ГАЗПРОМ ТРАНСГАЗ НИЖНИЙ НОВГОРОД

МАГИСТРАЛЬ

16+

№10(39), октябрь 2013 г. | Газета ООО «Газпром трансгаз Нижний Новгород»

НАДЕЖНОСТЬ — ПРИОРИТЕТ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ ОБЩЕСТВА

В середине октября в Обществе состоялось совещание по вопросам обеспечения надежности функционирования газотранспортной системы, экологической и пожарной безопасности, состояния охраны труда, промышленной безопасности и повышения эффективности производственных процессов.

В его работе приняли участие генеральный директор Общества, его заместители, главные инженеры филиалов предприятия, специалисты, ответственные за обеспечение работы по охране труда и промышленной безопасности, руководители производственных управлений и отделов. На совещание приглашены были также представители подрядных и контролирующих организаций.

Подобные совещания проводятся на предприятии дважды в год и являются важнейшей площадкой в выработке единого коммуникационного пространства, создания единой среды взаимодействия подразделений Общества.

В первую очередь, были подведены итоги выполнения решений аналогичного совещания, состоявшегося в апреле 2013 года. Протоколом

весеннего совещания определены 106 решений. Их можно разделить на три направления: безопасность — 23 решения, эффективность — 37 решений и надежность — 46 технических и организационных решений. По состоянию на 14 октября 2013 г. полностью выполнено 66 решений, что составляет 62 %.Средний процент выполнения решений совещания по всем направлениям составил 83,5 %.

Первым блоком обсужденных вопросов стала реализация мероприятий по подготовке объектов ГТС Общества к зимней эксплуатации. Обсуждены все замечания, выявленные в ходе работы комиссий по проверке готовности филиалов к работе в осенне-зимний период 2013–2014 годов. Окончательный вердикт по готовности предприятия к осенне-зимней эксплуатации будет вынесен на заседании Совета руководителей Общества во второй декаде ноября.

Второй блок вопросов касался повышения надежности работы ГТС.

— Мы ставим перед собой задачу — достичь абсолютного показателя надежности. И вроде все для этого делается, но не везде, к сожалению, удается достигнуть необходимого результата: одно и то же оборудование в разных филиалах, на разных компрессорных станциях работает с разным уровнем надежности. И причин этому предостаточно. Наша задача — совместными усилиями выработать технические решения, определить действенные способы повышения надежности работы оборудования, — отметил в своем выступлении генеральный директор Общества Вячеслав Югай.

В последующих выступлениях каждый руководитель по своему направлению деятельности, проанализировав показатели надежности работы оборудования ГТС, предложил свое видение решения имеющихся проблем.

В течение трех дней было заслушано и обсуждено около шестидесяти докладов. Завершили совещание дискуссии «круглых столов» по отдельным направлениям деятельности.

Протокол, на основе которого будут определены четкие задачи по каждому из направлений деятельности предприятия, проходит согласование в подразделениях Общества.

НАГРАДЫ

МЫ ЛУЧШИЕ В СИСТЕМЕ ПРОФОБУЧЕНИЯ

С 14 по 17 октября в Челябинске на базе ООО «Газпром трансгаз Екатеринбург» прошло выездное заседание учебно-методического совета ОАО «Газпром» по профессиональному обучению персонала.

На Совете был рассмотрен опыт внедрения инновационных методик и программ обучения в дочерних обществах и организациях ОАО «Газпром», также участники заседания в рамках тематических секций обсудили нюансы профессионального обучения рабочих на производстве и актуальные вопросы повышения квалификации руководителей и специалистов.

Параллельно с заседанием учебно-методического совета департаментом по управлению персоналом был организован смотр-конкурс лучших технических средств обучения и учебно-методических материалов для системы непрерывного фирменного профессионального образования ОАО «Газпром».

Все представленные нашей делегацией работы вызвали живой интерес и бурное обсуждение как у членов жюри, так и у представителей других дочерних компаний «Газпрома».

— Преподаватели Учебно-производственного центра представили на конкурс в Екатеринбурге свои проекты во всех пяти номинациях, — рассказывает заместитель начальника отдела кадров и трудовых отношений ООО «Газпром трансгаз Нижний Новгород» Анжелика Зиновьева. — Все заявленные нами учебно-методические разработки имеют практическое применение и уже прошли апробацию. В итоге одна из них — комплект видеоуроков для подготовки к аттестации персонала по курсу «Устройство и безопасная эксплуатация подъемников (вышек)» — была признана лучшей. Таким образом, наш Учебно-производственный центр, войдя в пятерку лидеров, подтвердил высокий статус одного из лучших в системе непрерывного фирменного профессионального образования ОАО «Газпром». Для нас это очень значимая победа!

