

ОРГАН ТОТЕМСКОГО РАЙКОМА КПСС И РАЙОННОГО СОВЕТА  
НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Газета издается с декабря 1929 года

№ 144 (8549)

ВТОРНИК, 5 декабря 1929 года

Цена 3 коп.

## ОБ ОБРАЗОВАНИИ ОКРУЖНЫХ ИЗБИРАТЕЛЬНЫХ КОМИССИЙ ПО ВЫБОРАМ НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ ВОЛОГОДСКОГО ОБЛАСТНОГО СОВЕТА НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ ДВАДЦАТЬ ПЕРВОГО СОЗЫВА

На основании ст. 23 Закона РСФСР «О выборах народных депутатов местных Советов народных депутатов РСФСР» исполком областного Совета народных депутатов РЕШИЛ:

образовать окружные избирательные комиссии по выборам народных депутатов Вологодского областного Совета народных депутатов двадцать первого созыва в следующем составе:

### ТОТЕМСКИЙ РАЙОН ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ ОКРУГ № 170

Абашин Николай Иванович, мастер мебельного цеха — от первичной партийной организации Сухонского леспромхоза объединения «Вологдалеспром».

Афонинская Лидия Васильевна, воспитатель — от первичной партийной организации Тотемской вспомогательной школы.

Баяидина Зоя Яковлевна, инженер — от первичной профсоюзной организации Тотемской передвижной механизированной колонны № 15 объединения «Вологдамелиорация».

Жданов Александр Павлович, заместитель начальника — от первичной партийной организации порта Тотьма Сухонского речного пароходства.

Корепанова Антонина Алексеевна, портная — от совета трудового коллектива Тотемского районного производственного объединения бытового обслуживания населения.

Кочетова Валентина Витальевна, бухгалтер — от трудового коллектива работников управления Тотемского сплавнового участка Вологодской сплавной конторы объединения «Вологдалеспром».

Кулякова Валентина Геннадьевна, продавец —

от трудового коллектива отдела рабочего снабжения порта Тотьма Сухонского речного пароходства.

Поломарева Валентина Васильевна, инженер по нормированию — от трудового коллектива Тотемского филиала объединения «Вологдахимлес».

Рычков Леонид Алексеевич, водитель — от трудового коллектива Тотемского производственного предприятия жилищно-коммунального хозяйства.

Сивкова Зинаида Александровна, инженер производственной группы отдела исполкома и районного Совета народных депутатов — от райкома профсоюза работников государственных учреждений.

Юркина Лидия Сергеевна, заведующая архивным отделом исполкома районного Совета народных депутатов — от райкома профсоюза работников государственных учреждений.

### ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ ОКРУГ № 171

Гладковская Любовь Константиновна, ветеринарный врач — от трудового коллектива совхоза «Север».

Жилинский Алексей Васильевич, заведующий отделением — от трудового коллектива Тотемского отделения кинопроката киноинформационного объединения.

Капустина Ирина Витальевна, оператор почтовой связи — от совета трудового коллектива районного узла связи.

Козлова Марина Леонидовна, бухгалтер исполкома городского Совета народных депутатов — от райкома профсоюза работников государственных учреждений.

Мараков Валентин Александрович, инспек-

тор — от трудового коллектива районного отдела народного образования исполкома районного Совета народных депутатов.

Новиков Александр Васильевич, заместитель начальника — от первичной партийной организации районного узла связи.

Найденова Антонина Николаевна, бухгалтер финансового отдела исполкома районного Совета народных депутатов — от райкома профсоюза работников государственных учреждений.

Осовская Кира Васильевна, кассир исполкома городского Совета народных депутатов — от райкома профсоюза работников государственных учреждений.

Рязанов Николай Федосеевич, механизатор — от трудового коллектива совхоза «Север».

Соболева Татьяна Павловна, старшая медсестра — от первичной комсомольской организации центральной районной больницы.

Шульгин Дмитрий Владимирович, механик — от трудового коллектива Михайловского лесопункта Тотемского леспромхоза объединения «Вологдалеспром».

### ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ ОКРУГ № 172

Воропанов Павел Сергеевич, водитель — от коллектива цеха растениеводства колхоза «Родина».

Дуров Борис Сергеевич, водитель — от коллектива цеха механизации колхоза имени Ленина.

Дурова Нина Ивановна, главный зоотехник — от коллектива цеха животноводства колхоза имени Ленина.

Егер Александра Алексеевна, учитель — от первичной профсоюзной организации Краснобор-

ской неполной средней школы.

Ковали Владимир Владимирович, механизатор — от президиума райкома профсоюза работников агропромышленного комплекса.

Маракова Галина Сергеевна, агроном — от коллектива цеха растениеводства колхоза «Родина».

Осовской Николай Федорович, начальник цеха растениеводства — от первичной партийной организации колхоза «Красное знамя».

Полов Леонид Геннадьевич, председатель производственного комитета народного контроля — от коллектива цеха механики колхоза имени Ленина.

Романова Екатерина Михайловна, бухгалтер — от собрания избирателей поселка Чуриловка Устьпеченгского сельсовета.

Фрис Виктор Леонтьевич, водитель — от первичной профсоюзной организации колхоза «Красное знамя».

Челдов Иван Алексеевич, механизатор — от президиума райкома профсоюза работников агропромышленного комплекса.

### ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ ОКРУГ № 173

Гурьева Валентина Ивановна, главный зоотехник мясомолочного кооператива — от президиума райкома профсоюза работников агропромышленного комплекса.

Дуров Юрий Клавдиевич, электрик — от коллектива ремонтных мастерских колхоза «Заветы Ильича».

Ерыкалов Евгений Николаевич, инженер — от президиума райкома профсоюза работников агропромышленного комплекса.

Косарев Николай Влади-

вета трудового коллектива дорожного ремонтно-строительного участка объединения «Вологдаавтодор».

Маслова Валерия Николаевна, библиотекарь — от трудового коллектива Советской средней школы.

