

## НАШЕ



## ЖИТТЯ

Газета виходить  
щотижня  
з липня 1967 року

ОРГАН ЦЕНТРАЛЬНОГО ПРАВЛІННЯ УКРАЇНСЬКОГО ТОВАРИСТВА ГЛУХИХ

№ 4 (454)

Субота, 24 січня 1976 р.

Ціна 2 коп.

ВИСОКІ  
ТРУДОВІ РУБЕЖІ

## Соціалістичні зобов'язання

## колективу Дрогобицького УВП

Натхненні рішеннями грудневого (1975 р.) Пленуму ЦК КПРС, четвертої сесії Верховної Ради СРСР дев'ятого скликання, обговоривши проект ЦК КПРС до XXV з'їзду партії «Основні напрями розвитку народного господарства СРСР на 1976—1980 роки» та включившись у всенародне соціалістичне змагання за гідну зустріч XXV з'їзду КПРС і дострокове виконання плану 1976 року, робітники, інженерно-технічні працівники і службовці Дрогобицького учбово-виробничого підприємства взяли такі зобов'язання:

Виконати річний план випус-

ку і реалізації меблів до 20 грудня. Понад встановлене завдання додатково реалізувати готової продукції на 40 тисяч карбованців і одержати надпланового прибутку 8 тисяч карбованців.

Підвищити продуктивність праці на 1 процент, знизити трудомісткість виробничої програми на 1600 нормо-годин і внаслідок цього одержати економічний ефект 0,8 тисячі карбованців.

Протягом року заощадити матеріалів та сировини на 8 тисяч кар-

бованців. Впровадити у виробництво 4 заходи з наукової організації праці.

Розробити і впровадити у виробництво 4 раціоналізаторських пропозицій з економічним ефектом 0,8 тисячі карбованців.

Знизити затрати на 1 карбованець товарної продукції на 0,3 копійки, впровадити ряд заходів з нової техніки й освоїти два нових види виробів.

Навчити суміжних операцій 20 чоловік, підвищити кваліфікацію 16 робітникам, а всього різними формами навчання охопити 200 чоловік — робітників, інженерно-технічних працівників та службовців.

Домогтися випуску продукції першим сортом — 100 процентів.

Соціалістичні зобов'язання обговорено і прийнято на загальних зборах колективу Дрогобицького УВП.

## Соціалістичні зобов'язання

## колективу Дніпродзержинського УВП

Робітники, інженерно-технічні працівники та службовці Дніпродзержинського УВП з новим трудовим і політичним піднесенням зустріли рішення грудневого (1975 р.) Пленуму ЦК КПРС до XXV з'їзду Комуністичної партії Радянського Союзу «Основні напрями розвитку народного господарства СРСР на 1976—1980 роки».

Включившись у соціалістичне змагання за гідну зустріч XXV з'їзду КПРС, ділом відповідаючи на підкування партії про дальше зміцнення економіки країни і підвищення добробуту трудящих, колектив Дніпродзержинського УВП взяв такі соціалістичні зобов'язання:

Виробничий план першого року десятої п'ятирічки з усіх техніко-економічних показників виконати до 23 грудня. Понад річний план реалізувати готової продукції на 50 тисяч карбованців, одержати надпланового прибутку 12 тисяч карбованців.

Домогтися підвищення продуктивності праці на 1,5 процента. Розробити і впровадити у виробництво 12 раціоналізаторських пропозицій, одержавши від них економічний ефект на суму 2,4 тисячі карбованців.

За рахунок впровадження 13

заходів з НОП одержати 4,5 тисячі карбованців економічного ефекту.

Довести випуск продукції першим сортом до 100 процентів. За рахунок внутрішніх резервів додатково випустити товарів народного споживання на 13,2 тисячі карбованців. Знизити затрати виробництва на 1 карбованець товарної продукції проти плану на 0,5 процента.

В результаті ощадливого господарювання зекономити: сировини та матеріалів — на 1,2 тисячі карбованців, умовного палива — 16 тонн, електроенергії — 20 тисяч кіловат-годин.

Підвищити кваліфікацію і навчити суміжних професій 40 робітників, а всіма видами навчання охопити робітників, інженерно-технічних працівників та службовців підприємства — 90 чоловік.

Соціалістичні зобов'язання обговорено і прийнято на зборах робітників, інженерно-технічних працівників та службовців Дніпродзержинського УВП.



Обговоривши проект ЦК КПРС до XXV з'їзду партії «Основні напрями розвитку народного господарства СРСР на 1976—1980 роки», трудівники Івано-Франківського учбово-виробничого підприємства взяли підвищені соціалістичні зобов'язання на перший рік десятої п'ятирічки.

Велику увагу приділяє колектив УВП підвищенню ефективності виробництва, випуску високоякісної продукції. На підприємстві працює спеціальна комісія по перевірці якості готової продукції. Перевірки проводяться кожного тижня. Їх результати доводять до відома колективів бригад на зборах, а також вивішують на спеціальну дошку.

На фото: йде перевірка готової продукції, яку прийняв відділ технічного контролю підприємства. Її проводить комісія у складі (зліва направо) старшого майстра зміни Н. Жук, голови місцевого профспілки М. Шияк, головного інженера В. Рибникова та інженера-технолога О. Луцишиної.

Фото І. ЩЕРБАНЮКА.

У Центральному Комітеті  
Компартії України

ЦК Компартії України схвалив пропозицію Української республіканської ради профспілок, ЦК ЛКСМ України, Комітету народного контролю УРСР, редакції газети «Радянська Україна» і Державного комітету Ради Міністрів УРСР по телебаченню і радіомовленню про проведення протягом 1976 року республіканського громадського огляду використання резервів економії і бережливості матеріальних і енергетичних ресурсів.

Відповідно до завдань, що випливають з рішень грудневого (1975 р.) Пленуму ЦК КПРС, проекту ЦК КПРС до XXV з'їзду партії «Основні напрями розвитку народного господарства СРСР на 1976—1980 роки», огляд передбачає широке залучення робітників, колгоспників, спеціалістів народного господарства, громадських організацій до боротьби за посилення економії сировини, матеріалів, палива, енергії, запобігання й усунення фактів безгосподарності.

Обкомам, міськкомам і райкомам партії, первинним партійним організаціям запропоновано подати необхідну допомогу профспілковим і комсомольським організаціям, органам народного контролю, працівникам преси, радіо і телебачення в проведенні огляду.

