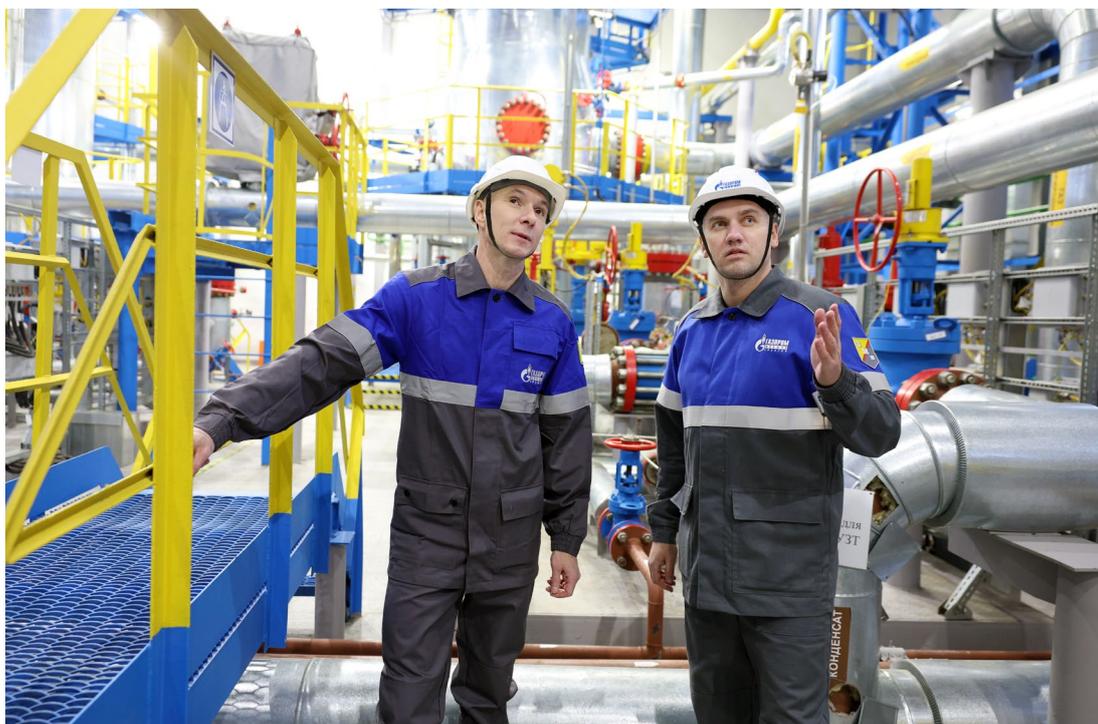


ИНЖЕНЕРНЫЕ ИДЕИ – В ПЕРСПЕКТИВНЫЕ ПРОЕКТЫ



Главный механик – начальник отдела главного механика Газпромышленного управления по разработке ачимовских отложений Евгений Ермилин и ведущий инженер по КИП и А отдела автоматизации, телемеханизации, связи, информационно-управляющих систем и метрологии филиала Евгений Рыкалов осматривают технологическое оборудование газоконденсатного промысла № 21. Фото Владимира БОЙКО

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:



СЕВЕР БЕЗ ОПАСНОСТИ: ОБЩЕЕ ДЕЛО

Учения
стр. 3



В РИТМЕ ТАНЦА

«Уренгойский вальс»
стр. 8

НОВОСТИ

ГODOVOE ОБЩЕЕ СОБРАНИЕ АКЦИОНЕРОВ ПАО «ГАЗПРОМ» СОСТОИТСЯ 26 ИЮНЯ 2025 ГОДА

Список лиц, имеющих право на участие в собрании акционеров, будет составлен на основании данных реестра акционеров ПАО «Газпром» на конец операционного дня 2 июня 2025 года.

