

Энергостроитель

Орган парткома, объединенного профкома, комитета ВЛКСМ
и управления строительства Рефтинской ГРЭС

Год издания 16-й
№ 28 (823)

ПЯТНИЦА, 15 июля 1983 года

Цена 1 коп.

Поздравляем!

Радостная весть пришла на птицефабрику «Рефтинская». По итогам социалистического соревнования за 1982 год из трехсот работников сельского хозяйства Свердловской области награждены медалями ВДНХ СССР — восемь рефтинцев. Это птичники-операторы Людья Ивановна Пилушкова, Евгения Яковлевна Заварина, Надежда Алексеевна и Марина Витальевна Антиповы (мать и дочь), Татьяна Александровна Беспамятных, Елена Савельевна Молотилова, Татьяна Сергеевна Буянкина, Татьяна Сергеевна Мельникова. Они награждены бронзовыми медалями ВДНХ. Награды и ценные подарки торжественно были вручены птичницам в прошлую пятницу на общем собрании коллектива цеха племенного репродуктора.
С наградой вас, дорогие труженицы!

Шире размах социалистического соревнования!

КТО ВПЕРЕДИ

По итогам работы за июнь хорошие результаты по стройке достигли коллективы Строймеханизации (план выполнен на 116,9 процента, выработка составила 105 процентов). Спецмонтажа (112,5 и 103 процента). А коллектив управления строительства и АРЗ-3 не с планом, ни с заданием по выработке не справились.

Плохо поработали в июне участки управления строительства. Лишь участок № 4 добился хороших результатов. Остальные

не выполнили планового задания или же низка у них выработка.

Гораздо лучше результаты труда подразделений стройки, соревнующихся, по второй группе. Хорошо справились с планом коллективы бетонного завода, ЖДТХ, отдела подсобных предприятий, мехцехстесских, ОГМ.

Решением объединенного профкома первое место среди суб-подрядных организаций за июнь присуждено Строймеханизации, второе — Спецмонтажу.

Среди участков и цехов управления строительства первое место решено было присудить участку № 4. Во второй группе соревнующихся лучше всех показатели у ЖДТХ, бетонного завода, отдела подсобных предприятий, они заняли соответствующие призовые места. Отмечена также хорошая работа электроцеха.

Подведены итоги соцсоревнования среди участков и цехов стройки за второй квартал. Лучшие всех результаты труда — у Спецмонтажа. Коллектив участка выполнил план истекшего квартала на 136,7 процента при выработке 105 процентов. На втором месте — коллектив Строймеханизации (110,6 и 102,3 процента).

Среди участков и цехов управления строительства первое место присуждено участку № 4, второе — участку № 2.

Третье место решил никому не присуждать, так как остальные участки с плановым заданием не справились.

Во второй группе соревнующихся призовые места заняли отдел главного механика, отдел подсобных предприятий, бетонный завод.

По третьей группе победителем выдел коллектив электроцеха.

С. ДЕМЕНТЬЕВ,
зам. председателя
объединенного профкома
стройки.

СЛОВО — ПОБЕДИТЕЛЯМ

Слагаемые успеха

Июнь для нашего участка был, пожалуй, самым напряженным месяцем: во-первых, он завершился квартал, во-вторых, план участку был спущен максимальный — 120 тысяч. И нам хотелось выполнить не только месячное, но и квартальное задание. Тем более, что апрель и май были завершены успешно. Отрадно замечать, что в лексиконе бригадиров и рабочих появились такие слова, как «процентовка», «форма-2». Значит, рабочие стали понимать, что благополучие участка зависит от того, какой план дадут бригады. Каждая бригада знает свой процент зарплаты от выполненных и сданных заказчику работ, поэтому все душой ботели за план и старались сделать все для его выполнения. В случае простоя из-за нехватки материалов или техники бригадиров, а нередко и самих рабочих, не давали покоя инженерно-техническим работникам, требуя то, что необходимо. Часто мы были не в силах удовлетворить потребности всех бригад.

