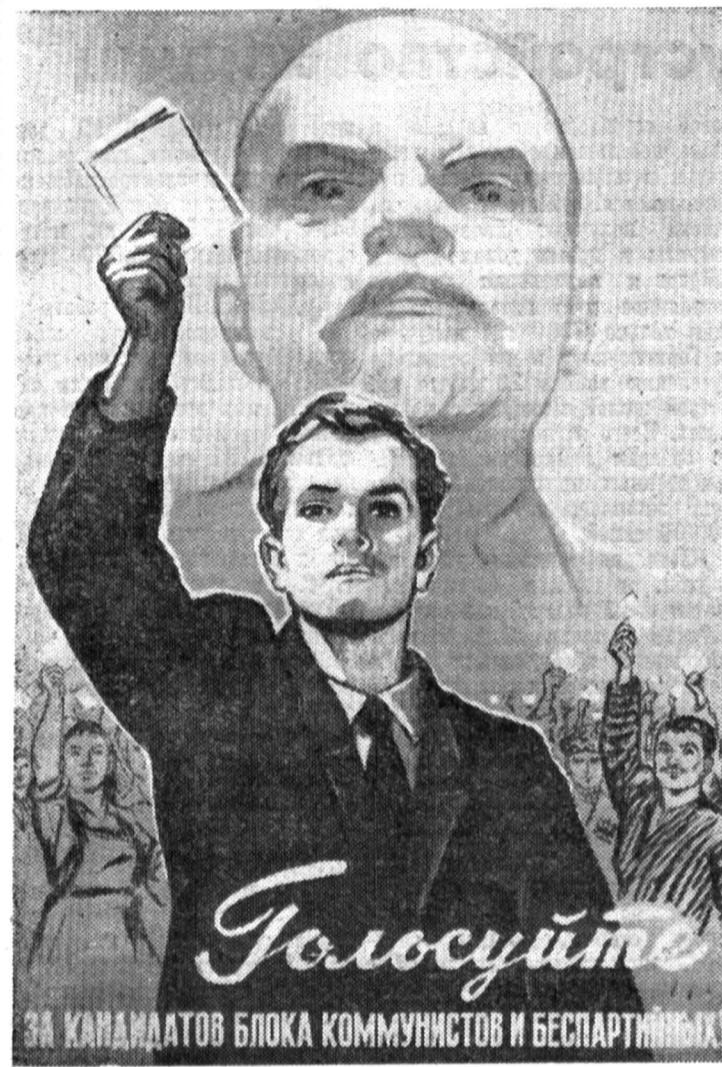


**5 марта —  
все на выборы  
в местные Советы**



## НЕ МОГУ СТОЯТЬ В СТОРОНЕ

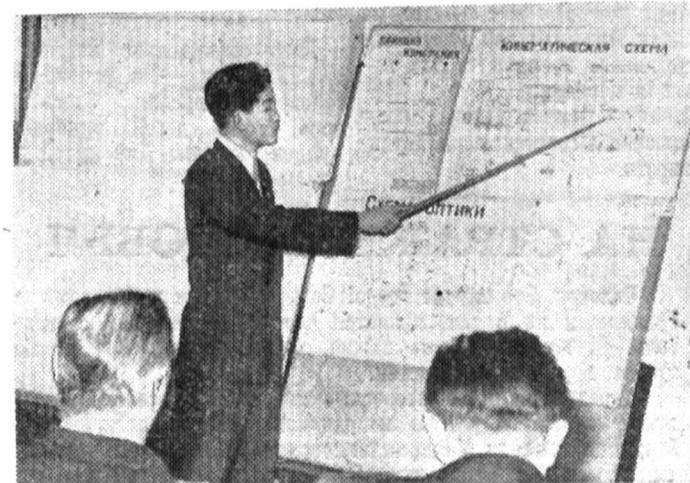
В ЭТИ исторические дни, когда вся страна под руководством партии и ее ленинского ЦК во главе с товарищем Н. С. Хрущевым готовится к достойной встрече XXII съезда Коммунистической партии Советского Союза, невозможно стоять в стороне и быть только наблюдателем героических дел советского народа, строящего коммунизм.

Три года назад я ушел на пенсию по возрасту, как принято говорить, на «заслуженный отдых». Но до конца своих дней я должен оставаться и останусь в строю. Это вопрос для меня не дискуссионный. Именно поэтому у меня созрела мысль серьезно подумать об активной роли пенсионеров в коммунистическом строительстве и их участии в выполнении семилетнего плана развития народного хозяйства нашей страны.

Отдых от отдыхом. Но ведь можно и находясь на отдыхе, без какого-либо ущерба для здоровья конкретными, пусть скромными практическими делами участвовать в строительстве величественного здания коммунизма.

