

Пролетарии всех стран, соединяйтесь!

# Ангарский строитель

ОРГАН ПАРТКОМА, ГРУПКОМА, КОМИТЕТА ВЛКСМ И АДМИНИСТРАЦИИ  
ОРДЕНА ТРУДОВОГО КРАСНОГО ЗНАМЕНИ АНГАРСКОГО УПРАВЛЕНИЯ СТРОИТЕЛЬСТВА

№ 38 (3817)

ГАЗЕТА ИЗДАЕТСЯ  
С 5 АВГУСТА 1949 г.

17 МАЯ 1986 года

СУББОТА

Цена 3 коп.

ЧИТАЙТЕ  
В НОМЕРЕ:

- ◆ МИР — ДЕЛО ВСЕХ И КАЖДОГО. МАНИФЕСТАЦИЯ МОЛОДЕЖИ АНГАРСКА — 1 стр.
- ◆ РУЧНОЙ ТРУД — НА ПЛЕЧИ МАШИН — 2, 3 стр.
- ◆ РАССКАЗЫВАЕМ О ВЕТЕРНАХ ТРУДА — 2, 3 стр.
- ◆ ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ — В ПОВСЕДНЕВНЫЙ БЫТ — 4 стр.

Сегодня  
на пусковых:  
АЗХР

## Подписан договор

План апреля по комплексу АЗХР выполнен. Лучшее всех поработало МСУ-50, которое за четыре месяца осуществило выполнение полугодового плана. Участок Виктора Николаевича Дубова сделал большой объем работ по химвещам усреднителя. Немалая заслуга в этом прораба Владимира Безданского.

Не справились с планом апреля МСУ-76, МСУ-42, ВССТМ, УМ.

На заседании общественного штаба комплекса был утвержден план работы штаба на второй квартал и подписан договор на трудовое сотрудничество по принципу «Рабочей эстафеты» между строительными и монтажными бригадами. Цель договора — обеспечение выполнения тематических и плановых показателей на объектах комплекса АЗХР. Этот договор подписан не только бригадами, но и руководителями организаций, занятых на строительстве комплекса: МСУ-2, МСУ-42, МСУ-7, МСУ-4, УМа, МСУ-50, МСУ-76, ВССТМ, НАШ КОРП.



Коллектив бригады отделочников имени Сергея Тюленина из пятого СМУ в дни апрельского ударного месячника принял повышенные социалистические обязательства. Вместо плановых 21

квадратного метра обрабатываемой поверхности делать 36. Но и эти высокие показатели были бригадой перекрыты. 38,7 кв. метра — таков итог работы коллектива. Выработка составила 187



процентов, а перевыполнение взятых обязательств достигло 107,5 процента. Достоинно отделочники из бригады Елены Ильиничны Мордовиной встретили день рождения Владимира

Ильича Ленина и праздник Первомай.

На снимках: бригадир СМУ-5 Е. И. Мордовиная; отделочницы из ее бригады на праздничной демонстрации.

У НАШИХ СОПЕРНИКОВ ПО СОЦСОРЕВНОВАНИЮ — В НОВОСИБИРСКОМ УПРАВЛЕНИИ СТРОИТЕЛЬСТВА «СИБАКАДЕМСТРОЙ»

## ДИПЛОМЫ ГОССТРОЯ—ЗА КАЧЕСТВО

Гострой РСФСР подвел итоги смотра лучших жилых комплексов, отделочных работ жилых домов и гражданских зданий, выстроенных в 1984 году. Всего на смотр было представлено 159 предложений из 119 городов и населенных пунктов РСФСР.

Постановлением Госстроя РСФСР управление строительства «Сибкадемстрой» по

итогам смотра награждено Дипломом I степени и денежной премией за четкую объемно-планировочную композицию микрорайона в поселке Кольцово с высоким уровнем качества и интересное решение малых архитектурных форм. Диплом III степени присужден за отличное качество школы на 1176 учащихся в городе-курорте Белокуриха.

## СТОЛОВАЯ НА КОЛЕСАХ

Хороший подарок в канун Первомай сделали руководители управления строительства строителям крупного пускового объекта этого года — АТС-23. На стройплощадку АТС выдала первые обеды первая на стройке передвижная столовая на колесах, оборудованная в вагончике. На раздаче — полный горячий обед, который доставляется

на машине из рабочей столовой. Кроме штукатуров, котлопункт будет обслуживать мотористов, электриков и сантехников. В вагончик можно всегда зайти попить воды, а в перспективе предполагается организовать выдачу горячего завтрака и полдника, в перерыве здесь можно будет взять горячие пирожки, чай или кофе.



