



# Поздравляем с Днем защитников Отечества!

# ГАЗОВИК

выходит ежемесячно SPETSGAZAUTOTRANS DAUGHTER JOINT - STOCK COMPANY



СПЕЦГАЗАВТОТРАНС  
ДОЧЕРНЕЕ ОТКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО

распространяется бесплатно

№ 1 (129) 23 февраля 2001 года

Издается с 1992 года

No bring warmth and light to your house

Насыщаем тепло и свет в ваш дом

## Сегодня в номере:

Поздравляем наших защитников

(1 стр.).

III зимняя Спартакиада ОАО «Газпром»

(1 стр.).

Газпром открывает перспективы

(1,2 стр.).

Родословная русской армии

(3 стр.).

Ракетный щит России

(3 стр.).

Спортивная зима-2001

(3 стр.).

Академия здоровья

(3 стр.).

Волейболисты Чайковского

(3 стр.).

Календарь природы

(4 стр.).

По секрету всему свету

(4 стр.).

Армейский юмор

(4 стр.).

Для вас, эрудиты

(4 стр.).

С приближением 23 февраля в нашей памяти проносятся события военного лихолетья, все тягостные испытания, которые легли на плечи старшего поколения. Нам, родившимся после 1945-го года, грозные события Великой Отечественной предстают в рассказах фронтовиков, в кинолентах, документах и образах литературных героев. Вы же, уважаемые ветераны, все испытали на собственной жизни. Нельзя не склонить головы перед вашим подвигом, перед подвигом всего советского народа, понесшего невосполнимые утраты.

И сейчас, с наступлением нового века, Россия нуждается в крепкой и мобильной армии. И пока есть Родина, она будет делать все для создания надежной защиты.

В этот праздничный день примите, защитники Родины, наши самые искренние поздравления. Пусть удача, приподнятое настроение не обойдут ваши дома в сложное для России время и пусть, сохранившись навсегда в вас бодрость духа!

Желаем вам, сегодняшним защитникам и защитницам Родины, ветеранам войны, Вооруженных Сил, всем, находящимся в запасе, крепкого здоровья и благополучия, оптимизма и целеустремленности в воспитании подрастающего поколения на боевых традициях наших предков!

Совет директоров.

Профсоюзный комитет.

По решению Правления  
ОАО «Газпром»  
в г. Ижевске  
10-16 марта 2001 года  
пройдет  
**III зимняя  
Спартакиада  
ОАО «Газпром»**



В III зимней Спартакиаде ОАО «Газпром» принимают участие спортивные делегации предприятий I и II групп ОАО «Газпром».

В столицу III зимней Спартакиады ОАО «Газпром» — г. Ижевск — приедут такие призеры прошлых Спартакиад, как команды «Тюментрансгаз», «Сургутгазпром», «Центргаз» и другие.

Участников, гостей, болельщиков и зрителей Спартакиады ждут следующие спортивные сооружения:  
— стрелково-спортивный комплекс им. А.М. Демидова,  
— спортзал ДК «Металлург»,  
— спортзал УДГУ,  
— ФОК ЗАО «Ижмаш-Спорт».

Открытие III зимней Спартакиады ОАО «Газпром» состоится 11 марта на Центральном республиканском стадионе «Газовик-Газпром».

## Программа проведения III зимней Спартакиады работников ОАО «Газпром»

### Полиатлон (зимнее троеборье)

Состав команды: 9 человек (4 мужчины, 4 женщины, 1 тренер-представитель).

1-й день. Стрельба из мелко-калиберной винтовки (МК) в тире — 50 м

2-й день. Силовая гимнастика.

Мужчины — подтягивание на высокой перекладине.  
Женщины — сгибание и разгибание рук в упоре лежа.

3-й день. Лыжные гонки.

### Лыжные гонки

Состав команды: 9 человек (4 женщины, 4 мужчины, 1 тренер-представитель).

1-й день.

Женщины 5 км. — класс. ход  
Мужчины 10 км. — класс. ход.

2-й день.

Женщины 10 км. — свободный ход.  
Мужчины 15 км. — свободный ход.

3-й день. День отдыха.

4-й день.

Смешанная эстафета 4х5 км.  
(2 муж. + 2 жен.).

1 и 3 этапы — класс. ход.

2 и 4 этапы — свободный ход.

### Армспорта

Состав команды 5 человек (4 мужчины и 1 тренер-преподаватель).

### Мини-футбол

Состав команды: 10 человек, 1 тренер.

За выигрыш команды получает 3 очка, ничья — 1 очко, проигрыш — 0 очков.

### Шахматы

Состав команды: 4 человека (2 мужчины, 1 женщина, 1 тренер-преподаватель).

Соревнования в личном первенстве проводятся отдельно среди мужчин и женщин. Победитель определяется по наибольшей сумме набранных очков. В случае равенства очков у двух или нескольких участников победитель определяется:

— по системе коэффициентов Бухольца, Бергера,  
— по встрече между собой,  
— по жребию.

Победители командного первенства определяются по сумме очков (мест), набранных участниками, отдельно мужчинами и женщинами.

АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ

## «Газпром» ставит серьезные задачи

Газовая отрасль — одна из немногочисленных отраслей промышленности России, работающая достаточно устойчиво, обеспечивая природным газом в необходимых объемах как потребителей Российской Федерации, так и поставку газа на экспорт в рамках договорных обязательств.

Обеспечение надежной и безопасной работы газотранспортной системы является главной задачей ОАО «Газпром». Проблема повышения уровня технической безопасности магистральных трубопроводов с каждым годом приобретает все большее значение.

