

ВАРИАНТ

МЫСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 126 (6963)

Вторник, 2 ноября 1993 года

Газета издается
с 28 октября 1939 г.

Цена
договорная

О ПРОВЕДЕНИИ ПРИЗЫВА ГРАЖДАН 1966 – 75 гг. РОЖДЕНИЯ, ПРОЖИВАЮЩИХ В г. МЫСКИ КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ, НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ В ОКТЯБРЕ–ДЕКАБРЕ 1993 ГОДА.

РАСПОРЯЖЕНИЕ АДМИНИСТРАЦИИ г. МЫСКИ N 640-р ОТ 27.10.93 г.

В соответствии с Законом Российской Федерации "О воинской обязанности и военной службе" и во исполнение распоряжения главы администрации Кемеровской области от 5 октября 1993 года N 747-р:

1. Заместителю главы администрации города Кульчицкому А. М., военному комиссару города подполковнику Барышникову В. А.:

1.1. Организовать призыв на действительную военную службу граждан 1966–1975 гг. рождения, не имеющих права на освобождение или отсрочку от призыва, в сроки, установленные Указом Президента РФ "О призыве граждан Российской Федерации на военную службу в октябре – декабре 1993 года и об увольнении в запас солдат, матросов, сержантов, старшин и военных строителей, выслуживших установленные сроки военной службы";

1.2. Оказать помощь

городской призывной комиссии в организации ее деятельности по обеспечению медицинского освидетельствования граждан, призываемых на военную службу, обеспечить для этих целей предоставление необходимых помещений и соответствующего оборудования;

1.3. Организовать работу по привлечению граждан на военную службу в добровольном порядке по контракту с приоритетным комплектованием на этой основе войск Сибирского военного округа, а также в соединения и части внутренних войск, дислоцированных в области;

1.4. Отправку призывников в войска производить по плану областного военного комиссариата.

2. Утвердить состав призывной комиссии. Работу призывной комиссии организовать немедленно.

3. Руководителям предприятий, учреждений, организаций, учеб-

ных заведений:

3.1. Обеспечить гражданам, подлежащим очередному призыву, возможность своевременной явки в городской военный комиссариат, а также оповещать граждан о вызовах военного комиссариата;

3.2. Принять меры по организации проводов призывников коллективами.

4. Территориальному медицинскому объединению (Г. С. Пикельгаупт):

4.1. Для медосвидетельствования призывников выделить квалифицированных врачей-специалистов, средний и младший обслуживающий персонал, обеспечить их работу необходимым медицинским имуществом, инструментарием и медикаментами;

4.2. Предоставить необходимое количество койко-мест в лечебных учреждениях города для своевременного и качественного медицинского обследования и лечения

призывников;

4.3. Обеспечить беспрепятственный прием призывников для обследований в кабинетах и лабораториях поликлиник города.

5. Директору Мысковского автотранспортного предприятия выделить автобусы для перевозки призывников от горвоенкомата до станции Томусинская согласно поданным заявкам.

6. Начальнику ГОВД: 6.1. Оказать помощь и содействие городскому военному комиссариату в проведении призыва граждан на действительную военную службу, а также обеспечить розыск и задержание лиц, уклоняющихся от призыва в соответствии со ст. 3 Закона Российской Федерации "О воинской обязанности и военной службе";

6.2. В период отправки призывников выделять наряды милиции для поддержания правопорядка среди призывников и лиц, их провожающих;

6.3. Осуществлять сопровождение сотрудниками госавтоинспекции автобусов с призывниками.

7. Гражданам, подлежащим очередному призыву на военную службу, прибыть на призывной участок точно в назначенный день и время с документами, указанными в повестке.

Граждане, подлежащие призыву, но не получившие повесток о явке для призыва на военную службу, обязаны прибыть в горвоенкомат до 20 ноября 1993 года, иметь при себе документы, удостоверяющие личность.

8. Финансовому отделу администрации города (Т. П. Коротковой) профинансировать работу городской призывной комиссии за счет местного бюджета.

9. Контроль за исполнением настоящего распоряжения возложить на заместителя главы администрации города А. М. Кульчицкого и военного комиссара города подполковника В. А. Барышникова.

10. Распоряжение опубликовать в газете "Вариант".

Глава администрации
г. Мыски
В. П. НАЙДАНОВ.

О согласовании тарифа стоимости теплотенергии, отпускаемой муниципальным предприятием "Полет-2" за IV квартал 1993 г.

РАСПОРЯЖЕНИЕ АДМИНИСТРАЦИИ г. МЫСКИ N 625-р

1. Согласовать:

1.1. Тариф стоимости тепловой энергии, отпускаемой муниципальным предприятием "Полет-2", в размере 16500 рублей.

2. Контроль за выполнением данного распоряжения возложить на плановый отдел и комитет по защите прав потребителей.

Глава администрации
г. Мыски
В. П. НАЙДАНОВ.



Ровной лентой вьется стружка из-под резца токаря ремонтно-механических мастерских Мысковской автобазы Андрея Ивановича Лисовского. Несмотря на молодые годы, Лисовский уже успел отдать своей профессии 13 лет. С 16 лет начал токарить Андрей после школы. Сейчас он опытный специалист, токарь шестого разряда. Андрей Иванович изготавливает детали любой сложности с отличным качеством. Это, например, матрицы, пресс-формы и т. д.

На снимке: Андрей Иванович Лисовский.

Фото
Н. СИМОНОВА.

О ХЛЕБЕ НАСУЩНОМ

Комитет по защите прав потребителей проводил проверку торговли хлебом, хлебобулочными изделиями в магазинах города. Результаты показали, что она организована неудовлетворительно, особенно в п. Притомском и отдаленных от центра точках.

Здесь не выдерживается график завоза хлеба хлебокомбинатом. Часто его привозят меньше, чем указано в заявке.

Неудовлетворительная организация торговли хлебом и хлебобулочными изделиями вызывает справедливые нарекания населения города.