### ОТ РЕДАКЦИИ

Это письмо было прислано в партийное бюро института. Легко понять автора письма. Действительно, тому, кто еще чувствует в себе силы, трудно оставаться в стороне от великой стройки, которую осуществляет сейчас весь советский народ. Советы ветеранов труда, созданные на многих промышленных предприятиях и в учреждениях, — яркое свидетельство этого. Умудренные жизненным опытом, хорошо знающие свое дело, пенсионеры могут оказать большую помощь в строительстве коммунизма. И нет сомнения, что патриотический поступок бывшего работника нашего института Г. И. Брозголя станет достойным примером для других.



Отлично занимался в институте в течение всех шести лет студент 609-й группы Цуй Цзюнь-чжэ. Его блестящие выполненные дипломный проект, оригинальный по замыслу и применимый в промышленности, получил на государственной экзаменационной комиссии высшую оценку.

Фото студента 609-й группы В. Сергеева

# Кадры ПРИБОРОСТРОЕНИЮ

Орган партбюро, комитета ВЛКСМ, профкома и дирекции  
Ленинградского института точной механики и оптики

№ 7 (324)

Вторник, 28 февраля 1961 г.

Выходит с 1931 г.  
Цена 2 коп.

### ВЕСТИ С ЗАВОДОВ

## ТАКИЕ НАМ НУЖНЫ

В СЕНТЯБРЕ прошлого года на ГОМЗ прибыла группа дипломантов Института точной механики и оптики. С первых дней работы над дипломными проектами студенты проявили исключительную работоспособность и глубокое понимание поставленных перед ними задач.

Хорошая и теоретическая подготовка и большой кругозор, полученные в институте, позволили им быстро выбрать правильные направления в разрабатываемых проектах. В результате огромной работы, проделанной дипломантами, завод получил целый ряд технических проектов приборов, а также проектов их модернизации, которые будут использованы для выпуска рабочих чертежей.

Особенно следует отметить хорошую теоретическую подготовку дипломантов 640-й

группы О. Миронова, В. Рожкова, Л. Барышевой, О. Поповой, Т. Ивановой, Л. Цапиловой, Л. Кузнецовой и Н. Гавриловой.

Учитывая, что большинство современных оптических приборов тесно связано с электроникой и электротехникой, необходимо в дальнейшем эти дисциплины преподавать студентам в таком же объеме, как на специальных факультетах.

Приятно сознавать, что большинство упомянутых выше дипломантов вольется в коллектив нашего завода.

Е. КОГАН,  
ведущий конструктор завода

### В НОМЕРЕ:

Вот она, власть народная

Первый выпуск новой специальности

### Суд

### над хулиганом

«Моржи» выходят на старт

Виктор Григоренко — рекордсмен



## ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ

СЛАВНЫМИ делами ознаменовывает подготовку к XXII партийному съезду коллектив оптического участка механосборочного цеха УПМ.

Из месяца в месяц оптика выходит победителями в социалистическом соревновании участков учебно-производственных мастерских. В ноябре, декабре и январе занимали они первые места, каждый раз досрочно выполняя месячный план.

Не был исключением и февраль. Уже к 25-му числу большинство рабочих выполнило индивидуальные месячные задания и стало работать в счет марта.

Хорошо трудятся производственные участники заготовки. С опережением графика сдает продукцию шлифовщик Сергей Григорьевич Крылов. Каждая изготовленная им деталь отличается особой тщательностью обработки. Опытный рабочий не знает, что такое брак. Он работает быстро и аккуратно.

Стремится не отставать от Крылова и молодой рабочий Юрий Терентьев. Его работу также отличает высокое качество исполнения. Юрий успешно совмещает труд с учебой — он студент заочного Политехнического института.

Говоря о производственных достижениях участка, нельзя не упомянуть и Марии Алексеевну Жучкову, за которой прочно укрепилась слава мастера на все руки, умелой и добросовестной работницы.

Самоотверженно трудятся и полировщики. Среди них тон задает Николай Евгеньевич Страшнов. Оптик 5-го разряда, он в совершенстве овладел своей специальностью. Никто не сравнялся с ним в мастерстве обработки мельчайших деталей микропротеки. Высокая точность и тонкость выполняемых работы не мешают, однако, Николаю Евгеньевичу регулярно перевыполнять план.

Недавно оптический участок одержал серьезную трудовую победу. В ответ на решение январского Пленума ЦК КПСС коллектив участка досрочно сдал заказ для Сельскохозяйственного института — 20 комплектов оптических деталей.

Закончено изготовление и другого важного заказа — зеркал к осциллографам для завода «Вибратор». Сейчас оптика приступили к изготовлению скоростной съемочной кинокамеры.

