

ДЗЕРЖИНЕЦ

Газета издается
с апреля 1931 года.

ОРГАН ДЗЕРЖИНСКОГО РАЙКОМА КПСС,
РАЙОННОГО СОВЕТА ДЕПУТАТОВ ТРУДЯЩИХСЯ

№ 39 (3905)

ВТОРНИК, 3 апреля 1973 года.

Цена 2 коп.

УСЛОВИЯ СОЦИАЛИСТИЧЕСКОГО СОРЕВНОВАНИЯ

специалистов животноводства колхозов и совхозов района в 1973 году

В третьем, решающем году девятой пятилетки необходимо добиться дальнейшего роста поголовья крупного рогатого скота и свиней, обеспечить всемерное повышение их продуктивности, получить продукцию только высокого качества.

Долг и обязанность специалистов животноводства — способствовать успешному выполнению своих обязательств, принятых в колхозах и совхозах на 1973 год, помочь коллективам животноводов во Всесоюзном социалистическом соревновании добиться дальнейшего увеличения производства мяса и молока, повышения их качества.

Специалисты животноводства на 1973 год приняли высокие обязательства, участвуют в социалистическом соревновании. Исполком районного Совета депутатов трудящихся и президиум райкома профсоюза работников сельского хозяйства и заготовок разрабатывали и утвердили условия соревнования зоотехнической и ве-

теринарной служб колхозов и совхозов района, техникумов по искусственному осеменению крупного рогатого скота.

Условия социалистического соревнования предусматривают:

1. ДЛЯ ЗООВЕТЕРИНАРНЫХ СЛУЖБ

Обеспечение высокой ветеринарно-санитарной культуры на животноводческих фермах, своевременное и качественное выполнение плана профилактических мероприятий, повышение квалификации, подготовку мастеров животноводства.

Учреждено два призовых места. Зооветеринарная служба колхоза (совхоза), занявшая в социалистическом соревновании первое место, награждается Почетной грамотой, ей присуждается переходящее Красное знамя исполкома райсовета и райкома профсоюза, она премируется бесплатной туристической путевкой по Советскому Союзу и путевкой на ВДНХ. Зооветеринарная служба, удостоенная второго места,

награждается Почетной грамотой, ей присуждается переходящий красный вымпел, она премируется бесплатной путевкой в дом отдыха и путевкой на ВДНХ.

2. ДЛЯ ТЕХНИКОВ-ОСЕМЕНАТОРОВ

Победителями в социалистическом соревновании будут признаны те из них, которые добьются получения не менее 97 теллят на 100 коров, освоят прогрессивные методы (мано-цервикальный и ректо-цервикальный), обеспечат полное выполнение мероприятий по профилактике бесплодия. В условиях есть и такие пункты — непрерывная работа на одном месте не менее трех лет, соблюдение правил тех-

ники безопасности, внутреннего распорядка и другие.

Учреждены призовые места: одно первое, два вторых и три третьих. Победитель в соревновании, занявший первое место, будет награжден Почетной грамотой, ему присуждается переходящий красный вымпел, он премируется ценным подарком — мотоциклом типа «ИЖ-Юпитер» с коляской.

Победителей в соревновании, удостоенных вторых и третьих мест, ждут награды — Почетные грамоты, ценные подарки — телевизоры (за вторые места), ковры (за третьи места).

Установлены три поощрительные премии (путевки в дома отдыха или на ВДНХ).

КВАРТАЛЬНЫЙ ВЫПОЛНЕН

Коллектив ремонтно-строительного участка план первого квартала этого года по строительству и ремонту различных объектов выполнил на 107 процентов. В числе передовиков соревнования — бригады плотников, работой которых руководят Роберт Иванович Фишер и Виктор Григорьевич Демин, каменщик Алексей Александрович Сотников, шофер Павел Сергеевич Богданов, бригада отделочниц (бригадир Эльза Федоровна Крапивко).

Сейчас работники участка заняты на строительстве вечерней школы, типографии, гаража, жилых домов на ремонте жилья.

А. ТОМБЕРГ.

На сэкономленных кормах

Звено Галины Михайловны Семеновой на ферме первого отделения откармливает свиней. В группе 315 животных. В прошлом месяце коллектив получил 56 центнеров привеса. Среднесуточные привесы животных составили по 572 грамма.

Сами по себе эти цифры хорошие, так как плановое задание звеном перевыполнено. Самое главное, — этот коллектив рационально использует корма, добивается их экономии. На один килограмм привеса затрачено 5,4 кормовых единиц, что на 1,1 меньше предусмотренного планом. За месяц звено сэкономило 59 центнеров кормовых единиц, за счет которых получило более десяти центнеров привеса.

П. МИЦКЕВИЧ,

старший экономист Топольского откормсовхоза.



Сделано руками школьников

В дни школьных каникул в районном Доме культуры прошла выставка технического творчества и прикладного искусства учащихся школ района.

