

ПРОЛЕТАРИИ ВСЕХ СТРАН, СОЕДИНЯЙТЕСЬ!

# ЛЕНИНСКИЙ ШАХТЕР

ОРГАН ЛЕНИНСКОГО ГОРОДСКОГО КОМИТЕТА КПСС И ГОРОДСКОГО  
СОВЕТА НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГАЗЕТА ОСНОВАНА  
1 октября 1930 года

№ 100 (12005) Суббота 20 мая 1978 года

Цена 2 коп.

## Обязательство выполнено

Чистильщицы сировья отделочного производства камвольно-суконного комбината А. Н. Фетисова и Е. И. Роговская брали обязательство выполнить план трех лет пятилетки к 1 октября текущего года.

Недавно А. Н. Фетисова рапортовала о досрочном выполнении обязательств. Сейчас она трудится в счет мая будущего года.

Близка к завершению трехлетнего задания и Е. И. Роговская, которая работает в счет декабря. **В. БЕРЕЗКИНА.**

## ВСЕКУЗБАССКИЙ ФОНД ЭКОНОМИИ

### ДЕЛО КАЖДОГО

Недавно на шахте «Комсомолец» были подведены итоги соревнования за экономию и бережливость. Смотровая комиссия с удовлетворением отметила, что наиболее весомых успехов добились на участке № 1, где начальником В. В. Косякин. Здесь сумели сэкономить за три месяца 36767 рублей. Материалы сберегли на 5880 рублей и электроэнергию на 1884 рубля. Коллективу присуждено первое место.

Второе место завоевал участок № 3 (начальник Н. Ф. Чуркин). Общая экономия здесь составила почти 21 тысячу рублей. Третье место присуждено участку шахтного транспорта, которым руководит В. П. Клюев. Транспортники сэкономили 16551 рубль, в том числе по материалам 2675 и по электроэнергии 660 рублей.

Надо сказать, что нынче большинство участков шахты, где введен внутрихозяйственный расчет, проявляли инициативу в

борьбе за экономию и бережливость. Из 22 коллективов экономию имеют 13.

Рачительными хозяевами показали себя горняки участков № 2, 5, 6. Явным достижением является то, что за исключением участка № 4 все очистные и подготовительные коллективы имеют экономию по электроэнергии. В целом по шахте за первый квартал она составила 328 тысяч киловатт-часов.

**А. АРИСТАХОВ.**

## ПОДПИСАНО И С ПЛЕЧ ДОЛОЙ

### Стройки — ударный фронт!

В конце прошлого года были подписаны акты по приему в эксплуатацию городских очистных сооружений на 25 тысяч кубометров сточных вод в сутки. В этих актах был зафиксирован длинный перечень недоделок, которые строители обещали устранить в самое ближайшее время. Но прошло уже пять месяцев, а на очистных сооружениях и сейчас нет ни единой души. Строители на этот раз не изменили своей практике: подписано и с плеч долой. А недоделки, обозначенные в 75 пунктах, по-прежнему не беспокоят никого: ни генподрядную организацию, ни субподрядчиков.

Строители «столкнули» эксплуатационникам здания, недоукомплектованные технологическими оборудованием. О какой же работе тут говорить!

Вот почему очистные сооружения, хотя они и намного выросли, работают на старом режиме. Руководителям Польса-

вестно, как будет заказчик — дирекция строящихся предприятий — сдавать в эксплуатацию весь комплекс очистных мощностью 65 тысяч кубометров хлорфекальных вод в сутки. На новую хлораторную крайне необходимы газоанализаторы — датчики, показывающие содержание газа в помещении и в складе хлора. В нем будут находиться 26 контейнеров по 800 килограммов жидкого хлора каждый. Даже малейшая утечка газа хоть из одного этих контейнеров недопустима.

Так и остался нерешенным вопрос об аварийном сбросе воды на линии хлоропровода. Трубы здесь проложены очень близко от поверхности земли. В зимних условиях при первом же случае неподачи питьевой воды создается угроза размывания всей линии хлорной воды.

На очистных сооружениях есть такой объект, который крайне необходим.

димо как можно быстрее приступить к эксплуатации. Это цех механического обезвоживания осадка из метантенка. Без действия этого цеха сейчас приходится загружать иловые пруды, которые предназначены для эксплуатации только на аварийный случай. А сейчас же они на одну треть уже загружены.

Что и как сделать, строителям самим хорошо известно. Не хуже их осведомлена дирекция строящихся предприятий. Но ни подрядчик, ни заказчик, член сожалению, пока не проявляют никаких действий для организации работы на очистных. А время бежит. Сибирское лето короткое, не успеешь оглянуться — зима тут как тут. А в холода на строительстве гидросооружений работать нельзя. Все это очень волнует и беспокоит.