В. КЛЕНИН

### ХРОНИКА

22 ФЕВРАЛЯ в Актовом зале института состоялось партийное собрание, посвященное итогам январского Пленума ЦК КПСС. С докладом выступил преподаватель кафедры марксизма-ленинизма И. В. Сигов. В прениях по докладу приняли участие начальник УПМ Ю. Н. Прокофьев, секретарь комитета комсомола Г. Громов и преподаватель кафедры марксизма-ленинизма М. А. Бурнистрова.

На собрании было принято решение по обсуждаемому вопросу.

23 ФЕВРАЛЯ состоялось общепринятое торжественное собрание, посвященное 43-й годовщине Советской Армии и Военно-Морского Флота. С докладом выступил старший преподаватель Б. К. Можин.

В заключение присутствовавшие просмотрели документальный фильм.

# РАСТЕТ И ХОРОШЕЕТ НАШ РАЙОН!

Недавно состоялся семинар агитаторов, принимающих участие в проведении избирательной кампании по выборам в местные Советы. С докладом «О путях развития Октябрьского района» выступил заместитель председателя райисполкома депутат райсовета В. А. Липатов.

Ниже мы публикуем отдельные факты и примеры о развитии района. Они, несомненно, будут интересны читателям нашей газеты, и, кроме того, могут послужить агитаторам и пропагандистам как подсобный материал для проведения бесед и докладов.

С ТОГО незабываемого дня, когда легендарный крейсер «Аврора» громом своих орудий возвестил о рождении нового, социалистического государства, прошло более 43 лет.

Неизвестно преобразилась наша страна. Большие изменения произошли и в нашем Октябрьском районе. Для молодежи все достигнутое ценой больших жертв и труда кажется вполне обычным. Но многие старожилы помнят, какими были Коломна и Спасская часть нашего района до революции.

Именно здесь, в Коломне, особенно ощущались противоречия царского самодержавия. На Адмиралтейской набережной, площадях, каналах сверкали позолотой дворцы и особняки вельмож. Здесь жили «отцы города». Они считали себя хозяевами заводов, фабрик, всех богатств земли русской. А стоило отойти в сторону от этих улиц, и на Мясной, Перевозной, набережной реки Пряжки можно было видеть так называемые «доходные дома» с темными дворами-колодцами. Здесь ютился бесправный и полуголодный рабочий люд, по 12—14 часов в сутки гнувший спину на русских и иностранных капиталистов.

Имевшиеся в районе промышленные предприятия в большинстве своем принадлежали ино-

странцам. Адмиралтейским заводом, например, владело Франко-Русское акционерное общество, правление которого находилось в Париже. Шоколадно-бисквитная фабрика (ныне им. Самойловой), завод по обработке цветных металлов также принадлежали иностранным фирмам. В одной только Коломне по переписи 1890 года на 50.000 жителей приходилось более 7000 потомственных дворян, свыше 300 фабрикантов и купцов, более 38.000 рабочих и выходцев из крестьян, которые более чем на 50 процентов были неграмотные. В 1913—1914 годах в Петербурге из 2 миллионов человек населения лишь 16 тысяч имели право избирать в так называемое городское самоуправление.

ВЕЛИКАЯ Октябрьская социалистическая революция выбросила за борт кучку тунедел-цев-эксплуататоров. Народ навсегда взял власть в свои руки и в корне перестроил жизнь. Обильно пролитая кровь, жестокая борьба и творческий труд принесли свои результаты.

## 50.000 инженеров и техников

ОКТЯБРЬСКИЙ район по праву считаются кузницей, готовящей разносторонних специалистов для народного хозяйства нашей страны. В настоящее время здесь имеется шесть высших учебных заведений: Институт точной механики и оптики, Институт инженеров железнодорожного транспорта, Кораблестроительный институт, Государственная консерватория им. Римского-Корсакова и другие, семь техникумов—Строительный, Механический, Железнодорожный и автодорожного транспорта и целый ряд других специальных училищ, школ.

Можно смело сказать, что теперь в каждом уголке страны трудятся питомцы учебных заведений Октябрьского района. За годы Советской власти вузы и техникумы района выпустили более 50.000 инженеров и техников-кораблестроителей, специалистов железнодорожного и автомобильного транспорта, строителей, музыкантов, артистов.

Интересно сравнить цифры. Институт инженеров железнодорожного транспорта за 108 лет своего существования до революции выпустил 6115 инженеров, а за 43 года Советской власти — свыше 20.000 специалистов.

Кадра  
ПРИБОРОСТРОЕНИЮ

2 стр. 28 февраля 1961 г.

## 600 миллионов рублей — на благоустройство жилищ

За последние 5 лет в Октябрьском районе население уменьшилось примерно на 30.000 человек. Почему же это произошло?

