

# ГАЗОВИК

выходит  
ежемесячно

SPETSGAZAUTOTRANS  
DAUGHTER JOINT - STOCK COMPANY

№ 6 (163) 3 сентября 2004 года



СПЕЦГАЗАВТОТРАНС  
ДОЧЕРНЕЕ ОТКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО

распространяется  
бесплатно

We bring warmth and light to your house

Издается с 1992 года

Несем тепло и свет в ваш дом

## 5 сентября - День работников нефтяной и газовой промышленности

### Сегодня в номере:

Поздравляем  
с праздником! (1,2 стр.).

Хроника «Газпрома»  
(2 стр.).

Лето в «Пламени»  
(3 стр.).

Ваше здоровье (4 стр.).

Приглашаем на стадион  
(3 стр.).

Для вас, эрудиты  
(4 стр.).

Автосалон (4 стр.).

По секрету  
всему свету (4 стр.).

### Уважаемые коллеги, дорогие друзья!



От имени  
Совета Межрегиональной  
профсоюзной  
организации  
ОАО «Газпром»  
и от себя лично  
сердечно поздравляю Вас с  
нашим профес-  
сиональным  
праздником - Днем работников  
нефтяной и газовой промышлен-  
ности!

В этот праздничный день примите искренние пожелания добра, счастья, дальнейших трудовых успехов и крепкого здоровья Вам и Вашим семьям!

Председатель  
МПО ОАО «Газпром»  
В.П.БАБКИН.



### Уважаемые коллеги!

От имени Правления ОАО «Газпром» и от себя лично сердечно поздравляю всех работников отрасли и ветеранов с профессиональным праздником. Без наших общих усилий, а только в Газпроме и его дочерних обществах работает более трехсот тысяч человек, было бы невозможно динамичное развитие газовой отрасли.

Мы добились заметных успехов. Прошедший 2003 год стал годом рекордов для «Газпрома». Мы ставили цель перейти от стабилизации к росту. Наиболее наглядный результат - в добыве газа. Добыв 540 млрд. кубометров газа, мы перешагнули рубеж «530», который ранее рассматривался как важная долгосрочная цель.

Улучшаются наши финансовые показатели, растут объемы поставок газа российским потребителям и на экспорт. «Газпром» полностью восстановил свое присутствие на потерянных за предыдущие годы рынках стран СНГ и Балтии и завоевал новые. Теперь компания присутствует во всех республиках бывшего Советского Союза.

Сегодня перед нами стоят новые масштабные задачи, в том числе - реформа «Газпрома». Первый ее этап продолжался три года и был направлен на повышение эффективности работы головной компании. Теперь мы начали второй этап реформы. Его цель - повышение эффективности работы «Газпрома» как вертикально интегрированной компании. И главное здесь - оптимизировать структуру управления нашими «дочками», консолидировать все основные направления бизнеса в отдельных компаниях и за счет этого добиться полной прозрачности финансовых потоков.

В мировом энергетическом бизнесе мы должны занять лидирующие позиции. «Газпром» становится глобальной компанией мирового уровня, которая не только добывает и продает газ, но и успешно осуществляет его глубокую переработку, наращивает нефтяную составляющую, активно занимается энергетикой. Наши шаги по диверсификации маршрутов и способов транспортировки газа, регионов добычи и рынков сбыта, направлены на повышение конкурентоспособности «Газпрома» по отношению к ведущим мировым компаниям.

Одно из наших важнейших конкурентных преимуществ, наряду с колоссальными запасами газа и пакетом долгосрочных экспортных контрактов - опыт, профессионализм и трудолюбие работников «Газпрома», искренне преданных любимому делу.

Дорогие друзья, уважаемые коллеги! От всей души желаю всем газовикам и нефтяникам, ветеранам, вашим семьям, крепкого здоровья, счастья и удачи.

С праздником!

Председатель правления ОАО «Газпром» А.Б. МИЛЛЕР.



