

ПРОЛЕТАРИИ ВСЕХ СТРАН, СОЕДИНЯЙТЕСЬ!

ЛЕНИНСКИЙ ШАХТЕР

ОРГАН ЛЕНИНСК-КУЗНЕЦКОГО ГОРКОМА КПСС И ГОРОДСКОГО СОВЕТА
ДЕПУТАТОВ ТРУДЯЩИХСЯ КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОДОВОЙ— ДОСРОЧНО!

Клеевой завод выдал последнюю тонну клея в счет ударного года пятилетки. А основной показатель—годовой план по реализации продукции— завод выполнил еще 20 ноября.

Высокопроизводительно потрудилась смена № 4, где старшим аппаратчиком работает А. В. Коновалов. Также отлично несли трудовую вахту в ударном году пятилетки слесарь А. Г. Неструк, аппаратчица Т. А. Сысоева, пошивщица А. В. Сурова, вакуумаппаратчица В. И. Невежина.

Сейчас коллектив завода наметил себе новый рубеж: выпустить сверх годового плана 240 тонн клея, 350 тонн костного жира, 1300 тонн костной муки всех видов — на 340 тысяч рублей.

★ ★ ★

Проходческая бригада В. В. Смирнова с участка № 3 шахты «Кузнецкая» работает уже в счет 1974 года. О досрочном выполнении годового плана горняки рапортовали 4 декабря: пройдено 1624 метра горных выработок.

Бригада В. В. Смирнова ведет проходку двух спаренных выработок. По мере подвигания забоев делаются соответствующие переходы из одного штreta в другой. В начале года этот коллектив проходил выработки бурозрывным способом с помощью машины УП-3. А с июля бригада ведет нарезку проходческим комбайном ПК-3М.

Для бригады В. В. Смирнова на шахте не создавались какие-либо благоприятные условия. Здесь каждое звено заинтересовано не только в том, чтобы самим выполнить наряд, но и подготовить фронт работы сменщикам. Примерный порядок, чистота—стиль работы бригады.

И. КУЗНЕЦОВ, рабкор.

★ ★ ★

Коллектив обогатительной установки шахты имени Ярославского выполнил годовой план выпуска сортовых углей.

Председатель местного комитета профсоюза О. А. Чудинов сообщил, что все основные пункты социалистических обязательств, взятые на третий, решающий год девятой пятилетки, коллективом обогатительной установки выполнены. Выдано сверх плана 36,6 тысячи тонн сортовых углей, их зольность снижена на 0,4 процента.

Среди технологических смен в соревновании отличилась смена, руководимая О. А. Чудиновым. Знаком «Победитель социалистического соревнования 1973 года» награждены помощник сепараторщика Е. Бурманова, электрослесарь А. Белорусцев. Передовики соревнования являются слесарь Ю. Песоцкий, коммунист А. Язев, работница В. Дульцева и многие другие.

Досрочному выполнению годового плана во многом способствовал творческий подход к делу, забота об усовершенствовании технологии производства.

В. ГРИГОРЕНКО,
декретарь парторганизации
обогатительной установки.

Праздник труда

Вторник для коллектива Ленинского шахтостроительного управления № 2 треста «Кузбассуглестрой» был необычно праздничным. О начале собрания известили не объявлением и приглашением, а духовым оркестром. Такое случается не часто, а потому настроение у рабочих было приподнятое. В такой вот праздничной обстановке состоялся деловой разговор: подводились итоги работы коллектиvos участков за прошедший месяц. Первое место и переходящее Красное знамя присуждено участку № 3, руководит которым В. П. Сапронов.

Вымпел «Передовая бригада» вручен бригаде И. Я. Ренца, выполнившей план на 176 процентов. От нее немного отстает бригада плотников Н. Т. Сарапина.

Здесь же, на собрании, подтвердили звание ударников коммунистического труда десять человек из бригады И. Я. Ренца. А еще 11 рабочим присвоено это звание.

В. ЕФИМОВ,
штукатур-маляр.

Большой успех

Его добился коллектив участка № 3 шахтотуправления «Кольчугинское». Здесь бригада В. Громадко в ноябре добыла сверх плана более 12000 тонн угля на комплексе МК-Э.

Горняки добились такого достижения, преодолев трудности. Мешали недоделки, допущенные при монтаже комплекса бригадой завода «Красный Октябрь», не хватало электрослесарей-ремонтников.

Бригада работала с полным напряжением сил. Высокое мастерство показали комбайнеры: Токарев, Кем, Киришин, Баранов. Горнорабочие Спицын, Галятин, Кузнецова трудились с полной отдачей сил и умения.

