ГАЗПРОМ ДОБЫЧА ЯМБУРГ

ПУЛЬС ЯМБУРГА

№ 39 (1486) 8 октября 2021 г. 12+ | Газета администрации ООО «Газпром добыча Ямбург»

ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

ПОЗДРАВЛЯЕМ! ВЫ – СИЛЬНОЕ ЗВЕНО!

В сентябре нештатные аварийно-спасательные формирования (НАСФ) на Ямбургском и Заполярном месторождениях прошли проверку и оценку готовности к выполнению аварийно-спасательных работ

Бойцы НАСФ готовятся к ликвидации условной аварии

>>> стр. 4

СОБЫТИЕ НЕДЕЛИ

В ВЫИГРЫШЕ ОСТАЛИСЬ ВСЕ

Пятьдесят работников предприятия выиграли подарочные сертификаты от профсоюза

Розыгрыш призов проходил в прямом эфире. Для этого была организована трансляция на ютьюб-канале «Ямбург-ТВ», в инстаграме Общества, а также в профсоюзном инстаграме «Культура Заполярья»

В день рождения Общества, первого октября, ППО «Газпром добыча Ямбург профсоюз» провела праздничную акцию «Привился – выиграл». Её участниками стали работники предприятия, которые успели к назначенному времени сделать прививку от коронавируса. Достаточно было поставить первый компонент. Всего в барабан для розыгрыша положили 9 417 листочков с именами и табельными номерами претендентов на выигрыш. Было учреждено 50 призов – подарочные сертификаты, которые можно использовать в популярных магазинах бытовой техники.

>>> стр. 2

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

ВАКЦИНИРУЕМСЯ ПРАВИЛЬНО!
Когда лучше всего сделать прививку от гриппа?
стр. 3

СООБЩАЕТ ПРОФСОЮЗ
Коллективный договор ООО «Газпром добыча Ямбург» продлён на три года
стр. 5

ВО ВСЁМ ВИНОВАТ МАНИФОЛЬД
На самом деле не виноват! Такова легенда комплексной тренировки по ликвидации аварии на скважине
стр. 9

И КРАСИВО, И ВКУСНО!
На Заполярном месторождении прошла гастрономическая арт-акция «Осенний пир»
стр. 12

В ВЫИГРЫШЕ ОСТАЛИСЬ ВСЕ

стр. 1 <<<

Вечером, накануне предстоящего розыгрыша, спортинструкторы службы по спортивно-оздоровительной работе УЭВП в КСК посёлка Новозаполярного завели спор относительно возможного выигрыша. Валерия Яунгад, работающая в гардеробной, тихо, но уверенно произнесла: «А я верю, что мне повезёт!» На следующий день она стала первой счастливой обладательницей сертификата.

– Я везучая, часто что-нибудь выигрываю. Живу в Надыме, там тоже акции проводятся. Недавно регистрировала чеки в одном из магазинов мобильной связи – достался подарок – 15 тысяч рублей. Телефон себе купила, – рассказывает Валерия Яунгад. *– Вакцинироваться хотела сразу же, как это стало возможным, не слушала всякие глупости от ковид-диссидентов. В начале года, когда Спутник V поступил в городскую больницу, записалась на вакцинацию. Но там у них что-то долго не получалось, мне отказывали. Поэтому в мае сделала прививку в медсанчасти посёлка Новозаполярного. Моя мама тоже привита, а значит – защищена. В ходе нынешнего розыгрыша мне достался сертификат от магазина бытовой техники и электроники. Куплю себе там что-нибудь не первой необходимости, но памятное, например, хлебопечку: давно к ней присматривалась и прицепивалась.*

Олег Балацько, электромонтёр охранно-пожарной сигнализации УАиМО, работает на ГП-3С с 2003 года. Если получается, в обеденный перерыв смотрит с коллегами «Ямбург-ТВ». Первого октября по корпоративному телевидению его фамилию объявили третьей среди выигравших. Радовались сообща.

– Я даже и не знал, что будет розыгрыш! Удивили так удивили! – делится радостью Олег Балацько. *– Ковидом болел, и достаточно тяжело: усугубились проблемы с хондрозом, давали о себе знать ещё месяца три после болезни. Когда изменились правила заезда на вахту, решил вакцинироваться. Привился двадцать третьего сентября. Считаю, что такие поощрительные мероприятия нужны как дополнительный бонус для сознательных людей. Мои дети (сын и дочь) живут в Польше. Они рассказывают, что там постоянно проводятся разные акции, стимулирующие людей сделать прививку против коронавируса. На что потрачу сертификат от предприятия? Куплю любимой женщине что-нибудь «ненужное»…*

Электромонтёр по ремонту и обслуживанию электрооборудования ГП-1В НГДУ Руслан Кунакбаев о розыгрыше сертификатов среди привившихся слышал краем уха, за эфиром и соцсетями не следил. В момент, когда ему позвонили, выполнял свои рабочие обязанности:

– Второй компонент Спутника V я поставил в Новозаполярном ещё второго апреля. Был, так сказать, в авангарде. Это моя осознанная гражданская позиция: не хочу болеть и быть источником заражения для других, – говорит Руслан Кунакбаев. *– К розыгрышам призов вообще отношусь скептически и не участвую в них: бесплатный сыр бывает только в мышеловке. Ну а здесь меня автоматически включили в список – отрадно, что наше предприятие не жалеет ресурсов на такие вещи, заботится о своих сотрудниках и устраивает поощрительные акции. Приятели, наблюдавшие за розыгрышем, скинули мне видео, где прозвучало моё имя, я отправил его жене. Жена сразу не поверила, сказала: «Монтаж!» Потом, когда всё подтвердилось, начала прикидывать варианты покупок.*

Станислав Антонов, машинист технологических компрессоров ГП-1С, тоже узнал о своей удаче от коллег.

– Я из Ейска, там же в апреле и вакцинировался. В то время это было непросто: заранее записывался, стоял в очереди, ждал… Это мой сознательный выбор: лучше поставить прививку и получить антитела, чем переболеть и получить антитела. Зачем лишний раз подвергать себя и своих близких риску? – рассуждает Станислав Антонов. *– Непонятно же, как болезнь себя проявит. Подходит время ревакцинации – охотно сделаю очередную прививку. Супруга, дочь, родители – все вакцинировались от коронавируса, я за них спокоен. Семья пока ещё не в курсе моего выигрыша. Будет для них приятным сюрпризом. На что потрачу? На подарки, естественно. Куплю родным и любимым что-нибудь для здоровья: тренажёр, массажёр…*

Самым «везучим» на денежные призы оказался третий сеноманский промысел НГДУ. Помимо Олега Балацько, сертификаты выиграли слесарь по ремонту технологических установок Евгений Бульский и мастер по добыче нефти и газа Иван Лютиков.