Работы победителей смотра-конкурса рекомендованы к использованию в учебном процессе в образовательных учреждениях, осуществляющих непрерывное фирменное профессиональное образование в системе ОАО «Газпром».

НАШИ НОВОСТИ

СЕРТИФИКАТ СООТВЕТСТВИЯ

9 октября руководитель органа по сертификации систем менеджмента качества ООО «Интерцентрсерт» Сергей Ворочалков в торжественной обстановке вручил генеральному директору Общества Вячеславу Югаю сертификат СТО «Газпром» 9001-2006.

Настоящий сертификат подтверждает, что система менеджмента качества ООО «Газпром трансгаз Нижний Новгород» соответствует требованиям СТО «Газпром» 9001-2006 применительно к ведению строительно-монтажных работ, строительного контроля, организации строительства, реконструкции и капитального ремонта.

НАГРАДЫ

НАШ СПУТНИК — ПЕРВЫЙ!

Спортивно-оздоровительный лагерь-спутник «Ласточкино гнездо» Общества «Газпром трансгаз Нижний Новгород» признан лучшим лагерем Нижегородской области.

Торжественное награждение победителей прошло на расширенном заседании областного координационного совета по организации отдыха, оздоровления и занятости детей и молодежи. Диплом победителя в номинации «Учреждения, организующие отдых, оздоровление и занятость детей старше 15 лет» директору ДОБО «Ласточка» Сергею Павлову вручил министр образования Нижегородской области Сергей Наумов.

— Приятно осознавать, что по итогам детской летней оздоровительной кампании 2013 года мы стали первыми в Нижегородской области, — признался нам Сергей Алексеевич. — На самом деле, работу с пятнадцатилетними подростками сегодня ведут всего несколько учреждений в регионе. В этом возрасте ребята довольно сложно идут на контакт и друг с другом, и, тем более со взрослыми. Если честно, очень непросто найти с подростками общий язык и взаимопонимание, но нам это удается. С успехом работающий проект «Туристический поход» помогает юношам и девушкам, во-первых, находить друзей, во-вторых, однозначно подпитывает их энергией, придает силы и дает закалку организму. Таким образом, мы одновременно решаем вопросы и социализации подростков, и укрепления их здоровья. В этом году «Ласточкиному гнезду» исполнилось 9 лет. Следующим летом, надеюсь, отметим первый юбилей. Отметим, конечно, очередным туристическим походом.

ЭСТАФЕТА ПРОФЕССИОНАЛОВ

Четыре конкурса профессионального мастерства прошли в минувшем месяце на базах Арзамасского и Починковского ЛПУМГ, а также в Учебно-производственном центре. Лучших по профессии выявляли среди инженеров-метрологов, инженеров по КИПиА, инженеров-электриков и кабельщиков-спайщиков Общества.

Первым в эстафете профессиональных соревнований стал конкурс среди инженеров-метрологов. За звание лучшего боролись 17 сотрудников предприятия.

На производственных объектах нашего Общества установлены десятки тысяч датчиков, контролирующих работу систем и комплексов, которые должны давать самую точную информацию о процессах, происходящих в единой системе газоснабжения. Главная задача инженера-метролога — обеспечить эту точность. На плечах метрологов лежит огромная ответственность за достоверность измерений, в том числе и при поставке газа потребителям. Они должны знать устройство замерных узлов и вычислителей расхода, уметь вовремя определить возможные неточности в работе метрологического оборудования и оперативно исправить ситуацию.

В теоретической части конкурса инженеры должны были дать ответы на множество вопросов — от правил организации производства и требований охраны труда и промышленной безопасности до тонкостей метрологического обеспечения предприятия. На практике конкурсантам предстояло найти 18 ошибок, специально внесенных в макет замерного узла.

Задания достаточно сложные, но, как признались сами участники конкурса, им все по плечу.

— Здесь все по силам, нужно просто включить интуицию, все знания и справиться с этим заданием! — считает инженер по метрологии Сеченовского филиала Николай Мигушов.

Сами же организаторы конкурса отмечают, что подготовленные ошибки далеко не простые. Впрочем, в реальной жизни часть из них инженерам, как правило, не встречается, но настоящие профессионалы должны быть готовыми ко всему.

— Мы постарались максимально запутать следы и приблизить конкурсантов к реальности суровых трудовых будней. Думаю, что большинство высококвалифицированных инженеров ошибки найдут. А если специалист найдет их в макете, то в реальной жизни ему уже ничего не будет страшно, — уверен инженер лаборатории КИПиА Учебно-производственного центра Сергей Мельников.

