

ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА



Уважаемые мужчины!

От имени «Газпром профсоюза», от себя лично поздравляю вас с наступающим праздником - Днем защитника Отечества!

Этот день давно стал всенародно любимым, таковым он будет всегда! Ведь защита Родины – это всё, что делает Россию и ее граждан сильнее: и воинская служба, и мирный труд. Вся история нашей страны полна примеров подвигов во славу Отечества, есть место героизму и мужеству и в наши дни – в этом сила духа и воли россиян.

Желаю вам здоровья, успехов, мирного неба, и всегда сильного Отечества!

Председатель «Газпром профсоюза»

Владимир Ковальчук

Олег Николаевич Репин, специалист по ГО и ЧС, председатель первичной профсоюзной организации Оренбургского УИРС Общества «Газпром подземремонт Уренгой», 26 лет своей жизни посвятил армейской службе. О ней он до сих пор говорит с уважением: армия мужчине дает всё – силу, выносливость, здоровье, закаляет характер, кристаллизует волю, делает из пацана мужчину: через два-три года службы он становится возмужалым, настоящим мужиком.



Эхо войны

В моей семье многие прошли через войну: воевали папа и дед, папин брат, три маминых брата Струковы: **Струков Николай** с войны не вернулся, а **Александр**, участник еще Финской кампании, с Отечествен-

ной вернулся с серьезными ранениями. Отец был призван на фронт в 18 лет, воевал на Украинском фронте, награжден 11 медалям и Орденом Отечественной войны II степени.

Я родился через пять лет по-

сле окончания войны и эту атмосферу послевоенного времени хорошо помню. Как мы собирались за большим столом отмечать День Победы, и у моих родных блестели награды на парадных кителях. Как взрослые пели военные песни, вытирали слезы, поминная однополчан, и не любили

Продолжение на стр. 2-4.

Опыт дискуссий

стр. 5

Еще один юбилей

стр. 8

Партнерские сердечные программы

стр. 6

ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

вспоминать войну – все, кому посчастливилось в ней выжить, об этом почти не говорят... **Все эти люди – часть моей личной памяти о войне, не исторической памяти, не эпохальной, а семейной памяти Струковых-Репиных.** Воспитанием моим занимались бабушка и улица, – родители много работали – папа чинил машины, был автослесарем, а мама служила в МВД. Улица воспитывала характер и учила дружить – драки случались, но своих в обиду не давали никогда, чтити настоящий рыцарский кодекс чести – маленьких не обижать, старикам помогать. А бабушка - это тепло дома, доброта, чувство справедливости и горячие пирожки для нашей компании.

Честь имею!

Желание пойти в военное училище проросло из увлечения техникой, точнее ее исследования, разборки и воссоздания – из всех этих разрозненных подшипников и шестеренок, колес, цепей и дуг рождались, благодаря помощи отца, велосипеды с моторчиком. Дядя мой, **Николай Михайлович Прошин**, - редкий умелец и золотой человек, мог отремонтировать любую военную технику, и меня, своего подручного, многому научил. В старших классах я стал серьезно заниматься спортом, а на

науки не налегал, хотел быть таким спартанцем, - выносливым и физически сильными. Такая закалка здорово пригодилась мне в Оренбургском зенитном ракетном училище, где физическая подготовка была одним из основных предметов, не подводит и сейчас – в свои далеко не молодые годы, я до сих пор подтягиваюсь 10 раз, 30 раз отжимаюсь, и гири ворочаю. Училище закончил с отличием в 1971 году в звании лейтенанта, распределение получил в Германию (земля Тюрингия), город Бад Лангензальца (Bad Langensalza). Землю эту немцы называют «зеленое сердце Германии», и вот в самом этом сердце мы закрывали воздушные рубежи границы между ГДР и ФРГ. На утреннем построении всегда команда: *«Приступить к охране воздушных рубежей границы!»* С земли, границу между странами разделенной Германии, защищал полк тяжёлых танков, по сути это был узкий проход в горах, по которому еще Наполеон ходил, так вот его-то мы и закрывали. Прослужил я в этом немецком городке пять лет (с 1971 по 1976 годы). Контактить нам особо с немцами не разрешали, но мы умудрялись общаться через общество Германо-Советской дружбы.