Коллектив бригады В. Громадко по итогам ноября вышел победителем в соревновании с бригадой Г. Шумакина, которая выдала сверх плана более 10000 тонн угля.

П. РЯЗАНОВ.

ПРОХОДЧЕСКАЯ бригада Ивана Богрянцева в декабре решила перекрыть прежний шахтный рекорд — 820 метров, который, впрочем, установила она же сама. Сейчас намечено пройти за 25 дней двумя забоями уже 1000 метров горных выработок. Как идут дела бригады?

Макаревич, закручивая последний болт. — Вот и все, поехали.

Загудела сирена, все разошлись по своим местам. Петр Макаревич включил комбайн, привычным движением руки направил режущий орган комбайна в нижний правый угол забоя.

Я невольно залюбовался ра-

№ 241 (10858)

ПЯТНИЦА

7

ДЕКАБРЬ

1973 года

Цена 2 коп.

Газета основана
1 октября 1930 года



ВОЛГОГРАД. Металлургический завод «Красный Октябрь» освоил с начала года выпуск десяти новых марок высококачественной стали для производства автомобилей, тракторов, химических аппаратов и других изделий. Всего же волгоградцы выплавляют свыше 400 марок стали. Металлы «Красного Октября» получают предприятия не только Советского Союза, он экспортится в десятки стран.

В РЕКОРДНЫЙ СРОК

БРАТСК (Иркутская обл.). Получен первый металлический корпус местного алюминиевого завода. Обжиг электролизеров и пуск первой ванны произведены в рекордно короткий срок — за 71 час. Такого еще не было на родственных предприятиях страны.

ПЫЛЬ В ЛОВУШКЕ

КРИВОЙ РОГ. Эффективный способ закрепления отвалов разработали учёные Всесоюзного научно-исследовательского института безопасности труда в горнорудной промышленности. Гигантские чаши гидроотвалов с отходами обогащения руды напоминают иногда кипящие котлы. Порывы ветра поднимают над ними клубы пыли. Но вот пролетел вертолет, оставляя за собой прозрачный водяной шлейф, и воздух стал чистым. Поверхность отвала оказалась покрытой тонкой эластичной пленкой. Ей не страшны ни зной, ни дожди, ни морозы, пленка сохраняет свои свойства на протяжении восьми-десяти месяцев.

ПОЛИНТСЯ НЕФТИНОЙ ПОТОК

ИЖЕВСК. Первые сотни тонн промышленной нефти получены на новом Южно-Киенгопском месторождении. Это уже пятое по счету месторождение Удмуртии, на котором начата промышленная добыча ценного горючего. В третьем году пятилетки промысловики республики извлекут из недр два миллиона тонн нефти — столько, сколько было добыто ее здесь за первые два года девятой пятилетки.

ПОБЕДА ХИМИКОВ

НОВОМОСКОВСК (Тульская область). На месяц раньше срока химкомбинат имени В. И. Ленина выполнил трехлетний план производства минеральных удобрений. С начала пятилетки дополнительно к заданию им отгружено многие десятки тысяч тонн. Только в этом году выработано сверх плана 50 тысяч тонн.

ФЛАГ НАД КОРПУСОМ

КАЗАНЬ. В Набережных Челнах поднят алый флаг в честь трудовой победы, одержанной строителями и монтажниками Камского автогиганта. В рекордно короткий срок — за 25 месяцев — завершено сооружение главного корпуса завода дизелей. На заводе будут установлены высокопроизводительные станки, изготовленные в СССР, ФРГ, США, Италии, Франции. Цеха его рассчитаны на годовой выпуск 250 тысяч дизельных двигателей большой мощности.

(ТАСС).

ИДЕТ СКОРОСТНАЯ

В первый день декабря проходчики прошли 40 метров, во второй — 32. Неплохое начало. В штреke, куда мы пришли с бригадиром, стояла непривычная тишина. В глубине его слышалась только стук молотка.

— Как дела? — спросил И. Богрянцев.

— Скоро поедем, — коротко ответил звеневой Петр Макаревич.

— А в том забое как?

— Режут, на третий круг поехали.

— Отстали не так уж намного, — говорит бригадир.

— Догоним, — уверенно заявил бригадиру Петр

богой молодого комбайнера. Ни одного лишнего движения. Режущий орган, повинувся воле человека, плавно идет по кругу. Дойдя до середины забоя, комбайнер стал обрушать низ, затем верх.