ОАО «Газпром» эксплуатирует систему магистральных газопроводов (МГ) общей протяженностью 151,8 тыс. км. Из них газопроводы имеющие возраст более 15 лет составляют 48,9%. Средний возраст трубопроводов приближается к 22 годам, га-

зопроводы диаметром 1020-1040 мм. составляют более 100 тыс. км., т.е. 52% общей протяженности. На линейной части находится в эксплуатации около 55 тыс. единиц запорной арматуры, 1982 нитки переходов через водные преграды.

До 2010 г. необходимо реконструировать 26,9 тыс. км. МГ. Примерно 40% этого объема работ составляет переизоляция газопроводов, покрытых пленочной изоляцией.

Для ДОАО «Спецгазавтотранс» уже третий год одним из приоритетных направлений как раз и является программа «Ремонт магистральных газопроводов и вдольтрасовых проездов».

О задачах и ближайших перспективах ДОАО «Спецгазавтотранс» на этом направлении мы попросили рассказать заместителя генерального директора по перспективному развитию Д.В.РУЗАНОВА.

— Летом минувшего года в «Газпроме» состоялось совещание по широкому кругу вопросов относительно капитального ремонта магистральных газопроводов. Что тогда было решено?

— Вы, очевидно, имеете ввиду заседание секции научно-технического совета ОАО «Газпром» по вопросу «Состояние и перспективы развития прогрессивных технологий, новых технических средств и оптимальных методов организации ремонта линейной части магистральных газопроводов». Сама проблема и вопросы безопасности эксплуатации и ремонта МГ давно известны и решаются газотранспортными предприятиями с появлением первых ниток магистралей газа. Для поддержания должного уровня эксплуатации и обеспечения безо-

пасности магистральных газопроводов в Газпроме разработаны и находятся под постоянным контролем такие целевые программы, как «Ежегодные планово-профилактические работы на линейной части и компрессорных станциях (КС)», «Программа внутритрубной диагностики», «Программа капитального ремонта магистральных газопроводов», «Программа мероприятий по повышению надежности подводных переходов на действующих магистральных газопроводах» и др.

Но теперь определен совсем иной подход. Участники этого заседания основной акцент сделали именно на применение при ремонте газопроводов новейших технологий, технических средств, полимерных композиционных материалов. (Окончание на 2 стр.).



# «Газпром» ставит серьезные задачи

(Окончание. Начало на 1 стр.).

Генеральный директор ООО "ИРЦ Газпром" академик АТН, доктор технических наук, профессор Н.Х.Халыев обобщая выступления 25 докладчиков и учитывая большие объемы работ, которые будут ежегодно прирастать, высказался за создание крупных специализированных подразделений (трестов) с созданием региональных баз в г.г. Щелково, Тюмень, Саратове, которые будут иметь запасы технических средств и материалы для новейших ремонтных технологий.

**— А что же ДОАО "Спецгазавтотранс", который уже не первый год работает в этом направлении?**

— Да, мы уже четвертый год работаем, пробивая дорогу для упрочнения своих позиций в этом очень перспективном направлении. За это время коллектив СУПРа и его руководство, на плечи которого легли нелегкие задачи "раскрутки" и организации комплексного ремонта линейной части МГ, многому научился и приобрел опыт. В основном это касалось дорог, переездов через коридоры МГ, подъездов к крановым узлам, мостов и водопропусков.

Но "Газпрому" важно, чтобы надежно и безотказно работала сама труба и газотранспортная система в целом, соответственно с хорошими проездами и мостами для ее нормальной эксплуатации.

Именно с таким — комплексным подходом к решению данных вопросов и предложением создать при ДОАО "Спецгазавтотранс" специализированное подразделение по капитальному ремонту линейной части магистральных газопроводов — обратился к руководству ОАО "Газпром" генеральный директор ДОАО "Спецгазавтотранс" В.А.Тумаев. Это предложение было поддержано руководством ОАО "Газпром".

За лето совместно с СУПРом и "трансгазами" мы разработали программу, протоколы намерений, подготовили и осенью провели в Москве совещание с участием руководителей управлений ОАО "Газпром" и газотранспортных предприятий.

**— Это совещание, похоже, имело для СГАТа особое значение?**

— Оно, можно сказать, стало для нашего ДОАО точкой отсчета. Два месяца ушло только на изучение, согласование и визирование службами "Газпрома" и газотранспортных предприятий протокола, "родившегося" на этом совещании. 30 декабря он был утвержден первым заместителем председателя Правления ОАО "Газпром" В.В.Шереметом.

Этот документ стал кредитом доверия и признания достигнутых Спецгазавтотрансом результатов, но это и одновременно груз большой ответственности. Генеральному директору В.А.Тумееву предложено разработать мероприятия на 2001-2005 годы, технико-экономическое обоснование (ТЭО) и создать в 2001 году при ДОАО "Спецгазавтотранс" специализированное подразделение по капитальному ремонту линейной части магистральных газопроводов. Разработку этих мероприятий на 2001-2005 годы мы вели параллельно нарабатываемой программе на 2001 год.

**— Впереди огромный фронт работ, большие перспективы.**

— Сегодня даже еще не все в полной мере представляют, на что мы замахнулись. К примеру, Газп-

рому нужно, чтобы мы к 2005 году вышли на годовой показатель 100-120 км. переизолированного газопровода. Многое это или мало? Для "Газпрома", который планирует 1000 км в год, а ремонтирует пока 350-400 км, это немного, для нас же это на сегодня невыполнимые объемы. Но к этому мы должны подойти — иначе это будут делать другие. Как этого достичь? Это уже другие проблемы — технические, экономические, организационные, кадровые.