ГОСПОДАРЮВАТИ  
ЕКОНОМНО!

Незлічені багатства створено руками і розумом радянських людей. Кожен новий трудовий день країни примножує їх, робить нашу Вітчизну ще багатшою, ще могутнішою. З рядків проекту ЦК КПРС до XXV з'їзду партії «Основні напрями розвитку народного господарства СРСР на 1976—1980 роки» постають величні контури десятої п'ятирічки, нові рубежі розвитку радянської Батьківщини. Та при всіх величезних багатствах країни, гігантських масштабах народного господарства запорукою успішного розвитку економіки було і буде мистецтво економії. На грудневому (1975 р.) Пленумі ЦК КПРС з особливою силою підкреслено необхідність посилення режиму економії, який передбачає господарське, дбайливе ставлення до використання сировини і матеріалів, енергії, робочої сили, виробничих фондів.

Виходячи з цього рішення Пленуму, вирішено провести у 1976 році республіканський огляд ви-

користання резервів економії і бережливості матеріалів і енергетичних ресурсів, які є важливим фактором підвищення ефективності виробництва, успішного виконання планів і завдань першого року десятої п'ятирічки.

Досвід передових колективів і новаторів виробництва нашого Товариства, які досягнули найкращих показників в економічному використанні сировинних, матеріальних і енергетичних ресурсів, узагальнюватиметься і широко висвітлюватиметься на сторінках газети «Наше життя». Хід огляду передбачено систематично обговорювати на зборах трудових колективів. Підприємства, цехи,

бригади, окремі трудівники, які вийдуть переможцями республіканського огляду, будуть нагороджені Дипломами Укрпрофради, ЦК ЛКСМУ, Комітету народного контролю, редакції газети «Радянська Україна», Держкомітету Ради Міністрів УРСР по телебаченню і радіомовленню.

## ПАМ'ЯТКА

учасникові республіканського огляду використання  
резервів економії і бережливості матеріальних  
і енергетичних ресурсів

Республіканський огляд проводиться протягом 1976 року Укрпрофрадою, ЦК ЛКСМУ, Комітетом народного контролю УРСР, редакцією газети «Радянська Україна» і Державним Комітетом Ради Міністрів УРСР по телебаченню і радіомовленню на підприємствах промисловості, транспорту, зв'язку, торгівлі, громадського харчування, комунального і побутового обслуговування, будовах, у колгоспах і радгоспах, проектних і конструкторських організаціях, закладах науки, культури і охорони здоров'я.

Мета республіканського огляду — широке залучення трудящих до боротьби за вишукування резервів економії і бережливості у використанні сировини, матеріалів, енергетичних ресурсів — однієї з найважливіших умов підвищення ефективності виробництва, успішного виконання планів і завдань першого року десятої п'ятирічки.

Колективи підприємств, установ і організацій, усі трудівники — учасники республіканського огляду мають зосередити головну увагу на:

— вишукуванні та повнішому використанні внутрішніх резервів сировинних, матеріальних, енергетичних ресурсів, виробничих фондів і потужностей, поліпшенні кількісних і якісних показників;

— поліпшенні роботи по вихованню трудящих у дусі господарського, дбайливого ставлення до народного добра, посилення боротьби з усякого роду надмірностями, марнотратством і недбальством;

— скороченні матеріальних витрат на одиницю продукції на кожному робочому місці;

— упорядкуванні обліку, зберігання і витрат матеріальних цінностей; впровадженні прогресивних норм використання сировини, палива, горюче-мастильних матеріалів, теплової та електричної енергії, застосуванні економічних видів матеріалів та виробів, ділових відходів, вторинної сировини і енергоресурсів для випуску продукції;

— скороченні наднормативних запасів, зменшенні витрат від браку і псування матеріальних цінностей;

— дальшому розвитковій і удосконаленні соціалістичного змагання, моральному й матеріальному стимулюванню за економію сировини, матеріалів і енергетичних ресурсів.

Всі у похід за широке використання резервів економії і бережливості! Відзначимо перший рік десятої п'ятирічки творчою, самовідданою працею, новими трудовими перемогами!



# Лекції про п'ятирічку

Педагоги спецшколи беруть активну участь у пропаганді накреслень партії на нинішнє п'ятиріччя серед трудящих райцентру

Колектив Новомиргородської спецшколи-інтернату для глухих дітей провів теоретичну конференцію за матеріалами грудневого (1975 р.) Пленуму ЦК КПРС і проекту ЦК КПРС до XXV з'їзду партії «Основні напрями розвитку народного господарства СРСР на 1976—1980 роки». Тема конференції: «Десятий п'ятирічний план — новий важливий етап будівництва комунізму». Важливу розмову вступним словом розпочали пропагандисти В. П. Олійник та М. М. Гудзенко.

Характеризуючи основні підсумки розвитку народного господарства країни за дев'яту п'ятирічку, директор школи М. І. Цуцол та вихователька М. Д. Бориско розповіли про виробничі успіхи Кіровоградської області і Новомиргородського району зокрема. Потім вони зупинилися у своїх виступах на успішності та поведінці вихованців інтернату.

Про розвиток промисловості, транспорту і зв'язку у новій п'ятирічці та рубежі капітального будівництва розповіли вчителі Є. І. Ковачевич і Л. М. Малаше-

вич. Свої теми доповідачі пов'язали з місцевими проблемами, а саме: розповіли про будівництво інтернату, школи та службових приміщень для глухих дітей. У подальших виступах вчителів знайшли відображення такі питання, як п'ятирічний план підшефного колгоспу імені Шевченка, план розвитку господарства колгоспу.

Озброївшись знаннями, агітатори і пропагандисти нашої школи у ці дні виступають перед трудівниками «Міжколгоспбуду», районного відділення «Сільгосптехніка», «Рембуддільниці», комбикормового заводу та інших підприємств і організацій райцентру.

З лекціями по проекту ЦК КПРС до XXV з'їзду партії вже виступили такі лектори, як Л. К. Лізунова, О. О. Можна, Г. В. Лисенко, А. М. Бісюк, Є. І. Ковачевич, К. Ю. Ніколаєва та інші.

Робітники і службовці підприємств та установ дякують лекторам за змістовні виступи і гаряче схвалюють мудрі накреслення партії на десяту п'ятирічку.

М. СУХОВ.

Кіровоградська обл.