Панышева Валентина Алексеевна, секретарь комсомольской организации — от первичной комсомольской организации совхоза «Тотемский».

Пахнин Владимир Павлович, механизатор — от президиума райкома профсоюза работников агропромышленного комплекса.

Рычков Леонид Изосимович, слесарь — от первичной партийной организации Тотемского льнозавода.

Секушина Галина Степановна, бухгалтер — от первичной партийной организации совхоза «Тотемский».

Цикли Анатолий Иванович, механизатор — от президиума райкома профсоюза работников агропромышленного комплекса.

Юрманова Татьяна Павловна, председатель профсоюзного комитета — от первичной комсомольской организации совхоза «Тотемский».

### ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ ОКРУГ № 174

Бариков Александр Михайлович, водитель — от первичной партийной организации совхоза «Погореловский».

Жданова Людмила Михайловна, бухгалтер колхоза «Сигнал» — от со-

Первый заместитель председателя исполкома областного Совета народных депутатов

Секретарь исполкома областного Совета народных депутатов

брани избирателей деревни Бор Маньшиловского сельсовета.

Жданова Вера Александровна, заведующая детским садом — от собрания избирателей деревни Бор Маньшиловского сельсовета.

Меньшикова Лидия Александровна, оператор почтового отделения Красное — от собрания избирателей деревни Погор Маньшиловского сельсовета.

Николаев Сергей Николаевич, учитель — от первичной профсоюзной организации Погореловской средней школы.

Серков Юрий Васильевич, электрик — от первичной партийной организации колхоза «Сигнал».

Селиванова Валентина Илларионовна, бухгалтер — от первичной профсоюзной организации аппарата Погореловского сельпо.

Фатеева Валентина Александровна, повар Устьтошимского сельпо — от собрания избирателей деревни Бор Маньшиловского сельсовета.

Шамахов Алексей Витальевич, водитель — от первичной партийной организации колхоза «Сигнал».

Шестакова Илья Александровна, бухгалтер — от президиума райкома профсоюза работников агропромышленного комплекса.

Шихов Владимир Александрович, сварщик — от президиума райкома профсоюза работников агропромышленного комплекса.

А. А. ТИТОВ,

В. В. ИЗОТОВ.

Состоялись первые заседания окружных избирательных комиссий. Председателем окружной избирательной комиссии по избирательному округу № 170 избран Жданов Александр Павлович, заместитель начальника порта Тотьма, заместителем председателя — Баяидина Зоя Яковлевна, инженер передвижной механизированной колонны № 15, секретарем комиссии — Юркина Лидия Сергеевна, заведующая архивным отделом райисполкома.

По избирательному округу № 171 председателем окружной избирательной комиссии избран Мараков Валентин Александрович, инспектор районного отдела народного образования райисполкома, заместителем предсе-

дателя — Новиков Александр Васильевич, заместитель начальника районного узла связи, секретарем комиссии — Найденова Антонина Николаевна, бухгалтер финансового отдела райисполкома.

По избирательному округу № 172 председателем окружной избирательной комиссии избран Попов Леонид Геннадьевич, председатель производственного комитета народного контроля колхоза имени Ленина, заместителем председателя — Дуров Борис Сергеевич, водитель колхоза имени Ленина, секретарем комиссии — Маракова Галина Сергеевна, агроном колхоза «Родина».

По избирательному округу № 173 председателем окружной избиратель-

ной комиссии избрана Юрманова Татьяна Павловна, председатель профсоюзного комитета совхоза «Тотемский», заместителем председателя — Ерыкалов Евгений Николаевич, инженер совхоза «Тотемский», секретарем комиссии — Маслова Валерия Николаевна, библиотекарь Советской средней школы.

По избирательному округу № 174 председателем окружной избирательной комиссии избран Серков Юрий Васильевич, электрик колхоза «Сигнал», заместителем председателя — Шамахов Алексей Витальевич, водитель колхоза «Сигнал», секретарем комиссии — Жданова Людмила Михайловна, бухгалтер колхоза «Сигнал».

### Навстречу выборам

Состоялось очередное заседание районной избирательной комиссии по выборам народных депутатов в Тотемский районный Совет народных депутатов двадцать первого созыва.

Участники заседания рассмотрели и утвердили план дальнейшей работы комиссии. Членов комиссии закрепили за избирательными округами. Цель — оказать практическую помощь избирателям в решении самого сложного вопроса — определении достойных кандидатур в депутаты районного Совета.

Г. СИМОНОВА,  
председатель районной избирательной комиссии по выборам народных депутатов в Тотемский районный Совет.

В первичных партийных организациях завершилась отчетно-выборная кампания. На вопросы нашего корреспондента М. Я. Корина отвечает заведующая орготделом райкома КПСС Р. В. Трофимова.

— Римма Веняминовна, нынешняя отчетно-выборная кампания для Вас в роли заведующей отделом организационно-партийной работы уже вторая. Это значит, что есть возможность для сравнений, обобщений. Поделитесь своими впечатлениями, выводами...

— Сразу признаюсь — недовольна я тем уровнем, на котором прошла отчетно-выборная кампания. Я, например, ожидала большего.

Отчетно-выборные собрания прошли в 15 партгруппах, в семи цеховых и 16 первичных партийных организациях. Отчитались о своей работе парткомы и партбюро. И вот теперь, анализируя отчетно-выборный период как важнейший и в тактическом, и стратегическом плане этап жизни и деятельности партийных органов в низовом звене, сопоставляя его с предыдущим, я, к сожалению, не вижу заметных перемен, которые обеспечили бы стабильный рост боевостности парторганизаций, упрочение их авторитета. Конечно, положительные примеры есть. Но общее положение остается сложным. Например, явка коммунистов на партийные собрания. Уже одно это во многом характеризует позицию коммуниста. Я не имею в виду людей преклонного возраста, больных. Так вот, у нас явка коммунистов на партийные собрания по-прежнему остается низкой, в том числе и на отчетно-выборные.

