

# ПОД ЗНАМЕНОМ СОРЕВНОВАНИЯ

## ДОСКА ПОЧЕТА

ЗА УСПЕХИ, ДОСТИГНУТЫЕ НА УБОРКЕ УРОЖАЯ, ПО ПРЕДСТАВЛЕНИЮ ПАРТИЙНЫХ, ПРОФСОЮЗНЫХ И КОМСОМОЛЬСКИХ ОРГАНИЗАЦИЙ, ДИРЕКЦИИ СОВХОЗОВ И ПРАВЛЕНИЙ КОЛХОЗОВ НА РАЙОННУЮ ДОСКУ ПОЧЕТА ЗАНЕСАТСЯ

По колхозу «Победа»

Трактористы Михаил Яковлевич ДУБИНИН и Константин Давыдович РАИС на вспашке зяби дневные задания выполняют на 120—130 процентов.

По колхозу «Родина»

Трактористы Александр Климентьевич ВАСИЛИХИН, Михаил Александрович НОВОСЕЛОВ, Михаил Федорович ЖУКОВ, выполняющие дневные задания на вспашке зяби на 130-140 процентов.

Сушильщики Василий Порфирьевич МУКОВНИКОВ, Михаил Александрович КОНДРАТ обеспечивают своевременную сушку зерна и засыпку классных семян.

По совхозу «Яйский»

А. СИДАКОВ, А. ПАНЫРИН, Н. КОРОЛЕВ, А. П. КОЛОСОВ — трактористы, выполняющие нормы на вспашке зяби на 110—115 процентов.

По Вознесенскому откормсовхозу

Сушильщик Г. Д. КОНДРАТЬЕВ, обеспечивающий своевременную сушку зерна.

## ВПЕРЕДИ ИДУЩИЕ



На снимке (слева направо): Г. С. Поляков, Ф. Н. Данилов и С. С. Швед (звеньевой группы) — механизаторы колхоза «Родина», в честь которых продолжительное время поднимается алый флаг на центральной усадьбе хозяйства. Они ежедневно перевыполняют нормы на уборке зерновых.



Руководитель группы комбайнеров совхоза «Яйский» коммунист Иван Васильевич Антрев на обмолоте зерновых добивается отличных результатов.



Успешно трудится в этом году доярка Старопокровского отделения Вознесенского откормсовхоза Анна Васильевна Савина. Высокими показателями встречает она День работников сельского хозяйства. С начала года надоила на фуражную корову свыше двух тысяч килограммов молока.

Фото И. Павкина.

# ВПЕРЕД К КОММУНИЗМУ

ПРОЛЕТАРИИ ВСЕХ СТРАН, СОЕДИНЯЙТЕСЬ!

Орган Яйского райкома КПСС и районного Совета депутатов трудящихся.

## ВЫШЕ ТЕМПЫ РАБОТ НА ОБМОЛОТЕ ХЛЕБОВ, ВЗЬМЕТЕ ЗЯБИ, ЗАСЫПКЕ СЕМЯН И УБОРКЕ КАРТОФЕЛЯ!

### ДНЕВНИК ПОЛЕВЫХ РАБОТ

По оперативным данным управления сельского хозяйства колхозы и совхозы района на 16 сентября обмолотили зерновые культуры с 29655 гектаров — 70 процентов, зяби вспахано 22882 гектара—47,7 процента, засыпано се-

мян 9752 тонны—68 процентов.

Ход полевых работ характеризуется следующими показателями: в первой колонке—обмолочено зерновых, во второй—вспахано зяби, в третьей—засыпано семян (все в процентах к плану).

Неоправданно медлят с этой работой в совхозах «Улановский», «Анжеро-Судженский» и Вознесенском откормсовхозе.

Повсеместно идет подработка, сушка и сортировка семян. Хорошо ведут эти работы в колхозе «Победа», совхозах «Марьевский», «Яйский» и «Анжеро-Судженский», медлят в Вознесенском откормсовхозе.

Наступила пора копать картофель. К этой работе уже приступили в совхозах «Яйский», «Марьевский», «Улановский» и колхозе «Победа». Обстановка складывается такая, что необходимо пускаться в дело картофелеуборочные комбайны, копалки, а где возможно и плуги. Использовать погожие дни для уборки второго хлеба.

Необходимо во всех хозяйствах форсировать обмолот хлебов, взмет зяби, скирдование соломы и засыпку семян.

КОЛХОЗЫ:			
«Победа»	86,0	55,0	107,0
«Родина»	64,5	62,5	51,0
СОВХОЗЫ:			
«Первомайский»	66,0	44,0	56,0
«Улановский»	70,0	38,0	69,5
«Яйский»	57,5	54,0	82,6
«Анжеро-Судженский»	68,0	48,0	82,5
«Марьевский»	100,0	69,0	89,0
Вознесенский откормсовхоз	42,0	20,7	39,0

За истекшие дни несколько улучшились погодные условия и на полях продолжалась уборка хлебов. Прибавка по району составила 1206 гектаров. Лучшее эту работу вели в колхозе «Победа», совхозах «Улановский»,

«Анжеро-Судженский». Все хозяйства завершили уборку кукурузы.

На взмете зяби прибавка составила 1707 гектаров. Больше всех вспахали в совхозе «Марьевский», колхозах «Родина» и «Победа».

## ЗАБОТА ОБ УРОЖАЕ

Завершая косовицу и обмолот хлебов, земледельцы колхоза «Родина» заботятся и о взмете зяби, и о семенах.