А возможности резкого улучшения торговли хлебом в городе как у хлебокомбината, так и у городского торгового отдела имеются.

Комитет по защите прав потребителей в адрес горторготдела и хлебокомбината направил письмо по результатам

проверки; проведено совещание с работниками торговли, хлебокомбината и автотранспортного предприятия по улучшению обеспечения, доставки, продажи хлеба и хлебобулочных изделий.

А. БОХОВА,

инспектор

по торговле КЗПП.

К 35-ЛЕТИЮ ТОМУСИНСКОЙ ГРЭС

СЛОВО О МОЛОДЫХ

Их в нашем коллективе свыше трети. И во многих бригадах, вахтах на их молодых плечах лежит основная ответственность за четкий рабочий ритм электростанции.

Какая же организация занимается вопросами молодежи в момент, когда собственной молодежной организации на электростанции нет? Как утверждают некоторые из молодых работников, это профсоюзная организация.

-- Да, это так, -- говорит Л. П. Прозорова, председатель профкома. -- Мы предоставляем совместно с администрацией электростанции льготные ссуды на приобретение вещей, ссуды на приобретение квартир, если молодой человек проработал на предприятии более 5 лет, а также материальную помощь, льготные путевки в профилакторий, дома отдыха, санатории на лечение, льготные ссуды на свадьбу и на приобретение вещей. Для молодых

работников в коллективном договоре имеются гарантии повышения профессионального уровня, защита от сокращения при снижении объемов производства. Молодых работников, не имеющих семьи, ставят в очередь на жилплощадь, даже если они проживают с родителями. Из 8 воинов-афганцев 7 обеспечены жильем. Вопросы по жилью в семейном общежитии или просто в общежитии решаются достаточно оперативно профкомом и администрацией.

Если возникает необходимость обратиться к руководству электростанции, администрации цехов для решения какой-то своей проблемы, то их готовы выслушать и помочь на любом уровне.

У молодых семей нет проблем с устройством детей в ясли, детсады. И в целом настрой у молодежи -- работать на электростанции и в дальнейшем.

-- Я проработал здесь 7 лет, -- говорит Павел Гавва, специалист, электрослесарь цеха тепловой автоматики и измерений, -- и не собираюсь искать лучшей работы.

Хотя должен сказать, что не только у нас в цехе, но и в других цехах все работы с погрузкой, выгрузкой, полевые работы в первую очередь начинаются с молодых, независимо от квалификации.

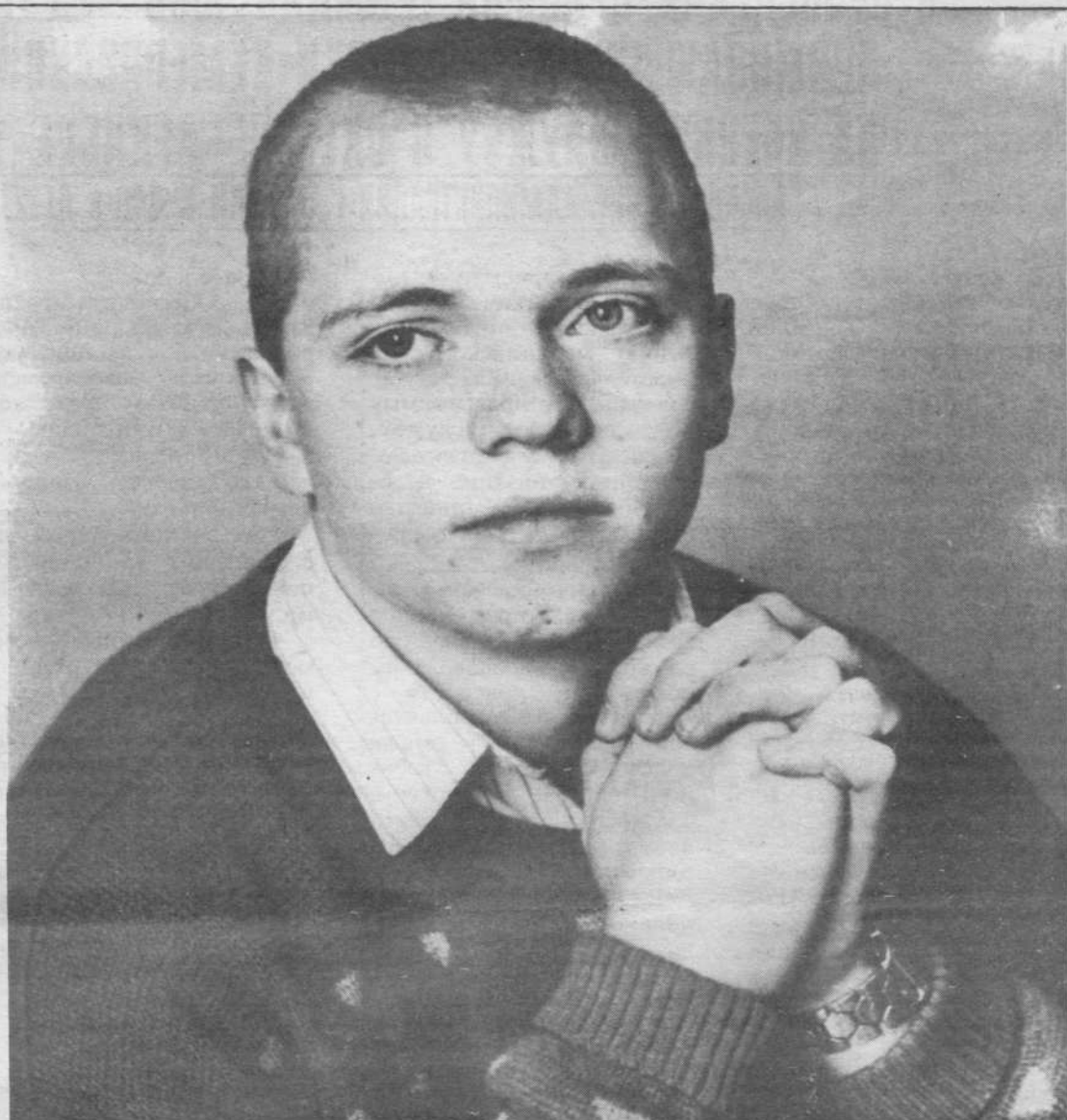
Немало молодых семей работает на электростанции. Это Владимир и Екатерина Рязанцевы, Раиса и Ренат Аюповы, Светлана и Олег Голубых, Наталья и Алексей Долговы, Татьяна и Алексей Лазаревы, Марина и Олег Барановы, Андрей и Марина Архиповы и многие другие.