Святково прикрашене приміщення Новоград-Волинського клубу УТОГ. У залі стелі: «XXV з'їзду КПРС — наша ударна праця!». Дошка пошани передовиків виробництва та сільського господарства, книжкові виставки, підібрані активістами культзакладу. — «Назустріч XXV з'їзду КПРС», «Партія — розум, честь і совість нашої епохи», а також окремий стенд — розповідь про передз'їздівське соціалістичне змагання членів нашого Товариства.

Так культзаклад зустрічав того дня делегатів десятої звітно-виборної конференції Новоград-Волинського міжрайвідділу УТОГ. Делегатами конференції було обрано кращих людей — ударників комуністичної праці, правофлангових соціалістичного змагання. Всього в її роботі взяло участь 50 делегатів, що представляли 355 членів УТОГ.

Зі звітною доповіддю виступила голова міжрайвідділу А. П. Михалевич. Вона відзначила, що члени Товариства самовіддано трудяться над виконанням соціалістичних зобов'язань, взятих на честь XXV з'їзду КПРС. Особливо добре трудиться робітник Баранівського фарфорового заводу В. В. Лисюк, швей-мотористки Ш. Л. Четет, А. Л. Павлен, які нагороджені знаком «Ударник 9-ї п'ятирічки».

Далі А. П. Михалевич відмітила покращення роботи первинних

ЗВІТИ І ВИБОРИ В УТОГ

## РІВЕНЬ РОБОТИ ПІДВИЩЕНО

організацій УТОГ сільської місцевості. Так, за звітний період проведено 40 зборів, 72 подвірних обходів, 4 міжрайонних зльоти передовиків виробництва і сільського господарства. Крім того, відбулося 33 засідання бюро первинних організацій Товариства. Особливо хочеться відзначити, зазначила доповідач, роботу Яруцької первинної організації, що її очолює голова П. І. Климко.

Делегати конференції взяли активну участь в обговоренні доповіді. Робітник Баранівського фарфорового заводу імені В. І. Леніна Н. Н. Повалюк розповів, що разом з ним трудяться його товариші В. В. Лисюк та А. Р. Ільчук. Працюють вони добре, користуються заслуженим авторитетом у колективі, систематично виконують і перевиконують норми виробітку. Адміністрація підприємства неодноразово премійувала їх за високі виробничі показники.

Помітно похвалилася за звітний період і робота міжрайвідділу та клубу УТОГ. Тепер у культзакладі більше проводиться цікавих і змістовних заходів — вечори-портрети, тематичні і літературні вечори, зустрічі зі знатними людьми, читальні конференції.

Делегат колгоспник артілі «Ленінським шляхом» І. Х. Шостак відзначив, що працівники міжрайвідділу тепер більше приділяють уваги глухим села, вшановують їх на місцях. Мені, сказав він, було вручено безкоштовну путівку до будинку відпочинку «Сосновий бір», де я добре відпочив і поправив своє здоров'я.

Разом з тим делегати у своїх виступах на конференції вказували і на недоліки в роботі культзакладу та правління міжрайвідділу.

Звітно-виборна конференція прийняла рішення, спрямоване на усунення наявних недоліків, обрало новий склад правління міжрайвідділу УТОГ.

В роботі звітно-виборної конференції взяла участь голова обласного міжрайвідділу УТОГ О. Д. Тверська. У своєму виступі вона зупинилася на завданні членів Товариства в зв'язку з підготовкою до XXV з'їзду КПРС та XXV з'їзду Компартії України.

З великою концертною програмою перед делегатами конференції виступили учасники художньої самодіяльності Житомирського будинку культури.

Г. КАЛІБІНА.

## ПРАВОФЛАНГОВІ

Понад 1000 глухих Одещини охоплено рухом за комуністичну працю. Як і весь радянський народ, вони приступили до виконання завдань десятої п'ятирічки. Вони різні за віком, за професією, та всіх їх об'єднує любов до праці, бажання принести якомога більше користі нашій країні. На це їх надихають рішення грудневого (1975 р.) Пленуму ЦК КПРС і проект ЦК КПРС до XXV з'їзду партії «Основні напрями розвитку народного господарства СРСР на 1976—1980 роки».

Про оцінювальницю посуду і токаря — передових виробничників області — наше слово.

### Краща за професією

Тетяна Володимирівна Заблоцька працює на Ізмаїльському заводі оцинкованого посуду трохи більше чотирьох років. Та цього часу їй виявилось досить для того, щоб відмінно оволодіти своєю головою, а також іншими суміжними операціями. Така «різнофакховість» дозволяє їй завжди працювати на повну силу, знаходити час, щоб допомогти товаришеві або заступити хвору людину.

Тетяну Володимирівну глибоко поважають адміністрація і колектив цеху. Поважають, безперечно, передусім за її працьовитість. У трудовій книжці робітниці чимало записів, і всі вони свідчать про успішну працю оцінювальниці.

Коли на заводі підбили підсумки соціалістичного змагання за 1975 рік, результати показали, що Т. В. Заблоцька вийшла однією з переможців, за це їй присвоєно почесне звання «Краща за професією», а також вручено Почесну грамоту і цінний подарунок.

Тетяна Володимирівна знаходить час побувати у райклубі УТОГ, взяти участь у громадсько-корисній роботі. Радо зустрічає вона поповнення лав передовиків підприємства: з кожним днем їх стає все більше й більше, і в цьому успіх нашого колективу, говорить вона.

### Учитель праці

На Одеському заводі «Будгидравліка» працює токарем член УТОГ Олександр Єгорович Данич. Робітник у числі тих, хто ви-

переджає час. Досить сказати, що дев'яту п'ятирічку він завершив у жовтні минулого року, чого досяг завдяки систематичному перевиконанню змінних норм: вони сягали 130—135 процентів.

— Усі знають: щоб досягти успіхів у праці, треба любити свою професію. Це ж саме, вважаю, стосується і мене. Для мене стало правилом тримати своє робоче місце в зразковому порядку. Я заздалегідь підбираю інструмент, обдумую, як працюватиму, — розповідає О. Є. Данич.

Олександр Єгорович — керує школою комуністичної праці. Перед заняттями він знову і знову перечитує конспекти, обмірковує найоптимальніші варіанти контакту з людьми. І як результат, у школі комуністичної праці чимало робітників підвищили свої фахові розряди, стали краще працювати. «Сам учусь і вчу інших», — каже Олександр Єгорович.

