

Магнитогорский МЕТАЛЛ

Орган парткома, профкома, комитета ВЛКСМ и управления Магнитогорского
дважды ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени
металлургического комбината имени В. И. Ленина

№ 81 (6512)

Газета выходит с 5 мая 1935 года

ЧЕТВЕРГ, 10 июля 1980 года

Цена 2 коп.

СОРЕВНОВАНИЕ ДЕНЬ ЗА ДНЕМ

Сообщает общекомбинатский штаб социалистического соревнования

По итогам прошедшей недели победителями признаны коллективы:

аглоцеха № 1 (план производства агломерата перевыполнен на 7754 тонны); мартеновского цеха № 1 (дополнительно к плану выплавлено 2420 тонн стали); листопрокатного цеха № 4 (сверх плана отгружено 3376 тонн проката); листопрокатного цеха № 2 (план отгрузки готовой продукции перекрыт на 4575 тонн); ЦРМП № 1 (на ремонте двух мартеновских печей сэкономлено 26 пече-

часов при хорошем качестве работ); кузнечно-прессового цеха (план выполнен на 108,8 процента); цеха КИП и автоматики (план перевыполнен на 6 процентов); локомотивного цеха ЖДТ (план ремонта локомотивов выполнен на 100 процентов).

Среди коллективов агрегатов победителями признаны коллективы доменной печи № 5, мартеновских печей № 16 и 33, слэбинга, станок «2500» горячей прокатки и четырехклетового.

XXVI съезду КПСС — достойную встречу!

Старожилы нашего города знают, что улица Чайковского — одна из первых в нашем городе. Первыми здесь появились трехэтажные здания. Но прошло время, и эти дома с квартирами коммунального типа (в каждой 3—4 семьи) перестали удовлетворять магнитогорцев.

Обновление Д О М О В

Горисполком принял решение о реконструкции домов по улице Чайковского. Эта задача была возложена на ремонтно-строительное управление коммунального хозяйства комбината, в частности, на коллектив первого прорабского участка. Работы были начаты в прошлом году с реконструкции дома № 45, а сегодня строители трудятся на капитальном ремонте дома № 43.

Заглянем в один из подъездов этого дома, переделке не подвергалась лишь внешняя часть здания, а внутри все перестроено: поблескивают ступеньки новых лестничных пролетов, сверкает белозной штукатурка на недавно выстроенных внутренних стенках. Теперь на просторной площадке располагаются две однокомнатные квартиры. Войдем в одну из них. Здесь пока нет дверей, не настланы полы. Но воображение рисует уютный коридорчик, оклеенный красивыми обоями, светлую просторную комнату. В квартире будет большая кухня с электрической плитой. Дом этот — семиподъездный. В конце года справа здесь новоселье 42 семьи. А чтобы не было у будущих жильцов претензий к качеству работ, строители сегодня работают старательно. Их тут немного, но дело спорится в умелых руках. Прораб участка Е. Л. Сергеев отмечает хорошую работу плотников В. В. Бройко, В. Я. Закумана и Н. А. Даудова. Штукатуры Л. М. Кожина, З. Я. Залетова, Т. А. Коткина и Г. С. Никитина вместе с товарищами по бригаде уже заканчивают штукатурить потолки и стены, скоро электромонтажники и маляры приступят к работе. А ремонтные бригады строителей пойдут дальше — в следующий дом.

А. ЗИГАНГРОВ,
электрик ремонтно-строительного управления УКХ.

♦ Зеленая страда металлургов НА ЗАГОТОВКЕ КОРМОВ

В Молочно-овощном совхозе завершена подготовка к сенокосу. Выведена на линейку готовности техника, определен порядок организации работ. Как только посевы достигнут зрелости — а это дело ближайших дней — начнется массовая косовица.

В совхозе делается все, чтобы обеспечить на зиму надежную кормовую базу для скота. Еще до начала основных сенокосных работ на сенокладах заготовлено свыше 100 тонн сена, выработано 360 тонн гранулированного корма — больше половины запланированного.

Большую помощь совхозу в заготовке зеленой массы оказывают коллективы цехов комбината. На сегодняшний день из города на совхозный приемный пункт поступило 480 тонн травы. Больше всех — 153 тонны — сдали трудящиеся управления предприятиями жилищно-коммунального хозяйства. Коллектив ЖКО № 2 этого управления месяц назад выступил, как известно, с инициативой — собрать и сдать для Молочно-овощного совхоза по 150 килограммов травы на каждого работающего. Инициаторы верны своему слову. Чтобы выполнить обязательства, им надо заготовить 90 тонн зеленой массы, в настоящий момент ее вывезено в совхоз уже 50 тонн. Как заверяет начальник ЖКО Н. Г. Лычак, через неделю — другую коллектив полностью доберет и оставшиеся 40 тонн.

Среди тех, кто активно поддержал начин коммунальщиков второго отдела и по-деловому включился в заготовку травы, можно назвать коллективы управления культурно-оздоровительных предприятий, сдавшего 34 тонны зеленой массы, цеха электросетей — 24 тонны, правобережных очистных сооружений — 19 тонн, цеха водоснабжения — 16 тонн, огнеупорного производства — 13 тонн. Заслуживают похвалы

прокатчики первого и второго цехов, коксохимики. (Вместе с тем, говоря об участии металлургов в заготовке кормов, следует отметить, что не во всех еще цехах включились в эту важную кампанию, многие коллективы упускают дорогое время. В частности, как нам сообщил директор МОСа П. Н. Михалев, ни грамма травы не сдали еще трудящиеся мартеновских цехов, копровых, первого и второго обжимных, сортопрокатного, проволоочно-штрипсового, листопрокатных № 6, 7 и 8, электрореомонного, газового, технологической диспетчеризации, КИП и автоматики...

А ведь еще месяц назад принято совместное решение управления, парткома, профсоюзного и комсомольского комитетов об организации соревнования во всех подразделениях комбината за досрочное выполнение заданий по сбору и сдаче Молочно-овощному совхозу по 100 килограммов зеленой массы от каждого трудящегося. Но, как видим, начальники ряда производств, управлений, цехов, отделов и служб, секретари партбюро, председатели цеховых комитетов профсоюза и секретари бюро ВЛКСМ забыли об этом решении, не обеспечили распространения в своих коллективах инициативы трудящихся ЖКО № 2.

Бюро Челябинского обкома КПСС и исполком областного Совета народных депутатов приняли постановление о дополнительных мерах по заготовке кормов в хозяйствах области. В нем говорится, что нужно настойчиво и изыскивать возможности для оказания шефской помощи совхозу в заготовке кормов. Ведь достаток кормов для содержания скота — это в конечном итоге более щедрый обеденный стол для всех нас. А продолжающаяся засуха не оставляет надежды на то, что в совхозе смогут обойтись без помощи горожан.

