

ТРУДОВАЯ ВАХТА

Газета коллектива ФГУП «Серовский механический завод»

№ 39 (4405), пятница, 1 октября 2010 года

Год издания 60-й



ПРАЗДНИК В РОДНОМ КОЛЛЕКТИВЕ

24 сентября, пятница. За два дня до Дня машиностроителя. Зал заводоуправления полон. Места в почетном президиуме заняли директор завода А.А.Никитин, председатель заводского совета ветеранов Т.В.Свиридова, почетный ветеран завода Ю.И.Конюхов и глава администрации Серовского городского округа В.И.Овчинников.

Открыла и вела торжественное собрание председатель заводского профкома Е.И.Артеменко. Она обратилась к залу: "Сегодня приятный повод сказать всем слова признательности и благодарности. Хороший специалист, профессионал своего дела - настоящее сокровище для любого предприятия. Вы - именно такие специалисты, пользуетесь заслуженным авторитетом". По ходу собрания прозвучало от Елены Ивановны немало оценок и признаний в стихотворной форме.

"Спасибо,
что вы есть на свете,
Работа ваша -
просто класс!
Мы убеждались в этом,
верьте,
Уже десятки, сотни раз!"
Слово для поздравления

родного коллектива было представлено директору завода.

— Действительно, родного, - подчеркнул Александр Александрович. - Заводской коллектив нас воспитал и с ним мы идем по жизни долгие годы. Юрий Иванович Конюхов 50 лет трудился на нашем механическом, 55 — таков стаж Тамары Васильевны Свиридовой. Они заслужили, чтобы об этом знали все.

Директор сказал о том, что машиностроение было и должно стать одной из передовых отраслей производства. Прошел период забвения, когда многие предприятия отрасли просто перестали существовать. И наш завод тогда столкнулся с серьезными проблемами. Однако нынешний год характеризуется небывалой загрузкой производства, особенно по основной тематике. Но не избавились и от определенных срывов, которые сказываются на конечном результате: отгрузке продукции и получении денежных средств.

Александр Александрович выразил благодарность за труд всем собравшимся и пожелал уверенности в завтрашнем дне. Подчеркнул, что сегодня в цехах и отделах

нили коллектив, людей, которые могут творить и двигать завод вперед. Спасибо за труд, за отдачу! Марка "Серовский механический завод" твердо стоит на мировом рынке.

Поздравления чередовались с вручением наград передовикам производства. Одна за другой назывались знакомые фамилии, которые на слуху, часто встречаются в материалах нашей заводской газеты. Вручались Почетные грамоты разного достоинства — от заводских до министерских. В числе удостоенных ко Дню машиностроителя звания "Почетный машиностроитель" есть представитель серовских



предприятия трудится немало хорошей молодежи, которая умеет работать и зарабатывать. Поздравляя заводчан с профессиональным праздником, пожелал здоровья, счастья, больше радости, благополучия в семье, всегда нацеливаться на победу, на выполнение самых сложных задач.

На сцену, по доброй традиции, вышли участники заводского хора. Какой праздник без песни!

— Самое главное, - сказал гость торжества В.И.Овчинников, - что, пройдя сложный путь реформ, вы сохра-

механиков - механик цеха 14 Николай Макарович Кузьменко. Поздравляем!

И в этот раз своим выступлением порадовали механиков артисты театра драмы имени Чехова. Они пришли с карнавалом знакомых многим и любимых песен. Зал подпевал и дружно аплодировал каждому выступлению.

Репортаж с торжественного собрания механиков прошел по каналу местного телевидения.

Н.ЛИСТЬЕВА
На снимках Л.ЗАЕВОЙ: в зале торжественного собрания; А.А.Никитин вручает награду Н.М.Кузьменко.

НАШИ ВЕТЕРАНЫ

"Не стареют душой ветераны", - Эти строки, конечно, про вас. Уходить на покой - слишком рано, А на отдых уйти - в самый раз! Чтоб отдать свое время заботе О друзьях, о семье, о себе, Чтоб, не думая днем о работе, Посвятить себя внукам вдвойне. Но однажды в минуты затишья, Когда ясный стоит небосвод, Воспомнить славную твою историю, Что звала на родной вас завод.