Когда остановился комбайн, я взглянул на часы. «Круг» был подрезан за восемнадцать минут. Основная операция была проделана мастерски, и теперь потребуется всего восемь—девять минут, чтобы закрепить обнаженное пространство. Стойки и огнива уже были подготовлены и лежали невдалеке от забоя. Пока проходчики И. Артамонов, П.

М. ШАЕВ.
Шахта «Кузнецкая».

XXX ГОРОДСКАЯ КОМСОМОЛЬСКАЯ

Из отчетного доклада ГК ВЛКСМ

БОЛЬШОЙ трудовой вклад внесли комсомольцы города в выполнение пятилетней программы. Десятки комсомольских коллективов, тысячи юношей и девушек зарекомендовали себя в этой пятилетке подлинными удивителями. Говоря об этом в отчетном докладе ГК ВЛКСМ, первый секретарь горкома Виктор Савостин в числе лучших с полным основанием назвал комсомольско-молодежные бригады проходчиков В. Самойлова (шахту «Кузнецкая»), слесарей-сборщиков В. Мануйленко (завод «Красный Октябрь»), опытников М. Каечкова (шахта «Комсомолец»), шахтера З. Бердюгина (объединение «Одежда») и многие другие.

В городе широко развернулось движение «Пятилетка — ударный труд, мастерство и поиск молодых». С большим энтузиазмом в нем участвуют 52 комсомольско-молодежных коллектива. Свыше 8 тысяч юношей и девушек трудится по личным комсомольским планам.

Городской комитет комсомола на плenumах и бюро, слетах и активах постоянно рассматривал вопросы дальнейшего выполнения профессионального мастерства юношей и девушек, обеспечения экономии и бережливости, воспитания у юношей и девушек коммунистического отношения к труду.

Выражением творческой активности комсомольцев и молодежи нашего города стала ежегодная конференция юношей и девушек по профессии среди токарей, фрезеровщиков, продавцов, поваров, и др. Она в большинстве своем является настоящей школой передовых методов труда, завоевав большой популярностью у рабочих молодежи.

В настоящее время в угольной промышленности трудится 2200, в машиностроительной — 1000, легкой и пищевой — более 1500 членов ВЛКСМ. В каждой отрасли комсомольские организации ищут формы привлечения их к научно-техническому творчеству — рационализаторству и изобретательству.

Всего в городе в смотре научно-технического творчества молодежи приняло участие более 600 молодых рационализаторов. Им подано 288, введенено 232 рационализаторских предложения с общим экономическим эффектом в 197,9 тыс. рублей.

Вместе с тем, отмечает докладчик, нас не должны успокаивать ни обици цифры участников соревнований, ни само содержание проделанной работы. По-прежнему значительными недостатками в организации соревнований являются шаблонность, формализм, отсутствие четких обоснованных обязательств. Это прежде всего относится к комсомольским комитетам КСК, заводу «Кузбассалмент», шахте «Польская». Здесь отсутствует гласность соревнования, пропаганда передового опыта.

К сожалению, приходится констатировать, что нашим комсомольским комитетам не хватает пока уровня анализа идейности, промышленности в соревновании, так, чтобы были выявлены их причины.

У нас созданы и действуют более 160 штабов и постов «КП». Политический опыт их работы накоплен в комсомольских организациях шахт «Польская», имени 7 Ноября и других. Однако следует признать, что во многих комсомольских комитетах и, прежде всего, городского штаба «КП» борьба за экономию и бережливость не стала одним из основных направлений в работе комсомольской организации.

Нас не могут не тревожить случаи нарушений трудовой дисциплины. Анализ, проведенный бригадой общего ВЛКСМ на 12 предприятий города, показал, что за 7 месяцев опоздало на работу и прогуляло свыше 800 молодых рабочих. Только они нанесли ущерб в сумме более 20 тысяч рублей.

Комитеты комсомола должны занять непримиримую позицию и изменить положение дел. Каждый случай нарушения должен получать принципиальную оценку в комсомольском коллективе, особенно если это касается злачной ВЛКСМ.

В ПОСЛЕДНЕЕ время, говорит тов. Савостин, у нас накоплен определенный опыт участия комсомольских организаций ГПТУ в совершенствовании учебно-воспитательного процесса, привитии учащимся интереса к знаниям, добросовестного отношения к труду и учёбе. Заслуживает внимания работа комсомольских организаций и подколлективов ГПТУ №№ 14, 25, 38. Главная особенность этой работы — в первую очередь, стремление добиться высокого уровня успеваемости и дисциплины учащихся, их общественно-политической и трудовой активности. Действенной формой в этом деле служит соревнование, которое постоянно развивается и ширится при непосредственном участии комитетов ВЛКСМ.

