

Сегодня  
в номере:



Я б  
в полицию  
пошел...

стр. 2



С чего  
начинается  
Родина?

стр. 3



Фотоальбом  
редакции

стр. 11

Виталий Тесленко,  
министр здравоохранения  
Челябинской области:



« Последнее время люди пытаются сами назначать себе лекарства, не обращаясь за квалифицированной помощью. Это пагубная практика. Лекарства, содержащие столь сильное активное вещество, как кодеин, должны назначаться только врачом.



# Стальная Щелкунья

Суббота, 4 февраля 2012 года, №8 (11215)

Газета Ашинского муниципального района.  
Издается с октября 1930 г.

## Важно

### Пенсии выросли на 7%

1 февраля произошло очередное повышение трудовых пенсий по старости.

После повышения на 7% средний размер пенсий должен составить 9,5 тыс. рублей. С 1 апреля ожидается дополнительная индексация трудовых пенсий и повышение социальных пенсий с учетом темпа роста прожиточного минимума пенсионера. Ежемесячные денежные выплаты будут проиндексированы на 6%, а социальные пенсии повышены на 14,1%.

В целом, в 2012 году трудовые пенсии должны вырасти на 9,6%.

### Техосмотр под контроль

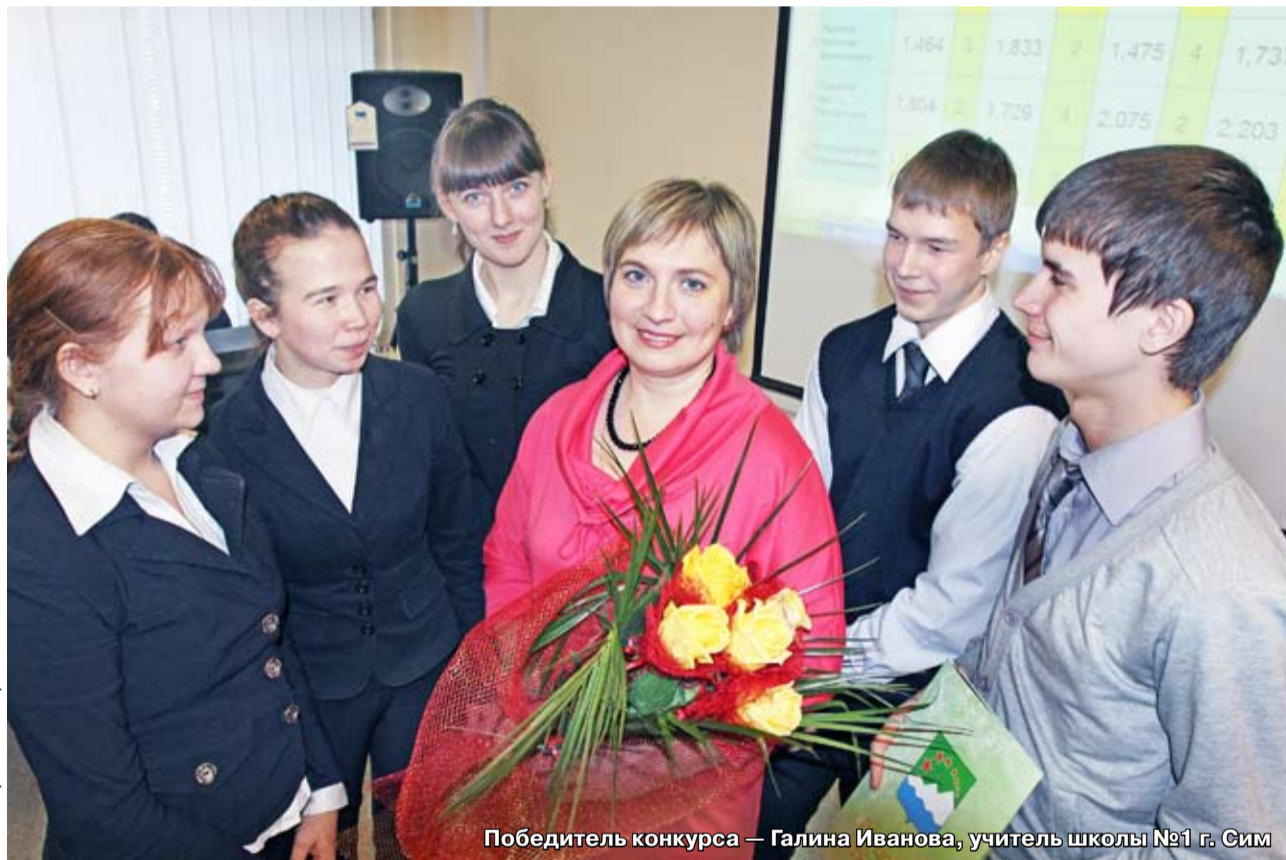
Главы будут лично проверять, сколько берут за техосмотр в их муниципалитетах.