Большую помощь в выполнении плана оказало нам руководство стройки: Н. С. Верук свой рабочий день начинал с объезда объектов жилищного строительства, внимательно вслушиваясь просьбы и часто оперативно удовлетворял их. А снабжение материалами домов № 154, 156 и СПТУ он взял под свой контроль.

Отлично потрудились в июне бригады монтажников и каменщиков. Эти коллективы выполнили план на 160 процентов и по праву за квартал и июнь им присуждены первые места. А о наших трудолюбивых «пчелках»-отделочниках и говорить не приходится — удивляешься, откуда берутся силы, когда-нибудь. В любое время приходи на объект и увидишь, как мелькают их руки, хотя в руках этих не лирическая палочка, а тяжелый мастерок с раствором. Бригада Е. Петрушиной выполнила и сдала в эксплуатацию благоустройство территории около домов № 151 и 153. Неплохо поработали и плотники.

Может, еще залог успеха в том, что коллектив давно работает: многие трудятся на участке более 10 лет. Еще крепче сплотили рабочих дежурство в добровольной дружине, массовые спортивные соревнования, в которых многие рабочие принимают активное участие. А где есть дружный коллектив — там и дела идут хорошо. И вот результат.

А впереди — сдача домов № 156, СПТУ. И коллектив считает, что эта задача ему по плечу.

С. ФЕЙСТ,
начальник участка № 4
управления строительства
Рефтинской ГРЭС.

Итоги полугодия

Заключилось первое полугодие. Управление строительства Рефтинской ГРЭС успешно справилось с планом по генплану. Строительно-монтажные работы выполнены на сумму 5832 тысячи рублей вместо плановых 5397 тысяч.

Хорошо потрудились субподрядные организации: участок Уралэнергостроймеханизации и план выполнил на 185 процентов, участок Уралспецэнерго-монтажа — на 130 процентов, Сантехмонтаж — 103 процента. Электроурадромонтаж с общим планом справился на 111 процентов, а по птицефабрике большое отставание: за шесть месяцев выполнен план только на 54 процента. Есть отставание по птицефабрике Уралэнергомонтаж, коллектив недополнил монтажные работы на 200 тысяч рублей.

В первом полугодии полностью закончены сезонные работы (благоустройство, инженерные сети, озеленение) у жилых домов, сданных в зимний период. В этом большая заслуга строителей четвертого участка.

Г. ДОЛГОРУКОВА,
начальник
планового отдела.

ТРЕВОЖНЫЙ СИГНАЛ

С огнем не шутят

Соблюдение правил пожарной безопасности на строительстве объектов должно быть безусловным, потому что малейшая оплошность может привести к непоправимому. С огнем не шутят!

А вот на бройлернике № 9 «шутят»: на третьем этаже делают гидроизоляцию (разливают по перекрытию битум), а на 4-ом и 5-ом этажах работают сварщики Сантехмонтажа, искры сыплются вниз, до беды недалеко. Было же загорание гидроизоляции от искры сварки на бройлернике № 2, забыли, что ли, все об этом.

И здесь явное нарушение исполнительными правилами разрешенные на производство сварочных работ не оформляются, средства пожаротушения на месте отсутствуют. В. В. Напалков, начальник Сантехмонтажа, и А. С. Хмельницкий, и о начальника пятого участка, должным образом на это не реагируют. Видимо, пришла пора заставить их выполнять требования пожарнадзора!

ПРАВОФЛАНГОВЫЕ ПЯТИЛЕТКИ



ПОМОГАЕТ ПОДРЯД

В июне наша бригада выполнила довольно большой объем работ. Трудился на всех четырех птичниках № 6, 7, 8, 9 зоны родительского стада: закрывали шифером крыши, протягивали плитусы, вели кирпичную кладку венткамер, делали закладку проемов у ворот и т. д.

Хотелось бы отметить рабочих звена А. Пучки, которые обделывали коньки крыш железом, изготовляли трапы на крыши. Очень хорошо потрудились и звено М. Пальгунова, оно забетонировало полы двух птичников № 7 и 8.