В итоге звание лучшего завоевал ведущий инженер по метрологии — руководитель группы метрологии Пензенского ЛПУМГ Дмитрий Емельянов, II место занял инженер по метрологии 1-й категории Заволжского управления Алексей Мефодьев, III место — инженер по метрологии 1-й категории — руководитель группы метрологии Пильнинского филиала Любовь Антипова.

За инженерами-метрологами учебные аудитории УПЦ встречали профессионалов, приехавших побороться за звание «Лучший инженер по КИПиА» и «Лучший кабельщик-спайщик». Продемонстрировать навыки и умения на конкурс приехали представители всех филиалов Общества. Свою высокую квалификацию участники конкурса достойно подтвердили и в теоретической части состязаний, и на практике:

— Могу сказать точно, конкурсанты знают теорию и применяют ее на практике правильно, — уверен начальник службы КИПиА, АСУ и телемеханики Арзамасского ЛПУМГ Сергей Трошин.

По итогам двух конкурсов профессионального мастерства призовые места распределились следующим образом. Лучшим инженером по КИПиА Общества стал Алексей Горьев, руководитель группы КИПиА Ивановского ЛПУМГ, II место занял Павел Пантелеев, инженер Арзамасского управления; III место — Олег Петров, инженер Сеченовского ЛПУМГ. Лучшим кабельщиком-спайщиком ООО «Газпром трансгаз Нижний Новгород» был признан Павел Степанов из Владимирского филиала; II место завоевал Алексей Князев из Починковского ЛПУМГ; III место занял Сергей Харин, кабельщик-спайщик Пензенского управления.

В конкурсе профессионального мастерства за звание «Лучший инженер-электрик» приняли участие 15 представителей филиалов Общества. В теоретической части они выступали с презентациями, в которых представляли свои предложения по оптимизации производственного процесса.

В теоретической части конкурса инженеры-метрологи должны были ответить на множество вопросов ЛПУМГ

— Участники показывают свое видение проблем и пути их решения, выступают с полезными для Общества предложениями. Возможно, все идеи в чистом виде пока применить нельзя, потребуется небольшая доработка, но рациональное зерно в докладах есть, — говорит заместитель начальника отдела главного энергетика Алексей Обжерин.

В рамках мероприятия были представлены и проекты, уже внедряемые в производстве. Конкурсанты, руководители энергетических служб и отделов филиалов совместно со специалистами администрации Общества устроили настоящий мозговой штурм в поисках оптимальных путей усовершенствования рацпредложений. Инженер ГКС «Новоарзамасская» Павел Назаров предложил более эффективно использовать энергоресурсы предприятия:

— Электростанцию собственных нужд на «Новоарзамасской» компрессорной станции можно использовать более эффективно, продавая электроэнергию во внешнюю сеть. Мы проводили несколько исследований и пришли к выводу, что энергосистема региона нуждается в подпитке. Сейчас фактическая нагрузка на нашу электростанцию низкая, и существующий колоссальный запас мощности позволяет снабжать электроэнергией десятки других потребителей. Это надо использовать.

В практическом задании конкурсанты выполняли работу по оформлению наряда-допуска.

— Основным документом, обеспечивающим безопасность персонала при работах в электроустановках, является наряд-допуск. Поэтому его оформление — это серьезная, важная работа. Сегодня мы оцениваем, как они с этим справляются. Конечно, должен победить сильнейший, — уверен Алексей Обжерин.

По итогам профессионального состязания сильнейшими были признаны Александр Мамонов, инженер-электрик (по релейной защите) 1-й категории Починковского ЛПУМГ, — I место, Юрий Вельдин, инженер-электрик 1-й категории Торбеевского управления, — II место, Павел Назаров, инженер 2-й категории группы энерготепловодоснабжения ГКС «Новоарзамасская» Арзамасского ЛПУМГ, — III место.

Эффективно использовать энергоресурсы предлагает Павел Назаров из Арзамасского ЛПУМГ

Задание выполняет Любовь Антипова из Пильнинского ЛПУМГ

ОФИЦИАЛЬНО

04.10.2013 г. начальником производственного отдела по эксплуатации ГРС назначен **Степан Алексеевич Наволоцкий**

НОВОСТИ ГАЗПРОМА

Бренд «Газпрома» занял первое место в рейтинге самых ценных российских брендов 2013 года, составленном агентством Interbrand — мировым лидером в области создания, управления и оценки брендов. По оценке агентства стоимость бренда «Газпрома» — 1,261 трлн рублей, что составляет почти половину стоимости всех российских брендов, вошедших в рейтинг.