**Т. ХУДЯШОВА,  
технолог очистных  
сооружений.**

СЛЕНТЫ ТЕЛЕТАЙПА ● СЛЕНТЫ ТЕЛЕТАЙПА

### По Советскому Союзу

НОВОКУЗНЕЦК (Кемеровская область). Вторая кислородная станция выпущена на Западно-Сибирском металлургическом заводе. Это позволит увеличить использование кислорода в качестве интенсификатора технологического процесса и поднять выплавку чугуна на 200 тысяч тонн в год.

РУСТАВИ (Грузинская ССР). Железнодорожный состав с минеральными удобрениями отправлен хозяйствам Северного Кавказа с Руставского химического завода. Это первая плановая продукция предприятия. Всего с на-

чала года здесь выпущено дополнительно к заданию более десяти тысяч тонн аммиачной и натриевой селитры, сульфата аммония, других стимуляторов плодородия полей.

ГУБКИН (Белгородская область). Тысячный с начала года эшелон железнодорожных окатышей досрочно отправлен металлургам с Лебединского горно-обогатительного комбината. Ускорение поставок доменного сырья — результат досрочного ввода новых мощностей.

БАКУ. Потребности машиностроения Азербайджана в стальном литье

обеспечила коренная реконструкция Бакинского машиностроительного завода имени Сардарова. Здесь вступил в строй крупнейший в республике сталелитейный цех, почти вдвое увеличивший производственную мощность предприятия.

ЧАРДЖОУ (Туркменская ССР). На проектную мощность досрочно вышел цех по производству товаров широкого потребления, построенный на прядильно-ткацкой фабрике имени 50-летия СССР. Теперь с его конвейера ежедневно сходит почти четыре тысячи единиц высококачественной продукции.

(ТАСС).

### За рубежом

ВАШИНГТОН. Палата представителей конгресса США вопреки требованиям американской и мировой общественности отказалась запретить производство нейтронной бомбы. Конгрессмены большинством голосов отклонили поправку, которая запрещала финансирование программы подготовки к производству и развертыванию нейтронного оружия.

МАПУТУ. Успешные боевые действия против карательных войск режима Смита развернули бойцы Патриотического фронта Зимбабве. В течение января—марта этого

## Правофланговые пятилетки



В социалистическом соревновании среди проходческих бригад шахты имени 7 Ноября лидирует бригада Валентина Николаевича Смирнова. Коллектив ритмично работает в этом году и прошел за четыре с половиной месяца 2132 метра горных выработок при плане 1885.

Отлично работает бригада проходчиков и в мае. Так 16 мая суточный план выполнен на 161 процент.

Весомый вклад в успех вносит звено Григория Шигаловича Шигалова, а особенно сам звеньевой, ветеран этой бригады.

На снимке: звеньевой Г. Ш. Шигалов.

Фото М. Никонова.

## ПРИМЕР В ТРУДЕ

Коллектив отдела посуды магазина № 34 одним из первых в орске «Ленинскоголь» по торговле промышленными товарами поддержал почин — выполнить план трех лет пятилетки к первой годовщине принятия новой Конституции СССР.

Предпосылки для выполнения этого обязательства у отдела были хорошие: в прошлом году он тоже перекрыл свои наиметки, досрочно, к 20 октября 1977 года, завершив годовой план товарооборота.

И с начала 1978 года продавцы трудятся отлично. Плановое задание I квартала выполнено на 105 процентов. Перекрыто и задание апреля.

Если в оставшееся время отдел будет работать лишь на уровне плана, то и тогда задание

трех лет пятилетки будет завершено уже в июле: из 920 тысяч рублей товарооборота уже есть 825,9 тысячи рублей.

Пример в труде для всех работников орска показывает коллектив отдела посуды, руководит которым М. Г. Деменева, ветеран труда орска.

**В. ЗАГОРУЛЬКО,** председатель месткома профсоюза орска «Ленинскоголь» (промтовары).

ственных и профсоюзных организаций Аргентины. Владельцы квартир постоянно увеличивают и без того высокую квартплату.

ДУБЛИН. Пособие по безработице — это подачка, на которую можно влечь лишь нищенское существование, заявил директор национального совета социального обеспечения Ирландии Джим Муррей. Более 100 тысяч ирландских детей в семьях безработных, сказал он, не имеют необходимого питания и одежды. Дж. Муррей также отметил, что около 20 процентов зарегистрированных ирландских безработных не получают никакого пособия.

(ТАСС)



В оперативном отряде ВГСЧ работает команда из отделения Василий Иванович Дидусенко. Много сил и энергии он отдает правильной организации рабочего дня, воспитанию подчиненных, укреплению трудовой дисциплины.