Поводом к такому заявлению стало большое количество жалоб на нарушения при прохождении техосмотра.

«28 января опубликовано постановление «О предельном размере платы за проведение техосмотра...». Ссылки на то, что с документом не знакомы, надо рассматривать как проблемы самих операторов техосмотра», — пишет в своем блоге Михаил Юревич.

## Образование

# Не навредить, любить и понимать



Победитель конкурса — Галина Иванова, учитель школы №1 г. Сим

Инна ЗЕЛЕНЕВА  
ano-si\_zam@mail.ru

31 января в ашинской школе №7 в девятый раз прошел конкурс профессионального педагогического мастерства «Самый классный классный».

Это мероприятие давно стало традиционным и любимым в педагогическом сообществе Ашинского района. Именно здесь им предоставляется

возможность поделиться накопленным опытом, продемонстрировать его коллегам и, конечно же, ученикам.

— Данный конкурс мы задумали очень давно, — рассказывает методист управления образованием АМР Татьяна Джерина. — Появился он еще до начала реализации национального проекта «Образование», но тем не менее конкурс органично вписался в его составляющие и продолжает жить.

Свои умения и профессиональные наработки участницы конкурса (а

их было четыре) демонстрировали в ходе нескольких этапов: творческая презентация по теме «Почему я работаю программой деятельности классного руководителя», защита программы деятельности классного руководителя, проведение классного часа с использованием нестандартных форм организации обучающихся и последний, импровизированный этап — «Диалог о воспитании». Организаторы, как правило, придерживаются положения об аналогичном об-

стр. 2

## Конкурс

# «Меняющие мир»

Законодательное Собрание, правительство и Общественная палата Челябинской области в 9-ый раз проводят ежегодный конкурс социальных достижений «Меняющие мир».

Этот конкурс выявляет лучшие, социально ответственные компании Челябинской области. Зачем? Чтобы привлечь внимание широкой общественности к социально активным предприятиям, выразить им признание, поощрить и тем самым показать другим важность и значимость социальной деятельности.

Финал 9-ого конкурса с награждением победителей памятными знаками и дипломами пройдет в торжественной обстановке в Большом зале ЗСО в апреле 2012 года.

Приглашаются к участию организации и индивидуальные предприниматели, которые осуществляют благотворительные программы. Заявки и конкурсные материалы мож-

но направлять до 1 марта 2012 года в адрес Законодательного Собрания (454009, г. Челябинск, ул. Кирова, 114, тел. 239-25-79, 239-25-80, факс 239-88-73, e-mail oka@zs74.ru).

Подробную информацию об условиях участия в конкурсе можно получить на сайте Законодательного Собрания Челябинской области [www.zs74.ru](http://www.zs74.ru) (раздел «Конкурсы»).



Фото Ирины Жигар

## Новости

### Медикам увеличат зарплату

В Челябинской области в два раза увеличатся выплаты по программе модернизации здравоохранения.

Как сообщает пресс-служба ФОМС, в 2012 году нормативы стимулирующих выплат за счет средств субсидий Федерального фонда обязательного медицинского страхования увеличатся.

Врачи-специалисты, оказывающие амбулаторную медицинскую помощь, и врачи параклинических подразделений будут получать стимулирующие надбавки в размере 8000 руб., а с учетом уральского коэффициента (15%) и начислений (30,2%) сумма «на руки» составит 11978 рублей. Для среднего медицинского персонала установлена доплата 4000 рублей (с учетом уральского коэффициента — 5989 руб.), для фельдшеров участковых, ведущих самостоятельный прием, — 5000 рублей (с учетом уральского коэффициента — 7486 рублей).

Перечень врачей-специалистов и специалистов со средним медицинским образованием, имеющих право на стимулирующие выплаты, размещен на сайте Челябинского областного фонда ОМС [www.ofoms-chel.ru](http://www.ofoms-chel.ru).

