 5-й, 21-й и еще 8-ми школ. Секретарь ГК ВЛКСМ А. Семиреков и зав. школьным отделом Г. Труханова вручили им грамоты, горькома комсомола. (Снимок слева. Фото Вовы Гейдриха).

После торжественного построения на сцене дворца, выступили с песнями и национальными танцами по заранее разработанному сценарию «представители» союзных республик. (На снимке справа — выступление пионеров 10 школы. Фото Ю. Шитова).

Праздник закончился песней «Пусть всегда будет солнце». Ее пели все.

М. СОРОКА.

Люди, события, факты

20 ДЕКАБРЯ отмечается 50-летие со дня образования Всероссийской чрезвычайной комиссии по борьбе с контрреволюцией и саботажем (ВЧК) во главе с Ф. Э. Дзержинским. ВЧК была создана в трудное для нашей страны время: в учреждениях процветал саботаж бывших царских чиновников, активизировалась деятельность внутренней контрреволюции и разведок капиталистических стран. Глубокая преданность делу революции, высокая партийность, связь с широкими массами трудящихся позволили ВЧК обезвредить многочисленных врагов нашей Родины. Подвиги первых чекистов стали легендой. Чудеса храбрости и беспредельной преданности народу, своей Родине, партии продемонстрировали советские чекисты и в годы Великой Отечественной войны и в мирные дни. Высокие ленинские принципы, положенные в основу работы ВЧК, и ныне неукоснительно соблюдают и развивают сотрудники нашей службы государственной безопасности.

22 ДЕКАБРЯ — День энергетика. Он отмечается в память о большом событии в жизни нашей страны. 22 декабря 1920 года открылся VIII Всероссийский съезд Советов, утвердивший исторический Государственный план

электрификации России — ГОЭЛРО. С осуществления этого плана, предусматривающего сооружение нескольких десятков электростанций общей мощностью в 1,5 миллиона киловатт (ныне это мощность трех турбин Красноярской ГЭС), и берет начало советская энергетика. Ленинские слова «Коммунизм — это есть Советская власть плюс электрификация всей страны» нашли свое воплощение в грандиозных энергетических стройках. Чтобы обеспечить рост отраслей народного хозяйства, энергетика развивается опережающими темпами. Если валовая продукция всей промышленности в 1967 году вырастет по сравнению с 1913 годом в 71 раз, то энергетика — в 300 раз! В прошлом году в Советском Союзе было выработано 545 миллиардов киловатт-часов электроэнергии — значительно больше, чем в Англии, Франции и ФРГ, вместе взятых.

45 ЛЕТ НАЗАД, 30 декабря 1922 года, I Всесоюзный съезд Советов принял Декларацию и Договор об образовании Союза Советских Социалистических Республик. Образование СССР было составной частью ленинского плана построения социализма. В создаваемом Советском Союзе Ленин видел образец

первого в мире социалистического государства, пример для других народов. В. И. Ленин, тяжело больной, не мог присутствовать на съезде, но его идеи руководили работой делегатов. Благодаря проведению в жизнь ленинской национальной политики, Коммунистическая партия объединила все нации и народности нашей страны, укрепляла их братское сотрудничество. Советский Союз стал мощным монолитным социалистическим государством. В тот же день, 30 декабря 1922 года, город Москва был объявлен столицей СССР.

ВТОРАЯ половина декабря отмечена и другими важными датами в жизни нашей страны. 16 декабря исполняется 80 лет с того дня, как В. И. Ленин участвовал в революционной сходке студентов Казанского университета. Эта сходка была началом революционной деятельности В. И. Ленина. 25 декабря исполняется 50 лет со дня провозглашения Советской власти на Украине и на территории Дальнего Востока. 27 декабря 1917 года ВЦИК принял декрет о национализации банков. 31 декабря 1917 года СНК принял декрет о признании государственной независимости Финляндии.

(ТАСС).