РОДНОЙ КОЛЛЕКТИВ КАК НАДЕЖНЫЙ ПРИЧАЛ

В последнем летнем месяце и первом месяце осени 47 ветеранов-механиков отметили свои круглые даты. Среди них два почетных ветерана нашего предприятия - Леонид Николаевич Постников и Луиза Ивановна Чехомовой.

90 лет исполнилось Марии Ивановне Анкудиновой, что 41 год трудилась в отделе главного металлурга. Мария Ивановна - герой отдельного материала, который скоро появится на страницах нашей газеты.

Свое 85-летие встретили Вера Васильевна Каштанова, Мария Федоровна Кузнецова и Любовь Андреевна Нечаева. Все они были заняты на основных участках производства в цехах 2, 3, 11.

таблетку", - такая присказка была у Ивана Николаевича. Вместе с ним трудилась и его жена. Они прожили душа в душу больше пятидесяти лет. Хорошая пара добрых людей и замечательных работников.

75 лет исполнилось Лидии Павловне Вшивцевой, Александре Михайловне Казанцевой, Зое Михайловне Неугодниковой, Любови Александровне Палий, Екатерине Петровне Воркуновой, Владимиру Ивановичу Козлову, Валентине Захаровне Самохваловой. Лидия Павловна и Валентина Захаровна из цеха 2, обе были неразлучны с заводом 38 лет.

70 лет Галине Ивановне Андреевой, Надежде Григорьевне Больных, Тамаре Григорьевне Копосовой, Надежде Лаврентьевне Пфлуг, Людмиле Николаевне Уг-

рюмовой, Луизе Ивановне Чехомовой, Валентине Петровне Берстеновой, Людмиле Александровне Мазневой, Светлане Васильевне Парфеновой, Асие Пикулевой, Леониду Николаевичу Постникову, Галине Алексеевне Сеногноевой, Тамаре Ивановне Тарасовой, Виктору Ивановичу Турешеву, Нурсие Хабибуллиной, Тамаре Васильевне Шильниковой.

Об Андреевой рассказывает аппаратчик химводоочистки цеха 5 Татьяна Михайловна Маклакова:

- 42 года - таков заводской стаж нашей Галины Ивановны. У нас в цехе она была кладовщиком. Всегда веселая, жизнерадо-

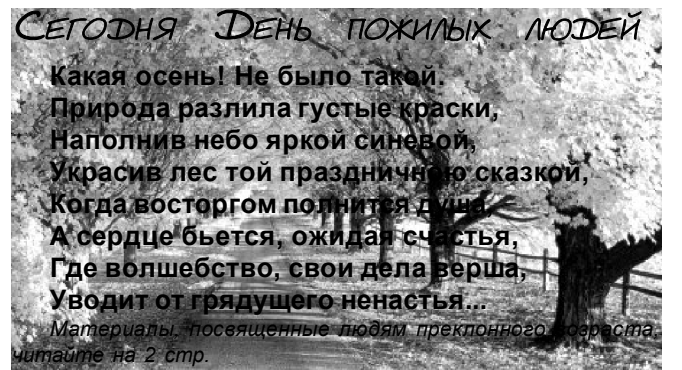
стная, человек, который просто не умеет унывать, грусти и тоске ее не сломить.

Мы приходили поздравить ее от всего коллектива с юбилейной датой. Расспрашивала о заводе, говорила, что очень хочет побывать на родном предприятии, поглядеть с теми, кто трудился вместе с ней, и увидеть тех, кто пришел на смену ветеранам.

Выглядит Галина Ивановна хорошо. Живет вместе с дочерью в поселке Медянкино. Дочь ее в школе учит детей рисованию, внучка тоже получила педагогическое образование, психолог. А бабушка нянчится уже с правнучкой, Кате скоро три годика.

Наши ветераны держатся хорошо, так что нам с ними стоит брать пример!

И.КРУТИКОВА
(Окончание следует)



Какая осень! Не было такой.
Природа разлила густые краски,
Наполнив небо яркой синевой.
Украсив лес той праздничной сказкой,
Когда восторгом полнится душа.
А сердце бьется, ожидая счастья,
Где волшебство, свои дела верша,
Уводит от грядущего ненастья...

