

ЗНАМЯ ТРУДА

Издаётся с 1. XI. 1931 г.

Орган Хайбуллинского райкома КПСС и районного Совета народных депутатов Башкирской АССР

№ 138 (5797)

СУББОТА, 19 ноября 1983 года.

Цена 2 коп.

В РАЙКОМЕ КПСС, ИСПОЛКОМЕ РАЙСОВЕТА, РАЙКОМЕ ПРОФСОЮЗА И РАЙКОМЕ ВЛКСМ

Вымпел „За высокое качество молока“

Рассмотрев итоги социалистического соревнования коллективов молочно-товарных ферм района по повышению качества молока за октябрь 1983 года бюро райкома КПСС, исполком районного Совета народных депутатов, президиум райкома профсоюза работников сельского хозяйства и бюро райкома ВЛКСМ признали победителем в социалистическом соревновании коллектив Таштугайской молочно-товарной фермы Таналякского совхоза (бригадир Т. Я. Магашев), продавший государству в октябре 100 процентов молока первым сортом и с

жирностью 4,3 процента. Наградили данный коллектив переходящим вымпелом «За высокое качество молока» и занесли его на Доску почёта в районной газете «Знамя труда».

Отметили хорошую работу по повышению качества молока коллективов Ивановской и Михайловской молочно-товарных ферм колхоза имени Ленина, Бакаловской, Савельевской и Новоукраинской Таналякского совхоза, продавших государству в октябре 100 процентов молока первым сортом. Занесли эти коллективы на Доску почёта в

районной газете «Знамя труда».

Отметили неудовлетворительную работу по повышению качества молока коллективов Новозирганской и Илячевской молочно-товарных ферм колхоза «Новый путь», Переволочанской и Байгускаровской колхоза имени Калинина, продавших от 61 до 81 процента молока вторым сортом и несортовым.

Обязали руководителей хозяйств и управление сельского хозяйства разработать меры материального поощрения и оплаты труда животноводов в зависимости от качества молока.

ДЕЛЕГАТ XXXIII РАЙОННОЙ ПАРТКОНФЕРЕНЦИИ



Ежегодно оператор машинного доения Илячевской бригады колхоза «Новый путь», коммунист З. А. Мамбетова выходит в число призеров социалистического соревнования. Держит свою марку она и в нынешнем, третьем году одиннадцатой пятилетки. Обиравшись надонть в среднем от каждой закрепленной коровы по 2400 килограммов молока, Зайтун, Мамбетова надонла за десять месяцев по 2231 кило-

грамму молока. Это третий результат по бригаде.

За трудолюбие и ответственность она пользуется авторитетом в коллективе животноводов. А коммунисты колхоза оказали ей большое доверие — на прошедшем отчетно-выборном собрании ее избрали делегатом на XXXIII районную партийную конференцию.

НА СНИМКЕ: З. А. Мамбетова. Фото В. УСМАНОВА.

МЫ—ЗА МИР!

Серьезны и внимательны лица ребят. В зале очень много плакатов, лозунгов, на которых можно прочесть: «Мир—дело всех и каждого!», «Нет—ядерным бомбам!», «Янки—прочь от Гренады!».

Торжественно вносятся комсомольские и пионерские знамена. Заучит Гимн Советского Союза. Так начался антивоенный митинг в Ивановской средней школе.

Вначале выступил учитель истории В. М. Запольских. Он рассказал об обстановке в мире, о варварской агрессии США против Гренады.

Затем выступили представители от каждого класса, в их выступлениях красной нитью проходила мысль о том, что детям всего мира не нужна война. Они поддерживают политику мира, проводимую ЦК КПСС, клеймят позором политику США, требуют вернуть улыбку

детям Чили! руки прочь от Гренады! свободу народу Никарагуа! прекратить войну в Ливане!

На митинге выступили ветераны Великой Отечественной войны Н. В. Вдовкин и Н. А. Денисов. Для них, потерявших в годы войны своих друзей, родных, близких, испытавших на себе, что такое война, мир, защита ее—дело святое, дело всей жизни. Они призвали участников митинга еще лучше учиться, теснее сплотиться, беречь мир.