# У полицейских — новая зарплата

Расчетные листки, полученные 23 января текущего года сотрудниками Отдела МВД России по Ашинскому району, приятно удивили каждого. Как и обещал президент России Дмитрий Медведев, их денежное довольствие выросло более чем в два раза. Кроме того, с 1 января 2012 года значительно возросли и пенсии бывшим сотрудникам МВД России.

Начальник отделения по работе с личным составом ОМВД России по Ашинскому району, майор внутренней службы Фарит Хананов поясняет:

— Повышение денежного довольствия всем сотрудникам Отдела было проведено в рамках реализации положений федерального закона «О социальных гарантиях сотрудникам органов внутренних дел РФ и внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ», вступившего в силу с 1 января 2012 года. Если раньше сотрудник патрульно-постовой службы получал 10-11 тысяч рублей в месяц, то сегодня его заработная плата составляет около 26 тысяч, а оперуполномоченный (лейтенант полиции) с зарплатой в 18-19 тысяч рублей теперь получает около 45 тысяч.

В целом уровень повышения зависит от основных составляю-

щих денежного довольствия сотрудника органов внутренних дел — это оклады по должности и званию. Также установлена система доплат: за стаж службы — выслугу лет, за квалификационное звание, за особые условия службы; за работу со сведениями, составляющими государственную тайну; за выполнение задач, непосредственно сопряженных со значительным риском для жизни и здоровья в мирное время. Кроме того, материальным стимулом для исполнительных, квалифицированных сотрудников должны стать премии за добросовестное исполнение служебных обязанностей и поощрительные выплаты за особые достижения в службе. Размеры оклада денежного содержания будут увеличиваться с учетом уровня инфляции. Добавлю, что теперь все сотрудники МВД получают зарплату из федерального бюджета.

Особый акцент в повышении денежного довольствия сделан на доплату тем сотрудникам полиции, кто непосредственно несет службу по охране правопорядка, раскрывает преступления, чья служба связана с опасностью, с риском для жизни и здоровья. И это денежное повышение, конечно, обусловлено большой ответственностью и жесткими требованиями.

Как отметил заместитель Министра внутренних дел РФ генерал-лейтенант полиции Сергей Булавин: «Создать новую, эффективную правоохранительную структуру можно только, набрав в ее ряды настоящих профессионалов своего дела, которым, соответственно, нужно платить хорошую зарплату, чтобы люди дорожили своим местом и знали, что, преступив закон и нарушив присягу, они потеряют не только уважение и автори-



Фото Ирины Жигар

тет, но и хорошо оплачиваемую работу. Если раньше в милицию не отбирали, а набирали желающих, то теперь появилась возможность выбирать на службу наиболее достойных сотрудников, которые будут с честью защищать права и свободы наших граждан».

— Согласно закону «О социальных гарантиях», с 2012 года полицейские могут рассчитывать на помощь государства при решении жилищного вопроса, — продолжает тему юрист-консульт ОМВД России по Ашинскому району Лариса Плотникова. — Все, кто отслужил не менее 10 лет, имеют право получить единовременную социальную выплату для покупки или строительства жилья. Полагающуюся площадь будут вычислять из расчета 33 кв.м на одного человека, 42 кв.м — на двух. Второй путь решения этой проблемы

— предоставление квартиры по договору социального найма. В случае отсутствия жилого помещения по договору социального найма полицейским выплачивается компенсация за найм (поднайм) жилого помещения в размере 3600 рублей по территории Ашинского района.

Полицейским, членам их семей и пенсионерам МВД оставили бесплатное медицинское обслуживание. Также для них предусмотрены льготы при покупке путевок в санатории. Что касается права бесплатно проехать до места отдыха и обратно, то те, кто служат на Севере, Урале, в Сибири и на Дальнем Востоке, смогут воспользоваться им только на территории России.

**М.Авраменко,**  
**ОМВД России**  
**по Ашинскому району**

# Не навредить, любить и понимать

Начало на стр. 1

ластом конкурсе, дабы в случае участия наших победителей в региональном этапе уже была заложена основа для будущих выступлений.

— Моя программа называется «Кристалл». Суть в том, что каждый ребенок — это кристаллик, и моя задача — раскрыть их, чтобы они образовали общий сияющий драгоценный камень, став коллективом, — комментирует классный руководитель 7 «А» класса симской школы №1 Галина Иванова. — Мои ученики сегодня продемонстрировали разнообразные грани: они и хорошо учатся, и поют, и танцуют. Без них я бы не показала свою работу.

