

МАГНИТОГОРСКИЙ МЕТАЛЛ

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

№ 109 (6694)
Газета выходит с 5 мая 1935 года

ВТОРНИК, 15 сентября 1981 года
Цена 2 коп.

ВЕСТИ ИЗ ЦЕХОВ

РАВНЯЕМСЯ НА ЛИДЕРА

За восемь месяцев первого года одиннадцатой пятилетки коллектив четвертой бригады четырехклетового стана добился высоких результатов в труде. Сверхплановый счет этого коллектива, руководимого мастером А. Ермишиным и старшим вальцовщиком П. Старковым, составил 4170 тонн холоднокатаной стальной ленты.

Особой оценки заслуживает добросовестный труд вальцовщиков В. Зотова и В. Сулимова, подручного Н. Гераскина.

Не отстает от лидера и коллектив участка отгрузки. За восемь месяцев коллектив четвертой бригады этого участка под руководством начальника смены В. Жиркина отгрузил сверх плана 6376 тонн готовой продукции при годовом обязательстве 7060 тонн. Только за десять дней сентября сверх плана было отгружено 2014 тонн продукции.

Ю. ЛИТВИНОВ,
председатель комитета профсоюза листопрокатного цеха № 5.

С БОЛЬШОЙ ЭКОНОМИЕЙ

Коллектив обслуживающей котла № 6 паросилового цеха работает стабильно. План по выработке пара в августе выполнен на 100,2 процента, сэкономлено 28 тонн условного топлива, 8 тыс. киловатт-часов электроэнергии.

Тон в социалистическом соревновании задают старший машинист Р. Шайхутдинов, машинист П. Андрианов, слесарь Н. Кузнецов.

По выполнению плановых заданий не отстает от передовиков и коллектив котла № 4. Он по экономии энергоресурсов опередил своих соперников. На этом участке в августе сэкономлено 103 тысячи киловатт-часов электроэнергии.

В этом коллективе высоко оценивается труд старшего машиниста Х. Валишина, машинистов В. Москвина и В. Ширеева.

Оба коллектива успешно ведут соревнование по выполнению плановых заданий, экономии энергоресурсов и в сентябре.

В. ГРЕХОВ,
председатель комитета профсоюза паросилового цеха.

Рабочий камертон

Первое, что бросается в глаза при входе в филиал цеха ремонта металлургического оборудования № 2, это красочные стенды с показателями работы коллектива. По ним можно основательно ознакомиться с ходом выполнения социалистических обязательств — не нужно наводить уточняющих справок. Отрадно, что есть здесь и стенд для поздравлений с днем рождения товарищей по труду. Он красуется, пожалуй, на самом видном месте.

В нынешнем году коллектив ЦРМО № 2 принял на себя повышенные социалистические обязательства, а с целью их успешного выполнения, повышения эффективности производства и качества выпускаемой продукции широко развернул соревнование по достижению встречи 50-летия ММК. Коллектив дал рабоче слово выполнить годовой план по изготовлению деталей и запасных частей для цехов комбината к 24 декабря 1981 года, изготовить продукцию сверх плана на 450 станко-часов, повысить квалификацию двенадцати рабочих, разработать и внедрить в производство 45 рационализаторских предложений с экономическим эффектом 8500 рублей.

И, судя по показателям соревнования, коллектив успешно справляется с обязательствами, а многие пункты выполнены уже сегодня.

(Окончание на 2-й стр.)

ФОТОГАЛЕРЕЯ ПЕРЕДОВИКОВ ПЯТИЛЕТКИ

В коллективе огнеупорного производства трудится много специалистов высокого класса, которые вносят весомый вклад в выполнение принятых повышенных социалистических обязательств. В числе таких тружеников электрогазосварщик Хаернас Миниханович Мансуров. Опытнейший производственный ударник коммунистического труда Х. М. Мансуров ежемесячно перевыполняет нормы на 15—20 процентов.

За большие трудовые успехи передовик производства награжден орденом Трудового Красного Знамени.

На снимке: Х. М. МАНСУРОВ.

Фото Т. УСИК.



Пятый этап соревнования ЮБИЛЕЮ КОМБИНАТА— ДОСТОЙНУЮ ВСТРЕЧУ!



ИДЕМ В ЗИМУ

Народные контролеры проверяют готовность цеха к работе в зимних условиях.

ГОТОВИМСЯ

Подготовка к работе в зимних условиях коллективом цеха металлоконструкций велась почти все лето. Это объясняется тем, что некоторые особо важные трудоемкие мероприятия, планировавшиеся ранее, по ряду причин из года в год не выполнялись. В нынешнем году они еще с весны стали первоочередными. Прежде чем приступить к подготовительным работам, руководство цеха, партийный, профсоюзный и комсомольский активисты обратились к трудящимся производственных участков, выслушали их предложения и замечания. Было намечено выполнить тридцать два мероприятия, определены ответственные исполнители.