Л. АРХИПОВ.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- ♦ ВЕСТИ ИЗ ЦЕХОВ
- ♦ ЗЕЛЕНАЯ СТРАДА МЕТАЛЛУРГОВ
- ♦ ПАРТИННАЯ ЖИЗНЬ
- ♦ СОРЕВНУЮТСЯ СКВОЗНЫЕ БРИГАДЫ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНИКОВ
- ♦ НОВОСТИ

ФОТОГАЛЕРЕЯ ПЕРЕДОВИКОВ ПЯТИЛЕТКИ

Коллектив пятиклетового стана третьего листопрокатного цеха своим добросовестным трудом обеспечивает высокопроизводительную работу не только своего цеха, но и смежников. Здесь в числе передовиков называют старшего вальцовщика Владимира Ивановича Еременко, бригада которого неоднократно занимала первенство в социалистическом соревновании. Ударник коммунистического труда В. И. Еременко много внимания уделяет молодежи, обучая ее передовым методам труда.

На снимке: В. И. ЕРЕМЕНКО.

Фото Т. Усик.

ВЕСТИ ИЗ ЦЕХОВ

Металлом сверх плана

При нынешних трудностях в обеспечении сталеплавильщиков чугуном особое значение приобретает бесперебойное снабжение их достаточным количеством металлургического лома, доля которого в рационе мартеновских печей заметно увеличилась в последнее время. В этих условиях на помощь сталеплавильщикам приходит копровики, четкая и высокопроизводительная работа которых не дает хромат металлургическому конвейеру.

С чувством хорошо исполненного долга вступил во второе полугодие завершающего года десятой пятилетки коллектив копрового цеха № 2. Июньский план по разделке металлолома выполнен на 102, по отгрузке — на 101,6 процента, в натуральном выражении это соответственно плюс 2740 и 3867 тонн.

Особенно хорошо потрудились бригады № 1 и 2 южного разделочного участка, возглавляемые А. С. Макаровым и И. Д. Негодой. У первых сделано и отгружено сверх плана 2905 тонн металлолома, у вторых — 1960 тонн.

Отличных результатов на вахте в честь Дня металлурга и в предсъездовском соревновании добиваются в этих бригадах машинисты кранов В. И. Туманов, С. П. Баранов, Н. И. Новгородов, В. С. Колганова, М. П. Волярицев,



А. Ю. Бульчев, В. И. Дубровский, В. А. Дубровская, Н. Г. Лисенкова, газорезчики Ю. Д. Кузнецов, П. С. Корольков, С. М. Ремников и В. Я. Путилов. И в июле южный участок не сдает темпов. Ф. ШИНКАРЕВ, начальник БОТиЗ копрового цеха № 2.

Отливки станут легче

Высокие рубежи наметили коллективы цехов управления главного механика к 50-летию ремонтно-механической службы комбината, которое будет отмечаться в этом месяце.

Так, коллектив фасоннолитейного цеха совместно с центральной технологической лабораторией УГМ обязались внедрить в производство кокили (металлические формы) для отливки вкладышей шпиндельных соединений прокатных станков. Реализация этой работы обеспечивает снижение чернового веса отливки в среднем на 10—15 процентов.

Большое количество станков, работающих в прокатных цехах комбината, обслуживало и обширную номенклатуру вкладышей — около 60 наименований. Это, конечно, ставит сложные задачи перед литейщиками и механиками, но тем несомненно каждый их успех при освоении новой технологии производства указанных деталей.

К настоящему времени в фасоннолитейном цехе внедрены уже кокили 22 наименований, правда, в основном пока для отливки мелких вкладышей. Кокили для крупного литья на-

ходятся в стадии изготовления.

Большой вклад в разработку новой технологии производства вкладышей внесли специалисты лаборатории чугуна и цветного литья и контрольно-исследовательской лаборатории ЦТЛ УГМ и, в частности, инженеры-технологи О. А. Повираева и Л. В. Иванова.

Внедрение отливки вкладышей шпиндельных соединений для прокатных станков с помощью металлических форм — это деловой ответ механослужбы комбината на недавнее Постановление ЦК КПСС об эффективном использовании металла на основе внедрения малоотходной технологии.

Г. РЕЗНИЧЕНКО,
начальник группы ЦТЛ УГМ.

В числе лидеров

По-ударному трудится комсомольско-молодежный коллектив бригады № 3 стана «300» № 3 сортопрокатного цеха, где мастер М. Д. Брендин, группкомсорг Е. Позин.

В первом квартале эта бригада была лидером во внутрицеховом социалистическом соревновании. А за июнь выполнение производственного плана коллективом составило 108,2 процента.

Постоянно перевыполняют плановые задания ударники коммунистического труда В. Н. Пleshakov, комсомольцы Н. Каиряк, С. Ширяев и многие другие.

Т. ЯКИМЧУК.

КОЛЛЕКТИВ аглоцефа № 1 в прошлом году выдал сверх плана более 45 тысяч тонн агломерата. Вклад 4-й бригады аглофабрики № 2 и 3 в этот сверхплановый счет более чем скромный — 4 тысячи тонн. Правда, годовой план она выполнила, но с принятыми обязательствами не справилась.

В цехе были приняты многие меры к улучшению работы четвертой технологической, повышению ее эффективности. И все-таки в целом она еще отстает от других коллективов. Дело в том, что внутри бригады производственные показатели слишком неодинаковые. Часть ее коллектива, работающая на фабрике № 3, идет на уровне принятых обязательств, а другая, которая работает на фабрике № 2, только за последние два месяца более-менее выровняла работу, но еще не вошла в устойчивый ритм.

Конечно, все честные труженики четвертой бригады со второй фабрики, а тем более коммунисты, огорчены неудачами, отставанием. Даже тогда, когда им не напоминают об этом, и то их не покидает мысль: «подводим коллектив, совестно».

И вот в этих условиях, в этой обстановке коммунисты партийной группы недавно на своем собрании попытались критически взглянуть на деятельность каждого в отдельности и всей низовой партийной ячейки. Если весь коллектив цеха принял дополнительные повышенные обязательства по достойной встрече XXVI съезда КПСС, то ведь и борются за их выполнение надо всем в равной мере. Чего сегодня для этого не хватает, как надо действовать коммунистам? В этом состояла цель разговора на собрании. К тому же коммунисты бригады, наверное, не забыли критику в их адрес на заседании партийного бюро в конце апреля, что-то делали по выполнению принятого на нем постановления.