Материалы, посвященные людям преклонного возраста, читайте на 2 стр.

НАГРАЖДЕНИЕ

"Машиностроение во все времена было крупнейшей, перспективно развивающейся и ключевой отраслью страны. С изменением общественно-политической формации в государстве и переходом к рыночной экономике машиностроение остается генератором прогресса всей индустрии государства, всех отраслей народного хозяйства России". Так начинается приказ директора, вышедший накануне Дня машиностроителя-2010.

За труд - ПОЧЕТ И ПРЕМИЯ

ЗВАНИЕ "ПОЧЕТНЫЙ МАШИНОСТРОИТЕЛЬ" присвоено механику цеха 14 Николаю Макаровичу КУЗЬМЕНКО.

Награждены **ПОЧЕТНОЙ ГРАМОТОЙ МИНИСТЕРСТВА ПРОМЫШЛЕННОСТИ И ЭНЕРГЕТИКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ** Валерий Петрович СЛОТИН, начальник центральной технической лаборатории; Светлана Васильевна ТАБАЦКАЯ, заточник цеха 4; Владимир Иванович ЮДИН, токарь цеха 5.

ПОЧЕТНОЙ ГРАМОТОЙ ГУБЕРНАТОРА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ отмечена Татьяна Григорьевна МАСЛОВА, начальник химико-механической лаборатории.

Награждены **ПОЧЕТНОЙ ГРАМОТОЙ ПРАВИТЕЛЬСТВА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ** Михаил Федорович ВЫРОДОВ, начальник материально-производственного бюро цеха 14; Виктор Викторович ШИНДИРЕЕВ, токарь цеха 4.

ПОЧЕТНОЙ ГРАМОТОЙ МИНИСТЕРСТВА ПРОМЫШЛЕННОСТИ И НАУКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ награждены Николай Васильевич МАГАРИН, наладчик цеха 5; Нина Сергеевна СИРОТКИНА, штукатур-маляр РСУ; Наталья Сергеевна ТОКАРЕВА, гальваник цеха 9; Олег Владимирович ЩЕРБАКОВ, термист цеха 1.

Награждены **ПОЧЕТНОЙ ГРАМОТОЙ СОЮЗА ПРЕДПРИЯТИЙ ОБОРОННЫХ ОТРАСЛЕЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ** Наталья Александровна ДОМИНОВА, ведущий специалист главной бухгалтерии; Фанавиль Биктимирович БИКМУРЗИН, мастер цеха 5; Александр Аркадьевич КИСЛИЦЫН, слесарь цеха 9; Елена Владимировна ПОЛЯНСКАЯ, мастер цеха 14; Александр Сергеевич ТРЕНИХИН, слесарь цеха 1; Надежда Петровна ШУРЫГИНА, укладчик-упаковщик цеха 14; Андрей Викторович ЩАПОВ, фрезеровщик цеха 4.

ЗВАНИЯ "ПОЧЕТНЫЙ ВЕТЕРАН ЗАВОДА" удостоены сборщик изделий цеха 9 А.П.ВАСИЛЬЕВ и старший контролер ОВО Г.Г.ГАЗИЗОВ.

В честь Дня машиностроителя награждены: **ПОЧЕТНОЙ ГРАМОТОЙ ГЛАВЫ СЕРОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА** - энергетик цеха 1 С.А.ТРЕФИЛОВ, и.о. начальника бюро экономики цеха 4 Т.Н.КАРСКАНОВА, заместитель начальника ООТУП Г.В.ПЕНДЮРИНА; **ПОЧЕТНОЙ ГРАМОТОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ЗАВОДА И ПРОФСОЮЗНОГО КОМИТЕТА** - слесарь цеха 1 В.И.СМАГИН, слесарь-инструментальщик В.Д.МЯСНИКОВ, заточник цеха 4 Н.А.ТЮРНИНА, заместитель начальника цеха 5 А.С.ЗЫКОВ, электромонтер Т.И.МИШАНОВА, мастер цеха 9 Л.И.-БАРДЫШЕВА, старший мастер Г.С.ОРЛОВА, уборщица помещений цеха 14 С.В.ВЕРТИПРАХОВА, табельщик Л.А.БЛАГИНИНА, контролеры ОТК Е.И.ПОНОМАРЕВА и Т.А.ЯНКИНА, инженер-технолог ОТК Е.Н.ШАМАНАЕВА, контролеры ОВО В.А.КЮССЕ и Н.Л.КУЛЕМИНА, кладовщик отдела сбыта Т.С.КОПЫТОВА, заведующий лыжной базой М.В.ФИЛИМОНОВ.