На сегодняшний день выполнено немало работ, и с опережением сроков. Прорезаны, отремонтированы и опробованы почти все отопительные электроприборы в кабинках подъемных кранов, готова к зимним холодам система парового отопления бытовых и подсобных помещений, установлены и опробованы тепловые обдуватели въездных ворот и рабочих площадок. Устранены почти все источники сквозняков, промазаны рамные щели, очищены от пыли оконные стекла.

Но вызывает тревогу тот факт, что из года в год в зимних условиях создается проблема сквозняков. Несмотря на то, что принято решение в целях экономии не застеклять внутрицеховые проемы, которые не дают дополнительного естественного освещения рабочих мест, но постоянно подвергаются вибрации при работе технологического оборудования и преждевременно приходят в негодность. — все же потребность в стекле составила, по предварительным подсчетам, триста квадратных метров. Нужно согласиться, что и эта цифра не-

малая. Получить своевременно такое количество стекла — вот о чем мы сейчас хлопочем. Требования на материал своевременно подано в УМТС, дело теперь за снабженцами.

В нынешнем году мы наконец-то утеплили и механизировали северную группу въездных ворот. Дело в том, что это мероприятие весьма трудоемкое. Пришлось на определенный срок отвлечь от основного производства группу рабочих разных специальностей, и согласно проекту своими силами в течение лета изготовить специальные металлоконструкции, отработать узлы управления электроприводом. После того, как ворота были опробованы и приняты в эксплуатацию, работники цеха пути ЖДТ решили заменить рельсовое полотно, проходящее под воротами. И теперь ворота, упираясь в рельсы, закрываются нормально. А это влечет за собой дополнительные и непредвиденные трудозатраты. К тому же железнодорожники не удосужились своевременно убрать после себя территорию, что тоже создает неудобства при устранении возникших технических трудностей. И все же мы уверены, что все намеченные распоряжения по цеху мероприятия по подготовке к работе в зимних условиях будут выполнены в намеченные сроки и с наивысшим качеством.

В. ЧЕРНОВ,
секретарь партийного бюро ЦМК.

А. ПРАСОЛОВ,
разметчик, председатель группы народного контроля.

В. РОТОВ,
член группы народного контроля, начальник штаба «Комсомольского проектора».

♦ ВАХТА УРОЖАЯ НА ВСЕХ РАБОТАХ

17 представителей цеха металлоконструкций трудятся сейчас в подшефном совхозе «Путь Октября» Кизильского района. Часть наших посланцев ведет заготовку силоса, другая занята сварочными работами, ремонтом сельскохозяйственной техники в машинно-тракторных мастерских совхоза. В эти дни идет стрижка овец, и наши рабочие помогают производить дезинфекцию животных после стрижки. Практически на всех работах, проводимых сегодня в хозяйстве, заняты наши посланцы. Мы контролируем ход дел. В совхоз выезжают представители цеха.

Одновременно в самом цехе выполняются заказы сельского хозяйства. Сейчас идет работа над изготовлением 32 ферм и нескольких марок связей для строительства гаража тракторов. Это — заказ районного объединения «Сельхозхимия». В общей сложности за короткое время предстоит изготовить 98,5 тонны конструкций. Думается, этот заказ наш коллектив выполнит не только добротной, но, как водится, с опережением сроков. В. ЧЕРНОВ, секретарь партбюро цеха металлоконструкций.

У МЕТАЛЛУРГОВ СТРАНЫ

На Московском металлургическом заводе «Серп и Молот» управление двигателями роллангов на станках «800» и «450» осуществляется с помощью контактной схемы. Из-за большого числа включений (более 800 вкл./ч.) контакторы выходили из строя, создавая аварийную обстановку на станках. Значительное количество времени затрачивалось на обслуживание и ремонт контакторных панелей.

В результате замены на некоторых участках прокатного стана контактор-

ных панелей на бесконтактные с защитой тиристором от короткого замыкания исключались аварийные случаи, улучшились рабочие характеристики привода роллангов в части быстродействия включения и отключения, значительно упростилось их обслуживание.

Внедрение тиристорного управления позволило получить экономический эффект около 6,5 тыс. рублей в год.

На Карагандинском металлургическом комбинате

определена возможность замены аморфного графита в составе противопригарных покрытий для форм и стержневых случаев, улучшились рабочие характеристики привода роллангов в части быстродействия включения и отключения, значительно упростилось их обслуживание.

Разработано и внедрено эффективное покрытие на основе коксовой пыли, обеспечивающее получение качественной поверхности отливки изложниц.

На Днепровском металлургическом заводе имени

Дзержинского в мартеновском цехе № 3 осуществляется перевод 250 тонн стальной заливочной ковшей с кирпичной кладки на монолитную набивную футеровку из кварцеглинистой массы. Отработана технология выполнения набивной футеровки ковшей и их сушки. Исследованы изменения фазового состава футеровки после службы. Средняя стойкость набивной футеровки по учтенным 235 тампонам ковшей составила 16,6 наливов по сравнению с 7,7 наливками для ковшей с кирпичной кладкой.