Известно, что в нашем районе

новое строительство ведется в надстроек домов. В 92 домах очень небольшом объеме, а недопроизведен ремонт канализации, стояк в жилплощади постепенно заменена кровля общей площадью более чем 185.000 кв. метров, отремонтировано 15.000 дверей и оконных проемов.

В ДАЛЬНЕЙШЕМ работа по благоустройству жилого фонда будет значительно увеличена. По плану семилетки за 5 предстоящих лет намечено капитально отремонтировать дома площадью в 231 тысячу кв. метров, покрасить свыше миллиона погонных метров фасадов, в 88 домах восстановить лифты, в 229 домах заасфальтировать дворы и т. д. На все это ассигновано 55 миллионов рублей (в новых дачах).

Несколько лет тому назад в районе полностью завершена газификация жилых домов. На это израсходовано 109 миллионов рублей. Большая работа теперь проводится по теплофикации. В 220 домах жильцы уже не беспокоятся о заготовке дров на зиму, их квартиры теперь отапливаются от городской теплоцентрали. Это очень удобно и значительно дешевле. Во вторую очередь (в текущем семилетии) предусмотрено завершить теплофикацию еще в 346 домах от Крюкова канала до Финского залива. И

концу 1965 года 9/10 всего жилого фонда района будут обеспечены центральным отоплением. В РАЙОНЕ проводится огромная работа по благоустройству имеющегося жилого фонда. Ни для кого не секрет, что именно у нас, в Октябрьском районе, больше чем где-либо осталось в наследство от «отцов города» много старых, неблагоустроенных, многоквартирных домов с печным отоплением. Уничтожение скученности, быстрейшее проведение капитального ремонта и перепланировки домов в более благоустроенные квартиры по 2—3 комнаты — одна из главных задач районных организаций.

И она успешно осуществляется. На восстановление, благоустройство и капитальный ремонт жилого фонда в районе с 1946 по 1960 год израсходовано 600 миллионов рублей. Характерно, что капиталовложения растут с каждым годом. Если в 1946 году было израсходовано 11 миллионов, то в 1960 — 50 миллионов рублей.

За один только прошлый год капитально отремонтировано 30.000 кв. метров жилой площади и около 3000 кв. метров дополнительно получено за счет условий.

## НА МЕСТЕ ЦЕРКВЕЙ — СВЕТЛЫЕ ПРОСТОРНЫЕ ШКОЛЫ

В КОЛОМЕНСКОЙ и Спасской частях города по переписи 1890 года было 50.617 негромых. Дети рабочих в большинстве своем тогда не знали дороги в школу и проводили время на улице и грязных задворках.

Даже значительно позднее — в 1913 году — в районе было только 4 гимназии. Здесь учились 1500 детей чиновников, купцов, мещан. Для детей пропольствии.

## НА СТРАЖЕ ЗДОРОВЬЯ

Человек. Это звучит гордо! Самым ценным капиталом, не сравнимым ни с чем, является человек — творец, созидатель. И, конечно, очень важно, чтобы человек был всегда здоров, бодр, жизнерадостен.

Перед нами небезынтересные цифры. В дореволюционное время в нашем районе находились одна Психиатрическая больница, платная Максимилиановская больница, 1 платная поликлиника с 34 врачами и один родильный дом для бедных на 15 крек.

Сейчас же трудящихся района обслуживают шесть больниц, из них 2 детских, 1 санаторий для подростков, 15 поликлиник и амбулаторий, 2 туберкулезных диспансера, 3 детских поликлиник.

С каждым годом растет в районе количество учреждений, стоящих на страже здоровья трудящихся.

Стого люда было всего лишь пять начальных школ, где обучались 6170 человек.

Как не похож наш район на прежний теперь, когда о воспитании детей заботится сам народ. Советское правительство проявляет повседневную заботу о воспитании детей, отпускает крупные средства на развитие образования. В районе за короткое время на бывших пустырях, а также на местах снесенных церквей построены 23 новые школы. На их строительство израсходованы десятки миллионов рублей.

С 1959 года для детей рабочих и служащих района предоставляется 520 мест в школах-интернатах других районов. В настоящее время в Петродворце строятся четыре новых здания, на базе которых в 1962 году будут созданы две районные школы-интернаты на 900 детей.

Всего в районе теперь имеется 34 средних школы, в которых обучается свыше 31.570 детей. Кроме того, более 5600 юношей и девушек повышают свое образование в 10 вечерних школах рабочей молодежи.

# ПЕРВЫЙ ВЫПУСК

На заседаниях государственной экзаменационной комиссии, состоявшихся 20 и 21 февраля, защищали дипломные проекты студенты новой специализации оптического факультета — «Расчет и конструирование оптических систем».