Ребята Курайской средней школы представили рисунки, объединенные общей рубрикой «Дети — Родине». Заслуживают внимания работы юных художников. «Приход весны» и «Сбор макулатуры», «Неизвестные дали» и «Ледоход». Оригинальные поделки учащихся из кружка юннатов. Ими искусно сплетены корзинки из обыкновенной соломы и оформлены букеты из засушенных листьев и веточек. А начинающие швеи на суд зрителей представили всевозможные моды платьев, блузок. И, пожалуй,

никто не остался равнодушным к творчеству девятиклассников. Они мастерски изготовили электровикторину «Знаешь ли ты?» и электрифицированную карту «Энергетика Красноярского края». Хорошо смотрится композиция «В семье единой, дружной».

А вот работы учеников второй средней школы села Держинского: макеты Софийского и Дмитриевского соборов, модель ветряной мельницы и самая настоящая шлюпка. Привлекает к себе взоры посетителей и красавец — линейный корабль.

Многие из Усолки занимаются вязанием и шитьем. Интересны их работы с природным материалом. Не уступают другим они и в при-

кладном искусстве. Особенно хороши изделия из камня и дерева Володи Гельгорна. Здесь же электрифицированная схема формул по физике и карта «Пусковые объекты девятой пятилетки».

Нижнетанайцы привезли работы по дереву: шкатулку, детский круглый столик и табуретки. Своими рисунками заполнили стенд орловские школьники.

Прикладным искусством увлекаются учащиеся Денисовской восьмилетней школы. Они смастерили из папье-маше столовый и чайный сервизы. А Оля Пугачева и Оля Горбункова занимаются выжиганием.

С удовольствием смотришь и на поделки учеников 1-3

классов Новинской средней школы.

Привлекает разнообразие работ учащихся школы имени Ракуса. Они вышивают и шьют, вяжут и столярничают.

Умелые ребячьи руки! Поэтому так многочисленны на выставке и экспонаты. Перечислить их все просто невозможно.

За все виды работ жюри первое место присудило Курайской средней школе. Второе место присудило Держинской средней школе № 2. И на третьем месте Усолская средняя школа. Среди восьмилетних преимущество за Денисовской школой.

З. ОСИПОВА.

Кто не знает в Михайловке кинемеханика? Все. Он — житель этой деревни. И кинемехаником Александр Казак работает здесь почти десять лет. Еще в школе Казак увлекался киноискусством. А потому и выбор сделал такой: поступил на курсы кинемехаников. Работать вернулся в родную деревню. И сразу, как говорится, дело пошло на лад. Совхоз получил новую киноаппаратуру. И жители Михайловки смотрят теперь широкоэкранные фильмы. Хорошо А. П. Казак рекламирует все поступающие киноленты. И взрослые зрители, и дети с удовольствием идут в кино. Знают, что кинемеханик продемонстрирует картину без «ЧП». Александр Петрович постоянно повышает свою квалификацию. Недавно он получил права кинемеханика первого класса.

На снимке: А. П. Казак готовит киноаппаратуру к началу следующего сеанса.

Фото В. СТРЕПЕТОВА.

В ЖИЗНИ советских коммунистов наступил важный период — начался обмен партийных документов. По установленной традиции партбилет нового образца за номером первым был выписан в ЦК КПСС первого марта на имя Владимира Ильича Ленина — основателя и вождя Коммунистической партии.

Это — свидетельство того, что великая энергия ленинского ума, биение горячего ленинского сердца продолжают жить в делах и свершениях партии и народа.

Вся героическая история нашей партии, ее борьба за народные интересы внутри страны и

борьба за политическую власть пролетариата, его диктатуру, за социализм и коммунизм была целью и смыслом их жизни. На их примере служения рабочему классу, трудящимся учились и учатся коммунисты нашей страны и всего мира жить и бороться за свободу и счастье людей, украшающих своим трудом землю.

Смысл жизни советских коммунистов сегодня — борьба за претворение в жизнь политической линии и экономических планов, выработанных XXIV съездом КПСС. «Самые хорошие планы не будут выполнены», отме-

каждого коммуниста в период обмена партийных документов. Для многих сотен тысяч членов КПСС это требование является нормой жизни. С ним связывает свое пребывание в партии и С. П. Савка — работница фермы колхоза имени XX съезда КПСС. Она откормила сотни голов скота и ныне идет в первых рядах соревнующихся животноводов. В ее группе суточный привес каждого животного превышает 1100 граммов. Звание коммуниста Софья Петровна оправдывает не только своим личным трудом. Она привлекла к нелегкой работе на ферме свою дочь, ее подруг. Так

ВАЖНОЕ СОБЫТИЕ В ЖИЗНИ КОММУНИСТОВ

на международной арене, многогранная работа на современном этапе и вдохновляющие планы на будущее — убедительное свидетельство верности коммунистов идеям марксизма-ленинизма, беззаветного служения своему народу, своей Родине, международному коммунистическому движению. Ум, честь и совесть нашей эпохи — так охарактеризовал партию великий Ленин. Эти ленинские слова внесены в титульный лист партийного билета образца 1973 года. Быть членом ленинской партии — высокая честь и большая ответственность.