### Уважаемые работники ДОАО «Спецгазавтотранс»!

Сердечно поздравляю вас с нашим главным, профессиональным праздником - Днем работников нефтяной и газовой промышленности! У нас есть все основания встретить этот знаменательный день с хорошим настроем, душевным подъемом, с заслуженной гордостью. К своему двадцатилетию коллектив подходит с полной загрузкой всех производственных мощностей и трудовых ресурсов АО, а высокоеэффективная работа трудовых коллективов в первом полугодии обеспечила рост объема выполненных работ и услуг по сравнению с тем же периодом прошлого года на 37,1 процента.

В основе наших достижений лежит труд людей, работающих непосредственно на участках, зачастую в суровых природных условиях -- водителей, машинистов, речников специалистов по ремонту магистральных газопроводов. Во многом своими успехами мы обязаны ремонтным, инженерным службам. Благодаря труду этих профессионалов коллектив ДОАО «Спецгазавтотранс» встречает свое двадцатилетие с уверенностью в завтрашнем дне и в непростое время реформ с оптимизмом смотрит в будущее.

Сегодня стратегическая инициатива ДОАО «Спецгазавтотранс» - динамично наращивание объемов работ на всех направлениях деятельности. Дальнейшее развитие и динамика отмечают работу автотранспортных предприятий, строителей также и на обустройстве нефтяных и газовых месторождений. На этом направлении деятельности Общество готовится программа, предусматривающая ежегодную отсыпку автодорог и площадок под буровые и строительные объекты до 4,5 млн. куб. м. грунта.

Разработана программа по эффективной круглогодичной загрузке РЭБ флота, для чего уже закуплен земснаряд, чтобы самим заготавливать грунт. А это и востребованность, и конкурентоспособность.

С этого года приоритетным направлением деятельности Общества, которое является стратегически важным и для «Газпрома», стал ремонт магистральных газопроводов. Разработана и утверждена трехгодичная программа капитального ремонта МГ, ориентированная при прямой поддержке «Газпрома» на ежегодное освоение денежных средств уже в объеме до 4 млрд. рублей. Прорабатывается также комплекс мероприятий по увеличению производительности работ на переизоляции труб до 1000 погонных метров в сутки, а к участкам по капитальному ремонту МГ, созданным в Новом Уренгое и Чайковском, скоро прибавится и участок в Ижевском АТП.

Все это вселяет надежду и укрепляет нашу уверенность в завтрашнем дне, что, несомненно, еще более способствует сегодняшнему хорошему настроению.

С праздником Вас, труженики ДОАО «Спецгазавтотранс»!

Спасибо за честный, добросовестный труд, за ваш вклад в выполнение задач, стоящих перед Обществом!

Счастья вам, здоровья, семейного благополучия и успехов в работе на благо ДОАО «Спецгазавтотранс»!

Генеральный директор ДОАО «Спецгазавтотранс» В.А.ТУМАЕВ.

## ПРИКАЗ

### о поощрении работников ДОАО «Спецгазавтотранс» в честь Дня работников нефтяной и газовой промышленности

I. Награжденных Почетной грамотой Государственного Совета Удмуртской Республики поощрить денежным вознаграждением в размере трех минимальных размеров оплаты труда:

РАДЗНЕВСКОГО Валерия Петровича - грузчика СУПР,  
ЛОГИНОВА Александра Николаевича - водителя Ижевского АТП.

III. Награжденных званием «Почетный работник газовой промышленности» поощрить денежным вознаграждением в размере пяти минимальных размеров оплаты труда:

ЧЕРЕПАНОВА Павла Сергеевича - водителя Чайковского ПТТИСТ,

ВОРОНКОВА Александра Носифовича - водителя Специализированного ремонтно-строительного управления.

II. Награжденных Почетной грамотой Правительства Удмуртской Республики по-

ощрить денежным вознаграждением в размере трех минимальных размеров оплаты труда:

IV. Награжденного нагрудным знаком «Ветеран труда газовой промышленности» поощрить денежным вознаграждением в размере пяти минимальных размеров оплаты труда

БЛИНОВА Владимира Евгеньевича - главного инженера Строительного управления подрядных работ.