Немцам нравилась наша пельмени, а нашим военным – немецкая пивная, которую держал бывший полковник абвера (проверенный специальными органами) с местными пивом и сосисками. Местными достопримечательностями, наряду с вековым парком герцогини Фридерики, считались и 22 генерала поверженной фашисткой армии (отсидевшие большие тюремные сроки), которые любили в этом парке гулять.

Выстрел в сердце

Была у нас традиция, ввели ее еще танкисты, стоявшие здесь задолго до нас – возить солдат перед дембелем на мемориал «Бухенвальд». Расположен он близ города Веймара. Парадокс в том, что Веймар - центр германского Просвещения XVIII - XIX веков - Гете, Шиллер, Штраус, Бах, Ницше, а в XX веке, с приходом к власти Гитлера, «просвещенная Германия» создает здесь самый знаменитый «лагерь смерти».

Продолжение на стр. 3-4.

ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА



Итак, сажали мы своих солдатиков в тентованные ГАЗ-66 и ехали 65 км., ребята по дороге общались, смеялись, смена обстановки, экскурсия... Обратно все ехали в гробовом молчании. **Что переворачивалось в их сознании, какой болью отзывалось увиденное в их душах, могу только догадываться...**

Судите сами: на лагерных воротах вас встречает надпись «Каждому свое». В дальнейшем фильм, минут на 20, который никогда не останавливается, показывает ужасы лагерного бытия, кадры документальные, взяты из лагерных архивов, в которых фашисты снимали все с ужасающей педантичностью. Люди отворачиваются, падают в обморок, а фильм все крутится и крутится. Показывали котлованы, куда тракторами сгребали людей – мертвых и живых, люди копошатся, а их скидывают ковшами и скидывают...

В Бухенвальде сохранились и операционные боксы для операций без наркоза (после ко-

торых редко кто выживал), и медицинские инструменты, похожие на пыточные, музей, с кошельками и абажурами для ламп из татуированной человеческой кожи.

Лагерные будни были таковы: Сирена... Подъем... За зданиями находится широкий Апельплац (площадь для построения). Здесь утром и вечером во время переклички часами должны были стоять узники – молодые, старики, дети... Многим людям эти изнурительные переклички принесли смерть. Однажды они простояли 18 часов подряд на ледяном ветру, голодные, трясясь в лихорадке, полураздетые. Эльза, жена Карла Коха, коменданта концлагерей Бухенвальд и Майданек, известная своей чудовищной жестокостью, объявила солдатам: кто застрелит пленного так, чтобы пуля остановилась при выходе из сердца, получит награду: было расстреляно много людей, но все неудачно, и все же одного моряка нашего расстреляли именно таким способом. Этот немецкий солдат получил три дня отпуска и десять марок.

Сколько лет прошло, а я все это помню, музейный комплекс содержался в идеальном состоянии, все сохранили, даже печи крематория, вот только казармы, где содержа-

лись заключенные, сожгли, так и не смогли их продезинфицировать. Вот такая разная в моей памяти Германия.

Черные пески

От автора: Дальше с Олегом Николаевичем произошло то, что в армии называется ротацией кадров, а в человеческой судьбе – крутой кульбит. В 1976 году получил Репин назначение в Туркестанский военный округ (Туркмения) и из тихого уюта бюргерской Германии, отправился сразу в военный городок, в 6 км от Ашхабада, с печным отоплением, где вода и свет подавались по часам. По городку бродили голодные собаки, коровы и верблюды.

Дочери Леночке особо тяжело пришлось, жара летом стояла страшная. Я, с вверенным мне подразделением, на ученьях в песках Каракумов, учебные стрельбы проходили на полигоне, недалеко от Байконура. Страшное место эта пустыня, туркмены зовут ее «черный песок», как место тяжелое, непригодное для жизни: днем песок прогревался до 90°C, босыми ногами ступить – нечего думать, а вечером холод дикий, спать можно только под одеялом.