Когда В. И. Ленин создавал большевистскую партию, он требовал от каждого ее члена личным участием в одной из ее организаций поддерживать партию в борьбе за высокие цели коммунистов, высоко держать звание члена партии, оправдывать его на деле. «Мы должны, — указывал Владимир Ильич, — стараться поднять звание и значение члена партии выше, выше, выше...» (Пол. собр. соч., т. 7, стр. 290-291).

И сейчас, готовясь к большому событию в своей жизни — получению нового партийного билета, каждый коммунист как бы спрашивает себя: все ли я делаю так, как учил, наставлял Ленин? Так ли я поступаю, как поступали коммунисты, жертвовавшие даже самой жизнью, во имя великого дела партии. В чем смысл и цель жизни коммуниста сегодня?

Маркс, Энгельс, Ленин определяли смысл своей жизни одним словом: борьба. Борьба против частной собственности, за средства производства и эксплуатации человека человеком, против буржуазии и ее прислужни-

чал товарищ Л. И. Брежнев в докладе о 50-лети СССР, — если те, кто трудится у станков или в поле, на животноводческой ферме, в научно-исследовательском институте или в сфере услуг, не вложат в дело частичку своего сердца, своей души. Труд на благо народа во имя великой цели — коммунизма партия считает главным критерием достоинства члена партии в социалистическом обществе. Борьба за высокую производительность труда, за коммунистическое к нему отношение наполняет политическим и производственным смыслом творческую деятельность любого коммуниста.

Партия поставила перед партийными организациями важную и ответственную задачу: организовать в третьем, решающем году пятилетки всенародное социалистическое соревнование под девизом «Дать продукции больше, лучшего качества, с меньшими затратами», превратить этот год в год ударного труда. Активное участие в социалистическом соревновании — это боевой фронт, где коммунисту полагается всегда быть впереди, на самом трудном участке.

Личным примером увлекать людей на преодоление трудностей, уметь вовремя оказать помощь отстающим, побудить равнодушного идти вперед, вовремя разглядеть и поддержать хороший начин, сказать доброе слово о передовике, пристыдить лодыря, одернуть злопыхателя — важные обязанности коммуниста. Задачи, поставленные партией, решать надо длительной, упорной, массовой будничной работой.

Проявлять на своем участке трудовой героизм — и есть то главное, чего требует партия от

на маленьком трудовом участке коммунист делает большое будничное партийное дело.

Быть всегда в поиске, проявлять трудовую инициативу, выступать застрельщиком всего нового, прогрессивного, поддерживать и распространять передовой опыт, всеми силами бороться за создание материально-технической базы коммунизма — главное, к чему неустанно призывает Коммунистическая партия. Для сельских коммунистов нет сейчас задачи важнее и ответственнее, чем борьба за урожай, за расширение посевов зерновых, успешную подготовку к весеннему севу, проведение его в сжатые сроки и на высоком агротехническом уровне.

Устав партии возлагает на ее членов и кандидатов много обязанностей. Их выполнение всегда связано с политической и теоретической подготовкой коммуниста, с его личной активностью в партийной организации и по месту работы, его непримиримостью в борьбе с ними. Личное поведение коммуниста на производстве, в быту, в обществе — не частное его дело, а партийное. Он обязан высоко и в чистоте держать высокое звание члена партии, быть правдивым и честным перед партией и народом, строго соблюдать принципы коммунистической морали, правила социалистического общежития, ставить общественные интересы выше личных.

Начало обмена партийных документов всколыхнуло партийные организации, активизировало коммунистов; повышается их роль в жизни своих трудовых коллективов, ответственность за осуществление задач, поставленных XXIV съездом партии.

Дружишь ли ты со спортом?

— Как ты сдашь, а, может быть, уже сдал, отнюдь не легкие дисциплины Всесоюзного экзамена комсомольцев и молодежи, пионеров и школьников по нормативам комплекса ГТО?

Об этом мы вправе спросить сегодня каждого молодого человека. Потому что прошел уже год, как в нашей стране принят и действует физкультурный закон, соблюдать который должны все, от мала до велика, — комплекс ГТО.

Да, это закон. За ним стоит огромная забота Коммунистической партии и правительства о здоровье и физическом совершенстве всего народа. По своей сути — это закон, не имеющий себе подобных ни в одном государстве мира.

Вроде бы спорт, физкультура — дело сугубо добровольное: хочешь — занимайся, не хочешь — заставить тебя никто не может. Правильно. Но открой устав комсомола, страницу восьмую. Там, среди других обязанностей комсомольца, записано: «Закалять себя физически».