## В ЗАЩИТУ МИРА

В этот предвечерний час на площадь им. В. И. Ленина стекались колонны школьников и студентов, учащихся профессиональных училищ и молодых строителей, комсомольцев всех предприятий и организаций Ангарска. Здесь состоялась традиционная манифестация молодежи в защиту мира на Земле.

Митинг открыл секретарь горкома ВЛКСМ Александр Попов.

— В пятое десятилетие мирной жизни, созидательного труда вступила наша Родина, — сказал в своем выступлении председатель городской комиссии содействия Советскому фонду мира В. К. Королев. — Все эти годы советские люди последовательно и настойчиво борются за сохранение мира на нашей планете против возникновения ядерной войны.

На митинге в числе выступавших были и представители строителей нашего города. Силам призывом к миру прозвучали выступления бригадира ДОКа-1 Анатолия Подваркова, секретаря комсомольской организации ЭЖБИ-4 Сергея Аксенова. Участники митинга приняли обращение в защиту мира на Земле.

НАШ КОРП.

На снимке: манифестация молодежи Ангарска 13 мая 1986 года.

Фото А. МАКЕКО.



## В президиуме

группкома

# Совершенствовать бригадный подряд

На заседании президиума группкома был заслушан и обсужден вопрос «О состоянии и мерах по дальнейшему совершенствованию развития бригадного подряда в подразделениях стройки».

На основании информации начальника ОНОТИУ Кормщикова А. И. по данному вопросу президиум группкома отмечает:

За годы одиннадцатой пятилетки установленное плановое задание по развитию бригадного подряда в целом по управлению строительством выполнено, и уровень его по отношению к базисному, 1980 году, возрос на 21 процент. В 1985 году плановое задание по объему СМР методом бригадного подряда выполнено на 102,4 процента, а по сквозному поточному бригадному подряду — на 104,5 процента. На бригадном подряде работало 129 бригад. Достигнута экономия расчетной стоимости в сумме 171 тыс. рублей. Рост производительности труда за счет внедрения бригадного подряда составил 0,95 процента.

Наряду с этим президиум группкома отмечает и имеющиеся недостатки.

В СМУ-3, 6 (начальники М. В. Ильющенко, И. В. Казунин, председатели профкомов А. Г. Даренских, В. Н. Глушков) в связи с отсутствием отлаженного учета фактических материальных затрат бригадам за их порой положительные результаты работы не выплачиваются премии за снижение плановой расчетной стоимости.

В СМУ-6 в подготовке всей необходимой документации на перевод бригад на подряд недостаточно принимают участие отделы: плановый, производственно-технический, главного механика и учетно-контрольная группа. На оперативных совещаниях не заслушиваются информации начальников участков по внедрению бригадного подряда.

В СМУ-3 до конца не решен вопрос по закреплению бригад за конкретным линейным инженерно-техническим работником. Поэтому в настоящее время бригады работают отдельными звеньями, в двух, трех прорабов, на разных объектах.

За два месяца текущего года не выполнено плановое задание по внедрению бригадного подряда — СМУ-4, 6 и сквозного поточного подряда — СМУ-3, 4, 6, УМом.

Президиум группкома в своем постановлении, в частности, обязал руководителей подразделений обратить внимание на повышение личной ответственности в области организации и роста эффективности внедрения бригадного подряда. Обеспечить выполнение утвержденного руководством стройки планового задания на 1986 год по внедрению бригадного и сквозного поточного подряда. Принять необходимые меры по дальнейшему совершенствованию инженерной подготовки и производственно-технической комплектации объектов с целью создания необходимых условий для высокопроизводительного труда каждой бригады. Повысить уровень требовательности к работникам отделов и служб, особенно к линейным инженерно-техническим работникам по проведению подготовительной работы для перевода бригад на подряд.

Обеспечить четкое бригадное планирование объемов СМР на месяц, квартал, год. Внедрить бригадные счета экономии, вести постоянный учет расхода материально-технических ресурсов.

# ЧЕТЫРЕ НАГРАДЫ — В ОДНОЙ БРИГАДЕ

ПРЕЗИДИУМ ВЕРХОВНОГО СОВЕТА СССР ЗА ДОЛГОЛЕТНИЙ И ДОБРОСОВЕСТНЫЙ ТРУД В НАРОДНОМ ХОЗЯЙСТВЕ НАГРАДИЛ МЕДАЛЬЮ «ВETERАН ТРУДА» БРИГАДИРА СМУ-3 ЛЮБОВЬ ИВАНОВНУ ТОЛСТОПЯТОВУ И ЧЛЕНОВ ЕЕ БРИГАДЫ: ШТУКАТУРА ВАЛЕНТИНУ ВАСИЛЬЕВНУ КОВАЛЕВУ, МАЛЯРОВ ВАЛЕНТИНУ НИКИТИЧНУ ГОЛУБЧЕНКО, РАИСУ НЕСТЕРОВНУ СМЕРНОВУ.