Нині компактна група глухих заводу «Будгидравліка» разом з усім колективом підприємства стоїть на трудовій передз'їздівській вахті. І в тому, що заводу недавно присуджено перехідний Червоний прапор ВЦРПС і міністерства, є заслуга й наших членів УТОГ.

Ю. ГЕР, громадський кореспондент.



У модельному цеху Шосткінського хімкомбінату «Свема» трудяться члени УТОГ Володимир Сергійович Лоскутов та Федір Якович Орел. Обом їм присвоєно звання ударників комуністичної праці.

В. С. Лоскутов та Ф. Я. Орел — кращі раціоналізатори цеху. Виготовлені ними моделі завжди високої якості.

На знімку: (зліва направо) модельники В. С. Лоскутов та Ф. Я. Орел за роботою.

Фото Й. МІНДЕЛЯ.

# МАВЗОЛЕЙ

Красна площа. Мавзолей В. І. Леніна. Немає святішого місця на землі. Люди з усього світу йдуть сюди нескінченим потоком. Соратники по борні, товариші по партії клянуться тут на вірність своїм ідеалам. У дні найбільшої радості і всенародних свят, перед космічною дорогою і суворими життєвими випробуваннями приходять люди на Красну площу, до Мавзолею В. І. Леніна.

Стояли люті січневі морози. Але не вони холодили серця того тридцятидвого дня 21 січня 1924 року. В цей день не стало вождя світового пролетаріату, засновника Комуністичної партії і Радянської держави В. І. Леніна.

Удень і вночі горіли багаття на Красній площі. Наближався день похорону, а люди все йшли і йшли...

У ніч з 21 на 22 січня на екстремному пленумі ЦК і Президії ЦВК було прийнято рішення про увічнення пам'яті В. І. Леніна. Кіль-

кома днями пізніше у прийнятій Центральним Виконавчим Комітетом постанові було записано: «З метою надання всім бажаним, які не встигнуть прибути в Москву до дня похорону, можливості попрощатися з любимим вождем, Президія Центрального Виконавчого Комітету Союзу РСР постановляє: «Труну з тілом Володимира Ілліча зберегти в склепі, зробивши останній доступним для відвідування». Це була відповідь більш як на тисячу телеграм і листів, надісланих в перші дні всенародної скорботи в Центральний Комітет партії і Радянський уряд, з проханням зберегти навіки тіло Леніна.

Терміново викликаний в Кремль відомий архітектор О. В. Шусев одержав завдання за три дні спроектувати і побудувати усипальницю вождя — Мавзолей.

— Володимир Ілліч вічний. Ім'я його назавжди, на вічні часи увійшло в історію людства, — сказав тоді архітектор. — У зодчестві вічний є куб. Від куба йде все, вся різноманітність архітектурної творчості. Дозвольте ж і Мавзолей, який ми будемо споруджувати в пам'яті Володимира Ілліча, зробити похідним від куба...

Ні, перший Мавзолей був не таким, яким ми його бачимо тепер. Три дні надзвичайно малий строк для спорудження навіть тимчасової дерев'яної усипальниці. Будівничі працювали на 30-градусному морозі, кирками добвали промерзлий на метр глибини ґрунт. Роботу було завершено вчасно.

У березні 1924 року за проектом Шусева, розпочалося будівництво другого дерев'яного Мавзолею. Він був готовий до травневих свят і значно відрізнявся від першого своїм архітектурним вирішенням. При відносно невеликих розмірах споруди зодчому вдалося надати їй особливої монументальності. З цього часу Мавзолей став не тільки нагробком над тілом Вождя, а й всенародною трибуною. Це сприймалося як символ вічно живих лєнінових ідей. Адже саме на цьому місці Ілліч виступав з промовою перед трудящими в першу річницю Радянської влади. Поряд були поховані ті, хто віддав своє життя за тор-

жество комунізму — рицарі революції. Тут було маємо знамен демонстрантів.

П'ять років простояв другий дерев'яний Мавзолей на Красній площі. А потім уряд прийняв рішення замінити його постійним, гранітним. На віки.

У всенародному конкурсі на новий проект взяли участь люди найрізноманітніших спеціальностей, таким великим було прагнення кожного внести свій вклад в увічнення пам'яті вождя і учителя. Їх ескізи і пропозиції, що зберігаються тепер у Державному науковому дослідному музеї архітектури імені Шусева, пройняті високим революційним пафосом. І утретє автором остаточного проекту став О. В. Шусев.

Для спорудження Мавзолею потрібен був вічний і красивий камінь. Багато каменю. Всі республіки вважали за честь прислати матеріал на цю будову. У багатьох місцях країни побував зодчий, щоб віднайти найкращий камінь. І ось він на Волині, згадуваний Леніним серед найвідсталіших губерній царської Росії. Йому відомі житомирські родовища унікальних гранітів. Уже при першому поглибленому знайомстві Шусев відчув, що матеріал відповідає його задуму. Червоні лєзніківські граніти нагадують колір приспущеного в жалобі прапора,

чорні головинські лабрадорити — траурну стрічку до нього, сіруваті турчинські — то колір робочих рук, що тримають цей прапор.

Головинські гранітники одержали найвідповідальніше завдання: видобути моноліт для аттика — головний камінь, у який вкарбувалася потім одне тільки слово: Ленін. Задані розміри і вага ускладнювали пошуки. Нарешті, пласт чорного лабрадориту було знайдено в кар'єрі під селом Слобідкою. Та як обтесати вручну і підняти нагору лєбідкою камінь у 60 тонн? Досі це було неможливим.

Палають вогні в кар'єрі, велетенські тіні людей ламаються по кам'яних виступах. Був тоді в кар'єрі і Андрій Григорович Войтенко, що став родоначальником цілої династії головинських гранітників...

Коли восьмиметрову, шістдесятитонну брилу транспортували до станції Горбаші, — подивитись на неї приходили люди з усіх навколишніх сіл. 16 трудних кілометрів подолали за сорок днів. Підсобляли всі. Комунари Ксаверівської комуні віддали з поля тоді єдиний свій трактор.

І в Турчинському кар'єрі палали високі вогні, вихоплюючи з темряви то чийсь могутні руки, то непокриту голову, що схилилась над гранітом. Тут чаклувала над ка-





У БРАТНІХ ТОВАРИСТВАХ

## ПІКЛУВАННЯ, ВЗАЄМОДОПОМОГА

Щочетверга після обіду до Уфимського республіканського будинку культури глухих поодиночі, парами, а то й групами сходяться люди похилого віку. Це глухі ветерани праці і пенсіонери столиці Башкирії. Вони поспішають на свій традиційний збір, що його проводить рада пенсіонерів. Очолує її колишній працівник Львівського облівідділу УТОГ П. П. Кучкін.