При желании причин для объяснения состояния дел можно найти много. Не наступило заметных перемен в подготовке и проведении собраний. В большинстве случаев отчетные доклады вновь были неконкретными, безликими, в них не отражается личное участие каждого коммуниста в делах общих, уровень его личной ответственности за преобразование, что происходит в обществе, за перестройку деятельности партии, за дела трудового коллектива. Вновь нечеткие, безымянные постановления. Это также формирует апатию, притупляет инициативу. И так из года в год — одни и те же недостатки.

Теперь, когда анализируешь весь период, снова просматриваешь некоторые протоколы собраний и создается иллюзия картина, порой становится обидно за коммунистов некоторых партийных организаций: зная, что это хорошие люди, труженики, обидно думать о перестройке. Но, к перестройке в целом, а вот тут, в своем коллективе — что же делать.

Удивляет меня и

позиция некоторых секретарей партийных организаций. На семинарах, в личных беседах всегда стараемся им предложить какие-то новые формы работы, в том числе и проведения собраний. Поговорили, вроде согласились, одобрили твоё положение. Пройдет время, поговорим — все по-старому.

Ответ мой получился несколько в мрачных тонах. Но все это наболело в душе и я не хочу скрывать ни от читателей вообще, ни от коммунистов, в

кретарей первичных организаций — теперь они по всем вопросам имеют дело с одним работником райкома.

Инструктор, при нынешнем его положении, имеет больше возможностей оказывать практическую помощь неосвобожденным секретарям, людям, у которых кроме обязанностей партийного вожака, которые он исполняет на общественных началах, есть работа на производстве. Секретари парткомов, являющиеся штатными партийными работниками, с августа нынешнего года, работают самостоятельно — за их организациями инструктор не закреплен.

— Расскажите о партийных организациях, их лидерах, где

они активны, а то и все коммунисты занимают выжидательную позицию: по старой привычке ждут указаний сверху. Третьи просто бездействуют. Например, партийная организация ДСУ-6. Здесь трудовой коллектив стремится вывести свое предприятие в передовые. Роль партийной организации в этом процессе не видна.

Конечно, каждая такая партийная организация у нас на контроле. Мы всеми силами стремимся изменить ситуацию, оказать помощь, поддержку.

— Объявлено о созыве XXVIII съезда КПСС. Времени до начала отчетно-выборной кампании, предстоящей съезду, не

первичных партийных организациях рассматривались на отчетно-выборных собраниях. Предложений поступило много.

Лично я не за частичные изменения в том или ином параграфе, а за то, чтобы был подготовлен и принят новый Устав, отражающий современное положение и задачи партии.

— Какую роль в подготовке и проведении отчетно-выборных партийных собраний играл выборный партийный актив районного звена? Изменилась ли роль членов райкома, бюро в повседневной жизни партийных организаций или по-прежнему среди них есть «почетные» члены?

— В основном в

находится группа народного контроля, профсоюзных, комсомольских организаций, советов трудовых коллективов, обеспечиваем подготовку и проведение районных партийных конференций, пленумов райкома КПСС и заседаний бюро. Осуществляем контроль за уплатой членских партийных взносов. Координируем деятельность отделов райкома партии в вопросах планирования и организации работы с первичными парторганизациями и так далее.

Есть ли удовлетворение от работы? Думаю, что как и у каждого — по-разному бывает. Когда что-то из задуманного удается осуществить — радуешься, а когда все твои усилия идут впустую — какое уж тут удовлетворение...

— Расскажите о себе: как Вы стали партийным работником? Что для Вас главное в жизни?

— Как стала партийным работником? Действительно, по специальности я учитель начальных классов. Когда училась в Вологодском пединституте, то наш выпуск готовили для преподавания математики в восьмилетних школах. По этой специальности я работала восемь лет. По семейным обстоятельствам была вынуждена сменить работу. Шесть лет работала инспектором по кадрам в бывшей «Сельхозхимии». В 1981 году предложили работу в райком партии — инструктором. Согласилась не сразу — боялась, что не справлюсь, понимала, что работа очень ответственная. Вскоре поняла, что не хватает теоретической подготовки. Пришлось снова учиться. В 1987 году окончила заочно Ленинградскую Высшую партийную школу.

Свободного времени почти не бывает. Рабочий день заканчивается для меня поздно, приходится и дома заниматься служебными делами.

Главное в жизни для меня — работа и дети. Их у меня двое: сын и дочь. Хотя и мало времени остается на общение с ними, но они меня понимают.

— Римма Веняминовна, последний вопрос: начавшие выдвигаться кандидаты в народные депутаты. Каким Вы, как партийный работник, как избиратель, представляете народного депутата сельского, городского, районного Совета?

— Очень ответственный момент для предвыборной кампании наступил. Думаю, каждого волнует вопрос: кто будет нашим депутатом, кто будет представлять наши интересы в органах Советской власти? Я представляю депутата человеком грамотным, компетентным в решении вопросов экономического и социального развития района, умеющим взвешенно подходить к рассмотрению любой проблемы. Депутат должен быть честным, принципиальным, умеющим тактично и по-деловому общаться с людьми.

● *Партийная жизнь и перестройка*

Партработа глазами партработника:  
„С ВЕРОЙ В ЗДОРОВЫЕ СИЛЫ“

частности. Но добавлю, что не все так уж безрадостно. Есть и положительные изменения. Стали более критичными выступления коммунистов на собраниях, стало больше конкретных предложений, озабоченности состоянием дел, т. е. заметно пробуждение здоровых сил. Остается только придать этому процессу ускорение.

— В райкоме в последние годы изменилась структура аппарата. Орготдел численно вырос. Не стало отраслевых отделов. Что эти изменения, на Ваш взгляд, дали в плане повышения эффективности работы аппарата, повышения его авторитета, возможности влиять на работу первичных организаций?

— Действительно, структура аппарата райкома партии изменилась. Ликвидированы отраслевые отделы. Однако орготдел численно не вырос — наоборот, уменьшился. У нас в отделе сейчас три работника. Нет инструкторов. В идеологическом отделе — один инструктор. Остальные девять работников — как мы их теперь называем, «свободные» инструкторы. Потому их называют так, что они теперь занимаются не только вопросами оргпартработы, но и идеологическими.

