

# П Л Л А М Я

№ 7 (78). 20 апреля 2012 г.

Газета трудовых коллективов ООО «Газпром трансгаз Краснодар» и ООО «Газпром добыча Краснодар»

**ВАЖНО!**

## БЕЗ РЕВОЛЮЦИЙ

В страстную пятницу в офисе «Газпром трансгаз Краснодар» действительно кипели страсти. Большой десант первых лиц ОАО «Газпром» высадился на Кубани с одной целью – представить коллективу компании нового руководителя.



Фото: В. Галль

Нового генерального директора представил лично заместитель председателя Правления Газпрома Сергей Хомяков. Важность момента подчеркнуло и присутствие вице-губернатора Кубани Вадима Лукоянова, и двух начальников департаментов концерна – Олега Аксютин и Владимира Маркова.

«Вы нас простите, что такое событие происходит в Страстную пятницу, – обратился Сергей Федорович к присутствовавшим начальникам филиалов и производственных отделов компании, – вы одно из самых любимых наших Обществ, поэтому сегодня мы прилетели поддержать вас такой представительной делегацией». После короткого вступления Сергей Хомяков представил нового генерального директора Игоря Ткаченко – до назначения главного инженера ООО «Газпром трансгаз Ставрополь».

Игорь Григорьевич – газовик с почти 30-летним стажем, хорошо известен в Газпроме. Начал трудовой путь с электромонтера и прошел его, ступенька за ступенькой, до главного инженера ведущего газотранспортного Общества, которое является и передовиком в вопросах развития газомоторного направления.

Искренние слова благодарности и поддержки услышали газовики и от Вадима Лукоянова. «Я работаю с этим коллективом 3 года, и за это время не возникало никаких вопросов. Мы поработали с вами и при ликвидации сложных ситуаций, я могу судить о том, с какой скоростью принимались правильные технические решения. Администрация Краснодарского края возлагает на ваш коллектив большие надежды».

Но самых главных слов газовики ждали, конечно, от генерального директора, жда-

ли, буквально затаив дыхание. Игорь Григорьевич был краток, но в предельно четком и лаконичном выступлении все услышали главное: «Я пришел, чтобы без революций преумножить то, что здесь было достигнуто и наработано. Я хорошо знаю многих из вас, поработал с командой при строительстве «Голубого потока». Это действительно профессионалы, которые знают свое дело».

Впереди у нового руководителя напряженный рабочий график: знакомство с предприятием и жесткие сроки проектов. Но с уверенностью можно сказать, что все необходимые слагаемые для успешной работы у генерального директора «Газпром трансгаз Краснодар» есть.

Евгения СЛЕСАРЕНКО

**ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:**

**МЫ - ОДНА КОМАНДА. ОДИН В ПОЛЕ - ВОИН**

Ко дню кубанского землеустроителя.

стр. 2

**НА ЗАМЕТКУ. ПЕНСИЯ ПО-НОВОМУ**

1 июля вступит в силу новый федеральный закон о выплатах за счет средств пенсионных накоплений.

стр. 3

**ПРО СПОРТ. СПАРТАКИАДЕ ДАН СТАРТ**

Состоялся первый этап Спартакиады ООО «Газпром трансгаз Краснодар». Определены имена первых победителей.

стр. 4

**АКТУАЛЬНО**

12 апреля, в соответствии с графиком строительства Адлерской ТЭС, началась технологическая подача газа к первому энергоблоку станции. Для организации подачи газа были проведены работы по продувке и пневмоиспытаниям входных газопроводов, испытания оборудования газового хозяйства и газопровода первого энергоблока № 1. Адлерская ТЭС включена в программу строительства олимпийских объектов и развития города Сочи как горноклиматического курорта. Согласно плану-графику строительства пуск в эксплуатацию будет осуществлен в 2012 году. Адлерская ТЭС станет ключевым объектом энергетики города Сочи и прилегающих районов. Станция будет состоять из двух парогазовых энергоблоков общей мощностью 360 МВт. Технологическая схема базируется на использовании четырех газотурбинных установок (ГТУ) производства итальянской компании ANSALDO и двух паровых турбин производства Калужского турбинного завода. Плановые объемы потребления газа Адлерской ТЭС после сдачи в эксплуатацию составят 580 млн кубометров в год.