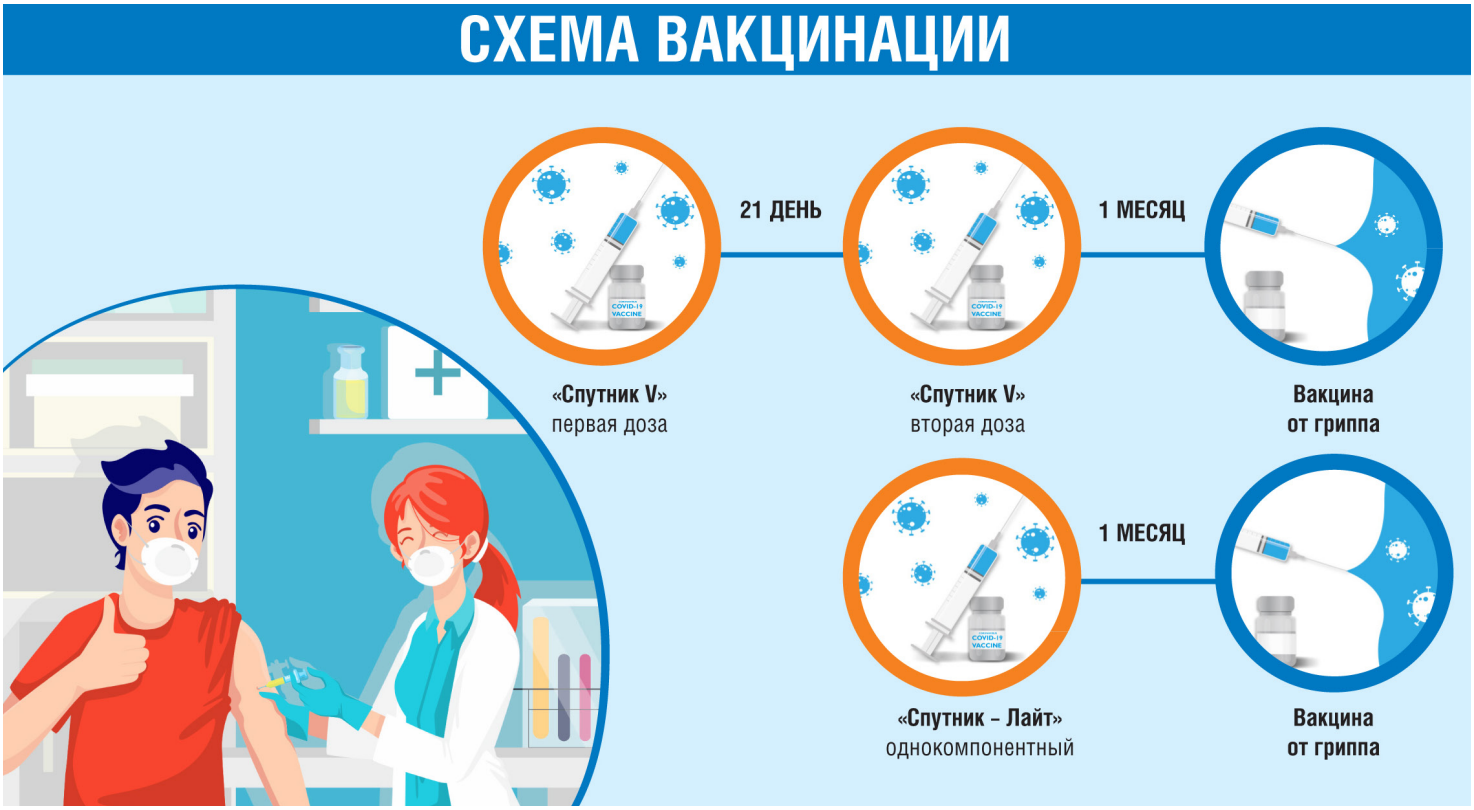
– Я переболел коронавирусом в лёгкой форме, – рассказывает Евгений Бульский. *– Принял решение в сентябре вакцинироваться по месту жительства, в Набережных Челнах. В розыгрыши призов никогда не верил. Мне достаточно было моих детских воспоминаний, когда родители покупали лотерейные билеты, с надеждой сидели у телевизора, а потом, разочарованно разводя руками, расходились. Знал о том, что на предприятии намечается такое мероприятие среди привившихся, но относился к этому скептически. И вдруг позвонил приятель, потом техник с промысла…В общем, я в приятном шоке. Но пока не получу сертификат в руки, не поверю!*

– Я болел ковидом, у меня было много антител, но, чтобы не проходить обсервацию, выбрал вакцинацию, – продолжает Иван Лютиков. Именно он эффектно закрыл список счастливцев под финальным номером 50. *– В день розыгрыша я работал, когда коллеги скинули ссылку. Сначала ничего не понял. Но потом, естественно, обрадовался. Теперь дело за малым: найти в магазине подарок себе по душе!*

Виолетта ДЕНИСОВА
Фото Андрея СНЕГИРЁВА

ПОБЕДИТЕЛИ	ФИЛИАЛ
Абдинов Расим Рамиз оглы	УТТиСТ
Амосова Татьяна Александровна	МСЧ
Анагуричи Михаил Андреевич	УЭВП
Антонов Станислав Владимирович	НГДУ
Балацько Олег Иванович	УАиМО
Белоконев Сергей Сергеевич	УТТиСТ
Блудов Сергей Николаевич	УАВР
Бульский Евгений Александрович	НГДУ
Быстрый Константин Николаевич	УТТиСТ
Валиуллин Вадим Асхатович	ГПУ
Васильев Николай Николаевич	УАиМО
Вершинин Алексей Владимирович	УТТиСТ
Гарипов Азат Равилевич	ГПУ
Гришин Александр Львович	НГДУ
Десяткин Константин Александрович	УАиМО
Загирова Индира Магомедхановна	УЭВП
Захаров Николай Сергеевич	СКЗ
Злобин Александр Сергеевич	НГДУ
Иванов Александр Александрович	ГПУ
Исаев Владимир Геннадьевич	ГПУ
Каракашян Рузана Мкртичовна	УЭВП
Кононенко Егор Викторович	УТТиСТ
Копылов Александр Львович	НГДУ
Кордонский Владимир Петрович	УТТиСТ
Кунакбаев Руслан Шакирович	НГДУ
Лихтина Наталья Александровна	УГРиЛМ
Лукьяновский Евгений Викторович	УЭВП
Лютиков Иван Андреевич	НГДУ
Магаляс Светлана Николаевна	УЭВП
Малахов Алексей Вячеславович	УАиМО
Мальчиков Константин Геннадьевич	ЯРЭУ
Мануйлова Людмила Николаевна	ППО
Маслов Владимир Александрович	УЭВП
Мишелов Андрей Васильевич	УЭВП
Мусин Ильдар Нюруллович	СКЗ
Набоков Антон Александрович	ГПУ
Петрухин Александр Александрович	УТТиСТ
Рябкова Екатерина Вячеславовна	УЭВП
Саенко Евгений Васильевич	СКЗ
Салькова Гульнара Миргазияновна	МСЧ
Свойкин Сергей Константинович	МСЧ
Сиверин Василий Валентинович	ГПУ
Смолин Сергей Владимирович	ГПУ
Стельмашок Светлана Ивановна	УЭВП
Третьяков Алексей Анатольевич	ГПУ
Уразгильдин Вячеслав Аркадьевич	УАВР
Федосова Марина Александровна	УС
Хаертдинов Азамат Вилевич	НГДУ
Шамсутдинов Рамиль Римович	УТТиСТ
Яунгад Валерия Константиновна	УЭВП

Для получения призов можно обращаться в службу по культурно-массовой работе ППО по телефонам: 6-69-51, 6-62-11



КОВИД НЕ ОТМЕНЯЕТ ГРИПП

Сезонную эпидемию гриппа, характерную для холодного периода года, нельзя ни проигнорировать, ни передвинуть во времени. Обычно инфекция начинает активно распространяться во второй половине осени и держится на протяжении всей зимы. Специфический способ защиты от этой болезни давно известен – вакцинация. Она ежегодно начинается уже в сентябре, поскольку после прививки организму нужно ещё две-три недели на формирование иммунного ответа. Титр антител сохраняется на достаточном уровне от шести до девяти месяцев.

Особую актуальность прививки от гриппа медики отмечают в период пандемии коронавирусной инфекции. Оба заболевания относят к острым респираторным. Оба возбудителя обладают способностью менять свою структуру, а мутировавший вирус может заразить человека вновь.

Несмотря на кажущееся сходство, это две абсолютно разных инфекции. Грипп в основном поражает верхние дыхательные пути человека. Коронавирус – в первую очередь лёгкие. А так называемая микст-инфекция (заражение обоими вирусами) несёт двойной риск. Течение болезни – тяжелейшее. Реабилитация – длительная и сложная. Поэтому в нынешних условиях ключевое значение приобретает вакцинопрофилактика.

В конце сентября в ООО «Газпром добыча Ямбург» началась ежегодная прививочная кампания против гриппа.

– Вакцинация от коронавируса не отменяет важности прививки от гриппа, как и наоборот, – объясняет Альфир Мурзагулов, врач-эпидемиолог медико-санитарной части Общества. *– Разница лишь в том, что на данный момент вакцина от коронавирусной инфекции носит круглогодичный характер, а от гриппа – сезонный.*

В качестве средств специфической профилактики сезонных заболеваний среди работников предприятия в этом году будет использоваться вакцина «Гриппол плюс». Опыт её применения у специалистов медико-санитарной части уже накоплен. Она хорошо себя зарекомендовала как эффективное средство профилактики гриппа с минимальным количеством побочных эффектов. Отмечено, что даже в случае заражения привитые люди переносят заболевание в лёгкой форме и без осложнений.

«Гриппол плюс» – вакцина тривалентная. Соответственно, она содержит антигены трёх штаммов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в текущем эпидемиологическом сезоне. По прогнозам Всемирной организации здравоохранения, в этот раз будут циркулировать вирусы двух штаммов А (в том числе и «птичьего») и одного штамма В.

– Конечно же, никакая вакцина ни от одной инфекции не гарантирует формирования стопроцентной иммунной защиты. Тем не менее она гарантирует в первую очередь более лёгкое течение болезни, без осложнений, – продолжает Альфир Мурзагулов. *– Грипп – очень серьёзное заболевание, которое может вызвать развитие дыхательной недостаточности, поражение сердечно-сосудистой системы и другие тяжёлые осложнения…*

По словам эпидемиолога, после иммунизации против гриппа у человека могут наблюдаться незначительные побочные эффекты, такие как боль в месте укола, слабость, кратковременное повышение температуры. Как отмечают медики, интервал между прививками от гриппа и COVID-19 должен составлять один месяц. В противном случае наложение двух вакцин может как минимум привести к избыточной нагрузке на иммунную систему.