Совет директоров включил в повестку дня собрания акционеров следующие вопросы:

- утверждение годового отчета Общества;
- утверждение годовой бухгалтерской (финансовой) отчетности Общества;
- утверждение распределения прибыли Общества по результатам 2024 года;
- о размере дивидендов, сроках и форме их выплаты по итогам работы за 2024 год и установлении даты, на которую определяются лица, имеющие право на получение дивидендов;
- назначение аудиторской организации Общества;

- о выплате вознаграждений за работу в составе Совета директоров членам Совета директоров, не являющимся государственными служащими, в размере, установленном внутренними документами Общества;

- о выплате вознаграждений за работу в составе Ревизионной комиссии ее членам, не являющимся государственными служащими, в размере, установленном внутренними документами Общества;

- о досрочном прекращении полномочий членов Совета директоров Общества;

- избрание членов Совета директоров Общества;

- избрание членов Ревизионной комиссии Общества.

Совет директоров утвердил список кандидатур для голосования на собрании акционеров

по выборам в Совет директоров ПАО «Газпром»:

- **Акимов Андрей Игоревич** – Председатель Правления «Газпромбанк» (АО);

- **Алиханов Антон Андреевич** – министр промышленности и торговли Российской Федерации;

- **Зубков Виктор Алексеевич** – специальный представитель Президента РФ по взаимодействию с Форумом стран-экспортеров газа;

- **Максимцев Игорь Анатольевич** – ректор федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Санкт-Петербургский государственный экономический университет»;

- **Маркелов Виталий Анатольевич** – заместитель Председателя Правления ПАО «Газпром»;

- **Мартынов Виктор Георгиевич** – ректор «Российского

государственного университета нефти и газа (национальный исследовательский университет) имени И.М. Губкина»;

- **Миллер Алексей Борисович** – Председатель Правления ПАО «Газпром»;

- **Новак Александр Валентинович** – заместитель Председателя Правительства РФ;

- **Патрушев Дмитрий Николаевич** – заместитель Председателя Правительства РФ;

- **Серета Михаил Леонидович** – первый заместитель генерального директора ООО «Газпром экспорт»;

- **Цивилев Сергей Евгеньевич** – министр энергетики РФ.

Совет директоров утвердил список кандидатур для голосования на собрании акционеров по выборам в Ревизионную комиссию ПАО «Газпром».

Управление информации ПАО «Газпром»

В ЧИСЛЕ ПЕРВЫХ

Руководство Общества «Газпром добыча Уренгой» во главе с генеральным директором предприятия Александром КОРЯКИНЫМ почтило память Баязетдина АХМЕТШИНА, приняв участие в церемонии возложения цветов к бюсту первопроходца в поселке Новозаполярном. Почетного работника газовой промышленности не стало три года назад – 1 февраля 2022 года.

Сразу после окончания Уфимского нефтяного института в 1976 году Баязетдин Саяхетдинович по распределению попал в «Надымгазпром», где начал свою трудовую деятельность с должности помощника бурильщика. Вскоре переквалифицировался в операторы по добыче нефти и газа. Вместе с Сергеем Пашиным с газового промысла № 2 Медвежьего месторождения перевелся на Уренгой. Здесь Баязетдин Ахметшин участвовал в запуске УКПГ-1. Набравшись опыта, на этом же объекте молодой специалист быстро получил должности сменного и старшего инженера, заместителя начальника и начальника цеха. С выходом газового промысла № 1 на плановый режим работы Баязетдину Саяхетдиновичу доверили руководство строительством УКПГ-9.

В 1985 году началась новая трудовая глава – теперь на Ямбургском месторождении, где Баязетдин Ахметшин вновь был среди первых. В «Ямбурггаздобыче» он прошел профессиональный путь от начальника ПДС до заместителя генерального директора по производству. В 2019 году вышел на заслуженный отдых.