Правление Газпрома рекомендовало выплатить дивиденды за 2011 год в размере 8,97 рубля на акцию против 3,85 рубля за 2010 год, сообщил российский газовый холдинг. «Правление одобрило предложение о выплате годовых дивидендов по результатам деятельности общества в 2011 году в размере 8 рублей 97 копеек на одну акцию. Указанное предложение, а также предложения о форме и сроках выплаты дивидендов внесены на рассмотрение совета директоров», - говорится в сообщении. Ранее холдинг объявлял, что его дивиденды за 2011 год могут составить 198,621 миллиарда рублей, или 8,39 рубля на акцию, что превзошло бы уровень выплат по итогам 2010 года в 2,2 раза. Рекомендованный правлением размер дивидендов соответствует росту выплат в 2,3 раза.

Подготовила Екатерина ДЬЯЧЕНКО

**ЦИФРА НОМЕРА**

**900** млрд рублей перечислил Газпром в бюджеты всех уровней в соответствии с действующим налоговым законодательством в 2011 году. В 2005 году этот показатель составлял 349,2 млрд, в 2007 г. – 505,2 млрд, в 2009 г. – 523,2 млрд, в 2010 г. – 731,3 млрд руб. Для сравнения: доходы всего федерального бюджета России за прошлый год составили 11,366 трлн рублей. То есть можно сказать, что 10-ая его часть была заработана газовиками. 4 млрд из общих девяти-сот – вклад кубанских «дочек» Газпрома.

**В РАБОЧЕМ РЕЖИМЕ**

## АВТО НА ВСЕ СТО

С начала года компанией «Газпром добыча Краснодар» закуплено четыре новых автокрана. Сегодня они уже переданы на баланс Каневского управления технологического транспорта и спецтехники.

Автокраны для компании – стратегическая техника. Именно эти машины выполняют сотни рабочих годовых заявок от Каневского и Светлоградского газопромышленных управлений, Каневского управления аварийно-восстановительных работ, Управления материально-технического снабжения и комплектации. Как говорит начальник участка по хранению и реализации МТР УМТС и К в г. Славян-

ске-на-Кубани Борис Тайсумов: «Приезд на нашу базу автокрана – это праздник, а приезд автокрана с автомобилем-длинномером (машина, перевозящая длинномерные грузы) – двойной праздник!» Работают с такими непростыми машинами крановщики – настоящие мастера своего дела. «Я очень рад, что пришла новая техника. С нового года я работаю на автокране с полноприводным вездеходным шасси

КамАЗ грузоподъемностью двадцать пять тонн. Машина надежная, а главное, вездеходная. Ведь много погрузочно-разгрузочных работ мы выполняем на промыслах, к примеру, в Ростовской области на Марковском месторождении. Там зимой – грязь, летом – песок, а передвигаться на КамАЗе по таким дорогам – одно счастье!»

Продолжение на стр. 2





МЫ - ОДНА КОМАНДА

## ОДИН В ПОЛЕ - ВОИН

**Главное в строительстве – это само строительство, скажут многие, и будут не совсем правы. Ведь все начинается с оформления земли. Не будет земли, не будет и стройки, а в нашем случае – не будет газопровода или любого другого важного производственного объекта. Работами по землеустройству в компании «Газпром трансгаз Краснодар» занимается небольшая группа инженеров, и это говорит о том, как важен и ценен труд каждого из них. В апреле наши землеустроители отмечают свой профессиональный праздник. Сегодня мы расскажем об их сложной, но увлекательной работе.**



Татьяна Таранец. Фото из семейного архива.