Кроме того, специалисты не рекомендуют прививаться от гриппа в перерыве между постановками первого и второго компонента вакцины от коронавируса. Поставить «Гриппол плюс» нужно до или после вакцинации от ковида с 30-дневным перерывом.

Выдерживать интервал следует и в том случае, если вы переболели коронавирусной инфекцией. При лёгком течении болезни можно вакцинироваться от гриппа уже после двухнедельного перерыва (с момента возникновения первых симптомов). Тяжёлое течение заболевания предполагает отсрочку прививки до месяца и более.

– Одним словом, если вы по каким-то причинам не успели вакцинироваться от гриппа в отведённый срок, то лучше это сделать позднее, чем не делать совсем, – объясняет Альфир Мурзагулов. *– От готовности населения прийти на вакцинацию напрямую зависит, будет ли увеличиваться рост заболеваемости гриппом в холода.*

Прививочная кампания в Обществе продлится до конца ноября. Учитывая ежегодную статистику, специалисты медико-санитарной части предполагают, что порядка пяти тысяч сотрудников предприятия выразят желание вакцинироваться от гриппа.

Каждый принимает решение самостоятельно, но, как отмечает Альфир Мурзагулов, не следует забывать, что сейчас мы живём в такое время, когда наше здоровье напрямую зависит от сделанных прививок. И это факт.

Светлана ЛЕБЕДЕВА

ПОЗДРАВЛЯЕМ! ВЫ – СИЛЬНОЕ ЗВЕНО!

стр. 1 <<<

В Ямбурге в ходе аттестации второго аварийно-спасательного звена (проверка первого состоялась в августе) эксперты из объектовой комиссии Минэнерго России изучили нормативную документацию, а также дали оценку знаниям, умениям, физической подготовке и готовности формирования к проведению аварийно-спасательных работ. Кроме того, был проверен уровень материально-технического оснащения НАСФ и состояние аварийно-спасательного оборудования.

Звено НАСФ эвакуирует «пострадавшего» из опасной зоны

В ЧИСЛЕ ПЕРВЫХ

…Колонна из машин специального назначения несётся под хмурым сентябрьским небом, грозящим с минуты на минуту разразиться очередной порцией дождя. Впрочем, пассажирам автомобилей не до капризов природы. У них другие заботы. Это не профессиональные спасатели. В обычной жизни – рядовые сотрудники различных подразделений Общества. Однако в случае возникновения чрезвычайных ситуаций они объединяются в отдельную боевую структуру – нештатное аварийно-спасательное формирование.

Основными задачами НАСФ в числе прочих являются реагирование на аварийные ситуации, проведение поисковых и неотложных аварийно-восстановительных работ на объектах предприятия, участие в ликвидации ЧС природного и техногенного характера. Поэтому корпоративные спасатели в числе первых прибывают на место аварии.

ВЗРЫВ, РАЗРУШЕНИЯ, ПОСТРАДАВШИЕ…

Сегодня в ходе практической части аттестации (тактико-специального учения) звену НАСФ предстоит подтвердить готовность к оперативному реагированию на конкретную чрезвычайную ситуацию и проведению работ по её ликвидации. Подобную проверку корпоративные нештатные спасатели, имеющие соответствующие документы государственного образца (книжка, удостоверение и жетон), проходят каждые три года. Впрочем, для человека со стороны сценарное динамичное действие, с привлечением в том числе профессиональных спасателей и медиков, разворачивается более чем правдоподобно.

Первая вводная: от диспетчера ямбургской ПДС поступило сообщение, что на автоматической газораспределительной станции произошёл взрыв газовоздушной смеси. Здание частично разрушено. Существует угроза возгорания. Есть пострадавшие.

Это всего лишь допущение, но в случае реальной ЧС подобная авария потребует незамедлительных действий. А потому после отработки первого этапа учений, в ходе которого эксперты оценивали уровень теоретической и физической подготовки аварийно-спасательного звена, а также действия руководящего и командно-начальствующего состава после получения вводной, сразу же начинается второй, полевой этап.

Вначале 12 участников НАСФ под пристальным вниманием членов комиссии, скрупулёзно заносящих всё происходящее в блокноты, отрабатывают алгоритм подготовительных действий, начиная от сбора в месте дислокации и заканчивая выдвижением техники в район условной аварии. В ходе второй части полевых учений нештатное звено проводит поисково-спасательные работы.

ЗАДАЧА С ЧЕТЫРЬМЯ НЕИЗВЕСТНЫМИ

Прибыв на место условного взрыва, звено разведчиков оценивает ситуацию и докладывает командиру группы обстановку. По легенде учений, есть пострадавшие с комбинированными травмами.

В считанные минуты на площадке, огороженной сигнальной лентой, появляется электрогенератор, подключается переносное освещение, разворачивается гидравлическое аварийно-спасательное оборудование. Здесь, как поясняют незадействованные на данном этапе спасатели НАСФ, важны последовательность и слаженность действий. За каждым участником формирования закреплён свой фронт задач, к выполнению которых он приступает только после того, как закончил работу его предшественник.

Для деблокирования первого пострадавшего (манекен) группа спасателей при помощи специальных инструментов разбирает завал, после чего эвакуирует раненого в безопасную зону. Первую помощь насфовцы оказывают уже конкретному условному пострадавшему (его роль исполняет один из членов звена) и передают его бригаде врачей.

Задание выполнено, можно трубить отбой... Но, как оказалось, на этом ставить точку ещё рано. С каждой новой аттестацией сценарий всё более усложняется. Вот и на сей раз одна за другой поступают дополнительные вводные (всего их было четыре): возгорание в электрощитке, поражение спасателя током от электрорубильника, проведение дегазации техники при помощи спецраствора. И на каждом таком этапе спасатели Общества успешно решают поставленные задачи, демонстрируя высокий уровень подготовки.

ГОТОВЫ СПАСАТЬ!

Подобные мероприятия помогают нештатным спасателям поддерживать и совершенствовать навыки, считает командир звена НАСФ на ЯНГКМ Данил Хабибуллин. Данную общественную обязанность он выполняет с момента образования нештатного формирования на ЯНГКМ в 2015 году. За это время состав звена значительно поменялся. Кто-то осознал, что подобная нагрузка ему не по силам, а кто-то не прошёл тщательный медицинский отбор. Впрочем, новые члены формирования органично влились в коллектив, поскольку базовую подготовку они прошли в специализированном центре в Москве, а здесь лишь немного подучились на практике.

– В обязательном порядке мы тренируемся в течение всего года. У нас 3-4 теоретических занятия зимой и две практические тренировки летом, – рассказывает Данил Хабибуллин. *– В этот раз было добавлено максимальное количество дополнительных вводных (впервые за всё время проведения подобных учений!), поэтому у звена возникали некоторые сложности при выполнении заданий. Но в общем, считаю, что мы справились хорошо.*

Мнение командира НАСФ полностью совпадает с оценкой сотрудников специального отдела администрации Общества.

– Ребята достойно отработали на всех этапах. Видна грамотная подготовка. Конечно же, незначительные нарекания имеются. Как говорится, есть над чем работать и к чему стремиться, – комментирует Алексей Безруков, инженер специального отдела. *– Но подобные мероприятия и проводятся для того, чтобы в комплексе отрабатывать все навыки совместно с представителями пожарной охраны и медико-санитарной части.*

Окончательное же решение выносит экспертная комиссия.

– По результатам аттестации нештатное аварийно-спасательное формирование ООО «Газпром добыча Ямбург» готово к выполнению задач по предназначению, – подводит итог представитель рабочей группы по аттестации НАСФ Денис Щербина. *– В целом ребята молодцы, отработали достойно, без замечаний.*

О том, как проходила аттестация НАСФ на Заполярном месторождении, читайте в следующем номере «Пульса Ямбурга».