Чимало доброго і корисного робить рада пенсіонерів, яка об'єднує близько ста чоловік. Тут і турбота про змістовний та культурний відпочинок своїх членів, і залучення пенсіонерів до громадської роботи та інше. У цьому сприяють різні комісії до складу

яких входять, як правило, по 5—7 чоловік. В день збору, наприклад, культурно-освітня комісія організовує читання художньої літератури, газет та журналів. Крім того, комісія проводить бесіди і лекції, культпоходи по знаменних та визначних місцях Уфи, прогулянки по річці. Незважаючи на вік, ветерани праці готують своїми силами концертні програми. Одним словом, люди не відчують себе самотніми і відірваними від життя.

Багатоградною роботою проводить побутова комісія, якою керує З. Ш. Ризванова. Ми обстежили житлові умови всіх своїх людей, розповідала вона. Відвідуємо хворих вдома чи в лікарні, не забуваємо, коли людина потрапила в

Рівно десять років працює на Житомирському учбово-виробничому підприємстві УТОГ Віра Комар. Дівчину добре знають як одну з кращих швей-мотористок на дільниці пошиття дитячого одягу. Завдяки своїй працьовитості, досконалому оволодінню виробничими операціями вона однією з перших виконала завдання дев'ятої п'ятирічки.

Віра Комар народилася в селі Кутищах Бердичівського району, тут, на УВП, знайшла собі роботу за покликанням, знайшла надійний робітничий колектив, так багатий на друзів і по-радіників.

Комсомолка Віра Комар упевнено вступила в десятку п'ятирічки. І в тому, що вона успішно працюватиме надалі, сумніватися не доводиться. Про це вагомо свідчать її теперішні заслуги: Віру нагороджено знаком «Ударник дев'ятої п'ятирічки», а портрет її — занесено на Дошку пошани підприємства.

О. ПАЛІЙЧУК.

біду. Якщо, скажімо, потрібна матеріальна допомога або лікування, то складаємо акт, його затверджує рада пенсіонерів, а потім на цій підставі республіканське Товариство глухих приймає відповідне рішення.

При раді пенсіонерів діє ще одна комісія — шкільна. В її завдання входить підтримання тісного зв'язку зі спецшколами-інтернатами для глухих і слабобачущих дітей республіки. Чим тільки можуть, тим і допомагають ветерани школам та дитячим садкам. Тут вони організовують посадку кущів, квітів і дерев, привчають молодь берегти і любити природу та ще роблять багато інших добрих справ.

— Під час кожного свята — на Новий рік, 8-ме березня, на Перше травня та інші, — сказав на закінчення нашої розмови голова ради пенсіонерів П. П. Кучкін, — ми запрошуємо на «Вогник» зі склянкою чаю всіх ветеранів праці.

П. ЛЮБЕРЕЦЬ,  
громадський кореспондент.  
м. Уфа.

## СЕМІНАР ФОТОАМАТОРІВ

Цими днями закінчився семінар керівників фотогуртків обласних та районних закладів культури УТОГ, організований Республіканськими курсами Товариства. Такий семінар проводився вперше і мав на меті ознайомити фотоаматорів з новинами сучасної фототехніки, а також — вдосконалити їхню професійну майстерність.

Викладач Київського технікуму побутового обслуговування В. О. Смородін окреслив перед слухачами завдання керівників фотогуртків у висвітленні завдань десятої п'ятирічки, ознайомив їх з основами композиції фотокдру. Його колега Ю. І. Федоров розповів про нові моделі фотоапаратури й перспективи розвитку фотопромисловості, про фотокінематериали. Темати теоретичних і практичних занять, які

проводили Ю. І. Федоров та В. Ф. Горіцин, були: визначення правильної експозиції фотознімки; натурне знімання і знімання для виробничого портрета. Про планування та облік роботи, звітність фотогуртка при Будинку культури УТОГ розповів директор науково-методичного кабінету клубної роботи УТОГ І. А. Сапожников.

Учасники семінару відбували практику у фото-кінолабораторії Республіканських курсів УТОГ під керівництвом лаборанта С. Павлова. Роботи слухачів було докладно розглянуто й проаналізовано.

По закінченні семінару його учасники відвідали кінолабораторію Київського філіалу Шосткінського хімкомбінату.

Г. БЕЗЗУБОВ.

менем група спеціально запрошених користувачів каменярів, у недалекому минулому — червоних партизанів загону Калістрата Гелевця: Микола Іскра, Василь Мельник, Андрій Степанський, Пилип Горобчук з братом і сином Миколою.

Для внутрішнього опорядження Мавзолею вони вручну виколовали великі гранітні площини.

В інших кінцях країни — засніженій Карелії, в сонячних Грузії і Вірменії, за далеким Уралом суворі зими, але щедрі душею каменярі теж виймали з надр дорожочинний матеріал. Йшов він разом з українським на Красну площу і тут, відполірований на спеціально збудованому заводі, грав всіма кольорами землі...

Серед численних експонатів музею архітектури імені Щусева є один особливо хвилюючий — мініатюрна копія гранітного Мавзолею. Та сама, про яку часто згадують старі гранітники.

Якось з Москви в Головіно надійшла посылка, а в ній — фанерний макет Мавзолею. В прикладеному листі було прохання облішувати його гранітними плитками відповідних кольорів. Був цей макет перед очима у зодчих, коли велось на Красній площі велике будівництво. І коли поліських гранітників запросили до столиці до-

помагати зводити величну споруду, по цьому макету вони звряли свою тонку роботу.

У точній послідовності прилягали один до одного українські граніти, карельський кварцит, грузинський мармур. І теплішим ставав камінь від рук будівничих різних національностей. Першими відвідувачами нового Мавзолею стали саме вони. І стара, зроблена тоді на його фоні фотографія воскрешає в пам'яті героїку і подвиг майстрів каменю.