В этот день 15 первокурсников вступили в октябрятя, которые дали торжественное обещание: «дружить и крепче Родину любить».

Митинг закончился песней «Пусть всегда будет солнце!».

Г. АТАНОВА, организатор внеклассной работы.

ИДУТ ВПЕРЕДИ

Наилучших результатов по итогам социалистического соревнования добивается оператор машинного доения Новозирганской молочно-товарной фермы ордена Ленина Матраевского совхоза Л. П. Бородин. В среднем надой от каждой коровы ее группы в октябре месяце составил 186 килограммов молока, а с начала года 2526 килограммов. Есть уверенность в том, что свое социа-

листическое обязательство она выполнит досрочно.

Не отстают от своей подруги по работе З. И. Демидова из этого же коллектива и А. Н. Мударисова из Центрального отделения, которые так же близки к выполнению своих социалистических обязательств. В октябре месяце они надонли соответственно по 222—165 килограммов от каждой закрепленной коровы.

Главное направление увеличения производства молока и молочных продуктов — повышение продуктивности коров. Ставится задача—добиться к 1990 году роста удоя молока в среднем на корову в колхозах и совхозах на 500—600 килограммов.

(Из Продовольственной программы страны).

Обязательства—досрочно

Работники молочно-товарных ферм Акъярского совхоза, претворяя в жизнь решения XXVI съезда КПСС, последующих пленумов ЦК КПСС, стремясь внести весомый вклад в выполнение Продовольственной программы страны, досрочно, к 15 ноября выполнили свое годовое обязательство по продаже молока государству. На молочный завод от акъярцев поступило 21036 центнеров молока при годовом обязательстве 21000, при годовом плане 16500 центнеров и на 3600 центнеров больше, чем за соответствующий период прошлого года.

На днях выполняется и социалистическое обязательство по надою молока от каждой коровы.

Наибольший вклад в выполнение социалистических обязательств внес коллектив Центральной молочно-товарной фермы, где бригадиром Р. И. Гумеров. Здесь произведено около семи тысяч центнеров молока, или за 10 месяцев надоено по 2554 килограмма от каждой коровы.

Коллектив Бузавлыкской молочно-товарной фермы за 10 месяцев от каждой коровы надонл по

2400 килограммов молока и выполнил годовое обязательство. Свыше трех тысяч килограммов молока от каждой коровы вместо 2800 килограммов по обязательству надонли операторы машинного доения этой фермы М. И. Субхангулова и Г. Ф. Ишимова.

Доярка Центральной фермы М. А. Тулибаева надонла по 2866 килограммов молока от каждой коровы при обязательстве 2700 кг.

Близки к выполнению своих социалистических обязательств мастера машинного доения Г. А. Султанова, В. А. Блжбова, А. К. Володина, Г. С. Тусалина, Т. П. Мельникова и многие другие.

Подсчитав свои возможности, работники молочно-товарных ферм совхоза, решили до конца года дополнительно продать государству не менее 1500 центнеров молока.

Работники животноводства! Берите пример с правофланговых социалистического соревнования. Боритесь за безусловное выполнение социалистических обязательств.

Честь и слава передовым животноводам, успешно выполнившим годовые обязательства!

ПРОДАЖА ГОСУДАРСТВУ ЖИВПРОДУКТОВ НА 16 НОЯБРЯ

Первая графа — хозяйства, вторая — продано государству мяса, третья — молока, четвертая — шерсти (в процентах к годовому плану).

Колхозы:	Совхозы:
Имени Фрунзе 29 14 100	Акъярский 72 127 84
Новый путь 69 99 82	Таналякский 63 105 92
Кр. доброволец 76 104 100	Хайбуллинский 38 94 86
Им. Калинина 78 101 —	Маканский 47 69 93
Красное знамя 38 104 84	Матраевский 71 92 86
Имени Ленина 97 98 —	Степной 44 90 —
Сакмар 50 92 —	По району: 57 96 91
Им. Салавата 21 89 —	

Славно потрудились работники молочно-товарных ферм Акъярского совхоза. Они первыми в районе на полтора месяца раньше выполнили годовые социалистические обязательства по продаже молока государству. Государству продано 21036 центнеров молока при обязательстве 21000 и при годовом плане 16500 центнеров.