Светлана ЛЕБЕДЕВА
Фото Андрея СНЕГИРЁВА

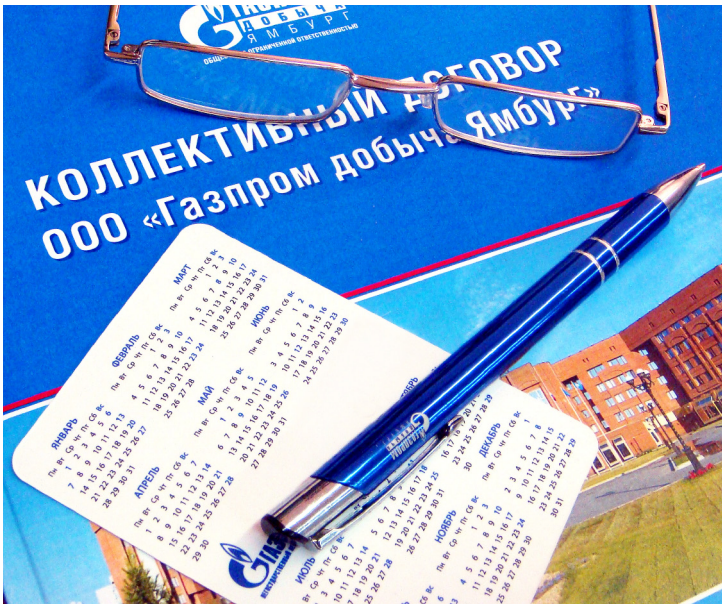
ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ «ПУЛЬС ЯМБУРГА» № 6 (73)

ПРОФСОЮЗНЫЙ ВЕСТНИК

СОЦИАЛЬНОЕ ПАРТНЁРСТВО

КОЛЛЕКТИВНЫЙ ДОГОВОР ПРОДЛЁН НА ТРИ ГОДА

Приятная новость для всех работников предприятия: Коллективный договор ООО «Газпром добыча Ямбург» на 2019-2021 годы продлён на период с 1 января 2022 года по 31 декабря 2024 года. Об этом свидетельствует Дополнительное соглашение № 3, подписанное 05.08.2021 генеральным директором Общества Олегом АРНО и председателем ППО «Газпром добыча Ямбург профсоюз» Валерием НАГОГОЙ.



Коллективный договор продлён в соответствии с Трудовым кодексом РФ, Федеральным законом и Отраслевым соглашением по организациям нефтяной, газовой отраслей промышленности и строительства объектов нефтяного комплекса. Основные положения, в том числе все льготы и социальные гарантии, остались без изменения, за исключением небольших числовых поправок.

– Поздравляю вас, друзья! Думаю, эта новость порадует всех работников и успокоит будущих пенсионеров Общества! Берегите своё здоровье и здоровье ваших близких, друзей и коллег! – прокомментировал подписание дополнительного соглашения Валерий Нагога.

Комиссия по организационно-профсоюзной и информационной работе ППО
Фото из архива ССОиСМИ

ОХРАНА ТРУДА

НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА БЕЗОПАСНОСТЬ

В сентябре город Сочи принимал «Всероссийскую неделю охраны труда» (ВНОТ). Примечательно, что участников главного социально-общественного мероприятия в сфере безопасности труда на входе встречал макет космического ракетоплана. И действительно: охрана труда в России сейчас находится на стадии выхода на новую орбиту.

Форум проходит по инициативе Министерства труда и социальной защиты России. Ежегодно на нём встречаются представители власти, бизнеса и общественных организаций, чтобы обсудить актуальные вопросы в области охраны труда, промышленной и экологической безопасности, ознакомиться с новыми технологиями и лучшими практиками.

Деловая программа ВНОТ-2021 включала около 100 мероприятий различных форматов: пленарные заседания, панельные сессии, мастер-классы, отраслевые совещания. Спикеры и ведущие эксперты от официальных российских ведомств комментировали изменения и нововведения, а представители крупных промышленных корпораций делились с коллегами своим опытом. Мероприятия проходили одновременно на 6-12 площадках при полных (насколько это позволяли противоковидные меры) залах.

Главной темой форума стала новая редакция 10-го раздела Трудового кодекса России, она вступит в силу с 1 марта 2022 года («Пульс Ямбурга» уже писал об этом: см. «Профсоюзный вестник» № 5 в газете от 16.08.2021 – **Ред.**). В документе, как отмечают специалисты, революционные изменения. Стратегическая пленарная сессия «Охрана труда на производстве: новые вызовы, быстрые решения» открылась видеовыступлением премьер-министра Михаила Мишустина. Он обратил внимание на то, в каких кардинально новых условиях предстоит трудиться и работодателям, и работникам:

– С первого марта следующего года вступают в силу новые нормы. Они закрепляют риск-ориентированный подход к управлению в сфере охраны труда, чтобы был защищён каждый работник.

>>> стр. 6

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

МЫ ВЕРИМ ТВЁРДО В ГЕРОЕВ СПОРТА!

Сборная ООО «Газпром добыча Ямбург» стала победителем Кубка России по футболу среди организаций нефтяной и газовой промышленности – «Нефтегазовая лига».

Соревнования проходили в Анапе с 21 по 25 сентября. При этом спортсмены впервые соревновались не на паркете, а на искусственной траве в разновидности футбола 7х7.

В финальном матче наши ребята разгромили команду ООО «Газпром трансгаз Саратов» со счётом 4:0. Третье место заняла ещё одна сборная из Нового Уренгоя – «ЯмалГаз».

По итогам турнира лучшим игроком признан Олег Березин (СКЗ), лучшим бомбардиром – Андрей Масаковский (УАиМО), а лучшим вратарём – Александр Елфимов (УЭВП).

ППО «Газпром добыча Ямбург профсоюз» поздравляет наших спортсменов и желает новых побед! Молодцы!

Соб. инф.

На форуме можно было познакомиться с современными средствами индивидуальной защиты и прочими новинками в области охраны труда

Деловая часть программы недели охраны труда включала около 100 мероприятий с участие ведущих экспертов от официальных российских ведомств

НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА БЕЗОПАСНОСТЬ

стр. 5 <<<

Теперь будут учитываться именно те риски, которые возникают на конкретном рабочем месте, а не только в рамках профессии или должности. И работодатель должен будет не просто отчитаться о выполнении предписанных процедур, а на практике изучить реальные риски, с которыми сталкивается сотрудник, и обеспечить защиту от них, предоставить все необходимые средства безопасности – это и есть адресный подход к охране труда.

Как заметили вице-премьер Татьяна Голикова и глава Минтруда России Антон Котяков, некоторые передовые в охране труда организации подготовлены к грядущим переменам. Работая на опережение, они уже провели оценку профрисков, перешли на электронный документооборот, ведут учёт микротравм. Но большинству российских предприятий ещё только предстоит научиться работать по новым принципам. Также на сессии обсуждались международный и российский опыт государственного управления охраной труда в период пандемии, вопросы продления профессионального долголетия, методы снижения напряжённости на рынке труда.

В перерывах между дискуссиями участники Всероссийской недели охраны труда могли ознакомиться с разработками отечественных производителей. Выставочная экспозиция объединила более 50-ти компаний. На стендах были представлены как различные средства индивидуальной защиты – от одежды и обуви до кремов и санитайзеров, так и цифровые системы управления в области безопасности производства и охраны здоровья.

В рамках ВНОТ прошла специальная сессия ПАО «Газпром» совместно с Министерством труда и социальной защиты, Федеральной службой по труду и занятости и Фондом социального страхования. На ней были затронуты актуальные для нефтегазодобывающей отрасли вопросы производственной безопасности. Открытый диалог позволил компании не только получить информацию и ответы на интересующие вопросы из первых рук, но и внести свои предложения (как работодателя) по усовершенствованию законодательства.

– Для специалистов компаний Группы «Газпром» площадка Всероссийской недели охраны труда, безусловно, полезна. Газпром выступил инициатором дискуссии с представителями Министерства труда, федеральными надзорными структурами в этой области, чтобы обсудить ряд важных вопросов, – рассказывает Сергей Меньшиков, член Правления, начальник Департамента ПАО «Газпром».

Международным опытом в области охраны труда на специальной сессии ПАО «Газпром» поделились представители компаний «Винтерсхалл» и «Шелл».

Вторая часть совещания прошла в закрытом формате. На ней присутствовали представители порядка 60-ти дочерних Обществ и организаций Газпрома. Участникам представили итоги реализации Стратегии развития системы управления производственной безопасностью на период до 2021 года и рассказали о планах на будущее.

Участники ВНОТ: справа в кадре – Илья Зайнашев, заместитель главного инженера ООО «Газпром добыча Ямбург» по охране труда, промышленной и пожарной безопасности

– Реализация Стратегии позволила ПАО «Газпром» сократить общее количество происшествий и пострадавших от несчастных случаев, аварий, инцидентов и пожаров на 51 % при плановом показателе 30 %. В прошлом году принята новая Стратегия развития системы управления производственной безопасностью до 2030 года, – озвучил результаты Сергей Меньшиков.

Дальнейшее снижение негативных показателей зависит от многих факторов: это совершенствование нормативно-методического обеспечения; внедрение информационных технологий, методов цифрового, дистанционного контроля; повышение компетентности работников; внедрение риск-ориентированного подхода; развитие культуры производственной безопасности.

Сегодня в компаниях Группы «Газпром» работает 318 000 человек, и успех стратегии зависит от каждого. Но в первую очередь от позиции руководителей в вопросах безопасности от их способности повести за собой.