Что дали такие перемены? Во-первых, сократилось число партийных организаций, деятельность которых курирует инструктор, с 13 до 5—6. А это значит, что у него появилась возможность влиять в глубинные процессы жизни и деятельности парторганизации, трудового коллектива. Во-вторых, инструктор теперь решает совместно все вопросы, касавшиеся деятельности партийных организаций.

И, в-третьих, я считаю, что это несомненно обогатило положение се-

действительно заметны результаты перестройки?

— В районной партийной организации 55 первичных, 27 цеховых и бригадных парторганизаций, 21 партийная группа. В каждой свой вожак. У каждого из них свои методы и формы работы, свои взгляды, суждения. 11 секретарей парткомов — штатные партийные работники, т. е. партийная работа в трудовом коллективе для них основное занятие.

Не ошибусь, если скажу, что каждый секретарь желает перемен в лучшую сторону в деятельности партийных организаций. Желание есть, а вот конкретных дел для этого у многих не хватает. В партийной работе, как и в других видах деятельности, очень многое зависит от настойчивости, инициативы лидера. Например, Н. А. Брагина, секретарь парткома колхоза «Родина» — партийный работник с большим опытом, а Т. К. Клыгина и А. И. Выдрина, секретари парткомов колхоза «Сигнал» и совхоза «Погореловский» — новички. Но у них много общего. Их объединяет рвотный поиск новых форм и методов партийной работы. Среди секретарей партийных организаций, работающих на общественных началах, я бы отметила Г. И. Хороброву (райпартбюро), Н. А. Трофимову (средняя школа № 3), О. В. Мамарова (сельхозучасток). С лучшей они работают, творчески.

— Есть ведь и такие парторганизации, где никак не удается перемены не наступило. Что намерены предпринять для изменения положения дел?

— Таких парторганизаций немало, поэтому, конечно, в основном, это индивидуальные случаи. Но как правило, в составе их много коммунистов. Есть и такие парторганиза-

ции, где актив, а то и все коммунисты занимают выжидательную позицию: по старой привычке ждут указаний сверху. Третьи просто бездействуют. Например, партийная организация ДСУ-6. Здесь трудовой коллектив стремится вывести свое предприятие в передовые. Роль партийной организации в этом процессе не видна.

— Да, 1990 год предстоит начать с отчетов и выборов: в феврале отчетные собрания в колхозах и совхозах, в марте — выборы народных депутатов в республиканский и местные Советы. В марте начнется и наша отчетно-выборная кампания. Времени, действительно, немного остается на подготовку. И терять мы его не намерены. Поэтому-то и стараемся глубоко и всесторонне проанализировать только что завершившиеся собрания, сравнить их с собраниями 1988 года, когда, можно сказать, впервые за последние годы на действительно демократической основе шло формирование выборных партийных органов.

В этом году интересно и, думаю, не без пользы, прошли по-новому отчеты парткомов в колхозах «Родина», «Красное знамя», «Мосеево», «Сигнал». Здесь вместо общего отчетного доклада секретаря был заслушан отчет каждого из членов парткома. В предстоящей отчетно-выборной кампании мы намерены ввести в систему отчеты на таких собраниях членов выборных партийных органов районного звена. Планируем отчетно-выборные собрания проводить открытыми.

Более детально все эти проблемы мы еще будем обсуждать и с секретарями партийных организаций, и на заседаниях комиссии райкома КПСС по оргпартработе.

— В партии идет дискуссия о том, как быть Уставу КПСС. Ваша точка зрения на его содержание?

— Вопрос об изменении Устава КПСС в

этом период роль многих активистов, к сожалению, свелась только к присутствию их на собраниях. Даже не все приняли участие в обсуждении отчетов парткомов, партбюро. С положительной стороны могу отметить члена бюро райкома партии, директора Тотемского леспромхоза С. В. Ястребова, который принял участие в работе отчетно-выборных собраний не только в партийных организациях подразделений своего коллектива, но и в колхозе «Память Ленина», в Советской средней школе. Заметно усиление интереса к повышению роли партийных организаций в развитии трудовых коллективов у таких руководителей, как Н. И. Юрзин, Б. В. Жданов, Н. В. Федотовский, Л. И. Молчановский.

— Почти два года Вы работаете заведующей орготделом райкома КПСС. Чем занимается этот отдел? Есть ли у Вас удовлетворение от этой работы?

Направления деятельности орготдела райкома партии многоплановы: это и работа по организационно-политическому укреплению районной партийной организации, приему в партию, усилению партийного влияния в трудовых коллективах; совершенствованию структуры районной и первичных партийных организаций; поиск и использование конкретных мер по совершенствованию форм и методов партийной работы; подбор, расстановка и воспитание партийных, советских, комсомольских, хозяйственных кадров, руководителей общественных организаций, их резерва; организация учебы, стажировки работников аппарата райкома КПСС, выборного органа.

Через коммунистов мы осуществляем руководство работой местных Советов народ-

# БАЛЬНАНАХ — ЗДОРОВЬЕ

Ирина Владимировна — член Президиума Делегатского комитета



Читатели «Ленинского знамени», вероятно, не раз знакомы с публикациями И. В. Кулигиной, заместителя заведующей аптекой. Ирина Владимировна регулярно выступает в газете, рассказывает о лекарственных растениях.

После окончания Ленинградского химико-фармацевтического института приехала И. В. Кулигина в Тотьму и вот уже семь лет живет и трудится здесь.

О лекарствах Ирина Владимировна знает все. Она составляет заявки на областной аптечный склад, затем вместе с другими работниками аптеки контролирует их исполнение. А при поступлении лекарств в аптеку проводит по ним информационную работу с врачами.

НА СНИМКЕ: И. В. Кулигина.

Фото А. Суршкова.