**З**емлеустроителям при начале строительства выпадает особая честь, они одними из первых выносят еще бумажные проекты на реальную местность. У наших специалистов это звучит как «вынос трассы в натуру» или «отбить объект в натуру». Здесь много тонкостей – ведь при выборе правильного участка нужно учесть интересы проектировщиков, строителей, эксплуатирующих организаций и, конечно же, собственников земельных участков.

Землеустройство – кропотливый труд. Необычное сочетание многих специальностей: геодезист, оценщик, юрист, строитель и даже психолог. Особенно когда необходимо договариваться с собственниками земли. «Каждый из нас обязан дружить с математикой, геометрией, физикой, хорошо знать геодезию и ориентироваться в законодательстве, – признается руководи-

тель группы по маркшейдерско-геодезическому обеспечению Краснодарского ЛПУМГ Татьяна Таранец. – А главное, землеустроитель должен быть большим дипломатом, ведь нужно разрешить все споры и не нарушить закон».

Обычно это делается так. Сначала выбирается земельный участок, который должен соответствовать всем необходимым требованиям предстоящего строительства. Затем, с помощью приборов, уточняют его границы, оформляют акт выбора земельного участка и проводят согласования с собственником земли. При необходимости проводится переоформление категории, целевого назначения... Участок ставят на кадастровый учет и заключают договор аренды. Эту работу землеустроители проводят как для оформления земли под компрессорную станцию, так и для оформления «свечи продувочной» на одном метре земли. Причем для каждого вида работ есть установленные законом сроки.

«Даже свеча продувочная 10 см в диаметре является площадным объектом и требует соответствующего оформления. Одно дело – закоординировать участок в поле, когда следующую точку можно отбивать на расстоянии километра. Другое дело – горная или лесная местность, когда следующая точка на расстоянии видимости 3–5 метров. Я не говорю про погодные условия. А сколько времени нужно будет потратить на оформление и регистрацию всех документов», – отмечает ведущий инженер по землеустройству администрации Общества Альбина Курганова.

переработка» соответственно. На втором этапе Газпром внесет вновь созданные компании в «Газпром добыча Краснодар».

**На прошедшем в Санкт-Петербурге заседании Попечительского совета Русского географического общества под председательством Владимира Путина достойно оценены проекты Краснодарского отделения РГО.** Кубань представлял Иван Чайка, председатель Краснодарского регионального отделения организации. «Отрадно, что наши проекты были отмечены. В частности, международная экспедиция «Арабат–2011», посвященная 65-летию краевого отделения РГО, и многочисленные издания кубанского подразделения. На мероприятии была также презентована новая кни-

## АВТО НА ВСЕ СТО

Окончание. Начало на стр. 1

Кроме того, кабина крановщика удобная: есть и вентилятор, и комфортное кресло, и даже омыватель», – рассказывает Николай Татаринко, крановщик с более чем тридцатилетним стажем Каневского УТТ и СТ. Осваивал Николай Николаевич навыки работы на новом автокране в городе Челябинске. Специалисты завода-изготовителя провели для него и еще двух специалистов Каневского УТТ и СТ обучающий семинар.

Также с начала года в распоряжение предприятия поступило пять ГАЗов 3308 – «ЕГЕРЬ» и четыре УАЗа. «ЕГЕРЬ» – это грузопассажирская машина на полноприводном ходу по типу ГАЗ 66. Вмещает пять человек, имеется грузовая платформа, кры-

тая тентом. УАЗы также вмещают пять человек, имеется кузов, накрытый тентом, тоже полноприводный, тоже вездеходный. Это незаменимые для промыслов рабочие машины. Используются они для проезда к скважинам в труднодоступные места. На работу и с работы вахтовики едут именно на них.

«Мы понимаем, что нового транспорта недостаточно для планомерной замены существующего автопарка. Но в то же время сегодня принимаются все необходимые меры, чтобы решить эту непростую задачу», – поясняет Дмитрий Маляревский, начальник транспортного отдела компании.

Фото и текст:  
Екатерина ВОЕВОДИНА

В КУРСЕ ДЕЛА

## КС ВСТРЕЧАЕТ ГОСТЕЙ

Участники Школы молодых специалистов совершили экскурсию по производственным объектам Березанского ЛПУМГ.