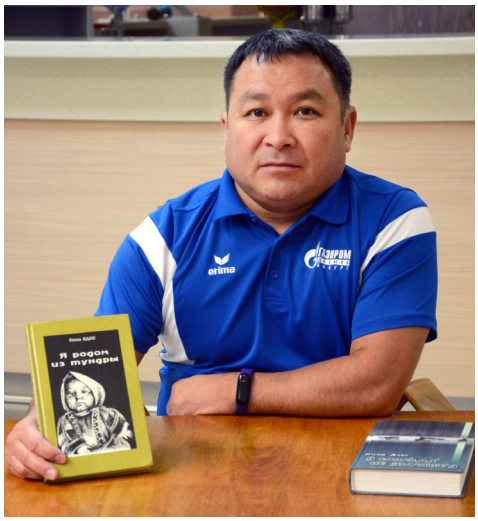
– От лидерских качеств зависит очень многое. Если первые руководители компании соблюдают требования производственной безопасности, куда входит в том числе и охрана труда, то это распространяется и на специалистов, на рабочих непосредственно на объектах. Это стимулирует их в части повышения уровня культуры безопасности, – уверен Сергей Меньшиков.

«Всероссийская неделя охраны труда» – это площадка для продуктивного обмена опытом, для знакомства с последними тенденциями и новейшими технологиями, для обсуждения перспектив. Следующая, седьмая «Всероссийская неделя охраны труда» пройдёт в апреле 2022 года, как обычно, в преддверии Международного дня охраны труда.

Неля ХАЙРУТДИНОВА
Фото Дениса КАУРДАКОВА

ПОДАРОК С ПЕРСПЕКТИВОЙ

Инструктор-методист службы по спортивно-оздоровительной работе УЭВП Вячеслав Ядне известен в посёлке Новозаполярном многим работникам нашего Общества и как замечательный специалист, и как спортсмен, и просто как приверженец здорового образа жизни. Но мы с ним познакомились ещё и с другой стороны: недавно он преподнёс в подарок профсоюзной библиотеке на Заполярном месторождении книгу писательницы Нины Ядне «Я родом из тундры». Оказывается, она его родственница.



Вячеслав Ядне подарил профсоюзной библиотеке книгу «Я родом из тундры»

– Я с удовольствием читаю книги своей тёти, Нины Ядне, сразу, как только выходят в тираж, настолько они мне дороги... Нина Николаевна и сейчас постоянно бывает в тундре, навещает многочисленных родственников и, без преувеличения, точно знает, чем сегодня живут ненцы, с какими проблемами сталкиваются и что сделать, чтобы эти проблемы решить, – рассказывает Вячеслав. *– Когда-то в Надыме мы жили в соседних домах. Там тётя занималась не только писательством, но и общественно-политической деятельностью, была депутатом народного собрания ЯНАО. Мы все очень гордимся ею – она авторитетный человек на Ямале. Для меня Нина Николаевна всегда была примером для подражания и остаётся таковой по сей день. Наша фамилия Ядне (согласно легенде) означает «идущий пешком». И наш род, соответственно той же легенде и этимологии, был обречён на бедность и вымирание. Но благодаря своим личным качествам, трудолюбию, настойчивости и упорству все члены этого рода, как говорят в народе, выбились в люди.*

Сам Вячеслав Ядне увлёкся вольной борьбой в селе Ныда. Под руководством заслуженного тренера РСФСР Василия Тулупова стал профессиональным спортсменом. Учился в Москве, потом была служба в армии. Домой вернулся уже специалистом и взялся за тренерскую работу с детьми, при этом сам продолжал участвовать в соревнованиях. Вскоре его воспитанники стали занимать призовые места на уровне ЯНАО, Уральского федерального округа, России и Европы. Сам Вячеслав дважды участвовал в составе национальной сборной в матчевых встречах с командой США «стенка на стенку». Мастер спорта России. Награждён медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени. Сегодня его первые ученики уже сами тренируют, прививая любовь к спорту подрастающему поколению. Есть чем гордиться.

Нашему предложению провести встречу на Заполярном месторождении со знаменитой родственницей Вячеслав только обрадовался:

– Думаю, Нина Николаевна с удовольствием примет ваше предложение, как только это станет возможным. Уверен, её знания как человека, не понаслышке знакомого с жизнью, традициями, историей и обычаями ненцев, будут интересны работникам нашего Общества. Как известно, ООО «Газпром добыча Ямбург» уделяет большое внимание поддержке коренных малочисленных народов Севера, сохранению их традиционного уклада жизни. И знакомство с культурой ненцев помогает решать эту задачу.

Ирина МЕДЯНКИНА,
библиотекарь ППО
Фото автора

НЕ УМЕЕШЬ – НАУЧИМ!

В ямбургском бассейне начали обучать технике плавания

Даниил Ахметов и Максим Русин на оздоровительной тренировке

– Идея, конечно, не новая. Мы и раньше оказывали методическую и практическую помощь начинающим вести активный образ жизни. У нас есть специалисты, которые могут обучать волейболу, футболу, теннису, – рассказывает Олег Пономаренко, начальник участка № 2 службы по спортивно оздоровительной работе УЭВП. *– Но тут народ такой умелый ходит, сами всё знают. А вот научиться правильно плыть изъявили желание многие. Мы только за.*

Инструктор-методист Максим Русин обладает всеми необходимыми навыками для выполнения этой задачи: сам профессиональный пловец, по специальности – тренер-преподаватель, занимался подготовкой пловцов к соревнованиям.

– Немного волновался в начале занятий. Публика разновозрастная. И опыт тоже у всех разный. Поэтому разбились на две группы. С одной группой решили, что начнём с главного: научимся правильно дышать и держаться на воде, – говорит Максим Русин. *– Другая группа сразу начала с техники разных стилей плавания. Также есть люди, которым плавание необходимо по медицинским показаниям. С ними работаем отдельно.*

Даниил Ахметов (УАиМО) проходит водную реабилитацию уже почти месяц.

– Вода – отличное вспомогательное средство для восстановления, и тренер наш хорошо знает своё дело. Так что мне просто повезло, что такая группа собралась, – делится впечатлениями Даниил Ахметов. *– Польза плавания для организма научно доказана и неоспорима. Укрепляются суставы, а мне это сейчас необходимо.*

В ямбургском бассейне четыре дорожки. И если две из них занимают обучающиеся, то на оставшихся в свободное от работы время плавают другие посетители. Мы заметили, как они прислушиваются и присматриваются к проходящим по соседству тренировкам. Максим Русин объясняет всё грамотно и понятно, внимательно следит за пловцами, мгновенно корректирует ошибки. Атмосфера дружелюбная, спокойная. В итоге случайные свидетели тренировок, наконец, решают попроситься в группу: всем ведь хочется плавать правильно.

– Об очередных занятиях договариваемся сообща, подбираем время так, чтобы каждому было удобно. Правило одно: в воду не заходим, ждём всех и начинаем с разминки «на берегу». Не стоит забывать, что перед тренировками необходима разминка, – добавляет Максим Русин.

Плавание, как и любой вид спорта, помогает отвлечься от повседневных проблем и улучшить психологическое состояние, снимает стресс. А если при этом ещё и овладеть правильной техникой, то помимо положительных эмоций, появятся навыки, которые могут пригодиться в жизни.

Валентина ПРИГОДИЧ
Фото автора

Любовь Модых и Антонина Волынская в ямбургском КСК: в конце 80-х и нынешней осенью

ЦЕНТР ПРИТЯЖЕНИЯ – СЕВЕР

Как много за полярным кругом людей, которые, приехав сюда на три года, задержались на тридцать три. Уезжая спустя столько лет подальше от холода, они уверяют, что никогда не вернутся и не пустят на эти суровые земли ни детей, ни внуков. Но фраза «никогда не говори никогда» себя оправдывает. И теперь дети и внуки тех, кто только начинал обустраивать северные месторождения, с полным правом продолжают дела своих дедов и отцов. А бывает и так, что семья всем составом попадает на край земли. Это случилось и с нашими героинями – Светланой, Антониной и Любовью.

Светлана Жарина решила рвануть на Крайний Север, когда дети выросли, а финансовой поддержки ждать было неоткуда. Да и неправильно это – ждать. Всю свою жизнь Светлана Жарина полагалась только на себя. Вот и решила попробовать силы в строящемся заполярном посёлке. Работы в ОРСе было невпроворот. Разгрузка и закладка на зиму промышленных товаров для газодобытчиков и жителей Ямбурга шла непрекращающимся потоком. А по ночам наваливалась тоска по детям, которые остались в Белоруссии. Однажды утром в дверях рабочего кабинета она увидела младшую из дочерей. Мало сказать удивилась – обомлела, думала сердце выскочит от такой бешеной радости.

– Я же телеграмму отправила, что еду, – оправдывалась вчерашняя школьница Тося перед матерью. *– Добралась благополучно, везде люди помогали: и проводили, и на вертолёт посадили. Я вам сметану доставила.*

Антонина Волынская вспоминает прошлые годы как самые счастливые. Было трудно, рабочие руки требовались везде, но общее дело сплачивало, а взаимовыручка доставляла только удовольствие.