Более двадцати лет отдали эти женщины ангарской стройке, ставшему для них родным третьему строительству — монтажному управлению. Награжденные — костяк бригады, ее фундамент. Прочно держится на них профессия строителя, выбранная раз и навсегда. Она — в надежных руках.

— Пробовала я изменить своей профессии, — после декретного отпуска поработала наборщиком в типографии — работа спокойная, размеренная и однообразная. Только полгода и выдержала, — рассказывает бригадир

Любовь Ивановна Толстопятова. — Вернулась в бригаду. Нет, нашу профессию ни с чем не сравнишь. Трудная она, конечно, но интересная. Чем интересна? Видишь плоды труда своего. Приходишь в цех — серо, грязно. Уходишь — чисто, красиво. И удивляешься: неужели это наши руки все сотворили? Вот уж поистине, как в пословице: «Глаза боятся — руки делают».

Боятся потому, что цехи высокие, просторные. Как все это охватить сразу? На высоту подниматься приходится — работать на лесах.

Сколько их было — промышленных объектов за 20 с лишним лет — и не счесть. Последние крупные — карбамид, ДЦПД, очистные сооружения на НПЗ. Недавно бригада отделяла подъезд жилого дома в 7-м микрорайоне. Убедилась — на жилье легче — сразу есть большой фронт работ, все сподручно. Почти ничего вручную не делается. Словом, проще. А на промобъектах — вручную в основном, все больше — звеньями, разбросаны, поскольку фронт работ клочками — на недоделках заняты, когда основную работу вы-

полнят. Тяжело, но настрой у ветеранов всегда добрый, приподнятый. Дело — и в привычке, и в привязанности к профессии своей.

И когда в бригаду приходят выпускники профтехучилищ, они встречают самое внимательное отношение. Забот с ними хватает. На первый взгляд кажется: чего проще — кистью мазать. Но за кажущейся легкостью скрывается сноровка, которая приобретается с годами. Быстро освоили свою работу выпускники СПТУ-12 Нина Абрамчик и Лида Палтова.

Бригадир Любовь Ивановна Толстопятова, Валентина Васильевна Ковалева, Валентина Никитична Голубченко — тоже выпускницы этого училища, хороший пример для молодых. Кстати, Любовь Ивановна — единственная из группы, кто остался на стройке. «Привыкла», — просто говорит она. А привычка эта — от желания и умения трудиться, и даже, от какой-то, не побоимся сказать, жадности к работе. «Они боятся отдохнуть лишнюю минуту», — говорит прораб Владимир Васильевич Купрюшин, — закончат одну работу — просят другую». Все доброе идет от бригадира. Два года назад взяла она бригадирские заботы на свои плечи, до того их несла Валентина Васильевна Ковалева. Все время эта бригада — в числе передовых. Она стала хорошей школой мастерства для молодых.

Л. МУТИНА.

На снимках: Л. И. Толстопятова; Р. Н. Смирнова и Н. М. Иванова.

## ТЕХНИКА ЖДЕТ ПРИМЕНЕНИЯ

Бетонные и железобетонные работы занимают значительный удельный вес в строительном производстве по времени и трудоемкости. И если в сборном строительстве достигнуты определенные успехи за счет применения рациональной оснастки для монтажа и различных средств подмащивания, то в строительстве монтажных конструкций наблюдается некоторый застой. Технология его практически не совершенствовалась, методы производства работ не имели прогрессивного развития. В настоящее время около 85 процентов бетонной смеси укладывается в конструкции с помощью кранов, оснащенных бадьями. При этом велика доля ручного труда. Схема «кран — бадья» широко представлена и на нашей стройке. Объясняется это тем, что крановое оборудование необходимо, как правило, при монтаже арматуры, закладных деталей или когда укладка монолитного бетона идет параллельно с монтажом сборного железобетона. Но применять крановое оборудование только для подачи бетонной смеси нерационально с точки зрения загрузки крана и полного использования его грузоподъемности. Такая технология приводит к большим затратам труда при перегрузке и распределении бетонной смеси и к потерям самой смеси в этом процессе. Средняя производительность бетонных кранов при укладке бетонной смеси не превышает 500 куб. метров в месяц на 1 тонну грузоподъемности. Начиная с

1971 года, на стройке работают два бетоноукладчика на базе трактора Т-130 со средней производительностью 140 куб. метров в смену. Ежегодно бетоноукладчиками, которые были единственными специальными механизмами для укладки бетона, выполняется объем 7—8 куб. метров, что составляет около 10 процентов от общего объема укладываемого бетона.