Сам командир везде и во всем служит примером. Василий Иванович отлично трудится, учится одновременно в горном техникуме. Он избран депутатом городского Совета.

На снимке: В. И. Дидусенко.

Фото В. Кириллова.

## ВЕСТИ С ПРЕДПРИЯТИИ

**ЛЕНИНГРАД.** Значительно повысить производительность труда на укладке бетона помогают тракторы - уплотнители, производство которых освоено опытным заводом строительных машин. Первые такие агрегаты, оснащенные вибраторами, отгружены на строительство Саяно-Шушенской ГЭС.

**ДУШАНБЕ.** По ускоренному графику, согласованному со строителями нефтемагистралей, начал поставку продукции в Тюменскую область местный арматурный завод имени Орджоникидзе. План поставок разработан совместно с железнодорожниками, которые обзались оперативно доставлять грузы. На предприятии развернулось социалистическое соревнование за обеспечение высокого качества

(ТАСС).

продукции, предназначенной строителям Сибири.

**ОДЕССА.** Труд 175 производственников заменила автоматизированная линия, пущенная на заводе «СтанкоНормаль». Ею управляют три оператора. Станочники, ранее трудившиеся здесь, теперь будут работать на новых участках, созданных в связи с расширением выпуска продукции.

**ПЕРМЬ.** Тысячным изделием промышленности Западного Урала, удостоенным государственного Знака качества, стал маслонаполненный кабель на полмиллиона вольт. Его применение для вывода к линиям электропередачи мощных потоков энергии с электростанций не требует создания обширных защитных зон. Камский завод выпускает с почетным пятым угольником более 60 процентов продукции.

(ТАСС).

**К**ОЛЛЕКТИВ шахты «Октябрьская» в текущем году работает, как никогда, ритмично. За четыре месяца уже записано сверх плана 73 тысячи тонн угля, то есть на 50 тысяч больше, чем предусматривалось графиком выполнения социалистических обязательств. Перевыполнены обязательства и по другим основным технико-экономическим показателям. Производительность труда, например, уже доведена до 126,8 тонны угля на рабочего в месяц, то есть на 5,3 тонны больше намеченного.

Зачем же шахта добивается таких результатов? Одним из факторов в улучшении технико-экономических показателей является автоматизация и механизация производственных процессов. Сейчас у нас во всех подготовительных забоях работают комбайны, доставка материалов и оборудования механизирована. Благодаря этому темпы проходки горных выработок увеличены по сравнению с прошлым годом почти на 10 процентов.

Большой экономический эффект шахта имеет благодаря внедрению автоматической системы управления производством, которая осуществляет контроль за работой всех конвейерных линий, комбайнов, проветриванием горных выработок. Новая система позволила значительно сократить расход электроэнергии на каждую добывную тонну угля. Только за первых четыре месяца шахта сэкономила более одного миллиона киловатт-часов

# С ВЫСОКОЙ НАГРУЗКОЙ

## Проверяя выполнение обязательств

электроэнергии. К концу же года намечено сократить шесть миллионов киловатт-часов.

Очень большая работа на шахте проводится по увеличению суточной нагрузки на забой. Например, в прошлом году у нас два участка работали с нагрузкой 350—400 тонн, так как в этих лавах были смонтированы комплексы «гибриды». И что бы ни предпринимали инженерно-технические работники, нагрузка не росла. Затем было принято решение перемонтировать лавы однотипными комплексами. И когда эта работа была закончена, — суточная нагрузка сразу же возросла в два с лишним раза. В январе, например, коллектив первого участка уже выдавал по 900—950 тонн угля. По 850 тонн стали добывать горнорабочие пятого участка. Простой математический подсчет говорит, что только благодаря этой мере суточная добыча угля по шахте увеличилась более чем на 800 тонн. За четыре же месяца эта цифра вылилась в приличную сверхплановую добычу — 50 тысяч тонн угля.

Широким размахом на шахте получило социалистическое соревнование

смежников. В нем сейчас задействованы почти все звенья производства.

Взять к примеру внутришахтный транспорт, от работы которого зависит ритм очистных и подготовительных участков и успешный труд которого находится в прямой зависимости от техкомплекса. Поэтому коллектив внутришахтного транспорта в этом году заключил договор на соцсоревнование со своими смежниками. И результат работы стал значительно выше. Выполненная договорные обязательства, смежники стремятся трудиться лучше, эффективнее. Вот как, например, росли показатели бригады И. М. Конева после заключения такого договора. В январе суточная нагрузка была 1026 тонн, в феврале 1407, в марте уже 1463 тонны, а сейчас 1651 тонна угля.