**НА ПРОТЯЖЕНИИ** веков баня у многих народов считалась лучшим оздоровительным средством. Всем известно, что некоторые факторы современной цивилизации: высокий темп жизни, поток информации, требующий значительного напряжения нервной системы, большое психоэмоциональное напряжение, гиподинамия отрицательно действуют на здоровье человека. Исследования ученых подтверждают большую гигиеническую, профилактическую и лечебную ценность бани.

Во время банной процедуры кожа освобождается от слущивающегося эпидермиса, улучшаются функции потовых и сальных желез, расширяются кожные сосуды, ускоряется кровоток, устраняется венозный застой, кожа становится эластичной и упругой. Пар разглаживает морщины, кожа приобретает приятный здоровый цвет. Повышенное потоотделение в бане способствует выведению шлаков — конечных продуктов обмена веществ, задержка которых в организме оказывает на него вредное влияние. Большая потеря воды (около 900 граммов) приводит к

сгущению крови, что способствует переходу жидкости из тканей в кровеносные сосуды и рассасыванию различных затвердений.

Банная процедура нормализует обмен веществ, способствует ликвидации заболеваний суставов, радикулита. Исследования, проведенные в ФРГ, показали, что во время эпидемий гриппа заболеваемость среди любителей

чувство бодрости и силы, хорошее настроение, все это прежде всего благоприятно влияет на нервную систему.

Банные процедуры рекомендуются проводить спустя два-три часа после приема пищи. После утомительной работы перед посещением бани необходимо отдохнуть, так как физиологические реакции на высокую температуру в бане и термо-

а также различные нарушения деятельности сердца и центральной нервной системы. Употребление алкоголя после бани сводит на нет ее положительный эффект. Курящим желательно воздержаться от сигареты хотя бы в течение часа — двух.

Но нужно помнить, что баня противопоказана для больных с острой стадией болезни или в периоды обострения хронических заболеваний с одновременным повышением температуры тела, с заболеваниями органов кровообращения, а также при явлениях сердечно-сосудистой недостаточности, с выраженными органическими изменениями внутренних органов (нервной системы, легких, печени, почек и других), со злокачественными заболеваниями.

У нас в районе в настоящее время построено несколько саун: в селе «Тотемский», «Север», на мясокомбинате, которые не используются в полном объеме. Но хочется верить, что в ближайшем будущем они будут с полной отдачей служить укреплению здоровья населения.

Р. ДМИТРИЕВА,  
врач-терапевт.

## ЩЕДРЫЙ ЖАР

Париться в четыре раза чаще, чем среди тех, кто баню не посещает. Под воздействием бани быстрее восстанавливается сила утомленных мышц. При начальных стадиях гипертонической болезни артериальное давление после посещения бани снижается.

Нагрузка на сердечно-сосудистую систему тем выше, чем выше температура в бане. Этот момент должны учитывать и здоровые, и больные люди, любящие мыться долго и лимитирующие сроки пребывания в ней. Отмечается и активизация функций органов дыхания, оно становится глубже, чаще.

После бани появляется

регуляция у уставшего человека изменяется.

Часто прибегают к помощи бани, чтобы избавиться от лишнего веса. Применение бани в этом случае имеет ряд особенностей: не следует охлаждаться (в том числе и пить холодную воду), отдыхать лучше в мыльном отделении, подальше от сквозняков. Тучным людям после бани лучше вовсе не пить.

Особо надо отметить несовместимость алкогольных напитков и банной процедур. Алкоголь повышает образование тепла, а жаркие условия бани затрудняют теплоотдачу, что может ускорить перегревание организма и вызвать тепловой удар.

## САНИТАРНЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ

ДАНИЕ ЗА ПЕРИОД С 1 ОКТЯБРЯ ПО 20 НОЯБРЯ 1939 ГОДА

Число случаев инфекционных заболеваний		Всего исследовано проб пищевых	
Острые кишечные инфекции	25	87	13
в т. ч. дизентерия	16	в т. ч. молочных	30
среди детей ДДУ	8	с молокозаводов	6
среди школьников	2	с этапов реализации	24
декретированные группы неорганизованные	2	Всего санитарно-гигиенических смывов	997
в т. ч. сел	2	в т. ч. из ДДУ	272
инфекционный гепатит	11	с пищевых предпр.	290
сальмонеллез	1	Количество анализов воды	99
пищевые отравления	—	в т. ч. из водопроводов	95
Состояние внешней среды		вода открытых водоемов	4
Число отобран. проб	1264	Количество приостановлений эксплуатации объектов	20
Из них не отвечает нормам	162	Количество административных взысканий	11
Всего санитарно-бактериологических анализов			

### Советы специалиста

## Таракан-тараканище

В отделение профилактической дезинфекции санэпидемстанции часто обращаются жители района с просьбой оказать помощь в уничтожении тараканов.

За последнее время борьба с тараканами стала актуальной санитарно-гигиенической проблемой для многих стран. Это обусловлено тем, что в городах и сельских населенных пунктах создаются благоприятные условия для их обитания и распространения (тепло, влажность, наличие пищи). Поэтому неслучайно тараканы чаще всего обитают в предприятиях общественного питания, детских учреждениях, выбирая излюбленные места: кухни, ванные, туалеты. Насекомые ведут скрытый образ жизни, днем укрываются в потаенных местах, а вечером и ночью выходят в поисках пищи и воды.

В борьбе с тараканами наиболее эффективны профилактические меры, в основе которых — соблюдение элементарных гигиенических требований. Нужна систематичес-

кая ежедневная уборка всех помещений и мытье полов в столовых, детских учреждениях, больницах и других общественных местах, своевременное удаление отходов и мусора. Из помещений нужно убирать воду в любом доступном для тараканов виде (следить, не текут ли краны, насую вытирать раковины, не поливать на почву цветы). Важно также ликвидировать места возможного укрытия и гнездования тараканов: зашпаклевать щели в полу, стенах, дверных косяках.