Из месяца в месяц на все виды работ оформляем бригадный подряд и считаем, что иначе нельзя. Подряд дисциплинирует и подгоняет нас. Мы все заинтересованы, чтобы как можно быстрее справиться с заданием при высоком качестве. Боремся и за экономию стройматериалов. Например, щиты приходят к нам с рейками. Эти рейки мы используем для обрешетки шифера, тем самым экономим брус. Очень довольны, что в этот раз при бетонировании полов птичников № 7, 8 не было перерасхода бетона, хотя это нам удавалось нелегко: приходилось ве-

сти строгий учет. С трудом нам давали для подсыпки щебня трактор Т-25, а посыпками много не наносишь и трудно тогда выдержать определенную толщину бетона, не перерасходовав его.

В июле бригада перешла в последний пятый птичник этой зоны. Фронт работ большой, но все в наших силах, чтобы справиться с заданием в этом месяце.

В. АВДЮКОВ,
бригадир участка № 5.

НА СНИМКЕ: звено Михаила Александровича ПАЛЬГУНОВА.

Фото А. Тараканова.

Лучшие бригады, люди

По итогам работы за второй квартал лучшими бригадами управления строительства признаны бригады А. П. Шинкиной (участок № 4), П. А. Морару (участок № 2), В. А. Авдюкова (участок № 5).

Присвоено почетное звание «Лучший по профессии» штукатуру-малюру Т. М. Рабицкой, кровельщице-изолятору в цехе Г. И. Роговой, плотнику-бетонщику Н. П. Ахметову, каменщице Т. М. Киселевой, монтажнику А. М. Прохорову (участок № 4), плотнику-бетонщику А. В. Говорухину, плотнику С. Ф. Коженикову (участок № 2), плотнику-бетонщику Е. С. Скардину, кровельщице-изоляторнице Н. С. Поддетаевой (участок № 1), каменщику В. Ф. Червякову, сварщику А. С. Максимову (участок № 5), электрику А. В. Сангору, мотористу М. А. Лапшиной (бетонный завод).

25-летию движения

за коммунистическое отношение к труду — 25 ударных недель!

ЗА ПРОШЕДШУЮ НЕДЕЛЮ С 4 ПО 10 ИЮЛЯ ЛУЧШЕЙ ПРИЗНАПА БРИГАДА КАМЕНЩИКОВ ПЯТОГО УЧАСТКА Б. М. БРЯТКОВА. ПЛАНОВОЕ ЗАДАНИЕ ОНА ВЫПОЛНИЛА НА 132 ПРОЦЕНТА ПРИ ВЫРАБОТКЕ 110 ПРОЦЕНТОВ. ЕЮ ВЫПОЛНЕНЫ ТАКЖЕ ВСЕ ОСТАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЯ. ТАК ДЕРЖАТЫ!

СОВЕТЫ ВРАЧА

В поход за здоровьем

Борьба за хорошее здоровье, отличное настроение представляется не такой уж легкой, как на первый взгляд кажется. И результаты этих усилий проявляются постепенно, а потому, встретив первые трудности и не видя результатов, человек сворачивает с пути похода за здоровьем. Сколько раз в своей жизни, особенно после болезни, он решает жить по-новому, вести здоровый образ жизни, пытается придерживаться вновь составленного распорядка дня, режима отдыха и труда. Однако, спустя месяц, ну два, становится на прежние рельсы. Появляется инертность, безразличие, лень. Усиливая эти проявления вредных привычек. Говорят, человек устал бороться за здоровый образ жизни, то есть за саму жизнь. Главное оправдание, которое выставляется при этом — мне лет надобности жить больше 100 лет, а сколько положено — проживу. Но здоровый образ жизни предполагает не главное долголетие, а здоровое долголетие. Каждому хочется сохранить надолго фигуру и походку юности, девушки, а здоровье — им соответствующее, для чего необходим постоянный, регулярный, порой тяжелый труд. Нередко приходится слышать: ох, и трудно же даётся здоровье. И это совершенно справедливо. Здоровый образ жизни складывается из правильного здорового сочетания отдыха, труда, питания, личной гигиены, закаливания. Давайте поговорим об этих основных моментах, которым подчиняется и по которым идет каждый из нас в своей жизни.