НАМ ОТВЕЧАЮТ

Партийный комитет в соответствии с планом работы, в течение ноября проводил проверку выполнения постановления партийного собрания по вопросам техники безопасности на шахте. Одновременно была проведена проверка фактов, изложенных в статье И. И. Ермакова «Кризис ответственности», помещенной в газете за 22 ноября. Факты, приведенные в статье, подтвердились и, наряду с материалами партийного комитета, стали предметом обсуждения на заседании партийного комитета, состоявшемся 1 декабря.

Партийный комитет обязал руководство шахты устранить недостатки в вопросах техники безопасности в целом по шахте, а также недостатки, отмеченные в статье «Кризис ответственности». За проявленную безответственность, слабый спрос и контроль в вопросах техники безопасности на начальника шахты Г. Г. Блынского, главного инженера шахты Ф. К. Прусакова, начальника ПЭС шахты Н. А. Потапова наложены партийные взыскания.

И. САФОНОВ,

секретарь парткома шахты «Комсомолец».

ВАШЕ СЕРДЦЕ

На одной из сессий Академии медицинских наук СССР председательствующий с гордостью заявил: «Медицина началась с трупов, потом она научилась лечить больных, а теперь поднялась до охраны здоровья здоровых».

Что же советует современная медицина людям, чтобы до старости сохранить крепкими сердца и сосуды?

Этот вопрос я в разное время задавал крупнейшим ученым-медикам страны, слушал их многочисленные выступления, присутствовал при жарких спорах. В моем блокноте постепенно накопилось много записей. Я позволил себе лишь единственную вольность — разместил их не в той последовательности, в какой делал. В нашей беседе участвуют академики Василий Парин и Петр Анохин, действительные члены Академии медицинских наук СССР Владимир Василенко и Ипполит Давыдовский, член-корреспондент АМН СССР Алексей Покровский, кандидат медицинских наук А. Арустамова.

«Культура» эмоций

Не зря говорят, что в зависимости от обстоятельств сердце горит или поет, поет или холодеет, зовет, шепчет, падает, «заходится». Некоторые ученые считают, что многие недуги, в том числе сердечно-сосудистые, идут в ногу с развитием эмоций.

П. К. Анохин: Именно сосуды

и сердце чаще всего становятся жертвами чрезвычайных волнений, и особенно отрицательных эмоций. Вредность последних состоит не только в том, что они отрицательные, а главным образом в том, что они непрерывны и постоянно суммируются, повышая артериальное давление. В мире животных все иначе. Вот, например, волк гонится за зайцем, того и гляди его настигнет. Какое нарастание драма-

тического конфликта, какой, казалось бы, сгусток отрицательных эмоций! А финал до предела прост: или волк съел зайца и насытился, или длинноухий удрал. На том дело и кончилось — кровяное давление быстро вернулось к норме.

Для людей все куда сложнее. Отрицательные эмоции у нас задерживаются во времени, расширяют свои территориальные связи, обрастают новыми впечатлениями, накапливаются и постепенно превращаются в «застойный процесс». Возбуждение циркулирует в коре головного мозга и подкорке, словно в ловушке, с каждым новым кругом оно укрепляется, становится главенствующим, и развивается болезнь — нервная, сосудистая или сердечная.

И. В. Давыдовский: Можно согласиться, что в нашей обыденной жизни слишком много ненужных тревог, излишней заботы и озабоченности. Это действительно имеет отношение к зарождению сердечных недугов. Но я все же глубоко убежден, что решающий фактор не в этих, идущих извне раздражениях, а внутри нас, в нашем умении правильно на них реагировать.

П. К. Анохин: Тренировка самообладания помогает нам регулировать лишь свое поведение;

движения, речь, мимику. Но мы не можем оградить от воздействия отрицательных эмоций наши сосуды, кишечник, железы, сердце. Более того, внешне сдерживая себя, мы направляем весь «пучок» сильнейших раздражений на внутренние органы, которые не подчиняются сознательному управлению.