Ці події — тепер вже історія. І є в них славне продовження, гідне старшого покоління гранітників. На місці колишніх кар'єрів з примітивним обладнанням в Головіні, Турчинці, Лезниках виросли сучасні підприємства, оснащені за останнім словом техніки. Є тут машини, що розрізують гранітну брилу на плити заданої товщини і полірують її до дзеркального блиску. І все це без особливої напруги, легко і граціозно. Є тут свої герої-орденоносці. Уже третє покоління головинської династії Войтенків вчиться і вчить інших розуміти камінь. Житомирські граніти по всьому світу в пам'ятниках, метрополітенах, набережних, меморіальних і житлових комплексах...

М. ПРИЛУЦЬКИЙ.  
(РАТАУ).

## ВЕТЕРАН, КЕРІВНИК ПІДПРИЄМСТВА

Нещодавно колектив Білоцерківського УВП відзначив 60-річний ювілей свого директора І. І. Котова. 26 років Іван Івлевич незмінно очолює УВП, яке з напівкустарних колись майстерень перетворилося у високомеханізоване сучасне підприємство. Сотні глухих, інвалідів одержали тут путівку в життя, стали кваліфікованими майстрами швейного виробництва. Кращих з них, зокрема трудівниць Станіславу Кухаренко і Марію Шкурлатовську нагороджено орденами Трудового Червоного Прапора, Ганну Черус — медаллю «За трудову доблесть». Чотирьом швеям присвоєно почесне звання «Майстер — золоті руки», шести — звання «Краща за професією», 185 робітників отримали звання «Ударник комуністичної праці».

Білоцерківське УВП неодноразово займало призові місця в соціалістичному змаганні серед підприємств УТОГ, виходило переможцем у всесоюзному змаганні за культуру виробництва. Ще 15 серпня 1975 року УВП виконало свій п'ятирічний план. Словом, багато хороших справ на рахунку Білоцерківського учбово-виробничого підприємства, і в цьому, безперечно, чимала заслуга його, директора. Не дивно, що Іван Івлевич має нині такий великий авторитет у колективі.

Свій трудовий шлях І. І. Котов розпочав вісімнадцятирічним юнаком — бондарем у промисловій артілі, згодом став керівником у такій же артілі. У передвоєнні роки І. І. Котов служив у прикордонних військах, працював інструктором райкому комсомолу, райкому партії, секретарем райкому комсомолу.

У період Великої Вітчизняної

війни Іван Івлевич командує взводом, а потім — ротой. За мужність і відвагу, виявлену у боях з німецько-фашистськими загарбниками, його нагороджено орденом Червоної Зірки і медалями. Інвалідом І. І. Котов став через поранення.

По демобілізації Іван Івлевич працює у Білоцерківському міському підприємстві. Згодом — для розширення місцевого підприємства глухих та інвалідів, його організаційного зміцнення та поліпшення трудовлаштування у ньому людей з фізичними вадами — міським партії доручає І. І. Котову очолити Білоцерківське УВП. На цій посаді повною мірою виявилися неабиякі організаційські здібності Івана Івлевича. Ініціативний, вимогливий до себе і підлеглих, водночас чуйний до людей, він став прикладом для всього колективу підприємства.

Глухі трудящі не раз обирали І. І. Котова до складу керівних органів обласної організації УТОГ. Іван Івлевич завжди охоче бере участь у громадсько-корисній роботі, передає свій багатий досвід молодим робітникам, по-батьківському піклується про підготовку гідної трудової зміни.

За високі показники в роботі УВП і дострокове виконання завдань дев'ятої п'ятирічки Івана Івлевича представлено до нагороди знаком «Ударник дев'ятої п'ятирічки».

Президія Київського обласного відділу УТОГ гаряче вітає шанованого ювіляра і зичить йому міцного здоров'я, щастя, нових успіхів у роботі.

О. ТРОХИМЕЦЬ,  
голова Київського обласного відділу УТОГ.

### ЛЮДИ КОЛГОСПНОГО СЕЛА

## В'ЄТЬСЯ СТЕЖКА КРІЗЬ ПОЛЯ...

стислося Миколчине серце, розумів: велика біда прийшла до їхньої хати, до їхнього села, для всього світу.

Так Миколка залишився з однією матір'ю. Повинні були стерпіти і голод, і холод — аж доки не скінчилося воєнне лихоліття. Аж доки одного вересневого ранку в село не ввійшли білці з червоними зірками на пілотах. А там — після салютів Перемоги — повернувся додому й Андрій Губар — батько. Від нього давно не було жодної звістки. Дивлячись у синові очі, дістав батько з рюкзака найдорожчого тоді подарунка — шматок солдатського хліба і білу білу грукду цукру. А потому власними руками приколовав Миколці на сорочку свої бойові нагороди.

Наступного ж ранку, ведучи Миколку за руку, вийшов батько на поле. З того дня не полишав Губаробської професії Андрій Губар, чив любити її і Миколу, а згодом — другого сина, Дмитра. У тім, що Микола росте роботящим хлопцем, незабаром переконалися всі його односельці.

20 років уже трудиться Микола

Губар у колгоспі імені XXII з'їзду КПРС. І ні разу йому не спала думка шукати якогось легшого хліба. Чудовий хлопець Микола, — тепло каже про нього голова колгоспу тов. Манченко і додає: є хороший приклад його братові Дмитрові, є ким пишатися батькові.

Справді, Миколою може пишатися вся його сім'я. І не тільки сім'я! На його рахунку багато хороших справ, багато трудових досягнень. Ось і тепер: зніжковий і в той же час урочистий, їде Микола до покритого зеленим оксамитом столу, там, під оплески всіх колгоспників, отримує високу нагороду — орден «Знак Пошани». Має на грудях уже не одну відзнаку, а на руці — іменного годинника, теж подарованого за ударну працю.

Глибоко шанують Миколу односельці. Та й хіба лише односельці? На урочистих зборах, міжрайонних зльотах передовиків сільського господарства не раз лунає ім'я славного хлібороба. Його портрет — на Дошці пошани облівідділу УТОГ.

Н. АКСЮК.

Полтавська обл.



Виробничі колективи рукавичної дільниці Сумського УВП, якими керують Ганна Семенівна Дідоренко (ліворуч) та Марія Іллівна Нагірна змагаються між собою. Обидві бригади достроково завершили виконання завдань дев'ятої п'ятирічки, а тепер наполегливо змагаються за гідну зустріч XXV з'їзду КПРС.

Фото И. МІНДЕЛЯ.

НАШЕ ЖИТТЯ 3 СТОРІНКА

Субота, 24 січня 1976 р.