Ответственным моментом в жизни каждого молодого человека являются его первые шаги на производстве. Становление рабочего человека — процесс сложный, многогранный. И если он сократит сроки совершенствования своего мастерства — производительность труда значительно возрастет. Опыт показал, что наиболее эффективной формой воздействия на его формирование является индивидуальное шефство опытного наставника. Горючко комсомола необходимо укрепить контакты наставников с комсомольскими группами.

ДЛЯ КАЖДОГО комсомольца, для всех юношей и девушек, подчеркивает докладчик, 4-й год пятилетки будет наполнен особым смыслом. В апреле 1974 года состоится XVII съезд ВЛКСМ, будет торжественно отмечаться 50-летие комсомола и Всесоюзной пионерской организации имени В. И. Ленина. Это накладывает на каждого из нас еще большую ответственность за результаты своего труда, за личный вклад во всенародную борьбу по выполнению заданий 9-й пятилетки. Задача комитетов ВЛКСМ — активизировать свое участие в пятилетке — ударный труд, мастерство и поиск молодых».

Выполняя решения пленума, большинство крупных комсомольских организаций стали составлять единые планы работы с дворцами и клубами, уделять особое внимание занятости молодежи в выходные дни. Однако еще многим комитетам ВЛКСМ не хватает продуманности, системы проводимых мероприятий. ГК ВЛКСМ необходимо активизировать работу штаба всенародной борьбы по выполнению заданий 9-й пятилетки. Задача комитетов ВЛКСМ — активизировать свое участие в пятилетке — ударный труд, мастерство и поиск молодых».

ГОРОДСКОЙ комитет ВЛКСМ провел определенную работу по дальнейшему укреплению организационно-политическому укреплению первичных комсомольских организаций, повышению их роли в хозяйственной и культурном строительстве, росту общественной активности комсомольцев и молодежи. В отчетный период комсомольские комитеты больше внимания уделяли работе цеховых организаций, комсомольских групп, их деятельность обсуждалась на пленумах и заседаниях ГК ВЛКСМ.

Меры, принятые горкомом ВЛКСМ, первичными комсомольскими организациями, отмечает докладчик, позволили улучшить индивидуальную работу, повысить авторитет городской комсомольской организации.

Докладчик далее подробно охарактеризовал итоги отчетно-выборочной кампании. Вместе с тем необходимо отметить, что организационное укрепление первичных организаций еще не стало предметом особой заботы ГК ВЛКСМ, комсомольских комитетов города. Ряд комсомольских организаций работает слабо, в их жизни нет ярких дел, способных увлечь молодежь, они не удовлетворяют разносторонним запросам и интересам юношей и девушек, плохо заботятся о повышении их общебразовательного и профессионального уровня, организации труда быта и отдыха.

Надо добиться, чтобы в каждой первичной комсомольской организации была создана атмосфера принципиальности и высокой требовательности за неукоснительное выполнение Устава ВЛКСМ. Каждый факт нарушения, низкой дисциплины, аморального поведения, должен получать острую принципиальную оценку всех комсомольцев.

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ тов. Савостин сказал, что в Ленинском съезде комитета ВЛКСМ постоянно подчеркивалось значение соревнования, как средства, помогающего их семьям, постоянно привлекают молодежи чувство гордости за Советскую Армию. Они понимают, что советский воин должен быть идейно закаленным, духовно и физически развитым человеком. Высокие моральные качества сочетаются с прочным знанием боевой техники. Эту работу комсомольские организации города проводят в тесном контакте с военкоматом ГК ДОСААФ.

Большое внимание военно-патриотическому воспитанию уделяется в школах города, где уже накоплен немалый опыт. Осуществление программы строительства коммунистического общества в нашей стране, воспитание всесторонне развитого советского человека требуют дальнейшего улучшения работы, направленной на внедрение физической культуры в жизнь народов.

Комсомольские организации под руководством партийных органов проводят определенную работу по внедрению в жизнь комсомольцев и молодежи нового коммунистического идеала. Помимо спортивных массовых физкультурных движений среди молодежи города, в подготовке и спортивном соревновании юношеских завоеваний в Дальневосточном регионе имеются серьезные недостатки.

КОНФЕРЕНЦИЯ

Говорят делегаты конференции

Г. РЕУТОВА, член комитета ВЛКСМ швейного объединения «Одежда»

А. КИСЕЛЕВ, бригадир комсомольско-молодежной бригады

Механика шахты имени Кирова

На швейном объединении «Одежда» из всех рабочих, занятых в процессе производства, 50 процентов составляет молодежь. Более 400 человек работает по личным планам-обязательствам под девизом: «Каждому молодому рабочему — личный план повышения эффективности производства».