Выход в том, чтобы общими усилиями удерживать отрицательные эмоции в физиологически допустимых границах, не «перехватывать» через край. Это зависит не только от страдающей стороны, но и от тех, кто своей грубостью, безразли-

чием, черствостью наносит удары по чужим сердцам и сосудам.

А. Т. Арустамова: На что уж неприятная вещь — гипертонический криз, своеобразный сгусток болезни. Оказывается, даже его можно предупредить без лекарств и без врачебных манипуляций. В Одессе профессор Левина собрала значительную группу гипертоников, научила их соблюдать правильный режим жизни, и количество кризов у ее подопечных резко сократилось.

Верное лекарство — движение!

В. В. Парин: Медицина пока еще не знает, как должны вести себя люди, чтобы у них не развивались злокачественные опухоли, но уже знает, какой образ жизни помогает свести к минимуму и даже предупредить сердечно-сосудистые заболевания.

Врачи озабочены тем, что современное поколение гораздо меньше стало заниматься физическим трудом, в результате нарастает мышечная бездеятельность. В медицине родился даже

специальный термин — гипокинезия.

П. К. Анохин: К счастью, человеческий организм устроен с большим «запасом прочности», иначе, раз поднявшись на пятый этаж, мы стали бы гипертониками.

В. В. Парин: Но всецело уповать на заложенные природой возможности организма нельзя, следует их настойчиво тренировать. Ну, а сердце — оно отблагодарит своей безотказностью!

МОЯ ХАТА НЕ С КРАЮ

Современная угольная шахта включает в себя десятки километров горных выработок, сотни машин, новейшие средства автоматизации. Поэтому особое внимание как со стороны руководства участка, администрации шахты, так и самих рабочих должно уделяться технике безопасности. Но...

У нас нередко случается так. Отдельные руководители участков, горные мастера в погоне за сверхплановыми тоннами угля и погонными метрами уходов, пренебрегают элементарными правилами, нарушают технику безопасности. В результате ставят под угрозу опасности не только себя, отдельных товарищей, но и целые коллективы.

Чтобы предотвратить аварии с горными выработками, механизмами, сократить травматизм рабочих, действенную помощь призваны оказывать комиссии по охране труда и общественные инспекторы, которые есть в каждой бригаде, смене.

Около десяти лет я работаю на шахте. Раньше как-то не замечал нарушений. Мне не казалось опасным, если на конвейере не хватает возвратных роликов, если они заштыбованы и не вращаются. Другое чувство (не боязнь) — чувство ответственности за товарищей появилось у меня два года назад, когда мне поручили стать общественным инспектором по охране труда.

Мне хорошо запомнился первый инструктивный семинар. Перед нами были поставлены конкретные задачи, объяснены наши права. А права инспектору предоставлены широкие. Заметил нарушение —

Рассказ общественного инспектора по охране труда шахты „Полысаевская-2“ мастера-взрывника Кунарина Дмитрия Архиповича

сообщи, и обязательно проверь — выполнено ли твое указание.

Как общественный инспектор я строю свою работу так: проходя по горным выработкам, обращаю внимание на качество крепления. На уклоне № 1 пласта Инского в сбойке между конвейерным 27-м и 29-м вентиляционным штреками кровлю поддерживал надломленный, подгнивший подхват. Задень нечаянно стойку — и кровля рухнет. В этом месте я установил запрещающий знак входа — крест. После смены записал нарушение в общешахтовой книге общественных инспекторов.

В пятом уклоне пласта 1-го Полысаевского не было перехода через конвейерную ленту. Рабочие грубо нарушали правила безопасности. Каждый раз они прыгали на движущуюся ленту, проежались на ней (и стоя, и лежа), а потом падали или спрыгивали с нее. Но, что странно, эти нарушения горный надзор не замечал. После смены в книге предписаний я сделал соответствующую запись.