**В**о время встречи начальник Березанского ЛПУМГ Виталий Тищенко рассказал гостям об истории создания управления, поделился планами развития на будущее. Экскурсия началась с посещения административного здания. В кабинете начальника управления молодые сотрудники обратили внимание на девиз: «Не согласен – возражай, возражаешь – предлагай, предлагаешь – выполняй». Многие признались, что взяли его на заметку. А в кабинете охраны труда интерес вызвал манекен для отработки приемов оказания первой медицинской помощи «Илюша». Некоторые даже решились попробовать реанимировать «пострадавшего».

Интересная и познавательная экскурсия прошла на территории компрессорной станции. Специалисты управления подробно и в деталях рассказали коллегам о работе каждой технологической установки, ответили на все интересующие вопросы. С территории КС молодые специалисты отправились на газораспределительную станцию, где также получили исчерпывающую информацию о работе ГРС и ее назначении.

Формат таких мероприятий очень удобен и приносит реальные результаты. Ведь молодой специалист получает возможность расширить знания о деятельности Общества и, главное, может ознакомиться со спецификой работы отдельного филиала непосредственно на месте.

Оксана ТИЩЕНКО

Юрий ДЕГТЯРЕНКО

## ТЭК КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ И ЮФО

«Газпром добыча Краснодар» получит добывающие активы в Республике Коми и Ненецком автономном округе. Источник в Газпроме пояснил, что передача северных месторождений в разработку краснодарской «дочки» связана с тем, что она имеет опыт освоения истощенных участков и сможет эффективно применить его в Коми и Ненецком автономном округе. Схема перевода: планируется создать два стопроцентных ООО «Газпром добыча Ухта» и ООО «Газпром добыча Вуктыл», которым будут переданы 50% акций «Печорнефтегазпрома» и Вуктыльское газопромышленное управление. Сейчас эти активы принадлежат сформированному в результате корпоративной реформы 2007–2008 годов дочерним предприятиям – «Газпром трансгаз Ухта» и «Газпром

КРОРГО «Край гордой красоты», специально изданная к этому мероприятию при поддержке компании «Газпром трансгаз Краснодар», – резюмировал Иван Чайка.

**ООО «Газпром межрегионгаз Краснодар» начинает отключать от системы газоснабжения должников.** «Жители Краснодарского края задолжали за потребленный газ около 1 млрд рублей. Средний уровень оплаты с учетом накопленных долгов не превышает 65%. При этом жители Абинского, Мостовского районов, Геленджика, Армавира и Сочи не оплатили и половины использованного газа», – сообщила пресс-служба компании. С окончанием отопительного сезона поставки газа должникам решили приостановить.

Их дома отрежут от распределительного газопровода – даже если трубы проходят под землей. Соответствующая техника уже готова.

**В центре Сочи КамАЗ снес часть газопровода длиной шесть метров.** Водитель грузовика ехал по улице с поднятым кузовом машины и зацепил трубу. На место прибыли пожарные, автоинспекторы и работники аварийной службы. Они оцепили территорию и перекрыли газовый клапан. Несколько домов города остались без газоснабжения, никто не пострадал. Водитель утверждает, что кузов открылся самопроизвольно. Проверка по факту ДТП продолжается. Виновному придется заплатить за восстановление газопровода.

Подготовила Екатерина ДЬЯЧЕНКО



## СВОИ СРЕДИ СВОИХ

Именно такими словами можно описать коллектив газового промысла № 3 Светлоградского газопромыслового управления. Здесь трудится сплоченная команда профессионалов, людей, знающих друг друга не первый год, способных не только нести ответственность за свою работу, но и всегда готовых поддержать товарищей.



Представители трех династий-газовиков ГП №3 (слева направо): Н. Выродов, С. Фортупьянчиков, В. Певкин, А. Выродов

В общей сложности на газовом промысле № 3 Светлоградского ГПУ работали больше десяти семей-династий: Пономаревы, Логачевы, Залесные, Певкины, Выродовы, Фортупьянчиковы, Богдановы и другие. Сегодня мы расскажем о некоторых из них...