Вернулся я с учений, спать дома невозможно, духота страшная, накрываешься мокрой

Окончание на стр. 4.

ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

простынею, а через час она сухая уже, выручил нас кондиционер, бакинского производства, счастье, что в Баку научились тогда их выпускать. Так прожили мы 4 года. Потом меня перевели в столицу Туркмении, город Ашхабад, там уже квартира с удобствами, школа и служба рядом. В доме одни военные, весь интернационал - азербайджанцы, грузины, армяне, узбеки, русские – шумные, веселые, мы тогда здорово дружили. Служба шла своим чередом – полигоны, стрельбища, учения, огневая подготовка молодежи. Службу закончил в 1994 году в звании подполковника, заведующего кафедрой огневой подготовки военного института. Отслужил 26 лет. Был награжден: медалями за безупречную службу в Вооруженных силах I, II, III степеней, всеми юбилейными медалями периода службы и знаком «Лучший рационализатор ТуркВО».

Звезда пленительного счастья

Самое главное, что все эти годы со мной была моя Ириша, молоденькая медсестра, которая так напоминала мне юных дворянок из фильма «Звезда пленительного счастья», которые пошли за своими мужчинами на край света буквально, ничего не зная, не умея в этих условиях жить, но победили страх, презренье своего круга и мужей спасли.

И моей дорогой Ирине Вячеславовне пришлось адаптироваться в чужих странах, жить в казармах и гостиницах, но благодаря ей, в любых условиях, у нас всегда был дом и самая дружная семья. Дочери выросли, а Ирина применила свой бесценный опыт адаптации на чужих берегах в профессии: закончила университет, стала филологом и помогала уникальным детям, будущи заместителем директора по учебной работе лицея-интерната для одаренных детей. Они ведь не такие как все, эти одаренные дети, и их стоит долго вести по жизни, оберегая.

Большой авторитет

Так получилось, что вернувшись на малую Родину, в Оренбург, жить мне было негде, на дворе 1994 год – вариантов мало, но тогда Областное управление образования подключилось – предложили должность директора Пронькинской средней школы в Бугурусланском районе, а директору был положен дом. Общаюсь с детьми, часто вспоминал своего первого командира батареи Милехина, удивительный был человек, мудрый, решительный. Вот я и подумал, какой пример я детям в жизни дам, так и пойдет, школа ведь сельская, директор – большой авторитет.



Откровенно говоря, мне больше нравится помогать людям, чем командовать. Сначала солдат молодых учил, потом детей, нравилось и с молодежью работать в Центре туризма и краеведения Оренбургской области, а теперь вот взрослым помогаю на родном предприятии. В Оренбургском УИРС я не только специалист по ГО, но и председатель первичной профсоюзной организации – **так что люди за помощью к нам идут, потому что доверяют профсоюзу.**

Очень люблю фильм «Офицеры», исторические романы, военные мемуары и глубоко порядочных людей. И всю свою жизнь руководствуюсь одним принципом: «Совесь, благородство и достоинство – вот оно святое наше воинство».

Наталья Калинина

Любовь к Родине начинается с любви к семье, близким, друзьям, к своей улице, поселку, городу, но важно, чтобы и страна любила свой народ – взаимная любовь сильнее.

ОПЫТ ДИСКУССИЙ

Перед традиционной серией «больших» встреч трудовых коллективов и администрации ООО «Газпром добыча Ямбург» в некоторых подразделениях проводят свои малые собрания и заблаговременно снимают профильные и не- сложные вопросы.

Формат похожий на заочный сбор замечаний-пожеланий-предложений, подготовка ответов и живая встреча с обсуждением. В начале февраля коллектив, профком и руководство нефтегазодобывающего управления встретились для диалога в конференц-зале первого модуля на Заполярном месторождении.

Первым выступил начальник НГДУ **Олег Хасанов** с кратким обзором ключевых событий в жизни Заполярного месторождения. Так, в конце прошлого года в составе ГП-ЗС заработала новая дожимная компрессорная станция. Впереди – пуск ДКС на других се- номанских промыслах, а также ввод в эксплуатацию новой генерации – второй очереди ГТЭС-48.