43-летняя трудовая биография Баязетдина Саяхетдиновича

– яркий пример безграничной преданности делу. Талантливый производственник и прирожденный лидер участвовал в разработке ключевых для всей страны газовых и газоконденсатных месторождений – Медвежьего, Уренгойского, Ямбургского, Новозаполярного. Отмечен орденом Почета, медалями «За трудовое отличие», «За вклад в развитие газового дела в России», нагрудным знаком «Отличник Министерства газовой промышленности», Почетной грамотой Министерства энергетики РФ и многими другими отраслевыми наградами. Он действительный член Академии горных наук РФ, почетный работник газовой промышленности, ветеран ООО «Газпром добыча Ямбург» и ПАО «Газпром».

– *Время не стоит на месте, поколения газодобытчиков сменяют друг друга. Но основа, заложенная в нашем производстве первопроходцами, должна сохраняться. И очень важно, что устоявшиеся добрые традиции находят успешное продолжение,* – отметил генеральный директор ООО «Газпром добыча Уренгой» Александр Корякин.

Сергей ЗЯБРИН

Фото из архива ССО и СМИ ■



Баязетдин Ахметшин. 2005 год



На производстве. 2010 год



Участники церемонии возложения цветов к бюсту прославленного газодобытчика. 2025 год

СЕВЕР БЕЗ ОПАСНОСТИ: ОБЩЕЕ ДЕЛО

В Ямало-Ненецком автономном округе прошли межведомственные учения по ликвидации и локализации чрезвычайной ситуации. Мероприятие состоялось при содействии Общества «Газпром добыча Уренгой» – на базе предприятия проведено представительное совещание, посвященное теме защиты от чрезвычайных ситуаций Арктической зоны Российской Федерации в пределах территории региона (на снимке).



Учения организованы по поручению президента России во всех десяти северных субъектах нашей страны – от Республики Карелия до Чукотского автономного округа.

– Главная задача учений – понять, какие силы и средства выдержат практические условия. Это испытание и вздоходов, и другой техники. После прохождения, по сути, исследовательских работ будут приниматься решения о постановке к нам на снабжение особо проходимой, пригодной для арктических условий техники, – пояснил заместитель министра МЧС России Роман Курьинин.

Ямал является базовой площадкой для нескольких дочерних компаний ПАО «Газпром», поэтому значимость сотрудничества энергетического концерна с ответственными государственными структурами невозможно переоценить.

– Взаимодействие «Газпрома» с Министерством по чрезвычайным ситуациям основано в первую очередь на общей ответственности за безопасность как на предприятиях, так и в целом в регионах, в которых мы присутствуем. Оно базируется на том соглашении, которое было подписано на Петербургском международном газовом форуме осенью прошлого года, и предполагает научное, инновационное, техническое сотрудничество, а также меры

по совместному реагированию на различные нештатные ситуации, – сказал заместитель начальника Департамента – начальник Управления ПАО «Газпром» Дмитрий Пономаренко.

За слаженностью действий органов управления, сил и средств ПАО «Газпром» при локализации и ликвидации газового фонтана в рамках учений участники мероприятия внимательно следили в режиме телемоста между «Газпром добыча Уренгой» и Бованенковским месторождением. Дмитрий Пономаренко пояснил:

– Это месторождение выбрано потому, что перед нами стояла задача отработать взаимодействие именно в сложнейших арктических условиях – при низких температурах и метелях. Следовало посмотреть, как работает новейшая техника, способна ли она решать те задачи, которые перед ней поставлены. Ну а люди у нас традиционно не подводят.

В ходе учений были реализованы сценарии действий единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. На Бованенковском месторождении все прошло по плану: газовый фонтан локализован, условный пожар на нефтебазе потушен. Роман Курьинин констатировал, что коллеги отработали максимально эффективно для устранения последствий подобной техногенной ката-

строфы. И специалисты, и техника готовы к действиям в любых погодных условиях.