Примерно на 60 человек, работающих в бригаде, за полгода приходится 2 прогуда, 10 задержаний медвытрезвителями — согласитесь, многовато. Поэтому в информации партгруппы П. Е. Меньшикова, выступлениях профгруппы В. Г. Смородина, начальника смены В. К. Квасова высказывалась озабоченность

низким состоянием трудовой и общественной дисциплины. Говорили они и о том, что коллектив значительно омолаживается, а обучение новичков на рабочих местах, передача им опыта организованы плохо. Руководителям и коммунистам не хватает боевитости и целеустремленности в проведении воспитательной работы. Больше того, отмечалось, что партийная и профсоюзная группы действуют разобщенно, не объединяют своих усилий в налаживании всех дел в коллективе.

Попытаемся расчленим эти недостатки и посмотрим, что для их устранения

следует выходить с собрания торжествующим. А профгруппа? Безволие проявляется. Вмешаться бы партгруппе, да тоже, как говорится, руки не всегда доходят. Вот так два злостных нарушителя и остались за последнее время нигде не обсужденными. Спрашивается, от таких действий разве можно ожидать действительности воспитания?

Нетрудно, думается, упорядочить эту работу. Нужна лишь собранность, инициатива начальника смены, партгруппы и профгруппы, не исключая не-

след в сознании слушателей, заставляют взглянуть на себя, свою работу с позиции государственных интересов. Однако т. Ржевицкий почти перестал выступать с информацией. И так ли уж много надо усилий П. Е. Меньшикову и его заместителю по идеологической работе В. К. Квасову, чтобы привести политинформации в норму, в соответствии с планом? Однако вынуждены были говорить на собрании об этом недостатке, повторять его. Но ведь повторение без конкретных действий опять может ничего не дать.

О недостатках в работе бригады, упущениях партийной группы и ее отдельных коммунистов очень убедительно говорил старший мастер аглофабрики № 2 В. Г. Першин. Он все недостатки и упущения прямо-таки по полочкам разложил. Его выступление произвело сильное впечатление еще и потому, что В. Г. Першин назвал, кто и как должен действовать, в чем и где проявлять инициативу, чтобы быстрее устранить хотя бы наиболее существенные недостатки и упущения. Вот только никак не отделаться от одного вопроса: а само-то в чем проявил инициативу, что самому удалось и не удалось?

И еще об одном разговоре, который возник уже после собрания. Партийная группа не множит свои силы. По крайней мере за последний год не подготовила для приема в ряды партии ни одного человека. Партгруппа пыталась утверждать, что некого готовить к приему, нет базы роста. Оказалось, есть кого готовить к приему в партию и знают, как надо это делать. Но не делают, забывают об этой важной стороне организационно-партийной работы.

Критически и активно оценивали коммунисты свою работу. Если такой критический подход и активность будут проявляться в повседневных практических делах, преодолет бригада отставание, выполнит план и повышенные социалистические обязательства.

П. КУЧУМОВ.

Вести из партийных организаций Дела и заботы партгруппы

Оценивает группа

ния делают коммунисты группы.

Нельзя отрицать того, что цех испытывает большие затруднения с комплектованием рабочих кадров и многие из поступающих в него — люди далеко не идеальные. Но ведь нарушают трудовую и общественную дисциплину в большинстве своем не новички. А вот водействие трудового коллектива на них пока что слабое. И прежде всего потому, что сами руководители тт. Квасов, Меньшиков и Смородин не имеют индивидуального подхода к нарушителям, не определяют, что на того или иного подействует больше, обсуждение проступка на заседании товарищеского суда или на сменно-встречном собрании, или на совете бригадиров. Отсюда неподготовленные, непродуманные разговоры не достигают желаемой цели. Бывает даже так: собираются нарушителя обсудить на сменно-встречном собрании, а начальник смены с мастером займут время производственными разговорами, и, смотришь, этот наруши-

примиримость к недостаткам остальных коммунистов.

Обучение новичков на рабочих местах коммунистами группы признается нужным, неотложным делом. Если опытные рабочие, мастера своего дела не проявляют в этом пока инициативы, то начальнику смены, мастеру служебный долг повелевает организовать обучение новичков, повышение их квалификации. Не делают этого должностные лица, упускают время — партийной группе спросить бы с них за это. Это и было бы контролем деятельности администрации, помощью ей и конкретным проявлением инициативы группы.

Можно говорить о многих слагаемых идеологической, политико-воспитательной работы. Но возьмем хотя бы один, наиболее поддающийся оценке момент. Политинформатора по внутренней политике партии и правительству и международным вопросам М. М. Ржевицкого люди охотно, с удовольствием слушают. Его доходчивые выступления оставляют заметный

В РЕЙДЕ — КОМСОМОЛЬСКИЙ ОПЕРАТИВНЫЙ ОТРЯД СЕГОДНЯ ПРОИСШЕСТВИЙ НЕТ

Душный июльский вечер. Идет по городу оперативный комсомольский отряд комбината.

Два раза в неделю, по средам и пятницам, совершает он свой маршрут по вечернему городу.

Сегодня в рейде ребята 5-го листопроектного цеха во главе с Михаилом Берлиным, мастером участка подготовки валков Виктор Неизвестный, Александр Белобородов, Андрей Ворон и другие работают на различных участках цеха. Но сейчас их объединяет одно — поддержание общественного порядка на улицах правобережной части Магнитогорска.

Пожалуй, самые «горячие точки» города — сквер за кинотеатром имени Горького, Северный парк. Вот на скамейке расположилась небольшая группа людей. Традиционная емкость «красного» в руках одного... И... традиционное составление протокола за распитие спиртных напитков в общественных местах.

«За что протокол? Встретил друзей... Но мы же не пили, нам помешали...», — протестует выпивоха. Ведет беседу с задержанным Сергей Усатюк, секретарь комсомольской организации ЖДТ. У слесаря «Востокметаллургомонтажа» А. Веленкова оказался при себе топор, который он вез родственникам. Одна рюмка, другая — и до беды недалеко.

С каждым нарушителем

Сергей Усатюк проводит индивидуальные беседы, ведь он прежде всего — воспитатель молодежи. Кстати, Усатюк курирует комсомольские оперативные отряды. Несколько лет он оказывает самую активную помощь командиру оперативного отряда Борису Гусельникову.

Снова уходят в рейд комсомольцы оперативного. «У вас существует определенный маршрут?» — спрашивало одного из них.

«Конечно, — полуслушга отвечает тот, — Магнитка. А если серьезнее — 126-й, 128-й микрорайоны, парк трех поколений, северный парк».

«Мало говорят ребята о себе, что ж тут особенного — обыкновенная общественная работа. Но бывает и такое, что обстоятельства требуют от них самых решительных действий. Однажды в кафе «Театральное» задержали преступника, вооруженного ножом».