– Помню, как увидела Ямбург из вертолёта. Деревьев нет! Представляете, каково это белоруске, выросшей среди бескрайних лесов?! Но что-то в этой картинке завораживало: просторы без края, казалось, что облака по земле плывут. И тундра разукрашена всеми цветами радуги. Ну не чудо ли!

Неугомонный весёлый характер 18-летней девушки пришёлся по душе коллективу ОРСа, и в 1988 году её зачислили в штат комплектовщиком. Потом была учёба «на земле». В это время вводился в строй культурно-спортивный комплекс Ямбурга, куда Антонина Васильевна пришла контролёром, а через небольшой период времени стала специалистом по хозяйственному обеспечению в службе по культурно-организационной работе ППО.

– Многое со временем изменилось, конечно. Понятно, что мы стали старше и воспринимаем всё иначе, но молодёжь, с моей точки зрения, приходит очень продвинутая, с другими амбициями. Хотя, может, мне это просто кажется, – улыбается Антонина Волынская. *– А ты что скажешь?* (поворачивается она к сестре).

Любовь Модых пожимает плечами, оставляя вопрос без ответа, и начинает свою историю:

– Мне было проще ехать на Север, потому что там уже были мама и сестра. По их рассказам представляла себе и посёлок, и природу, и работу. Заранее ко всему приготовилась. Уезжала, правда, не очень легко, но встретили в посёлке тепло, по-дружески. Быстро ко всему привыкла.

Северную карьеру девушка начинала комендантом-воспитателем в модуле № 4. Её «воспитанниками» были рабочие люди, каждый со своим характером.

– С ними гораздо легче, чем с детьми. Слушались, с первого раза делали всё по инструкции. Мы тогда и за порядком в комнатах следили, и за выполнением санитарного минимума жильцами, а ещё развлекательные программы придумывали, выпускали информационные бюллетени, стенгазеты, проводили дискотеки и спартакиады, – продолжает Любовь Модых. *– А потом я перешла на должность инструктора в ямбургский культурно-спортивный комплекс к Юрию Осипову, который только-только набирал сотрудников для спортивной работы. Очень часто его вспоминаем…*

С тех пор прошло 33 года. Здесь Светлана Жарина, Антонина Волынская и Любовь Модых строили свои судьбы, мечтали о собственном жилье на «большой земле». Не всё получилось, как хотелось бы, но о пройденном северном маршруте никто из женщин не жалеет.

– Мама давно живёт в Беларуси в своём родном Светлогорске. Я тоже собираюсь на заслуженный отдых. Теперь мы с мамой дождёмся Тосю, и снова будем вместе, – делится планами Любовь Модых.

Это хорошо, когда тебя любят и ждут.

Валентина ПРИГОДИЧ
Фото Светланы ЛЕБЕДЕВОЙ
и из архива Любови МОДЫХ

ИТОГИ КОНКУРСА

ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ЧИТАТЬ

С июня по сентябрь 2021 года ППО «Газпром добыча Ямбург профсоюз» проводила конкурс «Моя читающая планета», посвящённый Дню библиотек и в преддверии 35-летия со дня образования профсоюзной библиотеки. Для того чтобы стать его участником, нужно было сфотографироваться с книгами (это обязательный реквизит фотосъёмки) и передать свою работу организаторам.

В конкурсе приняли участие девятнадцать человек. Четверо из них не совсем правильно поняли задание и не раскрыли предложенную тему. Из остальных работ комиссия по организационно-профсоюзной и информационной работе ППО выбрала четыре любительские фотографии. Их авторы: Алексей Пархомов (УАиМО), Ольга Петрова (УЭВП), Наталья Иванова (ИТЦ) и Марина Гордеева (ССОиСМИ). Все победители получат специальные призы.

Соб. инф.

ПЕРВАЯ КНИЖКА

– Фото сделано в Тюмени, – рассказывает автор снимка Алексей Пархомов. *– Наша маленькая молодая семья ждёт пополнения. Каждый вечер жена читает дочке сказки, а кот взял моду забираться к ней на колени и слушать. Я решил запечатлеть один из таких уютных вечеров.*

Пожарная дружина ГП-2 несёт к водоёму мотопомпу

Ликвидация возгорания на кустовой площадке

ВО ВСЁМ ВИНОВАТ МАНИФОЛЬД

В середине сентября на Ямбургском месторождении прошла комплексная тренировка, в ходе которой были отработаны действия по локализации и ликвидации последствий аварии на опасном производственном объекте

С 2021 года подобные мероприятия проводятся в Обществе регулярно. Их цель – приобретение и закрепление работниками теоретических знаний и практических навыков, необходимых для безопасной локализации и ликвидации последствий аварий, а также периодическая проверка готовности сил и средств. В этот раз отрабатывался сценарий «Порыв трубопровода манифольдной линии эксплуатационной скважины № 2051 ГП-2 газопромыслового управления».

16 сентября в 9:10 информация с вводной о порыве (без воспламенения газа и наличия пострадавших) поступила на пульт второго промысла. На этом легенда, пожалуй, и закончилась. Далее начались реальные действия сотрудников ряда подразделений Общества, участников добровольной пожарной дружины ГП-2 и работников ООО «Пожарная охрана», имеющих право на выполнение газоспасательных работ.

Для ликвидации последствий условной аварии место порыва трубопровода оперативно было локализовано, а район предполагаемого происшествия перекрыт для проезда по прилегающей территории и автодороге. Первым на площадку прибыл пожарный расчёт отдельного поста ПЧ-1, базирующегося в вахтовом жилом комплексе КС «Ямбургская». К этому моменту поступила новая вводная: «произошло воспламенение струи газа, есть пострадавший». Реальности всему происходившему добавляли усиливающийся дождь и неоднократно менявший направление ветер.

Для ликвидации условного очага аварии была задействована пожарная автоцистерна. По сценарию, она не смогла близко подъехать к месту горения. Впрочем, длины рукавов вполне хватило, чтобы дотянуться до разбушевавшегося огня. Тушение решено было производить одновременно из нескольких пожарных магистралей.

Приехавшая пожарная дружина ГП-2, в соответствии с планом мероприятий по локализации и ликвидации последствий аварий, доставила к ближайшему водоёму переносную мотопомпу. Усилиями профессиональных пожарных условного пострадавшего эвакуировали из места воспламенения. А вскоре ликвидировали и сценарный очаг аварии. В 10:44 прозвучала команда: «Отбой!» На этом практическая часть тренировки завершилась.

В ходе заседания, состоявшегося в административном здании ГП-2, члены комиссии, в состав которой вошли руководители аппарата управления Общества, службы промышленной и пожарной безопасности, подвели итоги комплексной противоаварийной тренировки и дали оценку действиям участников.

– *Подобные мероприятия являются неотъемлемой частью обеспечения безопасной эксплуатации производственного объекта,* – объясняет Марат Акчурин, заместитель начальника ГП-2. – *Такие комплексные учения повышают практические навыки по ликвидации аварии; помогают нам организовать взаимодействие между структурами и службами, участвующими в локализации и ликвидации ЧС; позволяют выявить узкие места. Безусловно, эти тренировки полезны и необходимы.*

Светлана ЛЕБЕДЕВА
Фото автора

Пожарные эвакуируют «пострадавшего» со скважины

ПОЖАРООПАСНЫЙ ПЕРИОД МИНОВАЛ

С 17 мая по 1 октября 2021 года на лицензионных участках Общества был установлен пожароопасный период. Для подготовки к нему и успешного прохождения службой промышленной и пожарной безопасности совместно с ООО «Пожарная охрана» реализован комплекс организационных и технических мероприятий, предполагающих участие практически всех подразделений Общества.

Проводились проверки автотракторной техники, пожарно-технического оборудования, вооружения, первичных средств пожаротушения и средств связи, были организованы занятия с добровольными пожарными дружинами, осуществлялся контроль над проведением пожароопасных работ, выполнялось патрулирование лицензионных участков пожарными подразделениями на автомобилях повышенной проходимости, проводились противопожарные инструктажи.

Итоговым экзаменом подготовительных мероприятий стали комплексные практические тренировки по отработке действий при возникновении природных пожаров на Ямбургском и Заполярном месторождениях с мобилизацией всех привлекаемых сил и средств как Общества, так и подрядных организаций.

Подводя итог, можно сказать, что благодаря совместной работе и профилактическим мероприятиям удалось не допустить возникновение природных пожаров на лицензионных участках Общества.

Вадим ШАЧИН, Андрей ТУРЛАКОВ,
ведущие инженеры СПиПБ

ЗАСТРАХОВАТЬСЯ МОЖНО ДО КОНЦА ГОДА

Страховая компания СОГАЗ продолжает работу по программе «Высокие медицинские технологии» (ВМТ). Застраховаться на 2022 год можно до 24 декабря 2021 года. После указанной даты страхование осуществляться не будет.