И хотя многие ребята сетуют на отсутствие полноценного организованного досуга, надо сказать, что в творческих коллективах ДК имени Горького всегда найдется место для развития их дарований. Андрей Пашин, Валерий Котов, Валентина Хлебникова, Галина Лентарт -- это их сверстники, товарищи по работе, те, кто занимается организацией досуга во Дворце культуры.

Гордятся своей сменой в цехах. Молодые эксплуатационники Александр Степанов, Николай Груненьков, Андрей Шанин, Сергей Демин, Юрий Атясов, Людмила Колесова, Сергей Попугаев, Николай Гречанюк -- это им доверяют нести нагрузку на агрегатах станции. Не отстают и молодые ремонтники Вадим Титов, Сергей Братишев, Валерий Петкевич, Сергей Легконогов, Михаил Арфанов, Валерий Бердник, Сергей Воробьев, Сергей Скотников, Николай Лаушко, Александр Сладков, Виталий Мягких, Борис Филиппов, Александр Толтаев, Сергей Грачев, Андрей Еремеев, Юрий Акушев.

Нелегкий, ответственный труд в будни и в праздники -- такова профессия энергетика, такова дорога жизни, которую они выбрали. В добрый путь!

**Г. СМАГИНА,
М. БАРАНОВА,
работники станции,
активисты
молодежного
движения.**



ЕЩЕ ОДИН МАСТЕР, ДВАДЦАТЫЙ

20 -- 21 ноября в Доме физкультуры АП "МЭМЗ" состоится Всероссийский турнир по тяжелой атлетике, посвященный памяти заслуженного мастера спорта СССР, чемпиона Олимпийских игр в Монреале Александра Никифоровича Воронина.

В 1970 году пришел Александр в секцию тяжелой атлетики Томусинской ГРЭС, а спустя два года стал первым мастером спорта у нас в городе. В 1976 году после победы на Олимпийских играх Воронину было присвоено звание "Заслуженный мастер спорта СССР".

Примечательно, что за двадцать лет в секции тяжелой атлетики ТУ ГРЭС подготовлено двадцать мастеров спорта, и последним стал Андрей Луцик. В этом году он был серебряным призером первенства России среди юношей, включен в состав сборной команды и в конце августа этого года на первенстве Европы среди юношей

в Венгрии занял третье место, тем самым продолжил традиции чемпионов мира и Европы, наших земляков Александра Воронина, и Виктора Солодова.

Борьбу на помосте города Дебрецена вели атлеты из 24 стран Европы. В категории до 70 кг от нашей команды было заявлено два участника: Александр Ивановский из Башкортостана (он чемпион России) и Андрей Луцик.

В рывке Луцик удачно стартовал со 105 кг. 110 кг не покорились в первом, подходе Ивановскому. Во втором подходе Луцик зафиксировал 110 кг, а у Ивановского вновь неудача. Наконец, в третьем подходе Александр Ивановский фиксирует злополучные 110 кг, Андрей в третьем подходе идет на вес 115 кг, но неудачно. А тем временем 117,5 кг фиксирует украинский атлет В. Червоненко и 115 кг немецкий штангист Э. Зибер.

В толчке роли переменялись, но тоже не

без приключений. Так, в первом подходе Луцик не засчитали все 135 кг -- было дожимание снаряда. Дело в том, что на помосте была штанга фирмы "Елейко" (Швеция), а у нее амплитуда колебаний совсем другая, чем у нашей, отечественной. Пришлось сделать еще один подход к этому весу, а в третьем заключительном подходе Андрей толкнул 142,5 кг.

Александр Ивановский в толчке реабилитировал себя, в последнем подходе зафиксировал 147,5 кг и стал чемпионом, на втором месте украинский атлет и на третьем Андрей Луцик.

В заключение хочется выразить искреннюю благодарность главе администрации города В. П. Найданову, Н. И. Сычевой, А. Г. Антипину, а также администрации МУ-1 (А. Н. Вакуленко) и АП "Сибкон" (Л. Н. Опарин) за их щедрую финансовую помощь в организации поездки и участия в первенстве Европы Андрея Луцика.

В. РЕЙНБОЛЬД,
заслуженный
тренер СССР.

На снимке: Андрей Луцик.

Фото Н. СИМОНОВА.

В соответствии с постановлением Центральной избирательной комиссии 19 -- 21 октября 1993 года утверждена окружная избирательная комиссия по выборам Государственной Думы и в Федеральное Собрание по Новокузнецкому одномандатному избирательному округу N 91:

КОНДРАШОВА Раиса Никифоровна -- председатель комиссии.

ЮРЧЕНКО Сабина Михай-

СОСТАВ ОКРУЖНОЙ ИЗБИРАТЕЛЬНОЙ КОМИССИИ

ловна -- заместитель председателя.

СУДЬИНА Анна Ивановна -- секретарь комиссии.

Члены комиссии: **КОНЯЕВ Евгений Федорович;**

ГУСЕВА Надежда Алексеевна;

КАЛУГИН Евгений Юрьевич;

ХРОМЧЕНКО Николай Евгеньевич;

ВАХИТОВ Равис Фадеевич;

СИЛИН Николай Алексеевич;

МИЛОВАЦКИЙ Николай Митрофанович;

ТОЛСТИКОВ Владислав Александрович;

КОМАРОВ Анатолий Ива-

нович;

ПАВЛЕНКО Александр Александрович;

СМОРОДИН Александр Романович;

ФОМИНА Галина Ивановна;

КАЗАКОВ Петр Михайлович;

ИВАНОВА Валентина Ива-

новна;

КОЗЛОВА Нина Николаевна.