А какую прибавку в добыве дает такая форма социалистического соревнования, как взаимная ответственность за обязательства! Только один восьмой участок увеличил суточную нагрузку на забой по сравнению с прошлым годом на 155 тонн. Бригада Ю. П. Чеперова — более чем на

200 тонн. Кстати, этот коллектив, поддержав почин бригад И. А. Роговского и В. И. Волегова, заключил договор на социалистическое соревнование с проходческой бригадой А. Я. Хмелева — совместными усилиями выдать за год один миллион тонн угля. И сейчас эти коллективы успешно выполняют свои обязательства. За четыре месяца они уже добыли более 320 тысяч тонн угля. При этом уголь из очистного и подготовительного забоев идет только хорошего качества.

Благодаря этому договору проходческая бригада А. Я. Хмелева увеличила темпы проходки более чем на 15 процентов. За четыре месяца она прошла 2688 метров горных выработок при годовых обязательствах 7,5 тысячи.

Как видите, сегодняшний успех обусловлен многими слагаемыми, главные из них — творческая активность трудающихся, их заинтересованность в успешном выполнении взятых обязательств.

**П. КОЛМОГОРОВ,**  
старший инженер по  
организации производств.

речь Генерального секретаря ЦК КПСС, Председателя Президиума Верховного Совета СССР товарища Л. И. Брежнева обсуждались на комсомольских собраниях в каждой группе. Комсомольцы наметили программу по изучению и выполнению поставленных перед ними XVIII съездом ВЛКСМ задач.

Сейчас все комсомольцы училища готовятся к проведению Ленинского урока «Всегда с партией, всегда с народом».

## «ОДИН ПЛЮС ОДИН»

Операция «Один плюс один» успешно проходит в нашем училище. Мастера производственного обучения, преподаватели и все учащиеся ведут активную пропаганду профессий, которые можно получить в СГПТУ № 17. Они встречаются со школьниками, рассказывают им о специальностях: ровничини, мотальщицы, прядильщицы, ткачики, приглашают их на экскурсию в свое училище, на КСИ, где практически знакомят ребят с превращением нитей в яркую красивую ткань, способную приносить людям радость.

Хорошими пропагандистами своих будущих профессий являются Любовь Исаева, Валентина Коровина, Лена Филипенко, Валентина Кочегарова. Большой вклад в дело профориентации внесла Ольга Базаева — учащаяся седьмой группы. Она убедила поступить в училище шестнадцать человек.

**В. ВОРОШИЛОВ,**  
заместитель директора  
по учебно-воспитательной части,

## Ленинград — стройке на Енисее

**Л**ЕНИНГРАДСКОЕ отделение института «Гидропроект» имени С. Я. Жука — одно из 28 предприятий, институтов и организаций Ленинграда, коллектива которых выступили с инициативой по развитию социалистического соревнования и научно-технического сотрудничества в целях сокращения сроков строительства Саяно-Шушенской ГЭС, повышения качества выполняемых работ.

Проектировщики строго по графику обеспечивают рабочими чертежами каждый этап строительства энергетического гиганта.

Специалисты института закончили работу по про-



направо) А. Н. Лансере, А. И. Горницкий и Т. Н. Сиретенко обсуждают проект машинного зала ГЭС.  
Фото М. Блохина.  
(Фотохроника ТАСС).

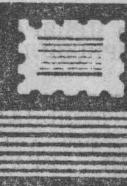
## Сделаем город зеленым

Очередное заседание комитета комсомола было посвящено рассмотрению вопроса о работе комсомольской организации по благоустройству города. Решено увеличить число субботников по уборке территории микрорайона.

Учащиеся одобрили инициативу комсорга группы № 5 Лены Кошелевой. Будущая прядильщица предложила высадить каждому ком-

## Изучаем материалы комсомольского съезда

Комсомольцы нашего училища активно включились в изучение материалов, решений XVIII съезда ВЛКСМ. Итоги работы съезда.



# Из редакционной

## В ДОМ ПРИШЛА РАДОСТЬ

Моя жена — Г. А. Яцкова в феврале этого года находилась в роддоме Соцгорода. После родов она была в тяжелом состоянии. Но благодаря врачам Л. И. Андрюшко, Ю. Я. Будько, медсестрам и санитаркам жена поправилась и вернулась

в свою семью. Сейчас она успешно работает.

Сердечно благодарю медицинских работников, которые отдают свои знания и опыт в борьбе за спасение человека.

С. АХНЕВСКИЙ, машинист тепловоза ПТУ.

## НЕ ЗАБЫВАЮТ

Хочется сказать теплые слова работникам городских очистных сооружений, особенно смене В. Е. Остриковой, за их чуткое отношение.

У меня в течение восемнадцати месяцев было две операции. Недавно я снова заболела. И женщины всегда навещали меня, поддерживали в трудную минуту меня и моих детей. Большое спасибо им за заботу. Это Валентина Фроловой, Галине Беляевой, Валентине Остриковой.