Уже год новому физкультурному комплексу. Работа проделана большая, и самые заметные результаты достигнуты там, где к ГТО отнеслись не как к очередной кампании, не формально. Где не погнались за шумными лозунгами и звонкими обязательствами, где усвоили главную суть физкультурного закона.

Успех пришел к тем комсомольским организациям, которые начали свою деятельность с создания широкой сети спортивных секций и оборонных кружков, строительства новых и более рационального использования существующих спортивных сооружений, где состязания по сдаче норм проходили в яркой и торжественной обстановке, являясь лучшей агитацией за физкультуру и спорт.

В колхозе «Россия» задачи по внедрению комплекса ГТО обсуждались на комсомольских собраниях. Постоянно проводятся соревнования по стрельбе, лыжам, шахматам и шашкам. Запланирована спартакиада по комплексу ГТО: на лучшего метателя гранаты, бегуна, прыгуна, стрелка. В правлении колхоза создан специальный спортивный уголок, где можно узнать порядок приема норм ГТО, рекомендации и основные требования комплекса.

Хорошие слова можно сказать и о комсомольских организациях

Шеломковского совхоза и автотранспортного предприятия и ремстройучастка. Учащиеся Дзержинской средней школы № 1, Новинской средней и Орловской восьмилетней школ успешно сдали нормативы комплекса по зимним видам спорта. Спортсмены этих школ успешно защищают честь района на многих соревнованиях.

Собственно, ничего удивительного нет. Ведь в числе лучших мы называем те комсомольские организации, где и раньше, до принятия нового комплекса, спорт был в почете, где, образно говоря, семена попали на благодатную почву. Состоявшееся на днях заседание бюро райкома ВЛКСМ рассмотрело вопрос «О работе комсомольских организаций по внедрению в жизнь комплекса «Готов к труду и обороне СССР». Отмечена положительная работа названных комитетов комсомола. Мы рекомендуем познаться с опытом комсомольцев колхоза «Россия», где комсомольская и профсоюзная организации работают в тесном контакте, рука об руку, вместе решая возникающие проблемы.

Нам кажется чрезвычайно ценным начинание комсомольцев некоторых школ района, где решено, что каждый выпускник вместе с аттестатом получит удостоверение о сдаче норм комплекса ГТО. Будет хорошо, если эту инициативу поддержат все школы района, профтехучилище. Многие юноши и девушки уже с гордостью носят высшую физкультурную награду — золотой значок ГТО.

Но мы должны сказать, что сегодня еще больше тех, кому еще только предстоит держать экзамен на физическую закалку. Нельзя не заметить нерасторопность отдельных комитетов комсомола. Такое положение сложилось, в частности, в Дзержинском леспромхозе. Здесь лишь обсудили постановление о принятии нового комплекса ГТО, а мер по его выполнению так и не выработали.

Экзамен не может пройти успешно без понимания главной его особенности — ориентации на каждого молодого человека. Здесь не ставится задача увеличить число классовых спортсменов, а спорт сделать по-настоящему массовым.

В. ИВАНОВ,
секретарь райкома комсомола.

Кунгурский ремонтный завод — передовое предприятие Пермского областного объединения «Сельхозтехники». За успехи в соревновании в честь 50-летия СССР коллектив завода награжден Юбилейным почетным знаком. В 1972 году сверх плана было отремонтировано двигателей и тракторов на 100 тысяч рублей. В новом году коллектив работает над освоением новой технологии ремонта, позволяющей повысить ресурс тракторных и автомобильных двигателей.

На снимках: передовые слесари-ремонтники моторов ударники коммунистического труда (слева направо) Н. Попов, Ю. Евтушенко и В. Паньков.

Фото Е. ЗАГУЛЯЕВА (Фотохроника ТАСС)



ДЕТСКИЙ СПЕКТАКЛЬ

В последний день школьных каникул очень порадовали детей артисты Канского драматического театра. Они показали в районном Доме культуры водеvil «Вовка на планете Ялмез». Спектакль был тепло принят не только детьми, но и взрослыми.

Это не полиомиелит, но...

«Наш четырехлетний сынишка Сережа стал прихрамывать и жаловаться на боль в правой ноге. Мальчик заболел весной, температура у него не повышалась, появились лишь насморк и кашель. Ния, ни муж не придали этому значения, тем более, что мальчик не падал, не ушибался. Потом мы все-таки обратились к врачу. К нашему ужасу он определил полиомиелитоподобное заболевание. Что это такое, опасно ли?» (Из письма в редакцию)

Многих родителей, естественно, пугает грозное название: «полиомиелитоподобное заболевание». Но с истинным полиомиелитом путать его не следует.