Сменная загрузка агрегатов составляет 40—50 процентов средней производительности, что явно недостаточно.

Наиболее рациональным является способ подачи бетона бетононасосами, которые являются самым прогрессивным специальным оборудованием для производства данного вида работ. В 1985 году были получены бетононасос Е-500 М («Миксокрет») и автобетононасос СБ-126А. Производительность первого 8—10 куб. метров/час, второго — 65 куб. метров/час. Применение бетононасосов дает повышение производительности труда в два раза в сравнении с технологией «кран — бадья».

В план технического развития на 1986 год применение бетононасосов включили СМУ-2, 3, 6. Объем мероприятия взят самый минимальный — всего 8 процентов от общего объема укладываемого бетона. Выполнить его можно за 130 смен с учетом 50 процентов загрузки агрегатов, но прошло пять месяцев, а выполнение — 0. Агрегаты не задействованы. Автобетононасос СБ-126А проста-

ивает в ожидании представителя с завода-изготовителя, а «Миксокретом» просто не хотят работать. В 1985 году этот бетононасос был испытан на объекте СМУ-9. Он имел конструктивную недоработку в виде ручной загрузки. Было принято решение механизировать этот трудоемкий процесс. Конструкторами ОП АУС в содружестве с УЭС были изготовлены чертежи на механизированное загрузочное устройство с гидравлическим приводом. В феврале 1986 года оно было изготовлено в мастерских УЭС.

В настоящее время «Миксокрет» находится на объекте СМУ-2, но работники этого подразделения не проявляют заинтересованности и настойчивости в его внедрении. Нет уверенности и в том, что СМУ-3 и 6 выполнят запланированные на первое полугодие объемы.

В итоге это новое и важное мероприятие плана технического развития, которое должно охарактеризовать важный сдвиг в технологии бетонных работ в сторону прогресса, останется невыполненным. Есть механизмы, но нет заинтересованности, инициативы в их скорейшем внедрении. А техника, которая стоит, приносит убытки.

До конца полугодия остался месяц. Работникам СМУ-2, 3, 6 нужно приложить максимум усилий для внедрения бетононасосов и выполнения взятых на себя обязательств.

Л. ЕЖОВА,  
сварщик инженер ОПТ.

## СВАРЩИК ЛЫСАНОВ



Сварщик Александр Тихонович Лысанов десять лет проработал в системе УПТК, а последние три года трудится на участке № 10 ремонтно-механического завода. В новом для себя коллективе он проявил трудолюбие, знание профессиональных навыков. Постоянно перевыполняя производственные задания, сварщик Лысанов добился в работе высоких производственных показателей — цифра в 120 процентов выполнения плана стала его повседневной нормой.

На снимке: сварщик участка № 10 РМЗ А. Т. Лысанов.

Фото А. МАКЕКО.





# „ГОРОД МОЕЙ СУДЬБЫ...“

регламентированного часа. При всей своей кипучей энергии, деловой хватке Матвею Абрамовичу не хватает восьми часов. Не просто руководить таким большим коллективом, работающим на ответственном участке, — строительстве жилья, объектов социкультбыта. Не просто, сложно принимать за день десятки решений, разрешать постоянно возникающие конфликтные ситуации. Здесь нужен богатый жизненный и профессиональный опыт, доскональное знание своего дела. Все это есть у Матвея Абрамовича Мирочника, начальника первого строительного-монтажного управления.

Тридцать пять лет назад молодой инженер, выпускник Одесского инженерного института, Матвей Мирочник приехал в Ангарск. В год при-



своения Ангарску статуса города в погожие майские дни он начал самостоятельную трудовую деятельность. Работал инженером ПТО, старшим прорабом, главным инженером и начальником стройучастка, трудился главным инженером СМУ-4 и работал главным механиком стройки. И вот уже десять лет руководит коллективом домостроителей.

За свой труд Матвей Абрамович удостоен двух орденов «Знак Почета», множеством

медалей, награжден знаками «Победитель социалистического соревнования». Коммунист Мирочник ведет большую общественную деятельность: он депутат городского Совета.

Когда, «увязавшись» за Мирочником, едешь с ним на стройплощадку, бегаешь по этажам, даже не возникает и мысли, что этому энергичному, подвижному человеку 19 мая этого года исполняется 60 лет.