Места обитания тараканов обрабатываются химическими средствами. Существует две группы препаратов: острого и длительного остаточного действия. К ним относятся «Прима», «Неофос», «Пиретраль». 4-процентный раствор хлорофоса 2-процентный

карбофоса. Хороший эффект дают пищевые приманки, которые готовят с хлорофосом, борной кислотой или бурой. Пищевую основу (хлеб, кашу) пропитывают 10-процентным раствором борной кислоты или 2-процентным раствором хлорофоса с добавлением сахара, раскладывают на ночь, обновляя несколько раз. Эффективен препарат «Боракс», из-за незначительной токсичности его можно применять повсеместно, но при условии отсутствия в помещениях воды. В последнее время в торговой сети можно приобрести такие препараты, как «Карбозоль», «Сульфолан», «Фосфолан» и т. д. При обработке необходимо пользоваться маской, резиновыми перчатками, предварительно закрыть форточки и оставить помещение на 4-6 часов. По окончании работы вымыть лицо и руки с мылом, прополоскать рот. Рекомендуется обработку проводить с интервалом три дня.

А. ФИЛИПОВА,  
зав. дет. отделом Тотемской СЭС.

## ГРИПП — ЗАБОЛЕВАНИЕ СЕРЬЕЗНОЕ

Беседу ведет помощник эпидемиолога райсанэпидемстанции Г. РЫБНИКОВА



В «Основных направлениях развития охраны здоровья населения и перестройки здравоохранения СССР в XII пятилетке и на период до 2000 года» сказано: «...осуществлять меры по значительному снижению инфекционных болезней, в первую очередь гриппа и других острых респираторных заболеваний, на долю которых приходится около половины всех случаев временной нетрудоспособности, а экономический ущерб составляет около 3,5 миллиарда рублей в год». В крупных городах страны не 100 жителей ежегодно регистрируется до 50 случаев гриппоподобных заболеваний, в них более 50 процентов — у детей. Грипп и ОРЗ являются одними из основных факторов риска у детей млад-

шего возраста и пожилых людей, что существенно отражается на средней продолжительности жизни населения.

Источником инфекции является больной человек. Наиболее опасны формы легкой формы, как распространители вируса гриппа, так как они своевременно не изолируются, ходят на работу, посещают общественные места. Инфекция передается от больного здоровому при разговоре, кашле, чиханьи, через предметы домашнего обихода. Поэтому очень важно при подозрении на грипп изолировать больного и вызвать врача на дом.

Скрытый период при гриппе длится от 1-12 часов до трех суток. Заболевание начинается остро: резкое повышение температуры, озноб, головная боль, общая разбитость, боли в костях и мышцах, першение в горле, появляются выделения из носа, мелкие кровоизлияния в склере глаз. Особенно тяжело протекает заболевание у детей до года.

Если в квартире пожелал больной гриппом, его необходимо до прихода врача уложить в постель и напоить горячим чаем. Кровать больного необходимо изолировать отгородить ширмой, тщательно проветривать комнату и ежедневно проводить влажную уборку с использованием 0,5-1,0-процентного раствора хлорофоса, соды или хозяйственного мыла. Песуду мыть кипятком с добавлением соды

или 5-процентного раствора хлорамин. При уходе за больным необходимо носить четырехслойную марлевую повязку, закрывающую нос и рот.

Чтобы предупредить грипп, необходимо пользоваться так называемыми средствами неспецифической профилактики. К ним относятся витамины С, А и группы В. Оптимальное соотношение этих витаминов содержится препараты «Гекса-вит», «Декамевит», «Ундевит». В детских дошкольных учреждениях в холодный период года рекомендуется давать детям сироп из шиповника. К профилактическим средствам относятся и экстракт элеутерококка.

Помимо лекарственных препаратов, во все периоды заболевания гриппом целесообразно пить чай с медом или лимонном, клюквенный морс, теплое молоко, фруктовые и овощные соки. Пища должна быть калорийной.

Необходимо помнить, что укрепляют организм и закаляющие процедуры: прогулки на свежем воздухе, гимнастика, обтирание холодной водой и т. д.

Подъем заболеваемости ОРЗ и гриппом ожидается в январе и феврале 1940 года. Для профилактической цели используются препараты, обладающие противовирусным действием. Наиболее эффективным и доступным средством для взрослых является ремантадин, который необходимо иметь в домашней аптечке и на предприятиях.

# ВНИМАНИЕ: ГАЗ!

Город бесперебойно снабжается газовым топливом. В любое время суток на вызов, связанный с утечкой газа, приходит на помощь аварийная служба газового хозяйства. Но это не исключает несчастных случаев, с которыми мы еще нередко сталкиваемся из-за небрежного обращения с газом.

Уважаемые жители Тотьмы и района! Будьте внимательны и осторожны с газом. Ваша торопливость, забывчивость, невнимательность могут причинить неприятность вам, вашим близким, соседям.

Помните! Только умелое обращение с газовыми приборами и знание правил пользования газом поможет избежать несчастных случаев.

## ЭКОНОМНО, РАЧИТЕЛЬНО

### Важно знать каждому

Регулируйте пламя газовых горелок.

Закрывайте посуду крышками во время приготовления пищи (этот прием позволяет экономить 15 процентов газа).

Выключайте немедленно газовые горелки после приготовления пищи. Утепляйте на зиму окна, двери, чтобы не уходило тепло из квартир.

Не используйте газовые плиты для отопления помещений — это опасно.

Не перегревайте воду в проточных газовых водонагревателях. Это не только экономит газ, но и продлевает срок службы газового прибора.

Экономно используйте горячую воду, приготовленную в проточном водонагревателе.

Экономное использование газа повышает надежность газоснабжения.

### Меры безопасности

#### В осенне-зимний период

В осенне-зимний период часто происходят резкие колебания температуры, которые могут привести к обмерзанию оголовков дымоходов. В результате может возникнуть угроза отравления продуктами неполного сгорания газа, поэтому своевременно проверяйте дымоходы, оголовки, обращая особое внимание на наличие тяги.