Обзор подготовлен инженерами ОНТИ.

◆ ПОДГОТОВКА К НОВОМУ УЧЕБНОМУ ГОДУ

**ВЫПОЛНЯЯ
ПОСТАНОВЛЕНИЕ**

Партком горно-обогатительного производства 22 июля провел совещание с секретарями партийных организаций и их заместителями по идеологической работе. Составился обмен мнениями о комплектовании слушателями школ основ марксизма-ленинизма, научного коммунизма, учащихся коммунистов в других формах учебы, а также о задачах по выполнению постановления ЦК КПСС «О дальнейшем совершенствовании партийной учебы в свете решений XXVI съезда КПСС». Совещание еще раз подтвердило, что партийные организации производства организовано начали и проводят комплектование сети партийной учебы, уделяют много внимания ее совершенствованию, повышению качества и результативности.

Как и в прошлые годы, партком и партийные организации будут использовать и совершенствовать оправдавшую себя систему контроля за ходом учебы. За каждой школой и семинаром вновь закреплены представители парткома и бюро партийных организаций. Они не реже одного раза в месяц будут посещать занятия и свои замечания записывать в специальный журнал. Так уже делалось, и это давало возможность повышать качество учебы.

Пропагандист — главная фигура в системе партийной учебы. Поэтому на совещании был обсужден и состав пропагандистов. Занятия в школах основ марксизма-ленинизма будут вести подготовленные, зарекомендовавшие себя на пропагандистской работе коммунисты. Это В. Г. Саванин и М. И. Шинкин с рудника, В. И. Савченко и Г. И. Пахомов из аглоцехов № 1 и 2, П. В. Печеркин с рудообогатительных фабрик.

На производстве накоплен опыт личного участия в пропагандистской работе руководящих кадров. Пропагандистами системы партийной и комсомольской учебы работают начальники цехов Е. Н. Циглер, А. П. Беляев, М. И. Медведев, С. М. Потапов, А. А. Панасов, семь заместителей начальников цехов, четыре главных специалиста, два начальника участка и одиннадцать начальников смен. Они обладают глубокими знаниями, духовной культурой, могут убедить слу-

шателей, увлекать их личным примером. На совещании дана рекомендация усилить комсомольскую политику и теоретический семинар в аглоцехе № 1 резервными пропагандистами с тем расчетом, чтобы они были действительным резервом.

В партийных организациях цехов производства в новом учебном году будут работать 20 школ основ марксизма-ленинизма, 4 школы научного коммунизма. Теоретический семинар в управлении производством решено реорганизовать в семинар, где слушатели будут изучать марксистско-ленинскую теорию по индивидуальным планам. При кабинете политпросвещения производственного парткома создан кустовой теоретический семинар, где слушатели также будут заниматься по индивидуальным планам. Он укомплектован инженерно-техническими работниками, которые работают в разных бригадах.

Организовано прошло комплектование шести кружков комсомольской политики. Особенно большую работу провели секретари комсомольских организаций аглоцеха № 1 и кустового ремонтного цеха А. Кудрявцев и А. Князев.

В аглоцехе № 1 второй год работает на общественных началах кабинет политпросвещения. Здесь создана методическая группа, которая подбирает материалы пропагандистам, оказывает им методическую помощь. В прошлом году она обобщила опыт работы пропагандиста Ю. Б. Вельх. Будет заниматься этим и в предстоящем учебном году.

Однако надо признать, что в системе партийной и комсомольской политучебы недостаточно используются наглядные пособия и технические средства. Пропагандисты и слушатели не обеспечены учебными пособиями. Эти недостатки предстоит устранить. Сейчас библиотека кабинета политпросвещения пополняется новой литературой. Готовится рекомендательный перечень литературы по изучаемым курсам. Решается вопрос о создании кабинетов политпросвещения в других цехах.

М. ГАРЕЕВ,
заведующий кабинетом политпросвещения парткома горно-обогатительного производства.

их. Но нельзя не сказать и о некоторых необоснованных и преувеличенных фактах.

Так, высказывания о том, что на линии порой отсутствует до 50 процентов составителей, явно не может иметь подтверждения. В тех случаях, когда отсутствовал ввиду подмены заболевшего старший составитель на каком-либо из стрипперных отделений, работа организовывалась согласно инструкции, согласованной с ЦПС, предусматривающей работу без старших составителей.

В целом статья заставила трудящихся станции Стальная более критично и конкретно посмотреть на свою работу в части перевозки слитков по всей технологической цепочке.

Г. ЖУРАВИН,
и. о. начальника управления ЖДТ.

Рабочий камертон

(Окончание.
Начало на 1-й стр.)

Коллектив цеха принял дополнительные обязательства по оказанию помощи селу в заготовке кормов и уборке зерновых. И слово свое сдержал.

В помещении чистота, порядок. Коллектив филиала цеха в основном женский, а у них с чистой особой дружба — блестят полированной сталью станки, заготовки аккуратно уложены в отведенных местах, стружка случайно не свалится на пол.