Возвращаемся в штаб комсомольского оперативного. На видном месте в кабинете командира — переходящее Красное знамя горкома КПСС, горисполкома и горкома ВЛКСМ за высокие показатели в охране общественного порядка. Почетная грамота Челябинского обкома ВЛКСМ за первое место в областном смотре работы оперативных комсомольских отрядов дружинников.

Город засыпает. Сегодня происшествий нет.

В ЕФИМОВ.



Заливка чугуна в мартеновскую печь. Фото Н. Нестеренко.

20 ИЮЛЯ — ДЕНЬ МЕТАЛЛУРГА

НАШ КРАЙ МЕТАЛЛУРГИЧЕСКИЙ

Металлурги Челябинской области, как и все труженики страны, настойчиво работают над завершением заданий десятой пятилетки. Высокий накал социалистического соревнования, трудовой и политический подъем вызвали отмеченные ныне знаменательные события в жизни советского народа — 110-летие со дня рождения Владимира Ильича Ленина и 35-летие Победы над фашистской Германией.

Работа металлургов Южного Урала имеет огромное значение не только для успешного завершения десятой пятилетки во всех отраслях экономики страны, но и для развития народного хозяйства на перспективу, для успешного решения задач коммунистического строительства. Наша область является крупнейшим поставщиком металла, труб, металлоизделий в стране. Достаточно сказать, что сегодня металлургические предприятия области выдают столько стали и проката, сколько их производилось во всем Советском Союзе

накануне Великой Отечественной войны.

Для достижения намеченных на пятилетку рубежей коллективы металлургических предприятий под руководством партийных организаций ведут настойчивую работу по поиску внутренних резервов, их использованию в каждом цехе, на каждом агрегате и рабочем месте.

За четыре года пятилетки, несмотря на трудные условия работы в 1979 году, большинство предприятий черной и цветной металлургии области имеют положительные и, что очень важно, стабильные результаты. Сделан новый шаг по росту объемов производства, обеспечен прирост, в основном в действующих мощностях, по выплавке чугуна около 0,5 млн. тонн, стали — 440 тысяч, проката — 430 тыс. тонн. Увеличено производство цветных металлов, ферросплавов, огнеупоров, мезилов и др. продукции. Освоено и выпускается 145 новых марок сталей, 214 прогрессивных и экономичных профи-

лей проката, за счет чего обеспечена экономия в народном хозяйстве 587 тысяч тонн металла. Почти в три раза выросла поставка продукции с государственным Знаком качества. Доля ее в общем объеме составляет сегодня по предприятиям черной металлургии 15,2% против 5,6% в 1975 году, а по предприятиям цветной — 32,8%. Сверх плана за 4 года произведено продукции на 278 млн. руб., в т. ч. 379 тыс. тонн стали, 186 тыс. тонн проката, 50,9 тыс. тонн стальных труб, большое количество меди, цинка, магнетитовых изделий и другой продукции.

Значительных успехов во Всесоюзном социалистическом соревновании добились магнитогорские металлурги и челябинские трубопрокатчики, которые на протяжении всех лет пятилетия удерживают переходящие Красные знамена ЦК КПСС, Совета Министров СССР, ВЦСПС и ЦК ВЛКСМ.

Эти успехи не пришли сами собой, они — результат исполь-

зования накопленного опыта в организации социалистического соревнования, результат разработки его стимулирующих условий, конкретно учитывающих каменные показатели, выполнение заказов, экономию материалов и т. д. Это результат использования опыта работы лауреатов областной премии им. Г. И. Носова, таких, например, как коллектив 35-го сталеплавильного агрегата Магнитогорского металлургического комбината, который добился рекордного годового выпуска стали в 1 млн. 600 тыс. тонн, опыта коллектива стана «240» Челябинского трубопрокатного завода, значительно превысившего среднего отраслевого уровня производства на подобных станах. Большое значение сыграло и широкое распространение инициативы ростовчан «Работать без отставаний», почина сталеваров тт. Ильина и Сатанина «Выплавлять весь металл строго по заказам, высокого качества, с минимальными затратами», перерос-

шего ныне в работу под девизом: «От стали высшего качества — к прокату по заказам, с государственным Знаком качества».

Сегодня примером тт. Ильина и Сатанина последовали 3700 бригад во всех металлургических переделах и вспомогательных цехах предприятий области. Из 600 бригад металлургических цехов, поддержавших эту инициативу, 304 выполняют заказы на 100 процентов, что позволило улучшить показатели работы по заказам и увеличению выпуска продукции со Знаком качества и в целом предприятиями. Достаточно сказать, что в 1979 году коллективы Ашинского металлургического, Челябинского трубопрокатного и электролитного цинкового заводов выполнили заказы на 100 процентов, а магнитогорских металлургического комбината, калибровочного завода, Саткинского комбината «Магнетит» — более чем на 99,8%. Улучшил показатель выполнения заказов и ряд других предприятий.

▲ СОРВНУЮТСЯ СКВОЗНЫЕ БРИГАДЫ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА

ИГРА В ОДНИ ВОРОТА

Девять дней осталось до Дня металлурга — праздника, за досгойную встречу которого соревнуются и железнодорожники комбината. Соревнование это обострилось в июне, венчавшем первую половину года. И к концу месяца многие коллективы транспортников комбината подошли с высокими показателями. Лишь одна сквозная бригада — первая — ухудшила результаты, достигнутые в первой половине июня, и к концу месяца пришла с невыполнением плана отгрузки продукции. Правда, у этого коллектива в активе небольшая экономия времени на обработке вагонов прямого парка — в среднем по 0,74 часа на вагон — и неплохое высвобождение вагонов для дополнительных перевозок — 303. Но если сравнивать эти показатели с теми, которых добились остальные участники соревнования — первая бригада займет последнее место в списке.

Бесспорным лидером стал в июне коллектив четвертой бригады, руководимый сменным помощником начальника управления Ю. П. Бобыревым. Занимая хорошие позиции по итогам первой половины месяца, транспортники четвертой бригады до конца июня еще больше упрочили свое положение. План отгрузки они выполнили на 101,3 процента, сэкономив на обработке каждого вагона прямого парка по 1,98 часа. Для дополнительных грузоперевозок удалось высвободить 848 вагонов. Поэтому при подведении итогов соревнования сквозных бригад за июнь не было споров, кому отдать первенство.

До конца месяца так и не удалось обойти соперника коллективу второй бригады, который возглавляет сменный помощник начальника управления ЖДТ Б. А. Нелюбин. Вторая бригада перевыполнила план отгрузки на 1,2 процента, сэкономила на обработке каждого вагона парка МПС по 1,58 часа и высвободила 655 вагонов для дополнительных перевозок народнохозяйственных грузов. Третье место заняла третья бригада, возглавляемая сменным помощником начальника управления А. И. Катышевым. Несмотря на то, что коллектив сэкономил по 1,27 часа на обработке каждого вагона прямого парка

и высвободил благодаря этому 528 вагонов, ему не удалось выполнить план отгрузки продукции. По этому важнейшему показателю транспортники третьей бригады уступили даже своим товарищам из первой бригады.