### Семья газовиков

С газовой отраслью судьба крепко связала семью Фортупьянчиковых. Основатель династии Николай Степанович с супругой Лидией приехали работать на промысел в 1972 году. Он устроился старшим инженером, затем стал главным инженером, а потом возглавил промысел. Лидия Ивановна, как и муж, была мастером по добыче газа. «Я пришел на ГП № 3 в 1994 году, после оконча-

ния сельхозинститута. До этого поработал в колхозе механиком, инженером, а когда колхозы стали закрываться, решил сменить профессию и пойти по стопам родителей, – рассказывает оператор по добыче нефти и газа 5 разряда Сергей Фортупьянчиков. – Общий стаж работы в газовой промышленности нашей семьи насчитывает более века». Сергей Николаевич воспитывает сына, который учится в 10 классе и собирается поступать в институт на программиста. Газовик говорит, что будет только «за», если он продолжит семейную традицию, но право выбора оставляет за ним самим.

### 80 лет в связи

Когда в 1993 году Владимиру Певкину предложили работу на промысле, много времени на раз-

думья не потребовалось. «Мой отец проработал здесь электромонтером связи почти тридцать лет. Мама тоже связист с тридцатилетним стажем. Как-то раз он позвонил мне и предложил попробовать поработать на ГП № 3. Я попробовал. Вот уже девятнадцать лет пробую, – смеется Владимир. – Сейчас я слесарь КИП 5 разряда. Занимаюсь установкой и обслуживанием электроизмерительных приборов, приборов учета газа, манометров, термометров. Работой очень доволен, никогда не жалел о сделанном выборе».

### Братья и коллеги

Суммарный стаж семьи Выродовых недавно перевалил за отметку в 70 лет. Основатель этой династии Николай Александрович работал здесь мастером по добыче газа почти с самого основания промысла – с 1966 года. Сейчас дело отца продолжают два сына – Александр и Николай. После службы в армии и окончания Грозненского института братья-газовики пришли работать операторами на промысел: Александр в 1988 году, а Николай в 1997 году. «Когда мы сюда пришли, здесь был большой и дружный коллектив – 127 человек. Сейчас людей поубавилось, но коллектив остался не менее дружным, – замечает Александр Выродов. – Все, как и раньше – и дома, и на работе мы с коллегами остаемся друзьями. Каждый отвечает и за себя, и другим помогает, словно одна большая семья».

Атмосфера на промысле действительно теплая и дружеская. Но, несмотря на это, серьезная работа не останавливается, а промысел стабильно выполняет и перевыполняет поставленные планы.

### Фото и текст:

Александр МАЛЮКОВ

## ХРОНОГРАФ



Фото из архива. Сепарационные установки газового промысла №2, ст. Ленинградская, Краснодарский край

20 апреля 1960 года на базе Каневского и Ленинградского месторождений было организовано Каневское газопромысловое управление №2. Управление руководило работой промыслов, расположенных на севере Кубани: Каневским, Ленинградским, Челбасским, Староминским, Куцевским.

В состав ГПУ входили цех научно-исследовательских работ, цех газопередачи, специализированный строительный-монтажный участок, домоуправление. Это было трудное время становления и развития газовой промышленности на Кубани. В тяжелых условиях газовики осваивали месторождения и вводили в эксплуатацию новые скважины.

Именно коллективом Каневского ГПУ № 2 в 1966 году была достигнута максимальная добыча газа. Ее суточная величина составила 27 млн м<sup>3</sup>. Заслуги геологов, буровиков, строителей и эксплуатационников были отмечены советским правительством – коллектив ГПУ № 2 объединения «Кубаньгазпром» был награжден орденом Трудового Красного Знамени.