Многие молодые швеи показали образцы самоотверженного труда, 40% комсомольцев выполнили годовой план.

Лучшей комсомольско-молодежной является бригада Руфина Григорьевны Чеголовой. Бригада выполняет план в среднем на 105 процентов, производительность труда составляет 120—130 процентов нормы выработки выполняется всеми членами коллектива.

Отклинувшись на призыв комсомольских организаций страны по созданию комсомольского фонда экономии, за 10 месяцев этого года мы скончали фирмы на 1766 руб.

В бригаде значительное место уделяется повышению политического и общебразовательного уровня молодежи. Всеми членами коллектива.

Все в бригаде 5 человек и все — комсомольцы. Поэтому каждый месяц мы подаем по 4—5 рационализаторских предложений. Одной из находок можно назвать испытательный стенд для более точной настройки и регулировки блоков ВУ и УМЗ.

Бригада поставила цель добиться, чтобы у всех членов ее было среднее образование. Ведь без знаний нельзя творчески подходить к работе. Но нельзя думать, что только эти пять человек увеличили производительность труда.

Но это все у нас на шахте. А так дела на других шахтах в вопросах участия молодежи в научно-техническом творчестве, мы знаем. Или еще. Прокладка Всесоюзного конкурса на лучшего молодого рационализатора и изобретателя. Предложенный в 1972 году.

Но, наряду с успехами, нельзя было умолчать и о некоторых недостатках в работе с комсомольцами и несвойской молодежью.

К сожалению, в ряде организаций «один» аристократическое соревнование комсомольцев поставлено формально, нет подлинного трудового состязания. Обобщение и передача опыта передовиков — краеугольный камень этого вспомогательного плана».

Основной темой выступления А. РУКИН-

бригадир комсомольско-молодежного

коллектива ПАП-2 — рассказал о том, как бригада осуществляла выполнение плана на третьего, решающего года пятилетки.

Он отметил, что только эти пять человек участвовали в рационализаторской работе. Предложенный в 1972 году.

Но, наряду с успехами, нельзя было умолчать и о некоторых недостатках в работе с комсомольцами и несвойской молодежью.

К сожалению, в ряде организаций «один» аристократическое соревнование комсомольцев поставлено формально, нет подлинного трудового состязания. Обобщение и передача опыта передовиков — краеугольный камень этого вспомогательного плана».

Основной темой выступления А. РУКИН-

бригадир комсомольско-молодежного

коллектива ПАП-2 — рассказал о том, как бригада осуществляла выполнение плана на третьего, решающего года пятилетки.

Он отметил, что только эти пять человек участвовали в рационализаторской работе. Предложенный в 1972 году.

Но, наряду с успехами, нельзя было умолчать и о некоторых недостатках в работе с комсомольцами и несвойской молодежью.

К сожалению, в ряде организаций «один» аристократическое соревнование комсомольцев поставлено формально, нет подлинного трудового состязания. Обобщение и передача опыта передовиков — краеугольный камень этого вспомогательного плана».

Основной темой выступления А. РУКИН-

бригадир комсомольско-молодежного

коллектива ПАП-2 — рассказал о том, как бригада осуществляла выполнение плана на третьего, решающего года пятилетки.

Он отметил, что только эти пять человек участвовали в рационализаторской работе. Предложенный в 1972 году.

Но, наряду с успехами, нельзя было умолчать и о некоторых недостатках в работе с комсомольцами и несвойской молодежью.

К сожалению, в ряде организаций «один» аристократическое соревнование комсомольцев поставлено формально, нет подлинного трудового состязания. Обобщение и передача опыта передовиков — краеугольный камень этого вспомогательного плана».

Основной темой выступления А. РУКИН-

бригадир комсомольско-молодежного

коллектива ПАП-2 — рассказал о том, как бригада осуществляла выполнение плана на третьего, решающего года пятилетки.

Он отметил, что только эти пять человек участвовали в рационализаторской работе. Предложенный в 1972 году.

Но, наряду с успехами, нельзя было умолчать и о некоторых недостатках в работе с комсомольцами и несвойской молодежью.

К сожалению, в ряде организаций «один» аристократическое соревнование комсомольцев поставлено формально, нет подлинного трудового состязания. Обобщение и передача опыта передовиков — краеугольный камень этого вспомогательного плана».

Основной темой выступления А. РУКИН-

бригадир комсомольско-молодежного

коллектива ПАП-2 — рассказал о том, как бригада осуществляла выполнение плана на третьего, решающего года пятилетки.