Закончилась первая декада июля. Подводя ее итоги, нужно говорить не о победителях — их нет, а лишь о том, кто из участников соревнования меньше отстает от плана отгрузки готовой продукции. За первые шесть дней все четыре сквозные бригады работали с перепростоями вагонов, следствием чего стало невыполнение обязательств и плана по их высвобождению. Но и на этом фоне более благополучно выглядят результаты работы коллектива во главе с Ю. П. Бобыревым. У него самый низкий перепростой вагонов прямого парка и меньше, чем у остальных участников соревнования, отставание от плана.

К концу первой декады в управлении ЖДТ комбината сложилось положение, которого давно уже не было. Почему это произошло? Значительно — на 20 процентов — возрос поток поступающего на комбинат лома. Копровники обоих цехов не справляются с переработкой этого сырья. Грузовые вагоны простаивают многие часы, а то и сутки.

Сталеплавильщики продолжают порочную практику использования вагонов прямого парка в качестве складов на колесах. В марганцевые цехи поступают десятки вагонов с магнетитовыми порошками. И долгими днями ждут, пока их опорожат. О том, что разгружать крытые вагоны нелегко, уже говорилось в прошлый раз, когда речь шла о соревновании железнодорожников («Магнитогорский металл», 24 июня). И о том, что надо решать проблему разгрузки крытых вагонов — тоже говорилось. Понятно, что решится эта проблема не вдруг. А пока суд да дело, нужно бросить увесистый камень в огород снабженцев комбината. От них зависит, в какой мере поступают на комбинат материалы.

В свое время считалось, что сыпучие, в том числе магнетитовые порошки, нельзя возить в полувагонах — вдруг, мол, дождь или снег. Практика показа-

ла: нет, возить порошки можно и в полувагонах. Руководители управления материально-технического снабжения вполне могут договориться с поставщиками — и вся проблема. Не договариваются, потому что им лично все равно, в чем, главное — чтобы материалы на комбинат шли.

Наконец, третья важная причина сегодняшнего кризиса на заводском транспорте — непробиваемость руководителей коксохимического производства. В нашей газете не один раз говорилось: по вине коксохимиков железнодорожники постоянно в цейтноте, постоянно конфликтуют с коллегами из МПС. На коксохиме стало дурной традицией превращать цистерны и вагоны в хранилища брака. Сейчас можно найти не одну цистерну с бракованной смолой, бензолом, вагоны с нафталином, на который не нашлось покупателя. Бывают отдельные дни, когда на КХП скапливается до ста вагонов прямого парка в ожидании разгрузки. Причем не составами, а поштучно: здесь один, там другой... При этом Л. Е. Шелякин и другие руководители коксохимического производства гордятся экономией времени на обработке вагонов парка МПС. Как же так? А дело в том, что коксохимики действительно экономят время на разгрузке эшелонов с углем. Поступает их на производство не один десяток, а процесс разгрузки угля куда как прост. Отсюда — опережение графика. Да такое, что при «подбитии бабок» в целом по КХП получается неплохая экономия времени на обработке вагонов.

Пожалуй, пора серьезно поговорить с руководителями коксохимического производства. И в этом разговоре вспомнить приказ директора комбината (№ 237 от 29 апреля 1977 года). Называется он так: «Положение о внутризаводских железнодорожных перевозках» и носит характер своего рода устава. В нем четко определены взаимоотношения между цехами и транспортниками. Что касается последних — они строго придерживаются этого устава. А вот иным руководителям подразделений комбината закон, как говорится, не писан. Почему?

Ю. СКУРИДИН.



На снимке нашего общественного корреспондента В. Васильева вы видите мастера доменной печи № 9 Владимира Федоровича Дюкина. Около 20 лет работает Дюкин в цехе. За ударный труд он награжден орденом Трудовой Славы III степени, медалью «За доблестный труд. В ознаменование 100-летия со дня рождения В. И. Ленина». Владимир Федорович пользуется большим авторитетом в коллективе.

НОВАТОРСКАЯ ГЕОГРАФИЯ

Внедрение специальной кассеты для сортировки листов трансформаторной стали, разработанной бригадиром И. П. Кожениковым и старшим мастером второго листопрокатного цеха В. Г. Феоктистовым, экономит 45,7 тонны ценного металла. Экономический эффект — 7777 рублей.

874 тысячи киловатт-часов электроэнергии экономит изменение схемы работы асинхронного электродвигателя с соединением обмоток в «звезду». Авторы предложения — бригадир электриков Е. Я. Тайхреб и старший мастер третьего листопрокатного цеха И. М. Шульман. Экономический эффект от внедрения их предложения составляет 6662 рубля.

НА ПРАВОМ ФЛАНГЕ ПЯТИЛЕТКИ

ТЕНДЕНЦИЯ РАЗВИТИЯ ВНЕШНЕЙ ТОРГОВЛИ ЧЕРНЫМИ МЕТАЛЛАМИ

Быстрый рост производства стали сопровождается ускоренным развитием мировой торговли металлопродукцией. В 1950 году экспортировалось 13 процентов выплавленной стали, в конце 70-х годов экспорт возрос до 30 процентов общего производства, т. е. с 15 млн. тонн в 1950 году до 112 млн. тонн в 1978 году.

С развитием черной металлургии в мире меняется доля отдельных стран в объеме экспорта: в 1960 году 90 процентов всего экспорта приходилось на европейские страны и США. В настоящее время крупнейшим экспортером в капиталистическом мире является Япония, а США стали крупнейшими импортерами черных металлов. С развитием национальной металлургии снижается доля развивающихся стран в импорте металлопродукции. В настоящее время на мировом рынке стали конкурируют три основных силы: США в качестве основного импортера, а также страны ЕЭС и Япония в качестве основных экспортеров.

Интересы этих стран резко противостоят друг другу, что ведет к обострению конкуренции на миро-

вом рынке. Так, за период 1960—1977 годов экспорт стали из Японии вырос с 3 до 39 млн. тонн, из стран ЕЭС — с 23 млн. тонн до 49 млн. тонн. За этот же период импорт США увеличился с 2,7 млн. тонн до 17,2 млн. тонн (в 1978 году — 19,2 млн. тонн). Рост импорта в США показал, что американская черная металлургия уступает в конкурентной борьбе японским и западно-европейским фирмам на внутреннем рынке США. Японская и европейская черная металлургия имеет преимущество перед металлургическими фирмами США в области издержек производства, в первую очередь за счет более низких затрат на рабочую силу, а также за счет значительной финансовой поддержки со стороны государства.