Пользуясь газовой колонкой, проверяйте тягу до розжига и во время работы зажженной спичкой, поднеся ее под колпак тягопрерывателя. Пламя от спички должно втягиваться под колпак.

При пользовании АГВ, котлами тяга проверяется так же, как у колонки, но АГВ, котлы работают постоянно, поэтому тягу проверяйте ежедневно. Перед розжигом газовой отопительной печи не забудьте открыть шибер и проверить наличие тяги в дымоходе, поднеся полоску тонкой бумаги к запальному отверстию, полоска должна втягиваться внутрь печи, после розжига печи тяга проверяется зажженной спичкой.

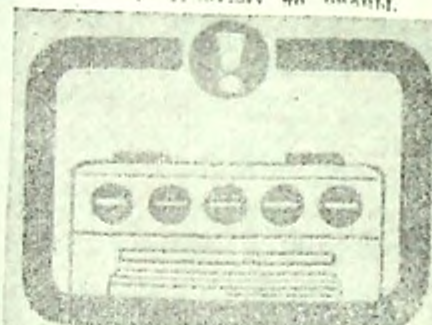
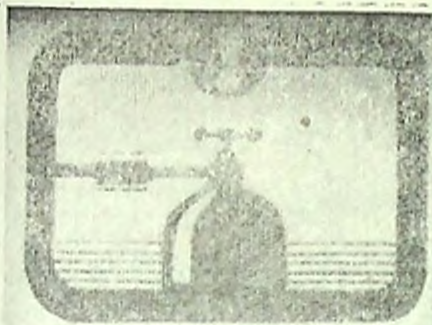
С наступлением осенне-зимнего периода предприятие «Тотьмамезрэнгаз» обращается ко всем гражданам, пользующимся газом, с призывом:

- не допускайте нарушений правил пользования газом;
- следите за исправностью газового оборудования;
- не забывайте открывать шибер (заслонку) перед включением отопительной печи;
- обязательно проверяйте тягу в дымоходах газовых приборов перед включением и через 5 минут после включения;
- если тяги нет — пользоваться газовыми приборами нельзя!

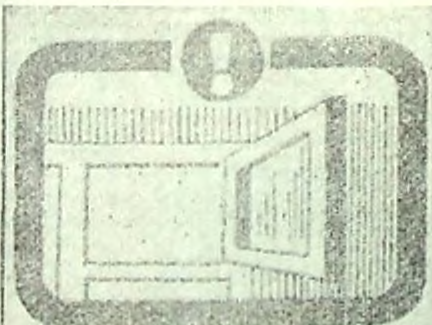
Вызовите аварийную службу «04».

ПРЕДПРИЯТИЕ «ТОТЬМАМЕЗРЭНГАЗ».

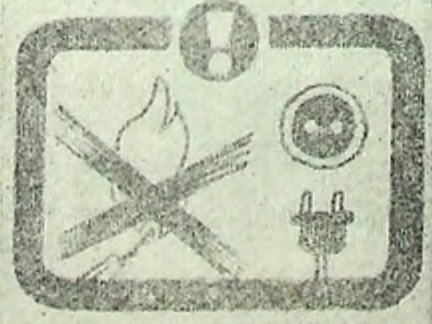
### Ваши действия при утечке газа



Прекратите пользование газовыми



Откройте окна и двери



Не зажигайте огонь, не курите и не включайте и не выключайте электроприборы.



Вызовите аварийную службу «04».

ПРЕДПРИЯТИЕ «ТОТЬМАМЕЗРЭНГАЗ».

### ВТОРНИК, 5 ДЕКАБРЯ

- Первая программа  
 6.30 — «120 минут».  
 8.35 — Док. фильм.  
 9.05 — «Цыган». Худ. фильм. 2-я серия.  
 10.25 — «Арктур» — гонимый пес. Фильм-концерт.  
 11.25 — «Это было... было...».  
 11.45 — «Детский час». (С уроком французского языка).  
 12.45 — Док. фильм.  
 15.35 — «У подножия башни Адриана».  
 16.25 — «Застава». Док. фильм.  
 16.45 — «Прекрасный Таиланд».  
 17.10 — «Здравствуй, музыка!».  
 17.55 — Мультфильмы.  
 18.25 — Концерты фестиваля «Братиславские музыкальные торжества».  
 18.45 — «Сегодня в мире».  
 19.00 — «Молодежный вестник».  
 19.40 — «Цыган». Худ. фильм. 3-я серия.  
 21.00 — «Время».  
 21.40 — Актуальное интервью.  
 21.50 — Благотворительный концерт.  
 Вторая программа  
 8.15—11.35 — Учебная программа.  
 12.05 — «Гран-па». Худ. фильм.  
 13.25 — Ритмическая гимнастика.  
 13.55 — «Жизнь как жизнь». Док. фильм.  
 17.10 — Гостелерадио Башкирской АССР.  
 17.40 — «За безопасность движения».  
 17.45 — Областное телевидение.  
 18.45 — Хоккей. В перерыве (20.00) — «Спокойной ночи, малыши!».  
 21.00 — «Время».  
 21.40 — «Душечка». Худ. фильм.  
**СРЕДА, 6 ДЕКАБРЯ**  
 Первая программа  
 6.30 — «120 минут».  
 8.35 — Концерт.  
 9.05 — «Цыган». Худ. фильм. 3-я серия.  
 10.25 — «Здравствуй, музыка!».  
 11.10 — «Клуб путешественников».  
 12.10 — Танцы эпохи Возрождения.  
 15.30 — Музыкальная сокровищница.  
 Вторая программа  
 8.15—11.35 — Учебная программа.  
 12.05 — Балет Л. Ауслер. «Тийна».



- 16.15 — «Диалог с компьютером».  
 17.00 — К национальному празднику Финляндии — Дню провозглашения независимости.  
 17.55 — «Детский час». (С уроком английского языка).  
 18.55 — Футбол.  
 21.00 — «Время».  
 21.40 — Кинопанорама.  
 Вторая программа  
 8.15—11.35 — Учебная программа.  
 12.05 — «Душечка». Худ. фильм.  
 13.20 — Концерт.  
 17.10 — «Любочка». Худ. фильм.  
 18.20 — Областное телевидение.  
 20.00 — «Спокойной ночи, малыши!».  
 20.15 — Телестудии городов РСФСР.  
 20.45 — «Ступень к Парнасу».  
 21.00 — «Время».  
 21.40 — Балет Л. Ауслер. «Тийна».