Список хозяйств, выполнивших годовой план продажи молока государству, пополнился колхозом имени Калинина. Калининцы дали государству 7156 центнеров молока при годовом плане 7100 центнеров и ведут работу, чтобы до 15 декабря выполнить и годовое обязательство.

Однко в целом по району до выполнения годо-

вого плана осталось еще продать 7579 центнеров молока. Есть возможность годовой план выполнить до 15 декабря. Отстают с выполнением плана совхозы Маканский, Степной, Матраевский, колхозы «Сакмар» и имени Салавата.

Необходимо навести надлежащий порядок на фермах, улучшить уход за коровами и добиться безусловного выполнения плана производства и заготовок молока каждой фермой.

Колхоз имени Ленина завершает выполнение годового плана по продаже мяса государству. Но в целом по району предстоит еще большая работа по выполнению плана по мясу. Необходимо строго соблюдать график подачи скота на мясокомбинат.

Намечали много, а результатов нет

Свой отчет заместитель секретаря партийной организации Самарского автотранспортного предприятия Е. И. Анисимова начала с анализа задач, которые перед автотранспортниками выдвинул июньский (1983 г.) Пленум ЦК КПСС, отметив, что необходимо увеличить перевозки грузов автотранспортом, добиваться резкого сокращения порожних пробегов машин, экономического расхода топлива.

Затем было отмечено, что на нынешний год колесный предприятие взяло на себя повышенные социалистические обязательства — дополнительно к плану перевезти 2000 тонн народнохозяйственных грузов, сделать при этом 10 000 тонна- и 50 000 пассажиро-километров, повысить производительность труда на 0,5%, получить доходов 1,5 тысячи рублей, сэкономить котельного топлива три процента к норме, электроэнергию 10 тысяч киловатт-часов, внедрить пять рациональных с условной экономией 1,5 тысячи рублей. Но, к сожалению, в целом по основным показателям обязательства не выполняются.

Было также отмечено и то, что за период января-83 многие водители с честью выполнили свои обязательства, такие, как В. Л. Бычков, С. А. Новокоснов, В. Т. Гаврилов, Ю. В. Анисимов, Х. Х. Мамбетов и другие.

Но наряду с достигнутыми успехами в коллективе есть недостатки и упущения. Вот что, например, говорили высту-

пившие в прениях коммунисты Р. М. Юламанов — директор автотранспортного предприятия. «До настоящего времени продолжает оставаться острой проблема пополнения водительского состава для автобусов. В связи с этим у водителей допускаются большие переработки часов. Многие находятся на переподготовке. Чувствуется острый дефицит шин для автобусов». В. П. Шипков — водитель. «Наступает зима, а котельная не готова». Л. Н. Валягина — диспетчер. «Плохо работают кондукторы».

В то же время в ко-

торые коммунисты вообще не посещали занятия, а многие посещали от случая к случаю. И не случайно один из пунктов в постановлении собрания гласит, что необходимо установить и контролировать выполнение уставных требований коммунистами в повышении образовательного, идейно-политического уровня, обеспечить активную учебу коммунистов в сети политпросвещения и всех трудящихся в экономической школе.

Особо были затронуты вопросы внутрипартийной жизни. За отчетный пе-

Отчеты и выборы в парторганизациях

риод проведено лишь два партийных собрания и одно открытое, на которых обсуждались материалы Пленума ЦК КПСС и итоги работы предприятия за прошедший год. Заседания партийного бюро вообще не проводились. Ростом своих рядов партийная организация не занималась, хотя резервы для пополнения есть.

Словом, работы непочатый край, необходимо поднять роль партийной организации, наметить и разработать ряд конкретных мероприятий для устранения недостатков и упущений, повысить требовательность к каждому коммунисту.