# НАГОРОДИ НЕВТОМНИМ

Мені хочеться розповісти про одного з наших ветеранів, які незважаючи на свій вік, продовжують працювати нарівні з молодими, беруть активну участь у громадському житті.

Все своє життя В. Д. Лозинський присвятив вихованню дітей. Він підготував до трудового життя великий загін молоді, що поповнила лави передовиків виробництва, ударників комуністичної праці. Нині Валентин Дорофійович працює вчителем Чернівецької спецшколи-інтернату для глухих дітей.

За багаторічну роботу в школі члена УТОГ відзначено урядовими нагородами. Вечорами В. Д. Лозинський відвідує Будинку культури, зустрічається з товаришами, ділиться багатим життєвим досвідом.

Відвідує культзаклад і член УТОГ Н. В. Лавренюк. Наталія Василівна — робітниця швейної дільниці Чернівецького УВП. Вона виконує норми виробітку нарівні з молодими. Понад 20 років незмінно трудиться ветеран на УВП, самовіддана трудівниця служить прикладом у праці та громадській діяльності для членів колективу дільниці.

27 років працює мотальницею на Чернівецькому УВП і М. В. Пантя. Марія Василівна користується заслуженою шаную у колективі, робить все, щоб примножити здобутки підприємства.

Від імені Президії Верховної Ради СРСР виконком Чернівецької обласної Ради депутатів трудящих нещодавно нагородив медалями «Ветеран праці» членів УТОГ Лавренюк Н. В., Пантю М. В., Батшева М. Б., Колесника М. Г. та інших ветеранів праці.

**Г. ВЛАСОВ,**  
громадський кореспондент.  
м. Чернівці.



Світлана Кремльова, яку ви бачите на знімку, мешкає в Івано-Франківську. Вона відвідує дитячий садок і одночасно займається в гуртку класичного балету при місцевому Будинку піонерів. Інколи дівчинка показує батькам — інструктору обласного УТОГ Миколі Захаровичу та робітниці УВП Ніні Іллівні і братові Сашкові — свої успіхи в танцях.

Фото І. ЩЕРБАНЮКА.

## ВІДЗНАЧЕНО КРАЩИХ

У Ворошиловграді відбувся огляд стінних газет учбово-виробничих підприємств і культосвітніх закладів обласного відділу Українського товариства глухих. Кращими визнано стінні газети «Культура — в масі», яка вже чверть віку випускається у Ворошиловградському міському відділі Товариства, і «Вимпел» — орган правління Ровеньківського міського відділу УТОГ. Їх нагороджено Почесними грамотами.

Других премій удостоєні стіннівки Ворошиловградського учбово-виробничого підприємства і Лисичанського міського відділу Товариства.

Відрадним є те, що на сторінках вказаних вище газет і ряду

інших стіннівок чільне місце відводиться висвітленню соціалістичного змагання трудових колективів за успішне виконання і перевиконання зобов'язань, взятих на честь XXV з'їзду КПРС, досвіду ударників дев'ятої п'ятирічки, підключення партії і уряду про добробут радянських людей.

У випуску стінних газет активну участь беруть численні робітничі і сільські кореспонденти. У своїх листах вони критикують наявні недоліки в роботі підприємств, клубів. За виступами стіннівок живляються дієві заходи по поліпшенню роботи учбово-виробничих підприємств і культосвітніх закладів.

**В. БЕЗЕЛЄВ,**  
журналіст.

# ЦІКАВА ПОДОРОЖ

Уже давно завершилися зимові канікули учнів і в школах повним ходом ідуть заняття, але мені все ж хочеться розповісти про те, як діти трудівників Запорізького учбово-виробничого підприємства провели свій відпочинок.

Про їх змістовне дозвілля заздалегідь подбав місцевий комітет та бюро первинної організації УТОГ підприємства. Обговоривши це питання на спільному засіданні, вони утворили організаційну комісію і доручили їй виїздити в міському бюро подорожей: чи не можна під час канікул організувати для дітей цікаву і корисну мандрівку? Після вивчення пропозицій бюро подорожей було обрано такий маршрут: «Запоріжжя—Севастополь—Керч—Новоросійськ».

І ось 30 грудня минулого року поїзд з школярами-туристами відійшов від перону Запорізького вокзалу. У Севастополі наші дітки ознайомилися з визначними та культурними пам'ятниками легендарного міста, його історією, а відтак вирушили до м. Керчі.

Тут вони побували в знаменитих катакомбах, де під час Великої Вітчизняної війни переховувалися радянські партизани, оглянули місто і переправилися через Керченську протоку.

У Новоросійську їх чекала цікава і захоплююча екскурсія. До Запоріжжя поїзд повернувся третього січня. У цій чудовій мандрівці взяло участь 14 хлопчиків і дівчаток.

Організувала подорож наших дітей і супроводжувала їх у дорозі молода робітниця підприємства Олена Василівна Ілляшенко, за що батьки їй дуже вдячні.

Цікаво минули канікули і для тих дітей, що залишилися вдома. Для них також була організована захоплююча програма в обласному Будинку культури біля гарно прикрашеної ялинки.

**Л. ПАШИН,**  
ст. економіст Запорізького УВП.

## НА ДОПОМОГУ ГРОМАДСЬКОМУ ТРЕНЕРОВІ

### ЗАНЯТТЯ ТРЕТЄ ФУТБОЛ

#### Розвиток швидкості, витривалості

Перш, ніж приступити до викладу суті заняття, слід визначити періоди тренування. Їх існує три — підготовчий, основний або період проведення змагання, і перехідні.

Перший з них охоплює період підготовки команди до сезону. Другий, основний, — це тренувальний процес під час змагання.

Перехідний період — це час після змагання, коли тренувальні навантаження зменшуються. Спортивна форма футболістів зберігається за рахунок легких навантажень, ігрових видів спорту, простої гри у футбол. Спортсмени в цей час в основному активно відпочивають. Завдання цього періоду — зняти нервову і психологічне навантаження, що його дістали футболісти під час змагання.

Тепер про мету нашого заняття. Як і наступні, воно відноситься до підготовчого періоду і спрямоване на розвиток швидкості, швидкісної витривалості.