Пятнадцать дипломантов выполнили интересные расчеты оптики новых приборов по реальным заданиям промышленных предприятий и научных учреждений. Все они продемонстрировали хорошую подготовленность к своей будущей практической инженерной деятельности.

Государственная экзаменационная комиссия оценила работы тринадцати молодых инженеров баллом «отлично», два выпускника получили отметку «хорошо». Четыре дипломанта — И. А. Никитина, Ю. П. Каспарьянц, В. А. Зверев и Н. Н. Калинина — были удостоены дипломов с отличием.

Кафедра теории оптических приборов считает, что ее работа по подготовке инженеров новой специализации, чрезвычайно нужной советской оптической промышленности, увенчалась успехом. Коллектив кафедры желает своим выпускникам новых достижений в труде и науке.

В. Н. ЧУРИЛОВСКИЙ, профессор



На занятиях в лаборатории кафедры оптико-механических приборов. Студенты 335-й группы В. Козлов и В. Ободовский проводят лабораторные работы.

Фото студента 335-й группы Л. Мусина

## РЕПЛИКА ДИРЕКТОРУ СТОЛОВОЙ № 21

ПОЖАЛУЙ, самое оживленное место в институтском здании 3,5 сантиметра. Если бы этот стеклянный резец оказался в желудке посетителя, вряд ли бы ему довелось побывать еще раз в институтском буфете, так же, как, впрочем, и в любом ином. Поэтому он поспешил показать свою находку буфетчице Марии Степановне Круковской. Взглянув на осколок, она авторитетно изрекла:

— Стекло. Обыкновенное. — И посоветовала: — Выбросьте его.

Заместитель директора столовой Степан Яковлевич Гукелов был настроен еще более «философически».

— Стекло? В стакане? Что же тут удивительного? Мы не в состоянии следить за каждым стаканом. Мало ли что случается...

По меньшей мере странные «рассуждения».

На наш взгляд, администрацию столовой должны беспокоить не только коммерческие вопросы, но и гигиена питания и соблюдение элементарных санитарных норм.

Уже после первых глотков любитель молока почувствовал, что на зубах у него что-то захрустело. Очистив рот от битого стекла, он поинтересовался содержимым стакана. На дне среди стеклянной «мелочи» лежал копьевидный осколок, длиной около

## ПОДЛОСТЬ НАДО НАЗЫВАТЬ СВОИМ ИМЕНЕМ

С ЗАДИ, без предупреждения, на темной лестничной клетке пьяный хулиган нанес неизвестным предметом сильный удар члену студсовета Стульпинасу в голову. Стульпинас потерял сознание. Незадолго перед этим пьяная компания, «отмечавшая» день рождения, выбила на лестнице стекла. Затем, когда распоясавшихся дружков препровождали в студсовет, они затеяли драку с другим активистом — Оробеем.

Таково вкратце «дело Ладыгина», вынесенное на рассмотрение институтского товарищеского суда.

Вряд ли другое слово может более точно и полно охарактеризовать поступок, совершенный студентом IV курса факультета точной механики Ладыгиным, как короткое слово: **подлость**. Напастя на своего же товарища предательски, тайком, когда он даже не подозревает об этом, что может быть более унизительно и мерзко!

### НА СУД КОЛЛЕКТИВА

В РЯД ЛИ для кого является секретом, что в отличие от народного суда суд товарищеский выполняет не столько карательную, сколько воспитательную функцию. Помочь оступившемуся человеку осознать и исправить свой проступок, сделать невозможным его повторение — такие цели преследуют открытое и искреннее обсуждение коллективом судьбы одного из своих товарищей.

Именно коллектив, в котором жил и учился Ладыгин, призван был всесторонне и глубоко разобраться в обстоятельствах его нападения на активиста, выявить истинную причину этого из ряда вон выходящего «чрезвычайного происшествия». Кому, как не товарищам по учебной группе и курсу, по комнате и этажу в общежитии, следовало честно и прямо сказать Ладыгину:

— Твой поступок возмутителен. Хулиганам не место среди нас. Подлецами не рождаются — ими становятся. Расскажи, что привело тебя в болото.

А Ладыгину нашлось бы что рассказать. Ведь не случайно заnim прочно укрепилась слава картежника и любителя выпить. Сколько раз его видели пьяным в общежитии, а порой дежурные просто отказывались пропускать его туда.

### «РАДЕТЕЛИ» ИЗОЩРЯЮТСЯ

МАЛО КТО из выступавших на суде говорил об этом прямо. Зато «радетелей» у Ладыгина нашлось немало. При этом самые рьяные из них старались «помочь» ему бесактными выкриками из зала, трусливо прячась, действительно ли они не видели, однако, за спинами товари-

# ХУЛИГАН И ЕГО АДВОКАТЫ

щих. К сожалению, какая-то пинасу и сделали бы они что-либо присутствующих сочувствуя, чтобы предотвратить хулиганский поступок своего «дружинника».