Секретарем партийной организации избрана Л. П. Вялкова.

Ю. ИШЕМГУЛОВ, инструктор РК КПСС.

Требуется живая организаторская работа

— Коллектив районного производственного объединения по производственно-техническому обеспечению сельского хозяйства и его партийная организация, претворяя в жизнь решения XXVI съезда КПСС и трудясь над выполнением доведенных планов, в третьем году одиннадцатой пятилетки проделал немалую работу, — сказал в своем отчетном докладе секретарь партбюро Н. Е. Сульдин. — Так, за 9 ме-

сяц текущего года план по объему валовой продукции выполнен на 108,6 процента, по реализации продукции — на 105,4 процента. Выполнены также планы по ремонту тракторов и комбайнов.

Успехи, несомненно, есть. Однако в то же время есть серьезные упущения и недостатки в работе. Объем товарной продукции, например, выполнен на 92,6 процента, а производительность труда составляет всего лишь 86,8 процента. В отчетном докладе и в выступлениях коммунистов отмечалось, что качество ремонта не всегда удовлетворяет требования сегодняшнего дня, следует резко поднять культуру производства и дисциплину труда. Нехватка рабочих кадров также ос-

таточно влияет на выполнение планов.

В райобъединении Госкомсельхозтехники на учете в партийной организации состоит всего 25 коммунистов и 3 кандидата в члены КПСС. Все коммунисты в основном заняты в сфере производства и стремятся быть в авангарде коллектива по выполнению производственного плана и социалистических обязательств. По основным производ-

ственным участкам созданы партийные группы, в которых согласно графика прошли отчетно-выборные собрания.

За отчетный период партгруппы работали слабо, на своих собраниях не обсудили ни одного вопроса ни по производству, ни по воспитанию кадров, ни о росте рядов партии. Среди рабочих очень мало коммунистов, однако работа с ними не ведется. Не всегда на высоком уровне бывает и дисциплина.

При райобъединении Госкомсельхозтехники имеется профсоюзная, комсомольская организации, группа народного контроля, добровольная народная дружина, товарищеский суд, женсовет, совет клуба. Однако не во всех этих общественных организациях работа велась на

высоком уровне. Так, комсомольская организация работала слабо, без огонька, не велась воспитательная работа среди молодежи, не выпускались листки «Комсомольского прожектора». Много недостатков в деятельности профсоюзной организации, которая слабо руководит социалистическим соревнованием, мало обращает внимания на дисциплину труда. В поселке имеется клуб, однако там демонстрируются только кинофильмы. За год организован один единственный концерт, зато заменено 3 заведующих клубом. Комсомольская организация также не обращает внимания на клуб. Есть и музыкальные инструменты, однако дела идут плохо, а партийная организация проявляет терпимое отношение к недостаткам.

За отчетный период проведено 7 партийных собраний, 13 заседаний партбюро, в ходе которых обсуждались вопросы производственного и воспитательного характера. Однако принятые решения не всегда выполнялись и контролировались. В своих выступлениях коммунисты подчеркивали, что следует чаще обсуждать вопросы об авангардной роли партийцев, о воспитательной работе в коллективе.

Собрание избрало новый состав партбюро. Секретарем партийного бюро вновь был избран Н. Е. Сульдин.

Р. ХУДАЙБЕРДИН.

Годы и люди ЖИВЕТ НА СЕЛЕ КОММУНИСТ

На каждого человека накладывают свой отпечаток годы прожитой жизни. Каждому есть что вспомнить, поразмыслить, а что он сделал полезного для общества. Своеобразный след наложили они в душе старого коммуниста, ветерана партии, прошедшего по огненным дорогам Великой Отечественной войны Андрей Савельевича Омелича.

Вспоминаются далекие, вписанные в историю золотыми буквами и тридцатые годы, когда страна изо дня в день набирала темпы социального и экономического развития. К тому времени уже завершалась коллективизация, образовались совхозы. Как грамотному человеку ему предложили должность заместителя бухгалтера Давлекановского совхоза. Но мирные годы пролетели незаметно.