Интересным и необычным было выступление педагога школы интерната №5 Аши Юлии Устюговой. Ее воспитанники являются особенной категорией детей, поэтому требуют много терпения, понимания и любви. Именно о любви к детям говорила в своих выступлениях Юлия Станиславовна.

— В основном, в конкурсе участвуют педагоги общеобразовательных школ. Специфику работы коррекционной школы мало кто знает, — поясняет преподаватель. — Поэтому я выбрала главным принципом работы — любовь.

Главный принцип работы для Натальи Лыковой из ашинской школы №4 — «не навреди».

— Если дети вместе со мной поют, смеются, трудятся, то я счастлива, — обосновала конкурсный ответ на вопрос Наталья Викторовна. — Значит, в эти моменты они отвлечены от всех других, быть может, плохих мыслей и меньше времени проводят с «дурными» привычками.

Об этом и многом другом рассуждали классные дамы во время дискуссии о воспитании, отвечая на вопросы ведущего, жюри и зрителей, высказывая свое видение в решении той или иной предположенной ситуации, неизменно получающее одобрение зала.

Традиционно в состав жюри включают учеников тех школ, преподаватели которых не участвуют в программе конкурса. Альтернативное (детское) жюри, руковод-

ствуясь собственными впечатлениями и мнением, выбирает своего победителя. В состав нынешнего детского судейства вошли старшеклассники ашинской школы №9.

— За работой ребят я наблюдаю всегда с интересом, — говорит Джерина Татьяна Анатольевна, — потому что, смотря на конкурс их глазами, открываешь в педагогах какие-то иные грани и достоинства работы классного руководителя.

И в этом году выбор ребят оказался для некоторых неожиданным. Поздравления от альтернативного жюри принимала классный руководитель 3 «А» класса ашинской школы №2 Лариса Паршина.

— Как ни странно, самым сложным оказалось взять себя в руки и преодолеть волнение, — делится впечатлениями Лариса Германовна. — Но результатами выступления я очень довольна. Работа классного руководителя намного сложнее, нежели работа педагога-предметника. Больше забот и тревог, потому больше ответственности.

Критерии оценок взрослого жюри к участникам конкурса были, безусловно, более жесткими. Среди них стабильное многолетнее классное руководство. Программа классной деятельности должна быть направлена на перспективу — определенные конечные цели и задачи. Трудностями конкурсной программы является умение донести одинаково интересно и доступно до слушателей детского жюри и взрослой аудитории все достоинства и особенности своих разработок и программ.

По результатам конкурса самым классным классным названа педагог информатики симской школы №1 Галина Иванова, которая имеет тринадцатилетний опыт педагогической практики.

— Будучи классным руководителем, нужно найти подход к каждому ребенку, — считает Галина Константиновна, — потому что они все такие разные яркие индивидуальности. Не менее важно найти контакт с родителями — ту золотую середину, когда бы они слышали и понимали, что я хочу от их детей.

# Профсоюз награждает журналистов

Профсоюз работников народного образования и науки РФ Челябинского областного комитета подвел итоги областного конкурса публикаций журналистов в региональных и муниципальных средствах массовой информации.

В номинации «Лучшая публикация в печатном издании» за содействие в формировании положительного имиджа педагога и профсоюза, как общественной организации, ориентированной на защиту социально-экономических прав работников образования почетной грамотой победителя награждена корре-

спондент «Стальной искры» Инна Зеленева.

Вручая подарок, председатель территориальной организации профсоюза за педагогов Татьяна Джерина выразила надежду на дальнейшее плодотворное сотрудничество педагогов и редакции газеты «Стальная искра».



Фото Ирины Жигар

## Новости

### 54 миллиарда — на решение муниципальных проблем

**Более половины расходов регионального бюджета 2011 года составила поддержка городов и районов — из областного бюджета южноуральским муниципалитетам было перечислено 54,4 миллиарда рублей.**

Это почти на 10 миллиардов больше, чем в 2010 году. Наибольшую финансовую помощь область оказывает муниципалитетам в развитии дорожной сети, строительстве социальных объектов, модернизации системы здравоохранения, выплате зарплаты бюджетникам, оплате топливно-энергетических ресурсов, подготовке муниципального хозяйства к зиме и поддержке инвестиционных проектов.