БАТОКИНА.

## Хоть эшелон подгоняй

Мы, жильцы дома № 20 ул. Менделеева, возмущены поведением работников РСУ. Отремонтировали они наш дом и ушли, оставив во дворе горы мусора. К дому подойти невозможно, а ведь одну из квартир у нас занимает детская комната.

Как же нам соревноваться за лучший подъезд, дом, двор, если всюду грязь? Да и где нам взять столько машин, чтобы вывезти весь мусор?

КРАВЦОВА, ФАДЕЕВА и другие.

## Пусть растут деревья

Тысячу раз права тов. Комарова в заметке «Нужны ли пни?». Это настоящая экзекуция, насмешка над природой. И нужно это безобразие немедленно прекратить.

Дереву, чтобы вырасти, требуются десятки лет, а уничтожают его за 5 минут. Это ли не варварство!

Наша сибирская краса и гордость — тополь. И эту красоту безжалостно уничтожают. Каждый день, идя на работу, смотрю на изуродованные деревья, и сердце болит.

С. СЕРОВА.

## Забытый участок

Через Демьяновку проходит трасса городского водопровода. Около домов скоро год, как ПМК № 2 треста «Ленинск-промстрой» раскопала яму-траншею. Она очень глубокая. Положили в нее трубы, а зарыть забыли. В траншее много воды, края обваливаются. Стоял рядом столб с электропроводом. Уже

ЛАПАЕВА, КАРКАВИНА, ЧУРСИНА, ХАРИТОНЕНКО — жители Демьяновки.

## по следам неопубликованных писем

Жители дома № 6 — 2 улицы Толкинской в своем письме в редакцию жаловались, что нет воды. Вот что ответил начальник УВКХ В. Корпусов:

«Управление водопроводно-канализационного

хозяйства сообщает, что микрорайон действительно несколько дней плохо получал воду с связи с тем, что велись ремонтные работы на главных водоводах. В данное время в микрорайон подается вода по графику, утвержденному горисполкомом (с 2 часов ночи до 6.30 утра и с 4 до 6 часов вечера).»

## Успех решает дружба

Саратовская область. Комсомольская организация объединения «Балаковрезинотехника» оказывает большую практическую помощь педагогическим коллективам школ города Балаково в подготовке детей к сознательному выбору профессии. В школы направлены вожатыми 26 лучших комсомольцев — передовиков производства.

Пионервожатые организуют для школьников экскурсии по цехам и отделам объединения, знакомят учащихся с производством.

В школе под руководством пионервожатых оформлены уголки «Наши шефы», «Шефская дружба крепнет». Хорошая традиция — принятие совместных социалистических обязательств трудовых и классных коллективов. Основой таких обязательств является девиз: «Учиться без двоек, работать без брака».

После десятилетки многие учащиеся школы идут работать в объединение.

На снимке: лаборант Вера Половодова с учениками 6а класса оформляет стенды «Наши шефы». Слева направо — ученики Л. Шалавина, С. Сергеев, Л. Нелина и пионервожатая В. Половодова.

Фото Ю. Набатова (Фотохроника ТАСС).

О ПЕРЕДАТОЧНЫХ машинах камвольно-суконного комбината И. В. Крючкова решила к Дню работников легкой промышленности выдать дополнительно к плану 10 тонн сливера и сейчас уверенно идет к намеченному рубежу.

на международные темы

## После убийства Альдо Моро

Италия все еще находится под впечатлением тяжелого политического преступления — убийства террористами председателя национального совета правящей христианско-демократической партии Альдо Моро. В правительстве, парламенте, штабах всех политических партий страны обсуждаются уроки, которые следуют из событий последнего времени. Итальянцы снова и снова задают себе вопрос: как предотвратить дальнейшее сползание страны к хаосу и анархии?

Старая истина гласит, что для того, чтобы правильно лечить больного, надо сначала поставить точный диагноз его болезни. Применительно к данному конкретному случаю это означает, что необходимо выяснить, кто и с какой целью организовал банды террористов, вложил в их руки оружие и дал приказ открыть огонь. Важно разобраться и в другом вопросе, тесно связанном с первым: против кого направляются акты насилия, кто становится их непосредственными жертвами.