В последние годы врачи довольно часто сталкиваются с заболеванием детей, чем-то напоминающим ликвидированный в

нашей стране полиомиелит. Но, к счастью, течет недуг более легко. Да и вызывают его совсем иные возбудители — кишечные вирусы. Болезненным процессом могут поражаться слизистые оболочки верхних дыхательных путей (легкий грипп, ангина), желудочно-кишечный тракт, мыш-

цы сердца и те или иные отделы нервной системы. Более всего должны, конечно, волновать формы болезни, задевающие нервную систему. Ведь страдают от них в основном дети до трех лет. Нервная система при полиомиелитоподобном заболевании поражается, правда, не столь уж глубоко и это предопределяет его относительно благоприятное течение. Но успокоенности, благодушия (похромал и обойдется) не должно быть. В одних случаях у детей, страдающих этой инфекцией, возникают

парезы лицевого нерва — отказывают веки, задевающие движениями лицевых мышц, лицо ребенка тогда перекашивается, он не может полностью закрыть глаз, поднять бровь, нахмуриться, нередко текут слезы. В других случаях возникает хромота, особенно заметная при беге.

Так или иначе, но всегда следует немедленно начать лечение. Госпитализация таких больных совершенно обязательна, ибо никогда нельзя предвидеть, к каким последствиям приведет это с виду легкое нарушение здоровья.

Да и думать надо о других — здоровых детях, об ограждении их от реальной возможности заразиться.

Т. СКИРПКО.

До Октябрьской революции на территории Агинского Бурятского национального округа не было профессиональных медиков. А сейчас здесь трудятся десятки высококвалифицированных врачей. Медицинский центр округа — больничный комплекс в поселке Агинское, где одновременно могут проходить курс лечения в стационаре двести человек. В просторных, светлых зданиях расположены лечебные кабинеты, оснащенные самым современным оборудованием, химическая, биохимическая, бактериологическая лаборатории.

Коллектив медиков ведет большую методическую и профилактическую работу. Врачи окружной больницы часто выезжают для оказания медицинской помощи на местах.

На снимке: заслуженный врач РСФСР окулист Ц.Ц. Цебенова. Она работает здесь уже 25 лет.

Фото Г. КАЛАЧЬЯНА.
(Фотохроника ТАСС)

Аллергический диатез

Родители часто сетуют: дали ребенку яйцо, рыбу или грибы, а у него начался зуд, тело покрылось волдырями, температура поднялась. А мать пятилетней дочери удивляется: когда бы ни ставили бабушке горчичники, у девочки тут же возникает кашель.

Чем это объяснить? Это проявления аллергии — особого состояния организма, при котором повышается его избирательная чувствительность к какому-то одному или нескольким веществам. Эти индивидуальные раздражители получили название аллергенов. При подробном расспросе нередко выясняется, что у родителей такого ребенка тоже бывали или бывают проявления аллергии. Врачу без помощи окружающих бывает очень трудно выяснить: какой именно аллерген вызвал нежелательную реакцию? А без такого уточнения нельзя назначить правильное лечение.

У большинства детей к кожному зуду и высыпаниям ведут пищевые раздражители. Но какой из них? Для определения этого родным рекомендуется вести специальный «пищевой дневник» — в течение 7-10 дней подробно записывать: что ребенок ел и пил, когда и какие у него возникали ответные реакции. Потом продукты, которые оказываются виновниками аллергических поражений кожи либо нарушений нормальной работы кишечника, необходимо удалить из рациона. Чаще всего в роли аллергенов оказываются мясные и рыбные бульоны, яйца, шоколад, несколько реже — рыба, сыр, грибы, ягоды.

Помещение, в котором находится подверженный аллергии ребенок, следует с особой тщательностью убирать, причем, влажным способом, чтоб не поднималась в воздух пыль. В квартире нельзя держать домашних животных и цветущих растений — они тоже могут провоцировать аллергические реакции. Стиральные порошки и вообще все другие, применяемые в быту химикаты, должны быть хорошо упакованы и спрятаны в плотно закрытые ящики.

Родители должны предупредить врача о том, что их ребенок плохо переносит то или иное лекарство.

Е. ЛАКОТНИНА.

З Д О Р О В Ь Е

Медицинская страница

7 апреля — Всемирный день здоровья

КАШЕЛЬ

Кашель в большинстве случаев является защитной реакцией организма. По меткому выражению одного из физиологов, кашель — это «сторожевой пес», который охраняет наши легкие от инородных тел и заботится о немедленном выведении их, если они туда все же попадают. Чтобы лечить кашель, надо прежде всего разобраться в причинах, какими он вызван и посоветоваться с врачом. Чаще всего это одно из проявлений острых и хронических воспалительных заболеваний дыхательных путей и легких. Туберкулез, бронхитальная астма, ангины и другие простудные заболевания сопровождаются, как правило, кашлем. Обычно по утрам кашляют курильщики. Бывает и так называемый «сердечный кашель», сопровождающий некоторые сердечные болезни. А иногда кашель — просто вредная привычка. Если у человека поражены верхние дыхательные пути, бронхи или плевра, его мучает сухой кашель.