Подходим к станку № 307. За этим станком уже много лет трудится лучший токарь, ударник коммунистического труда, неоднократный победитель социалистического соревнования Ольга Алексеевна Чайковская. Ее руками за эти годы изготовлены тысячи сложнейших деталей для технологического оборудования цехов. И нужно сказать, что не только количеством деталей славен ее труд, но и их высокой точностью. В своей работе опытный токарь не допустит выхода брака. Такой тщательности в работе, требовательности к себе, высокой ответственности за порученное дело может позавидовать каждый молодой рабочий. Многие из них, переняв опыт, сноровку у своей наставницы, работают самостоятельно, и о них идут добрые отзывы.

— Начинать было трудно, — вспоминает Ольга Алексеевна. — Закончила ГПТУ № 19 — и сразу к

станку. Теоретически станок до мелочей изучила, а вот практически... Бывало, придет заказ на деталь, а с какой стороны к нему подступиться? И тут все-



да на выручку приходили более опытные старшие товарищи. Учиться пришлось многому, каждый день приносил что-то новое. Трудно было, но в нашем коллективе работать одно удовольствие. В цехе много перемены людей, но добрые традиции старших не тускнеют.

Слова Ольги Алексеев-

ны подтверждают показаны на стенде. Коллектив токарей много месяцев подряд перевыполняет планы, и трудно кого-либо выделить в особую строку, но

труд Ольги Алексеевны на особом счету у коллектива. Ее уважают за чуткость, готовность помочь в нужный момент своему молодому товарищу по труду. Наставничество, помощь новичкам требуют много энергии, душевного тепла и времени. Но Ольга Алексеевна никогда не уходила от станка, не выполнив за-

труд Ольги Алексеевны на особом счету у коллектива. Ее уважают за чуткость, готовность помочь в нужный момент своему молодому товарищу по труду.

Наставничество, помощь новичкам требуют много энергии, душевного тепла и времени. Но Ольга Алексеевна никогда не уходила от станка, не выполнив за-

дание. Этого она добивается и от своих учеников.

Вот тому пример. Рядом трудится ее ученица Наталья Кондратьева. Она застенчива, немногословна, но мы-то знаем, что ее труд сродни труду наставницы: сменные и месячные выработки ее почти никогда не опускаются ниже 125 процентов. А об Ольге Алексеевне у молодого специалиста только самые теплые отзывы.

— Ольге Алексеевне много пришлось поработать с нами. И мы благодарны своей наставнице за хорошую науку, за трудовые уроки. Ольга Алексеевна не пройдет мимо, если знает, что у кого-то деталь «не идет». Рядом с такой наставницей по-другому работать просто невозможно. Стремимся не отставать, хотя до таких результатов, как у Ольги Алексеевны, нам еще нужно тянуться, да и ее результаты не стоят на месте, растут, и они подстегивают нас. Ольга Алексеевна тянет нас за собой.

Ольга Алексеевна работает красиво. Станок, управляемый ее руками, — послушный, любящий, даже очень сложная деталь, выходит точной и с наивысшим качеством.

Сегодня коллектив бригады выполняет срочные заказы для листопркатных цехов. Заказы сложные, требуют особого внимания, чистоты обработки, больших трудовых затрат.

В. СОТНИЧЕНКО.

На снимке: О. А. Чайковская.
Фото Н. Нестеренко.

◆ ОТЧЕТЫ И ВЫБОРЫ В ПРОФСОЮЗЕ

Одним из лидеров соревнования на комбинате заслуженно считается коллектив первого обжимного цеха. По итогам работы за первое полугодие он удостоился звания лучшего коллектива прокатного стана отрасли. Четырежды с начала года обжимщики во внутри-комбинатском соревновании завоевывали переходящие призы за наивысшее производство, высокое качество и бережливость, за наивысшую производительность труда, дважды занимали

1-е место по своей группе соревновались. В мае коллектив слябинга вышел на уровень производства в 646,5 тысячи тонн заготовки — уровень, на который на конец пятилетки. Лучшее среднесуточное производство в этом году достигло 22 294 тонн.

Дополнительно к плану с начала года прокатано более 49,5 тысячи тонн металла. Суточное производство увеличено на 200 тонн, выросло производство в горячий час.

АКТИВУ — АКТИВИЗИРОВАТЬСЯ

Все это — несомненные успехи коллектива, и понятия гордость обжимщиков за свой цех. Однако на отчетно-выборной конференции председатель цехового комитета профсоюза Ю. П. Косилкин обратил основное внимание не на успехи коллектива, а на его резервы, на возможности дальнейшего роста.