Дмитрий РУЗАНОВ

Решение этой задачи возможно не только за счет применения новых технологий, полимерных композитных материалов, и, что самое главное, новых технических средств по вскрытию трубы, снятию старой изоляции, переизоляции, подшивке трубы и т.д., применения тех машин, которые делают это на порядок быстрее и качественнее. Но в нашем арсенале, кроме экскаваторов, бульдозеров и автосамосвалов, таких технических средств, к сожалению, нет.

**— В январе уже этого года Вы в составе делегации "Газпрома" ездили на Украину в Киев и Кременчуг. Какую технику там смогли предложить нам?**

— В составе той делегации был также главный инженер ДОАО «Спецгазавтотранс» В.М.Чупахин, СУПР представляли В.Е.Блинов и В.Г.Максимов. А представили нам комплекс землеройных машин для вскрытия, подкопки и подшивки трубопровода.

Сам комплекс задуман неплохо. Это комплекс автоматизированных землеройных машин, обеспечивающих сохранность вскрываемого трубопровода, исключает практически ручной труд и уменьшает объем разрабатываемого грунта до 30% по сравнению с ковшовым экскаватором.

Но эти машины сделаны под сухие немерзлые грунты I и II группы для ровной трассы, без пересечений рек, болот и непригруженного трубопровода, для работы только в летних условиях. Те же климатические и географические условия, в которых приходится работать нам, резко противоположны. Конечно, для работы в условиях Оренбургской, Астраханской и Волгоградской областей этот комплекс "Газпрому", возможно, имеет смысл приобрести для испытания и дальнейшей доработки. На сегодня, хотя эти машины управляются компьютером и отслеживают трубу, чтобы избежать ее повреждения, они еще "сырые", очень нежные, сложные, довольно громоздкие и тяжелые для их перевозки до объектов.

Не зря начальник СУПР Н.Я.-Трепетин направил в командировку именно начальника участка по ремонту и эксплуатации механизмов Е.В.Блинова и машиниста экскаватора В.Г.Максимова. Они имеют опыт эксплуатации подобных этим машинам роторных экскаваторов и не понаслышке знают все "болезни" и слабые места такой землеройной техники. Возможно, в дальнейшем эти машины доработают на наших заводах и уже в измененном варианте они пригодятся для работы в северных условиях и мерзлых грунтах.

**— Что из техники по этой программе будет комплектоваться силами ДОАО "Спецгазавтотранс" и ОАО "Газпром" в этом 2001 году?**

— Я думаю, что на многое рассчитывать не придется. Решально в этом году мы можем приобрести 2 комплекса по очистке и изоляции трубы, 3 экскаватора, 2 дизельных электростанции по 200 квт., 1 водоотливную установку, 3 бульдозера Д-65, "Комацу" класса Т-170, 20 автосамосвалов "Урал-Ивеко" и, возможно, 2 трубоукладчика ГП-90тн, чтобы запустить 2 колонны по нормальной укомплектованной механизмы и техническими средствами схеме. Кроме этого, придется комплектоваться изоляционными материалами и необходимым ручным инструментом.

**— Какой намечается структура создаваемого подразделения, его численность, объемы работ и т.д.**

— По структуре, как и по ряду других параметров этого предприятия мы еще до конца не определились. Окончательное решение по результатам технико-экономического обоснования примут генеральный директор В.А.Тумаев и собрание акционеров. Пока же прорабатывается несколько вариантов.

**Первый.** Создать подобие ремонтно-строительного треста, куда бы вошли 3 структурные единицы:

1. СУПР — с функциями генподрядчика по строительству объектов и ремонту магистральных газопроводов.

2. Управление механизации на базе Магнитогорского СУПНР с функциями эксплуатации и ремонта техники и оборудования.

3. Проектное бюро с функциями инженерно-геологических изысканий и проектирования.

**Второй.** Создать или выделить в отдельное структурное подразделение только по ремонту магистральных газопроводов. Передать ему часть техники, численного состава ИТР и рабочих СУПРа и постепенно доукомплектовать новыми техническими средствами и оборудованием.

**Третий.** Переориентировать СУПР на 50-70% для ремонта линейной части газопроводов с планомерной комплектацией новой техникой, оборудованием, переучиванием рабочих, ИТР и внутренней структурной перестройкой.

Следует сказать, что третий вариант по сегодняшним финансовым возможностям и другим обстоятельствам является самым реальным и менее "болезненным". Надо иметь ввиду, что за период 2001-2005 г.г. на закупку новой техники нам нужно изыскать 750 млн. рублей.

**— Но ведь здесь, наверное, может помочь и "Газпром"?**

— Конечно, мы рассчитываем половину из них получить через ОАО "Газпром". Но это пока только наши надежды, а точные цифры будут только после защиты и утверждения технико-экономического обоснования "Газпрому". К тому же, в конечном счете, то, что выделит нам "Газпром", со временем мы должны будем вернуться, возможно, еще с процентами.

Что планируется основными технико-экономическими показателями на 2001-2005 г.г., а точнее сказать, какими хочет видеть нас "Газпром" по этому направлению деятельности, думаю, будет ясно из данных, приведенных в "Основных технических показателях

на 2001-2005 г.г.", которые публикуются в конце этого интервью.

В первую очередь надо ясно понять, что это потребует немалых финансовых вложений. Значит, нужно определить источники финансирования. Если не будет схемы финансирования и закупки импортной техники через ОАО "Газпром", а это валютные средства, нам будет очень сложно осилить это за счет собственных источников.