Динамика мировых цен на продукцию черной металлургии отражает общее состояние капиталистической экономики. Динамика цен за длительный период в значительной мере определяется изменением издержек производства.

Обзор подготовлен инженерами-кураторами ОНТИ комбината.

Заслуживает внимания работа металлургов по сокращению простоев вагонов под пружинными операциями и обеспечению их сохранности. Коллективы железнодорожных цехов Магнитогорского комбината и калибровочного завода, Челябинских трубопрокатного и металлургического заводов, определив свои возможности по сокращению простоев вагонов, приняли на десятую пятилетку социалистические обязательства сократить простои вагонов МПС по сравнению с нормой в среднем на 12 минут. И за счет этого ежегодно высвободят 20 тысяч вагонов. Опыт этих передовых коллективов нашел отражение в постановлении ЦК КПСС «Об организаторской работе Челябинского обкома КПСС по сокращению простоев вагонов под грузовыми операциями и обеспечению их сохранности на промышленных и железнодорожных предприятиях области».

Подводя итог, можно сказать, что только в 1979 г. за счет снижения норм простоя металлургами области высвобождено для перевозки народнохозяйственных грузов более 65 тыс. вагонов. Как признание заслуг южно-

уральских металлургов явилось проведение на наших предприятиях Всесоюзных школ передового опыта. Такие школы проведены на базе комбината «Магнетит», Челябинского электролитного цинкового завода, Магнитогорского металлургического комбината, Челябинского трубопрокатного завода.

Широкое распространение получили и внутриобластные школы передового опыта. Достаточно сказать, что в 1979 году в них были обучены прогрессивным приемам труда 12764 металлурга, а экономический эффект от такой учебы оценивается более, чем в 2 млн. рублей.

Примечательным событием в жизни металлургов области в истекшем году явилась инициатива коллектива Магнитогорского металлургического комбината по ежедневной оценке качества труда каждого рабочего и инженерно-технического работника. Опыт магнитогорцев сегодня внедряется на челябинских металлургическом, электролитном цинковом и электродромном заводах, на магнитогорских заводах метизно-металлургическом и горного оборудования, на ряде других пред-

приятий, принося значительный экономический эффект.

На предприятиях отрасли принимаются меры по повышению уровня работы НТО, ВОИР, ПДПС и других творческих объединений трудящихся. Только в 1979 году ими обсуждено и принято 5193 предложения по совершенствованию производства, из которых 3406 реализовано с экономическим эффектом 1725,3 тыс. рублей. Широко практикуется в области проведение общественных смотров. Например, в ходе смотра по выполнению планов научно-исследовательских работ и внедрения достижений науки и техники за 4 года этой пятилетки металлургами подано 30 тыс. предложений, из них внедрено около 27 тысяч, экономический эффект от внедрения составил более 120 млн. рублей.

10-я пятилетка является ярким свидетельством дальнейшего усиления заботы государства о труде, быте и здоровье металлургов. Для них, в частности, за один только 1979 год введены в действие 4 санатория-профилактория на 560 мест, хирургический корпус на 300 коек и отделение

реабилитации на 60 коек на Челябинском металлургическом заводе, грязелечебница при медсанчасти Златоустовского металлургического завода, поликлиника на 750 посещений при Бакальском рудоуправлении и другие учреждения, сданы в эксплуатацию 147 тыс. квадратных метров жилой площади при плане 143 тыс., построено 9 детских дошкольных учреждений.

Достигнутые за годы десятой пятилетки металлургами области успехи несомненны. Свой праздник они встречают десятками тысяч тонн сверхплановой стали, проката, труб и другой продукции, высокими технико-экономическими показателями. Но за всем этим нельзя видеть и серьезных недостатков в работе отдельных коллективов. Взять, например, такое крупнейшее предприятие, как Челябинский металлургический завод. В четвертом году пятилетки он задолжал заказчикам 271 тыс. тонн чугуна, 71 тыс. тонн стали, 66,3 тыс. тонн готового проката. На 111 тыс. тонн невыполнен план производства кокса. И нынче с начала года заводом не выполняется план по производству

проката. Не все в порядке с выполнением государственных заданий и на Златоустовском металлургическом заводе.

Ясно, что это снижает уровень работы отрасли и требует от каждого коллектива, каждого рабочего более критического отношения к результатам своего труда, изыскания и использования всех резервов повышения эффективности и качества производства.

Передовые коллективы металлургических предприятий выступили с инициативой продлить ленинскую юбилейную трудовую вахту до конца года. Широкая поддержка этого почина является залогом того, что металлурги Южного Урала и дальше будут множить свой вклад в досрочное завершение планов 10-й пятилетки, в достойную встречу XXVI съезда нашей родной партии.

Ф. РОЖКОВ,
председатель Челябинского обкома профсоюза рабочих металлургической промышленности.
«Политический информатор» № 12, 1980 г.

НОВОСТИ

Пионерское лето

В ведении детского отдела Дворца культуры имени С. Орджоникидзе (руководитель Л. Н. Жерлицына) — шестнадцать детских клубов по месту жительства и пять городских пионерских лагерей. Методисты отдела сумели организовать и провести немало интересных мероприятий для детей. Так, во всех детских клубах прошла декада «Никто не забыт, ничто не забыто», состоялись встречи с ветеранами Великой Отечественной войны. Делегация ребят детских клубов и городских лагерей побывала в колхозе «Путь в коммунизм».

Ребята побывали на экскурсиях, принимали участие в спортивных праздниках, военизированной игре «Зарница», выезжали за город.

А. БРИЧКО,
наш общественный корреспондент.