Сегодня слябинг справедливо считается самым мощным среди родственных агрегатов отрасли. Но его коллектив не исчерпал возможностей дальнейшего роста. Об этом говорят и результаты работы бригад цеха. Три из них вступили в сентябрь с немалым фондом сверхпланового производства. И лишь обжимщики четвертой бригады план восьми месяцев не выполнили. Коллектив задолжал более 4,8 тысячи тонн металла. В чем причины отставания четвертой бригады? Коллектив укомплектован квалифицированными кадрами, здесь трудится немало мастеров своего дела. Тем не менее дела идут неважно. В отчетном докладе сколько упоминалось о том, что в четвертой бригаде часто менялось руководство. Может быть, в этом и кроется одна из причин неровной работы коллектива? Новому комитету профсоюза цеха предстоит серьезно проанализировать

причины затянувшегося отставания прокатчиков четвертой бригады, найти возможности помочь коллективу и его лидерам.

Другой резерв роста — снижение аварийности. При росте производства и повышении уровня технологии отмечается и рост аварийности. В какой-то мере это вызвано ухудшением работы смежников — сталеплавильщиков. Перебой с поставками металла нарушают ритм работы обжимщиков, в результате преобладает стремление наверстать упущенное. И не всегда это наверстывание идет при соблюдении бережного использования оборудования. Аварии по вине персонала цеха вызваны, однако, не только этим фактором.

Не всегда руководители и профсоюзный актив бригад и цеха строго спрашивают с каждого нарушителя, в том числе за нарушения правил безопасной работы. Кое-кто из руководителей служб цеха, бригад не хочет «портить отношения» с подчиненными, старается не замечать явные отступления от требований технологии, инструкций. Безнаказанность порождает еще более серьезные нарушения и приводит порой к серьезным последствиям. Коэффициент тяжести несчастных случаев в цехе по сравнению с прошлым годом

возрос, хотя с начала года случаев травматизма было лишь два. Тем не менее справедливо прозвучал в докладе упрек в адрес комиссии по охране труда цехового комитета профсоюза, которую возглавлял А. П. Шальнов. Очень хорошо работали общественные инспекторы Ф. Попов, П. Сафронов и некоторые другие, но в целом эффективность деятельности комиссии далека от нужного уровня.

Улучшения требует не только работа комиссии по охране труда. Нужна активизация всего профсоюзного актива цеха. В последнее время получается так, что основную работу ведет практически председатель цехкома, да еще несколько активистов. А остальные по существу лишь выполняют отдельные поручения профсоюзных вожаков. Мало инициативы проявляют профгруппы, члены цехкома. При таком положении нельзя ожидать успешной работы профсоюзной организации по всем направлениям. И огрехи зачеты. Скажем, трудно поверить, но в передовом цехе крайне мало наглядной агитации. Обжимщики, правда, добиваются неплохих показателей по экономии металла, энергоресурсов. Но узнать об этом можно практически только

в красном уголке цеха

Не первый год на комбинате действует система ежедневной оценки качества труда. Ее применение помогает не только улучшить производственную деятельность работников, но и повысить их творческую и общественную активность. К сожалению, как отмечалось на конфе-

ренции, в цехе система используется не всегда объективно. И «грешат» необъективностью при подведении итогов работы за смену не только руководители бригад и служб, но и профсоюзный актив бригад. А ведь именно ему должно принадлежать веское слово при оценке личного вклада каждого рабочего.

В первом обжимном цехе на новую пятилетку принят детально проработанный план социально-экономического развития коллектива. Этот план предусматривает движение вперед и в сфере производства, и во всех сферах жизни коллектива цеха. Казалось бы, в контроле за осуществлением плана должны участвовать и профсоюзные активисты. Но на конференции с сожалением отмечалось, что они-то как раз зачастую стоят в стороне от этой важной работы. Профсоюзные активисты призваны сыграть важную роль в том, чтобы намеченный план стал личным делом каждого работника цеха.

Обжимщики первого цеха — крепкий, здоровый коллектив. И нет сомнения, что им по силам устранить отмеченные на конференции недостатки. Думается, новый цехком сумеет еще лучше вести за собой коллектив. **С. КУЛИГИН.**

НАМ ОТВЕЧАЮТ**„МЕДВЕЖЬЯ
УСЛУГА“**

Статья «Медвежья услуга», опубликованная в газете «Магнитогорский металл», была обсуждена на емко-встречных собраниях всех бригад коллектива 4-го железнодорожного района цеха эксплуатации ЖДТ. Каждое замечание, высказанное в статье в адрес трудящихся станции Стальная, обстоятельно разбиралось. В этих обсуждениях выяснились ряд действительно имевших место фактов, изложенных старшим мастером ЦПС В. В. Онищенко.

Трудящиеся района с пониманием и должной ответственностью приняли



ПРИВЕЗЛИ „ЗОЛОТО“

Возвратились из Челябинска легкоатлеты комбината, принимавшие участие в традиционном легкоатлетическом кроссе облспорта среди сборных команд коллективов физкультуры.

Около двадцати команд области принимали участие в этих состязаниях. Наша команда, опередив остальных соперников, заняла первое место в общем зачете.