НА ЗАВОДСКОЙ СТЕНД ПОЧЕТА занесены портреты термиста цеха 1 О.А.ЛОГИНОВОЙ, фельдшера здравпункта Л.А.ПЕРФИЛЬЕВОЙ, швеи швейного цеха В.В.ШЕВЦОВОЙ, электромонтера цеха 4 С.К.ЖЕРНОВА, кладовщицы цеха 5 Г.Г.БОЕВОЙ, мастера цеха 9 В.А.ТУРЕЦКИХ, контролеров ОТК В.Н.КАСИМОВОЙ и Т.П.АЛФЕРОВОЙ, контролера ОВО О.С.ДЕМАКОВОЙ, инженера-программиста заводоуправления А.В.ОДИНЦОВА, токаря В.А.АНИСИМОВА, маляра В.И.КАЛЕДИНОЙ, инженера-технолога цеха 14 А.С.РУДИНА, начальника бюро рекламы К.А.АХТУЛОВОЙ, работницы бытового комбината Н.С.ТРЕНИХИНОЙ.

Всем награжденным вручены денежные премии.

Серая красавица Маечка опасливо смотрит на гостью, прервавшую ее полуденный сон, и, понимая, что та не опасна, снова погружается в дрему.

«...Жена скажет, сходи на рыбалку, ухи хочется. Я и иду. Любил раньше рыбачить... Уедешь подальше от города, сядешь на берегу, наслаждаешься. Много ли ловил? Да, не-е-ет, не много. Только и хватало, что на уху да кошку накормить. Зато свеженькое. Уху сам варил, любил это дело. Наваристая, да со стопочкой - ух, красота!

Любил рыбалку сильно. А как ее не полюбить?! Особенно после войны, когда и есть-то особо нечего было. Да и знаете, тишину вдруг услышал. Где уж она там была, тишина, на фронте-то? Не было ее...»

Сергей Терентьевич Иванов смолкает. Слышно, как тикают часы в комнате. Поглажив серый мягкий клубочек, он продолжает свой неспешный рассказ.

«В 19 лет меня призвали на фронт, в 1942-ом. На передовой не сразу оказался. Год в Свердловске отучился, в запасном полку, на связистом, им самым. Со слухом тогда у меня все хорошо было. Я бы даже сказал, замечательно.

Какую работу выполнял на войне? Да полз вслед за линией фронта. Провода прокладывал, восстанавливал порванную в боях связь. В любое время, ливень ли, мороз ли 40-градусный — не имеет значения. Надо, значит, надо. Работенка та еще, скажу я вам. Тело в трех местах продырявлено. Под обстрелом ведь приходилось ползти. Смешно сказать - одна из пуль в ягодицу попала. До-о-лго сидеть не мог. Так и прослужил до 45-го.

Кстати, из-за этой седалищной

РАССКАЗ РЯДОВОГО ИВАНОВА



пули меня и комиссовали, когда война уже заканчивалась. Я домой приехал, мать увидела - чуть в обморок не упала. Худющий, заросший, больной, в тряпье каком-то. Давай меня откармливать да обстирывать. Шинель три дня отстирать пыталась, носить-то нечего было. Ну, тогда, правда, все были худощавыми да нищими, наша семья - не исключение.

Ноничего, отдохнул немного, отоспался, работу искать пошел. И куда не приду - никому не нужен, с ранениями-то. Искал-искал, пока кто-то не сказал, что-де на механическом набирают людей, нехватка рабочих была. Ну, я туда и пошел. Не пошел — побежал! Не сидеть же на мамкиной-то шее.

Приняли нагревательщиком металла в первый цех. Сначала, конечно, в учениках походил, потом уже и самостоятельно работать начал. Вот так и проработал в одном месте 25 лет. Горячий стаж выработал - вышел на пенсию.

В Серове уже, в 1945-м, после окончания войны в военкомате мне вручили медаль "За отвагу" и орден

Великой Отечественной войны.