## НА ЗАМЕТКУ

## ПЕНСИЯ ПО-НОВОМУ

С 1 июля 2012 года вступит в силу Федеральный закон «О порядке финансирования выплат за счет средств пенсионных накоплений» или, как его называют, «выплатной закон». Для будущих пенсионеров это один из самых важных документов, принятых за все время пенсионной реформы.



Фото с сайта: www.pixelbrush.ru

До принятия «выплатного закона» предполагалось, что накопительная часть трудовой пенсии будет выплачиваться пожизненно: каждый месяц равными долями. Ясно, что ежемесячные суммы при этом получались бы не очень существенными, а в случае смерти пенсионера остаток пенсионных накоплений оставался бы у государства.

Теперь ситуация принципиально другая. Во-первых, этот закон вводит понятие единовременной и срочной выплаты. На единовременную выплату могут рассчитывать люди, получающие трудовую пенсию по инвалидно-

сти или по случаю потери кормильца. Также к этой категории относятся те, у кого сумма накопительной части трудовой пенсии составит менее 5% от общей суммы трудовой пенсии по возрасту. В большинстве своем это люди 1966 года рождения и старше, для которых накопительная часть пенсии не формируется. Во-вторых, новый закон позволяет наследовать средства пенсионных накоплений. Причем это право возникает у наследников, даже если человек успел выйти на пенсию и получить часть своих накоплений

Введение срочной выплаты предполагает, что средства пенсионных накоплений выплачиваются в течение ограниченного срока – 10 лет. В результате ежемесячные выплаты получают более высокими, что очень важно – в первые годы после выхода на пенсию, в период, когда человек приспосабливается к новым условиям жизни. Но воспользоваться этими преимуществами закона смогут только те, кто участвовал в государственной программе финансирования или направил на пенсионный счет накопительной части трудовой пенсии материнский капитал.

Напомним, что у негосударственных пенсионных фондов доходность от инвестирования средств заметно выше, чем у государственной управляющей компании. Например, накопленная доходность за 2005–2011 гг. в НПФ «Газфонд» составила около 90% годовых, а государственная компания за это время обеспечила доходность на уровне 46,3%. И эта разница со временем будет только возрастать.

Вступить в программу финансирования трудовой пенсии не только просто (для этого достаточно подать заявление через своего работодателя), но и выгодно: если в течение года вы делаете страховой взнос на накопительную часть своей трудовой пенсии в размере от 2 до 12 тыс. рублей, государство удвоит ваши взносы. Подать заявление о вступлении в программу можно до 1 октября 2013 года.

Информацию можно получить в отделе кадров и трудовых отношений администрации ООО «Газпром трансгаз Краснодар» – Шкабарня Татьяна Николаевна, тел.: 38-777, (861) 213-19-26. А также в Управлении персоналом ООО «Газпром добыча Краснодар» – Соколова Кристина Владимировна: (742) 33-509.

## ПОЛНЫЙ ПОРЯДОК



В Береговом ЛПУМГ подвели итоги смотра-конкурса культуры производства и охраны труда. Он проводится уже 10 лет и каждый раз становится заметным событием в филиале.

Нынешний конкурс проходил на протяжении двух месяцев, и в нем участвовали все службы и отделы Берегового ЛПУМГ. Комиссии пришлось решать непростую задачу, ведь все участники оценивались сразу по нескольким пунктам. Учитывалось многое: как соблюдают гигиену труда на рабочих местах и в зонах обслуживания, как поддерживают порядок в бытовых помещениях и зонах отдыха, правильно ли умеют использовать средства индивидуальной защиты, аккуратно ли носят спецодежду и обувь, отсутствует ли травматизм.

И вот определился победитель. Призером смотра-конкурса стала служба АСУ, КИПиА и телемеханики во главе с начальником Алексеем Шипитько. Им была вручена желтая майка лидера и переходящий вымпел как коллективу, создавшему лучшие условия по охране труда в службе.