Страхованию подлежат работники Общества и члены их семей, являющиеся гражданами РФ, при этом член семьи работника может быть застрахован при условии, что работник застрахован сам.

Обратите внимание, что страховое событие, впервые выявленное, возникает в период действия страхового договора. Срок действия договора ВМТ – с 31.12.2021 по 30.12.2022.

Подробную информацию о программе можно найти на интранет-портале Общества в разделе медицинской службы. Для этого нужно перейти по ссылке «Страхование персонала» и открыть директорию «Высокие медицинские технологии».

ПОРЯДОК СТРАХОВАНИЯ

1. Автоматически сформировать заявление ВМТ у ответственных в своём структурном подразделении либо самостоятельно. Для этого нужно открыть интранет-портал, перейти в боковом меню по ссылке «Web-приложения» и кликнуть на значок «Заявка на отдых». Далее в верхнем меню выбрать «Заявка на ВМТ». Откроется таблица, где в столбце «Заявление на ВМТ» можно сформировать бланк для себя и членов семьи. При оплате через бухгалтерию там же можно сформировать заявление на удержание страховой премии (один бланк на всех застрахованных).

Просьба использовать бланки нового образца, в связи с ежегодными изменениями реквизитов и условий страхования.

2. Выбрать способ оплаты из предложенных вариантов (см. ниже).

3. Все заявления (в зависимости от способа оплаты) передать на регистрацию в своё структурное подразделение. Работники администрации в Новом Уренгое регистрируют документы в медицинской службе (каб. 209 Б).

4. Только зарегистрированные в программе документы централизованно по реестру передаются ответственными за ВМТ в медицинскую службу Общества (Новый Уренгой, административный центр, каб. 209 Б) для дальнейшей обработки.

СПОСОБЫ ОПЛАТЫ

Есть два способа оплатить страховую премию в СОГАЗ.

1. Перечисление через бухгалтерию Общества

Для этого необходимо два вида заявления:

– заявление по ВМТ (на каждого застрахованного отдельно) с обязательным указанием e-mail работника;

– заявление на удержание страхового взноса через бухгалтерию Общества (один бланк на всех застрахованных) с вычетом из заработной платы (нужно выбрать месяц, в котором будет удержан взнос: октябрь, ноябрь или декабрь).

2. Через СМС-сообщение посредством онлайн-системы PAYMO

Для этого необходимо заявление по ВМТ (на каждого застрахованного отдельно) с обязательным указанием актуального номера телефона, действующего на территории России, и e-mail.

Заявления регистрируются у ответственных в своём структурном подразделении.

После обработки в АО «СОГАЗ» в течение месяца работнику на указанный в заявлении телефонный номер поступит СМС со ссылкой для перехода в онлайн-систему «PAYMO» (количество ссылок равно количеству застрахованных).

Необходимо перейти по активной ссылке, ввести номер телефона, данные банковской карты и произвести оплату.

Ссылка действительна в течение двух календарных дней. В случае если работнику не удалось произвести оплату в течение этого времени, необходимо написать на электронную почту VMT25@sogaz.ru просьбу направить повторную ссылку на оплату или позвонить по телефону 8 (3494) 92-51-80 (вн. 124).

ЧТО В ИТОГЕ?

Страхование осуществляется электронно, итоговая информация будет размещена в списке застрахованных на 2022 год на интранет-портале ООО «Газпром добыча Ямбург» в разделе медицинской службы. Чтобы ознакомиться с документом, нужно перейти по ссылке «Страхование персонала» и открыть директорию «Высокие медицинские технологии».

Информацию по ВМТ также можно получить у сотрудников новоуренгойского филиала АО «СОГАЗ»:

– Камила Заурбековна Абдулвагапова, начальник отдела розничных продаж, телефон: 8 (3494) 92-51-80 (вн. 124), e-mail: VMT25@sogaz.ru;

– Альмира Рамильевна Резяпова, директор филиала, телефон: 8 (3494) 92-51-80, (вн. 111).

Медицинская служба

РАЗМЕР СТРАХОВОЙ ПРЕМИИ

	До 16 лет включительно (по состоянию на 01.01.2021)	До 50 лет включительно, по состоянию на 01.01.2021)	Старше 50 лет
Работник и члены его семьи	2 000 руб.	4 000 руб.	5 000 руб.

К ЧЛЕНАМ СЕМЬИ РАБОТНИКА ОТНОСЯТСЯ:

– супруг (супруга);

– дети в возрасте до 18-ти лет;

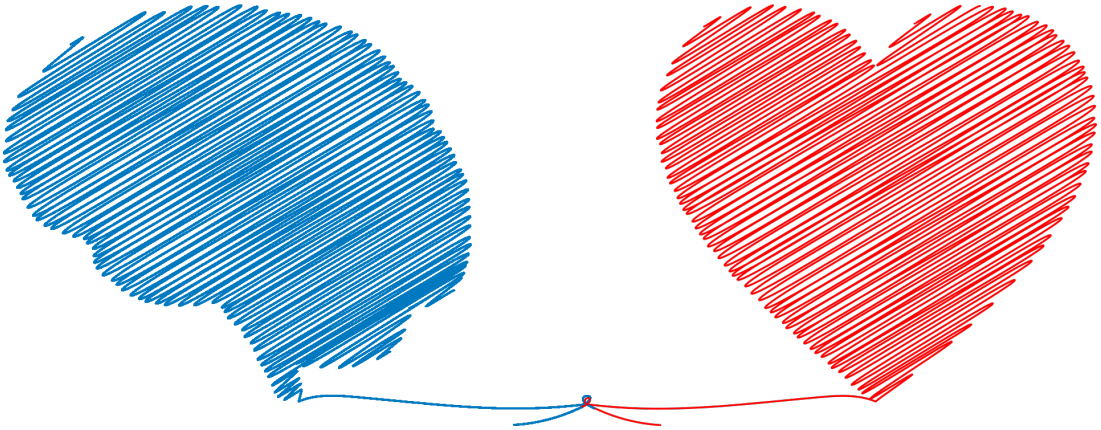
– дети, обучающиеся в образовательных учреждениях по очной форме обучения, в возрасте до 24-х лет;

– дети, являющиеся нетрудоспособными инвалидами, независимо от возраста;

– родители, являющиеся неработающими пенсионерами, по достижении пенсионного возраста;

– родители, являющиеся нетрудоспособными инвалидами, независимо от возраста.

СКРЕПЯ СЕРДЦЕ: КАК ПОМОЧЬ ГЛАВНОЙ МЫШЦЕ НАШЕГО ОРГАНИЗМА



Здоровье сердца в первую очередь зависит от нашего мозга – от нашего настроения и образа жизни

Сердцу приписывают всевозможные свойства – оно и волнуется, и замирает, и трепещет, и поёт… На самом деле это хорошо устроенный «мотор» для снабжения организма кровью. Вся жизнедеятельность заканчивается с остановкой сердца. И его поэтические свойства блёкнут перед истинным предназначением. А для того чтобы сердце служило человеку, оно должно оставаться здоровым.

ЭКГ НЕ ПРЕДСКАЗЫВАЕТ БУДУЩЕЕ

Устроено сердце удивительно надёжно. И работает оно адекватно окружающей человека действительности, тонко подстраиваясь под ежеминутные потребности организма. Нет другой поперечнополосатой мышцы, которая работала бы непрерывно, не уставая, день и ночь, каждую секунду. Отдыхает сердце в короткие промежутки между сокращениями. И так до сотни лет. Конечно, и сердце стареет вместе с организмом, но есть множество факторов, которые ускоряют старение и преждевременную гибель сердца. Эти факторы хорошо известны каждому человеку, и тем не менее они сопровождают нас постоянно и играют свою губительную для сердца роль. Кроме генетических поломок и инфекционных воздействий, которые трудно прогнозируются, это знакомые всем: повышенное артериальное давление, неблагоприятный холестерин, низкая физическая активность, курение, переедание и связанное с этим ожирение – настоящая эпидемия, пострашнее коронавируса.

Самый частый вопрос, который работники задают кардиологу во время медосмотра: «А как там моя кардиограмма?». Услышав, что всё в порядке, люди облегчённо выдыхают. Да, электрокардиограмма действительно констатирует наличие или отсутствие патологии сердца, но только на сегодняшний момент. Прогностическим даром ЭКГ не обладает и констатирует происходящее постфактум. Иначе говоря, можно сейчас записать плёнку без изменений, а через время получить сердечный приступ и ЭКГ станет патологической.

Поэтому, увидев нормальную ЭКГ, не стоит успокаиваться. Спрогнозировать будущее сердечное страдание или риск заболевания можно только оценив, как и чем живёт человек.