Окружная избирательная комиссия по выборам депутатов Государственной Думы и в Федеральное Собрание по Новокузнецкому одномандатному округу N 91 находится по адресу: г. Новокузнецк, ул. Кирова, 71 (здание городской администрации), кабинет N 105; тел. 46-24-41.

На основании ст. 10 "Положения о выборах депутатов Государственной Думы" образовать на территории г. Мыски, поселков Чувашка и Подобас участки для проведения и подсчетов голосов.

УЧАСТОК N 922

(центр -- пос. Чузас, клуб)

Входят населенные пункты: Березовый, Милас, Тоз, Чузас.

УЧАСТОК N 923

(центр -- пос. Чувашка, клуб)

Входят населенные пункты: Казас, Камешок, Чувашка, дома Байдаевского ОРСа.

УЧАСТОК N 924

(центр -- г. Мыски, школа N 6)

Входят улицы: Алмаатинская, Арбачакова, Горная, Дом отдыха, ДОКа, Заречная, Куринская, Красноярская, Линейная, Лесная, Луговая, Лесхозная, Новая, Панфилова, Паромная, Сибиргинская, Северная, Стадионная, Томская, Черемухова, Широкая; переулки: Глухой, Мрас-су, П. Морозова, Милицкий, Олега Кошевого, Маральник, Кийзакский.

УЧАСТОК N 925

(центр -- ГДК)

Входят улицы: Болотная (до пер. Зеленый), Ключевая (до пер. Зеленый), Кедровская (до ул. Кузбасская), ул. Куюкова, ул. Первомайская (нечетная сторона), кроме домов: 13, 15, 17 до дома N 49, Промкомбинатская (до пер. Зеленый), Правонабережная (до пер. Зеленый), Девовская, Таежная (до пер. Зеленый), Сенная (до пер. Зеленый), Октябрьская, Чкалова, Первомайская, 11, Куюкова, 6; ул. Ст. Разина, Кардонная, Красноармейская, Логовая, Родниковая, М. Горького, Лазо; переулки: Весенний, Верхний, Глухой, Еловый, Зеленый, Библиотечный, Знакомый, Прямой, Тихий, Майский, Кийзакский.

УЧАСТОК N 926

(центр -- г. Мыски, комбинат коммунальных предприятий концерна "Кузбассразрезуголь")

Входят улицы: Болотная (от пер. Зеленый), Кедровская (от пер. Зеленый), Ключевая (от пер. Зеленый), М. Горького (от ул. Кузбасской), Набережная, Первомайская (от ул. Кузбас-

ская), Пушкина (от ул. Кузбасская), Сенная (от пер. Зеленый), Таежная (от пер. Зеленый), ул. Березовская, Чапаева; переулки: Боровой, Крутой, Ореховый, Хвойный.

УЧАСТОК N 927

(центр -- г. Мыски, школа N 4)

Входят улицы: Вахрушева (нечетная сторона), кроме домов N 5, 7, Кузбасская (четная сторона), И. Кусургаева, М. Горького (от ул. Вахрушева до ул. Кузбасская, четная сторона).

УЧАСТОК N 928

(центр -- г. Мыски, административное здание горсети)

Входят улицы: б. Юбилейный, Лермонтова, Первомайская (четная сторона от улицы Вахрушева до Кузбасской), ул. Пушкина N 11, 25; М. Горького 23, 31, ул. Вахрушева N 5, 7, ул. 1-я Асмачинская, Новый Кирзавод, ул. 2-я Асмачинская, Южная, Чехова, Кирзаводская, ул. Маяковского, Кузбасская (частный сектор); переулок Кирпичный-1.

УЧАСТОК N 929

(центр -- г. Мыски, школа N 1)

Входят улицы: Вахрушева (четная сторона), М. Горького N 10, 12, 13, 14, 16 (до ул. Вахрушева), ул. Пушкина N 2, 3, 4, 5, (до ул. Вахрушева), ул. Первомайская N 2, 14, 13, 15, 17 (четная сторона) и дома N 13, 15, 17, ул. Советская (нечетная сторона) N 5, 13, 31, 39, 37, 41).

УЧАСТОК N 930

(центр -- г. Мыски, спортзал МЭМЗа)

Входят улицы: Гаражная, Дорожная, Заводская, Коммунистическая, Кирова, Ленинградская, Осенняя, Осипенко, Парковая, Славянская, Тетенза, Шоферская; переулки: Клары

Цеткин, Красный, Короленко, Кузнецкий, Малый, Земельный, Медный, 8 Марта, Рабочий, 5-й сетевой, Текстильный.

УЧАСТОК N 931

(центр -- г. Мыски, административное здание Мысковского городского совета оборонно-спортивного общества)

Входят улицы: Олимпийская, Советская (четная сторона), Серафимовича N 2, 5, 6, 6-а, 7, 12, 16.

УЧАСТОК N 932

(центр -- г. Мыски, административное здание УМ ЛПБ)

Входят улицы: Энгельса, Речная, Безымянная, Боковая, Дальняя, Звуковая, Коммунаров, Календарная, Карчипская, К. Маркса, Пригородная, Пионерская, Сосновая, Чайковского, Ажольская; переулки: Верхний, Охотничий, Стандартный, база отдыха, дома ж. д. переезда -- 52 км.

УЧАСТОК N 933

(центр -- микрорайон ТУ ЖБК, школа N 2)

Входят улицы: 50 лет Пионерии, дома N 2, 4, 6, 8; квартал N 4, ул. Подгорная, Липовая, Ясногорская.