Высокими темпами ведут взмет зяби старшие трактористы хозяйства коммунист М. Ф. Новоселов и М. Ф. Жуков. Работают в две смены. Большого разрыва между обмолотом и взметом зяби не допускают. Это объясняется тем, что наряду с уборочными отрядами, работают механизированные звенья по уборке соломы. Готовится фронт работы для пахарей. Как в минувшем году, так и в нынешнем, пятьдесят процентов посевной площади мы подготовим в ближайшее время. Иначе нельзя. В системе агрономических мероприятий, обеспечивающих высокий урожай всех сельскохозяйственных культур, основное—осенняя обработка почвы. В подготовленной почве накапливается достаточно влаги для того, чтобы нормально развивались растения весной.

Готовим сортовые семена тоже с осени. Конечно, огромное значение имеет выбор полей под семенные участки. И это мы сделали. Посев был по хорошим предшественникам, а убираем раздельным способом. Немаловажное значение имеет и организация труда людей на сортировке зерна. Ежегодно на этом участке работают семенные линии. Перед началом уборки создаем специальные звенья, которые только семенами занимаются. Сюда входят мастера-сушильщики, мастер по наладке машин, подсобные рабочие. Эти звенья в минимально короткий срок засыпают добротное зерно.

Урожай сам по себе не приходит. Его надо готовить заранее. Поэтому-то и трудятся люди с напряжением на взмете зяби и подготовке семян.

Д. ЮРЬЕВ,

главный агроном колхоза «Родина».

## НА ГЛАВНОМ НАПРАВЛЕНИИ

Идею косовица и обмолот зерновых в четвертом отделении совхоза «Улановский». С начала уборки урожая были созданы звенья, руководимые коммунистами Григорием Степановичем Жиряковым и Анатолием Дмитриевичем Панкиным.

Впереди идет звено Г. С. Жирякова. Тон в работе задает комсомолец Виктор Антонов. Он ежедневно выполняет нормы выработки на 120 и более процентов. В честь его успехов не раз поднимался флаг трудовой славы.

Где бы ни трудился комсомолец Виктор Антонов, он везде показывает себя хорошим работником. Зимой, весной и летом, в

любую погоду, он на своем молотковозе всегда в пути. А сейчас Виктор за штурвалом комбайна. И трудится с присущим ему трудолюбием. На его счету уже более 160 гектаров убранных зерновых, обмолочено более восемнадцати тонн хлеба. Неплохо работают М. М. Рябцев, А. М. Загана.

Сейчас у хлеборобов одна задача—как можно быстрее и без потерь убрать урожай. А он нынче у нас хороший: отдельные участки пшеницы дают до двадцати центнеров с гектара.

Н. УЛЬЯНОВСКАЯ,  
председатель Ишимского  
сельского Совета.

## Внушительная победа

В начале сентября скотники Василий Кочетков и Федор Шаповалов с трактористом Михаилом Предко сняли с интенсивного откорма очередную группу—62 животных. Средний вес каждого составил 395 килограммов. Таким образом, они с начала года направили на приемные пункты в общей сложности около 170 тонн высококормного мяса. На 20 с лишним тонн больше, чем полагалось по плану.

Сейчас на откормплощадке 400 с лишним животных. Все они получают в достатке грубых, сочных и концентрированных кормов строго по расписанию дня, вовремя—воду и минеральные добавки. Поэтому и прибавляют в весе ежедневно по 800 и более граммов каждое, на 100 с лишним граммов больше запланированного. Животноводы намерены в октябре сдать на мясо не менее четверти откормочного поголовья весом не ниже 400 килограммов каждый.

Замечательны успехи животноводов этого хозяйства и в производстве молока. 6 октября они направили последние центнеры этой продукции в счет девятимесячного задания. А это немало: из совхозных ферм на приемные пункты поступило 1590 тонн молока. Простые подсчеты показывают, что до конца сентября будет сдано не менее 160 тонн этой продукции. Доярки и скотники трудятся сейчас над тем, чтобы удержать надолго на прежнем уровне и несколько повысить их. Применяют минеральную подкормку, пасут по полям из-под кукурузы на отаве, обеспечивают нормальный водопой, строго по расписанию дня доят.

И. ПАВЛОВ,

## ПАРТИЙНАЯ ЖИЗНЬ

Партийное собрание — это высший орган первичной организации. Именно здесь коммунисты сообща обсуждают важнейшие проблемы, интересующие весь коллектив, намечают пути достижения той или иной цели. Кроме этого, оно является школой воспитания коммунистов, развития в них активности, инициативы, принципиальности, непримиримости к любым недостаткам. Этим повышается бдительность парторганизации в решении любых партийно-хозяйственных задач.

Периодичность собраний, явка всех коммунистов — важное дело. Однако, если собрания проводятся от случая к случаю, если на них присутствует чуть больше половины коммунистов, эффективность его снижается.

Есть немало первичных партийных организаций в нашем районе, где твердо соблюдаются установленные Уставом КПСС сроки созыва партийных собраний со стопроцентной явкой коммунистов. Это лесопильно-клепачный завод, первичная организация совхоза «Анжерский», профессионально-пожар-

ная часть, цеховая партийная организация совхоза «Первомайский». Тут собрания созываются в строгом соответствии с Уставом. У коммунистов этих

высшего и среднего звена — специалисты, рядовые коммунисты. При подготовке общесоюзных партсобраний разрабатывается памятка. Поэтому

— Выступай, не выступай, все равно ничто не изменится. Это, в первую очередь, — результат того, что выступающие зачастую боятся назвать имя

конкретнее и критичнее доклад, тем больше конкретности и деловитости в выступлениях.