V. Награжденных Почетной грамотой ОАО «Газпром» поощрить денежным вознаграждением в размере трех минимальных размеров оплаты труда:

КОЖЕВНИКОВА Анатолия Григорьевича - водителя Ижевского АТП,

ЕГАРМИНУ надежду Алексеевну - инспектора по контролю за поручениями.

VI. Награжденных Почетной грамотой Министерства промышленности и энергетики Российской Федерации поощрить денежным вознаграждением в размере трех минимальных размеров оплаты труда:

СИБГАТУЛЛИНА Рашида Хусаиновича - заместителя генерального директора по экономике и финансам,

СУШКО Виктора Александровича - начальника жилищно-эксплуатационного участка.

VII. Отмеченных благодарностью Министерства промышленности и энергетики Российской Федерации поощрить денежным вознаграждением в размере двух минимальных размеров оплаты труда:

МИТИНА Николая Ивановича - водителя Ижевского АТП,

НАЗАРОВА Николая Васильевича - оператора котельной Чайковского ПТТИСТ,

БАВЕРА Виктора Ивановича - инженера-энергетика СУПР,

ЖЕЛЕЗНИКА Владимира Германовича - машиниста экскаватора СУПР.

(Окончание. Начало на 1 стр.).

(Окончание на 2 стр.).

2

ПОЗДРАВЛЯЕМ

С НАГРАДАМИ!

**ПРИКАЗ**

**о поощрении работников  
ДОАО «Спецгазавтотранс»  
в честь Дня работников нефти и газовой промышленности**

**VIII.** Наградить Почетной грамотой ДОАО «Спецгазавтотранс» с поощрением денежной премией в размере 600 рублей следующих работников:

**АНДРЕЕВА Николая Степановича** -- мастера строительно-монтажных работ СУПР,

**ЦЫГАНОВА Владимира Алексеевича** -- машиниста экскаватора СРСУ,

**ШАНГАРАЕВА Магара Ягафаровича** -- механика автоколонны № 7 Ижевского АТП,

**КАСАТКИНА Александра Александровича** -- машиниста тягача «Фаун» Чайковского ПТТиСТ,

**ГАЙНУЛЛИНА Фарита Хамзалиновна** -- электрогазоварщика РЭБ флота,

**АЛЕКСАНДРОВУ Тамару Николаевну** -- начальника финансового отдела СУПР,

**КОНСТАНТИНОВА Леонида Демьяновича** -- слесаря-ремонтника ЭМО ВЗГУ,

**ИСАЕВА Виктора Николаевича** -- старшего мастера базы складского хозяйства УПТК,

**КИНСЕРДИНОВУ Валентину Николаевну** -- уборщицу производственных помещений ЖЭУ,

**ГАЛИМОВА Ильдара Раильевича** -- начальника финансового отдела исполнительной дирекции,

**IX.** Объявить благодарность с поощрением денежной премии в размере 300 рублей следующим работникам:

**Исполнительная дирекция**

**БЫСТРОВУ Александру Васильевичу** -- диспетчера производственно-диспетчерского отдела исполнительной дирекции,

**ТАРАСОВОЙ Татьяне Михайловне** -- ведущему экономисту финансового отдела исполнительной дирекции.

**Строительное управление подрядных работ**

**КОСАРЕВУ Владимиру Михайловичу** -- прорабу участка СУПР,

**БЕЛИКОВУ Ивану Михайловичу** -- машинисту автокрана «Демаг» СУПР,

**КОЖЕВНИКОВУ Сергею Леонидовичу** -- машинисту бульдозера СУПР,

**ФЕРТИКОВУ Сергею Михайловичу** -- электромонтеру СУПР.

**Ижевское АТП**

**ФАРДИЕВУ Мираннур Зайнисевичу** -- водителю автоколонны № 7 Ижевского АТП,

**ПОКРЫШКИНУ Юрию Петровичу** -- водителю автоколонны № 3 Ижевского АТП,

**СОБОЛЕНКО Владимиру Дмитриевичу** -- водителю автоколонны № 2 Ижевского АТП,

**НИФАНТЬЕВОЙ Галине Михайловне** -- диспетчеру Ижевского АТП.

**Чайковское ПТТиСТ**

**ПОПЛАУХИНУ Николаю Федоровичу** -- водителю автоколонны № 3 Чайковского ПТТиСТ,

**МУЩИНКИНУ Виктору Геннадьевичу** -- машинисту изолировочной машины УРМГ Чайковского ПТТиСТ,

**КАРЕЛОВУ Анатолию Олегиевичу** -- машинисту

экскаватора «Хитачи» УРМГ Чайковского ПТТиСТ,

**ПАНЬКОВУ Павлу Александровичу** -- машинисту К-700 УРМГ Чайковского ПТТиСТ.

**Специализированное ремонтно-строительное управление**

**БАЖЕНОВУ Николаю Тимофеевичу** -- электрогазоварщику СРСУ,

**ВАЛИНУРОВУ Фиданлу Фирузовичу** -- машинисту бульдозера СРСУ,

**КРАСИЛЬНИКОВОЙ Надежде Ивановне** -- оператору СРСУ,

**ЩЕКАТУРОВУ Сергею Васильевичу** -- ведущему механизму СРСУ.

**Специализированное управление пуско-наладочных работ**

**СИДОРОВУ Борису Николаевичу** -- слесарю Сургутского участка Магнитогорского СУПР,

**МЫЧКИНУ Виталию Сергеевичу** -- слесарю Новоуренгойского участка Магнитогорского СУПР,

**ШАМКАЕВУ Эмилю Ириковичу** -- слесарю Заполярного участка Магнитогорского СУПР,

**ЛЕБЕДЕВУ Эдуарду Львовичу** -- мастеру ремонтно-механического цеха Магнитогорского СУПР.

**РЭБ флота**

**ДОКУЧАЕВУ Николаю Леонидовичу** -- начальнику автоколонны РЭБ флота,

**КРУГЛОВУ Сергею Олеговичу** -- механику-штурману теплохода «ТТГ» РЭБ флота,

**МАРКИНУ Александру Анатольевичу** -- капитану-механику теплохода «Кама» РЭБ флота,

**НОВОСЕЛОВУ Сергею Васильевичу** -- мотористу-рулевому теплохода УГП-37 РЭБ флота.

**Боткинский завод газовой аппаратуры**

**СОРОКИНУ Сергею Юрьевичу** -- ведущему инженеру ЭМО ВЗГА,

**МИХАЙЛОВОЙ Евгении Анатольевне** -- штамповщице цеха газовых плит ВЗГА.

**Надымский цех ремонта дорожно-строительных машин**

**ПОПОМАРЕВУ Сергею Александровичу** -- мастеру Надымского цеха,

**КОРОНОВУ Валентину Николаевну** -- слесарю по ремонту ДСМиТ Надымского цеха

**Управление производственно-технической комплектации**

**ДРОБНИНУ Виктору Матвеевичу** -- начальнику отдела ГСМ УПТК,

**СЕРГЕЕВУ Александру Степановичу** -- грузчику УПТК.

**Жилищно-эксплуатационный участок**

**БЫКОВУ Юрию Сергеевичу** -- слесарю-сантехнику ЖЭУ,

**СТАРКОВОЙ Нине Григорьевне** -- помощнику воспитателя детского сада № 42 ЖЭУ.

**Газпром сегодня и завтра****В тройку лидеров вошла Турция**

Посол Турции в России Куртулуш Ташкент заявил, что Турция стала третьей европейской страной после Италии и Германии по объему закупок российского природного газа, обогнав Францию, сообщает Газета.Ru. Посол имел в виду страны, платящие по среднемировым ценам. Украина и Белоруссия продолжают получать российский газ в больших, чем Турция количествах, но платят в два раза меньше экспортных цен «Газпрома». По прогнозам посла к 2009 году объем закупок превысит 30 млрд. кубометров газа, и Турция сможет стать второй европейской страной по закупке российского газа.