**— Дмитрий Васильевич, как Вы уже сказали, ремонт магистральных газопроводов давно делают эксплуатационники известными всем способами. Как и чем мы можем занять свое прочное место на этом направлении?**

— Всем известно, чтобы иметь твердые позиции по любому направлению деятельности в жестких условиях рыночных отношений, надо уметь делать "что-то" лучше других, дешевле других, качественнее и быстрее других. На Севере нам нет конкурентов по отсыпке дорог, кустов, площадок и перевозке грузов — мы это делаем лучше других. Научились хорошо делать дороги с твердым покрытием из дорожных плит, вдоль трассовые проезды с мостами и водопропусками, спроектированием объектов будущих работ. Пример — работа на ООО "Пермтрансгаз". Такого серьезного подхода они явно не ожидали. А начиная СУПР "раскручивать" это направление тоже труднова-

то и встречали нас, мягко говоря, "прохладно". До нас этим занимались многие фирмы по принципу: там клочек, здесь куча. Но с приходом нас они отошли в тень. Сегодня Пермтрансгаз просит нас добавить мощностей для разворачивания работ на Средней Усьве и других объектах, а это уже о чем-то говорит.

Наш подход к капитальному ремонту магистральных газопроводов — это решение вопросов ремонта в комплексе: дороги, мосты, подъезды, ремонт изоляции, замена трубы, балластировка, засыпка, обваловка, испытание и сдача в эксплуатацию. Подобный комплекс включает огромные объемы работ, большое количество техники и оборудования, а это уже не всем под силу. В свою очередь выполнение больших объемов наряду с гарантией качества при нормативных сроках проведения ремонтных работ требует, как я уже говорил, применения передовых технологий, новых материалов и высокопроизводительной техники. Именно по такому пути, с применением всего нового и передового мы должны идти при решении задач, которые ставят сегодня перед нами ОАО "Газпром". Было бы наивно думать, что все будет легко и гладко, но руководство ДОАО "Спецгазавтотранс", специалисты, коллектив рабочих и инженерно-технический состав способны, как это было всегда, решить любые поставленные задачи.

## ОСНОВНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ, ПЛАНИРУЕМЫЕ НА 2001-2005 г.г.

**Структура выполняемых работ (уточняется по результатам ТЭО).**

1. Ремонт изоляции (переизоляции) газопроводов .....	337 км.
В том числе: 2001 г.—24,3 км., 2002 г.—44,5 км., 2003 г.—69,0 км., 2004 г.—87,0 км., 2005 г.—112,6 км.	
2. Земляные работы по вскрытию и засыпке трубопроводов .....	5,841 млн. куб. <sup>3</sup> .
3. Балластировка (перебалластировка) и обваловка трубопроводов .....	337 км./УБО, УБО.М—260000 шт.
4. Земляные работы по вдольтрассовым проездам .....	5,556 млн. куб. <sup>3</sup> .
5. Ремонт подводных переходов .....	17 км.
6. Подъезды к крановым узлам, устройство переездов через магистральные газопроводы и коммуникации (кол. дорожных плит) .....	4,5 тыс. шт.

**Количество основных машин и механизмов (уточняется по результатам ТЭО).**

1. Комплексы по переизоляции трубопроводов .....	12 ед.
2. Дизельные электростанции 100 кВт .....	12 ед.
3. Экскаваторы V=1,8 м <sup>3</sup> на вскрытиях и земляных работах по магистральным газопроводам и вдольтрассовым проездам .....	18 ед.
4. Бульдозеры легкие типа Т-170 и Д-65 "Комацу" .....	25 ед.
Тяжелые типа Д9N .....	15 ед.
В том числе вновь приобретаемые:	
Д9N - 5 ед., Д-65 - 15 ед. ....	20 ед.
5. Трубоукладчики г/п 90 тн .....	21 ед.
В том числе, вновь приобретаемые .....	17 ед.
6. Водоотливные агрегаты на базе ДТ-75, вновь приобретаемые .....	8 ед.
7. Жилые комплексы типа "Тайга", вновь приобретаемые .....	9 ед.
8. Электросварочные агрегаты 2-х постовые СДУ АСМ 4107 .....	12 ед.
9. Трейлеры Г/П 60 тн. прицепные .....	6 ед.
10. Трейлер Г/П 60 тн. с тягачом МАЗ "Волат" .....	4 ед.
11. Очистные комплексы МОК-BW 1 термоабразивной очистки труб .....	5 ед.
12. Струйные изоляционные машины (СИМ) (изоляционный материал – полиуретановая мастика) .....	5 ед.

**Обучение ИТР и рабочих.**

1. Комплексный ремонт магистральных газопроводов – ИТР .....	12 чел.
2. Машинист изоляционных машин .....	24 чел.
3. Машинист очистных машин .....	24 чел.
4. Машинист дизельных электростанций .....	24 чел.
5. Машинист экскаватора "Хитачи" .....	24 чел.
6. Машинист бульдозера "Комацу" .....	30 чел.
7. Машинист трубоукладчика .....	32 чел.
8. Электросварщики (повышение квалификации) .....	18 чел.
9. Оператор МОК-BW1, СИМ .....	10 чел.

3

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ



СПОРТ

## Древней Руси защитники

Захиста Отечества всегда была первым делом на Руси. Как же служили раньше на ратном поприще?

В начале создания Русского государства при князьях имелась почетная свита, или дружины, которая делилась на старшую – бояр и младшую – «мужей», «отроков» и «детских». С усилением централизованной власти, особенно со временем Ивана III, стало входить в обычай предоставление земли во владение служилым людям. Помещики и ветчинники были разделены на четыре разряда: дворяне; дети боярские; новокрещеные, мурзы и татары; городовые казаки.