– Мы рассылали ответы на ваши вопросы. Все ознакомлены с ними? – следующим сло-

во взял заместитель председа- теля ППО Общества, председа- тель цеховой профсоюзной организации НГДУ **Александр Макаревич**. – Я предлагаю так: чтобы не зачитывать всё это, прошу вас – задавай- те встречные вопросы и до- полняй-те. Если что неясно...

Итоговый список, о котором говорил Александр Викторо- вич, включал в себя больше тридцати вопросов с ответами. Главные темы – бытовые усло- вия, транспорт и охрана труда. Часть проблем связана с огра- ниченными лимитами на фи- нансирование. Несмотря на то, что ответы на большую часть вопросов (кроме одного) были также предоставлены письменно, ключевые тезисы повторили ещё раз представи- тели УТТИСТ и УЭВП.

А единственный оставшийся без ответа вопрос всё-таки по- лучил своё решение. Речь идёт о строительстве дополни- тельных общежитий. Новые производственные объекты Заполярки требуют новых ра- ботников, а жилой фонд пока остаётся прежним. По грядущим стройкам общежитий вся информация прежде носила



характер только предвари- тельный, то есть с оговоркой «возможно».

– По данному вопросу теперь есть положительные резуль- таты. «Газпромом» согласо- ваны новые общежития. Их будет четыре. Одно на ГП-2С и три – в посёлке Новозапо- лярном, – рассказал о послед- них новостях заместитель начальника УЭВП **Евгений Фи- липцов**.

Важно не только то, о чём го- ворили. Но то, о чём речи не шло. Так часть проблемных вопросов (например, нехватка средств индивидуальной защиты) удалось решить ещё в прошлом году. Кроме того, в прежние годы часто возни- кали претензии к качеству услуг общепита. Сейчас обо- шлось совсем без них.

После подобных мероприятий от коллектива НГДУ обычно остаётся буквально один-два вопроса, которые выносятся на большие встречи с участи- ем генерального директора. Традиционно они проходят в начале весны.

Материал газеты «Пульс Ямбур- га» № 7 (1307) 16 февраля 2018 г. Автор: Николай Рыбалка, фото автора.



ПАРТНЕРСКИЕ СЕРДЕЧНЫЕ ПРОГРАММЫ

По официальным данным, ежегодно в России от болезней сердечно-сосудистой системы умирает около 1,3 млн человек. Это около 55% от общего количества смертельных случаев. Предотвратить сердечно-сосудистые заболевания помогут меры профилактики, о которых, к сожалению, сегодня знают далеко не все.

Факторы риска

Среди сердечно-сосудистых заболеваний множество тех, что угрожают не только здоровью, но и жизни. Ишемическая болезнь сердца, инфаркт, инсульт, гипертония, аритмия... Эти болезни стали весьма распространенными у пациентов российских поликлиник.

Виной всему – современный образ жизни, отсутствие адекватных физических нагрузок, правильного питания. «В числе факторов риска, которые повышают вероятность развития сердечно-сосудистых заболеваний также находятся курение, избыточный вес и стрессы», - отмечает **Романовский Игорь Леонидович**, руководитель службы защиты прав застрахованных Московской дирекции страховой компании «СОГАЗ-Мед».

Меры профилактики

Даже при генетической склонности к развитию сердечно-сосудистых заболеваний, их можно предупредить! Для этого необходимо соблюдать меры профилактики, в числе которых:

- ✓ Отказ от курения, а также ограничение употребления алкоголя.
- ✓ Контроль артериального давления. Если у вас есть гипертония, заведите специальный дневник, куда необходимо будет регулярно записывать показания. Даже при однократно обнаруженном повышении давления необходимо контролировать его уровень.
- ✓ Физическая активность, соответствующая вашему уровню подготовки по рекомендации врача. Сердце, как и любая мышца нашего организма, нуждается в тренировке.
- ✓ Рациональное питание. Откажитесь от фаст-фуда и включайте в свой рацион больше блюд с полиненасыщенными жирными кислотами. Прекрасно подойдут рыба и орехи. Не забывайте о фруктах и овощах. Рацион должен быть разнообразным и сбалансированным, не стоит увлекаться употреблением одних и тех же продуктов. Ограничьте потребление поваренной соли (не более 1 чайной ложки в

сутки). Также стоит следить за сахаром – норма сладостей в день – не более 30 грамм.