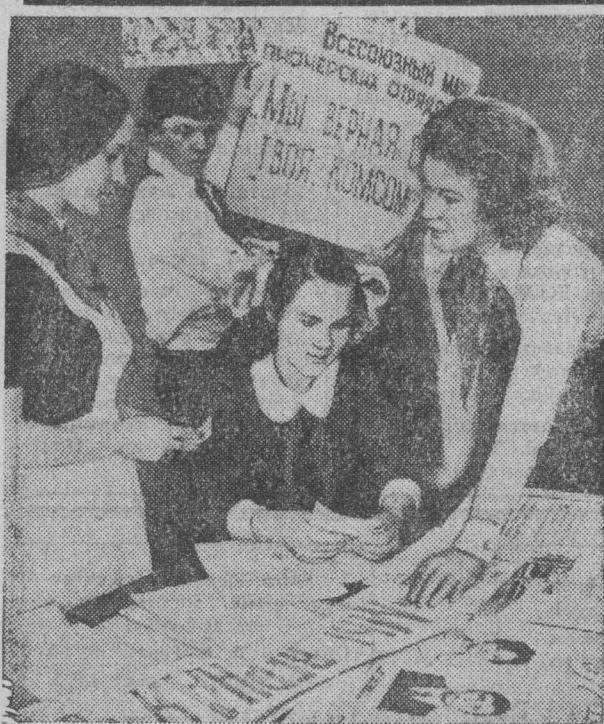
В многочисленных письмах, рассылаемых террористами в редакции газет и журналов, говорится, что они хотят разрушить капиталистический строй и установить в Италии социализм. В подтверждение искренности своих наименований авторы писем ссылаются на тот факт, что их оружие направляется прежде всего против «представителей монополий и буржуазного государства».

Между тем подлинная борьба против капитализма, за ликвидацию эксплуатации человека человеком и обеспечение условий для перехода к социализму не имеет ничего общего с индивидуальным террором. Она немыслима без участия многомиллионных масс трудящихся, руководимых своими классовыми и политическими организациями. Террористы же, какими бы мотивами они ни оправдывали свои действия, лишь вносят раскол в борьбу за освобождение рабочего класса, компрометируют дело социализма.

Если к тому же проанализировать список лиц, подвергшихся за последние месяцы нападению в Италии, то окажется, что в подавляющем большинстве случаев речь шла о мелких служащих частных капиталистических фирм и государственного аппарата. Конечно, ни в одном из этих случаев никакого ущерба капитализму нанесено не было. Зато они послужили поводом для развязывания широкой антикоммунистической кампании, в которой были заинтересованы вороты итальянского монополистического капитала.

Если это так, то болезнь, которой страдает Италия, крайне серьезна и опасна. И для лечения ее потребуется мобилизация всех трудящихся и демократов, всех здоровых сил нации.

А. КРАСИКОВ,  
обозреватель ТАСС.



# Границы жизни

В мире существует около двухсот гипотез о причинах старения. Многие из них подтверждены экспериментальным путем в Институте геронтологии АМН СССР. Исследуя механизмы старения, советские ученые уже сегодня добились увеличения продолжительности жизни животных на 25—30 процентов. Закономерность развития биологических наук свидетельствует, что эксперимент приходит через 5—10 лет в человеческую практику.

Из всех существующих воздействий, увеличивающих продолжительность жизни в экспериментах на животных, наибольший результат дает калорийно недостаточное, но биологически полноценное питание. С возрастом человек тратит меньше энергии, с меньшей мощностью работают его ферментные системы. Следовательно, старость требует менее калорийной пищи. Однако, как показывают наблюдения, большинство пожилых людей в питании умеренности не соблюдают: каждый третий питается выше рекомендуемых нормативов, каждый пятый имеет избыточный вес тела. Исследования киевских геронтологов подтвердили, что запрещенных продуктов для пожилых людей нет, необходима лишь умеренность в питании.

Еще одно довольно эффективное средство борьбы с преждевременным старением — двигательная активность. Еще известный французский медик Тиссо сказал: «Дви-

жение способны заменить любое лекарство, но все лекарства не способны заменить пользу движений». Советские геронтологи полностью солидарны с этим французским ученым, но, выступая за двигательную активность, уточняют: она должна соответствовать возможностям стареющего организма.

Интересные результаты получены в Москве в Институте химической физики АН СССР. Здесь выдвинута так называемая «теория свободных радикалов», согласно которой процесс старения рассматривается как результат накопления в организме различных вредных частиц, возникающих при взаимодействии его с окружающей средой.

Ученые сделали вывод: введение в организм особых веществ — антиоксидантов — окажет эффективное лечебное и профилактическое действие. Выполнены эксперименты. Продолжительность жизни животных, в корм которых добавлялись антиоксиданты, возрасла на 30—40 процентов. При этом вдвое замедлился процесс старения.

Многое в проблеме долголетия, по мнению ученых — геронтологов, зависит от самого человека. Не случайно говорят, что лучшее средство продлить жизнь — это постараться ее не укорачивать. А что говорят по этому поводу сами долгожители?