ЗДОРОВЫЙ ОТДЫХ. Это время, которое находится в личном распорядке каждого, исключая время суток, идущее на общественно-полезную деятельность. Такого времени больше в детстве, юности и у неработающих: пенсионеров, инвалидов, больных. Добрая половина его уходит на сон. Вторая часть используется на труд по домашнему хозяйству, культурные нужды, физическую культуру и т. д. Все не обязательно по часам и минутам распределять это время: вряд ли все успеешь. Но выделить один час в сутки на физическую культуру, причем, в любое время, абсолютно необходимо, какими бы трудом вы не занимались. Ссылка на то, что на работе у вас 8 часов сплошная физкультура, не состоятельна. На поверку такой «физкультуры» за год 2 — 3 раза сводит на большинство листе. Показателем достаточности физической нагрузки служит сон. Если, сколько бы лет вам ни было, хорошо спите и без сновидений — это неплохо. Сновидения в конце сна служат сигналом: пора вставать. Старайтесь закаливать не только тело, но и душу, чтобы вы не просто вставали, а встали бодро. И поверьте в справедливость: если вы хорошо спали, достаточно физически поработали, не трудно будет и другие дела выполнять. Мало того, вы будете больше успевать, а главное — настроение у вас будет доброе и других вас им «заразит».

ОБЩЕСТВЕННО ПОЛЕЗНЫЙ ТРУД. Казалось бы, что тут нездорового или сверх здорового можно закаливать? Да вот хотя бы настрой на работу, на дело должен быть здоровым. Не трудно же усилить необходимость и нужность вашей работы. Каждый выбирает профессию по своему характеру. Делать свое дело с любовью, чтобы не только люди, но и вы радовались результатом своего труда. Разве это не накладывает отпечаток на ваше здоровье?

Еще как! Сколько инфарктов получают люди от отрицательных эмоций за время работы. Да и без инфарктов достаточно отрицательных эмоций, ухудшающих здоровье. Сделайте свой труд источником положительных эмоций или оставьте его другому, способному на это.

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ. Это не только набор необходимых питательных веществ, что само собой разумеется. В настоящее время у нас нет заболеваний, связанных с недостатком витаминов, солей, белков, жиров и углеводов пищевого происхождения. Здоровый образ питания — это прежде всего хороший аппетит и переносимость большинства продуктов питания. Хороший аппетит — это признак в первую очередь организма, достаточно потратившего энергию, то есть поработавшего физически, и только потом уже голод от давности принятой пищи. Если голод вам не мешает и в то же время вы не прочь поесть — у вас отличный аппетит. Труднее себя заставить не перенасытиться, к этому надо стремиться. О переносимости тех или иных продуктов каждый человек должен иметь для себя самое объективное представление. Необычность пищи, новизна блюда должны быть приняты с осторожностью. Организм (желудок в первую очередь) привыкает к определенному перечню продуктов и вырывает порой несогласие с новой пищей. И в этом надо быть внимательным. Что касается режима приема пищи — тут дело привычки. Но здоровый организм свободнее переносит и неровность питания. Несколько слов о голодании и лечении голодом. Голодание или разгрузочные дни не особенно популяризируются. Это удел специалиста лечения голоданием. Общей массе рекомендовать его нельзя, так как польза от воздержания в приеме пищи нет и вряд ли оно улучшит здоровье.

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА. Ходить в баню, чистить зубы, бриться, стричься — это делает все и в этом нет ничего удивительного. Это не удивляет и не укорачивает жизни. Хотелось бы подчеркнуть о пользе этих процедур в смысле укрепления здоровья. Укреплять здоровье можно не только в бане, но и в ванной. Причем, это можно делать ежедневно. Если вы будете заканчивать физическое упражнение или работу по хозяйству контрастным душем, меняя температуру воды 2—3 раза, это очень положительно повлияет на нервную систему. А если вы на ночь почистите зубы и каждый день будете мыть ноги на ночь, регулярно стричь на ногах ногти, лечить потертости и различные болячки на ногах, их скоро не будет и вам останутся порадоваться порядку своих ног. Носить модную обувь никто не запрещает, но и ней приспособлены сильные, тренированные, ухоженные ноги. Помните об этом.