преждевременный их износ. Это нарушение я заметил на Инском уклоне № 1 и немедленно поставил в известность главного инженера.

Через день — два, контролируя замеченные нарушения, вновь осматривал эти выработки и был удовлетворен — все недостатки устранены.

Иногда я захожу к председателю комиссии по охране труда В. П. Солоницину или к заместителю главного инженера по технике безопасности Г. К. Дурманову за советами.

Надо отдать должное этим товарищам. Они охотно поддерживают замечания общественных инспекторов и строго спрашивают с тех руководителей, которые иногда пытаются увильнуть от выполнения предписаний.

На шахте нас большая армия — около ста человек. Одни поручение об охране труда горняков выполняют добросовестно, другие — по принципу «моя хата с краю». Не секрет, что травматизм по сравнению с прошлым годом возрос у нас на шахте. Немаловажная тому причина — потеря бдительности горного надзора и самих горняков.

И еще одно. Регулярно, каждую неделю у нас заседает на шахте штаб безопасности. А вот его решения остаются известными лишь узкому кругу лиц — только тем, кого наказывают, а до трудящихся не доходят. Я думаю так: каждое решение штаба нужно объявлять на нарядах, тем самым клеймить позором нарушителей.

ПОТОМ я слышала об Анатолии Борисовиче Шириеве, главном инженере мясокомбината, много добрых слов. И все-таки запомнились не они, а коротенький телефонный разговор, который, впрочем, и заставил меня заинтересоваться этим человеком.

Мне нужно было взять на мясокомбинате кое-какие сведения, и я позвонила директору. Мне ответили, что его нет, болен. Прошу главного инженера. «Его тоже нет», — отвечают, — на территории». Потом я звонила еще два раза и тоже напрасно. «Когда же он бывает у себя?» — спрашиваю у телефониста (фамилию его я так и не узнала). «Да точно не могу сказать» — «Может быть, утром?» — «Продолжаю настаивать я. — Когда он приходит?» — «Часов в семь». — «В семь?» — «Удивляюсь. — А уходит?» — «Да часов в восемь вечера». — все так же спокойно отвечает мой собеседник. — «И все у вас такие?», — уже в шутку спрашиваю я. — «Нет, не принимает шутки телефонист, — таких, как Анатолий Борисович, мало».

И все. Вроде бы никаких особенных слов не сказал человек о другом человеке (сама по себе работа от зари до зари еще не достижение!), но тон, каким слова эти были сказаны, — не совсем обычный — так говорят о людях, которых очень уважают.

Вероятно есть на мясокомбинате люди, которые не любят главного инженера, которым не по душе порядки, им установленные. Конечно, есть. Требовательный он, строгий. И даже, говорят, накричать может. Но, странное дело, на него не сердятся!

Я была на одной из еженедельных планерок комбината. Говорили о выполнении плана, о качестве продукции. И здорово-таки досталось от главного ин-

женера начальникам цехов и мастерам. Бледнели и краснели они, слушая слова Анатолия Борисовича. «Обидно было?» — сочувственно спросила я потом одну из них. «Нет, почему же? Правильно говорил Анатолий Борисович», — ответила она.

Вот в этом «правильно говорил», «правильно требует» — первая отгадка того, почему не обижаются люди на его строгость. А вторая — в том, что люди видят, как работает сам Анатолий Борисович...

Наш мясокомбинат хоть и не самый большой, но самый механизированный в области. Но высокомеханизи-

ХОЗЯИН

рованным он стал совсем недавно. Всего каких-то десяток лет назад это было сборище деревянных строений, где почти все операции проводились вручную. И в том, что комбинат так быстро преобразился, — не последняя (если не самая первая!) заслуга главного инженера Анатолия Борисовича Шириева.