Кроме того, участники мероприятия побывали на экскурсии в ведомственной пожарной части ГКП-21 Газопромыслового управления по разработке ачимовских отложений, которая вот уже несколько лет позволяет на высоком уровне обеспечивать эффективную противопожарную защиту производственных объектов компании. В роли гида для гостей выступил заместитель главного инженера по охране труда, промышленной и пожарной безопасности ООО «Газпром добыча Уренгой» Михаил Ясинский, который рассказал о техническом оснащении огнеборцев:

– Пожарная техника укомплектована тепловизорами, имеет соответствующее оборудование для защиты бойцов от опасных факторов ЧС, в том числе комплекты для резки проводов, средства индивидуальной защиты для работы в электроустановках, спасательные веревки, носилки для эвакуации пострадавших, дыхательные аппараты, запасные баллоны и многое другое.

Особенность этой части – полная автономия. Здесь впервые применена технология, согласно которой в случае срабатывания сигнализации на промысле без участия диспетчера активируется сигнал тревоги в пожарной части, а также в автоматическом режиме включаются освещение и система отвода выхлопных газов от двигателя пожарного автомобиля. Чтобы получить информацию о работе систем производственной безопасности, диспетчерская пожарной части оборудована ЭВМ, на мониторе которой отображаются данные о функционировании систем защиты в онлайн-режиме.

В рамках «Безопасной Арктики» возле здания администрации Нового Уренгоя была организована масштабная выставка техники, используемой при ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Во время учений были успешно отработаны информационное взаимодействие между штабами различных уровней и профильными подразделениями «Газпрома» и МЧС России, способы применения различной техники, практические действия при проведении аварийно-спасательных работ в суровых условиях Арктики. Результаты учений будут учтены при дальнейшем совершенствовании мер безопасности на промышленных объектах, расположенных в районах Крайнего Севера.

Александр БЕЛОУСОВ
Фото Владимира БОЙКО



Дмитрий Пономаренко и Роман Курьинин дали интервью ямальским СМИ



Четкая и слаженная работа спасателей. Фото с сайта gazprom.ru

ЧЕЛОВЕК ПРОИЗВОДСТВА

Последний день января стал последним рабочим днем для заместителя начальника производственного отдела по добыче и подготовке к транспорту газа администрации Общества «Газпром добыча Уренгой» Андрея ПРИСТАНСКОГО (на снимке). Опытнейший специалист, чей трудовой стаж на предприятии превысил тридцать три года, вышел на заслуженный отдых. Теперь его дело продолжают младшие коллеги, для которых ветеран служит примером профессионализма, надежности и добросовестного отношения к делу.

Андрей Григорьевич родился и вырос в Чечено-Ингушской АССР, а во второй половине прошлого века этот регион являлся одним из крупнейших в стране в плане добычи и переработки углеводородов. Поэтому выбор жизненного пути для юноши стал не слишком сложным – он изучал специальность «Геология нефти и газа» в Грозненском нефтяном институте. В 1990 году студент проходил практику в «Уренгой-газпроме» на Крайнем Севере, хорошо проявил себя и год спустя, вскоре после вручения диплома, как молодой специалист получил вызов на работу в Уренгойское газопромышленное управление.

– У меня до сих пор сохранился первый трудовой договор с родным предприятием, – делится ветеран. – В нем указано, что Общество обязуется не только предоставлять мне работу, но и в течение двух лет после трудоустройства обеспечить изолированную квартиру. И это условие договора было выполнено. Впрочем, как и все социальные обязательства «Газпром добыча Уренгой» – за три с лишним десятилетия они никогда не нарушались.

Свою трудовую карьеру Андрей Пристанский начал с должности оператора по исследованию скважин. Забегая вперед, отметим, что он на всю жизнь остался патриотом родного предприятия, и его трудовая книжка содержит всего четыре записи о приеме и переводах по службе.

Способный парень был настроен на развитие, на рост в профессиональном плане, поэтому уже через два года он перешел в руководящий состав и стал мастером по исследованию скважин геологической службы УГПУ. Здесь перед глазами молодого специалиста были все проблемы, возникавшие в газодобыче, и пути их решения, которые искали и производственники, и сотрудники отраслевых научно-исследовательских институтов. У Андрея Григорьевича появлялись свои оригинальные идеи, он начал заниматься наукой, включился в коллективные разработки.