«Газпром» ведет огромную работу по развитию своего бренда. Учитывая многопрофильный характер бизнеса, компания проводит политику по четкому выстраиванию архитектуры бренда, уделяет особое внимание развитию внутренних и внешних коммуникаций, активно поддерживает социальные и культурные проекты как в России, так и за рубежом.

Правление ОАО «Газпром» рассмотрело готовность объектов Единой системы газоснабжения (ЕСГ) к работе в период пиковых нагрузок осенью-зимой 2013–2014 годов и меры, необходимые для обеспечения бесперебойного газоснабжения потребителей в зимний период.

На заседании было отмечено, что ЕСГ в основном готова к работе в предстоящий осенне-зимний период. В ходе подготовки к зиме 2013–2014 годов на объектах ЕСГ проведены все 17 комплексов планово-профилактических и ремонтных работ. За девять месяцев текущего года выполнены капитальный ремонт 1497 км газопроводов, внутритрубная диагностика 17,3 тыс. км газопроводов и электрометрическое обследование 14,8 тыс. км газопроводов. Отремонтирован 41 и проведено обследование 807 подводных переходов. Выполнено 464 ремонта газоперекачивающих агрегатов.

Совет директоров ОАО «Газпром» утвердил Инвестиционную программу, бюджет, программу оптимизации затрат ОАО «Газпром» на 2013 год в новой редакции.

В соответствии с Инвестиционной программой на 2013 год в новой редакции, общий объем освоения инвестиций составит 1, 026 трлн руб., что на 320,7 млрд руб. больше по сравнению с Инвестиционной программой, утвержденной в декабре 2012 года.

Бюджет на 2013 год в новой редакции предусматривает, что общий объем поступлений по операционной и инвестиционной деятельности составит 5,07 трлн руб., объем выплат по всем видам деятельности — 5,53 трлн руб. Размер внешних финансовых заимствований — 229,2 млрд руб. Профицит средств составит 0,5 млрд руб.

Программа оптимизации (сокращения) затрат на 2013 год в новой редакции предусматривает мероприятия, направленные на оптимизацию (сокращение) затрат, общий эффект от которых должен составить 19,55 млрд руб.

Корректировка параметров Инвестиционной программы на 2013 год связана в основном с необходимостью увеличения объема долгосрочных финансовых вложений в развитие электроэнергетического бизнеса Группы «Газпром», инвестиций в приоритетные стратегические проекты в области добычи и транспортировки газа, в частности, в строительство второй нитки системы магистральных газопроводов «Бованенково — Ухта», а также в реализацию проекта «Южный коридор». Кроме того, дополнительные инвестиции планируется выделить на реализацию проектов в области развития рынка газомоторного топлива и на комплексную модернизацию нефтеперерабатывающих мощностей ОАО «Газпром нефтехим Салават».

Уточнение параметров бюджета обусловлено изменением объемов и цен реализации газа, а также макроэкономических показателей.

По материалам www. gazprom.ru

ТУРНИР ПАМЯТИ

В спортивном комплексе Заволжского ЛПУМГ прошли мероприятия, посвященные памяти заслуженного работника нефтяной и газовой промышленности РФ, первого директора филиала Анатолия Ивановича Слукина.

Соревнования начались 4 октября с турнира по волейболу. Сильнейших в этом виде спорта выявляли мужские команды Починковского, Пильнинского, Чебоксарского и Заволжского филиалов. В полуфинале чебоксарцы были сильнее коллег из Починок (2:0), а заволжане переиграли пильнинских волейболистов (2:0). В игре за бронзовую ступень пьедестала уверенную победу одержала команда из Починок (2:0).

Настоящим украшением и самым волнующим событием турнира стала игра за первое место. В первой партии с сильной стороны показали себя гости из Чебоксар (25:22), а вторую выиграли хозяева турнира (25:18). Исход турнира решался в третьей партии.

Первая победа по пути к пьедесталу

Чебоксарской команде сразу удалось выйти вперед, и,несмотря на самоотверженную игру, заволжанам так и не удалось сократить отставание в счете. Итог 15:12 в пользу газовиков из Чебоксарского ЛПУМГ.

На следующий день спортивный зал отдали в распоряжение юным борцам вольного стиля. На двух коврах с утра и до вечера 160 мальчишек и девчонок выявляли сильнейших в 12 весовых категориях.