Дворяне по поместным окладам и служебным правам делились на московских дворян (имевших поместья в московском уезде), жильцов и дворян городовых. Московские дворяне в качестве оклада получали большие поместья, могли выдвигаться на высшие придворные и военные должности. Из ратных людей московского чина составлялся особый Государев полк, который сопровождал Государя в походах. Государев полк отличался богатством одеяния, оружия и добротностью коней. Значительную военную силу московского правительства в XVI веке составляли даточные люди, набираемые во время войны из сельского и городского населения.

Набор производился в зависимости от необходимости по одному человеку от 50, 20, 10 и даже 5 дворов. Выставлялись даточные люди в возрасте от 25 до 40 лет. Правительство устанавливало единое вооружение. За качественный состав посланных в войско людей отвечало ведомство того города, где они набирались.

В то время жильцами называли детей дворян, дьяков и подьячих, выполнявших обязанности по доставке указов и повелений царя, сопровождению его по Москве, несению дворцовых караулов при встречах и приемах, а также защите столицы вместе с другими ратными людьми.

Было раньше и так называемое поместное войско. Оно имело характер ополчения, основывалось на поместной системе, по которой дворяне обязаны были нести военную и административную службу. Организационно поместное войско делилось на сотни. Сотни вливались в полки. Эти подразделения были упразднены Петром I в 1701 году.

Как известно, Петр I стал основателем регулярной русской армии. Во времена Петра I артиллерия стала составной частью регулярных армий. В знак признания особых заслуг перед этим родом войск сам Петр I носил мундир капитана бомбардирской роты.

Еще в 1488 году в Москве на берегу Неглинки был основан первый в Европе орудийный завод – Пушечный двор. И Москва стала одним из центров по производству артиллерийских орудий. Примечательно, что уже первые отечественные орудия по своему техническому уровню значительно опережали появление аналогичных образцов за границей. В то же время артиллеристы, пушки и бомбардиры утвердились в русской армии как наиболее образованные люди.

По данным на июль 2000 года на вооружении в Ракетных войсках стратегического назначения было: 180 ракет РС-20 (SS-18) с 1800 боеголовками (с 1 января 2001 года – 154 ракеты, 1540 боеголовок), 150 ракет РС-18 (SS-19) – 900 боеголовок, 10 ракет РС-22 (SS-24 – шахтного базирования) – 100 боеголовок, 36 ракет РС-22 (SS-24 – железнодорожного базирования) – 360 боеголовок, 360 ракет комплекса «Тополь» (SS-25 – мобильные) – 360 боеголовок, 20 ракет современного комплекса баллистического оружия «Тополь-М» (SS-27 – шахтные), с 1 января 2001 года – 23 ракеты с 23 боеголовками.

– в 3 раза чаще страдают сахарным диабетом и кожными заболеваниями;

– у полных людей гораздо чаще рождаются слабые дети.

При избыточном весе в организме вырабатывается больше инсулина. Это, в свою очередь, способствует задержке солей и жидкостей в организме.

Сегодня преобладает мнение, подтвержденное множе-

ством жидкостей приводит к тому, что в сосудах возрастают давление. Именно поэтому полные люди страдают гипертонией в 2 раза чаще, чем люди с нормальным весом.

Борясь с ожирением, необходимо уменьшить количество пищи и удлинить промежутки между ее приемами. Питаться желательно, используя кислые приправы с уксусом, есть суха-

## Спартакиада предприятий ДОАО «Спецгазавтотранс»

**Бурное по спортивным событиям начало зимы, похоже, получает свое логическое продолжение. Предстоящая Спартакиада ОАО «Газпром» всколыхнула спортивную жизнь столицы Удмуртии. Только отремонтированная первая городская Спартакиада промышленных предприятий, как и старту подступила вторая городская. Ей, в свою очередь, предшествуют Спартакиады предприятий и районов.**

**В каждой из них самое активное участие принимают спортсмены ДОАО «Спецгазавтотранс».**

В феврале началась Спартакиада среди предприятий ДОАО «Спецгазавтотранс». Одной из главных целей и задач ее, наряду с воспитанием и популяризацией здорового образа жизни, является выявление сильнейших спортсменов для формирования сборной команды ДОАО «Спецгазавтотранс».

### В программу соревнований вошли:

1. Мини-футбол.
2. Волейбол.
3. Настольный теннис.
4. Шахматы.
5. Пулевая стрельба.
6. Лыжные гонки.
7. Плавание.

10 февраля на первом этапе соревнований участники состязались в играх по мини-футболу, настольному теннису и шахматам.

В мини-футболе первенствовала команда СУПРа. В призерах вышли также футболисты Воткинского ЗГА и Чайковского ПТТИСТ.

Зато в соревнованиях по настольному теннису спортсмены Воткинского ЗГА потеснили команду СУПРа на второе место. А на третье место вышли теннисисты исполнительной дирекции.

В шахматах вновь вне конкуренции оказались представители СУПРа, за которыми опять вплотную идут шахматисты Воткинского ЗГА. А вот на третье место здесь вышла команда Ижевского АТП. Команды, занявшие по видам спорта 1, 2 и 3 места награждались призами.

В целом, по итогам трех видов соревнований первого этапа Спартакиады первое место с 4 очками заняла команда СУПРа, второе с 5 очками – Воткинский ЗГА, третье с 11 очками – исполнительная дирекция, четвертое с 12 очками – Ижевское АТП и пятое с 13 очками – Чайковское ПТТИСТ.

Завтра, 24 февраля состоятся соревнования второго этапа Спартакиады предприятий ДОАО «Спецгазавтотранс». На этот раз участники будут состязаться в лыжных гонках и пулевой стрельбе.