И коллектив редакции газе-

ты «Ангарский строитель» присоединяется к многочисленным поздравлениям, которые получает юбиляр в эти дни.

**А. МАКЕКО.**

На снимках: молодой инженер-строитель комсомолец Матвей Мирочник в год приезда в Ангарск; начальник СМУ-1 (на фото в центре) на строительной площадке в бригаде Михаила Ивановича Старикова.

Фото автора.

Матвей Абрамович — человек обязательный, если ты, конечно, с ним договорился о встрече предварительно. А если нет, то самый верный способ встретиться с ним — это встать пораньше и быть в СМУ в половине восьмого. Это время прихода начальника СМУ на работу, начало его трудового дня, заканчивающегося гораздо позднее

РУЧНОЙ ТРУД — НА ПЛЕЧИ МАШИН

## ШКОЛА ПЕРЕДОВЫХ МЕТОДОВ ТРУДА

В период Ленинского ударного месячника в СМУ-6, СУ-4 на объекте АЭМЗ проводилась строительная школа передовых методов труда в комплексной бригаде отделочников, руководит которой коммунист Александр Абдулович Бек-Булатов. Численный состав бригады — 20 человек, средний разряд 3,5.

Производство работ в бригаде осуществляется по методу бригадного подряда и в соответствии с комплексным планом НОТ. Работы ведутся поточно-расчлененным методом. Бригадир уделяет большое внимание рациональной расстановке членов бригады в зависимости от индивидуальных способностей, опыта и мастерства каждого рабочего.

Непосредственно на строительной площадке внедрены технологические карты, карты трудовых процессов на облицовочные и малярные работы, а также на устройство цементной стяжки под паркетные, линолеумные полы.

Хочется отдать должное бригадиру А. А. Бек-Булатову, его инициативе по внедрению и применению средств малой механизации, заботе о рабочих, направленной на облегчение труда отделочников.

В бригаде штукатурные работы выполняются при помощи штукатурной станции «Салют», затирку оштукатуренной поверхности производят затирочными машинками СО-86, затирку цементной стяжки — машинками СО-89А, масляную окраску труб и радиаторов — окрасочным агрегатом СО-5А в комплекте с компрессорной установкой СО-7Б, агрегат УБРХ применяют для нанесения водно-клеевых и водноэмульсионных составов на отделываемую поверхность.

В период проведения строительной школы в бригаде внедрены агрегат СО-150. Он предназначен для поэтажной

подачи и нанесения на обрабатываемую поверхность шпаклевок с содержанием твердой фазы до 75 процентов размерами зерен фракций до 3 мм и подвижностью не менее 7 см, определяемой по ГОСТу 5802-78. Агрегат также может быть использован для подачи нанесения грунтовок, клеевых и водноклеевых красок.

Кроме поэтажной подачи можно осуществлять подачу материалов по горизонтали

Агрегатом можно осуществлять подачу составов на двух скоростях, что определяет разный уровень производительности агрегата.

Нанося шпаклевочный состав, маляр 1 держит удочку так, чтобы форсунка была перпендикулярна обрабатываемой поверхности и находилась на расстоянии 50—60 см от нее. Такое положение обеспечивает наиболее равномерное нанесение слоя шпаклевки. Удочку маляр пере-

няют, он обязательно прикинет, что сделано, чего не успели сделать, — проанализирует ошибки и просчеты.

Пользуются по праву авторитетом в коллективе кадровые отделочники ветераны труда: Жаркая Екатерина Ивановна, Кач Зинаида Салимовна, Милутина Зоя Анатольевна, Грачева Анна Константиновна, Миронова Светлана Александровна, Солодкий Петр Павлович, Долотов Владимир Матвеевич.



на 60—70 м, по вертикали на 30—35 м.

Шпаклевочный агрегат используется на объектах промышленного, гражданского и сельского строительства.

Принцип работы агрегата основан на способности винтового насоса развивать давление до 2МПа, тем самым подавать малярный состав к месту нанесения. Составы наносятся распылителем при помощи сжатого воздуха, подаваемого компрессором. Регулирование давления производится изменением усилия обжатия хомута. Снятие давления в рукаве производится реверсированием двигателя.

двигает плавным движением по спирали. Маляр 2 в это время регулирует работу установки, обеспечивая равномерную подачу состава и стабильность факела распыления.

Применение в бригаде средств малой механизации позволило облегчить ручной труд отделочников, переложить его на плечи механизмов.