- ✓ Минимум стресса. Если исключить стрессовые ситуации невозможно, нужно почаще отдыхать и расслабляться.
- ✓ Здоровый сон. Спать нужно не менее 7 часов в сутки, при этом лучше не ложиться позднее 22 часов.
- ✓ Контроль уровня холестерина и сахара в крови. Здесь поможет сдача анализов.

Диспансеризация для выявления заболеваний сердца

Для того, чтобы отследить состояние своего здоровья и склонность организма к заболеваниям сердца, не нужно тратить деньги. Застрахованные в системе обязательного медицинского страхования могут обследоваться совершенно бесплатно.

«Диспансеризация, которую гражданин может пройти один раз в три года, позволяет выявить предрасположенность к заболеваниям сердца, - рассказывает Игорь Леонидович. – На первом этапе диспансеризации проводятся анализы на уровень глюкозы и холестерина в крови, электрокардиография в покое для определенных возрастных групп.

Окончание на стр. 7.

ПАРТНЕРСКИЕ СЕРДЕЧНЫЕ ПРОГРАММЫ

Если ваше давление
140/90 и выше

! ОБЯЗАТЕЛЬНО
ОБРАТИТЕСЬ К
ВРАЧУ

140
90



ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

8 800 100 07 02 www.sogaz-med.ru

СОГАЗ
МЕД

Кроме того, врач проводит анкетирование, осмотр и определяет суммарный сердечно-сосудистый риск в зависимости от возраста пациента. На втором этапе диспансеризации при выявлении показаний проводится определение липидного спектра крови, а также другие обследования, позволяющие выявить заболевания сердечно-сосудистой системы».

Бесплатную диспансеризацию могут пройти все желающие, застрахованные в системе ОМС, каждые три года, начиная с возраста 21 год. Диспансеризация проводится в отношении граждан, которым в текущем году исполняется или исполнилось следующее количество лет: 21,

24, 27 и так далее. Если вы не попадаете под диспансеризацию по возрасту, то можете пройти профилактический осмотр – он проводится раз в два года.

«Профилактические мероприятия позволяют многим выявить предрасположенность к болезням сердечно-сосудистой системы, - отмечает Игорь Леонидович. – А по завершении профилактического осмотра или диспансеризации врач обязательно даст дальнейшие рекомендации и при необходимости назначит лечение».

Ответственное отношение к своему здоровью поможет не упустить первые признаки заболевания. Здоровый образ жизни в сочетании с профилактиче-

скими мероприятиями по ОМС позволят вашему сердцу работать без сбоев.

Чтобы пройти профилактические мероприятия нужно обратиться в поликлинику по месту прикрепления с паспортом и полисом ОМС.

Относитесь ли Вы к группе риска по развитию сердечно-сосудистых заболеваний?

1. Ваш возраст: 40 лет и старше (мужчины), 50 лет и старше (женщины)?
2. Есть ли у Ваших родственников следующие заболевания (или одно из них): артериальная гипертензия, ранний атеросклероз, стенокардия, инфаркт миокарда, инсульты, сахарный диабет?
3. Вы курите?
4. Вы не придерживаетесь правильного питания?
5. У Вас имеется избыточный вес (окружность талии у женщин более 88см, у мужчин более 92см)?
6. Вы не часто занимаетесь физкультурой?
7. У Вас были случаи повышенного артериального давления (выше 130/80)?
8. У Вас повышен уровень холестерина в крови (выше 5,0 ммоль/л)?
9. У Вас повышен уровень сахара в крови (выше 5,6 ммоль/л) или есть диагноз сахарный диабет?
10. Вы испытываете стрессы на работе, в быту?

Любые три «ДА»: Вы относитесь к группе риска по развитию сердечно-сосудистых заболеваний и Вам необходимо пройти диспансеризацию или профилактический осмотр. При любых пяти «ДА» – в ближайшее время Вам необходимо обратиться к врачу для более углубленного обследования.