Он отметил, что только эти пять человек участвовали в рационализаторской работе. Предложенный в 1972 году.

Но, наряду с успехами, нельзя было умолчать и о некоторых недостатках в работе с комсомольцами и несвойской молодежью.

К сожалению, в ряде организаций «один» аристократическое соревнование комсомольцев поставлено формально, нет подлинного трудового состязания. Обобщение и передача опыта передовиков — краеугольный камень этого вспомогательного плана».

Основной темой выступления А. РУКИН-

бригадир комсомольско-молодежного

коллектива ПАП-2 — рассказал о том, как бригада осуществляла выполнение плана на третьего, решающего года пятилетки.

Он отметил, что только эти пять человек участвовали в рационализаторской работе. Предложенный в 1972 году.

Но, наряду с успехами, нельзя было умолчать и о некоторых недостатках в работе с комсомольцами и несвойской молодежью.

К сожалению, в ряде организаций «один» аристократическое соревнование комсомольцев поставлено формально, нет подлинного трудового состязания. Обобщение и передача опыта передовиков — краеугольный камень этого вспомогательного плана».

Основной темой выступления А. РУКИН-

бригадир комсомольско-молодежного

коллектива ПАП-2 — рассказал о том, как бригада осуществляла выполнение плана на третьего, решающего года пятилетки.

● ПО ГОРОДАМ СТРАНЫ

Новь Слуцка

Более восьми с половиной столетий стоит один из старейших белорусских городов. Однако восьмьсот дюймов прошло с тех пор, как ему было присвоено звание города Советской власти. Прежде здесь не было ни одного завода или фабрики. Во всем городе насчитывалось пятьдесят кирпичных домов.

Сегодня в Слуцке 20 промышленных предприятий. Работают авторемонтный, сахаро-рафинадный, консервный, маслосыродельный заводы, крупный мясокомбинат, мелькомбинат, фабрика художественных изделий. К услугам горожан Дом культуры, четыре кинотеатра, краеведческий музей, библиотеки, клубы.

Большие перспективы открываются перед городом на ближайшее десятилетие. Генеральный план строительства и реконструкции предусматривает создание новых микрорайонов с пяти- и девятиэтажными жилыми домами. Появятся новые школы, кинотеатры, клубы, магазины, детские и медицинские учреждения.

Осуществляется большая программа промышленного строительства. Будет построен комбинат крупнопанельного домостроения мощностью 70 тысяч кубометров сборных железобетонных конструкций и деталей. В числе новостроек — комбинат железобетонных конструкций для животноводческих комплексов. Колхозы и совхозы уже получили первую его продукцию.

Е. ЛЬВОВИЧ,
корр. ТАСС.
Белорусская ССР.

**Наши
КОНСУЛЬТАЦИИ**

«Является ли иждивенкой моя дочь-студентка 21 года?» — спрашивал тов. Кузьмин.

К числу иждивенцев относятся все лица, которые фактически проживают на средства рабочего или служащего и не имеют самостоятельных источников доходов. Иждивенцами во всех случаях считаются и дети, на содержание которых рабочим и служащим выплачивается государственное пособие и любой вид пенсии, либо рабочий и служащий выплачивает алименты по суду. Не учитываются в числе иждивенцев лица, получающие стипендии или находящиеся на государственном содержании. К числу иждивенцев относятся женщины, находящиеся в отпуске без сохранения содержания в связи с рождением ребенка. (Положение по государственному социальному страхованию, п. 62).

Таким образом, вам, тов. Кузьмин, необходимо представить в бухгалтерию справку из учебного заведения о том, что дочь не получает стипендию от государства.

Л. УХИНОВА,
адвокат юридической
консультации.

**НАШ АДРЕС
И ТЕЛЕФОНЫ**

Ленинск-Кузнецкое полиграфическое производственное объединение управления издательств, полиграфии и книжной торговли Кемеровского облисполкома.

На шахте «Октябрьская» закончилась подписка на периодическую печать. Выписано 8706 изданий на 40 тысяч рублей, или в среднем на каждого трудящегося почти 4 издания.

Заметен растущий интерес подписчиков к центральным газетам и партийным журналам. Газеты «Правда» выписано 301 экземпляр, «Советская Россия» — 80, «Комсомольская правда» — 192, партийных журналов — 140, «Советский шахтер» — 634.

КАЖДЫЙ — ПОДПИСЧИК

Большой спрос проявлен горняки шахты к местным изданиям. Газету «Кузбасс» будут получать 581, «Комсомолец Кузбасса» — 129, городскую газету «Ленинский шахтер» — 1193 трудающихся шахты.