В этих соревнованиях были показаны неплохие личные результаты. Так, Марина Темникова на дистанции 3000 метров заняла второе место среди юниорок. «Серебро» также завоевали Владимир Тихонов на дистанции 5000 метров среди юниоров и Андрей Ершов на дистанции 3000 метров среди юношей.

Наша команда, заняв первое место, будет высту-

пать на первенстве республики, которое состоится в октябре.

В. ВЕРЕГЛАЗОВ,
тренер ДЮСШ № 3
ММК.

ПОБЕДИТЕЛИ

10 сентября прошел легкоатлетический кросс среди коллективов цехов. В этих соревнованиях участвовало 72 команды, в которые входили 367 спортсменов.

Мужчинам предстояло пробежать 1000 метров. Лучшее время здесь показал В. Якушов (ЛПЦ № 7), который пробежал дистанцию за 2 минуты 43 секунды. Вторым стал В. Курбатов (СПЦ), а третьим — А. Калюжный (ЛПЦ № 7), у которых соответственно 2 мин. 50,2 сек. и 2 мин. 52,5 сек.

Женщины бежали 500 метров. Лучшее время на этом этапе у Т. Асташовой (ОТК, 1 мин. 36,2 сек.). Второй результат у Л. Макаревой (ЖКО № 2, 1 мин. 38 сек.), а третий у О. Ананьевой (ЖКО № 3, 1 мин. 43 сек.).

В. МИРСКАЯ,
старший инструктор
ДСО «Труд» ММК.



Уважаемые зрители! Смотрите с 14 сентября в кинотеатрах нашего города новый цветной художественный фильм «Дом на Лесной».

Картина посвящена 75-летию первой русской революции. В 1905 году по указанию В. И. Ленина Московский комитет РСДРП решил срочно приступить к выпуску нелегальной газеты для рабочих. Так, на Лесной улице в Москве на одном из домов грузинские революционеры палатили выпуск газеты «Рабочий».

«Грузия — фильм». Автор сценария — Георгий Мдивани, режиссер-постановщик — Николай Саншвили. В ролях: Кадеишвили, Георгобани, Леонид Харитонов, Юрий Гусев, Людмила Шагалова, Юрий Саранцев и другие.

Основателем аутогенной тренировки считается немецкий врач Шульц, который в 1932 году предложил комплекс специальных упражнений. Больные применяли эти упражнения самостоятельно («аутогенная» — значит «самовоспроизводимая»). В основе этого метода лежит изучение многовекового опыта йогов, их методов внушения и самовнушения.

Многое в аутогенной тренировке взято и из буддийской религии.

Как считал Шульц, обучение аутогенной тренировке — это обучение технике самогипноза. При гипнозе изменяется деятельность нервных клеток. Нервноначальны и на слабые и на сильные раздражители клетка дает одинаковый ответ, а затем происходит парадокс — на сильные раздражители клетка дает слабый, а на слабый — сильные ответы. Эти факты известны и из обывательской жизни: при засыпании человек одинаково реагирует и на шум грузовика под окном, и на звук падающей в раковину капли, или же — он не реагирует на шум грузовика, но его беспокоит звук капли.

Возникает следующий во-

◆ Сатирическим пером

Дорогой бесценник

У кого после обильного возлияния в глазах двоится, для кого море по колено, а кому сам черт не брат. Гражданину А. П. Кузьмину черт как раз-таки братом не приходится. Впрочем, это не помешало ему создать прямо адские условия для работников и отдыхающих санатория «Еловое». Дело в том, что А. П. Кузьмин, работающий в ЛПЦ № 1, любит «залить за воротник». Это при страсти взяло над ним верх, когда он переступил порог санатория. С завидным упорством, достойным иного применения, он начал, как говорят, наркологи, употреблять спиртное внутрь.

В «Еловом» людей лечат. Разумеется, не от алкоголизма. Тем не менее врачи пытались помочь странному отдыхающему. Решили сначала ограничиться беседой. Вот тут-то вторая натура Кузьмина стала себя проявлять довольно энергично. На все беседы, замечания «зеленый змей» голосом Кузьмина прозвучал. Врачи: «Пить вредно!». Кузьмин: «Вот я вам по шее!». Врачи: «Как не стыдно!». Кузьмин: «Отдупись одной левой!». Главный врач санатория, боясь, что драчливый отдыхающий от слов перейдет к делу, решил к делу перейти сам. И появился приказ о досрочной выписке гражданина А. П. Кузьмина из «Елового».

Уф, — с облегчением сказали врачи и отдыхающие. Совсем по-другому вздохнули в профком комбината. Дело в том, что подобный приказ, копию которого направили в профком, был отнюдь не первой ласточкой в этом году.