Турнир завершился 11 октября соревнованиями по баскетболу среди девушек 1998 года рождения и младше. Зрелищную и интересную игру показали юные баскетболистки. По итогам турнира третье место заняла команда хозяев «Ювента», вторыми стали девушки из Чебоксар, а победителями — юные баскетболистки из Новочебоксарска.

Виталий Никифоров,
Заволжское ЛПУМГ

СЕЛЬСКИЙ САМБИСТ ПОКОРИЛ ЕВРОПУ

Воспитанник секции самбо спортивного клуба «Олимпийские надежды» Сеченовского ЛПУМГ Валерий Зайцев стал чемпионом Европы по боевому самбо.

В первенстве Европы по боевому самбо, которое состоялось в Одессе, принимали участие представители 15 стран. В весовой категории Валерия — до 68 кг — выступали более 200 спортсменов, но никто не смог одолеть нашего земляка.

Валерий занимается самбо уже восемь лет. Годы упорных тренировок под руководством тренера Виктора Гыштемулте принесли свои плоды. Сеченовский самбист не раз поднимался на высшую ступень пьедестала на всероссийских и международных соревнованиях, неоднократно становился победителем первенства Нижегородской области и Приволжского федерального округа по боевому самбо. В конце мая этого года Валерий занял третье место на первенстве России среди юношей. Своими достижениями он заработал право участвовать в первенстве Европы.

— Все свободное время Валерий проводит на тренировках. И старания юноши и его наставника не прошли даром, — рассказывает директор спортивного клуба «Олимпийские надежды» Сеченовского управления Андрей Молявин. — Первое место на соревнованиях такого уровня — большой успех. Поздравляем Валерия и его тренера с таким высоким достижением и желаем дальнейших спортивных успехов!

СОТРУДНИКИ «ГАЗПРОМА» И ЧЛЕНЫ ИХ СЕМЕЙ ПРИНИМАЮТ УЧАСТИЕ В ЭСТАФЕТЕ ОЛИМПИЙСКОГО ОГНЯ ПО ВСЕЙ РОССИИ

Первым олимпийский факел пронес неоднократный участник детских Спартакиад «Газпрома» Александр Степин. Его забег состоялся 14 октября в Туле.

28 и 29 октября в состав эстафеты в Санкт-Петербурге вошли Председатель Правления ОАО «Газпром» Алексей Миллер, заместители Председателя Правления Валерий Голубев и Александр Медведев, заместитель генерального директора ООО «Газпром социнвест» Владимир Макаренко.

11 ноября в Анадыре — генеральный директор ООО «Газпром энергохолдинг» Денис Федоров.

13 декабря в Екатеринбурге нести огонь будет оператор АГКС ООО «Газпром трансгаз Екатеринбург», мастер спорта по зимнему полиатлону Елизавета Фоминых.

22 декабря в Оренбурге — член клуба по настольному теннису «Факел Газпрома» Сергей Андрианов.

24 декабря в Сызрани — начальник отдела физкультурно-оздоровительной работы поликлиники ОАО «Газпром», член оргкомитета Спартакиады «Газпрома» Владимир Тортышев.

5 января 2014 года в Кирове — участник детских Спартакиад «Газпрома» Александр Рассказов.

6 января в Нижнем Новгороде — инструктор по спорту ООО «Газпром трансгаз Нижний Новгород» Ирина Прокофьева.

19 января в Урюпинске — электромонтер ООО «Газпром трансгаз Москва», неоднократный чемпион и призер городских, областных и международных соревнований по классическому и пляжному волейболу Артем Панарин.

2 февраля в Черкесске — инструктор по спорту ООО «Газпром трансгаз Ставрополь» Евгений Ченцов.

Эстафета олимпийского огня «Сочи-2014» — самая протяженная национальная эстафета в истории Олимпийских игр. Ее маршрут составил 65 тыс. км. Она проходит через 2900 городов и сел, расположенных во всех 83 регионах России. Эстафета стартовала 7 октября и продлится 123 дня. Олимпийский огонь пронесут 14 тысяч факелоносцев. 7 февраля 2014 года олимпийский огонь будет зажжен на церемонии открытия Зимних Олимпийских игр в Сочи.

ЗОЛОТОЕ ПРАВИЛО: «ПИТАЮСЬ ПРАВИЛЬНО!»

Рубрику ведет начальник медицинской службы Сергей Лобачев

Правильное питание — неотъемлемая часть здорового образа жизни. Здоровое питание способствует коррекции нарушений обмена холестерина в крови и снижению артериального давления, оно является соратником и помощником лекарственного лечения многих заболеваний.