В лыжных гонках, которые состоятся на лыжной базе «Снежинка», от команды участвуют 2 мужчины и 2 женщины. Соревнования проводятся в виде эстафеты 4 по 3 км. Личное первенство: мужчины – 5 км., женщины – 3 км. Учитывается возраст: I группа – 18-30 лет, II группа – 31-45 лет, III группа – 45 лет и выше.

На состязания по пулевой стрельбе, которые пройдут в тире легкотяжелого манежа, каждая команда выставляет по 3 человека. Виды: стрельба из винтовки, стрельба из пистолета. Победители определяются в командном и личном зачете. Возраст не учитывается. Команды могут быть смешанными (мужчины и женщины). Участие руководителя (заместителя начальника отдела) обязательно.

А через месяц, 24 марта в ходе заключительного, третьего этапа Спартакиады пройдут соревнования по волейболу и плаванию.

## Спартакиада среди производственных предприятий и организаций Устиновского района

Спартакиада района проводится в рамках подготовки к Спартакиаде города Ижевска.

### В программу соревнований включены:

1. Мини-футбол. Ориентировочный срок проведения 1-2 сентября 2001 года, стадион «Торпедо». Ответственность за организацию и проведение турнира возлагается на ДОАО «Спецгазавтотранс».
2. Стрельба пулевая. Ориентировочный срок проведения 20 марта 2001 года в стрелковом тире «Строитель».
3. Шахматы. Ориентировочный срок проведения 5-7 апреля 2001 года.
4. Волейбол. Ориентировочный срок проведения 20-21 октября 2001 года.
5. Настольный теннис. Ориентировочный срок проведения 21-22 апреля 2001 года.
6. Плавание. Ориентировочный срок проведения 6 октября 2001 года в муниципальном Дворце спорта.
7. Лыжные гонки. Ориентировочный срок проведения 3 марта 2001 года в районе школы № 77.



На снимке: идут состязания по мини-футболу-2001.  
Фото Николая СЮВАЕВА.

## Академия здоровья

### Венера Поварница, заведующая здравпунктом ДОАО «Спецгазавтотранс»

Ожирение – избыточное нахождение жира в организме и отложение его в подкожной клетчатке, сальнике, других тканях и органах. В основе ожирения лежит нарушение обмена веществ, когда процессы образования жира из питательных веществ преобладают над процессами распада. Чаще всего ожирение обусловлено систематическим перееданием, решающей роль при котором играют не абсолютное количество и калорийность потребляемой пищи, а степень превышения потребностей организма человека, зависящих от энергетических затрат, и связанный с характером работы, двигательной активностью, от условий всасывания в желудочно-кишечном тракте и других факторов. Девочки в среднем чаще страдают ожирением, чем мальчики, поскольку уже при рождении у них более выражено развитие подкожной жировой тка-

ни. Кроме переедания, ожирению способствует преобладание в пище жиров животного происхождения и легкоусвояемых углеводов, избыточное потребление сливочного масла, сала, жирного мяса, мучных блюд, сахара, сладостей, картофеля, а также алкогольные напитки, обладающие высокой калорийностью сами по себе и вызывающие повышенный аппетит.

Ожирение ведет к возрастанию нагрузки на кости и суставы, сопровождающейся болями и ограничением подвижности в опорных суставах ног. Оно способствует развитию сахарного диабета, желчекаменной болезни, атеросклероза, болезни сердца, суставов и многих других заболеваний.

Основной метод лечения ожирения – строгое систематическое соблюдение диеты и требований здорового образа жизни.

Полные люди по сравнению с худыми:

- в 10 раз чаще страдают заболеваниями крупных суставов и позвоночника;
- в 6 раз чаще страдают образованиями камней в почках;
- в 4 раза чаще страдают болезнями желчного пузыря;

## Ожирение

Ожирение ведет к возрастанию нагрузки на кости и суставы, сопровождающейся болями и ограничением подвижности в опорных суставах ног. Оно способствует развитию сахарного диабета, желчекаменной болезни, атеросклероза, болезни сердца, суставов и многих других заболеваний.

Для уменьшения аппетита следует принимать настойку из кукурузных рылец по 1 ст. л. 4-5 раз в день перед едой.

При ожирении полезно употреблять молотые отруби. Перед добавлением в пищу отруби залить кипятком на 30 мин., после чего воду слить. Полученную кашицу класть в любое блюдо сначала 1 чл., через 7-10 дней – по 2 чл., еще через 7-10 дней – по 1-2 ст. л. 2-3 раза в день.

*Будьте здоровы!*

**Чемпионат Удмуртии по волейболу**

В конце 2000 года в соревнованиях на первенство по волейболу среди предприятий Ижевска защита спортивной чести ДОАО "Спецгазавтотранс" была доверена волейболистам филиала – Чайковского ПТТИСТ, которые с честью оправдали доверие и стали победителями.

В феврале начались игры Чемпионата по волейболу уже Удмуртской Республики среди мужских команд.

В соревнованиях включились 17 команд, которые разбиты на три группы. Чемпионат проходит в два этапа: 5 команд, добившихся лучших результатов на первом этапе, выходят во второй, в котором к ним присоединяются еще три команды – призеры Чемпионата-2000. По итогам этого Чемпионата 8 сильнейших команд будут играть в сезоне 2002 года в I лиге Чемпионата УР.

Команда "Спецгазавтотранса", который опять представляют волейболисты Чайковского ПТТИСТ, в подгруппе "Б". Соперниками наших волейболистов стали "Металлист" (Механический завод), "Ветеран" (Удмуртэнерго), "Связист" и "Связист-2" (Удмурттелеком) и "Заря" (сборная г. Ижевска).

Начало Чемпионата для нашей команды сложилось не очень удачно и мы уступили победу "Связисту". Но поражение не отбило волю к победе и в следующей игре с "Ветераном" волейболисты ДОАО "Спецгазавтотранс" взяли верх над соперником.