Жизнь стала налаживаться. С женой, Анастасией Александровной, познакомился на заводе. Работала она тогда на "завершёнке" разнорабочей. Увидел ее и понял — моя женщина. Деток завели — два сына у меня, Витя и Леонид. И с ними рыбачил, пристрастил их к этому делу. Сейчас, правда, они здоровые уже мужики, серьезные. Как-то не интересовался, ездят ли рыбачить. Да и когда им теперь, не до отдыха. Забот хватает и на работе, и дома.

Недавно юбилей Победы прошел... 65 лет, однако, минуло. 9 Мая встретил в госпитале, в городе Горьком. Подумал тогда: хорошо, что эта мясорубка закончилась. Да-да, самая настоящая мясорубка. Ничего в ней, войне-то, поэтического нет, ничего. Сейчас, что ни весна - то врачи начинают ходить, давление измерять, здоровьем интересоваться. То из газет разных приходят: расскажите, мол, как воевали, да о подвигах ратных своих поведайте, да попозируйте перед фотоаппаратом. А какие там подвиги?! Надо было делать - и

делал. Сказали, ползи - и поползи! И ничего хорошего я там не видел. Смерть одну, да грязь, да нищету солдатскую.

Когда советские войска заставили немцев отступить, уйти из Белоруссии, наши полки стали перекидывать в Польшу. Так полк наш, когда начальство-то военное его осмотрело, запретили туда отправлять, дабы не позориться перед соседями. Отправили в Восточную Пруссию, она победнее. Мы там более органично смотрелись. В лохмотьях были, как бомжи, грязные, еле на ногах стояли.

Обнашивались в боях и в госпиталях. Пока без памяти, санитарки, что получше, снимут, себе заберут, а на тебя натянут совсем уж ремки, лишь бы срам прикрыть. И такое было. Я это вашим коллегам-журналистам рассказывал. Не верят, не хотят писать.

Не умею я красиво говорить, а уж врать красиво и подавно. И все эти героические истории о красоте солдатского долга - сказки для наивных мальчиков, которых на пушечное мясо посылают. Может, кто-то и выигрывает в войне, только не простые солдаты. Их потом уже, со временем, если доживут, вспомнят да медалькой наградят. Я на фронте здоровье оставил и слух потерял. Слава Богу, жив остался. Это, наверное, самое большое, что может выиграть простой рядовой на войне».

Серая домашняя любимица и баловница мягко запыливает к хозяину на колени и начинает явно что-то выпрашивать. Сергей Терентьевич, с трудом поднявшись с кресла, идет на кухню. Кошка, видя, что желания ее поняты, радостно бежит вслед за ним. Парочка скрывается на кухне, и в комнату доносится лишь радостный Майкин "мявк" и добродушное ворчание ветерана.

Текст и фото
НЛЕВАГИНОЙ

СМЫСЛ И КРАСОТА СТАРОСТИ

Есть у известного педагога Ушинского рассказ "Четыре желания". В этом рассказе один мальчик поражается красоте природы. Сначала он видит эту красоту в зимнем снегу, морозе, потом - в весеннем цветении. Приходит лето - он вновь восхищается изобилием света, тепла, возможностью детям день и ночь шалить на улице. Хорошо бы всегда было лето, говорит он отцу. Наступает осень, он приходит в сад и поражается множеству плодов, которые ему разрешают вкушать. Теперь ему хочется, чтобы всегда была осень. В каждом времени года есть своя красота, прелесть, неповторимость!

Так же и жизнь человеческая - каждый ее период по-своему прекрасен и неповторим.

Старость прекрасна, если человек в молодости не растратил себя на мелочи, не изменил своему призванию. А мы, к сожалению, в молодости часто увлекаемся избытком собственных сил и возможностей. В результате к середине жизни наступают разочарование, тоска о неосуществленных планах, отчаяние.

И, наоборот, для человека, который жил сосредоточенно, в поисках смысла жизни, с верой, старость становится венцом, воздаянием за достойную трудовую, творческую, духовную жизнь. Выросшие дети стали ему подмогой, радуют сердце растущие внуки. И человек не теряет перед лицом приближающейся кончины, но понимает, что последний экзамен тоже нужно сдать, чтобы вступить в жизнь иную, вечную.