### ПЯТНИЦА, 8 ДЕКАБРЯ

- Первая программа  
 6.30 — «120 минут».  
 8.35 — Мультфильмы.  
 9.05 — «Цыган». Худ. фильм. 4-я серия.  
 10.30 — «...До шестнадцати и старше».  
 11.15 — «Человек. Земля. Вселенная».  
 12.15 — «Радуга».  
 15.35 — «Любовь моя — казачья песня».  
 15.50 — «Вижу солнце». Худ. фильм.  
 17.15 — Док. фильм.  
 17.25 — «Ребятам о звездах».  
 17.55 — Межнациональные отношения: проблемы национальной политики в современных условиях.  
 18.40 — «Сегодня в мире».  
 18.55 — «Интерсигнал».  
 19.25 — «Старая азбука». Худ. фильм.  
 21.00 — «Время».  
 21.40 — «Это было... было...».  
 22.00 — «Взгляд».  
 Вторая программа  
 8.15—11.55 — Учебная программа.  
 12.05 — «Ранение». Худ. фильм.  
 13.30 — Ритмическая гимнастика.  
 14.00 — «Заповедник Азас». Док. фильм.  
 17.10 — «И осенью бывает весна». Худ. фильм. 2-я серия.  
 18.30 — Областное телевидение.  
 19.30 — Ритмическая гимнастика.  
 20.00 — «Спокойной ночи, малыши!».  
 20.15 — Программа Приморского телевидения.  
 21.00 — «Время».  
 21.40 — «Гобсек». Худ. фильм.

### ЧЕТВЕРГ, 7 ДЕКАБРЯ

- Первая программа  
 6.30 — «120 минут».  
 8.35 — Мультфильмы.  
 9.05 — Футбол.  
 10.45 — Кинопанорама.  
 12.15 — «Детский час». (С уроком английского языка).  
 15.35 — Камерный концерт.  
 16.05 — «Фантазии директора». Док. фильм.  
 16.35 — «Импульс».  
 17.20 — Концерт.  
 18.05 — «Власть — Советам».  
 18.35 — «Сегодня в мире».  
 18.50 — «...До шестнадцати и старше».  
 19.35 — «Цыган». Худ. фильм. 4-я серия.  
 21.00 — «Время».  
 21.40 — Актуальное интервью.  
 21.50 — «Музыка в эфире».  
 Вторая программа  
 8.15—11.35 — Учебная программа.  
 12.05 — Балет Л. Ауслер. «Тийна».

### КИНОТЕАТР «ОКТЯБРЬ»

- БОЛЬШОЙ ЗАЛ**  
 5—6 декабря — худ. фильм «Приключения Али-Бабы и сорока разбойников». Сеансы: в 16 (детский), 18.30, 21.10.
- МАЛЫЙ ЗАЛ**  
 5 декабря — худ. фильм «Время сыновей». Сеансы: в 17 (детский), 19 (удл.), 21.10.  
 6 декабря — худ. фильм «Обвиняется свадьба». Сеансы: в 17 (детский), 19 (удл.), 21.10.

### ПОЗДРАВЛЯЕМ!

- г. Тотьма, ул. Красная, СУХАНОВУ Василию Николаевичу.  
 Поздравляем с юбилеем! Желаем крепкого здоровья, счастья, бодрости.  
 Коллектив работников Пригородного сельпо.
- п. Камчуга, ЦВЕДУХИНОЙ Нине Павловне.  
 Поздравляем с 50-летием и выходом на заслуженный отдых! Желаем радости, добра и душевного тепла, счастья побольше, жизни подольше, крепкого здоровья.  
 Бригада Чебана.
- Калининский сельсовет, д. Рязанка, ЧЕРЕПАНОВУ Николаю Николаевичу.  
 Дорогой муж, папа, милый дедушка! Поздравляем с 55-летием! Пусть радость тебя не забудет, болезни дорог не найдут, здоровье, удача и счастье всегда в твоём доме живут.  
 Жена, дети, внуки, Лобанова.
- п. Камчуга, ГРЕБЕЛКИНОЙ Нине Квентильиновне.  
 Поздравляем с днем рождения и выходом на заслуженный отдых! Желаем крепкого здоровья, семейного благополучия, долгих лет жизни. Благодарим за долголетний добросовестный труд.  
 Коллектив Тотемской дирекции кинотеатра «Октябрь».
- Погореловский сельсовет, д. Мамыловка, МОСКАЛЕВОЙ Фанне Александровне.  
 Поздравляем с днем рождения и выходом на заслуженный отдых. Желаем крепкого здоровья, радости, добра и семейного тепла. Благодарим за честный, добросовестный труд.  
 Администрация, партиком, профком сельхоза «Погореловский».

Редактор В. К. ДУРОВ.  
 Газета выходит по вторникам, четвергам и субботам

Адрес редакции: 161300 г. Тотьма, ул. Белоусовская, 5. Телефоны: редактора — 2-18-30; зам. редактора и отдела партийной жизни — 2-18-48; корреспондента по промышленности — 2-10-75; ота, секретаря и бухгалтерии — 2-18-49; отдела сельского хозяйства — 2-18-57; корреспондента радиовещания и по работе с письмами и авторским активом — 2-18-73.

В ПОЛИГРАФИЧЕСКОМ ИСПОЛНЕНИИ ГАЗЕТЫ ПРИНИМАЛИ УЧАСТИЕ

Литошпист Ф. В. ЖЕНИХОВ, д. Версталящик Е. А. ШАНАНИНА, Печатник-стереоопер В. В. БЕЛОУСОВ.

Ответственный за качество печати Н. П. БАРИНОВА.