«Как только в областном бюджете появляются дополнительные средства, мы тут же направляем их на решение проблем в малых городах. Без дотации могут жить только атомные города. Мы будем продолжать работать, пока не поднимем все территории до приемлемого уровня», — прокомментировал цифры глава региона Михаил Юревич.

Губернатор напомнил, что укрепление финансовых возможностей городов и районов является одним из приоритетных направлений работы областных властей.

В 2011 году объем средств, направляемых из областного бюджета в территории, вырос на 21%, а за последние два года — в полтора раза.



## За нами не заржавеет

Металлургическая отрасль замерла в ожидании: правительство РФ намерено дать ей импульс для дальнейшего развития, обязав предприятия отчислять часть прибыли на модернизацию оборудования. Предполагается, что эта мера повысит экономическую и энергетическую эффективность производств, а также снизит их негативное влияние на экологию.

Как оказалось, на недоинвестированность металлургов членам правительства сетовали Ростехнадзор и налоговая служба. Поэтому в конце 2011 года председатель правительства РФ Владимир Путин поручил разработать проекты соглашений, которые предусматривают поэтапную замену устаревшего и изношенного оборудования и введение нового, соответствующего современным требованиям. Помимо Ростехнадзора и металлургов, в соглашении участвуют Федеральная антимонопольная служба и Росприроднадзор, которые будут контролировать ход и результат работ. Список объектов и сроки модернизации должны быть согласованы с каждой металлургической компанией до конца марта.

По словам генерального директора ОАО «Ашинский метзавод» Владимира Евстратова, задачи, которые сегодня ставит перед металлургической отраслью российский правительство во главе с В. Путиным, очень актуальны. «Хотя путь их решения в виде отчислений на модернизацию реализуется на Ашинском металлургическом заводе уже не первый год, — добавляет он. — У нас есть оборудование, построенное 50-60 лет назад, неудивительно, что оно устарело и технически, и экономически. Его просто необходимо модернизировать для дальнейшей работы, чем мы и занимаемся, причем постоянно».

Владимир Григорьевич знает, о чем говорит: сегодня АМЗ

находится в стадии тотального технического перевооружения, большой реконструкции. Первый ее этап, модернизация сталеплавильного производства, завершился еще в 2010 году. Сейчас активно готовится площадка для строительства нового листопрокатного цеха, который необходим предприятию для увеличения собственных мощностей. Это позволит расширить сортамент продукции под маркой «Амет», задать требуемые свойства и характеристики, осуществлять дополнительный контроль. А в конечном итоге — увеличить привлекательность ашинского металла на рынке. Поэтому метзавод сам заинтересован в обновлении. Для любого грамотного руководителя стремление к модернизации производства — это нормальный подход хозяина, который радует не только за дальнейшее развитие предприятия, но, по большому счету, и города в целом.

Государству же подобные меры в работе с металлургами, которые могут показаться жесткими на первый взгляд, принесут очевидную пользу, повысив качество продукции и усилив конкуренцию в отрасли и конкурентоспособность российской экономики в целом.

Что и говорить о снижении негативного влияния промышленности на экологию — одной из важнейших проблем последнего столетия! «Сегодня в металлургической сфере очевидный



избыток предприятий, — поясняет Владимир Евстратов. — И каждый руководитель старается удержаться на рынке, повысив эффективность своего производства. В первую очередь — за счет снижения энергозатрат. Все внедряемые проекты обязаны проходить экологическую экспертизу, и предельно допустимые нормы на негативные выбросы с каждым годом снижаются. Поэтому, хотим мы или нет, мы обязаны заниматься вопросами воздействия производства на окружающую среду».

В этом направлении на АМЗ также ведется давняя работа. К примеру, завод в числе пяти первых предприятий реализовал инвестиционный проект по сокращению выбросов парниковых газов в рамках Киотского протокола и передал единицы сокращения выбросов на международный рынок.

Будут ли «металлургические» соглашения содержать обязательства по внедрению только экологически безопасных технических решений и как будут регламентироваться объемы инвестиций, покажет ближайшее время. Как любая стоящая инициатива, проект подлежит обсуждению и согласованию в индивидуальном порядке: в условиях реальной экономики нельзя действовать, не учитывая реальное состояние дел каждого предприятия.