17 и 18 февраля состоялись последние встречи первого этапа, в которых команда встречалась с волейболистами "Металлиста" и "Зари".

1 марта в Госкомспорте УР состоится судейская по II этапу игр Чемпионата.

**На армейской волне****Знай наших!**

– Американцы хотят оказать нам помощь в разоружении.  
– Какую?  
– Предлагают послать часть танков к нам на переплавку.  
– Та-а-ники. Может, лучше ракеты, а то танки еще везти надо.  
– А ракеты что, не надо везти?  
– Ракеты пошли своим ходом, и лады...

**Хорошо, когда тебя понимают!**

В гарнизоне дама проводит вечер с любовником. Раздается телефонный звонок. Поднимает трубку:  
– Да, слушаю... Хорошо!.. Сколько угодно!.. Пожалуйста!..  
Вешает трубку и говорит любовнику:  
– Звонил мой муж. Он сказал, что играет с тобой в шахматы и поэтому задержится допоздна.

**Не заслужил!**

Разговаривают жены военнослужащих:  
– Представляешь, мой муж такой молодой, а уже импотент!  
– А мой-то дурак, все еще сержант!

**Солдатская смекалка**

В стройбате один из новобранцев катит перед собой перевернутую тачку. Его останавливает офицер и спрашивает:  
– Ты почему везешь тачку вверх дном?  
– Вчера я вез тачку как следует. Так, знаете, что они придумали? – Стали насыпать в нее гравий!!!

**Гарантировано**

Вводное занятие на военной кафедре медицинского института.

Преподаватель:

– Девушки! По окончании нашего курса все вы станете женщинами-медсестрами. К этому приложит усилия вся наша кафедра.

**Военная тактика**

Прапорщик спрашивает у выстроившегося взвода:

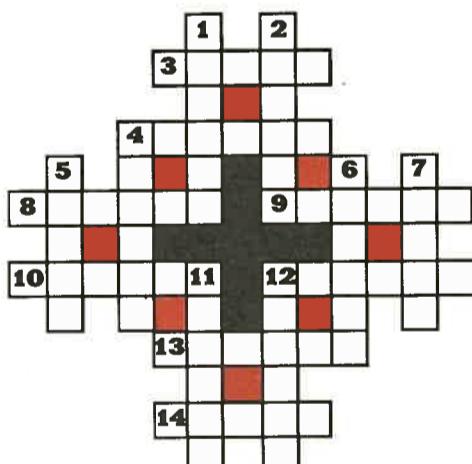
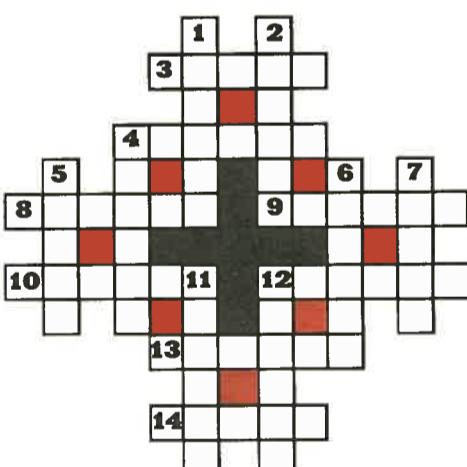
– Кто поедет на картошку – два шага вперед!  
Из строя выходят два солдата.  
– Остальные пойдут пешком! – бодро заканчивает прапорщик.

**Кроссворд «Близнецы»**

Уважаемые эрудиты!

В каждом пункте этого задания два вопроса.

Ответьте на них и определите сами, в какую именно сетку их нужно поместить.



**По горизонтали:** 3. Пластина с надписью, со провождающая товар, багаж, груз. Двучлен в математике. 4. Вступительная часть литературного или музыкального произведения. Крайняя печаль, горечь страдания. 8. Полный круговой поворот в танце всем телом на носке одной ноги. Телосложение, а также внешние очертания тела человека. 9. Сочинение, не подписанное именем автора. Высшая точка развития чего-нибудь. 10. Узкая длинная лодка у индейцев. Крупная птица, разновидность орла. 12. Приспособление для предохранения борта судна от повреждения при швартовке. Имущество, боеприпасы, техника, захваченные у противника. 13. Острое инфекционное заболевание. Потеря, ущерб, урон. 14. Резкий звук от чего-нибудь лопнувшего, сломавшегося. Фокусник, демонстрирующий большую физическую силу или нечувствительность к боли.

**По вертикали:** 1. Дворянский титул в странах Западной Европы. Водное позвоночное животное со змеевидным телом. 2. Нечто путаное, канительное, в чем трудно разобраться. Способ стрижки волос, при котором они срезаются ровно вокруг всей головы и лба. 4. Бог подземного мира и царства мертвых в

древнегреческой мифологии. Шкурка, снятая с новорожденного ягненка. 5. Съедобные внутренности убойных животных. Предельное количество, предельная норма чего-либо. 6. Страница в наборе, в печатном издании. Чувство раздражения и неудовольствия вследствие неудачи. 7. Передний зуб плоской формы. В некоторых старых армиях высокий головной убор из жесткой кожи с козырьком. 11. Грузоподъемность, грузовместимость транспортных средств. Жертвенник у древних народов. 12. Резкий, крутой перелом, тяжелое переходное состояние. Дорога, путь.