**Рынок сжиженного газа -- самый динамичный в мире**

В России Сахалин пока остается единственным реальным поставщиком СПГ. На острове, в поселке Пригородное, строится крупнейший в мире завод по производству СПГ. В строй завод должен быть введен к 2007 году. Две его производственные линии будут производить ежегодно 9,6 миллиона тонн СПГ. «Четыре крупнейшие компании Японии уже заключили долгосрочные контракты на покупку сахалинского газа, ведутся переговоры с корейской компанией «Когас», с китайскими - «Синапек» и «Синэрдики». Выход России на мировой рынок энергоносителей в качестве поставщика сжиженного природного газа является сегодня самым перспективным направлением разработки отечественных природных ресурсов», -- отметил губернатор Сахалинской области Иван Малахов.

**«Тюменнефтегаз» выходит на Русское**

Как сообщает «Rusenergy», «Тюменнефтегаз» составил программу разработки Русского месторождения. В настоящее время готовится подсчет запасов. На следующий год будет внедряться проект опытно-промышленной эксплуатации, а в 2007 г. компания планирует начать обустройство и эксплуатационное бурение.

**Газовые двигатели для «Газпрома»**

«КАМАЗ» в июне завершил сертификацию и начал серийное производство газовых двигателей для грузовиков и автобусов. В 2004 году «КАМАЗ» планирует произвести около 500 газовых двигателей, а в 2005 году -- около 2 тыс. Газовые двигатели «КАМАЗ» будет производить по заказу предприятий «Газпрома».

«КАМАЗ» уже начал оснащать газовыми двигателями грузовики. Один такой автомобиль эксплуатируется в «Уралтрансгазе», а с третьего квартала текущего года автозавод будет поставлять этой компании грузовики только с газовым двигателем.

**Решена проблема газового долга Украины**

Газпром, Внешэкономбанк и «Нефтегаз Украины» подписали пакет документов о полном и окончательном урегулировании задолженности перед Газпромом за поставки природного газа на Украину в период с 1997 по 2000 г.

В счет погашения долгов «Газпром» в течение 2005-2009 годов будет бесплатно транспортировать газ по территории Украины, отмечает «Профиль». «Газпром» таким образом вернет, правда, лишь \$1,25 млрд. вместо \$1,43 млрд., но эксперты считают достижение подобной договоренности выгодным для «Газпрома» компромиссом.

До сих пор все прочие варианты были куда менее привлекательными для российской стороны, а при решении таких сложных и старых вопросов некоторые уступки неизбежны, хором заявляют аналитики.

**«Газпром» консолидирует ГРО**

Совет директоров ОАО «Газпром» в целях консолидации активов компании в сфере газораспределения принял решение о создании ОАО «Межрегионгазхолдинг».

Сегодня «Газпром» уже контролирует 114 и имеет доли участия в 71 газораспределительной организации (ГРО), которые эксплуатируют 403 тыс. км распределительных газопроводов (75% от общей протяженности в России). Почти 70% газа населению России получает по газораспределительным сетям ОАО «Газпром». Однако эти активы сейчас находятся на балансе как головной компании, так и трансгазов, «Регионгазхолдинга» и «Межрегионгаза». В рамках второго этапа реформы «Газпрома» предполагается консолидировать ГРО на базе нового дочернего общества.

**«Газпром» на пути к концерну**

Алексей Миллер отметил, что намерен превратить «Газпром» в энергетический концерн мирового масштаба. Среди приоритетов деятельности -- развитие нефтяной составляющей.

«До сих пор мы концентрировались на добыче газа, нефть у нас вспыхнула жалкое существование Золушки, -- сказал А.Миллер в интервью немецкой газете Handelsblatt. -- Но ситуация изменится. Мы уже в этом году примем решения, которые позволят нам через четырьмя-пять лет значительно увеличить добычу нефти. Мы выйдем на рынок бензина и для этого увеличим производство нефти с нынешних 10 млн. до 40 млн тонн в год. С этой целью мы создадим свою собственную дочернюю компанию».

В конце третьего -- начале четвертого квартала 2004 года на правлении «Газпрома» будет рассмотрен вопрос о создании собственной нефтяной компании. Согласно расчетам специалистов, «Газпром» может выйти на добычу 30-40 миллионов тонн нефти и газового конденсата в год. В настоящее время «Газпром» добывает около десяти миллионов тонн газового конденсата и нефти.