Как бы то ни было, механизм реализации очередного этапа программы по модернизации промышленности уже запущен. У России нет другого выбора, поскольку сегодня «нам нужна новая экономика с конкурентоспособной промышленностью. Экономика, работающая на современной технологической базе» (В.В. Путин).

Анастасия ГУСЕНКОВА

**Лидия КОРНЕВА, начальник экономического отдела администрации АМР**

— Ашинский метзавод является флагманом экономики всего района. На его долю приходится 85% от общего объема производства, 90% от объема инвестиций. АМЗ — это точка роста и развития нашей территории. Это высокие налоговые отчисления, достойная заработная плата и стабильная занятость населения. Поэтому, так или иначе, но от процессов модернизации на градообразующем предприятии зависит судьба как Аши, так и района в целом.

**Тамара ЧЕВАРДИНА, председатель Совета ветеранов ОАО «Ашинский метзавод»:**

— Ашинский метзавод с уверенностью можно назвать фундаментом, на котором строится не только экономическое, но и социальное благополучие нашего города. Поэтому в его развитии и модернизации заинтересован каждый из нас, ведь предприятие оказывает всевозможную помощь своим ветеранам. Пять раз в год мы получаем материальную помощь. Пользуемся возможностью поправить свое здоровье в заводских профилакториях. Если в семье металлургов случается какое-то несчастье, люди обращаются в Совет ветеранов, и руководство завода никому не отказывает.

**Ольга САЛАМАНОВА, зам. главного врача АЦГБ:**

— Руководство Ашинского метзавода вносит огромный вклад в наведение порядка на территории нашей больницы. Новый забор, удобные лавочки, цивилизованный въезд на территорию больницы, оборудованный шлагбаумом — все это появилось благодаря помощи работников АМЗ.



**Вячеслав Манушин, начальник управления образованием АМР, руководитель Общественного штаба**

Заслуженный учитель РФ. По окончании Ленинградского педагогического института направлен на работу в Ашинский район.

«В период президентства В.В. Путина чувствовалось, что страна набирает силы, а вместе с ней и руководитель страны. У него есть моральный стержень, который позволил на встрече руководителей Европейских стран высказаться против политики «двойных стандартов».



**Борис Гусенков, заслуженный работник культуры РФ**

В 1990 году возглавлял управление культуры администрации Аши и Ашинского района. Разработчик и исполнитель ряда программ по

## Начал работу Общественный штаб поддержки Владимира Путина

Он расположен в помещении общественной приемной В. Путина по ул. Толстого, 4. Сюда можно обратиться в будние дни с 10.00 до 16.00 (тел. 3-17-21). В состав штаба вошли уважаемые и авторитетные жители города. Мы попросили их ответить на вопрос «Почему вы поддерживаете именно Путина?».

сохранению и возрождению традиционной народной культуры жителей района.

«Возглавляя ашинское отделение Союза пенсионеров России, в штабе я представляю интересы старшего поколения. Считаю, что на сегодня альтернативы Путину нет».



**Николай Потапов, Почетный гражданин Аши**

Его трудовая деятельность пятьдесят лет была связана с Ашинским металлургическим заводом. Трид-

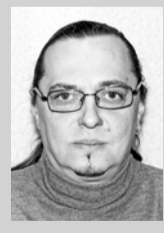


**Татьяна Джерина, методист управления образованием АМР**

Была директором ДЮСШ г. Аши. В 1999 году избрана председателем Ашинской городской организации профсоюза ра-

ботников народного образования и науки РФ. Награждена знаком «Отличник просвещения».

«Если оценивать деятельность Путина, то это, прежде всего, реализация значимых для образования новаций. Есть уверенность, что все начатое (проект «Новая школа», «Образование») продолжится».



**Андрей Дубынин, депутат Собрания депутатов Ашинского муниципального района.**

Окончил Челябинское училище культуры. С 1991 года работал в ДК ОАО «АМЗ». Ныне директор телерадиокомп-

нии «АТВ-12» и радиоконпании «Русское радио-Аша».

«Меня радуют те изменения, которые произошли в стране с приходом к власти В.В. Путина. Он один из немногих политиков высшего звена, который изменил отношение к национальной русской культуре. И сейчас есть реальная возможность продолжить начатое».

# Здоровье



• Здоровый образ жизни • Полезные советы • А вы знаете?

№ 2, 2012 г.