ЗАКАЛИВАНИЕ. Не посвященных всегда ставит в тупик закаливание. Скорее всего, люди применяют какие-то необычные, либо крайние меры закаливающих процедур, не видят от них пользы, бросают. А оказывается, хотим мы или нет, мы закаляемся и надо совсем немного помочь организму. Из наиболее распространенных в наших условиях закаливающих процедур: постоянная физическая нагрузка, работа, движение в полуобнаженном виде, закаливающиеся приемом прохладных, либо контрастных душей, общих ванн с последующим приемом горячего чая. Солнце, воздух и вода — солнечные теплые дни.

Бег трусцой с последующим приемом прохладного душа, либо просто ходьба, но с занятием с охлаждением, если стоит пасмурный, дождливый, прохладный день.

Утренняя гигиеническая гимнастика с последующим душем.

Личные пробежки, душ, чай. Главное требование и закаливающим процедурам — движение, пусть кратковременное, но непрерывное. Если вы вышли гулять, походить, побегать, то не останавливайтесь, разогравшись. Если вы не согрелись, значит, мало нагрузили. Душ лучше контрастный, он снимет усталость. Чай пусть не крепкий, но горячий.

В заключение хотелось бы поговорить о контроле за результатами ваших занятий по укреплению здоровья. Один раз в год вы должны записать свои параметры: рост, вес, окружность грудной клетки, талии, голени, пульс, давление.

Через год сопоставить эти данные, отметить улучшение. Постоянно контролировать давление при нагрузке и в покое. Это не занимает много времени. Наконец, советуетесь с себе подобными и читаете минимум литературы, хотя бы 8 страниц здоровья из журнала «Физкультура и спорт».

Н. ГУЛЯЕВ,
хирург.

РАССКАЗЫ КОММУНИСТА

Его уважают в коллективе

Кавалер ордена «Дружбы народов» Валерий Михайлович Кашин трудится на Рефтинской ГРЭС с апреля 1971 года. Начиная дежурным слесарем на пусковой котельной, затем прошел все рабочие места котлотурбинного цеха, долгое время работал старшим машинистом, потом начальником смены и вот уже год как старшим мастером по эксплуатации в КТЦ-1. Он постоянно с людьми, в туше масс. Сам характер работы такой. Со всеми производственными вопросами в первую очередь идут к нему. Приходится ему как председателю цехкома решать и личнейские вопросы, которые намного сложнее, так как подчинены человеческим нормам. Валерий Михайлович можно считать уже квалифицированным профсоюзным работником: стаж общественной профсоюзной его работы здесь немалый — пять лет. Большая заслуга В. М. Кашина в том, что все молодые рабочие цеха, не имеющие среднего образования, учатся в школе рабочей молодежи. Он постоянно интересуется их посещаемостью, учебой, поддерживая тесную связь со школой. Вносит Валерий Михайлович большой вклад в подготовку вновь принятого персонала, держит под постоянным контролем ход этой подготовки.

В. М. Кашин пользуется авторитетом и большим уважением в коллективе. Его отличает принципиальность, требовательность как к себе, так и другим.

Большую работу проводит он в цехе как агитатор. Это его партийное поручение. Ведь недаром все четыре вахты принял дополнительное обязательство «Трудовой дисциплины — гарантию коллектива». И немало потребовалось



сил и времени, чтобы убедить людей, разъяснить правильность решения этого вопроса.

НА СНИМКЕ: Валерий Михайлович КАШИН.

Фото А. Тараканова.

О проведении выборов депутатов в Асбестовский городской Совет народных депутатов вместо выбывших депутатов

На основании статьи 54 Закона РСФСР «О выборах в местные Советы народных депутатов РСФСР» исполнительный комитет Асбестовского городского Совета народных депутатов решил провести в воскресенье, 24 июля 1983 года, выборы депутатов в Асбестовский городской Совет народных депутатов по нескольким избирательным округам, в том числе в пос. Рефтинском по округу № 261. Состав округа: ул. Гайдина, дома № 9, 11, 13. Голосование жителей этих домов будет проходить во Дворце культуры поселка с 6 часов утра.