Хорошо поработали по подписке секретари партийных организаций, руководители участков, уполномоченные.

В. ТОНЫШЕВ.

Я не буду говорить о том, какой вред приносит курение табака для человека. Об этом написано очень много статей, брошюр, лекций.

Все в конце концов предлагают курильщикам бросить курить, но никто не говорит: а как именно сделать это.

Оказывается, это не так просто. Курение — как привязчивая болезнь, и избавиться от нее быстро не каждый может. Я курил более 30 лет и «просто так» бросал курить два раза, но вновь возвращался к этой пагубной привычке. И вот, наконец, я бросил курить по методу нашего известного психиатра Василия Михайловича Банщикова.

Прочитав книгу Владимира Леви «Охота за мыслью» издания «Молодая гвардия» за 1967 год и перечитав несколько раз главу «Как бросить курить», я, никому ничего не говоря, приступил к «троверке» метода профессора В. М. Банщикова. Через полтора месяца совершил безболезненно и незаметно для себя и окружающих я бросил курить и не испытывал абсолютно никакого желания закурить снова. Каждый из вас, конечно, может найти книгу В. Леви «Охота за мыслью» в библиотеках и прочитать там о методе Банщикова, но для удобства всех желающих бросить курение привожу здесь главу «Как бросить курить.»

Э. ГАУФ,
машинист подъема.

КУРЕНИЕ — это особая, чрезвычайно распространенная «малая» наркомания. Табак после втягивания в курение дает курильщику слабое, но удовольствие, а лишение табака заставляет страдать и достаточно сильно. До деградации при курении дело, конечно, не доходит, потому что табак слишком слабый наркотик, но он, несомненно, все же действует на психику отрицательно. Итак, сегодня в первый день растянутого расставания с табаком, вы выкуриваете, предположим, пачину. Завтра — пачка минус одна сигарета (покупается пачка, и одна сигарета выбрасывается). Послезавтра — пачка минус две. Когда дело доходит к концу, растяжка дозы удлиняется.

психологическое напряжение, но чаще всего не достигающий цели.

Люди, сумевшие бросить курить, становятся физически и умственно работоспособнее. Показательно, что интенсивнее других курят люди, психически неуравновешенные. И именно им труднее чем кому-либо бросить курить.

Самый лучший, самый надежный способ бросить курить — это способ, предложенный нами известным

**КАК
БРОСИТЬ
КУРИТЬ**

психиатром Василием Михайловичем Банщиковым. Василий Михайлович советует бросать не сразу, а постепенно. Но неуклонно! На всю процедуру избавления от табака уходит месяц-полтора. Курильщик подсчитывает, сколько примерно пачка или сигарет он выкуривает в день и с какого-то определенного дня начинает вести строгий учет. Доза сбавления — строго по расписанию. Это расписание нужно составить заранее и неукоснительно соблюдать...

Итак, сегодня в первый день растянутого расставания с табаком, вы выкуриваете, предположим, пачину. Завтра — пачка минус одна сигарета (покупается пачка, и одна сигарета выбрасывается). Послезавтра — пачка минус две. Когда дело доходит к концу, растяжка дозы удлиняется.

На «дозе» три сигареты в день вы задерживаетесь дни два или три. Две сигареты в день — в течение трех четырех дней. Одна сигарета в день — в течение недели, лучше всего к середине или к концу дня. Курить ее медленно, с расстановкой. Последняя сигарета (одна!) курится в течение нескольких дней: чуть-чуть затянувшись, погасить и спрятать в карман остаток. Наконец, еще какое-

то время нужно просто носить с собой одну единственную сигарету, но не закуривать, для чисто психологического успокоения.

Можно даже вертеть сигарету в руках, мусолить во рту, зажигать спички — словом, все, кроме затяжки. Наконец, наступит день, когда вы выбрасываете эту несчастную сигарету, и вот тут уже приказываете себе навсегда забыть о курении. Теперь это сделать неизмеримо легче, потому что (как можно думать) «маятник» дает резкое мучительное отклонение, чаще всего вызывающее новый табачный «запой». Если так повторяется несколько раз, курильщик окончательно теряет надежду и безвольно отдается табачному рабству. Есть, конечно, люди, которым удается пересилить себя. Но это дается нелегкой ценой.

Весь метод, таким образом, сводится к строгому выполнению расписания. Оборвать курение сразу несравненно труднее, потому что «маятник» дает резкое мучительное отклонение, чаще всего вызывающее новый табачный «запой». Если так повторяется несколько раз, курильщик окончательно теряет надежду и безвольно отдается табачному рабству. Есть, конечно, люди, которым удается пересилить себя. Но это дается нелегкой ценой.