Сразу же после начала войны Андрей Савельевич оказался на Северо-

Западном фронте. Вспоминается очень тяжелое время, когда враг неистово рвался вперед к сердцу нашей Родины — Москве. В эти дни он, как и многие воины, подает заявление о вступлении в члены ВКП(б).

«Особенно памятным», рассказывает Андрей Савельевич, — явился для меня июль 1943 года, когда началась одна из величайших битв в истории Великой Отечественной — Орловско-Курская. Куда ни кинь взглядом, везде полыхали огромными кострами танки, лежали тысячи убитых. А как хотелось всем им жить, трудиться, создавать новое общество, но мы вынуждены были взяться за оружие».

Да, война — это также невыносимо тяжелый смертельный труд. И советский солдат выдержал его с честью. Прошел А. С. Омелич с боями в составе войск третьего Украинского фронта Юго-

славии, Румынию, Венгрию, Чехословакию, а долгожданный День Победы встретил на территории Австрии.

Демобилизовавшись в победном сорок пятом, вновь вернулся к мирному труду в том же Давлекановском совхозе, где трудился до 1958 года. В том же году он стал главным бухгалтером Матраевского совхоза, где проработал до ухода на заслуженный отдых.

Прямо на глазах росло и крепло хозяйство, только лишь прошло три года, как завершился целинный эпопея. Страна получала первый целинный хлеб. «Особенно запомнился мне, — вспоминает Андрей Савельевич, — 1956 год, когда приезжал сюда к сыну в отпуск. Урожай выдался отменный, но убрать вовремя не смогли. Много неподобранных валков осталось под снегом, завершили уборочную страду лишь весной следующего года».

Но не сидится дома ветерану, то надо посетить партийное собрание, узнать, что нового достигнуто в совхозном производстве, то сходить на встречу с учащимися средней школы.

«Обидно становится, — завершая воспоминания, говорит Андрей Савельевич, — когда сейчас буржуазные фальсификаторы решающую роль в разгроме гитлеровской Германии приписывают Соединенным Штатам Америки и Англии. А ведь всем известно, что это сделал обыкновенный советский солдат. А сейчас, эти «победители» бряцают оружием, чтобы вновь развязать мировую войну. Но мы верим, что наша страна, наш народ сделают все, чтобы сохранить и упрочить мир на нашей планете, добытый столь дорогой ценой».

Н. ЧЕМЕРЧЕВ.

Делегат ХХХІІІ районной партконференции



Азат Айнуллович Исянбаев один из передовых производственников в коллективе автогаража совхоза «Степной». Здесь он трудится с 1974 года и пользуется заслуженным авторитетом в коллективе. Его САЗ-3503 всегда на ходу. Молодой коммунист Исянбаев в первом году одиннадцатой пяти-

летки был награжден трудовым знаком «Молодой гвардеец пятилетки». Он депутат Акъярского сельского Совета. Азат Айнуллович делегат ХХХІІІ районной партийной конференции.

НА СНИМКЕ: А Исянбаев.

Фото В. УСМАНОВА.

Саратовская область.

Вот уже пятнадцать лет первым секретарем Краснокутского райкома партии является Николай Григорьевич Жевак. Он — кавалер орденов Ленина, Трудового Красного Знамени и «Знак Почета», делегат XXVI съезда партии, член Саратовского обкома КПСС, депутат областного Совета народных депутатов, кандидат экономических наук.

Труженики сельских коллективов района постоянно возглавляют соревнование земледельцев и жи-

вотноводов области.

Первооснова всех успехов — партийный, хозяйский подход к делу. Райком и его актив на местах постоянно уделяют внимание работе с людьми, воспитанию молодежи.

Особая забота районного комитета партии и Совета РАПО — повышение плодородия, внедрение научно обоснованных систем земледелия, прогрессивных технологий полевых работ, бригадной формы организации труда.