– Значимый патент – это всегда групповая работа, – говорит собеседник. – У каждого в команде своя функция: одни занимаются отдельными аспектами проекта, другие сводят их воедино, третьи



адаптируют теорию к производству. Сумма усилий приводит к нужному результату. К примеру, еще в конце 90-х в Обществе была внедрена система «Поток», обеспечивающая контроль за выносом механических примесей из скважин. Ее потом применяли в течение многих лет, с успехом демонстрировали на зарубежных выставках.

В 2000 году Андрей Пристанский был переведен в Аппарат управления предприятия. Производственный отдел по добыче и подготовке к транспорту газа, ключевой в структуре компании, стал его местом работы на четверть века. В служебные задачи уже опытного специалиста входили диагностика, обслуживание и ремонт основных фондов.

– В зоне ответственности нашего подразделения находит-

ся контроль за всем процессом движения газа: его извлечение из недр, доведение на промысле до кондиции, в которой он может перемещаться по трубам межпромышленного коллектора, доставка по трубопроводам до точки, где газ переходит в зону ответственности транспортных «дочек» ПАО «Газпром», – поясняет Андрей Григорьевич. – Таким образом, мы отвечаем за выполнение производственных планов Общества.

Кроме того, я занимался организацией работы по ликвидации, консервации, расконсервации основных фондов, взаимодействовал по данным вопросам с «Газпромом». Это не слишком заметная, но очень объемная задача, требующая кропотливого оформления разнообразной документации.



1996 год. Сотрудники геологической службы УГПУ – мастер по исследованию скважин Андрей Пристанский и геолог Геннадий Сытник

На протяжении всей карьеры Андрей Пристанский оставался активным рационализатором и инноватором. Он входит в коллектив авторов патента «Способ освоения и запуска низкодебитных газоконденсатных скважин». А в октябре прошлого года в составе группы коллег удостоился премии имени Н.К. Байбакова за большие достижения в решении проблем устойчивого развития энергетики и общества. Награда вручена за проект «Разработка технологии и технических средств по эксплуатации газовых скважин по концентрическим лифтовым колоннам». В нем описаны процессы, способствующие обеспечению плановых показателей добычи газа на поздней и завершающей стадиях разработки Уренгойского нефтегазоконденсатного месторождения в условиях снижения их дебита, низких пластовых давлений и подъема газовой воды контакта.

– Я трудился со многими выдающимися коллегами – Александром Дудовым, Валерием Марининым, Николаем Цветковым, Вячеславом Григорьевым, о каждом из них хочется сказать добрые слова, – отмечает Андрей Григорьевич. – Стараниями таких профессионалов «Газпром добыча Уренгой» стал той сильной и надежной компанией, которой является сегодня. Надеюсь, в этом есть и мой скромный вклад.

И ветераны знают, что у них – достойная смена. В нашем отделе подобран отличный коллектив, все специалисты высокого уровня, им по плечу любые задачи. Да и в целом молодежь в Обществе способная, знания и желание трудиться у нее имеются, а опыт неизбежно придет.

– Всегда жаль, когда коллектив покидают специалисты такого уровня. На протяжении десятилетий Андрей Григорьевич являлся примером настоящего профессионала, принципиального и целеустремленного, не считавшегося с личным временем при выполнении поставленных задач. В то же время это жизнерадостный человек, обладающий хорошим чувством юмора и широким кругозором. Желаю, чтобы наш ветеран сохранил присущий ему оптимизм и на новом этапе своей жизни, – поделился заместитель генерального директора по производству ООО «Газпром добыча Уренгой» Максим Дмитриев.