И прав был Г. К. Шерemet, сказавший, что следовало посаглядыванием было поведение группы студентов, толпившихся в углу остальных участников попойки, возле окна. Здесь были и друзья Ладыгина по выпивкам и, среди которых были и студенты 422-й группы, в которой он учился.

Надо сказать, что они неплохо «подготовились» к судебному заседанию. Именно здесь распределялись «роли» и принимались решения, кто, что и когда будет говорить. Один за другим выходили отсюда «адвокаты».

По-разному говорили они, разные приводили «доводы», не было в их речах недостатка общих фраз, осуждающих Ладыгина, но ведущим мотивом этих выступлений было: «Каких хороших людей мы сегодня судим? Как это могло случиться? И потому большинство речей звучало крайне неискренне.

### ЗАЩИТА ПОДСУДИМОГО ИЛИ ЗАЩИТА ПРЕСТУПНИКА?

ПО СУТИ дела разговора о хулиганском нападении на Стульпинаса не было. Об этом либо умалчивали, либо говорили в столь общих выражениях, словно это произошло неизвестно где и когда. Зато при перечислении заслуг Ладыгина «защитники» обретали дар красноречия.

Стоит ли удивляться, что у ряда студентов, недостаточно знавших Ладыгина, в результате подобной обработки сложилось о нем представление как о хорошем, но «вспыльчивом» студенте, страшно сказать чуть ли не безвинно.

Одним из доводов, приводившихся «адвокатами» Ладыгина, было утверждение: «Нашего товарища хотят выгнать из института — нужно защищать его любой ценой». И они защищали его именно так. Тут были и возмутительные выпады в адрес Стульпинаса и более чем сомнительные свидетельские показания Кеворкиана.

### ТРОЕ. МНОГО ИЛИ МАЛО?

РАЗДАВАЛИСЬ на суде и сотования, почему на скамье подсудимых сидят Пушков и Карсаков. Нет, это «не судебная» ошибка и не случайность. Об этом убедительно свидетельствовали и факт присутствия обоих в момент избиения и развязное их поведение на суде.

Приходится лишь сомневаться, действительно ли они не видели, как был нанесен удар Стульпинасу в коллективе института, товарищеский суд объявляет Ладыгину общественный выговор.

2. Студенту Пушкову К. А. за организацию распития спиртных напитков в общежитии и тем самым грубое нарушение приказа директора института объявить общественное порицание.

3. В отношении студента Карсакова В. А., не причастного непосредственно к хулиганскому поступку Ладыгина, суд считает возможным ограничиться вызовом на суд.

Председатель товарищеского суда Б. МОКИН  
Члены суда: З. МАРКОВ, И. МУШАИЛОВ

20 февраля 1961 г.

## Решение товарищеского суда ЛИТМО

ТОВАРИЩЕСКИЙ суд Ленинградского института точной механики и оптики на своем заседании 20 февраля 1961 года рассмотрел вопрос о привлечении к товарищескому суду студентов института: Ладыгина Б. А. (422-я группа факультета ТМ), Пушкина К. А. (428-я группа факультета ТМ) и Карсакова В. А. (57-я группа вечернего факультета) по делу о хулиганском поступке, выразившемся в нанесении физического оскорблении заместителю председателя студсовета Б. Стульпинасу при исполнении им своих общественных обязанностей.

Установив степень виновности каждого из привлекаемых, товарищеский суд постановил:

1. Студент Ладыгин Б. А. за совершенный им хулиганский поступок заслуживает самой серьезной меры наказания вплоть до исключения из института, но, учитывая искреннее признание им своей вины, раскаяние, а также принимая во внимание то, что 422-я группа, в которой учился Ладыгин, резко осудила его поступок и выразила просьбу к товарищескому суду оставить

студента в коллективе института.

2. Студенту Пушкину К. А. за организацию

распития спиртных напитков в общежитии и тем

самым грубое нарушение приказа директора института объявить общественное порицание.

3. В отношении студента Карсакова В. А., не

причастного непосредственно к хулиганскому по-

ступку Ладыгина, суд считает возможным огра-

ничиться вызовом на суд.

Председатель товарищеского суда Б. МОКИН  
Члены суда: З. МАРКОВ, И. МУШАИЛОВ

20 февраля 1961 г.

Кафедра

ПРИБОРОСТРОЕНИЮ

28 февраля 1961 г. Стр. 3.