В беседах с сотрудниками нашего предприятия на эту тему, зачастую складывается мнение, что многие, выбирая питание «по себе», полностью уверены в правильности собственного выбора. «Да я вообще воду не пью, только молоко! Литра по два в день! — как герой Валерия Золотухина в «Хозяине тайги», браво заявил один из них. — И отлично себя чувствую!»

«Привычка — вторая натура» — гласит народная мудрость. Мудрость, вне всякого сомнения, хорошая, только не в этом случае. Давайте вспомним основные правила правильного питания.

Правило 1. Избыточный вес должен быть снижен.Определить избыточность веса можно самостоятельно по формуле: вес (кг) разделить на рост (м) в квадрате. При величине получившегося показателя более 27 есть повод серьезно задуматься (особенно при окружности талии более 88 см для женщин и более 102 см для мужчин). В этих случаях помогает уменьшение потребления жиров и простых углеводов (сахара, меда, сладких газированных напитков), а также увеличение физических нагрузок (ходьба, спорт).

Правило 2. Большую часть калорийности питания — 50–60% — должны составлять углеводы, содержащие клетчатку. Именно клетчатка выводит холестерин из организма, а не молоко, как ошибочно считает мой знакомый «хозяин тайги». Много клетчатки содержат овощи, фрукты, зерновые продукты. Потребление же простых углеводов (сахара, меда и т. п.) должно составлять не более 30–40 г в сутки.

Правило 3. Не менее 10–20 % калорийности питания должен составлять белок (100–120 г в сутки). При этом предпочтение следует отдавать белку растительному (орехам и бобовым продуктам).

Правило 4. Потребление жира должно соответствовать 30 % калорийности питания.При нормальном весе для мужчин — это 75–90 г, для женщин — 50–65 г в сутки. При этом 1/3 потребляемых жиров должны составлять насыщенные жиры (животные, твердые растительные), остальные 2/3 должны быть ненасыщенными (жидкими) жирами. Это растительные масла (подсолнечное, оливковое). Ограничение потребления животных жиров ведет к снижению потребления содержащегося в них холестерина.

Правило 5. Необходимо обеспечивать организм витаминами, в том числе антиоксидантами (витамины А, С, Е), фолиевой кислотой. Для пациентов с артериальной гипертензией (даже при эпизодах повышения давления > 140/90 мм рт. ст.) врачи часто дополнительно рекомендуют:

— исключить избыточное потребление алкоголя (не больше 50 г водки или 200 г сухого вина в день);

— ограничить потребление соли и продуктов, богатых натрием; стараться недосаливать пищу, а для улучшения вкусовых качеств пищи использовать различные травы, специи, лимонный сок, чеснок;

— увеличить потребление продуктов, богатых калием и магнием (картофель, томаты, бананы, апельсины, киви, мясо, бобовые, овес и орехи).

С рекомендациями к выбору продуктов питания для профилактики атеросклероза вы можете ознакомиться на странице медицинской службы корпоративного Интранет-портала.

ДВИЖЕНИЕ К ЦЕЛИ

Роман Челноков, ведущий инженер отдела главного энергетика администрации Общества и Игорь Дерябин, начальник отдела подготовки и проведения конкурентных закупок увлеченно занимаются практической стрельбой. Мощность, скорость, точность — этот вид спорта не зря называют «занятием для настоящих мужчин».

— Как случилось, что Вы увлеклись стрельбой?

— Я увлечен, можно сказать, с раннего детства. Интерес к оружию у мальчишек в крови, — рассказывает Роман. — Есть в оружии нечто мистическое, наверное, это способность воздействовать на предметы на расстоянии.

Попробовать себя в практической стрельбе мне порекомендовал мой брат. Именно он в 2011 году познакомил меня с мастером спорта международного класса Алексеем Пичугиным, спортсменом, входящим в десятку сильнейших стрелков мира. Общение с ним и определило мое дальнейшее увлечение. Окончив курс и успешно сдав экзамены, я стал членом международной конфедерации практической стрельбы (МКПС). Этот вид спорта настолько затянул меня, что в 2012 году я окончил судейские курсы и получил официальный статус судьи.

— По каким критериям оценивается стрелковое мастерство?

— Практическая стрельба — динамичный вид спорта, основанный на балансе трех элементов: мощность, скорость, точность.

Мишени расположены на различных расстояниях, мишенная обстановка меняется от упражнения к упражнению и никогда не повторяется. Во время выполнения упражнения надо быстро двигаться, точно поражать мишени, естественно, нельзя промахиваться — начисляются штрафные очки, нельзя поражать штрафные мишени. Необходимо контролировать свое оружие, так как за нарушение требований безопасности последует дисквалификация. Конечно, в голове должен быть четкий план работы: в каком порядке поражать мишени, в какую сторону двигаться, в какой момент сделать перезарядку. И все это выполняется на время. Умение контролировать оружие и мишенную обстановку в стрессовом состоянии, способность найти баланс между тремя принципами практической стрельбы служат критерием оценки стрелка.