Под стать выступлениям должны быть и принятые постановления, обязывающие чему-то не только партбюро и администрацию, но и каждого коммуниста. Партийное же бюро должно постоянно контролировать ход выполнения принятого постановления и на каждом последующем собрании знакомить коммунистов с тем, какие приняты меры. Кроме того, каждый коммунист обязан периодически отчитываться перед товарищами за выполнение партийного поручения.

Коллективная подготовка собраний, содержательные доклады и деловитость при их обсуждении, конкретное решение — все это играет большую роль в повышении активности коммунистов. А чтобы собрание на деле было высшим органом партийной организации, организационным средством выработки единства мнений и действий, школой воспитания коммунистов, его надо правильно готовить и проводить.

А. НЕСТЕРЧУК,  
инструктор, председатель  
методсовета РК КПСС.

## ЧТОБЫ ПОВЫСИТЬ АКТИВНОСТЬ КОММУНИСТОВ

партийных организаций стало потребностью советоваться, обсуждать назревшие проблемы, обмениваться мнениями.

Какую бы сторону подготовки и проведения партийных собраний мы не взяли — работу над докладом, определение повестки дня, развитие инициативы, активности коммунистов, критики и самокритики — везде необходима тщательная подготовка. Хорошо поставлено дело в этом плане в первичной парторганизации совхоза «Анжерский». Здесь всегда заранее определяется повестка дня предстоящего собрания и доводится до сведения всех коммунистов. Учитываются их замечания и предложения, высказанные на предыдущих собраниях. Для подготовки вопросов привлекаются руководители

здесь собрания проходят в непринужденной обстановке для выступлений и критики недостатков в работе. И не случайно, что в прошлом году партком совхоза обобщил опыт работы цеховой парторганизации фермы № 1. Он стал своеобразным учебником для начинающих секретарей парторганизаций.

Нередко секретари первичных и цеховых организаций задаются вопросом: как создать такую обстановку, чтобы активное участие на собрании принимало большинство членов организации, открыто делились мыслями, смело вскрывали недостатки. Ведь не секрет, что иногда отдельные коммунисты на вопрос: почему они не выступают на собраниях? — отвечают:

виновников недостатков, и того, что не все еще товарищи правильно научились понимать состояние дел, чтобы уметь перейти от факта к человеку, по вине которого допущено нарушение.

Не так давно на общесовхозном партийном собрании в Вознесенке один за другим брало слово управляющие отделениями и озабоченно говорили о том, что надо повысить темпы на заготовке кормов и приступить к уборке урожая. В общем-то, правильно говорили. Но именно в общем. Потому и слушали их участники собрания невнимательно. Очень важно добиться конкретности, деловитости каждого выступления, а это, в первую очередь, зависит от того, как построен доклад. Общеизвестно, чем-



Около четверти века трудится трактористом в колхозе «Победа» коммунист Иван Яковлевич Несмашный. Сейчас он успешно трудится на уборке урожая. От вклада в общее дело испытывает истинное удовлетворение.

Фото Н. Павкина.

### Человек и его дело

Заведующей клубом села Гетк Ахурянского района Армении Елизавете Мартиросян присвоено звание почетного животновода колхоза. Ее фотография помещена на Доске почета рядом с фотографиями доярок, чабанов, телятниц.

— В больших успехах, достигнутых нашими животноводами, — говорит председатель колхоза Михаил Погосян, — есть большая заслуга Елизаветы Мартиросян.

..Она окончила школу шесть лет назад. Энергичная и настойчивая, Елизавета Мартиросян добилась того, что клуб стал любимым местом отдыха колхозников. Вы-

## ГЛАВНАЯ ЗАБОТА ЕЛИЗАВЕТЫ МАРТИРОСЯН

тупила инициатором создания школы повышения производительности труда. Для ее слушателей собралась сотня вырезок из газет, журналов, брошюр, рассказывающих о передовых хозяйствах страны. По просьбе Е. Мартиросян работники клубов Прибалтики и Краснодарского края прислали обстоятельные материалы о работе лучших ферм. Животноводы села многое позаимствовали у друзей, применив к своим условиям их опыт в научной организации труда, интенсивном выращивании молодняка, механизации трудоемких процессов. Благодаря внедренным новшествам надои от коровы повысились в среднем почти на сто двадцать литров в год. Заметно снизились затраты по уходу за молодняком.

В колхозе широко развернулось соревнование за досрочное выполнение заданий определяющего года пятилетки. Тон задают слушатели школы. Елизавета Мартиросян, как депутат сельсовета, возглавила комиссию по проверке выполнения обязательств.

Парторганизация колхоза и совет клуба постоянно заботятся о досуге труженников полей и ферм. Не остаются без внимания и люди, выехавшие на горные пастбища. У них часто бывают участники художественной самодеятельности клуба, лекторы, киномеханики.

Ахурян,  
Армянская ССР.

Л. ГУКАСЯН,  
корр. ТАСС.

### С О В Е Т Ы М Е Х А Н И З А Т О Р А М

## УПЛОТНИТЕЛЬНЫЕ КОЛЬЦА ДЕЛАЮТ САМИ

Ремонт гусеничных тракторов связан с очень большим расходом уплотнительных колец, которыми хозяйства в полной потребности не обеспечиваются. Поэтому многие токари изготавливают их с помощью приспособления, которое они делают сами.