Як завжди, 5—10 хвилин слід відвести футболістам на роботу

з м'ячем (жонглювання, гра в «квадрат» та інші вправи). Для контролю спортивної форми футболістів рекомендується зробити заміри (прикидки) з бігу на 30 метрів — (розділ швидкості і комплексу). Ці 30-метрові пробіжки з максимальною швидкістю слід повторити п'ять разів з інтервалом між забігами не більше однієї хвилини. Результати записати. Через кожні два-три тижні робити контрольні заміри в цих нормативах.

Після прикидок на швидкість і швидкісну витривалість, якщо дозволяють умови (погода, стадіон, якщо є вимірювана дистанція), було б добре провести випробування за «тестами Купера», тобто дати 12-хвилинний біг, а результат (метраж за цей час) записати.

Такі прикидки 12-хвилинного бігу треба робити кожного тижня. Якщо заняття проходять у залі, то рекомендуємо виміряти його периметр і проводити тут біг.

#### ТАБЛИЦЯ ОЦІНКИ ВИТРИВАЛОСТІ ЗА КУПЕРОМ (ПРОТЯГОМ 12-ХВИЛИННОГО БІГУ)

| Ступінь підготовки | В і к         |               |
|--------------------|---------------|---------------|
|                    | до 30 років   | 30—39 років   |
| Зовсім погана      | менше 1600 м  | менше 1500 м  |
| Погана             | 1600—2000     | 1500—1800     |
| Задовільна         | 2000—2400     | 1850—2250     |
| Добра              | 2400—2800     | 2250—2640     |
| Відмінна           | 2800 і більше | 2650 і більше |

Після всіх видів змагань 20 хвилин програми варто відвести на гру у футбол.

Тренеру слід привчати спортсменів до самоконтролю почуття, а також самому слідкувати за їх почуттями, за віддачею тренування. При цьому необхідно пам'ятати рекомендації по підрахунку пульсу протягом тренування.

При пульсі 90—100 ударів за хвилину рекомендується проводити заняття по підтриманню спортивної форми, з тактики. При 106—118 ударів — заняття з тех-

ніки, швидкості, спритності. При 120—130 ударах — проводити всі види витривалості.

Якщо після якоїсь вправи заміряти пульс у того чи іншого футболіста і він виявиться меншим за норму, то спортсмен працює не на повну силу.

**В. КУЛІБАБЕНКО,**  
тренер з футболу Київського обласного УТОГ.

Редактор П. БУЛАТОВ.



### Срібне весілля

Металорізалника Володимира Миколайовича Винниченка та його дружину Поліну Сергіївну — контролера готової продукції — знають у нашому робітничому колективі як чудову родину. У злагоді та любові живуть вони, виховавши двох дочок.

Нещодавно, з нагоди 25-річчя спільного життя, подружжя Винниченків відсвяткувало своє срібне весілля. Пам'ятним став цей день для Володимира Миколайовича та Поліни Сергіївни. Колектив підприємства тепло привітав Винниченків зі знаменною подією в їх житті. Друзі по роботі та рідні щиро зичили їм щастя, нових успіхів і довгих років життя.

**Н. ХМЕЛОВСЬКА,**  
слюсар-складальник Запорізького УВП.

## ПОЛЮВАННЯ РУДОЇ ШАХРАЙКИ

### З БЛОКНОТА НАТУРАЛІСТА

Січневі морозні снігові дні примусили птахів і звірів триматися ближче до людських осель. А тому з'явилася більша можливість спостерігати за життям тваринного світу. Нещодавно мені довелося стати свідком вдалого полювання рудої шахрайки.

...Після тривалої лижної прогулянки у лісі я вийшов на кол-

госпне поле. Мою увагу привернула вороняча зграя, що злітала вгору, ніби когось лякаючись. Придивившись уважніше, я помітив неподалік лисцю. Яскраво-руді на білому снігу, вона викликала справжнє захоплення. Неквапливо і обережно бігла лисця у бік від птахів. Потім зупинилася і несподівано лягла, на-

віть витягла лапи. Через кілька хвилин до бездиханної шахрайки наблизилася кілька ворон.

Коли птахи були вже досить близько, лисця миттю скопилася і стрибнула на одного з них. Але її спіткала невдача, ворони відлетіли. Подібний маневр рудохвоста шахрайка повторила кілька разів, поки, нарешті, трофей опинився у неї в зубах. Трохи поміркуювши, в який бік податися, лисця заспішила до густого соснового молодняка.

**В. ГРИГОРЕНКО.**

### СЛУЖБА ЗДОРОВ'Я

## ЗА ПОРАДОЮ—ДО ЛІКАРЯ

Холодної пори року чи не найбільш поширеною хворобою є грип. Як застерегти себе від недуги? На це запитання відповідає головний інфекціоніст м. Києва кандидат медичних наук Г. Г. КАЗАЦЬКА.

— Поширенню грипозної інфекції сприяють три фактори. Перший — наявність джерела недуги, тобто хворого. Другий — збереження вірусу у зовнішньому середовищі, третій — люди, сприйнятливі до інфекції.

Заходів профілактики також умовно можна визначити три: ізоляція

хворого, знищення вірусу у зовнішньому середовищі, підвищення захисних сил організму здорових людей.

Оскільки джерелом інфекції є хворий, його слід покласти в окрему кімнату, виділивши речі для індивідуального користування. Якщо такої кімнати немає, то ліжко треба відгородити ширмою чи простиралом.

Той, хто доглядає хворого, обов'язково повинен носити марлеву маску, періодично стерелізувати її — кип'ятити та прасувати. Доведено, що маска, змита з чотирьох шарів марлі, затримує 90 процентів мікробів. Посуд хворого, носові хустинки, білизну слід також кип'ятити.

Наявність у повітрі невеликої кіль-

кості (5—15 міліграмів на кубічний метр) хлору згубно діє на вірус. Тому доцільно протирати підлогу 0,2-процентним розчином хлорного вапна з розрахунку 0,3 літра на квадратний метр.

Грипозний вірус нестійкий на відкритому повітрі. Систематичне провітрювання приміщень у житлових будинках, в установках, на підприємствах, у школах, кінотеатрах, магазинах, їдальнях — необхідний захід попередження спалаху захворювання. Вікна і квартирки відкривайте, коли у приміщенні немає людей.

Розвитку грипозної інфекції сприяє охолодження організму.

У поширенні інфекції часом винні хворі, хоча відомо, що переносити грип «на ногах» не можна ні в якому разі так само, як і займатися самолікуванням.

Рано розпочате лікування, постільний режим полегшують перебіг недуги. І найкращий порадник тут — лікар.