Как избавиться от него? Пос-

тавьте перед сном горчичники на область груди, подышите над паром. Обязательно выпейте теплого молока с боржомом или питьевой содой (1 чайная ложка на стакан). Хорошо помогает также испытанное народное средство — отвар калины с медом. Следует отказаться от острой и соленой пищи — она раздражает слизистую оболочку. Если человек болен острым трахеобронхитом, то у него сначала появляется влажный кашель, затем его сменяет сухой. В таких случаях врачи назначают содовое питье, разнообразные лекарства, способствующие лучшему отделению мокроты. Хорошо помогает ингаляции (вдыхание паров) однопроцентного раствора поваренной соли, двухпроцентного раствора соды, скипидара (одна чайная ложка на стакан горячей воды). В любой аптеке есть также лекарства, которые можно купить без рецепта, что очень удобно. «Убивают» кашель такие лекарства, как пектусин, грудной эликсир, нашатырно-анисовые капли, пектол, специальные таблетки от кашля.

СОВЕТЫ ПОЖИЛЫМ

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ — ХОРОШЕЕ САМОЧУВСТВИЕ

По мере старения формируются качественно новые взаимоотношения между органами и системами организма человека, снижаются расходование и обмен веществ, уменьшается мышечная масса тела, падают физическая активность и общая подвижность. С годами хуже начинает работать и весь механизм пищеварения: желудок, кишечник и поджелудочная железа вырабатывают меньше ферментов, участвующих в расщеплении пищи и всасывании необходимых для жизнедеятельности веществ. Вот почему стареющему человеку надо меньше есть, снизить калорийность своего рациона, чтобы избежать излишней полноты и

накопления в желудке и кишечнике переработанной пищи, что чревато последствиями. Становящаяся менее подвижной диафрагма затрудняет дыхание, а на работе сердца отрицательно сказывается его более горизонтальное положение.

Редко кто из полных людей признается: «Я много ем!» Между тем, если человек не болен, избыточный вес может появиться только при переизбытке. Чтобы аппетит не подводил вас, составьте подробный перечень того, что вы едите и пьете в течение дня. Просмотрев этот список, довольно легко найти то, за счет чего можно уменьшить свой

дневной рацион. Такая «операция», осуществленная после консультации с врачом, наверняка благотворно скажется на здоровье. Если уменьшить суточное меню хотя бы на 100 калорий (это — кусок белого хлеба с маслом, либо одно яйцо, стакан молока, 30 граммов вареного риса, 4 кусочка сахара, 30 граммов сыра), то в течение месяца организм не получит 3000 калорий, а общий вес тела снизится на 200-300 граммов. Если еще один раз в неделю устраивать разгрузочный (творожный или яблочный) день, то похудеть можно еще больше. В среднем за сутки организм

ЧТОБЫ НЕ ОДОЛЕЛ НЕДУГ

Наступила пора глубоких изменений в природе. Резко колеблется температура и влажность воздуха, атмосферное давление. В эту пору многие больные хроническими заболеваниями чувствуют себя хуже. И важно в этот период предупредить обострение болезни, не дать недугу одолеть себя.

Например, обострение ревматизма чаще всего падает на сезон простудных заболеваний. Поэтому больные ревматизмом должны тщательно следить за одеж-

дой, чтобы не переохладиться. А иногда после совета с врачом следует пройти профилактический курс лечения обычными антиревматическими средствами. И вообще все больные хроническими заболеваниями, склонные к сезонным обострениям, должны после обязательной консультации с врачом проводить профилактические мероприятия. Обострение болезни легче предупредить, чем проводить лечение уже запущенного процесса.

пожилого человека должен получать не более 2400-2800 калорий. Не рационально садиться к столу чаще чем четыре раза в день. Ужинать следует не позже, чем за два часа до сна. Предпочтение должно отдаваться растительным жирам — подсолнечному, кукурузному, нельзя злоупотреблять сладостями, сдобой, кондитерскими изделиями. Хлеб лучше есть черный, в нем больше клетчатки, которая активно влияет на работу желудка и кишечника, улучшает пищеварение. По этой же причине полезны овощи, фрукты, бахчевые культуры.

Надежный путь нормализации веса — посильная физическая работа, прогулки, бег трусцой. Но только без всякой самодеятельности — с консультацией медицинского работника!

Д. Я. ЕНКО,
врач.



Наука и техника: поиски, открытия

КИНЕМАТОГРАФ СЕГОДНЯ И ЗАВТРА

КАКИМ НАМ представляется кинематограф завтрашнего дня? Конечно, он будет не только звуковым, цветным, но и объемным, а возможно, — и с имитацией других эффектов присутствия.