Приспособление состоит из накатки и оправок различного диаметра в зависимости от размеров изготавливаемых колец. Накатка представляет собой держатель 7 (см. рисунок) с закрепленным в нем шариковым подшипником 205. Заготовки колец вырезают из 2—2,5-миллиметровой стали. Для этого можно использовать обшивку корпусов списанных комбайнов СК-3 и СК-4. Например, для уплотнительного кольца наружным диаметром 110 мм вырезают квадратную заготовку 150x150 мм, обрабатывают ее до диаметра 1400 мм и в центре сверлят 16-миллиметровое отверстие. Оправку — 2 приспособления закрепляют в патроне токарного станка, насаживают на нее заготовку и поджимают ее с помощью цент-

ра задней бабки через прожим — 3. Накатку устанавливают в резодержателе станка и при 180 оборотах в минуту шпинделя обкатывают заготовку. После этого заготовку крепят в патроне и отрезным резцом выравнивают края детали и обрабатывают внутренний диаметр до нужного размера.

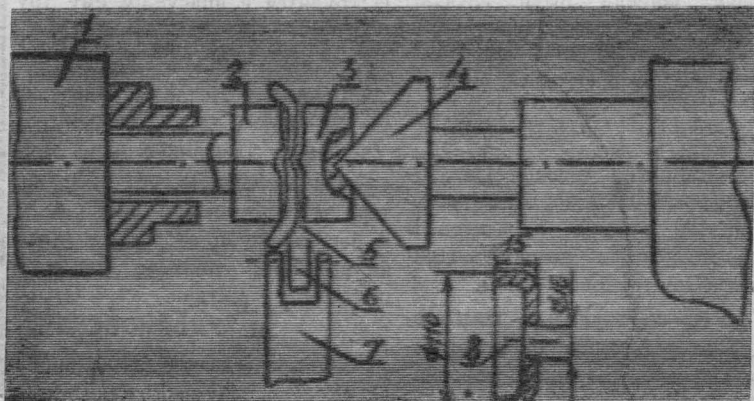
На изготовление уплотнительного кольца затрачивается не более 7 минут. С помощью такого приспособления можно делать уплотнительные кольца

разных размеров, а также различные крышки, подбирая оправки нужного диаметра.

Н. СОЛОНКО,

начальник отдела новой техники областного объединения «Сельхозтехника».

Схема приспособления: 1 — патрон токарного станка; 2 — оправка; 3 — прижим; 4 — центр задней бабки; 5 — заготовка; 6 — шарикоподшипник; 7 — держатель; 8 — готовое кольцо.



## ВЫДАЮЩИЙСЯ ТРУДОВОЙ ПОДВИГ РОСТОВСКИХ КОМБАЙНЕРОВ

В начале нынешней жатвы всю страну облетела весть о выдающемся трудовом подвиге коллектива уборочного звена совхоза «Московский» Ростовской области, возглавляемого комбайнером Н. В. Бочкаревым.

Партия и правительство по достоинству оценили этот героический подвиг механизаторов: сердечные поздравления коллективу звена послал Генеральный секретарь ЦК КПСС товарищ Л. И. Брежнев, комбайнеру Н. В. Бочкареву было присвоено звание Героя Социалистического Труда, высоких наград Родины удостоены все члены звена.

Воодушевленный отеческим приветствием Леонида Ильича и высокой наградой Родины коллектив звена решил достигнутый им рекорд сделать повседневной нормой

в работе и принял обязательство — намолотить за текущую жатву четверть комбайнами «Колос» не менее ста тысяч центнеров зерна при высоком качестве уборки, или выполнить почти четыре сезонные нормы.

В начале сентября коллектив звена прислал в Центральный Комитет КПСС на имя Генерального секретаря ЦК КПСС тов. Л. И. Брежнева рапорт, в котором герои жатвы с чувством исполненного долга сообщают о том, что принятое обязательство они выполнили — намолотили зерно новых колосовых, зернобобовых и просо свыше 100 тысяч центнеров, или в среднем по 25 тысяч центнеров на каждый комбайн. Но и этот рубеж не будет для звена пределом, заявляют механизаторы.

(ТАСС).

# О Б У Д У Щ Е М ЗАБОТИМСЯ СЕЙЧАС

Раннее утро. Солнечный разлив поля уводит взгляд в неограниченную даль. Рядом — березовые колки с позолотой в листве. На дне овражка — журчащий ручеек, а на опушках кустарников и среди кудрявых деревьев — грибы. Глянешь вниз с бугра — привольно раскинулось наше село.

Трудная работа страды. Все поля дышат хлебом. Невдалеке один за другим плывут по массиву комбайны. К ним торпливо приближаются автомашины, пристравляются с боку и через мгновение в кузов золотистой струей летят зерно. Доверху наполненные грузовики, уносятся с полей, подминая хрустящую стерню. Через некоторое время на утреннем от хлеба участке появляются звенья по скирдованию солом. Пока обеду загонку туда и обратно, вспашу, глядишь, а скирда почти готова. Есть для нас фронт работы. Хорошо теперь с такой вот техникой! Да и у меня агрегат что надо. Когда-то об этом только мечтали.

Родился и вырос я в Яя-Борике. До начала Отечественной успел только вырасти, чтобы пойти в первый класс, и пошел. Но в эти годы хозяйству так были нужны рабочие руки, что нередко нас, мальчишек, яросили помочь в той или иной работе. Да, известно, что про-

силь в таком возрасте, когда и сейчас сельские мальчишки ложатся спать и встают с мыслями о болтах и шайбах, тракторах и комбайнах. У меня своих два сына. Никогда не откажутся помочь в уходе за трактором.

Вот и я в свое время закончил начальную школу и... в бригаду. Где бы ни работал, но о тракторе не забывал. И выучился. Сколько я земли перепашал... Сколько раз за все годы встречал утренние рассветы и вечерние зори. Непогода трактористу — не помеха, особенно сейчас.