Вера КАРАСЕВА

## СУББОТНИК ВСЕСТАНИЧНОГО ЗНАЧЕНИЯ



В начале апреля в станице Каневской прошел всенародный субботник. Инициатива, исходившая от администрации района, была поддержана многими местными предприятиями и организациями. В работах по благоустройству территории приняли участие и наши коллеги из Каневского ГПУ, Каневского УТТ и СТ, Каневского УАВР ООО «Газпром добыча Краснодар».

Двадцать пять работников трех управлений Общества вышли на центральную улицу им. М. Горького с лопатами, граблями и тяпками. Под первым по-настоящему весенним солнцем газовики приводили в порядок клумбы, рыхлили землю, убирали строительный и дорожный мусор. В планах – дальнейшее обустройство улицы, в ближайшее время здесь будут высажены платаны и разбит газон.

«Мы принимаем участие в таких субботниках уже не первый год, – рассказал начальник Каневского ГПУ Александр Сорокин. – Это мероприятие стало доброй традицией филиалов Общества, расположенных в Каневской. Вместе мы улучшаем внешний облик нашей родной станицы».

Александр МАЛЮКОВ



## СПАРТАКИАДЕ ДАН СТАРТ

7 апреля в пос. Яблоновский прошел первый этап Спартакиады ООО «Газпром трансгаз Краснодар». Встречались волейболисты и шахматисты из 14 филиалов предприятия.



На волейбольном турнире всеми был отмечен явно возросший уровень мастерства команд. На многих встречах «битва» шла за каждое очко, и порой создавалось впечатление, что борьба идет, как минимум, за международный кубок.

Болельщики Краснодарского УТС во главе с начальником Тимофеем Янко активно поддерживали свою команду фанатскими дудками, трещотками и даже громким боем в большой барабан. Что в итоге не могло не сказаться на результате. Приятно отметить, что общая обстановка на турнире была товарищеская и добрососедская. Даже спортсмены других команд зачастую поддерживали соперников, встречая аплодисментами их красивую игру.



В итоге команда Краснодарского УТС снова открыла турнир нового года победой, вторыми стали работники Березанского ЛПУМГ, а «бронза» – у Майкопского ЛПУМГ.

На шахматном турнире, в отличие от волейбольных эмоций и страстей, царил совершенно другая атмосфера. В новой уютной обстановке в ДК «Факел» в тишине проходила напряженная и бескомпромиссная борьба за лидерство, которая продолжалась до последней минуты турнира. Сильнейшими шахматистами стали работники Краснодарского ЛПУМГ, серебряные медали – у сборной администрации и ИТЦ «Антея», третье место заняло ПТУ по РНТО.

После первого тура Спартакиады лидерами являются Краснодарское УТС, «Антея» и Краснодарское ЛПУМГ. Немного отстают от них Майкоп, Березанка и Краснодарское УТТ и СТ. Следующая встреча спортсменов ожидается в середине мая на турнирах по легкой атлетике и гиревому спорту.

Фото и текст:  
Татьяна ЗЕЗЮЛИНА

### ВНИМАНИЕ

## ПОДАРИМ ИМ РАДОСТЬ

Уважаемые коллеги, администрация ООО «Газпром трансгаз Краснодар» объявляет сбор развивающих и обучающих детских игр, книг, пособий, дисков для детей из детского дома.

На протяжении многих лет Общество шефствует над детским домом для детей с ограниченными возможностями здоровья станицы Отрадной. Все воспитанники остались без попечения родителей, и без лишних слов понятно, как они нуждаются в заботе, теплоте и внимании взрослых. Предлагаем всем вам подключиться к общему благородному делу и совместно наполнить досуг ребят новыми интересными занятиями.

В преддверии празднования 1 июня – Международного дня защиты детей, объявляется сбор развивающих и обучающих детских игр, книг, пособий, дисков. Внимание – все эти предметы должны быть новыми!

Книги, пособия, игры, диски можно принести или передать в отдел социального развития администрации ООО «Газпром трансгаз Краснодар» (кабинет № 5) до 25 мая.