Кино принадлежит к числу крупнейших достижений человеческой культуры. С момента появления первых подвижных «тушманых картин» на экране и до наших дней кинотехника прошла большой путь совершенствования. Много лет «иллюзион» (как называли кино в старое время) был «немой». В тридцатые годы «великий немой» заговорил. Люди старшего поколения помнят, с каким восторгом воспринимался первый советский звуковой фильм «Путевка в жизнь», снятый режиссером-новатором Н. Экком. Вскоре на киноэкране появилась и «радуга»: первым цветным фильмом была «Груня Курнакова».

Изобретатели стремились создать на экране еще более полную иллюзию реальности. Так появились стереофильмы. Вначале был принят классический, издавна известный способ получения пространственных изображений. На экран проецировали две «картинки» одного объекта, снятые с двух точек зрения — для левого и правого глаз. С помощью специальных (поля-

роидных) очков зритель воспринимает оба изображения, которые в его сознании сливаются в одно, объемное, как бы «висящее» в пространстве.

Еще одним смелым шагом стало изобретение новатором кинематографа С. П. Ивановым безочкового стереокино. В нем применяется особый растровый экран. Много лет на экранах Москвы, Киева, Ленинграда, Астрахани шли фильмы, снятые по этому методу.

Позже С. П. Иванов создал метод интегрального стереокино, который значительно повысил качество передачи объемных изображений. Новый принцип состоит в том, что кинолента при съемке и проекции на экран движется не в вертикальном положении (сверху вниз), а в горизонтальном (слева направо) направлении. Это новшество открыло новые необычайные возможности. Выдающиеся советские ученые С. И. Вавилов, Л. Д. Ландау и другие давали изобретению интегрального кино самую высокую оценку.

Если в обычном стереофильме пленка позволяет разместить лишь два изображения, то в интегральном они следуют одно за другим непрерывно по ходу всего сюжета. Проецирование на экран осуществ-

ляется несколькими объективами. Недавно творческой группой студии «Мосфильм» был снят первый в мире интегральный видовой киночерк о южном берегу Крыма. Он демонстрировался в столичном кинотеатре «Октябрь».

Смело вторгается сейчас в область кино техника телевидения и электроника. Специалисты прогнозируют ближайшее будущее, считают, что на смену классической пленке с фотоизображением придет магнитная с видеозаписью. Она не требует длительной химической обработки. Отснятый, вернее записанный на пленку сюжет может тут же демонстрироваться. А проецирование на пленку сюжета будет примерно таким, как в телевидении.

Оригинальный тип «лазерной трубки» разработали ученые Физического института имени П. Н. Лебедева Академии наук СССР. В ней поток электронов «бомбардирует» мишень — крошечный кристалл из сплава селена и галлия. При этом рождается сильный пучок света. По мнению физиков, этот принцип позволяет получить не только черно-белое изображение, но и цветное движущееся изображение. Новый метод дает очень высокую четкость кинокадров и весьма сочные краски.

В зарубежной прессе появились сообщения о проектах создания... «кинематографа обоняния». Представьте себе, что на экране — аллея с цветущими розами. Зритель в зале в это время чувствует аромат цветов. Демонстрация будет осуществляться синхронно: показ изображения и распыление душистых веществ.

А. ПРЕСНЯКОВ.

ТИГРОЛОВЫ

В дебрях Уссурийской тайги пролегали трудные тропы тигролов. Недавно охотничья удача выпала на долю известного зверолова Аверьяна Черепанова и братьев Георгия, Владимира и Петра Кругловых. В глухих распадках Сихотэ-Алиня они отловили трех тигров, причем один весил 140 килограммов.

Тигры — богатство дальневосточной тайги. Они находятся под охраной государства. Отлов разрешается только по специальным лицензиям и в строго ограниченном количестве. Благодаря охраняемым мероприятиям, число этих зверей за последние годы увеличилось почти втрое. Отлов полосатых хищников ведут бригады Дальневосточного зоологического комбината, Уссурийские тигры пополнили зоопарки Советского Союза, а также ГДР, Японии, Голландии.

На снимке: братья Кругловы: слева направо — Георгий, Петр и Владимир со своим трофеем.

Фото Г. Хренова (Фотохроника ТАСС).



НАШИ консультации К ТЕХНИКЕ ОТНОСИТЬСЯ ПО-ХОЗЯЙСКИ

«Бесхозные трактора» — так называлась заметка, помещенная в одной из районных газет Сибири. В ней рассказывалось о том, что шесть тракторов колхоза «Восход» перезимовали под открытым небом. Такая зимовка не обошлась без «жертв»: обнаружилось, что четыре трактора пришли в негодность. Заметка заканчивалась словами: «Винные наказаны».

К сожалению, иногда так бывает. И приходится к тем, кто виновен в поломке или порче сельскохозяйственной техники, применять меры уголовного воздействия.