К-700. Могучий на вид и в действительности очень сильный трактор. Восемь лемехов на раме, это не то, что один-три когда-то. Да и какие условия для механизатора созданы: очень удобная кабина, тепло в ней. Дождь ли идет со снегом, ветер ли пронизывающий дует, а нам хорошо.

Уважаю свою работу, хоть и порядком устаю за смену. Шутка ли, однообразно из конца в конец по полю аккуратно водить агрегат, строго выдерживая прямолинейность и без каких-либо огрехов, а делаем. Иногда от напряжения устанешь очень, а сдашь смен-

нику трактор, прикинешь мысленно, сколько сделал и приятно станет; дневное задание опять перевыполнил. Даже гордость какая-то появляется.

Вот уже двадцать четыре года вожу трактор и в основном на взмете зяби. Сменить на другую свою специальность не могу. Не могу представить себя в другом месте. Не знаю, как другие, а я, не хвастаясь, могу точно определить этот пьянящий, теплый запах свежеспашанной земли. Он меня преследует и дома, а от этого спокойно как-то.

Земля — это кормилица, она дает нам все, что посеешь. Для этого надо тщательно готовить почву. Вот мы первые и приступаем в подготовке ее к будущему урожаю. Пашем аккуратно на заданную глубину, соблюдая все правила агротехники. Не наша вина в том, что урожай текущего года значительно ниже прошлогоднего. Подвели погодные условия. Но мы не пасуем. Готовим почву опять под урожай будущего года. Работаем в две смены с напарником. Вспахали значительно больше, чем планировалось.

**М. ЖУКОВ,**  
тракторист колхоза «Родина».



Трудный нынче год для животноводов. Редкая, низкорослая трава, рано потерявшая сочность, не дала возможности получить высокие надои молока. Несмотря на это, Зинаида Моисеевна Белкова, доярка второй бригады Мальцевского отделения совхоза «Яйский», весь пастбищный период получала от каждой фуражной коровы около одиннадцати килограммов молока.

На снимке: З. М. Белякова.

Фото Н. Павкина.

## БЫТОВИКИ — СЕЛЬЧАНАМ

В период уборки урожая рабочие комбината бытового обслуживания проявляют особую заботу по обслуживанию хлеборобов. Августовский план по объему бытовых услуг они выполнили на 100,3 процента.

Особенно хорошо потрудились трикотажники и рабочие плательного цеха.

Бригада по изготовлению трикотажных изделий, которой руководит Л. И. Смирнова, реализовала сверх плана населению изделий

на 2,1 тыс. рублей. Труженики плательного цеха, где руководителем Р. М. Вичканова, из месяца в месяц перевыполняют производственные задания, а в августе они справились с планом на 105,2 процента.

Весомый вклад в успешную работу трикотажников внес механик-рационализатор, специалист наладчик трикотажных машин Петр Николаевич Шевчук.

**В. ФИЛИППОВ.**

## ПЯТИЛЕТКУ — ЗА 3,5 ГОДА

Как сообщил начальник планово-экономического отдела трактороремонтного завода М. П. Катанков, в коллективе ширится движение за право называться ударниками коммунистического труда. А на днях были подведены очередные итоги социалистического со-

ревнования. За три с половиной года выполнили плановое задание пятилетки прессовщик Борис Николаевич Деев и вулканизаторщик Виктор Иванович Заматаев. Их фамилии занесены на Доску почета.

**Ф. ВОЛКОВ.**

## ЖАЛОБЫ МОГЛО НЕ БЫТЬ

Ежегодно, как и большинство жителей района, я выпускаю и получаю ряд газет. И никогда не жаловался на не своевременную доставку. Но вот последнее время стали мне недоносить газету «Труд», а то и вовсе все газеты другому подписчику в ящик полагать. Удалось однажды встретить почтальона, спрашиваю:

— Почему такое получается?

А она ответила что-то невразумительное и пошла себе дальше. На другой день опять нет газеты. Пошел на почту, стал говорить почтальону, что давайте, дескать, выясним, разберемся. А она в ответ:

— Я кладу вам газеты, не знаю, куда вы их деваете.

А мою газету «Кузбасс», между прочим, в тот день мне отдал сосед из семьи Болеловых. Ну, думаю, коль по-хорошему почтальон не желает разобрататься, то придется жалобу писать. Написал, при-

ношу заместителю начальника узла связи Тамаре Владимировне Фисенко. Очень хорошо она приняла меня, вежливо поговорила, пообещала разобрататься, а одну из недостающих газет сразу мне в руки вручила.

Как-то через несколько дней смотрю, заходит к нам домой сотрудница узла связи Вера Петровна Круглякова.

— Ну как, — спрашивает, — регулярно сейчас издания получаете? — Регулярно, — отвечаю.

И, может быть, теперь об этом не стоило писать, коль недостаток исправлен. Но, верите, как приятно серьезное отношение товарищей Т. В. Фисенко и В. П. Кругляковой к своей работе, подписчику, что мне подумалось: а ведь жалобы моей могло и не быть,

если бы вот также серьезно и поддоброму отнеслась к моему устному заявлению почтальон? Вот и надо бы почтальону взять пример со своих руководителей и также относиться к людям.

Ко времени будет сказано, что сейчас в районе, как и по всей стране, развернулась важная политическая кампания — подписка на газеты и журналы на 1975 год. У нас, в цехе, например, уже заработали в этом направлении общественные распорядители Г. Виталева и Н. Юдина. Нам думается, что оперативная работа всех почтальонов по доставке розничной корреспонденции подписчикам явится тоже важным агитатором в развернувшейся кампании.