Не так давно был проведен опрос 140 долгожителей. Оказалось, что осо-

бых «секретов» долгожительства ни у кого из них нет. Все их объяснения можно обобщить следующим образом: беспрерывная трудовая деятельность по мере сил и возможностей, подвижный образ жизни, пребывание на свежем воздухе, например работа на пастбищах, в саду, в огороде, разнообразная, но умеренная пища.

Большинство долгожителей никогда не знали табака и не злоупотребляли спиртными напитками.

113 долгожителей в возрасте ста и более лет, по данным последней переписи, зарегистрировано в Москве. Одни из них — Георгий Теплицкий, отпраздновавший два года назад свое столетие. На вопрос о своем «секрете» долголетия отвечает: «Что касается лично меня, то здесь никаких секретов нет. Сколько помню себя, все время трудился физически. К табаку не притрагивался. Рюмку вина — только на праздник. Ел много (физическая работа того требовала). Что важно — мясо не увлекался. Люблю очень фрукты, овощи...»

Есть долгожители и на северном Севере Советского Союза. Больше ста человек их насчитывается в Якутии.

Примеры эти весьма убедительно свидетельствуют, что жить долго, сохранив до преклонных лет поистине доброе здоровье, можно не только в солнечном Азербайджане, где сегодня отмечается рекордное число случаев долголетия (49 на каждые 10 тысяч человек населения), но и, пожалуй, где угодно на Земле.

О. ПОЛИЩУК.  
(АПН).



ЮНЫЕ МУЗЫКАНТЫ.

Фото Э. Костромина.

## Телевидение

ПОНЕДЕЛЬНИК, 22 МАЯ

1 ПРОГРАММА. Москва (Программа 1-А «Восток») 10.00 «Время». 10.35 Утренняя гимнастика. 10.55 Фильм — детям. «Отряд Трубачева сражается». Художественный фильм. 12.25 «В мире животных». Москва (Программа 1-А «Восток»). 20.00 Концерт симфонического

пограничника. Кинопрограмма. 17.30 «Мамина школа». 18.00 «Творчество народов мира». (Болгария). 18.30 «Ребятам о зверятах». Передача из Ленинграда. 19.00 Чемпионат СССР по художественной гимнастике. Передача из Одессы. 19.30 Новости. Кемерово. 19.45 «День за днем». Москва (Программа 1-А «Восток»). 20.00 Концерт симфонического

оркестра Новосибирской государственной филармонии. В программе произведения П. Чайковского и М. Равеля. 20.40 «Очерк о трудовом коллективе». 21.10 «Журавушка». Художественный фильм. 22.30 «Время». 23.00 «Алкоголизм». Беседа врача. 23.30 «Композитор А. Александров». Музыкальный телефильм к 90-летию со дня рождения. 00.35—00.45 Новости.

II ПРОГРАММА. Кемерово. 18.30 «Ваше мнение о качестве». Заключительная передача о работе объединения «Запсибшвейпром». 19.00 «Звенеть народным песням». Областной смотр фольклорных ансамблей. В антракте — документальный фильм. 21.00 «Спортлото» информирует». 21.10—22.25 «Ярослав Домбровский». Художественный фильм.

## КИНО

Кинотеатр «Победа».

ЗОРРО (11.40, 16, 19.50) ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ (10, 18.10, 22). 21-го ЗОРРО (11.40, 19.50) ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ (10, 14, 18.10, 22). ПРИЕЗДЯ (16).

Зал кинохроники СЛУЖИЛЫ ДВА ТОВАРИЩА (11, 15). 22-го МАРКА СТРАНЫ ГАНДЕЛУНЫ (11, 15).

Кинотеатр «Сибирь» ТРАНССИБИРСКИЙ ЭКСПРЕСС (12, 16, 18, 20, 22). БРАТ СИРОТА (10, 14). 22-го ОПАСНАЯ ПОГОНЯ (12, 16, 18.30, 21). ДОРОГОЙ МАЛЬЧИК (10, 14).

Кинотеатр «Рассвет» УСАТИЙ НЯНЬ (17,

19, 21). 22-го ПРИЗРАК ЗАМКА МОРРИСВИЛЬ (17, 19, 21).

Кинотеатр «Строитель» ФАНФАН - ТЮЛЬПАН (17, 19, 21). 22-го СТО ГРАММ ДЛЯ ХРАБРОСТИ (17, 19, 21).

Центральный ДК ТАИНСТВЕННЫЙ МОНАХ (16, 18, 20). Автоответчик 2-05-27.

ДК им. Ленина СУДЬБА (18, 21).

Клуб «Дружба» БОЛЬШИЕ ГОНКИ (16, 19). 21-го ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО (14).