— Из какого оружия, Роман, Вы стреляете?

— На соревнованиях по практической стрельбе используются три вида оружия: ружье, карабин, пистолет. В свою очередь, каждый вид оружия делится на классы. Я сделал свой выбор в пользу короткоствольного нарезного оружия (пистолет) класса «Стандарт». На мой взгляд, это одна из самых сложных и интересных дисциплин.

Основным моим оружием является пистолет серийного класса МР–446 «Викинг» калибра 9х19. Это спортивная модификация пистолета Ярыгина, разработана в соответствии с требованиями правил МКПС.

— Какие чувства испытываете перед тем, как нажать на курок?

— Ощущение предвкушения первого выстрела ни с чем не может сравниться. Можно сказать… Вдохновение. Кураж. Но после сигнала таймера — ничего. Никаких посторонних мыслей. Полная сосредоточенность на реализации разработанного плана по выполнению упражнения.

Игорь Дерябин на соревнованиях

— Как Вы тренируетесь?

— Условно тренировки можно разделить на две части. Первая — тренировка «вхолостую», вторая — непосредственно сама стрельба. Тренировка «вхолостую» включает в себя ряд определенных упражнений, таких как «стойка», «хват оружия», «выхватывание оружия», «наводка оружия», «шаг — выстрел», «смена магазина», «перенос», «стрельба из-за укрытий» и другие. На них отрабатываются основные навыки работы с оружием, при этом необязательно использовать боевое оружие. Это может быть и массо-габаритный макет или огнестрельное оружие ограниченного поражения, проще говоря, травматическое. В зависимости от места тренировки я использую пистолет для страйкбола похожий по массе на МР-446 или травматический пистолет Grand Power T12.

На «холощение» выделяю примерно час-полтора каждый день.

Тренировки со стрельбой проходят в среднем два раза в неделю, они позволяют развивать и совершенствовать мастерство. В теплый период года тренировки с оружием ведутся на открытом стрельбище, а в холодное время года — в тире. После тренировки приходит осознание, что накопившаяся усталость, стресс, плохое настроение ушли безвозвратно. Получаешь колоссальный заряд положительных эмоций.

— А есть желание участвовать в соревнованиях?

— В 2013 году, к сожалению, не получилось принять участие в кубке России. Вся надежда на 2014-й год. А если заглядывать чуть дальше, то в планах — окончить курсы инструкторов по практической стрельбе.

— Как Вы считаете, это увлечение помогает Вам в работе?

— Для того чтобы упражнение выполнить наиболее успешно, стрелок должен уметь быстро анализировать обстановку и принимать решения, выстроить план реализации поставленной задачи и выполнить ее за наименьшее время, соблюдая технику безопасности. Считаю, аналогия очевидна.

— Вас в спорт привел брат. А Вам удалось кого-нибудь «заразить» этой спортивной болезнью?

— Да, удалось. Моего коллегу — Игоря Дерябина. Я знал, что он интересуется огнестрельным оружием и увлекается охотой, и предложил принять участие в пробной тренировке. Но о своих ощущениях, думаю, он сам лучше расскажет.

— Честно говоря, не ожидал, насколько захватывает этот вид спорта, — присоединяется к нашей беседе Игорь. — Разнообразие упражнений, отличные инструкторы, доброжелательная атмосфера — все сразу располагает к себе и заинтересовывает. Сразу понял — мое. Практическая стрельба — это и спорт, и совершенствование своего стрелкового мастерства, и воспитание культуры обращения с оружием, и дополнительный курс по технике безопасности, и просто интересная компания единомышленников.

— Игорь, а результаты, победы — это важно?

— Конечно, в определенной степени это интересно. В этом году принимал участие в кубке России, прошедшем в Тольятти, в составе нижегородской команды стрелков. Мой лучший результат соревнований — 79 % от результата чемпиона России, и, надеюсь, это не предел. Много планов на будущее. В декабре собираюсь окончить курсы судей, а в следующем году постараюсь сдать инструкторский норматив. Желание стать инструктором появилось, когда у нас стали появляться новички. Мне нравиться учить и делиться своим опытом, видеть, как начинающие стрелки делают успехи, и конечно, впереди соревновательный сезон 2014 года, буду тренироваться и участвовать, надеяться на победы и добиваться новых результатов.