У Александра Абдуловича правило: любую работу рассматривать тщательно и всесторонне, чтобы ясно видеть ее самому и лишь потом поручать исполнителю. В конце смены, как бы ни был за-

В целом строительная школа повысила эффективность работы бригады. До проведения школы передовых методов труда натуральный показатель в бригаде на одного рабочего в смену составлял 19,1 кв. метра отделанной поверхности, после проведения школы 19,7 кв. м, площадь отделанной поверхности составила 5670 кв. метров, экономическая эффективность от внедрения 1272 рубля.

**Л. ШРЕЙДЕР,**  
инструктор передовых методов труда ЛНОТ.  
На снимке: бригада А. А. Бек-Булатова.

ПРЕДЛАГАЕТ ТЕХВИБЛИОТЕКА

### СТРОИТЕЛЬНЫЕ МАШИНЫ И МЕХАНИЗМЫ

В настоящее время идет техническое перевооружение производства, в том числе строительства, широко внедряется современная техника. Мы хотим предложить ряд книг для тех, кто связан с машинами и механизмами. В серии «Справочное пособие по строительным машинам» вышла книга «Машины для транспортировки строительных грузов». Справочник поможет рационально выбрать и эффективно использовать нужные механизмы. Ко всем машинам даны краткие описания их конструкций и технические характеристики.

А книгой «Краны промышленных предприятий» Лысяков А. Г. познакомит вас с устройством и режимом работы различных видов кранов: грузоподъемных, мостовых, козловых и т. д. Узнаете вы и о том, как обслуживать и производить ремонт кранов.

В нашей стране автомобильная промышленность представляет собой одну из динамично развивающихся отраслей народного хозяйства. Увеличение выпуска автомобилей, улучшение их эксплуатационных свойств приводит к необходимости принятия эффективных мер по повышению безопасности дорожного движения и защите окружающей среды. В книге «Безопасность конструкции автомобиля» описаны работы по созданию межправительственных предписаний в рамках сотрудничества в органах Комитета по внутреннему транспорту. Предписания, касающиеся безопасности транспортных средств, оказывают все большее влияние на дальнейшее развитие конструкции автомобилей.

С плано-предупредительной системой технического обслуживания и ремонта автомобилей вы сможете познакомиться, взяв в руки книги Фастовцева Г. Ф. «Автотехобслуживание» и Колесника П. Л., Шейнина В. А. «Техническое обслуживание и ремонт автомобилей»

**Л. ЕРОЩЕНКО,**  
библиотекарь.

### СООБЩАЕТ ИРКУТСКИЙ ЦНТИ

За последние годы строители и проектировщики Ленинграда разработали и внедрили в производство принципиально новую

индустриальную систему отделки интерьеров жилых и общественных зданий, исключая так называемые «мокрые» процессы. Суть ее сводится к отделке строительных конструкций унифицированными панелями с учетом модульного членения поверхностей

стен и потолков и широкого использования материалов и изделий полной заводской готовности. Отделка интерьеров подобным образом позволила резко сократить сроки строительства, повысить культуру производства, улучшить качество работ. Сбор-

ные элементы отделки стен и потолков несут теперь не только художественно-декоративные функции. В зависимости от требований проекта их физические и механические свойства используются для поглощения или отражения звука, рассеивания или концентрации света.



19 мая — ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ ПИОНЕРСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ИМЕНИ В. И. ЛЕНИНА



Этот праздник отмечает вся страна.

«Революционный шаг» — так названа Всесоюзная патриотическая акция комсомола и пионеров, объявленная на 1985—1987 годы и посвященная XXVII съезду КПСС и 70-летию Великой Октябрьской социалистической революции. Активно участвуют пионеры в операциях Всесоюзной пятилетки трудовых дел: «Зеленый наряд Отчизны», «Зернышко», «Пионерская фер-

ма». Массовыми стали состязания «Золотая шайба», «Кожаный мяч», «Белая ладья» и другие. Шагая маршрутами Всесоюзного пионерского марша, пионерские отряды подтверждают верность ленинским заветам.

Тесная дружба связала пионеров 80-х годов с пионерским поколением военных лет, много сделано по увековечению подвига советского народа в годы войны: созданы музеи, сооружены памятники, посажены аллеи,

парки, тысячи пионерских отрядов носят имена пионеров-героев.

Всесоюзная пионерская организация развивает связи с прогрессивными детскими и юношескими организациями других стран. Вместе с детьми разных народов советские пионеры голосуют за мир.

На снимках: пионеры Ангарска.

Фото А. МАКЕКО.



ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

В НОВОЙ РЕДАКЦИИ Программы КПСС говорится: «В укреплении здоровья населения, гармоничном развитии личности, в подготовке молодежи к труду и защите Родины возрастает значение физической культуры и спорта, внедрения их в повседневную жизнь. Надо поставить дело так, чтобы каждый человек смолоду заботился о своем физическом совершенствовании, обладал знаниями в области гигиены и медицинской помощи, вел здоровый образ жизни».

...Рабочий день закончился. И вместо того, чтобы пройти пешком 2—4 остановки, мы торопливо втискиваемся в «безразмерный» автобус, нервничаем, ругаемся. И это после напряженного, порой тоже нервного рабочего дня. Вот уж действительно прямая и последовательный путь от гипертонии к инфаркту.

И вот мы дома. Электричество, газ, водопровод и прочие коммунальные услуги, высвободили нас от физического труда. Мы перестали пить, колоть, носить дрова, ходить за водой. Мы перестали ходить. А если и ходим, то очень мало. Мир колес сделал нас сидячими, а следовательно, менее выносливыми и менее здоровыми.

Десятки ученых, физиологов, диетологов выявили ряд ошибок в нашем неразумном питании. Первая — это излишнее употребление пищи по вечерам, да еще позднее 20 часов. Мы стали меньше дви-

гаться, но больше употреблять калорий. Питание не соответствует потребностям организма. Около 10—12 процентов пищи мы употребляем больше нормы. Наш организм

в данном случае успеха не принесут. Нужны последовательность, терпение, воля. Встать на час раньше, «потрусить» вокруг дома и сделать десятку упражнений не

решит проблему. Нужна систематическая физическая культура. В данном случае успеха не принесут. Нужны последовательность, терпение, воля. Встать на час раньше, «потрусить» вокруг дома и сделать десятку упражнений не

АРГУМЕНТЫ В ПОЛЬЗУ ФИЗИКУЛЬТУРЫ

нуждается в 2660 килокалориях в день, но мы «уплетаем» за день 3000 Ккал., что на 300—400 Ккал. больше, чем требуется. И так каждый день. А расхода энергии нет, или он весьма незначителен. Через 5 лет это приведет к дополнительным 15—20 кг!

С таким весом в клубах бега занимаются теренкурсом — дозированной ходьбой. Лишний вес — это надежная база появления различных болезней.

Полководец Суворов, если бы не занимался бегом, гимнастикой, закаливанием, вряд ли бы смог «перемахнуть» Альпы и стать генералиссимусом.

Великий Ленин, находясь в тюрьме, занимался гимнастикой, выполнял не менее 300(!) «земных поклонов», как он сам выражался, то есть, гово-

ря гимнастическим термином, «наклон туловища вперед». Нарком здравоохранения РСФСР Н. А. Семашко писал: «Ленин был физически крепкий, сильный человек. Его ко-

ректная фигура, крепкие плечи, короткие, но сильные руки — все обличало в нем недюжинную силу. Ленин умел, поскольку он мог, заботиться о своем здоровье. Он не пил, не курил. Ленин был физкультурником в самом точном смысле слова, прекрасно катался на коньках, ездил на велосипеде, плавал».

Конечно, обрести сразу «крылья», согнать вес, убрать живот, сделать стройным не просто. Лихие кавалерийские «атаки» на излишний вес

так уж трудно. Трудно делать это каждый день, месяцы, годы. Но какое зато удовольствие и счастье чувствовать себя «окрыленным» и здоровым. Вечером у телевизора мы не без удовольствия созерцаем изящные фигурки гимнастов аэробики, вместо того, чтобы самим окунуться в спортивный костюм и поковыряться на коврике. Мы часами глядим в экран, наблюдая все, что там происходит. Знаем в лицо всех знаменитых артистов, политических деятелей. Но мы не знаем своих соседей по дому.

Знаем, что ежедневно нужно завтракать, но не усвоили, что «порция физкультуры» так же ежедневно необходима.

Страдаем от нервных перегрузок, вызванных напряженным ритмом жизни, нередко

от неурядиц в быту, семье, одиночества. От конфликтов на работе с товарищами, начальством, отсутствия здоровой обстановки, взаимопонимания, уважения, чуткости и добра в коллективе.

Мы плохо боремся за создание дружного, сплоченного, я бы сказал, братского коллектива. Мы часто спорим, хотя это естественный и необходимый порядок вещей, но в споре порой оскорбляем, унижаем достоинство других.

Да, мы знаем, что такое физическая культура и спорт, знаем, что переходить улицу надо на зеленый свет. Но мы сломя голову почему-то несемся на красный. Не слишком ли много времени мы уделяем хождениям по магазинам в поисках постоянно меняющихся модных вещей. Не погрязли ли мы в «вещизме»? Не стали ли эгоистичнее, завистливей?