Успеху хлеборобов во многом содействуют их

прочные связи с наукой. На территории района работает Краснокутская селекционная опытная станция Саратовского научно-исследовательского института сельского хозяйства Юго-Востока.

НА СНИМКЕ: заведующий отделом селекции зерновых культур Краснокутской селекционной опытной станции Л. А. Германцев (слева) знакомит первого секретаря РК КПСС Н. Г. Жевака с работами ученых.

Фото Ю. НАБАТОВА. (Фотохроника ТАСС).



19 НОЯБРЯ—ДЕНЬ РАКЕТНЫХ ВОЙСК И АРТИЛЛЕРИИ НАСЛЕДНИКИ БОЕВОЙ СЛАВЫ



Ленинградское высшее артиллерийское командное ордена Ленина Краснознаменное училище имени Красного Октября — одно из старейших военных учебных заведений страны. В 1918 году его выпускники — первые красные командиры — прямо из классов шли защищать революционный Петроград. Никогда не забудут ленинградцы подвиги артиллеристов-курсантов, насмерть стоявших на Лужском рубеже в 1941 году, и выпускников училища, освобождавших Ленинград от вражеской блокады. Сегодня здесь учатся внуки тех, кто

самоотверженно защищал Родину на огромном фронте от Баренцева моря до Черного. Будущие офицеры овладевают воинской специальностью, получают разностороннюю морально-политическую подготовку.

На снимке: заместитель начальника училища Герой Советского Союза генерал-майор артиллерии Иван Федорович Клочков в музее училища рассказывает первокурсникам о подвигах артиллеристов в годы Великой Отечественной войны.

ФОТО
О. ПОРОХОВНИКОВА.
(Фотохроника ТАСС).

Активная общественница

После окончания Сибайского педагогического училища Зия Ятимова получила направление на работу в Исянгальдинскую восьмилетнюю школу. Вот уже два года она преподает уроки черчения и труда. И за этот короткий срок она завоевала уважение в коллективе, среди учащихся и их родителей.

Зия Ятимова с малых лет мечтала быть учительницей. Это и понятно — ее родители: отец, мать и сестры выбрали профессию учителя.

Старательный педагог принимает активное участие в общественной жизни школы и отделения совхоза. На нее возложена должность старшей пионервожатой школы. И все мероприятия пионерской дружины и отрядов под руководством З. Ятимовой проходят содержательно и интересно. По инициативе старшей пионервожатой в школе регулярно выпускается стенная газета «Пионер» и сатирический листок «Крючок». Оформление уголков, пионерской комнаты, лозунгов и плакатов проходит через ее руки.

Ежегодно в школе ус-

пешно действует тимуровская команда, которая шефствует над ветеранами Великой Отечественной войны и труда, больными и престарелыми. И в этом немалая заслуга З. Ятимовой.

В период зимовки общественного скота прошлого года она с охотой работала агитатором. Она красиво оформила красивый уголок молочной-товарной фермы, регулярно выпускала «Молнии», проводила беседы с животноводами. В этом году у нее прибавилось еще одно комсомольское поручение — пропагандист в сети комсомольского политепросвещения. Организовано проведение первые занятия учебы комсомольцев говорят о том, что пропагандист со всей серьезностью относится к поручению.

Недавно коммунисты Исянгальдинского отделения Хайбуллинского совхоза Зию Ятимова приняли кандидатом в члены КПСС. И верится, что молодой, энергичный педагог приложит все усилия для оправдания доверия коммунистов отделения.

З. ИТБАЕВ,
селькор.

ДНЕВНИК ИСКУССТВ

КОНЦЕРТ понравился всем

Недавно учащиеся Галлахметовской средней школы выступили с концертными номерами перед труженниками Акназаровской бригады колхоза имени Салавата.

Зрителям очень понравились песни в исполнении Ф. Юламановой, К.

Сагитовой, Ф. Килдияевой и выступления других учеников.

Мы решили поблагодарить их через районную газету «Знамя труда» и пожелать им успехов в учебе.

Р. ЮЛАМАНОВ,
заведующий клубом.