Награды — лучшим

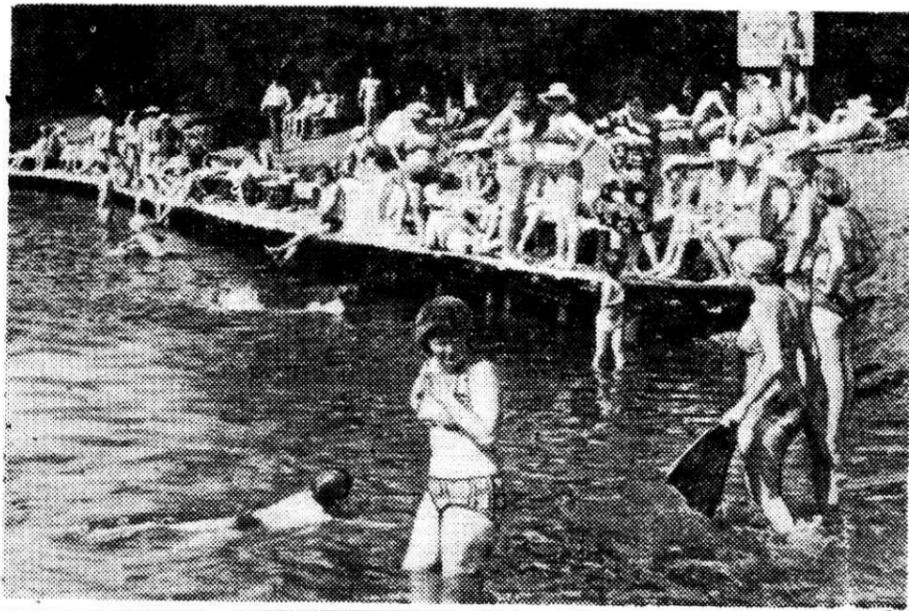
Школа № 8 носит имя Героя Советского Союза И. Бибишева. Стремясь быть достойными почетного имени, учащиеся школы показывают пример в учебе и общественной деятельности. На состоявшемся здесь выпускном вечере четверым выпускникам — Ирине Кузнецовой, Сергею Буре, Светлане Ларионовой, Вере Кравченко, окончившим школу на пятерки, были вручены золотые медали. Одиннадцать человек удостоены Почетных грамот Министерства просвещения РСФСР. В этот день в гостях у ребят побывал представитель шефов — работник аглоцеха № 1 Ю. В. Велух, который вручил лучшим выпускникам школы памятные подарки и сувениры.

И. КОЛОМЕЕЦ,
наш общественный корреспондент.

Озеро Банное — излюбленное место отдыха металлургов Магнитки. Ежедневно сюда приезжают отдохнуть сотни труженников комбината со своими семьями. Для интересного, подножкового отдыха созданы все условия, каждый найдет себе увлечение по душе.

На пляже.

Фото Н. НЕСТЕРЕНКО.



Спорт

Труженики горно-обогатительного производства провели свой спортивный праздник, посвященный Олимпийским играм в Москве. На старте вышло более 200 горняков. В программу состязаний входили такие виды многоборья ГТО, как бег, прыжки в

длину, толкание ядра, соревнования по поднятию гири и перетягиванию каната и т. д. В своих возрастных группах победы сумели добиться Г. Сорокин (аглоцех № 2), В. Большаков (ремкуст), Г. Богатырев (аглоцех № 1), В. Самодолов (аглоцех № 1), Л. Баранова (РОФ). Интересно проходили соревнования по

поднятию гири. Здесь успех сопутствовал работнику рудника Х. Хайбулову, который 93 раза выжал гирю. В комплексном зачете первое место заняли физкультурники ремкуста, показавшие лучшие спортивные достижения.

В. АНИЩЕНКОВА,
инструктор ДСО
«Труд» комбината.

ИЗ ИСТОРИИ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

ИМ РУКОПЛЕСКАЛ ТОКИО

Токио давно ждал своего «звездного олимпийского часа». Столице Японии предстояло стать местом Игр 1940 года. Но разразившаяся вторая мировая война сделала невозможной проведение Олимпиады. Прошли долгие годы, прежде чем в Токио в октябре 1964 года на Игры XVIII Олимпиады собралось более пяти тысяч спортсменов из 93 стран. Достижения спортсменов на XVIII Олимпийских играх оказались очень высокими. Они превзошли рекорды и достижения, которые до этого считались непоколебимыми. Так, в плавании было обновлено 13 мировых рекордов из 18 регистрируемых; в тяжелой атлетике установлено 26 из 28 олимпийских рекордов. Всего по Олимпиаде было установлено 77 новых

олимпийских рекордов, в том числе 35 мировых, в 89 номерах программы. Успешно выступили спортсмены социалистических стран. Если в Риме они получили 172 медали, то в Токио — 196. Советские атлеты завоевали 96 медалей, набрали 607,8 очка и заняли первое место в неофициальном командном зачете.

Блестяще выступили советские штангисты: ни один из них не остался без медалей. Впервые была завоевана очень ценная золотая награда: шестнадцатилетняя школьница из Севастополя Галя Прокуменчикова проплыла брассом 200 метров с новым олимпийским рекордом 2 минуты 46,4 секунды. Валерий Брумель в прыжках в высоту преодолел планку на высоте

2 метра 18 сантиметров — золотая медаль и олимпийский рекорд. Выиграли командное первенство советские пятиборцы. Игорь Новиков, выступавший в четвертый раз на Олимпийской арене, к золотой медали в командной победе прибавил «личную» серебряную.

На играх в Токио закончила свои олимпийские выступления наша блестящая чемпионка Лариса Латынина. Она участвовала на трех Олимпиадах — в 1956, 1960, 1964 годах и завоевала 18 медалей.

Большой успех выпал на долю нашего замечательного гребца Вячеслава Иванова — герой Мельбурна и Рима стал в третий раз подряд олимпийским чемпионом. В. САМОДЕЛОВ, судья всесоюзной категории.

Расчетный чек

Для расчетов населения города с магазинами за товары стоимостью 200 рублей и выше можно применять расчетный чек Государственных трудовых сберегательных касс СССР. Расчетный чек является именным денежным документом, он может быть выдан сберегательной кассой за счет средств, хранящихся на счете по вкладу или вносимых наличными деньгами. По желанию расчетный чек может быть выдан на имя другого лица, которое в этом случае становится владельцем чека. Чек выдается на сумму, кратную 10 рублям. Для расчета за покупаемый товар расчетный чек действителен в течение двух месяцев, не считая дня выдачи. При получении расчетного чека его владелец уплачивает сберегательной кассе 5 копеек за каждые 100 рублей суммы чека. Неполученный расчетный чек может быть оплачен центральной сберегательной кассой города или района, где он был выдан.

Расчеты чеками за покупаемые товары являются удобной формой и сокращают оборот наличных денег.

Н. ЗЫКОВА,
ревизор центральной сберегательной кассы № 1693.

ТВ

ЧЕТВЕРГ, 10 июля
Шестой канал
8.00. «Время». 8.40. Утренняя гимнастика. 9.05. «Жак Оффенбах». Телевизионный многосерийный художественный фильм. 2-я серия — «Господин Шуфлер». 10.00. «Отзовитесь, горнисты!». 10.30. «Иван Ефремов. Страницы творчества». 11.15. Произведения М. Глинки в исполнении Академического симфонического оркестра Ленинградской государственной филармонии. 11.55. Новости. 14.00. Новости. 14.20. Программа документальных фильмов телевизионных студий страны. 14.50. Фильм — детям. Премьера телевизионного многосерийного художественного фильма «Жар-морья». (Болгария). 1-я и 2-я серии. 15.45. «Русская речь». 16.15. «Звучит арфа». Фильм-концерт. 16.25. Сильнейшие шахматисты мира. 17.10. К 40-летию восстановления Советской власти в Латвии. 17.55. Премьера фильма — концерта «И я сплел тебе эту песню». 18.15. «Сегодня в мире». 18.40. Премьера телевизионного фильма «Этот «свободный мир». 19.40. Премьера телевизионного многосерийного художественного фильма «Жак Оффенбах». 3-я серия. «Великая герцогиня». 20.30. «Время». 21.05. «Пять колец».