Такая старость пленяет своей красотой, как пленяет разнообразием красок осенняя природа. Встречаешь таких людей и радуешься, что пронесли они через годы всё богатство и разнообразие правдивой жизни, раскрыли все возможности, данные им. Я считаю, что это самое главное, потому что конец - всему венец. И дай Бог, чтобы каждый из нас в какой-то мере был увенчан этим венцом.

К сожалению, немало престарелых людей одиноких, оставленных близкими или потерявшие их. Но если человек собирает духом, укрепляется мыслью, верит и с надеждой смотрит в будущее, то и его старость является добрым примером для молодежи и для всех нас. Мы знаем противоположные примеры, но приводить их ни к чему - ведь нас спрашивают о красоте старости.

Забываясь о старых людях, мы в какой-то мере обеспечиваем и свое будущее. Мы прививаем нашим детям и внукам правильное христианское отношение к престарелым, у которых с каждым годом увеличиваются физические и духовные немощи и болезни. Пробуждаем сознание, что это наши матери и отцы, бабушки и дедушки, чьи руки когда-то заботливо, с любовью взяли каждого из нас, и которые вырастили нас достойными людьми. Пришла очередь и нам воздать им должное, оказать необходимую поддержку и помощь. В этом и состоит основной закон божественной любви: "Носите тяготы друг друга и тако исполните закон Христов".

Г.БРЕЕВ, протоиерей, духовник города Москвы

Материал с сайта Милосердие.ру

ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Валентина САДОВНИКОВА

Осень

Осень быстро ночи удлиняет,
Ну, а дни становятся короче.
Плачет дождь горючим слезами
О прошедшем лете, между прочим.
Не поет на зорьке соловейка,
Не порхают ласточки над крышей,
Опустела старая скамейка,
Где с тобой сидели мы под грушей.
И сердито ветер ветки гнет,
Кружит листья в разноцветном танце,
И стоит калина у ворот,
Сказочным покрытая румянцем.
Журавли с прощальным криком
взмыли ввысь,

Острым клином в небо унеслись.
Зима на пятки наступает,
Природа тихо засыпает.

* * *

Нина АНИКЕЕВА

Я плачу не одна. Со мною плачет осень.
По подоконнику неугомонный дождь
Уставшей нотой монотонный звук наносит:
Печаль такая, что по телу дрожь.
Быть может, выйти в эту безысходность,
Зонтом не защищенной душ принять
И, ощутив небесных струй холодность,
Закономерность некую понять?
Понять, что есть конец после начала,
Но миг начала полон тех надежд,
Где нет потерь, предательства, печали,
И ветер перемен приятно свеж.
Судьба, вращая жизни киноленту,
Нам не один создаст альбомный том,
Где мы не ждем печального момента,
Вдруг оказавшись в гнездышке пустом.
И как-то все обыденно и просто,
В полете ограничена душа.
Приют любимых чаще на погосте,
И мысли донимают, суд верша.
Еще вчера смеялись вместе, пели,
Делились тайнами своих семейных дел,
Переживая то, что не успели,
И каждый горы своротить хотел.
Но вот звонки заметно поредели,
И частой гостьей стала тишина.
Ну, вот, хоть плачь! Да что я в самом деле,
Еще пока что не совсем одна!
И жизнь была, дарованная Богом.
Всё пережив, все гаммы чувств земных,
Любовь родных лечила и дороги,
А в этом я счастливее других.
Отплачет дождь положенное время,
И бабуе лето красотой хмельной
Опять заставит ждать, любить и верить,
И поведет цыганкой за собой.

О ЯГОДАХ И «СОЛНЕЧНОМ» ВИТАМИНЕ

НА ЗАМЕТКУ

В ПРОШЛОЕ воскресенье Первый канал показал фильм о полезной еде. Фильм не российский и в экспериментах участвовали не наши люди. Но результаты очень убедительны и не важно, откуда человек родом.

Одно из исследований касалось людей такого возраста, когда не помнишь, куда что положил - в постоянном поиске очков или ключей. Та группа старичков, что три месяца ежедневно съедала тарелочку ягод, вдруг поняла, что проблема стала не так остра, память становится светлей.