С начала летних отпусков заметно прибавляется дел у профсоюзных активистов. Есть и неприятные. Например, разбор нарушителей режима в санаториях и домах отдыха. Странно, но чистый воздух, зеркальная гладь воды, режим дня для некоторых отдыхающих совершенно противопоказаны. Все эти факторы, призванные поправить здоровье, почему-то обращаются им во вред. Под воздействием чистого воздуха рядом с зеркальной гладью некоторые отдыхающие начинают ожесточенно пить. Им мучительно хочется нарушать распорядок дня, дебоширить, одним словом — вести разгульный образ жизни. Иногда подобные загулы кончаются медвытрезвителем. Так случилось, например, с работником ЦМИ А. Ф. Звездинным. Он был прямо из санатория «Еловое» доставлен в милицию. И олять копия приказа об отчислении из санатория была направлена в профсоюзный ко-

митет комбината. Пришли также бумаги на А. С. Русинова — работника ЦРМО № 1, на З. М. Адильчанову — работницу ЛПЦ № 7 и на других.

Итог этих писем печальный. Нарушителям отказано в течение двух лет в приобретении льготных путевок на комбинате. С них высчитана полная стоимость путевок.

Что и говорить, привыкли мы, что путевки достаются нам почти за бесценник. Что привыкли — это хорошо. Но то, что забыли, сколько они стоят на самом деле, и что использовать свой отпуск надо плодотворно для отдыха и лечения, — это плохо. К сожалению, мало еще в цехах обращают на это внимания. Самое интересное, что из десяти опрошенных отпускников, только четверо знали полную стоимость путевок. Остальные уверенно называли тридцати-процентную часть. Может быть, именно от этого незнания и берет начало в сознании некоторых отдыхающих пресловутая вседозволенность.

Вот такой документ пришел в профком комбината. «Отдел по государственному социальному страхованию областного комитета профсоюза рабочих металлургической промышленности сообщает, что во II квартале 1981 года не использовано 9 путевок в дома отдыха в результате недоездов». Далее отдел просит разобраться в причинах и принять меры к виновным. Профсоюзный комитет разобрался. Выяснилось, что все девять отпускников не сумели попасть в дома отдыха и санатории по уважительным причинам. Но тем не менее ни один из них не побеспокоился о судьбе путевки. Кажется, чего проще: не можешь ехать, сдай путевку, пусть отдохнет другой. Но не тут-то было. Один просто не знал, что путевку нужно сдать, другие посчитали, что ничего страшного не произойдет, если место в доме отдыха будет пустовать. В итоге пропало девять путевок. Девять только за один квартал. Как тут не вспомнить хотя бы об учителях, которые порой по несколько лет стоят в очереди за путевками. Разумеется, виновные понесли заслуженное наказание. Но тем не менее факт остается фактом. При остром дефиците путевок уже в этом году потеряно около двадцати.

Надо заметить, что нарушенных в этом году значительно меньше. Однако они еще есть.

А. ПОДОЛЬСКИЙ.

АУТОГЕННАЯ ТРЕНИРОВКА

прос: каким же образом можно погрузить себя в состояние гипноза? Наши эмоции: радость, гнев, страх, боевое возбуждение — проявляются в определенном изменении деятельности внутренних органов и мышечного тонуса. Нельзя себе представить какою-нибудь зверя, лежащего и гневающегося часами без всяких мышечных проявлений своего гнева. А наши предки ничем, собственно, не отличались от диких зверей, и точно также каждое чувствование у них переходило в работу мышц. Все знают, что при эмоциях страха резко возрастает частота сердцебиения и дыхания. Произвольно изменяя степень напряжения скелетных мышц, характер дыхания, мы можем повлиять не только на сердечную деятельность, но и на характер эмоционального переживания. Это объясняется тем, что каждая система

имеет обратную связь. Итак, самопроизвольно задавая себе состояние успокоения, расслабленности, человек вводит себя в состояние аутогипноза, на фоне которого делает себе словесные внушения для заданного и обдуманного заранее изменения своего состояния.

Аутотренинг дает не только хороший психо-психический отдых, но и представляет основу для внушения себе бодрости, хорошего настроения, хладнокровия, целеустремленности, хорошей работоспособности и других ценных качеств и состояний, граничащих с перестройкой мировосприятия, едва ли не с перестройкой в желательном направлении всей своей личности (высшая ступень АТ по Шульцу). Однако нужно сразу оговориться, что такие большие цели может ставить перед собой только человек, регулярно и длительно занимающийся.

Все большее число людей (и очень часто без рекомендации врача) стремятся к самостоятельному овладению методом с самыми различными целями — от лечения до психогигиенических и глубоко профессиональных. И это понятно. Приемы АТ за редким исключением могут быть рекомендованы любому.

Итак, какие цели можно решить с помощью АТ? Шульц приводит список 80 болезней, при которых АТ показан. Но наиболее эффективен АТ для решения следующих задач: уменьшения чувства тревоги, волнения, эмоциональной напряженности; регуляции функции сна. С помощью АТ можно «научиться» быстро засыпать и легко просыпаться в заданное время; кратковременный отдых; активизация организма. АТ можно использовать для устранения сонливости, создания чувства бодрости;

при лечении заболеваний наилучшие результаты отмечаются при тех заболеваниях, где есть эмоциональное напряжение и спазм мускулатуры: неврозы, психогенные сексуальные расстройства, бронхиальная астма, начальный период гипертонической болезни, стенокардия при спастических болях желудочно-кишечного тракта и запорах и т. п.