# ЗДОРОВЬЕ • СПОРТ • ЗДОРОВЬЕ • СПОРТ • ЗДОРОВЬЕ

## НА ДВУХ ФРОНТАХ

У ПИНГ-ПОНГИСТОВ нашего института в последнее время особенно много интересных встреч. Команда ЛИТМО по настольному теннису принимает участие в розыгрыше первенства спортивного общества «Буревестник». Сейчас проходят соревнования в полуфинальных подгруппах.

Жребий свел наших спортсменов в одну подгруппу с коллективами Электротехнического института имени В. И. Ульянова (Ленина), Педагогического института имени А. И. Герцена, Института киножурналистов, Технологического института имени Ленсовета и Электротехнического института связи имени Бонч-Бруевича. Команды, занявшие первые два места, получат право бороться за звание чемпионов вузов в финальных состязаниях.

В состав каждой команды входят трое мужчин и две женщи-

ГРИПП — заразная болезнь. Для него характерно внезапное начало, повышение температуры, насморк, кашель, сильная разбитость, упадок сил.

Заболевание гриппом быстро распространяется и в короткий срок может охватить большое количество населения.

Систематическое закаливание организма, занятия спортом, физкультурой являются хорошей мерой профилактики гриппа. Не меньшее значение имеет строгое соблюдение всеми правил личной и общественной гигиены: необходимо повседневно следить за чистотой рук, чаще мыть их, содержать в чистоте полотенца и носовые платки, хорошо мыть посуду, чаще проветривать помещение, проводить уборку помещения влажным способом.

Все эти мероприятия приобретают особое значение в период эпидемической вспышки гриппа.

Заражение гриппом происходит путем общения с больным, который кашляет, чихает, разговаривает и при этом выделяет тысячи капелек слизи из носа и зева, в которых находится возбудитель гриппа.

У заболевшего повышается температура, появляется головная боль, сильное недомогание, упадок сил, ломота во всем теле. Часто, но не всегда, наблюдается раздражение слизистой оболочки дыхательных путей — развивается насморк, чихание, охриплость голоса, кашель. В ряде случаев заболевание протекает без повышения температуры.

Чтобы обеспечить своевременное лечение, облегчить течение болезни и укрепить силы больного, нужно сразу же уложить заболевшего в постель, по возможности изолировать от окружающих и вызвать квартирного врача.

Для предохранения окружающих от заражения больному гриппом надо выделить отдельную посуду, полотенце и носовые платки. Посуду, выделенную больному, следует кипятить после каждого употребления или обдавать ее крутым кипятком. Белье, полотенце и носовые платки, которыми пользовался больной, надо замачивать в щелоче, кипятить

и. Свою первую встречу наш коллектив провел против спортсменов Института киноинженеров и одержал победу с расчетом 16 : 1. Второй матч со спортсменами Электротехнического института связи также закончился в нашу пользу.

Почти одновременно с играми на первенство высших учебных заведений пинг-понгисты ЛИТМО будут участвовать в розыгрыше чемпионата города по настольному теннису среди коллективов второй группы. Здесь состав команды несколько больше: 4 мужчины и 3 женщины. Да и противники здесь, пожалуй, посильнее — команды крупных промышленных предприятий, объединенных коллективом физкультуры, сильнейших вузов.

С. ФЕДОРОВ, тренер



## Как уберечься от гриппа

и стирать отдельно. Комната, где временное лечение — лучший помещается больной гриппом, способ быстрейшего выздоровления и предупреждения осложнений.

Производить влажным способом, вытирая тряпкой или щеткой, смоченной слабым раствором хлорной извести.

Больной должен оставаться в здравии, поднятия сопротивляемости организма к заболеваниям большее значение имеет закаливание организма!

Полный покой, постельный режим, внимательный уход и свое-

## Чтобы тело и душа были молоды

Только мужественный, смелый, закаленный человек соревнование собрали особенно осмелиться окунуться в воду, когда на ее поверхности плавают мелкие льдинки. Но есть немало людей, для которых такое купание стало делом привычным и даже необходимым. В зимнее время регулярно купаются они в прорубях. А называют смельчаки сами себя «моржами».

С каждым годом «моржей» становится все больше. Теперь уже при некоторых спортивных обществах есть специальные секции зимнего плавания. Одна из них — при ДСО «Спартак» — проводится ежегодно в честь Дня Советской Армии и Военно-Морского Флота проплыты по Неве в районе между Кировским и Дворцовыми мостами.

В нынешнем году традиционное соревнование собрало особенно много участников — 40 человек. Погодные условия были, как всегда, благоприятными: привычно дул вдоль Невы пронзывающий до костей ветерок, температура воды была +1°C, то есть такой же, как в самые лютые морозы.

Среди участников проплыла можно было увидеть инженеров, преподавателей, рабочих, студентов. Был среди них и один профессор — заведующий кафедрой оптико-механических приборов нашего института Михаил Михайлович Русинов!