**В. ОМИНСКИЙ,**  
председатель цехкома ТРЗ.

Нам отвечают:

### „ЕЩЕ РАЗ ОБ ОСВЕЩЕНИИ“

На заметку, опубликованную в нашей газете в № 104 за 31 августа этого года, председатель исполкома Яйского поселкового Совета И. Б. Боровский сообщил, что на основании «Положения об уличных и квартальных комитетах в городах и других населенных пунктах Кемеровской области», сказано следующее: «Пункт 8 § 1 «Уличные комитеты наблюдают за сохранностью сооружений и других материальных ценностей (водоразборных колонок, колючих зеленых насаждений, трансформаторных будок, электро- и радиолоний, геодезических знаков, уличных и домовых фонарей и т. п.), воспитывая у населения чувство ответственности и бережливое отношение к социалистической собственности». Одновременно исполком поселкового Совета сообщает, что им дана заявка на завод на изготовление фотореле для автоматического включения и выключения света по улицам района, Яя,

Ученые давно заинтересовались, почему одни люди сохраняют трудоспособность до 90-100 лет и выше, а другие становятся дряхлыми стариками уже в 70-80 лет, а то и раньше. Наблюдения за долгожителями показали, что они за меру возможностей придерживались подсказываемых опытов правил поведения; старались как можно больше находиться на свежем воздухе, всегда поддерживали чистоту своего тела, питались натуральными продуктами растительного и животного происхождения. Как видите, причин, влияющих на продолжительность жизни, много.

В молодости люди мало задумываются над тем, что и в каком количестве лучше употреблять в пищу, часто нарушают нормы и режим питания, а потом в 40-50 лет, а зачастую и раньше, обращаются к врачу с жалобами на плохое состояние здоровья, боли в области желудка, печени, кишечника. Исправить последствия ошибок молодости бывает очень трудно.

Недоедание в молодости менее пагубно отражается на здоровье человека, чем перекармливание в зрелом возрасте. Есть надо в меру, если можно чаще, не допуская переедания.

Основными составными веществами пищи являются: белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли, и вода.

**Белки** — дают энергию и являются главным строительным материалом организма. Их нельзя заменять никакими другими питательными веществами. Особенно важно употреблять продукты, содержащие достаточное количество белков в детские и юношеские годы. Белки очень нужны беременным женщинам и матерям кормящим грудью. Грибы белые сушеные, горох, орехи, мясо, сыр, яйца — наиболее богатые белками продукты.

**Жиры** — являются главным источником образования энергии.

**Углеводы** — занимают особое место, содержатся в плодах, клубнях и вообще в растительных продуктах.

В продуктах питания находятся различные витамины. Так, например, витамин А, который еще называют витамином роста, содержится в молоке и в молочных продуктах, в печени рыб, в яйце, сливочном масле. Недостаток в организме этого витамина может привести к заболеванию роговицы глаз, неправильному развитию костей у детей, понижению сопротивляемости инфекциям.

Важное значение имеет витамин С. Отсутствие его в пище очень быстро сказывается. Человек теряет трудоспособность, появляются боли в различных частях тела. Витамин С

## • С О В Е Т Ы С П Е Ц И А Л И С Т А

# ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ И ДОЛГОЛЕТИЮ

регулирует в организме обмен белков и углеводов, ускоряет заживление ран и переломов костей, способствует заживлению язв желудка, оказывает благотворное влияние на нервную систему. Им богаты многие овощи и фрукты. Кроме натурального витамина С, содержащегося в свежем луке, яблоках, помидорах, шиповнике, выпускается искусственно приготовленный витамин С. Чем разнообразнее продукты нашего питания, тем больше различных витаминов вводится в организм.

Как же нужно правильно питаться? Прежде всего нужно употреблять разнообразную пищу — растительно-молочно-мясную. Людям, достигшим 40-45-летнего возраста, следует воздерживаться от систематического употребления в пищу жиров и мяса, отдавая предпочтение растительно-молочной пище. Перерывы между приемами пищи не должны превышать 4 часов. Наиболее правильным остается прием пищи 4 раза в сутки. Утром до работы завтрак должен составлять не менее 35-процентного дневного пищевого рациона. Наиболее сытным должен быть обед — 45 процентов суточного пищевого рациона. Ужин — 20 процентов, его надо принимать за полчаса до сна, причем он должен быть легким. Плотное наедаться на ночь вредно. Переполненный желудок затрудняет работу сердца и органов дыхания,

нарушает сон. На ужин рекомендуется употреблять творог, стакан молока, какую-либо жидкую крупяную кашу, овощи или же фрукты.

Желательно ежедневно принимать пищу в одно и то же время. Регулярное питание дисциплинирует организм, приучает его к определенному режиму, способствует правильному пищеварению и хорошему усвоению пищи.

Чтобы пища у человека вызвала удовлетворение, лучше усваивалась и не придалась, необходимо на протяжении 7 или 10 дней чередовать изготовление тех или иных блюд, избегая их частого повторения. Разнообразные блюда съедаются с аппетитом, способствуют хорошему пищеварению. Особенно нужно заботиться о том, чтобы в ежедневном рационе были овощи, фрукты, ягоды, различная зелень.

Чаше всего пища загрязняется руками, поэтому прежде чем приступить к ее приготовлению, необходимо тщательно вымыть руки. Болезнетворные микробы могут быть занесены в продукты и с грязной посудой. Вот почему особенно требуется соблюдение чистоты там, где хранят продукты питания, либо приготавливают пищу.

**Г. БАШКАЕВ,**

пом. санитарного врача райСЭС.

## МЕЖДУНАРОДНАЯ ПАНОРАМА

ПЕРЕМЕНЫ  
В ЭФИОПИИ

По сообщению из столицы Эфиопии Аддис-Абебы координационный комитет вооруженных сил, в конце июня нынешнего года полностью взявший в свои руки контроль над положением в стране, объявил о низложении императора Хайле Селассие I.