Александр БЕЛОУСОВ
Фото Владимира БОЙКО
и из архива респондента

ВМТ В ДЕЙСТВИИ

Реализация программы АО «СОГАЗ» «Высокие медицинские технологии» началась в компании «Газпром добыча Уренгой» десять лет назад – в 2015-м. За прошедшее время этой страховой помощью воспользовались 1 413 человек – работники предприятия и их близкие. И если в первое время таких случаев было порядка 70-80 в год, сейчас – практически в два раза больше. Конечно, страхование не снижает риск возникновения болезни, но при необходимости предоставляет доступ к современным медицинским технологиям как в диагностике, так и в лечении, покрывая немалые финансовые расходы. Вы все еще не заключили договор?

КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Программа «Высокие медицинские технологии» является дополнением к коллективному договору добровольного медицинского страхования и включает в себя дорогостоящее лечение, которое не покрывается стандартным полисом ДМС. Ее действие распространяется на выявленные во время действия страхового периода онкологические заболевания, ряд травм, в том числе ожоговые и черепно-мозговые, на прогрессирующие состояния в офтальмологии, на болезни крови и органов пищеварения, патологии, требующие проведения кардиохирургических операций, трансплантации органов и тканей, эндопротезирования суставов и клапанов, нейрохирургических операций с установкой стабилизирующих металлоконструкций, а также операций по направлениям общей, абдоминальной и торакальной хирургии. В страховой пакет входят лабораторно-поликлиническое и стационарное медобслуживание, что включает в себя диагностические исследования, физиотерапевтическое и медикаментозное лечение, операции со всеми расходными материалами, реанимацию, лучевую и химиотерапию, реабилитационно-восстановительное лечение, а также пребывание в стационаре, уход и питание. Сколько стоит такой набор медицинского сопровождения, могут представить все.

А теперь важный момент: страховой взнос на сегодняшний день составляет пять тысяч рублей в год. И за эту сумму в случае необходимости человек получает современную технологичную медицинскую помощь в передовых российских клиниках на сумму в полтора миллиона рублей с возможностью пролонгации договора без прерывания лечебного процесса. Иными словами, если финансовый лимит израсходован, а лечение необходимо продолжать, средства для этого будут выделены.

Еще один плюс программы заключается в том, что работник Общества «Газпром добыча Уренгой», если застрахован сам, может также оформить договоры на детей, супругу или супруга.

ВАЖНО БЫТЬ ГОТОВЫМ К ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ

За 2024 год количество страховых случаев составило 148. Как отмечают специалисты медицинской службы Общества, чаще всего это вновь выявленная онкология, на втором месте – патологии сердечно-сосудистой системы.

– Я каждый год продлеваю договоры по программе ВМТ на себя и своих близких, – говорит начальник медицинской службы при администрации Общества Владимир Терновой. – Как человек, имеющий прямое отношение к медицине, знаю, насколько непредсказуемо может проявиться то или иное заболевание и как важно быть готовым к любой ситуации. Ведь немало историй, когда людям приходится тратить на длительное и сложное лечение значительные денежные суммы. А наше предприятие совместно с «СОГАЗОМ» создало отличную «подушку безопасности» в виде программы ВМТ: возможно, она человеку не понадобится – это лучше, что может быть, но в опасной для здоровья ситуации сработает на все сто процентов. У меня нет никаких сомнений – страховать себя нужно обязательно.

«Высокие медицинские технологии» помогают – в этом убедилась и наша коллега Нина Овчинникова, врач-рентгенолог Медико-санитарной части Общества.

– С 2015 года, в полном здравии, я на всякий случай участвовала в программе ВМТ. Потом на несколько лет сделала перерыв, а в 2020-м снова оформила договор. И именно в этот год у меня начались серьезные проблемы со спиной, диагноз – грыжа межпозвоночного диска пояснично-крестцового отдела позвоночника. Какое-то время я жила фактически от обострения к обострению, размер грыжи и ее локализация вблизи нервного корешка делали стандартное для таких случаев консервативное лечение малоэффективным. На шестом по счету обострении, когда неврологические блокады перестали спасать от боли, когда спать возможно было только в сидячем положении, обняв гору подушек, когда муж был вынужден

доставлять меня, полулежачую, на работу и с работы, стало понятно, что выход только один – операция на позвоночнике.