ЧЕЛОВЕК И ЗАКОН

ВО ИЗБЕЖАНИЕ НЕПРИЯТНОСТЕЙ

Органами внутренних дел проводится большая работа по соблюдению порядка приобретения, перевозки, хранения, учета и использования огнестрельного оружия гражданами и предприятиями. До сведения каждого владельца оружия доведены требования в отношении огнестрельного оружия. Однако некоторые грубо нарушают закон, уклоняются от регистрации и пере-регистрации оружия, злоупотребляют спиртными напитками. У таких оно конфискуется, нарушители привлекаются к ответственности. Так, изъято ружье у электро-механика Центрального рудоуправления П. И. Михайлова с наложением штрафа, у шофера шифцефабрики В. И. Варначева, у рабочего Южно-рудуправления А. В. Сивина, пенсионера Я. П. Копырина, слесаря малой механизации Рефтинской ГРЭС И. И. Силачева. Электросварщик ремонтно-механического завода А. Г. Кравченко в нетрезвом состоянии устроил стрельбу из ружья на улице Челюскинцев, грубо нарушив закон.

В 1976 году было зарегистрировано оружие владельцам без права охоты. В настоящее время хранение такого оружия запрещается. Оно

должно быть сдано в милицию вместе с разрешением на право хранения или приводится в состояние, непригодное для стрельбы. После чего разрешение на право хранения аннулируется, оружие возвращается владельцу с одновременным снятием с учета. В случае смерти владельца возвращается владельцу в течение десятидневного срока сдается оружие в органы внутренних дел на временное хранение до решения вопроса о наследстве имущества. При пореме места жительства владелец обязан в десятидневный срок встать на учет в местном органе внутренних дел.

Запрещается продавать или передавать огнестрельное оружие другим людям без разрешения ОВД. Пришедшее в негодное состояние оружие не регистрируется и сдается безвозмездно. У тех, кто выбыл из общества охотников, разрешение на хранение аннулируется, а оружие в течение месяца подлежит сдаче. Всем, у кого незаконно хранится огнестрельное оружие, необходимо срочно сдать его в ОВД во избежание печальных последствий.

Н. ТОКАРЕВА,
капитан милиции
г. Асбеста.

ЕДИНЫЙ ПОЛИТДЕНЬ

Вчера, четырнадцатого июля, на Рефтинской ГРЭС проводился единый политдень. В зале заседаний управления собрались рабочие, служащие, инженерно-технические работники. Перед энергетиками выступал прокурор города Асбеста В. А. Пономарев. Тема его доклада — «Июньский Пленум ЦК КПСС и укрепление законности и правопорядка».

Во время беседы докладчику было задано много вопросов, что свидетельствует о повышенном интересе трудящихся к материалам июньского Пленума Центрального Комитета Коммунистической партии Советского Союза.

Дворец приглашает

17 июля. Художественный фильм «Василий Буслав». Начало в 13, 17 часов. Молодежный вечер. Начало в 21 час.

19 июля. Фильм — детям «В моей смерти прошу винить Клаву К.». Начало в 11 часов. Художественный фильм «Приказ: перейти границу». Начало в 19, 21 час. Удлинённый сеанс «Спасибо, музыка, за то...». Начало в 21 час.

20 июля. Художественный фильм «Приказ: перейти границу». Начало в 12, 19, 21 час.

21 июля. Фильм — детям «Мультсборник». Начало в 11 часов. Художественный фильм «Приказ: перейти границу». Начало в 19, 21 час.

22 июля. Художественный фильм «Языческая мадонна». Начало в 21 час.

23 июля. Торжественная регистрация поносовых. Начало в 10 часов. Художественный фильм «Языческая мадонна». Начало в 15, 17, 19 часов. Молодежный вечер. Начало в 21 час.

За редактора
Т. В. КОТОВА.