**Концепция развития газовой отрасли России**

«Газпром» планирует завершить весной 2005 г. концепцию развития газовой отрасли России. Об этом заявил глава Федерального агентства по энергетике Сергей Оганесян, передает ПРАЙМ-ТАСС.

Цель концепции, по словам С.Оганесяна, при сохранении позиций основного поставщика газа в Европу занять позиции в Америке (сжиженный и сжатый природный газ), а также стать доминирующим игроком по поставкам газа в страны Азиатско-Тихоокеанского региона (сахалинский газ и газ из Восточной Сибири и Якутии). При этом, отметил С.Оганесян, концепция должна исключить возможность конкуренции «российского газа с самим собой».

**В новом сообществе -- новые тарифы**

Как заявила на международной конференции «Энергетика, народное хозяйство и среда региона Балтийского моря» председатель комиссии по регулированию общественных услуг Латвии Инна Штейнбук: «Наивно ожидать, что тарифы на газ не вырастут».

Причина столь мрачного прогноза хорошо известна: Латвия теперь часть ЕС, а значит, на нее распространяются общие правила игры. В данном случае это означает, что «Газпром», один из совладельцев Latvijas gaze и основной поставщик природного газа на местный рынок, перестанет продавать Балтийским странам газ по более низким, чем в Европе, ценам..

Единственное, на что сейчас остается надеяться, -- что руководство Latvijas gaze найдет общий язык с руководством «Газпрома» и договорится, по крайней мере, о постепенном повышении тарифов на голубое топливо.



# Я вернусь к тебе, «Пламя»!

Ребята отдыхавшие в «Пламени» хотят вернуться сюда через год

Александр ЛАПИНЕН, наш корреспондент.

Середину лагерной смены вожатые называют экватором. Если «доплыл» до него полным сил, с хорошим настроением, то ничего тебя уже не исправит, теперь ты влюблен в лагерь на всю жизнь. И как моряк, не представляющий свою жизнь без моря, будешь возвращаться сюда каждый год. Сначала на отдых, потом вожатым, и ну а затем в своих самых светлых снах.

Нам посчастливилось попасть в лагерь «Пламя» именно в «экваторный» день. Ехали с не-которой опаской — погода в середине августа не задалась. Холодно не по-летнему, дожди... Детей ожидали увидеть грустными и вялыми, думали, трудно будет найти с ними общий язык. Но не тут то было. Стоило только выйти из машины, как нас тут же подхватили подруги несколько девчонок и парень, все из первого отряда:

*- Пойдемте к нам в комнату. Посмотрите, как мы живем, а мы вам всё про лагерь расскажем!*

По дороге они показали себя не хуже настоящих экскурсоводов:

*- Вот посмотрите, нам в этом году корпус отремонтировали. Так хорошо стало! В столовой теперь очень светло и чисто. Поставили стеклопакеты, кровати поменяли, да и просто всё подкрасили, отремонтировали.*

Позже мы узнали от начальника лагеря, что ремонт выполнил коллектив Воткинского завода газовой аппаратуры. Сделали всё качественно и в срок. Спасибо главному инженеру Лукину Александру Михайловичу, а также Борисовой Надежде Олеговне — начальнику ОКС.

Уже в комнате ребята рассказали нам о том, что в этом году отремонтирован не только

корпус. Наконец-то силами Ижевского АТП, при содействии заместителя директора предприятия Юсурова Клима Талиповича и начальника строительного участка Васильева Валерия Семёновича был оборудован пляж на территории лагеря. Старшие теперь могут купаться, ныряя в воду с небольшой пристани, да и для младших сделали хороший подход к воде — бетонные ступеньки с ограждениями. Кроме того, работники того же предприятия оборудовали летний душ довольно интересной конструкции. Вода в баке нагревается при помощи солнечных лучей. Во время первых трёх смен новая душевая пользовалась огромной популярностью, купались ребята по два-три раза в день. Чего не скажешь о смене четвертой. Воды хватает и без душа! Сама с неба дождём льётся. Автоматически вымыться и погреться можно в отремонтированной Ижевским СУПРом баньке. Спасибо Василию Петровичу Красноперову, заместителю директора. Так что ребята не унывают, развлечений хватает и без купания:

*- Скучаем? Нет! У нас здесь столько дел и развлечений. Первую неделю после приезда нам вообще ничего не надо было, кроме общения со старыми друзьями. Мы ведь каждый год в «Пламя» приезжаем. У нас уже своя компания. Мы даже между партиями встречаемся. Хотя все из разных городов. И сарапульские есть и воткинские, из Ижевска и Чайковского. В этом лагере легко найти друзей. Нет никакой вражды между отрядами. Отдыхающих здесь не так уж много. К концу партии всех в лицо знаешь. Да и один здесь не заскучаш!*

Для приятного и полезного проведения времени в лагере созданы все условия. Есть

футбольная, волейбольная и баскетбольная площадки, всегда открыт клуб «Уралочка», в котором расположен танцпол и теннисный стол, по всей территории лагеря рассредоточены аккуратные домики с кружками на любой вкус. Даже видеозал работает по принципу свободного посещения. Всегда можно пройти и сидя на уютном диванчике посмотреть любимую «киношку». За ремонт домиков руководство лагеря выражает благодарность представителям Чайковского ПТТ и СТ председателю профкома Белову Николаю Михайловичу и заместителю директора по общим вопросам Поварницыну Сергею Александровичу. Свой вклад в ремонт внесла исполнительная дирекция. Не без помощи зама главного энергетика Владимира Николаевича Соловьева и заместителя начальника отдела по работе с персоналом Тимофеева Виктора Алексеевича была заменена проводка и сделано уличное освещение.

Каждый год здесь появляется что-то новое. Заметно, что лагерь хорошо финансируется. Уже запланирован ряд работ на следующий год. В районе входных ворот появится благоустроенная зона для встречи отдыхающих с родителями — скамейки и навесы. Всё лето преподаватели устраивали самые разные конкурсы и игры, выясняя какую детскую площадку хотели бы видеть ребята. В том что их пожелания не останутся незамеченными сомнений нет. Руководство лагеря не словом, а делом подтверждает: «Всё для детей!». Так в прошлом году юное поколение прошло заменить музыкальную аппаратуру. Старая постоянно ломалась и дискотеки приходилось отменять. Теперь в танцзале красуются совершенно новые колонки и магнитофон.

В процессе подготовки лагеря самая главная проблема даже не в больших объемах, а в сроках. На все про всё чуть больше месяца. В апреле ещё снег лежит, а в июне уже первая смена начинается. За это время нужно сделать не просто косметический ремонт, требуется привести лагерь в соответствие с санитарными нормами и правилами. Иначе лагерь просто не позволяет открыть.

Но каждый год работники предприятия справляются с этой задачей. В этом году как нельзя лучше проявил себя новый начальник лагеря Вахрушев Сергей Анатольевич, посвятивший уже не первое лето своей жизни этому острову детства. По его словам, ничего бы не получилось, если бы не оказали такую поддержку председатель профсоюзного комитета ДОАО «Спецгазавтотранс» Хвалев Валентин Николаевич и заместитель генерального директора Нельзин Владимир Борисович. С чем бы не обратился к ним начальник лагеря, все вопросы решались положительно. Надо вам сварщика? Возьмите. Порой такие

решения принимались даже в ущерб производству.

В этом году в лагере «Пламя» отдохнули и зарядились энергией на предстоящий учебный год 450 детей. Всё лето в их распоряжении был самый лучший лагерь воткинского района. Это не только наше личное мнение, но и решение принимающей комиссии — лагерь «Пламя» подготовлен лучше всех! А что может быть важней такой похвалы? Только улыбки и смех отывающихся ребят. И песни, которые ребята сочиняют вместе с вожатыми. Одну из них мы слышали, когда проходили мимо беседки, где в тесноте, да не в обиде расположился целый отряд. Вожатый играет на гитаре, а парни и девчонки поют. Кто-то не в лад, кто-то не в такт, с шутками и смехом, но от души. Искренне:

*... Тут ребята не простые, все пляшут и поют.*

*Они дружно всей толпой в «Уралочку» идут.*

*Весело проводят время, тут всё для ребят.*

*И возвращаться они домой, конечно, не хотят!!!*

Фото автора.