Михаил Михайлович не новичок в зимнем плавании — в традиционном проплыте «Спартака» он стартует уже третий год подряд. Участники «ледяного купания» плывут по двум трассам: одна из них имела протяженностью 150 метров, вторая была вдвое длиннее. После преодоления 300-метровой дистанции профессор Русинов выглядел свежо и бодро.

Да, это было убедительным подтверждением истины, четко выраженной в словах популярной песни:

Чтобы тело и душа были молоды,  
Были молоды, были молоды,  
Ты не бойся ни жары  
и ни холода —  
Закаляйся, как стал!  
На снимке: участники заплыли на дистанции.

Фото З. Степановой

## Всего за 1 секунду

ТОВАРИЩИ! К нам в институт приехала рентгеновская флюорографическая станция.

Легочные заболевания, особенно туберкулез, нередко протекают без болезненных симптомов. У людей, которые даже не подозревают, что они больны, могут оказаться значительные поражения легких. Такие скрыто протекающие заболевания легких можно выявить только при рентгенологическом исследовании. Массовые

рентгенологические осмотры проводятся флюорографическим методом.

Флюорографический метод исследования основан на фотографировании рентгеновского изображения грудной клетки с экрана на фотопленку. При этом рентгеновский аппарат включается всего на 1 секунду и меньше. Поэтому флюорографическое исследование безвредно для человека.

Ежегодно на многих предприятиях, в учреждениях и учебных заведениях Ленинграда проводятся массовые флюорографические осмотры. Они выявляют людей с самыми различными заболеваниями, как, например, воспаление легких, опухоли легких, туберкулез, и помогают обнаружить эти болезни в ранней стадии их развития.

В нашем институте флюорографическая установка будет работать с 28 февраля по 3 марта от 10 до 14 часов ежедневно.

Флюорографическая станция будет находиться в помещении здравпункта. За эти дни все студенты, профессорско-преподавательский состав, рабочие и служащие должны обязательно пройти флюорографический осмотр.

С 4 по 9 марта будет производиться осмотр студентов 1, 2 и 3-го курсов на проспекте М. Горького.

Д. ПАНКОВА,  
врач здравпункта

Редактор В. И. ЦЕЛИЦЕВ

М-36580 Заказ № 176  
Типография им. Володарского  
Ленинграда, Фонтанка, 57

## СОВЕТЫ ТРЕНИРУЮЩИМСЯ

В НАШЕЙ стране созданы все условия для того чтобы молодежь росла здоровой и крепкой, бодрой и жизнерадостной. Исключительное внимание уделяется физическому воспитанию молодежи. Физкультурное движение носит массовый характер. Мастерство советских спортсменов повышается с каждым годом.

Еще в 1927 году народный комиссар здравоохранения Н. А. Семашко заявил: «Без врачебного контроля нет советской физкультуры». Медицинский контроль над физическим воспитанием состоит в наблюдении за состоянием здоровья занимающихся физической культурой и спортом, за выполнением ими физиологических и гигиенических норм и правил.

Правильная постановка медицинского контроля содействует охране здоровья спортсменов, способствует повышению спортивных результатов.

Успех в любом виде спорта возможен только при овладении двигательными навыками, при их непрестанном совершенствовании на основе всесторонней физической и морально-волевой подготовки к максимальным напряжениям. Эти качества приобретаются спортсменом в процессе тренировки.

Всякая спортивная тренировка представляет сложный педагогический процесс, который включает в себя мышечную деятельность, состоящую из многократных и целесообразных повторений тех или иных упражнений.

В результате этих повторений в организме

происходит ряд существенных изменений, способствующих общему повышению его функциональных возможностей. Тренированный спортсмен выполняет свои упражнения более экономно, с меньшими энергетическими затратами в единицу времени, чем нетренированный, так как он полноценно использует паузы в работе для отдыха, у него более совершенная координация движений.

Путем тренировки можно в значительной степени повысить функциональные возможности отдельных физиологических систем.

В мышце за счет утолщения мышечных волокон увеличивается мышечная масса, а систематическая тренировка увеличивает ее сократительную способность, повышает обмен веществ. В работе сердечно-сосудистой системы наблюдается уменьшение частоты пульса в покое, значительное увеличение объема крови, выбрасываемой сердцем при каждом сокращении. У тренированных спортсменов дыхание становится более редким и более глубоким, жизненная емкость легких увеличивается. Коэффициент использования выдыхаемого кислорода повышается.

У тренированных спортсменов наблюдаются и характерные субъективные ощущения: бодрость, жизнерадостность, здоровый и крепкий сон, хороший аппетит, желание продуктивно работать и тренироваться, активно выступать на соревнованиях.

Р. БЛОХ, врач

(Продолжение следует)