Итак, в этой короткой заметке вы познакомились с аутогенной тренировкой. Те из вас, кто захочет овладеть АТ, должны предварительно обговорить свои проблемы с врачом-психотерапевтом 1-й поликлиники МСЧ ММК. Занятия будут проводиться в свободное от работы время 1—2 раза в неделю.

А. БРУСНИКИН,
врач-психотерапевт
медсанчасти ММК.



ВТОРНИК, 15 сентября

Шестой канал

8.00. Время. 8.40. Утренняя гимнастика. 9.05. «Алдар-Косе», «Иван Алдар-Косе» переложил «Тигра». Мультфильм. 9.30. «Воздухоплавание». Художественный фильм. 11.00. Н. Мясновский — Симфония № 27. 11.40 и 14.00. Новости. 14.20. К 35-летию провозглашения Народной Республики Болгарии. Кинопрограмма «По Болгарии». 14.50. Выставка Буратино. 15.20. Выступление Государственного ансамбля народной песни и танца Болгарии. 15.50. Знай и умей. 16.35. Концерт. 17.05. Русская речь. 17.35. Алкоголизм. Беседы врача. 18.05. «Бабушкин зонтик». Мультфильм. 18.15. Сегодня в мире. 18.30. К национальному празднику Мексики — Дню независимости. Телевизионный документальный фильм «Мехико между прошлым и будущим». 19.20. Премьера телевизионного художественного фильма «Юбилей». По одноименному водевилю Э. Лабаша. 1-я серия. 20.30. Время. 21.05. Пoesия. Семен Кирсанов. 21.50. Сегодня в мире. 22.05. Музыкальный фестиваль «Невские хоры ассамблеи».

Двенадцатый канал

18.50. Челябинские новости. 19.05. Для школьников. «Геологический аукцион». Передача с участием юных геологов области.

МСТ. 19.50. Новости.

ЧСТ. 20.00. Вечерняя сказка малышам. 21.15. К 25-летию челябинского театра оперы и балета имени М. Глинки. «Творческий портрет Андрея Алексина».

МСТ. 20.45. На темы дня. 21.00. Киножурнал. 21.10. Пятилетка, проблемы, практика.

ЧСТ. 21.30. Уборка урожая и хлебопашество — главная задача дня! 22.00. Челябинские новости. 22.15. Чемпионат мира и Европы по тяжелой атлетике. 22.30. Сдружество. 23.00. Время.

СРЕДА, 16 сентября

Шестой канал

8.00. Время. 8.40. Утренняя гимнастика. 9.05. «Сени круглый год». Концерт детских художественных коллективов. Передача из Таллина. 9.35. «Юбилей». Телевизионный художественный фильм. 1-я серия. 10.45. Концерт. 11.30 и 14.00. Новости. 14.20. «Опыт хозяйствования». Кинопрограмма. 15.15. Чему и как учат в ПТУ. 15.45. Концерт. 16.10. Отзовись, сорняк! 16.40. «Архип Лыляев». Научно-популярный фильм. 17.00. Учи, учи у Ленина. 17.30. Д. Шостакович — Симфония № 15. 18.15. Сегодня в мире. 18.30. Премьера фильма-концерта «Песни над Днепром». 18.55. Программа телевизионных документальных фильмов. 19.25. Премьера телевизионного художественного фильма «Юбилей». 2-я серия. 20.30. Время. 21.00. Кубок обладателей Кубка по футболу. «Динамо» (Тбилиси) — «Грация» (Австрия). 2-й тайм. 21.45. К чемпионату мира по шахматам. Интервью А. Карпова. 22.30. Кубок УЕФА по футболу. «Спартак» — «Брюгге» (Бельгия). 2-й тайм. 22.45. Сегодня в мире. 23.00. Кубок обладателей Кубка по футболу. СКА (Ростов-на-Дону) — «Анкараджюрюк» (г. Анкара, Турция). 2-й тайм.

Двенадцатый канал

13.30. Челябинские новости. 18.45. Выпуск киноинформации. «Применение в производстве новых видов инструмента и оснастки».

МСТ. 18.55. Новости. 19.10. Младенческая программа.

ЧСТ. 19.55. «Старин и озеро». Телефильм. 20.20. Вечерняя сказка малышам. 20.30. «О людях хороших». Музыкальная передача. 21.00. Наша почта. 21.20. Впервые на телевизионном экране. «Суета сует». Художественный фильм. 22.45. Челябинские новости. 23.00. Время.

Редактор
Ю. С. ЧЕРЕДНИЧЕНКО.

Пишите, звоните, приходите!

НАШ АДРЕС:

ул. Кирова, 70, 3-й подъезд, 4-й этаж. Телефоны: редактор — 3-58-04; 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.