ДОБРАЯ ТРАДИЦИЯ

Жизнь… Чем ее измерить? Вы, конечно же, скажете — годами. Да, и годами тоже. Но больше делами. Тем, что сделано в жизни, сделано не для себя — для других. Ведь добрым делом мы продлеваем жизнь не только себе, но и всем, кто нас окружает. Хорошо, что стало доброй традицией отмечать День пожилых людей.

В этот день в клуб «Факел» Починковского ЛПУМГ пришли все ветераны филиала и жители поселка газовиков. Коллектив клуба «Факел» подготовил театрализованную музыкальную программу «Внучкин совет», в которой с юмором было рассказано о взаимоотношениях пожилой супружеской пары.

Спектакль вызвал у зрителей море смеха и положительных эмоций, настроил на позитивное отношение к жизни. Ведь для того, чтобы быть счастливым в любом возрасте, необходимо всего-то следить за здоровьем и не терять интереса к жизни.

В рамках благотворительной акции «День заботы» концертная бригада Торбеевского филиала посетила Новочадовский дом-интернат для престарелых и инвалидов.

В этот вечер небольшое фойе дома-интерната превратилось в настоящий концертный зал. В исполнении наших самодеятельных артистов звучали добрые и всеми любимые песни прошлых лет, мордовские и русские напевы, заливисто играла гармонь. После концерта проживающим здесь пенсионерам подарили продуктовые наборы.

Главный врач дома-интерната от лица всех присутствующих поблагодарила специалистов Торбеевского управления за душевный концерт, выразив газовикам признательность за проявленные тепло и заботу:

— Такие мероприятия создают одиноким людям атмосферу праздника, помогают всем нам ощутить поддержку и человеческое участие.

Пожалуй, не ошибемся, если скажем, что главное для пожилого человека — внимание и общение. И нет на свете большей радости, чем встреча с друзьями. Такая встреча пенсионеров и ветеранов администрации Общества состоялась на базе отдыха «Волга».

Оказалось, что многие из них, выйдя на пенсию, пополнили ряды бабушек и дедушек. Кто-то по этому поводу огорчается, кто-то радуется новому периоду жизни.

— В первые месяцы, признаюсь, было как-то непривычно. Утром не надо идти на работу, — делится своими впечатлениями Анатолий Серов. — Постепенно погрузился в домашние дела, благо их накопилось столько, что думаю — еще долго не разберу. И, знаете, загрузка на пенсии оказалась гораздо больше, чем раньше. Но какое удовольствие испытываешь, помогая детям и внукам?! Колоссальное…

— Выйдя на пенсию, я вдруг поняла, что жизнь вокруг не просто есть — она буквально кипит, — восхищается происходящими переменами Лидия Чувелева. — Только сейчас стала замечать, как прекрасен мир: весной птицы поют радостно, зимой снег падает тихо, в сентябре солнце греет нежно.

Вот так, размышляя о смысле жизни, вспоминая трудовую молодость и старинных друзей, провели День пожилого человека бывшие сотрудники Общества. Естественно, праздничный вечер не обошелся без прекрасной музыки, песен, танцев, памятных подарков, но… Главное, что увезли пенсионеры с собой, — отличное настроение и сердца, полные человеческого тепла.

— И, правда, жизнь прекрасна. Надо чаще встречаться, — смеялись они, расставаясь …

Юрий Хоршев, Починковское ЛПУМГ
Лариса Горбунова, Торбеевское ЛПУМГ

Учредитель и издатель: ООО «Газпром трансгаз Нижний Новгород». Россия, 603950, Нижний Новгород, ул. Звездинка, 11. Адрес редакции: Россия, 603950, ул. Звездинка, 11, каб. 905, Служба по связям с общественностью и СМИ, т.: (831) 416-53-97, (730) 2-64-53 (газ), т./факс: (730) 2-36-62 (газ). E-mail: M.Rogozina@vtg.gazprom.ru. Редактор М.В. Рогозина. Выпускающий редактор В.Л. Цыбина. Над номером работали: С.И. Манкеров, С.Н. Плетинь, Д.В. Полозов. Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Свидетельство ПИ №ФС77-39903 от 20 мая 2010 года. Номер подписан в печать 09.11.2013 г. Время подписания в печать: по графику – 17.00 фактическое – 17.00, заказ № . Дата выхода: 13.11.2013 г. Отпечатана в типографии ООО «Центр Оперативной Печати», г. Н.Новгород, ул. Новая, 36. Тираж 2000 экз. Газета распространяется бесплатно.