УЧАСТОК N 934

(центр -- микрорайон ТУ ЖБК, спортзал ДК "Юбилейный")

Входят дома кварталов: N 8, 9, 10, кв. N 11; дома N 3, 4.

УЧАСТОК N 935

(центр -- микрорайон ТУ ЖБК, ДК "Юбилейный")

Входят улицы: Гагарина, Герцена, Д. Бедного, Крылова, Крестьянская, Народная, Островского, Правды, Профсоюзная, Песчаная, 50 лет Пионерии (нечетная сторона), Суворова, Юннатов, ул. Молодежная, Комсомольская; переулки: Одинок, Угловой, улицы и переулки пос. Малая Тетенза (улицы: Малиновая, Вишневая,

Дачная, Пасечная, Садовая), переулки: Калинов, Ягодный, Мирный, Радостный, Фруктовый, Огородный, Осинный.

УЧАСТОК N 936

(центр -- заводоуправление ТУ ЖБК)

Входят улицы: Алюминиевая, Больничная, Братская, Веселая, Гвардейская, Заготскот, Зеленогорская, Красносельская, Революционная, Поселковая, Узкоколейная, Высокая, Высотная, Лунная, Левологовая, Правологовая, Междуреченская, Овражная, Почтовая, Полевая, Строительная, Транспортная, Пограничная, Цветочная; переулки: Открытый, Солнечный, Столярный.

УЧАСТОК N 937

(центр -- пос. Бородино, школа N 10)

Входят улицы: Железнодорожная, Озерная, Светлая, Трудовая, п. Старое Бородино, пос. Усть-Мрасский.

УЧАСТОК N 938

(центр -- пос. Тутуяс)

Входят улицы: Гавань, Плотина, Сельхоз, Тутуяс, Аксас.

УЧАСТОК N 939

(центр -- пос. Подобас, ДК совхоза "Берензас")

Входят улицы: Дорожная, Дружбы, Подобаская, Совхозная, Южная, Калинина, Кооперативная, Пролетарская,

Спартак, Тружеников, Луговая, Советская, Береговая, Заречная; переулки: Алтайский, Весенний, Железнодорожный, Школьный, дома Центральной усадьбы совхоза "Берензас"; поселки: Кельчезас, Болынь.

УЧАСТОК N 940

(центр -- 1-е отделение совхоза "Берензас")

Входят дома 1-го отделения совхоза "Берензас".

УЧАСТОК N 941

(центр -- микрорайон ТУ ГРЭС, школа N 7)

Входят улицы: Бугровая, Восточная, Гоголя, Котовского, Интернациональная, Крайняя, Ломоносова, Некрасова, Пархоменко, Проточная, Звездная, Радиотелеграфная, Релейная, Степная, Севастопольская, Тверская, Энтузиастов, Центральная с N 28 и далее.

УЧАСТОК N 942

(центр -- микрорайон ТУ ГРЭС, школа N 3)

Входят улицы: Комарова, Мира N 13, 38, Кутузова (нечетная сторона), Центральная N 20, 24, 26, Восточная N 20, 37.

УЧАСТОК N 943

(центр -- микрорайон ТУ ГРЭС, ДК им. Горького)

Входят улицы: Вокзальная, Инициативная, Кустарная, Кутузова (четная сторона), ул. Мира (до ул. Кутузова), Обогатителей, Строителей, Стахановская, Советской Армии, Фестивальная, Ленина N 2, 4, 6, 6-а, 8, Энергетиков N 16, 18, 20, Центральная N 3, 5, 5-а; переулки: Сиреневый, Первомайский, Свободный, Сибирский.

УЧАСТОК N 944

(центр -- микрорайон ТУ ГРЭС, техникум)

Входят улицы: Ноградская, Ленина (кроме домов N 2, 4, 6, 6-а, 8), Энергетиков (кроме домов N 16, 18, 20), Кутузова, (с N 1 по 8, 10, 12, 14), Кузнецкая (кроме домов N 2, 4), Центральная N 6, 8, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 19; переулки: Тепличный, Цветочный.

УЧАСТОК N 945

(центр -- микрорайон ТУ ГРЭС, ШРМ N 2)

Входят улицы: Кузнецкая N 2, 4, Ноградская N 1, 1-а, 3, 4, 6, 8; Энергетиков-2, Вокзальная N 1, 5.

УЧАСТОК N 946

(центр -- микрорайон ТУ ГРЭС, школа N 5)

Входят улицы: Кузнецкая (нечетная сторона), Мостовая, Отрадная, Сахарова, Привокзальная, Тракторная, Тупиковая, дома теплично-парникового комбината и квартала N 17.

УЧАСТОК N 947

(центр -- учебный батальон в/ч).

Глава администрации города Мыски

В. П. НАЙДАНОВ.

ОБ ОБРАЗОВАНИИ ИЗБИРАТЕЛЬНЫХ УЧАСТКОВ ПО ВЫБОРАМ В СОВЕТ ФЕДЕРАЦИИ И ГОСУДАРСТВЕННУЮ ДУМУ

РАСПОРЯЖЕНИЕ АДМИНИСТРАЦИИ г. МЫСКИ N 620-р

Цеткин, Красный, Короленко, Кузнецкий, Малый, Земельный, Медный, 8 Марта, Рабочий, 5-й сетевой, Текстильный.

УЧАСТОК N 931

(центр -- г. Мыски, административное здание Мысковского городского совета оборонно-спортивного общества)

Входят улицы: Олимпийская, Советская (четная сторона), Серафимовича N 2, 5, 6, 6-а, 7, 12, 16.

УЧАСТОК N 932

(центр -- г. Мыски, административное здание УМ ЛПБ)

Входят улицы: Энгельса, Речная, Безымянная, Боковая, Дальняя, Звуковая, Коммунаров, Календарная, Карчипская, К. Маркса, Пригородная, Пионерская, Сосновая, Чайковского, Ажольская; переулки: Верхний, Охотничий, Стандартный, база отдыха, дома ж. д. переезда -- 52 км.