ЭКРАН—ДЕТЯМ

Кинопрокат предлагает новые ленты для юных зрителей. Скоро на экранах их ждет встреча со следующими фильмами.

Витя Глушаков — ученик шестого класса — фантазер, себя в своих мечтах видит отважным вожаком индейского племени апачей, всегда побеждавший бледнолицых недругов. Витя и в самом деле был смелым мальчиком, но справиться с подлым Томилиным и его друзьями не мог. А вот дядя Аркадий был и сильным, и умелым, мастером на все руки, но привычка выпивать погубила все его прекрасные задатки. Случайная встреча Вити и

дяди Аркадия оказалась полезной для обоих. Об этом — лирическая комедия «Витя Глушаков — друг апачей».

В главных ролях — Андрей Юрицын и Леонид Куравлев. Эта картина будет интересна и детям, и взрослым.

Фильм снят на киностудии «Мосфильм».

Юных зрителей также ждет встреча с героями приключенческой киноленты студии «Галлифильм» «Арабелла — дочь пирата», созданной по мотивам одноименной сказки эстонской писательницы Айно Первик.

Р. КИДРАСОВА.

Спорт

Старты зимнего сезона

Сезон 1984 года — Олимпийский. Наши ведущие спортсмены страны вступили в завершающий этап подготовки. 2,5 месяца осталось до открытия зимних Олимпийских игр в городе Сараево, в Югославии.

Олимпийский год — не только для олимпийцев, под девизами «Олимпийцы среди нас», «От знака ГТО — к олимпийской медали» школьники и труженники района вступили в новый зимний сезон. Главная задача которой состоит в дальнейшем развитии массовости физкультуры и спорта в районе. Советам коллективов физкультуры и первичным комсомольским организациям необходимо еще более тщательно пересмотреть планы организации и проведения мероприятий на местах, чтобы каждый школьник, каждый труженник были их участниками.

Представляем основные старты районных соревнований на зимний сезон:

18 декабря. Праздник встречи зимы. Открытие сезона: эстафеты, игры.

7—8 января. Приз клуба «Золотая шайба» для школьников.

22 января. «Гонка сильнейших» — соревнование лыжников.

29 января. «Серебряный косяк» для школьников.

12 февраля. «Стреляющий лыжник» — биатлон.

19—26 февраля. Неделя лыжника — на местах.

26 февраля. «Всесоюзный день лыжника». Массовый старт на дистанции 30 и 15 километров.

18 марта. «Проводы русской зимы». Закрытие сезона: эстафета, игры.

Для любителей лыжного спорта открыт пункт проката лыжного инвентаря на стадионе «Урожай», там же проводится конкурс «Километры здоровья». Утверждены три приза участникам, набравшим наибольший объем километража за сезон.

Ф. ЮЛДАШБАЕВ,
председатель комитета физкультуры и спорта.

Редактор Ш. М. БАЙГУСКАРОВ.

Администрация, партийный, профсоюзный комитеты Бурибаевского рудоуправления выражают глубокое соболезнование старшему бухгалтеру конторы Пархоменко В. И. по поводу смерти ее матери	Правление райкома профсоюза работников потребительской кооперации выражают глубокое соболезнование семье, родным и близким по поводу кончины товароведа Татыр-Узякского торгового предприятя, участника Великой Отечественной войны
ПАРХОМЕНКО Татьяны Петровны.	СУЛТАНОВА Рахмета Сагитовича.
Коллектив Татыр-Узякского хозрасчетного торгового объединения выражает глубокое соболезнование семье и близким по поводу скоростной смерти товароведа	Коллектив коопинвермага райпо выражает глубокое соболезнование продавщице Бикбовой Х. А. и заведующей магазином Бикбо в о й М. Х. по поводу трагической гибели сына и мужа
СУЛТАНОВА Рахмета Сагитовича.	БИКБОВА Галия Мударисовича.

Советы врача Как сохранить здоровье?