Чаще всего сельскохозяйственные машины ломаются, когда их неправильно используют — не соблюдают правил эксплуатации и управления, не проводят техни-

ческих осмотров, вовремя не ремонтируют. Нерадивый водитель сознает, что вверенная ему техника находится в неисправном состоянии, но продолжает ее использовать, надеясь на «авось». А в результате механизм выходит из рабочего состояния. Невозможно представить, каковы будут последствия, если сломается трактор во время вспашки или комбайн в горячую пору уборки.

Именно поэтому закон строг к виновным в преступно-небрежном использовании или хранении сельскохозяйственных машин, принадлежащих совхозам, колхозам и другим организациям. Эти люди могут быть приговорены к лишению свободы сроком на один год или к исправительным работам на тот же срок.

Подобное наказание ждет и

лиц, виновных в разукомплектовании тракторов, автомобилей, комбайнов. Ведь как иногда поступает бесхозяйственный работник? Он демонтирует машину, снимает с нее отдельные детали или воспользуется необходимыми ей запасными деталями, чтобы использовать все это на других механизмах.

Разукомплектовывая какой-либо механизм, виновный не ставит перед собой цель незаконно обогатиться. Ему хочется только одного — чтобы его машина нормально работала. А то, что в результате таких действий другой водитель не сможет, допустим, выехать в поле, его не волнует. «Лишь бы у меня все было благополучно», — вот психология человека, переставшего дефицитную деталь с чужого тракто-

ра на свой. Такое явление противоречит принципам социалистического общества и поэтому с ним ведется борьба.

Порой наказание за преступно-небрежное использование, хранение сельскохозяйственных машин или их разукомплектование не идет впрок виновным. Они вновь совершают одно из названных преступлений. Повторность является обстоятельством, отягчающим ответственность. При таких условиях наказание назначается в виде лишения свободы на срок до трех лет. На такой же срок приговаривают преступников, нанесших своими действиями крупный ущерб, даже в тех случаях, когда они совершают преступление впервые.

Если теперь вернуться к упомянутой вначале заметке, станет ясно, что кроется за словами: «Винные наказаны».

И. ГРАНКИН,
юрист.

Редактор А. Ф. ФИЛЬКИН.

ТВ

3 апреля

Из Москвы:

15.35 — «Две встречи». Телевизионный художественный фильм (Венгрия). 16.45 — Чемпионат мира по хоккею; Швеция — СССР, 3-й период; Финляндия — СССР, 3-й период. 18.00 — «Время». 18.30 — Заключительный концерт Всесоюзного смотра сельской художественной самодеятельности. Трансляция из Кремлевского Дворца съездов (в записи).

Из Красноярск:

22.05 — «День за днем». Информационная программа. 22.20 — Для молодежи. «Современник».

Из Москвы:

23.00 — «Время». Информационная программа. 23.25 — Чемпионат мира по хоккею: СССР — Польша. Трансляция из Дворца спорта Центрального стадиона имени В. И. Ленина.

4 апреля

Из Москвы:

15.50 — «Дмитрий Кабалевский». Телевизионный музыкальный фильм. 16.50 — В эфире «Молодость». «Харьков — Минск — Волгоград». Переключка комсомольско-молодежных бригад тракторостроителей.

Из Красноярск:

19.00 — Фильмы детям. 19.20 — «Пешеход, водитель, дорога...». Информационная служба ГАИ. 19.30 — «Трасса уходит на Восток». Телевизионный рассказ. 19.55 — Музыкальные минутки. 20.00 — Для тружеников села. «На сибирских просторах». 20.30 — «Широка страна моя родная». Телевизионный конкурс песен. 21.10 — «День за днем». Информационная программа.

Из Москвы:

21.30 — Чемпионат мира по хоккею: ФРГ — Швеция. 3-й период. Трансляция из Дворца спорта Центрального стадиона имени В. И. Ленина. 22.15 — «На земле Калужской». Передача 3 я. 22.45 — «Товарищ песня». Концерт по заявкам. 23.20 — «Мир социализма».

Кинотеатр «ЗАРЯ»

3-4 апреля

Я — ТЯНЬ-ШАНЬ

Начало в 3, 6-10, 9 часов.

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ

Дзержинскому пищекомбинату на постоянную работу требуются: мастера хлебопечения, заведующий пекарней, главный инженер, технолог, механик, электрик, слесарь.

* * *

Дзержинскому хлебоприемному пункту требуются: электромеханик, элентрик, элентросварщик, плотник.

НАШ АДРЕС: 663700, село Дзержинское Красноярского края, улица Кирова, 11, второй этаж.

ТЕЛЕФОНЫ: редактора — 1-63, заместителя редактора, отделов партийной жизни и сельского хозяйства — 1-04, ответственного секретаря и отдела промышленности — 1-60, отдела писем — 1-54, телефоны типографии: общий — 1-107, бухгалтерии — 1-62.

Типография газеты «Дзержинец» краевого управления издательств, полиграфия и книжной торговли. Тираж 4133 Заказ 261.