УЧАСТОК N 933

(центр -- микрорайон ТУ ЖБК, школа N 2)

Входят улицы: 50 лет Пионерии, дома N 2, 4, 6, 8; квартал N 4, ул. Подгорная, Липовая, Ясногорская.

УЧАСТОК N 934

(центр -- микрорайон ТУ ЖБК, спортзал ДК "Юбилейный")

Входят дома кварталов: N 8, 9, 10, кв. N 11; дома N 3, 4.

УЧАСТОК N 935

(центр -- микрорайон ТУ ЖБК, ДК "Юбилейный")

Входят улицы: Гагарина, Герцена, Д. Бедного, Крылова, Крестьянская, Народная, Островского, Правды, Профсоюзная, Песчаная, 50 лет Пионерии (нечетная сторона), Суворова, Юннатов, ул. Молодежная, Комсомольская; переулки: Одинок, Угловой, улицы и переулки пос. Малая Тетенза (улицы: Малиновая, Вишневая,

едят ласточки или сороки, которые приносят столько бедствия садам. Первую половину дня они ловят насекомых, а вторую питаются растительной пищей. Или наоборот. Смешанное питание у них фактически отсутствует, так чтобы схватить жука, а потом клонуть вишню.

Обратитесь к опыту и своим малолетним детям. Дайте им бутерброд и посмотрите, захотят ли они есть этот хлеб с колбасой или сыром. Нет, они будут все есть отдельно. У них еще сохраняется животный инстинкт. Они еще очень близки к природе.

А в чем же здесь дело? Давайте посмотрим на дело с позиций классической химии. Крахмалы, углеводы расщепляются у нас слюной, она щелочная среда. Организм за миллионы лет своего существования стал настолько тонкой системой, что как только вы посмотрите на какой-то продукт, у вас уже по всему тракту выделяются именно те ферменты, которые должны его расщеплять. Вы посмотрели на хлеб, и у вас выделилась слюна. Почему? Потому

что он перерабатывается щелочью. Но на этом же хлебе у нас, скажем, еще кусок колбасы. А колбаса, этот животный белок, переваривается кислотой. Значит, когда вы едите хлеб с колбасой, у вас выделяются одновременно и кислота, и щелочь. Давайте-ка вспомним из учебника химии, что происходит, когда щелочь соединяется с кислотой. Происходит нейтрализация. Таким образом, у вас в желудке осуществляется нейтрализация, и вы получаете в нем комоч массы, плохо перерабатываемой, нарушающей все естественные принципы пищеварения.

Но мы скроены капитально, и на сорок лет нас хватает. Потом к пятидесяти нас раздувает или иссушает, или болезни появляются, но мы не знаем, что и почему, мы по-прежнему едим пельмени, то же самое мясо с тестом, мы по-прежнему поглощаем пи-рожки с мясом. И вот так сами, добровольно, приближаем свою старость, сами вызываем преждевременные болезни.

Нужно знать законы смешанного питания. Что с чем

сочетается. Если можно, то питаться отдельно, по возможности не смешивать белки с углеводами. Но у нас повсеместно принято смешанное питание. Так давайте в этих обстоятельствах самостоятельно питаться сочетаемыми продуктами, хотя бы когда в наших силах это сделать.

За праздничным столом ничего не надо бояться, там все спорит в обстановке эмоциональной приподнятости. Но праздники не могут длиться вечно, вслед за ними наступают будни. И если вы питаетесь мясом, то на гарнир надо употреблять овощи и травы, но не картофель и не тесто. Разумеется, не мое дело подменять здесь работу многочисленных институтов питания с их заботой о сбалансированном питании и пренебрежением к качественному своеобразию человеческой "печки". Скажу лишь для примера: об одном. Традицией является употребление после завтрака, обеда или ужина чая, кофе, компота, киселя. Сообразим, к чему это приводит.

ЮРИЙ АНДРЕЕВ

ТРИ КИТА ЗДОРОВЬЯ

(Окончание. Начало в N 119-121, 123, 124).

Так что же такое эта живая пища, и от какой печени (отною не короля Фридриха) нужно танцевать, определяя, чем мы должны питаться? Исходный принцип таков: источник всего сущего на земле -- это солнце, которое порождает всю, скажем так, энергетическую информацию. Назовем ее информацией первой степени, хотя это и не совсем точно, потому что солнце -- тоже производный продукт, первая степень -- это космос, но будем считать в наших условиях, что первая степень энергетической информации -- это солнышко. Второй степенью наиболее богатой живой энергией, является все то, что произрастает под лучами солнца -- злаки, плоды, овощи, фрукты, семена, зерна, бобовые, орехи, травы. Все это несет в себе энергию, качественно необходимую для нас.

Дальше существует третья степень энергетической информации. Здесь нужно очень отчетливо представлять себе, насколько разными бывают продукты, которые мы называем одним и тем же словом. Что такое третья степень? Это то, что уже переработало вторую. Калории подобные продукты содержат, но несут в себе нулевое количество предыдущей, "зеленой" энергетической информации. Для примера: совершенно разные продукты -- натуральный мед, который пчелы принесли с лугов, и его имитация, которая получена на сахаре и которую бесчестные люди (спекулянты) продают нам. Сколько, спрашивается, там солнечной энергии? А сколько ее в замороженном мясе и так далее и тому подобное?

И вот теперь такой вопрос, очень важный для нашего здоровья -- как есть? Обратим внимание, как

Великий русский писатель Лев Толстой в возрасте 82 лет писал в своей записной книжке: "В глубокой старости думают, что доживают свой век, а, напротив, тут-то и идет самая драгоценная и нужная работа жизни и для себя, и для других. Ценность жизни обратно пропорциональна квадратам расстояния от смерти".