Клуб ВГСЧ ПРИЗРАК ЗАМКА МОРРИСВИЛЬ (16, 18, 20). 21-го УЧИТЕЛЬ ПЕНИЯ (14).

Клуб «Строитель» ПОРТНИХА ЖЕНИТСЯ (15, 17, 19).

Ленинск - Кузнецкое медицинское училище объявляет прием слушателей на 2-месячные подготовительные курсы для желающих поступить в училище.

На курсы принимаются лица с образованием 8 и 10 классов и учащиеся школ. Плата за обучение на курсах (15 рублей) вносится в кассу училища.

Начало занятий с 5 июня, прием заявлений с 25 мая.

Меняю трехкомнатную квартиру с отдельным ходом на двухкомнатную благоустроенную (в районе шахты имени 7 Ноября). Обращаться: ул. Телевизионная, 10-3.

Меняю двухкомнатную квартиру с газом в рабочем поселке Янаул Башкирской АССР на равноценную в г. Ленинске-Кузнецком. Обращаться: ул. Омская, 35 (район шахты имени 7 Ноября).

Меняю квартиру из трех комнат в г. Гудермесе (на Северном Кавказе) на благоустроенную двух- или трехкомнатную квартиру в Ленинске - Кузнецком или Соцгороде. Обращаться: пр. Кирова, 112-60, после 17 часов.

Меняю двухкомнатную благоустроенную квартиру с электропечью и коммунальную двухкомнатную квартиру с водопроводом и сливом, огородом, погребом, стайкой на четырехкомнатную или трехкомнатную благоустроенную квартиру. Обращаться: пр. Кирова, 88а — 47, после 17 часов.

Меняю благоустроенную двухкомнатную квартиру на две однокомнатные благоустроенные в районе от «Юта» до шахты имени Ярославского. Обращаться: пр. Кирова, 100б — 7, после 17 часов.

Меняю трехкомнатную благоустроенную квартиру в центре города на благоустроенные двухкомнатную и однокомнатную или две однокомнатные квартиры. Обращаться: пр. Кирова, 30 — 7.

## Замерзает в тепле

Известно, что дистиллированная вода замерзает при нуле градусов, а морская — при температуре минус 1,91 градуса Цельсия. Но специалистам приходится считаться еще с одной точкой замерзания воды: даже при... 20 градусов тепла. Это случается, когда в трубопровод вместе с водой попадает метан. Объяснение в том, что молекулы метана, имея в два раза больший объем, «раздвигают» молекулы воды и занимают место между ними. А это приводит к понижению внутреннего давления и в результате — к повышению температуры замерзания.

Примеры эти весьма убедительно свидетельствуют, что жить долго, сохранив до преклонных лет поистине доброе здоровье, можно не только в солнечном Азербайджане, где сегодня отмечается рекордное число случаев долголетия (49 на каждые 10 тысяч человек населения), но и, пожалуй, где угодно на Земле.

О. ПОЛИЩУК.  
(АПН).

## Древняя стрекоза

Окаменевшие останки гигантской стрекозы обнаружены в одной из каменоугольных шахт близ английского города Болсовер (графство Дербишир). Размах крыльев насекомого превышает 20 сантиметров.

## Рекордный прыжок

Восемнадцатилетний английский циркач Эдди Кидд поставил новый мировой рекорд: в прыжках на мотоцикле с трамплини. Он перепрыгнул 14 поставленных друг к другу боком двухэтажных автобусов. Траектория прыжка составила 67 метров.

По сообщениям корреспондентов ТАСС, «Известий», «Советской России».

Зам. редактора  
А. А. СЕМИРЕКОВ.

Уважаемые горожане!

Приглашаем вас 21 мая в 12 часов на открытие городского парка имени Горького.

В программе: час оркестровой музыки. Играет духовой оркестр Центрального Дворца культуры.

Концерт участников художественной самодеятельности Дворца пионеров.

Лекция о международном положении.

Концерт вокально-инструментального ансамбля шахты «Комсомолец».

К вашим услугам: выставка-продажа кулинарных изделий. Большой базар по продаже книг, промышленных товаров.

Добро пожаловать!

Утерянный аттестат о среднем образовании за № 003636 на имя Кондратьевой Надежды Вениаминовны считать недействительным.

Продается дом с садом в г. Николаеве, УССР. Обращаться: пр. Ленина, 53—34 (корпус 1), после 17 часов.

Продается гараж в Соцгороде в районе завода ЖБИ. Обращаться: ул. Ленинградская, 17.

Продается полдома с огородом по ул. Татарской, 29.

Продается дом по ул. Народной, 22. (район горнозаводского). Художественный фильм.

Газета выходит ежедневно, кроме воскресенья и понедельника. Объем 1 п. л. Тираж 33300, ОП 19107. Заказ 4807.