Вместо низложенного императора престол займет наследный принц Асфа Восен. Но отныне монарх станет лишь номинальной главой государства, а вся полнота власти будет передана новому парламенту, избранному на демократической основе всем эфиопским народом.

Этим событиям предшествовало заявление координационного комитета о том, что, находясь у власти, император «ставил свои эгоистические интересы выше интересов народа» в связи с чем он «более не заслуживает доверия эфиопского народа».

Низложение главы эфиопского государства явилось как бы апогеем серьезного социального кризиса, уже давно назревавшего в этой древней африканской стране. Первые признаки того, что страна «социально нездорова», проявились еще в начале года, когда в столице и провинции Эритрея вспыхнули бурные волнения трудящихся, студентов, военных. Непосредственной причиной волнения явился тогда резкий рост стоимости жизни в стране. Дело, однако, не ограничилось требованием установить контроль над ростом цен, повысить зарплату трудящимся и денежное довольствие военнослужащим. Участники выступления потребовали демократизировать политический уклад жизни в стране, осуществить координальные социально-экономические преобразования.

С каждым месяцем движение за обновление принимало в Эфиопии все более широкий размах и глубину. Руководители вооруженных сил предприняли ряд мер по реорганизации государственно-административного аппарата, пресечению широкой коррупции, по национализации собственности высших сановников, в том числе членов императорской семьи. «Народ уже сказал «нет» рабству и феодализму», — заявил первого сентября координационный комитет, подчеркнув, что он будет зорко следить за тем, чтобы изгнать с эфиопской земли все силы реакции. Комитет указал, что он намерен привлечь к ответственности всех лиц, виновных в страданиях эфиопского народа. 11 сентября обвинение в коррупции было предъявлено самому императору.

«Для народа нашей страны, — писала на днях столичная газета «Аддис суар», — переход от абсолютизма к демократии и свободе может быть трудным и опасным... Нам необходимо предпринять меры для изоляции и полной ликвидации реакционных сил, чтобы обеспечить успех нашей революции. Необходимо, чтобы народ знал, что его спасение зависит от участия в борьбе за демократию». Газета призывала все сознательные элементы нации сыграть свою роль в пробуждении и мобилизации масс, в вовлечении их в борьбу за обновление Родины.

Деятельность эфиопских вооруженных сил, как свидетельствуют многочисленные письма и телеграммы, поступающие в адрес координационного комитета, находит полную поддержку в самых различных слоях эфиопского народа. Ветер перемен над Эфиопией набирает силу.

А. БИРЮКОВ,  
обозреватель ТАСС.

## БЕСЕДА НА МЕЖДУНАРОДНЫЕ ТЕМЫ

XXIX СЕССИЯ ГЕНЕРАЛЬНОЙ  
АССАМБЛЕИ ООН

17 сентября в Нью-Йорке открывается очередная, XXIX сессия Генеральной Ассамблеи Организации Объединенных Наций. В ней примут участие делегации 135 стран — членов этой самой представительной международной организации. В соответствии с установившейся практикой сессия продлится около трех месяцев и завершится незадолго до конца года. Предварительная повестка дня сессии уже известна. Она включает более 100 вопросов, которые касаются самых различных сторон международной жизни. Многие из них затрагивают поистине животрепещущие темы, связанные с разрядкой международной напряженности, отказом от политики силы в отношениях между государствами, уважением строгого международного правопорядка и законности.

Советский Союз предложил обсудить на предстоящей сессии вопрос «О запрещении воздействия на природную среду и климат в военных и иных целях, несовместимых с интересами обеспечения международной безопасности, благосостояния и здоровья людей». Наша страна выдвинула этот вопрос на первый план, исходя из того, что назрела необходимость разработать специальную международную конвенцию, которая поставила бы вне закона военное использование окружающей среды. Дело в том, что развитие военной техники в различных странах достигло сейчас такого уровня, когда теоретически стало возможным такое воздействие на природу, которое на практике могло бы вызвать стихийные бедствия в масштабах всей планеты, создать угрозу для здоровья миллионов людей.

Новая советская инициатива логически вытекает из принципов всей миролюбивой политики СССР, из прежних его предложений, направленных на обуздание гонки вооружений и создание атмосферы доверия и взаимовыгодного дружественного сотрудничества в отношениях между государствами. Напомним хотя бы о внесенном нашей страной еще в 1971 году предложении провести Всемирную конференцию по разоружению. В прошлом году Генеральная Ассамблея ООН приняла резолюцию, которая предусматривала создание специального комитета по проведению этой конференции. Сейчас

пришло время приступить к практическому решению вопросов, связанных с ее созывом.

Другая важная советская инициатива, одобренная Объединенными Нациями год назад, — резолюция «О сокращении военных бюджетов государств — постоянных членов Совета Безопасности ООН на 10 процентов и об использовании части сэкономленных средств на оказание помощи развивающимся странам». Осуществление этой резолюции замедлило бы гонку вооружений и позволило бы предоставить развивающимся странам не менее полутора миллиардов долларов в виде самой разнообразной помощи. Выполнению ее мешает КНР, отказывающаяся сокращать свой военный бюджет.

Очередной сессии Генеральной Ассамблеи предстоит рассмотреть также вопрос о претворении в жизнь еще одного важного документа Объединенных Наций, принятого на XXV сессии Генеральной Ассамблеи ООН, — декларации об укреплении международной безопасности. ООН должна внести свой вклад в усилия государств, имеющих своей целью сделать начавшуюся разрядку международной напряженности необратимой. По мнению СССР, этому способствовало бы создание зон коллективной безопасности в основных районах мира, дополнение политической разрядки разрядкой военной, а также развертывание крупномасштабного сотрудничества между странами с различным общественным строем.