В самом деле, хорошо

ЖИВЕМ ЛИ МЫ СВОЙ ВЕК

известно, когда люди в глубокой старости показывали пример вдохновенного труда, доставляющего огромную радость и счастье и самим творцам, и окружающим их людям. Так, Гете в 82 года завершил своего "Фауста". Верди в 79 лет создал одну из своих лучших опер -- "Фальстаф", а в 81 год -- "Короля Лира", И. Павлов в 85-летнем возрасте выполнил ряд замечательных работ по вышей нервной деятельности и до конца дней продолжал работать руководителем одного из крупнейших научных коллективов. Бернард Шоу в 90 лет писал блистательные статьи. Следовательно, старость не обязательно означает немощность и беспомощность. Многие зависят от самого человека, от его интеллекта, от его желания и умения сохранить свои жизненные силы, не растратить их впустую на излишества и в беспутной жизни; а с другой стороны, от культуры и гуманности общества.

Если мы не можем старость обратить в молодость, то надо попытаться отодвинуть приближение старости, а саму старость сделать приятной, полезной. И главное -- активной.

Когда же начинается старость?

Оказывается, это не такой простой вопрос. В глубокой древности человеческую жизнь делили на два периода: молодость и старость, причем поворотной точкой человеческой жизни считали 35 лет. Гиппократ называл иную цифру -- 42 года, а Авиценна -- 50 лет. Аристотель и Гален делили человеческую жизнь на три периода: молодость, зрелость, старость. Нисходящая фаза, по Галену, начинается с 56 лет. Многие ученые древности делили старость на два периода: старость и глубокую старость. Первый период, по Гиппократу, начинается в 42, второй -- в 63 года. В более позднее время начало насто-

ящей старости стали относить к 65 и даже к 70 годам.

Обращает на себя внимание тот факт, что чем выше интеллект, тем больше человек сохраняет черты, характерные для молодости. Преждевременно старят человека и некоторые особенности характера. Так, по наблюдениям ученых, раньше времени старятся люди со злым, недружелюбным характером, в особенности те,

кто занят несправедливыми делами: совершает зло, преступления; в то же время люди добрые, открытые, творящие добро и своим близким, и обществу, значительно дольше сохраняют молодость и энергию.

В наше время принято следующее деление человеческой жизни по возрастам:

1 -- 15 лет -- детство,
16 -- 30 лет -- юность,
31 -- 45 лет -- молодость,
46 -- 60 лет -- зрелый возраст,
61 -- 75 лет -- пожилой возраст,
76 -- 90 лет -- старческий возраст,
91 и старше -- долгожители.

Итак, каков же предел человеческой жизни? Какой срок жизни отведен человеку природой?

Знаменитый ученый-медицинский Парацельс считал, что человек может жить до 600 лет. По мнению других ученых, Х. Гюффеланда, А. Галлера и Е. Пормоера, естественный предел человеческой жизни -- 200 лет. И. Мечников, Ж. Ориней и А. Богомолец полагают, что этот предел не превышает 150 -- 160 лет.

Некоторые ученые выдвигают теорию: если лошади, чтобы вырасти, надо 3 -- 4 года, а живет она 20 -- 30 лет; если собаке, чтобы вырасти, надо 1,5 -- 2 года, а живет она 15 -- 20 лет, то человек, который растет 20 лет, должен соответственно жить около двухсот лет.

В самом деле, все известные долгожители умирали не от возраста, а от болезней.

Многие ученые объясняют выдающееся долголетие преимущественно наследственным свойством, хотя и не отрицают, что образ жизни, внешняя среда и личная гигиена в широком понимании этого слова, безусловно, оказывают свое влияние на продолжительность жизни.

Наверное, мы все согласимся с Гиппократом, который писал: "Жизнь коротка". В настоящее время, когда наука и техника развиваются

столь быстро, внимание ученых должно быть обращено на самое ценное, что есть у человека, -- на его здоровье и жизнь, которая, конечно же, возмущительно коротка.

Не пора ли нам провести тщательный анализ нашей жизни и установить: живем ли мы свой век? А если нет, то каковы причины этого?

Ныне человечество бросает сотни миллиардов рублей на изобретение оружия, уничтожающего людей, но нельзя ли малую долю этих средств потратить на то, чтобы если не удлинить, то хотя бы не укорачивать нашу жизнь. Поэтому люди должны задуматься не только о том, как сделать жизнь более продолжительной, но и о том, что нужно делать, чтобы не сокращать жизнь свою и жизнь других людей.

Причину наступления старости следует искать не в изменениях отдельного органа или системы органов, а в изменениях всего организма, деятельность которого регулируется нервной системой. Особенно большую роль в преждевременном старении организма играют его высшие отделы -- кора головного мозга. Тот организм здоров, у которого нервная система функционирует нормально и обеспечивает все его функции.

В подтверждение взгляда на особую роль нервной системы в проблеме долголетия были проведены опыты на собаках, которым давалась непосильная для них длительная нервная нагрузка, чем вызывалось систематическое перенапряжение нервной системы. Это приводило к перенапряжению коры головного мозга. Собаки быстро дряхлели, становились угрюмыми и погибали от различных заболеваний. В то же время контрольные собаки, развивавшиеся в нормальных условиях, ничем не болели и жили намного дольше подопытных.

Расстроенная нервная система изменяет нормальную работу сердца, дыхательного и пищеварительного аппаратов, обмена веществ и других жизненно важных функций, изменяет физиологические процессы, обеспечивающие защитные способности организма и состояние равновесия с внешней средой. При срывах высшей нервной деятельности резко нарушается работа внутренних органов, что создает условия для раннего износа организма и преждевременной старости.

Вот почему, если заболело ваше сердце, спросите себя: так ли я живу? Все ли я делаю, чтобы оно не болело? **Ф. УГЛОВ, И. ДРОЗДОВ.**

(Из книги "Живем ли мы свой век?").

ПИТАНИЕ ПРИ ГИПЕРТОНИИ

Если у вас повышено кровяное давление, еда должна быть обезжиренной и иметь пониженное содержание соли.

Следует отказаться от масла и жирных молочных продуктов, употреблять вместо них маргарин, растительные, молочные продукты.