## ЗДОРОВЬЕ СВОИМИ РУКАМИ

В последнее время многие наши работники страдают от остеохондроза шейного отдела позвоночника, это заболевание, как правило, сопровождается головными болями и напряжением. Причина известна – это длительное (более 8 часов в сутки) сидение за компьютером и, как следствие, повышенный тонус мышц шеи и позвоночника. Самым простым и эффективным способом лечения этого недуга является физкультура, физиотерапевтическое лечение, ручной массаж, в том числе самомассаж головы и шеи.

Вот некоторые рекомендации, которые помогут сделать массаж эффективно.

Самомассаж хорошо проводить в сочетании или после физических упражнений, как днем, так и в вечерние часы. Приемы выполняются в медленном темпе, без усилий, не причиняя боли. Отдельные сегменты тела массируются от периферии к центру, к ближайшим лимфатическим узлам. Каждый прием повторяют 3–5 раз.

Гигиенический массаж головы проводят в положении сидя или стоя. Чтобы расслабить мышцы шеи, голову следует немного склонить на грудь.

• Начать стоит со спокойных поглаживающих движений двумя руками в направлении ото лба к затылку.

• Далее, немного добавив силы, расставив пальцы «веером», растирать и надавливать подушечками в полукруглых направлениях.

• Далее можно слегка «поколотить» всю поверхность головы подушечками пальцев в ритме барабанной дроби.

• Затем успокаивающими движениями ладоней несколько раз погладить голову в направлении от височных областей к области за ушами и углам нижней челюсти.

• Закончить массаж головы лучше поверхностными обхватывающими поглаживаниями ото лба к затылочной области.

Массаж шеи производится также в положении сидя или стоя. Все приемы выполняются обычно двумя руками.

• Установите кисти на затылке так, чтобы второй и третий пальцы касались друг друга. Легкими разминающими движениями спуститесь вниз – сначала по задней поверхности шеи, затем, отходя в стороны, по боковым поверхностям до уровня ключиц.

• Далее попеременно, обхватывая руками, поглаживайте боковые и передние поверхности шеи.

• Также полезным будет растирание в области за ушами затылочной части головы – у мест прикрепления мышц шеи и спины.

• Можно использовать приемы циркулярного растирания ключицы пальцами. При этом верхние края растирают 2-5 пальцами, а нижние – большими пальцами.

• Разминание мышц, задней поверхности шеи, производится поперечно, захватывая и слегка оттягивая их двумя руками

• Для расслабления мышц голова должна быть слегка наклонена в противоположную сторону, подбородок приподнят и повернут в сторону массажа. После разминания следует успокоить мышцы поглаживанием, а затем легким похлопыванием ладонными и тыльными поверхностями пальцев по задним и боковым поверхностям шеи.

**Желаем вам здоровья и весеннего настроения!**

Медсанчасть

ООО «Газпром трансгаз Краснодар»

### НАРОДНЫЕ НОВОСТИ

## А ЗВЕЗДЫ ЖИВУТ СРЕДИ НАС...



Фото: В. Галль

«Ой стога, стога, на лугу широком! Вас не перечеть, не окинуть оком!» – запела Галина Шкапинцева, и зал затих.

Ее чистый, глубокий и одновременно звонкий голос нахлынул, как волна и, разливаясь, нашел отклик в сердце каждого зрителя... В это время отец Галины, машинист агрегата АТЦ Майкопского ЛПУМГ Анатолий Шкапинцев, переживая за ее выступление, нес свою трудовую вахту. Приехать на вокальный конкурс и лично поболеть за дочь возможности не было, так как он проходил в далекой Костроме, куда Галине с преподавателями

пришлось добираться почти двое суток. XI Открытый фестиваль преподавателей и студентов музыкальных факультетов вузов России собрал начинающих и именитых музыкантов со всей страны, а также Республики Белоруссия. В категории Галины Шкапинцевой выступало 15 участников. После исполнения второй конкурсной песни на украинском языке единогласным решением жюри Галине было присуждено звание победителя в номинации «Народный вокал». Напомним, что два года назад ее голос покорила жюри фестиваля «Факел Кубани».