ЕЩЕ ОДИН ЮБИЛЕЙ

Пангодинское ЛПУМГ (ООО «Газпром трансгаз Югорск») празднует юбилей, да так, что кажется, что подскакивает среднесуточная февральская температура края вечной мерзлоты.



В Ямало-Ненецком автономном округе протекает речка Пангоды, что в заснеженно-пушистом переводе с ненецкого означает «олений мох». В 1978 году рядом с ней было основано одноименное линейное производственное управление магистральных газопроводов. Минуло 40 лет. Пангодинское ЛПУМГ (ООО «Газпром трансгаз Югорск») празднует юбилей, да так, что кажется, будто подскакивает среднесуточная февральская

температура края вечной мерзлоты. Это возможно и без всяких климатических оснований, если в одном северном местечке собирается много добрых друзей. В поселке Пангоды встретились нынешние и прежние работники управления. На юбилей приехали представители руководства Общества «Газпром трансгаз Югорск» и ППО «Газпром трансгаз Югорск профсоюз», сотрудники подразделений газотранспортной компании в Надымском регионе. Поздравляли коллег газовики из ООО «Газпром добыча Надым», глава Надымского района **Леонид Дяченко** и глава поселка Пангоды **Игорь Ярош**.

На торжественном собрании

было сказано много добрых слов, вручены почетные грамоты и благодарности заслуженным работникам Пангодинского ЛПУМГ. В рамках юбилейных мероприятий в управлении открыт музей, экспонатами которого стали предметы, связанные с историей становления управления и с жизнью соседей - коренных народов Севера. Один из организаторов праздника - председатель цеховой профсоюзной организации Пангодинского ЛПУМГ **Олеся Головкич**. В этом году она отметит собственный производственный юбилей - 20-летие, прошедшее с первого рабочего дня. *«Многое на моих глазах изменилось. Поселок Пангоды вырос, стала более развитой его инфраструктура. Улучшились санитарно-бытовые условия на промышленной площадке, стали совершенней технологии, которые применяются на производстве, - рассказывает Олеся Викторовна. - Но истинные ценности остались неизменными: поддержка в коллективе, наставничество, любовь к родному предприятию».* Противопоставлением суровым условиям края вечной мерзлоты в первую очередь становится искреннее, доброе отношение друг к другу.

Окончание на стр. 9.



ЕЩЕ ОДИН ЮБИЛЕЙ

«Все мероприятия прошли в теплой, дружеской обстановке», - отмечает председатель цеховой профсоюзной организации Надымского УТТиСТ **Сергей Грика**.

В управлении трудились и трудятся удивительные люди. Об этом рассказывает первый заместитель председателя ППО «Газпром трансгаз Югорск профсоюз» **Готлиб Миллер**: «Пангодинское ЛПУМГ для меня уникально: очень хорошие отношения были со многими начальниками, с заместителями по тылу (так раньше неофициально называли заместителей начальников по общим вопросам, которые в том числе должны были обеспечивать материальное и техническое снабжение под-

разделения. – Авт.), председателями профсоюзного комитета (так прежде называлась цеховая профсоюзная организация. – Авт.)».

На праздник пригласили прежних начальников управления **Вениамина Михнева** и **Александра Иванова**, оба - люди опытные, авторитетные. Александр в Пангодах живет, Вениамин - в Подмосковье. Москвич пришел в белой накрахмаленной рубашке с черной бабочкой. А ведь даже когда он возглавлял ЛПУ, привычно было его видеть в обычной рубашке с расстегнутым воротником и в куртке: очень мало сидел в кабинете.

Вышли они поздравлять. Вениамин привычно минут 15 со сцены говорил. Когда закон-



чил, все выдохнули, потому что знали: следующий выступающий Александр Иванов обычно в пару минут укладывается. А он вышел и тоже на четверть часа занял микрофон. **Это говорит о том, что они очень сильно соскучились по работе и коллективу. И когда приехали сюда, окунулись в теплоту дружеских отношений, ведь люди здесь великолепные.**

Ксения Бугрова

Фото Виктора Чермака