## Академия здоровья

По статистике, представители сильного пола болеют остеохондрозом тяжелее, у них гораздо чаще возникают обострения и серьезные осложнения.

Причина очевидна: мужчины некогда. Они работают зачастую по 12 часов в сутки, без праздников и выходных. Тут уж не до врача.

Социальные группы разные, но объединяет этих людей одно — на их спины ложится непосильная нагрузка как в прямом, так и переносном смысле. Как правило, трудоголики болеют гораздо тяжелее, чем люди с разумеренным ритмом жизни. Они не любят и не умеют лежаться. И не понимают, что время остановиться и дать уставшей спине небольшую передышку — мудрость не менее важная, чем умение хорошо вести дела.

Стресс вполне может вызвать обострение болезни. Мышцы спины напряжены — постоянная боль провоцирует депрессию, а депрессия — новые неприятные ощущения. Получается замкнутый круг.



## Кто пожалеет спину трудоголика

Рубрику ведет начальник медицинской службы ДОАО «Спецгазавтотранс» Андрей КОЗЛОВ.

### ТРИ УРОКА ДЛЯ ТРЕХ НЕПОСЕД

#### Урок № 1.

Остеохондроз шейного отдела позвоночника. В этом отделе позвоночника проходит вагинарная артерия. Она идет в полость черепа, питая мозжечок, вестибулярный аппарат и некоторые центры мозга. Смещение позвонка приводит к сдавливанию и рефлекторному спазму артерии. Отсюда бессонница, головная боль, головокружения.

#### Как же возникает пояснично-крестцовый остеохондроз?

Есть в позвоночнике несколько критических точек, где S-образный (если смотреть сбоку) его изгиб пересекается с вертикальной линией — вектором силы тяжести. Для наглядности изобразим эту схему в виде знакомого символа — \$. В этих точках пересечения нагрузка на межпозвонковый диск максимальная. По закону рычага всякий пред-

#### НЕМНОГО ПОПУЛЯРНОЙ МЕХАНИКИ

#### Работа любит сильных

Возможно, современный Обломов, большую часть времени проводящий на диване перед телевизором, прочитав эту статью, радостно воскликнет: «Правильно говорят: от работы кони дохнут!» — и с удовлетворением перевернется на другой бок. Пусть читатели поймут меня правильно: я не оправдываю бездельников. Я бесконечно уважаю людей, которые многого добились своим трудом, но они могут добиться еще большего, если станут внимательнее относиться к собственному позвоночнику. И потому — несколько рекомендаций трудоголикам.

Не считайте время, проведенное у врача, потерянным для ваше-

го дела. Полный курс профилактического лечения всегда короче тех недель, которые приходится отлевивать после тяжелого приступа остеохондроза.

Болезнь нельзя откладывать «на потом». День за днем она оставляет свой разрушительный след. И боль, которую вы терпеливо переносили многие месяцы и даже годы, в конце концов даст свои уродливые плоды: сутулую спину, неполадки в интимной жизни, а то и инвалидность, если процесс зашел слишком далеко.

Защищайте свой тыл — спину. Если у вас проблемы с пояснично-крестцовыми отделами позвоночника, но приходится выполнять тяжелую работу, долго сидеть за компьютером, лететь в самолете, надевайте специальный корсет, фиксирующий позвоночник. Этот широкий пояс из эластичного и плотного синтетического материала разгружает спину во время работы и страхует от избыточной нагрузки на позвонки.

Водителям пригодятся специальные анатомические подушки под поясницу и особые массажные подушки (они с помощью дозированной вибрации массируют спину).

Не случайно древние утверждали: «Человеку столько лет, сколько лет его позвоночнику». Помните: это тот самый хребет, на котором держится все: благополучие семьи, успех в делах и ваше здоровье.

Александр ОЧЕРЕТ,  
ортопед-травматолог.