Разумеется, ООН может и должна сказать свое слово и по вопросам ликвидации очагов опасной напряженности в ряде зон земного шара. Последний по времени такой очаг возник недавно в районе Кипра. Попытки натовских держав решить кипрскую проблему в своем узком кругу, за спиной киприотов, не увенчались успехом. Судя по всему, вопрос о положении на Кипре будет поднят на предстоящей сессии тем более, что само кипрское правительство не видит путей решению возникшей проблемы за рамками Организации Объединенных Наций.

Советские люди выражают надежду на то, что работа XXIX сессии Генеральной Ассамблеи ООН поможет решению актуальных международных вопросов.

А. КРАСИКОВ,  
обозреватель ТАСС.

В ИНТЕРЕСАХ  
ВЗАИМОПОНИМАНИЯ

КАССЕЛЬ. (ТАСС). Здесь состоялся форум, посвященный вопросам политики ФРГ по отношению к социалистическим странам. В нем приняли участие видные политические деятели ФРГ, представители западногерманской общности, а также парламентской оппозиции. Многие участники форума подчеркивали, что улучшение отношений между ФРГ и социалистическими странами способствовало уменьшению напряженности в Европе.

Договоры ФРГ с СССР, ПНР, ГДР и другими социалистическими государствами, соглашение четырех держав по Западному Берлину явились важными шагами на пути преодоления напряженности в Европе, перехода от конфронтации к сотрудничеству, заявил в речи на форуме премьер-министр западногерманской земли Гессен А. Освальд.

На расширение экономических связей ФРГ с Советским Союзом и значительный рост торговли между обеими странами указал министр по вопросам экономическо-

го сотрудничества ФРГ Э. Бар. Выступления на форуме представителей оппозиционной партии ХДС вновь показали, что эта партия отказывается признать политические изменения, происшедшие за последние годы на европейском континенте.

Давая отпор нападкам оппозиции на политику правительства ФРГ, известный западногерманский публицист Т. Зоммер заявил, что для политики урегулирования отношений ФРГ с социалистическими странами не существует никакой разумной альтернативы.

**НАШ  
АДРЕС:**

Яйская типография Анжеро-Судженского полиграфического производственного объединения управления издательств, полиграфии и книжной торговли.

Объем 1 п. л.

## ФОТОИНФОРМАЦИЯ

ДЛЯ ТЕХ, КТО УЧИТСЯ



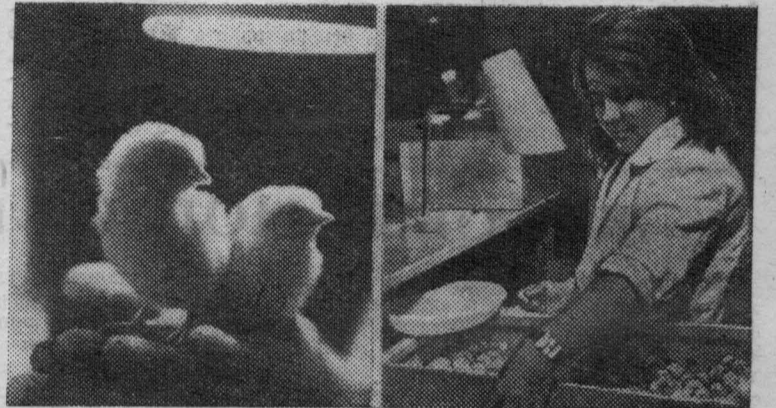
Ленинград. 85 миллионов различных тетрадей, в том числе 1400 тысяч сверх плана, изготовил коллектив старейшей в стране фабрики белых товаров «Светоч». Кроме того, предприятием выпущено 2,5 миллиона альбомов для черче-

ния и рисования и 2,2 миллиона дневников.

На снимке: машинист леновальной машины ударник коммунистического труда комсомолка Клавдия Пушкарская проверяет заготовку школьных тетрадей.

Фото М. Блохина.

## КОНКУРС ПТИЦЕВОДОВ



Москва. На выставке достижений народного хозяйства СССР в павильоне «Животноводство» проходил 3-й Всесоюзный конкурс сортировщиков цыплят. В нем участвовали 134 человека из 11 республик страны.

Сортировка цыплят на курочек и петушков дает возможность организовать их правильное выращивание с первого дня

жизни. При этом методе прирост повышается на 8-10 процентов, более эффективно используется производственная площадь. Сортировка применяется и при выращивании бройлеров утят и индюшат.

На снимке: победитель конкурса сортировщика Магаданской птицефабрики Г. В. Оборова.

Фото В. Янкова.



Редактор

П. И. МЕДОВ

Яйскому обществу на постоянную работу требуются: грузчики, гардеробщица, повара.

ДИРЕКЦИЯ.

Заготконтора и все РТО производят закуп картофеля от населения по цене 0-12 коп. за кг.

ДИРЕКЦИЯ.

652100, р. п. Яя, ул. Советская, 8.  
ТЕЛЕФОНЫ: редактора—2-11-44,  
зам. редактора—2-12-35, ответсекретаря—2-19-07, отдела культуры и писем—2-15-67, сельхозотдела—2-18-83, корректорской—2-15-43, бухгалтерии—2-19-51, зав. типографией—2-14-07.

ГАЗЕТА ВЫХОДИТ  
ПО ВТОРНИКАМ, ЧЕТ  
ВЕРГАМ и СУББОТАМ

Тираж 4370

Заказ 1889