СЕМЬ СМЕРТНЫХ ФАКТОРОВ

В настоящее время выделены семь ведущих факторов риска, определяющих преждевременную смертность:

– повышенное кровяное давление;

– повышенное содержание холестерина в крови;

– курение;

– недостаточное потребление овощей и фруктов;

– ожирение;

– злоупотребление алкоголем;

– малоподвижный образ жизни.

Все эти факторы риска можно контролировать. Но такая работа должна стать нормой жизни, ежедневным мероприятием.

КОНТРОЛИРУЕМ ДАВЛЕНИЕ

Если выявлено повышенное давление крови, а изменение образа жизни (увеличение физической активности, ограничение поваренной соли в пище, коррекция веса, профилактика стресса) не приводят к нормализации давления, следует очень быстро начать приём медицинских препаратов, пока сосуды не изменили свою структуру под влиянием гипертонии, а сохранность сосудов – главный фактор здоровья. Именно по артериям большим и малым течёт кровь, несущая кислород и глюкозу клеткам, – основу жизни органов и тканей. Клинические исследования показали, что снижение систолического артериального давления на 10 мм рт. ст. или диастолического артериального давления на 5 мм рт. ст. связано с 20-процентным снижением риска сердечно-сосудистых событий.

СЛЕДИМ ЗА ХОЛЕСТЕРИНОМ

Рука об руку с повышенным артериальным давлением идёт неблагоприятный холестерин. Это два главных вредителя для сосудов. Они, как катализаторы, ускоряют деградацию артерий, делая их стенки плотными, не способными в нужное время расшириться и увеличить ток крови. А в дальнейшем отложение холестерина может привести к закупорке сосуда, что ведёт к омертвлению клеток и тканей – инфаркту в сердце, головном мозге, почках.

Если у Вас определили повышение уровня холестерина, а при ультразвуковом исследовании выявили изменения в сосудах, то наряду с диетой следует начать приём статинов. Эти препараты доказали свою защитную и спасительную для сосудов роль. Так снижение уровня «вредного» холестерина на 30-40 % от исходного значения уменьшает риск развития сердечно-сосудистых событий более чем на 30 %. Мифы о вреде статинов давно уже научно развенчаны.

ИЗБАВЛЯЕМСЯ ОТ ЛИШНЕГО ВЕСА

Ожирение становится очень распространённым среди всех слоёв населения. Связано оно прежде всего с чрезмерным (по сравнению с энергозатратами) употреблением калорийной пищи. Сам по себе накопленный на животе жир становится фактором, усугубляющим нарушение обмена веществ. Человек с увеличенным объёмом талии попадает в «метаболический капкан» – он испытывает чувство голода, даже плотно подкрепившись, и вынужден подъедать ещё, наращивая запасы жира. Всегда при этом повышается уровень глюкозы крови, и в конечном счёте развивается сахарный диабет – третий важнейший фактор гибели сосудов. По данным Всемирной организации здравоохранения, более 75 % больных сахарным диабетом второго типа умирают вследствие сосудистых катастроф. Разорвать порочный круг может увеличение физической активности и использование фармакологических препаратов, улучшающих обмен глюкозы.

ОТКАЗЫВАЕМСЯ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

Злоупотребление алкоголем обладает токсическим действием на клетки сердца, иногда вплоть до тяжёлой сердечной недостаточности. Здесь выходом является полный отказ от алкоголя.

Смолы и компоненты табачного дыма являются значимым фактором повреждения сосудистой стенки, наряду с холестерином и повышением артериального давления.

Принимая во внимание всё сказанное, в идеале, получив от рождения здоровое сердце, с первых лет надо следовать правилам здорового образа жизни. И тогда сердце прослужит вам долго.

Будьте здоровы!

Марина СТАРОСТИНА, врач-терапевт участковый поликлиники № 2 МСЧ

ОСЕННИЙ ПИР НА ЗАПОЛЯРНОМ

В один из последних дней сентября столы и прилавки магазинов, столовых, буфетов на ЗНГКМ засветились непривычно яркими красками. Как будто сама осень, богатая и роскошная, заявилась непрошенным гостем и стояла у входа, протягивая посетителям горсти того и этого – спелого, ало-сладкого, вязко-терпкого…

Двадцать третьего сентября, согласно плану единых тематических дней, в филиале «Ямальское управление по организации общественного питания» ООО «Газпром питание» состоялась акция «Осенний пир». Она затронула все столовые, кулинарии и магазины Заполярного месторождения.

– Осень – это праздник урожая. Это время года, когда все кладовые заполняются овощами и фруктами, когда столы ломятся от изобилия даров природы. Во всех столовых – и в посёлке Новозаполярном, и на промыслах – были накрыты тематические столы, в меню превалировали блюда из овощей, фруктовые салаты и десерты, соки, компоты и так далее. Строгих требований к работникам торговых точек не предъявлялось: каждое заведение в этот день приглашало людей на свой осенний пир, – рассказывает Татьяна Алфёрова, начальник торгового отделения филиала «Ямальское управление по организации общественного питания» ООО «Газпром питание».

Злаки, сухоцветы, веточки с ягодами, физалис украсили вкусные осенние композиции на прилавках буфетов и магазинов. Витаминизированные гусеницы, мышки, ёжики мирно соседствовали с арбузами, дынями и баклажанами. Витрины привлекали буйством красок и будоражили изменчивостью настроения. Быстротечны, как сама осень, они, к сожалению, просуществовали совсем недолго.

Следующий праздник – «Госпожа Тыква» – намечен у ямальского филиала «Газпром питания» на конец октября.

Виолетта ДЕНИСОВА
Фото автора

ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ВЕЛИКОЛЕПНАЯ СЕМЁРКА ИГРАЕТ В ПИНГ-ПОНГ

Спортивная жизнь в посёлке Новозаполярном робко начала выходить из ковидного оцепенения. Первого октября, в день рождения Общества «Газпром добыча Ямбург», здесь состоялось личное первенство среди работников структурных подразделений предприятия на ЗНГКМ по настольному теннису. Соревнования были организованы с соблюдением всех противоэпидемических норм и ограничений, в том числе проходили без зрителей.

Несмотря на полуторагодовой перерыв, связанный с запретом массовых мероприятий, спортсмены для участия в личном первенстве по настольному теннису в спортивном зале модуля № 2 собрались, что называется, по первому зову. В основном – знакомые всё лица: лыжники, гиревики, пловцы… Инструктор-методист участка № 3 службы по спортивно-оздоровительной работе УЭВП и главный судья данных соревнований Ольга Кадргулова не удивлена:

– Если спорт уже завладел твоей жизнью, то остановиться на каком-то одном виде трудно: пробуешь и то, и это. Без активности чувствуешь себя не в своей тарелке. Все участники сегодняшних соревнований посещали спортивный зал, играли в теннис, занимались физподготовкой. Не было бы данного мероприятия, они бы нашли, чем себя занять в зале нынешним вечером.

К участию в личном первенстве по настольному теннису были допущены семеро мужчин. Все имеют прививочный сертификат. Трое из них работают в УМТСиК, двое – в ЯРЭУ, и по одному представителю – из УТТиСТ и УЭВП. Соревновались по круговой системе, то есть каждый сыграл с каждым.

Небыстро, но доброжелательно, с шутками-прибаутками, без обид и разочарований определили победителей. На первом месте Владимир Шумилов (водитель автоколонны № 9 УТТиСТ), на втором Владимир Широков (электромонтёр по ремонту аппаратуры, релейной защиты и автоматики ЯРЭУ), на третьем Сергей Нестеров (грузчик участка по хранению и реализации ГСМ, метанола и химикатов УМТСиК).

Получили заслуженные грамоты и медали, сфотографировались. Выразили солидарное мнение: надо чаще встречаться!

Евгения ЕФРЕМОВА
Фото автора

Учредитель – ООО «Газпром добыча Ямбург». Издатель – ООО «Газпром добыча Ямбург». 629306, ЯНАО, г. Новый Уренгой, ул. Геологоразведчиков, 9. Главный редактор А.Ю. Шихер. Газета зарегистрирована 14.04.2008 г. в Управлении ФСНСМКСОКН по Тюменской области и ЯНАО. Рег. ПИ № ФС72-0918Р. Адрес редакции: 629740, ЯНАО, Надымский р-н, п. Ямбург, культурно-спортивный комплекс. Адрес в интрасети: https://portal01/Enterprise/Media/ShowAllPuls. E-mail: gazeta@yamburg.gazprom.ru. Телефоны: (3494) 96-37-98, 96-96-89, 96-80-84. Корпункт в Новозаполярном: 96-26-11. Газета подписана в печать: по графику – в 12.00, фактически – в 12.00. Отпечатана в типографии ООО «Газпром добыча Ямбург». 629740, ЯНАО, Надымский р-н, п. Ямбург, ФЖК-400. Заказ № 544. Тираж – 1 500. Бесплатно.