«Зависть — зло. Не звидуй, а радуйся успеху товарища, но, радуясь его успеху, стремись его обогнать», — так учили нас древние. Радуйся, что товарищ по работе выполнил план, добился успехов, но, радуясь его успеху, стремись сделать лучше. Радуйся, что твой сосед каждое утро совершает пробежку, но радуясь его успеху, стремись его обогнать. Начни, пока не поздно, заниматься физической культурой.

А. МИРОНОВ, наш внешт. корр.

КУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС ПРИГЛАШАЕТ

- 17 мая ДК НЕФТЕХИМИКОВ Первый городской фестиваль самодеятельной песни — 14.00, театральный зал.
- ДК «СТРОИТЕЛЬ» Вечер для людей среднего и старшего возраста «Час русского романа». В программе игры, танцы — 19.00.
- 18 мая ДК НЕФТЕХИМИКОВ Кино клуб «Теремок» — 10.00. Спектакль для детей Иркутского театра музыкальной комедии «Русские потешки», театральный зал — 12.00.
- ДК «ЭНЕРГЕТИК» Тематический утреник, посвящен-

- ный 35-летию Ангарска «Мой город» — 12.00.
- Обрядовый праздник «Человек родился» — 13.30.
- ДК «СТРОИТЕЛЬ» Концерт лауреатов первого городского фестиваля самодеятельной песни — 12.00.
- 19 мая ДК НЕФТЕХИМИКОВ Клуб комсомольских активистов «Комсомол и культура», малый зал — 18.30.
- ДК «СТРОИТЕЛЬ» Лекторий для родителей «Анатомо-физиологические особенности человека» — 19.00.
- 22 мая ДК НЕФТЕХИМИКОВ Народный университет нравственного воспитания. Факультет лекторского мастерства. Итоговое занятие, малый зал — 18.30.
- Клуб молодых специалистов — 19.00. Филиал ДК.
- ДК «СТРОИТЕЛЬ» Отчетно-выборное собрание активистов Советского фонда мира — 17.00.
- 24 мая ДК «ЭНЕРГЕТИК»

- Отчетный концерт вокального ансамбля «Настенька» и хореографического ансамбля «Ивушка» — 18.00.
- СПОРТ СК «АНГАРА» 17 мая Первенство областного совета «Труд» по баскетболу — 12.00.
- 18 мая Первенство по баскетболу — 9.00.
- 17—18 мая Первенство области среди ДЮСШ по легкой атлетике — 10.00, стадион «Ангара».
- 18 мая Военно-спортивная игра для школьников «Зарница» — 10.00, пойма реки Китой.
- СК «СИБИРЯК» 14—18 мая Открытое первенство области среди юношеских команд областного совета «Труд» по баскетболу, зал СК «Сибиряк».
- СК «ВРМАК» 20—21 мая Первенство города по легкой атлетике среди школьников в зачет спартакиады, посвященной 35-летию города (судейская коллегия — 19 мая в ДЮСШ № 1 в 18.00).

**ВНИМАНИЮ АНГАРЧАН!**  
Ателье «Силуэт», находящееся в поселке Майск по улице Тельмана, 12-14, переехало по адресу: 13 м/р-н, дом 26, тел. 6-85-05.  
Ателье предлагает услуги по пошиву легкого платья, изготовлению отделочной вышивки, плиссе, гофре, головных уборов, чехлов на личные автомобили.  
Пошив одежды производится по адресу: пос. Майск, ул. Тельмана, 12-14, тел. 2-86-70. Добро пожаловать в ателье!  
Ангарская фабрика ремонта и пошива одежды доводит до сведения руководителей организаций, предприятий, учреждений города о том, что фабрика реализует из великих за безналичный расчет шерстяные и шелковые ткани.  
Обращаться по адресу: 11 м/р-н, дом 7/7а, отдел снабжения.

**ПРИХОДИТЕ В «ЮНОСТЬ»**  
18 мая кафе «Юность» приглашает на «День сладкоежки». Вам будет предложен широкий ассортимент лакомств: желе многослойное, муссы, компоты, фрукты запеченные, напитки фирменные, мороженое с различным наполнителем, молочные, сливочные коктейли.  
18 мая в Доме политпросвещения состоится встреча кандидатов и бойцов Молодежного жилищного комплекса с оргкомитетом МЖК. Явка всех кандидатов обязательна. Начало в 18 часов.  
Редактор С. П. ЖИРУХИНА.