Двенадцатый канал
ЧСТ. 17.55. Челябинские новости. 18.15. Фильм — детям. «Четыре танкиста и собака». Телевизионный многосерийный художественный фильм. 8-я серия — «Берег моря». 19.05. «Внимание: заготовка нормов». 19.30. Поэт Л. Бажина. МСТ. 19.50. Новости. 20.05. Киножурнал. ЧСТ. 20.20. Вечерняя сказка малышам. 20.30. «Киноафиша». 21.05. «Угрюм-река». Телевизионный художественный фильм. 3-я серия.

ПЯТНИЦА, 11 июля
Шестой канал
8.00. «Время». 8.40. Утренняя гимнастика. 9.05. «Жак Оффенбах». Телевизионный многосерийный художественный фильм. 3-я серия — «Великая герцогиня». 9.55. Программа мультфильмов: «Напризная принцесса», «Приключения Звирки». 10.25. «Советская пейзажная живопись 20—30 годов». 10.55. Концерт. 11.40. Стихи В. Маяковского читает заслуженный артист РСФСР Е. Киндинов. 12.15. Новости. 14.00. Новости. 14.20. К Дню победы народной революции в Монголии. «Монголия сегодня». Кинопрограмма. 15.05. Фильм — детям. «Жар-морья». (Болгария). 3-я и 4-я серии. 15.50. «Народные мелодии». 16.00. «Вперед, мальчишки!». 16.45. К 40-летию восстановления Советской власти в Литве. Программа документальных фильмов. 17.45. Игрет Вильнюсский квартет. 18.15. «Сегодня в мире». 18.30. «В Олимпийской деревне». 19.15. Премьера телевизионного художественного фильма «Жаворонки». 20.30. «Время». 21.05. «Эрмитаж».

Двенадцатый канал
ЧСТ. 17.45. «Кто в пожаре виноват». 17.55. Челябинские новости. 18.15. Мультфильм. 18.30. «Угрюм-река». Телевизионный художественный фильм. 4-я серия. 19.50. Концерт. МСТ. 20.30. Мультфильм. ЧТ. 21.00. «Клуб минопутешественников». 22.00. Челябинские новости. 22.15. Международные соревнования по теннису. 23.00. Симфонический концерт. 23.40. «Золотой эшелон». Художественный фильм.

Редактор
Ю. С. ЧЕРЕДНИЧЕНКО

Коллектив непрового цеха № 1 глубоко скорбит по поводу смерти **ГУСЕВОЙ** Евдокии Ивановны и выражает искреннее соболезнование детям и родственникам покойной.

Коллектив ЦЗЛ скорбит по поводу смерти **ПОЛЬСКОГО** Рудольфа Александровича и выражает глубокое соболезнование семье и родственникам покойного.

СОВЕТЫ ВРАЧА

Наиболее распространенными сердечно-сосудистыми заболеваниями являются гипертоническая болезнь, атеросклероз и коронарная недостаточность, инфаркт миокарда, ревматизм, сосудистые поражения головного мозга, а также сердечно-сосудистые неврозы. Атеросклероз и коронарную недостаточность называют еще «ишемической болезнью сердца». Термин «ишемическая болезнь сердца» предложен в 60-х годах группой экспертов Всемирной организации здравоохранения для характеристики заболевания сердца — острых и хронических, возникающих вследствие недостаточности удовлетворения потребности мышц сердца в питательных веществах и кислороде, доставляемых сердцу кровью.

БЕРЕГИТЕ СЕРДЦЕ

Одна из основных причин возникновения ишемической болезни сердца — высококалорийное питание с содержанием большого количества жира, холестерина (жирные сорта свиного мяса, яйца, сливочное масло и др.), углеводов (мучные изделия, сахар), соли и одновременно низкие энергические затраты (малоподвижный образ жизни). Такая диета способствует появлению ожирения и его последствий: гипертонии, сахарного диабета, подагры, которые в свою очередь ускоряют развитие ишемической болезни сердца.

Большую угрозу для здоровья представляет артериальная гипертония. Гипертония ускоряет и усиливает развитие атеросклероза коронарных артерий сердца, а следовательно, и

ишемической болезни сердца. Очень важно своевременное выявление и правильное лечение артериальной гипертонии. Многие больные не понимают или не знают, что лечение должно быть непрерывным и длительным, иногда в течении всей жизни. Нередко добившись нужного результата и нормализовав артериальное давление, больной прекращает прием лекарственных препаратов, что приводит к быстрому подъему артериального давления. Не следует забывать, что, кроме лекарственной терапии, большое значение имеет правильный режим труда и отдыха, ограниченное потребление соли, поддержание нормальной массы тела с помощью низкокалорийной диеты и физической активности.

Следует особо сказать о вреде курения: между курением и развитием ишемической болезни сердца тесная связь. Среди курящих риск развития этого заболевания приблизительно на 70 процентов выше, чем среди некурящих. К сожалению, многие люди прекращают курить только после появления у них тяжелых признаков ишемической болезни сердца.

Физические упражнения являются хорошим профилактическим и лечебным средством болезни сердца. Но физические нагрузки хороши, когда они разумны. Прежде чем начать регулярные физические упражнения, следует тщательно оценить свою подготовленность, посоветоваться с врачом. Самый доступный вид физических

упражнений для большинства людей — ходьба. Следует ежедневно наиболее полно использовать имеющиеся возможности: ходить пешком на работу и обратно, опускаться и подниматься по лестнице.

Немаловажное значение в развитии ишемической болезни сердца имеют эмоциональные стрессы. Острые нарушения коронарного кровообращения и инфаркты миокарда часто возникают у людей после психических травм и психоэмоциональных напряжений. Значение этого фактора особенно возрастает при их сочетании с другими неблагоприятными условиями (высококалорийная диета, курение, малоподвижный образ жизни). Только соблюдение этих советов поможет избежать заболевания сердца.

В. БЕЛКИНА,
зав. терапевтическим отделением МСЧ комбината.

Пишите, звоните, приходите!

НАШ АДРЕС

ул. Кирова, 70, 3-й подъезд, 4-й этаж. Телефоны: редактор — 3-38-04; заместитель редактора — 3-50-70; ответственный секретарь — 3-47-04; промышленный отдел — 3-07-98; 3-40-35; партийный отдел — 3-31-33; отдел культуры и быта — 3-14-42; фотолаборатория — 3-47-04.