Цель этих преобразований — не только, чтобы комбинат стал больше выпускать продуктов, но и (Анатолий Борисович считает это главным), чтобы людям было легче. Человеколюбие — это тоже характерная его черта, и она прекрасно уживается со строгостью. На мясокомбинате говорят, что к нему можно прийти с любым личным делом, и он всегда поможет или хотя бы посоветует. Да что говорят — я это видела сама. При мне к нему приходило по таким делам три человека и ни один не ушел неудовлетворенным...

Сотни людей и столько же механизмов на мясокомбинате. Предприятие. И

не просто промышленное, выпускающее станки или ткани, а пищевое. Ответственность двойная. Трудно успеть везде. Бывает, не хватает и двенадцатичасового рабочего дня. Впрочем, успевать везде — неверно сказано. Анатолий Борисович и не старается успеть везде сам, то есть подменить кого-то из подчиненных — какой бы он был после этого руководитель! Нет, у него есть правило: «Решайте сами».

А себе он составляет нечто вроде плана на день, записывая туда самое важное, что нужно сделать. Записывает он самое важное, а знает все до мелочей, что происходит на комбинате. Знает, что такой-то рабочий ушел с работы раньше, чем положено; знает, что в одном из цехов кончается соль и могут задержаться с ее подвозкой... Знает тысячи других мелочей, из которых складывается жизнь комбината, хотя о них ему никто не докладывает. Сначала я удивилась этой его зоркости. Но потом, увидев, как он заботливо положил в кучу лист картона, брошенный кем-то; услышав, как он советует одной женщине: «Закрывай дверь, а то простудишься»; как он говорит о будущем своего комбината, понял, что комбинат — это не просто место его работы, это — его увлечение, его дом, если хотите — его детище...

У слова «хозяин» много значений. Тот, кто нанимает людей и эксплуатирует их труд — тоже хозяин. Хорошо, что у нас в этом значении слово «хозяин» уже не употребляется. Зато оно приобрело новый смысл. Наш «хозяин» — это человек, который к общему, народному добру, общему делу, относится так, как к своему личному. И мне кажется, что Анатолий Борисович — именно такой человек.

М. КУЗНЕЦОВА.

РЕПЛИКА Честное слово тов. Архипова

Жителей дома № 7 по ул. Стахановской ЦАРМ снабжает горячей водой. Только они не радуются этому — вода-то поступает в квартиры не через краны, а через дверь и подполье. Короче — их просто затопляет.

Ходили, ходили они в ЦАРМ к директору и главному инженеру — ничего не выходило; вода все бежит. Пришли в редакцию. Тов. Архипов, главный инженер, конечно, не пожелал прославиться как бесхозный руководитель (у кого еще не налажен возврат конденсата?) и заверил, что все сделано. «Бежало, а теперь не бежит и больше не будет бежать», — бодро заявил он. «А вам можно верить?» — спросила я (как сердце чувствовала, что нельзя!). И точно: не только к 15 ноября, как сказал тов. Архипов, но и к 7 декабря ничего не изменилось — водичка-то все бежит.

К. МАШИНА.

Холестерин — враг внутренний или внешний?

Кто из нас не слышал о холестеринных бляшках, уродующих сосуды человека и вызывающих развитие атеросклероза! До сих пор между учеными продолжается споры об опасности избыточного поступления холестерина с пищей.

А. А. Покровский: В основе жизни лежат процессы превращения пищевых веществ в энергию человеческого тела. Не учитывать характер и количество поступающих в организм пищевых веществ — значит не учитывать одну из важных сторон жизнедеятельности. Изучение частоты сердечно-сосудистых заболеваний в разных районах страны (в частности в Латвийской ССР и Воронежской области) позволило выявить известную зависимость их распространения от характера питания людей. Рациональное питание — мощный рычаг профилактики сердечных недугов.

А. Т. Арустамова: Сводить всю проблему к рациональному питанию нельзя. Известно немало людей, которые едят весьма умеренно, не потребляют продуктов, богатых жирами, и

тем не менее страдают тяжелыми формами атеросклероза.

А. А. Покровский: Но надо считаться с фактами!