## Как убережешься от морозов

От «нормальной» зимы мы уже давно отвыкли, как защищать себя от мороза — забыли. И хотя синоптики уже обещают потепление до -10 градусов, но при этом они обещают и усиление ветра. И не известно ещё, что хуже: сильный мороз без ветра или небольшой морозец с ветром.

Как себя вести в холода, чтобы не пострадало здоровье? Вот что советуют врачи.

Не выходите на улицу голодными. Чем плотнее вы закусите перед дорогой, чем калорийнее будет пища — тем лучше.

Не пейте спиртного перед выходом на улицу и на морозе. Действие алкоголя на морозе специфично: кровеносные сосуды и поры расширяются, и после ускоренного разогрева организма он с еще большей силой начинает отдавать собственное тепло, что приводит к ускоренному переохлаждению. Уже через 15-20 минут на морозе наступает спазм сосудов, и человек начинает мерзнуть сильнее.

Не курите на морозе. Курение



уменьшает периферийную циркуляцию крови и таким образом делает конечности более уязвимыми к обморожению.

Носите свободную одежду, чтобы защитить циркуляцию, и не надевайте никаких драгоценностей на пальцы.

Носите варежки вместо перчаток. Варежки теплее. И наденьте прилегающую шапочку, чтобы защитить уши.

Если у вас все-таки побелели щёки, уши или кончик носа, то их, вопреки народному методу, нельзя растирать снегом! В первую очередь, этим можно усугубить переохлаждение; во-вторых, при температуре ниже -20 градусов снег делается жестче наждака и повреждает ткани. Если руки теплые, то надо сразу же приложить к обмороженному месту ладонь или использовать для согревания рукавицу или шарф — желательнее из мягкой ткани.

Если вы замёрзли, что называется, «до костей», то, придя домой, примите не горячую ванну, а только тёплую с постепенным повышением температуры воды.



Валерия Денисова

Задавайте вопросы, предлагайте темы, присылайте народные рецепты.

Пишите на [ano-si\\_soc@mail.ru](mailto:ano-si_soc@mail.ru) или звоните по телефону 3-18-68

Полосу подготовила **Нина ЧАЛОВА**

### Скажите сигарете нет

## Курение и подростки

Согласно статистике ВОЗ, почти 90% взрослых курильщиков начали курить, будучи подростками. Они не осознают опасностей, связанных с курением, потому что постоянно наблюдают за тем, как это непринужденно делают взрослые.

Необходимо помнить, что подросток — это не точная копия взрослого человека. Его организм находится в стадии развития, поэтому он более чувствителен к воздействию неблагоприятных факторов, в том числе и к табачным ядам.

У курящих детей в первую очередь изменяются функции центральной нервной и сердечно-сосудистой систем. Они становятся легко возбудимыми, вспыльчивыми, раздражительными, невнимательными. Постепенно развивается зависимость от табака, и если нет сигареты, появляется состояние дискомфорта в самочувствии, что

выражается в виде беспокойства.

У курящих подростков нарушаются обменные процессы в организме, особенно усвоение витаминов А, В1, В6, В12, а витамин С разрушается. Это является причиной того, что тормозится общее развитие, замедляется рост. Вследствие курения часто развивается малокровие, а также близорукость. Появляются воспалительные процессы в носоглотке. Курение в раннем возрасте ухудшает слух, поэтому курящие дети, как правило, хуже слышат низкие звуки.

Курение подростков активизирует у многих деятельность щито-

видной железы, в результате чего у курящих подростков учащается пульс, повышается температура, возникает жажда, раздражительность, нарушается сон. Из-за раннего приобщения к курению возникают поражения кожи — угри, себорея, что объясняется нарушениями деятельности не только щитовидной, но и других желез эндокринной системы.

О том, что курение ведёт к преждевременному изнашиванию сердечной мышцы, известно всем. Возбуждая сосудодвигательный центр и влияя на периферический сосудодвигательный аппарат, никотин повышает тонус и вызывает спазм сосудов. Это

увеличивает нагрузку на сердце, так как протолкнуть кровь по суженным сосудам гораздо труднее. Приспосабливаясь к повышенной нагрузке, сердце растёт за счёт увеличения объёма мышечных волокон. В дальнейшем деятельность сердца обременяется ещё тем, что сосуды у курящих подростков теряют эластичность намного интенсивнее, чем у некурящих.