Наши пенсионеры, которые смотрели эту телепередачу, пожалели, что не в полной мере воспользовались дарами ушедшего лета. Когда что-то есть, то и не очень-то хочется. Пожалели, что мало или совсем не заморозили ягоды на зиму. Чтобы не забыть о своем сожалении через год, записали в сокровенной тетрадке или занесли в компьютер.

Наблюдение о "солнечном" витамине, который защищает стареющий мозг от многих проблем, тоже стоит того, чтобы его запомнить и пользоваться советом медиков.

Американские неврологи про-

водили нейropsychологические тесты на тысячах пожилых людей от 65 до 90 лет, выясняя взаимосвязь различной концентрации витамина D и стареющего мозга. И таки выяснили!

Те из пожилых людей, кто не получал витамина D - не важно, от еды ли, от солнечного света, хуже своих сверстников могли воспринимать и запоминать новые знания. И лишь 35 процентов из обследуемых, в чьей крови уровень полезного витамина был в достаточном количестве, имели улучшенные мыслительные способности и справлялись со многими тестами.

Ученые торжественно провозгласили, что когнитивная гибкость, то есть возможность познавать мир, впитывать и запоминать но-

вые знания, применяя их на практике, в пожилом возрасте зависит от достаточного количества витамина D. Оказывается, он участвует в метаболических процессах, которые отвечают за планирование и обработку новой информации и формирование воспоминаний.

Но ученые забыли напомнить, что чрезмерное увлечение витамином D, который отвечает за хорошую усвояемость кальция, может привести к гиперкальцемии, которая не менее опасна в пожилом возрасте, чем ослабление умственных способностей.

Так что все хорошо в меру и усердствовать с добавкам этого витамина не стоит. Безопаснее побольше есть ягод и фруктов для восстановления и укрепления памяти и здоровья.

МОЛОД ТОТ, У КОГО ДУША ПОЕТ

НЕДАВНО в одном из крупных научных учреждений проведено очень интересное исследование на тему среднего возраста. Ученые установили, что старение в теле человека начинается с того времени, когда он представляет для себя, что подошел к среднему возрасту. В тот момент, когда человек станет старше душой, он

сразу стареет телом. Просто надо переставить рубеж старения на более поздний этап. Тепло с готовностью воспримет это убеждение. Чем чаще вы подумываете, что уже стары, тем скорее умрете. Прикидывайте о том, что ваша жизнь продлится долгие годы, и предстоит сделать еще очень большое количество дел.

М.ВОЛЬНОВА

тов товаров, произведенных в регионе.

Главное преимущество таких ярмарок, где продукция приобретается горожанами напрямую у производителей, более низкие, чем в магазинах, цены, поскольку здесь исключена торговая надбавка. Ещё один несомненный плюс - свежесть продуктов. Например, молочные и хлебобулочные изделия реализуются на ярмарках выходного дня исключительно в день их производства. Опросы покупателей показали, что большинство семей предпочитает приобретать товары, срок хранения которых не превышает 7 дней, именно в ходе таких ярмарок. Причем, многие закупают продукты на неделю вперед.

Любопытно, что такая форма организации торговли свежими и качественными продуктами местного производства заставила почувствовать серьезную конкуренцию и некоторые торговые сети. Крупные фирмы теперь вынуждены будут предпринимать меры по оптимизации собственной торговой политики и повышению эффективности своей работы.

Александр Мишарин отметил, что ему нравится, с каким желанием уральцы занимаются выращиванием различных сельскохозяйственных культур в непростых климатических условиях нашего региона, причем, делают это профессионально, со знанием дела.

Е.ЯТНОВА

ГУБЕРНАТОР -

ОБ ЯРМАРКАХ

"Нам нужно больше ярмарок выходного дня. Развитие сети ярмарок приведет к тому, что цены в магазинах будут не расти, а, напротив, снижаться. Для картофеля 20 рублей - дорого", - сказал губернатор, побывав на одной из сельскохозяйственных ярмарок.

В Свердловской области действует программа по развитию сети розничных рынков, в том числе для реализации сельскохозяйственной продукции местного производства. Предполагается, что на уже существующих розничных рынках будет присутствовать не менее 50 процен-