Народная мудрость гласит, что две вещи обнаруживают свою истинную ценность после их потери — молодость и здоровье. Как же сделать так, чтобы не растерять здоровье преждевременно, чтобы предотвратить болезни, а не лечиться от них?

Ответ на этот вопрос не однозначный, и идеального рецепта вы не найдете. Но ряд советов, обоснованных на рекомендациях ученых медиков, нам хотелось бы дать.

В совокупности с оздоровительными мероприятиями, осуществляемыми нашим государством, их выполнение поможет сохранить ваше здоровье.

Труд — источник здоровья и долголетия человека. В процессе труда развивается разум, воля человека, ловкость. Но труд приносит здоровье, если он правильно организован. Кто с трудом в ладу, тот и с отдыхом не в споре.

Отдых — жизненная необходимость. Без него

невозможно восстановление и укрепление сил организма.

Следует ценить и правильно использовать не только отпускное, время, но и выходные дни, отдых после работы и кратковременные перерывы во время рабочего дня. Но нельзя забывать, что для человека важен и отдых пассивный, в частности, полноценный сон. Средняя его продолжительность должна быть восемь часов.

Для поддержания здоровья большое значение имеет рациональное питание. Переедание и сидячий образ жизни ведут к тучности, которая располагает к заболеваниям сердечно-сосудистой системы, диабету. Есть рекомендуется в одно и то же время три—четыре раза в день. Необходимо и разнообразие в питании.

В укреплении здоровья огромная роль принадлежит оптимальному двигательному режиму, физкультуре и спорту.

Важным компонентом

здорового образа жизни является закаливание. Закаливают организм три природных фактора: солнце, воздух и вода. Одежда по сезону, открытая форточка в комнате в течение всего года, ходьба босиком — прекрасные методы закаливания.

Уход за телом, кожей, волосами, зубами — залог красоты и здоровья. Очень полезна баня. Она необходима даже при наличии дома душа и ванны.

Злостным врагом здоровья человека является курение табака. Табачный дым вызывает или стимулирует развитие стенокардии, гипертонии, язвенной болезни желудка, рака легких, полости рта, горла, пищевода, поджелудочной железы и мочевого пузыря. Особую опасность несет табачный дым здоровью женщины и ее будущего ребенка.

К вредным привычкам наряду с курением относятся и злоупотребление спиртными напитками. Последствием частого и неумеренного употребле-

ния водки, вина, пива может явиться пристрастие к алкогольным напиткам и возникновение алкоголизма — тяжелого хронического заболевания.

Пьянство ослабляет организм, снижает его защитные функции, ведет к возникновению многих заболеваний сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта.

Вы здоровы, но вас пригласают пройти диспансеризацию. Что это значит? Советская медицина стоит на страже вашего здоровья. Врачи следят за функционированием органов и систем вашего организма. И если где-то они обнаружат сбой, предболезни или свидетельства начинающегося заболевания, они предпримут меры для восстановления здоровья. Вот почему никто не должен избегать диспансеризацию, профилактические обследования и приемы.

Г. БУХАРБАЕВ,
врач районной больницы.

Этот номер газеты набирала Н. КОНСТАНТИНОВА. Верстала Ф. ЗУЛКАРНАЕВА. Печатали Ф. КУДАБАЕВА, Г. ШАРИПОВА. Корректор Э. КАРАГУЛОВА.

Адрес редакции и типографии: БАССР, село Акъяр, проспект Целинный-37.

Телефоны: редактор — 2-11-95, зам. редактора, ответ. секретарь, отдел сельского хозяйства — 2-15-95, зам. редактора, отдел партийной жизни — 2-13-97, отдел переводов — 2-14-95, отдел писем и радиокорреспондент — 2-13-95, фотокорреспондент и бухгалтерия — 2-14-98, директор типографии — 2-15-62, наборный цех — 2-14-87.

Газета выходит три раза в неделю: во вторник, четверг и субботу на русском и башкирском языках.

Хайбуллинская типография Государственного комитета по делам издательства, полиграфии и книжной торговли Башкирской АССР. Заказ 1616. Тираж 5140.