Известно, что с увеличением числа курящих подростков помолодел и рак лёгких.

**У. Ефимова,**  
специалист-эксперт  
Роспотребнадзора



### Народный лекарь

## И не только в пряниках

Имбирь как лечебное средство известен уже более 2000 лет. Первые упоминания о нем содержатся в древнекитайских трактатах, хотя родина его — Индия.

Древние греки и римляне покупали имбирь у арабских купцов и с восторгом слушали были и небылицы о том, что «далеко, за Красным морем, на краю света есть земля троподитов, где его выращивают».

Античные народы в основном использовали имбирь как ле-

тельно держали в корабельных аптечках как средство от морской болезни. В Древнем Риме имбирь использовали даже как противочумное средство, а соком свежего растения лечили ожоги и порезы.

Но, пожалуй, самым привлекательным из всех чудодействен-



лятором полового влечения. Известен факт, что португальцы не жалели имбиря для своих рабов, чтобы увеличить их плодотворность. А европейские медики еще в XIX веке выпускали «гаремные леденцы» с этой пряностью. До сих пор японцы-медики рекомендуют при сексуальных расстройствах блюда с имбирем, а китайцы лечат им женщин от бесплодия и фригидности.

Регулярное применение имбиря в пище в небольших количествах увеличивает внутреннее тепло, пробуждая аппетит и стимулируя пищеварение, согревая желудок и кровь. Поэтому-то особенно полезен имбирь в холодную погоду и в холодном климате.

карство, считая его прекрасным противоядием и средством от многих желудочных недугов. Его прописывали от приступов тошноты, и до недавних пор обяза-

ных свойств имбиря было его... омолаживающее действие. Иными словами, его считали едва ли не эликсиром молодости. Во всяком случае, мощным стиму-

### Капля крови

## Почетный донор

В январе Александра Евгеньевна Чернятьева отметила свое 70-летие. По-прежнему энергичная, зимой она увлекается лыжами, летом любит ходить в лес за ягодами и грибами. Она уверена, что поддерживать здоровье по жизни ей помогало донорство.

— Первый раз кровь сдала, когда не было еще и 18 лет. Под-

руга предложила составить ей компанию, чтобы заработать немного денег на этом, — вспоминает Александра Евгеньевна. — Когда пришли на пункт переливания крови, с ней случился обморок, а я совсем не боялась. И так втянулась в это дело, что стала постоянно сдавать кровь и до 50 лет успела сделать это 70 раз. Порой за мной приезжали пря-

мо на работу в ЛПЦ-2 Ашинского метзавода. Меня до сих пор благодарят те, кому спасла жизнь.

За активное участие в донорстве А. Е. Чернятьева дважды награждена знаком «Почетный донор».



Александра Евгеньевна Чернятьева

Фотоальбом редакции

# Прославляем смело металлургов дело!

Уважаемые читатели! Мы открываем новую рубрику, в которой будем публиковать фотографии разных лет из архива «СИ». Открывают наш «Фотоальбом» ашинские металлурги.



А.К. Соловков



Оперативку в ЛПЦ №3 проводит В.Г. Евстратов



Горят мартеновские печи...



На стане в ЛПЦ №3



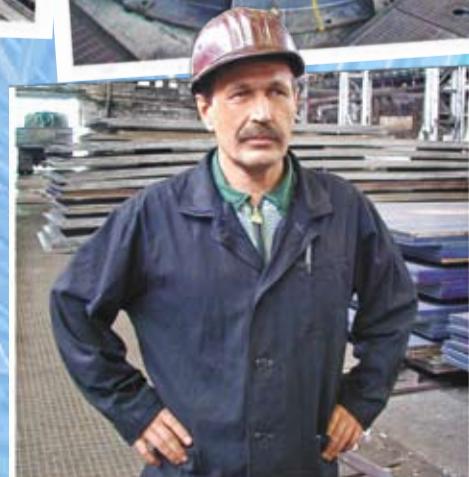
Даешь стране прокат!



В футбол играют настоящие мужчины



И хорошее настроение не покинет...



Если в ваших семейных фотоальбомах сохранились интересные снимки, на которых запечатлена жизнь Ашинского района, присылайте их на [ano-si\\_foto@mail.ru](mailto:ano-si_foto@mail.ru) или приносите в редакцию по ул. Ленина, 1.

Полосу подготовила Ирина ЖИГАР