А. Т. Арустамова: Мне хочется напомнить в этой связи слова действительного члена АМН СССР профессора Мясникова: большой атеросклерозом — не жертва питания сливочным маслом. Тут действуют более сложные факторы. Ряд наблюдений (например в Азербайджанской ССР) подтверждает: уровень холестерина в крови колеблется также в зависимости от характера труда — у лиц, занимающихся интеллектуально-эмоциональной деятельностью, содержание его резко повышено. Установлено, что холестерин активно образуется в организме и из углеводов. Один английский ученый заявил даже на этом основании — «Сахар опаснее рака!» Это несколько гротескное преувеличение, но страх перед маслом и салом не оправдан.

И. В. Давыдовский: Я не специалист-диетолог и потому не берусь судить, сколько следует есть жиров, сахара, соли. Мне только думается: в продуктах,

которые каждому из нас нравятся, наверное, больше витаминов и прочих полезных веществ, чем мы сегодня о том знаем. Многие еще тут должно быть изучено.

А. А. Покровский: И все-таки если нас спросят, влияет ли характер питания на сосуды и сердце, мы обязаны ответить: безусловно! Разумеется, атеросклероз развивается в результате воздействия на организм ряда факторов: нервных перенапряжений, нарушений рационального режима труда, отдыха и, конечно, режима питания. Большое значение имеет прежде всего избыточная калорийность дневных рационов, что нарушает обмен веществ и увеличивает синтез холестерина, а также избыточное потребление животных жиров, сахара, соли. Тот, кто хочет быть здоровым, не может пренебречь рекомендациями о разумном, или, как мы говорим, «сбалансированном» питании.

В. В. Парин: В одном эксперименте обследовали 1546 мужчин и женщин, которые питались примерно одинаково, с той лишь разницей, что одни всегда недосаливали пищу, другие добавляли соль уже за столом по вкусу, третьи сыпали соль сразу, даже не отведав блюда. В та-

кой же последовательности распределялись и показатели заболеваемости гипертонией: в первой группе их было меньше, чем во второй, а в третьей — наибольшее количество — около 10 процентов. Впрочем, врачи

И еще несколько общих мыслей

В. В. Парин: Выдающийся знаток сердца и сосудов Г. Ф. Ланг пришел в свое время к грустному выводу: гипертоническая болезнь не может быть излечена! Новые данные опровергают этот пессимизм. Ведущие терапевты страны с полной убежденностью утверждают: и предупредить, и излечить гипертонию можно! Они хорошо поняли, что недуг этот вовсе не осесть человеческой жизни, не своеобразный старческий дна-тез, а преодоление болезни, приобретенной еще в далекой молодости.

А. Т. Арустамова: И пусть не удивляются врачи-педиатры: именно им вместе с учителями и родителями следует первыми заняться профилактикой гипертонической болезни. Корни и истоки ее, как и ряда других сердечно-сосудистых заболеваний, — в детской нервозности, в чрезмерной, ничем не оп-

многих стран давно уже назначают при гипертонической болезни бессолевую диету. Можно с уверенностью сказать: 5 граммов соли в сутки — такова доза, не сулящая нам сосудистых неприятностей.

равданной занятости миллионов школьников, в излишней «организованности» труда и досуга детей.

☆☆☆
...Ученые спорят, единой точки зрения по ряду частных теоретических вопросов у них еще нет. Однако все медицинские авторитеты уже сегодня сходятся в главном: сердце и сосуды надо щадить от перегрузок и крайностей и разумно тренировать, давать им постоянную работу. Никто не приглашает нас укрыться от всяких житейских испытаний, от творческих волнений, возвышенных эмоций. В то же время правлен совет избегать досадных и докучливых переживаний по пустякам.

Аба ЧЕРНЯХОВСКИЙ.
(АПН).
«ЛЕНИНСКИЙ ШАХТЕР»
14 декабря 1967 г., № 245, стр. 3