Есть меньше сыра и колбасы. Два раза в неделю устраивать разгрузочные дни -- без мяса, рыбы и птицы.

В среднем мы употребляем в пищу 15 г соли в день. Это значит, что за всю жизнь набирается примерно 8 центнеров. Между тем для организма вполне достаточно 10 г соли в день. Пациенты с высоким давлением могут позволить себе лишь 4-6 г.

Мало натрия, а стало быть, соли, содержат такие продукты, как свежие овощи и фрукты, молочные продукты (кроме сыра), мясо, рыба, макароны, рис, картофель.

Четыре куска хлеба содержат 2 г соли!

Следует избегать таких продуктов питания, как сыр, творог, сало, сальма, ветчина, мясные консервы, сельдь, чипсы, сладкое печенье, маринованные овощи, оливки, квашеная капуста, бульонные кубики, кетчуп, горчица -- в них слишком велико содержание соли.

Все блюда можно посыпать измельченной зеленью, вместо того, чтобы их солить. Солонка -- лишний предмет на вашем столе.

Региональный представитель ФИРМЫ "ЭЛЭН" предлагает: кабель; провод разных типов и сечений; голый провод для воздушных линий электропередач; пускатели; автоматы; трансформаторы силовые и сварочные; КТП 400 кВА 6/0,4; лампы накаливания 500 ватт; наборы инструментов. Тел. в г. Новокузнецке: 44-11-59, звонить с 8 до 15 ч.

Поздравляем Алешу с праздником, с 16-летием! Желаем тебе крепкого здоровья и чтобы всегда шел по жизни твердым шагом! Семья **ЛЕНЕВЫХ**: мама, папа, Виктор, Зина и Вика.

Томусинский энергетический техникум приглашает на работу в общежитие уборщиц, сторожей.

ВНИМАНИЮ ПОКУПАТЕЛЕЙ!

В микрорайоне ГРЭС по адресу: квартал 17, д. 14 открылся магазин "Чест". Время работы: с 10 до 19 ч. без перерыва. Приглашаем за покупками!

НАШЕДШЕГО водительское удостоверение на имя Синцова А. Г. прошу вернуть за хорошее вознаграждение по адресу: ул. Кусургаева, 7, 16.

ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯМ И ДЕЛОВЫМ ЛЮДЯМ!

Продам небольшое здание (50 кв. м), требующее ремонта, в п. Подобас. Очень перспективное место для торговой точки. Обращаться: п. Шоферской, ул. Ленинградская, 45, в любое время.

Продам дом или обменяю на квартиру. Обращаться: п. Шоферской, ул. Ленинградская, 45, в любое время.

ПРОДАМ:

Срочно -- 2-комнатную приватизированную квартиру и дом в м-не ЖЗБК. Обращаться к посреднику: м-н ЖЗБК, пер. Одинокий, 1.

Капитальный гараж, автомобиль "Жигули-ВАЗ-21011". Обращаться: п. Ключевой, кв-л 9, д. 3, кв. 8; тел. 2-36-54.

"Запорожец" "ЗАЗ-968", пробег 25000 км, на ходу, а также металлический гараж. Обращаться: ул. Строителей, 6, 4 (ост. "УПК").

Рубленный дом (4 комнаты, в доме вода; все надворные постройки). Обращаться: ул. Кедровская, 1.

Капитальный гараж в районе 39-го магазина. Звонить: 2-14-87.

Небольшой дом с надворными постройками, рядом с дорогой, речкой; маленький холодильник "Кристалл-404" 6/у в хорошем состоянии; недостроенный гараж в м-не ЖЗБК. Обращаться: ост. "Гормолзавод", ул. Транспортная, 19 или 23.

Ввиду отъезда -- мебель: два шифоньера и две тахты 6/у. Обращаться: ул. Кирзаводская, 27, 2.

Выражаем сердечную благодарность Мысковской автобазе и всем, кто помог в похоронах нашего дорогого, любимого, родного мужа, отца, дедушки Ичитовкина Федора Макаровича.

Жена, дети, внуки.

ЛуАЗ -969 с прицепом. Обращаться: м-н ГРЭС, кв-л 17, д. 19, кв. 10, после 18 ч.

КУПЛЮ:

Срочно -- 1-комнатную квартиру. Звонить: 2-30-57 в рабочее время. 1-комнатную квартиру. Тел. 2-24-57.

МЕНЯЮ:

Комнату в семейном общежитии (18 кв. м) и участок под индивидуальное строительство (15 соток) в центре города, имеется материал для фундамента, -- на квартиру. Обращаться: ул. Олимпийская, 5, к коменданту.

3-комнатную квартиру в м-не ГРЭС на 2- и 1-комнатную здесь же. Звонить: 2-38-90.

2-комнатную благоустроенную квартиру в м-не ГРЭС на 3-комнатную улучшенной планировки или 4-комнатную в центре. Звонить: 2-27-28 с 9 до 18 ч.

Выражаем сердечную благодарность АП "МЭМЗ" и всем, кто оказал помощь в похоронах нашего мужа, отца, деда Кшейникова Ивана Григорьевича.

Жена, родственники.

Учредители газеты -- администрация города и трудовой коллектив редакции.

Мнение редакции не обязательно совпадает с мнением авторов публикаций.

Редактор
С. А. ГОЛИШЕВ.

Адрес редакции: 652860, г. Мыски Кемеровской области, ул. Серафимовича, 4.

ТЕЛЕФОНЫ: редактора -- 2-04-28, зам. редактора и ответственного секретаря -- 2-11-25, отдела писем трудящихся и экономического отдела -- 2-25-57, молодежного отдела и отдела информации 2-01-44, бухгалтера -- 2-12-07.

654011, г. Новокузнецк, ул. Орденикидзе 11, полиграфкомбинат.

Время подписания в печать -- 17 часов.

Объем 1 печатный лист. Выходит 3 раза в неделю. Вторник, четверг, суббота.

Индекс 51917. Тираж 4985.