га-краны. 7. Педиатрия. 11. Аттаб-Тоннек. 12. Трас-ки. 4. Нитрич-Кмышка. 5. Лимит-Линней. 6. Лорока-Ко-6-Лимора-Бекет. 12. Тифоен-Кфаел. 13. Втпата-Ах-Ло-Лондо-Линьи. 1. Нирора-Бинкот. 2. Мопока-Кко-6-Лина. 14. Текер-Фаркап. 10. Синдром-Линьи. 8. Ниря-Па-Линьи. 9. Аниорен-Ахонин. 10. Синдром-Линьи. 3. Бином-Бинка. 4. Липогор-«Биненхен».

**ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ**

**Календарь природы****Февраль**

Февраль – перезимок. Вьюги да метели под февраль полетели: бегут по снегу, а следу нету.

Последний, самый страшный месяц зимы. Месяц лютого голода, волчьих свадеб, налетов волков на деревни и маленькие города – с голодухи утаскивают собак, коз, залезают в овчарни по ночам. Тошают все звери. Нагулянный с осени жирок уже не греет, не питает их.

Кончаются запасы и у зверюшек в норах, в подземных кладовых.

Снег из друга, сохраняющего тепло, для многих все больше теперь превращается в смертельно-врага. Под его непосильной тяжестью ломаются ветви деревьев. Дикие куры – куропатки, рябчики, тетерева – радуются глубокому снегу: им хорошо ночевать, зарывшись в него с головой.

Но вот беда, когда после дневной оттепели ударит ночью мороз и покроет снег ледяной коркой – настом. Бейся тогда головой о ледяную крышу, пока солнышко не распустит наст!

И метет-метет поземка, засыпает февраль-дорогушник санные пути-дороги...

**Дмитрий КЕДРИН**

**Мороз на стеклах**  
На окнах, сплошь заиндевелых, Февральский выписал мороз Сплетенье трав молочно-белых И серебристо-сонных роз.

Пейзаж тропического лета Рисует стужа на окне. Зачем ей розы? Видно это Зима тоскует по весне.

**По секрету всему свету****Заглянем в холодильник**

Если в ваше отсутствие возможно отключение электроэнергии, избежать размораживания продуктов в холодильнике поможет помещенный в морозильную камеру кусок металла высокой теплопроводности, например, медная болванка. Только ее следует обернуть полиэтиленовой пленкой. Хорошо «промороженная» болванка удержит холод в течение 8-10 часов.

Случается, что при закрытой двери холодильника лампочка в нем не гаснет – короткая кнопка выключателя. Исправить это может кусочек резиновой трубы, надетый на кнопку и увеличивающий ее длину.

Срок службы резинового уплотнителя вашего холодильника санитарные пути-дороги...  
**Город Дмитрий КЕДРИН**

Случается, что причиной шума и вибрации холодильника становятся резонансные явления. Закрепив на агрегате какой-либо груз весом 0,5-1,5 кг, вы резко ослабите резонанс и тем самым избавитесь от вибрации.

Полистирол, которым отделана внутренняя поверхность холодильника со временем желтеет. Обычные моющие средства здесь бессильны. Вернуть пластмассовому детали первоначальную белизну можно с успехом с помощью порошка «Гигиена-2».

Если ваш холодильник вышел из строя из-за подгорания контактов теплозащитного реле (например, РТП-1) и нет возможности приобрести новое реле, можно заменить контакты на старом.

Для этого от подвижной контактной пластины отпаивают провода, удаляют заклейки и снимают ее. Над филем и шкуркой защищают контакты, затем болтом М3 укрепляют пластику на прежнем месте и припаивают провода.

Чтобы ускорить процесс разморозки холодильника, направьте в морозильную камеру поток воздуха от настольного вентилятора – нальедь быстро растает. А еще лучше взять тепловентилятор с нагревательным элементом.

Среди способов быстрого размораживания я снежной «шубы» холода – есть и такой: положить в морозильник наполненную горячей водой медицинскую грелку. Разморожение происходит достаточно быстро, и к тому же исключается опасность повредить испаритель.

Еще один способ быстрого размораживания. На штуцер карбюратора надевают трубку и струю пара направляют на снежную шубу. Размораживание занимает всего 15 минут.

**По всем берегам мира**

Необычное хобби у немецкого фотографа, жителя Берлина Харри Хампеля. Он решил побывать во всех Берлинцах, существующих на земном шаре. Таких географических пунктов он насчитал 118. В самой Германии, кроме всем известного Берлина, есть поселок Берлин между Гамбургом и Любеком, его население – 480 человек. В США насчитывается 26 Берлинов, основанных в разное время переселенцами из Германии. Хампель побывал во всех американских Берлинцах – от самого крупного, в котором 35 тысяч жителей, до самого маленького, где их всего 48. Был он и в самом высокогорном Берлине – в Андах, на территории Аргентины, на высоте 4500 метров над уровнем моря. А в Канаде есть большое водохранилище Берлин. По сведениям Хампеля, свои Берлины есть также на Украине и на Урале. Харри Хампель готовится к восхождению на вулкан Берлин высотой 3495 метров, находящийся в западной части Антарктиды.

**ГАЗОВИК**

И.О. редактора  
В. С. СЫРОПЯТОВ

Рег. № У - 0058.  
Тираж 1200 экз.

Газета набрана и сверстана на настольно-издательском комплексе редакционной газеты «Газовик». Отпечатана на Ижевском полиграфическом комбинате. (Воткинское ш., 10-й км.).

Адрес редакции:  
426039, Ижевск.  
Воткинское шоссе, 182.  
Тел.: 203-777; 1-27.

Использование материалов допускается только с разрешения редакции.  
Мнение редакции газеты и авторов публикаций может не совпадать.

Газета выходит ежемесячно.

Распространяется на предприятиях дочернего акционерного общества «Спецгазавтотранс».

Номер подписан к печати 21 февраля 2001 года.