Те же, кто бросал курить по методу Банщикова, бросали вполне безболезненно и навсегда. Не хочу, чтобы думали, будто этот метод предназначен для безвольных людей. Это не так. Метод требует воли, требует неукоснительного следования принятому решению. Он лишь избавляет от ненужных страданий физических и моральных и гарантирует от срывов. Здесь воля просто расправляется на длительное время, она идет как бы в обход. Конечно, кому-то покажется предпочтительнее бросать сразу. Не советую так делать, но если вы все же твердо решили, то пусть вам поможет метод самовнушения.* В период расставания с табаком, надо стараться как можно больше работать физически, быть на свежем воздухе, на солнце. Все это, в особенности солнце, уменьшает тягу к курению. Напряженный, сидячий умственный труд на этот период лучше по возможности отложить.

* См. главу 7-ю той же книги.

А. Э. ВОСС. 20.00 А. Н. ОСТРОВСКИЙ. «Бешеные деньги». Спектакль Ульяновского областного драматического театра. 22.10 С. ПРОКОФЬЕВ. 5-я симфония. Исполняет большой симфонический оркестр Всесоюзного радио и телевидения. 23.00 «Время». 23.30 Киноленты прошлых лет. «Привидение, которое не возвращается». Художественный фильм. И ПРОГРАММА. Москва. 14.15 Концерт артистов зарубежной эстрады. 14.45 «Днепровские рубежи». Телеочерк. 15.30 «В концертном зале». Поет народный артист Азербайджанской ССР М. Магомаев. 16.40 Документальный фильм. Перерыв до 18.00. 18.00 «Время». 18.30 «Музыкальная почта». Кемерово. 19.00 Для детей. «Сказ о лесном великане». Телесериал. 20.10 Для школьников. «По моему хотению». 20.40 «Песни единды». Музыкальный фильм. 21.05 Кемеровский вестник. 21.20 «Апрель». Фильм-спектакль.

**ВЕЧЕРНИЙ
«ОГОНЕК»**

На днях в туберкулезном диспансере № 1 был проведен вечер отдыха сотрудников по типу «Голубого огонька».

Хорошо вела программу вечера врач Тамара Гавриловна Кузьмичева — высококлассированно и с большим юмором.

Врач Валентина Федоровна Хохрикова поделилась своими впечатлениями о поездке по туристической путевке в Болгарии. После ее рассказа у многих из сотрудников появилось желание посетить эту прекрасную страну.

Нужно отметить наш коллектив художественной самодеятельности. Особенно хочется выделить детское отделение. Его люди еще раз показали, что они умеют не только отлично трудиться, но и отдыхать.

Л. ДЫЧКО,
лаборант тубдиспансера № 1.

Редактор А. И. ЛАКИСОВ.

КИНО**«ПОБЕДА»
ЭТО СЛАДКОЕ СЛОВО —
СВОБОДА!**

Сеансы: 15.30, 18.30.

ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ

Сеансы: 11.40, 21.20.

ОХ УЖ ЭТА НАСТЯ!

Сеансы: 10, 14.

ДК ИМ. ЯРОСЛАВСКОГО
ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ
МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ

Сеансы: 16, 17.40, 19.30.

**«СИБИРЬ»
КОГДА ЗАЦВЕЛ МИНДАЛЬ**

Сеансы: 12, 16, 18, 20, 22.

ТЕРЕМ-ТЕРЕМОК

Сеансы: 10, 14.

«РОДИНА»**ПРИВАЛОВСКИЕ МИЛЛИОНЫ**

Сеансы: 11, 15.40, 18.30, 21.20.

ГОРЯЧИЕ ТРОПЫ

Сеансы: 9.30, 14.

**СЛУЖБА
ПО ТРУДОУСТРОЙСТВУ**

Специализированное отделочное управление треста «Ленинск-промстрой» и бюро по труду и труду приглашают на постоянную работу штукатуров-мальцов, плотников, столяров, кропельщиков.

Обращаться в бюро по труду и труду по адресу: пр. Кирова, 38-а.

Коллектив учителей ШРМ № 10 выражает глубокое соболезнование преподавателю школы Сипаевой Полине Петровне по поводу смерти ее мужа

СИПАЕВА
Владимира Михайловича

Газета выходит ежедневно, кроме воскресенья и понедельника.
Объем 1 п. л. Тираж 29700.
ОП 16537. Заказ № 9926.