Я очень благодарна нашему неврологу Светлане Ивановой, которая меня вела и во всем консультировала. Она рассказала, как действует программа ВМТ, пояснила ее механизм и помогла определиться с медицинским учреждением.

Весной прошлого года мне сделали операцию в одной из клиник Москвы. Настраивала себя на хороший результат, полностью доверилась коллегам-профессионалам, и они доверие оправдали. Операция была непростой, но обошлось без протезирования. Реабилитация проходила успешно, восстанавливалась быстро, поэтому чуть раньше выписалась из клиники и уже здесь, дома, с больничного вышла быстрее, чем предписывается людям с таким диагнозом. Конечно, есть объективные причины, по которым у меня уже нет той гибкости и прыти, что была до болезни. Тем не менее, состояние хорошее, боли прошли, качество жизни возросло в разы – я даже вернулась к волейбольным тренировкам и занимаюсь достаточно активно.

Не знаю, как бы я действовала, не будь в Обществе программы ВМТ, потому что она помогла избежать многих организационных, и деловых сложностей, сделать все своевременно, оперативно и получить помощь высококвалифицированных врачей. Это реальная поддержка для работников предприятия в части здоровья и трудоспособности. Никогда не знаешь, что случится завтра и с каким заболеванием придется столкнуться, поэтому от того шанса, что дает ВМТ, я думаю, отказываться не стоит.

Напоминаем, что подать заявление на страхование или оплату очередного взноса за работников и их близких можно **по 31 мая включительно**. Срок страхования единый: **с 1 февраля 2025-го по 31 января 2026 года**. Телефоны для справок в АО «СОГАЗ»: **(3494) 926-870 (добавочный 124) или 8-922-093-39-14**.

Подготовила
Елена МОИСЕЕВА

ПЛОЩАДКА ДЛЯ ВОЛОНТЕРОВ



Волонтерское движение ООО «Газпром добыча Уренгой» продолжает развиваться. Для удобства неравнодушных добровольцев – работников Общества – на корпоративном портале открыт специальный раздел «Месторождение добра».

Здесь любой сотрудник предприятия может ознакомиться с календарем мероприятий, подать заявку на участие в них, обсудить предстоящие события с организаторами или самому выступить в роли инициатора доброго дела.

В том же разделе портала удобно отслеживать новости волонтерского движения или узнать, как к нему присоединиться. В частности, сейчас там можно ознакомиться со всей необходимой информацией по новому корпоративному проекту «Школа волонтерских лидеров «ПОИСК» и заполнить бланк заявления на участие в нем.

«КОТОКАФЕ» НУЖНА НАША ПОМОЩЬ

Создатели творческих мастерских «Коточердак» выступили с идеей открытия в нашем городе «Котокафе» – необычного места, в котором уют для посетителей будут создавать пушистые сотрудники и особенные люди.

Организаторы мечтают открыть заведение, в котором дети с ограниченными возможностями здоровья смогут попробовать себя в роли бариста, официанта или же станут самыми ответственными работниками, которые будут ухаживать за составляющими компанию гостям четвероногими друзьями. Но без помощи участливых жителей города благотворительный проект может остаться только в мечтах.

Если вы готовы принять участие в добром деле и подарить особенным детям возможность работать и развиваться в комфортном пространстве, окажите помощь организаторам. Требуются строители, плотники, плиточники, сантехники, электрики, художники и просто неравнодушные люди с большим сердцем, готовые безвозмездно поучаствовать в создании «Котокафе».

Дополнительная информация по телефону 8-933-114-84-88.

«КАЖДОМУ – СПОРТ ПО ДУШЕ»

В состав сборной Общества «Газпром добыча Уренгой» по лыжным гонкам уже не первый год входит ведущий инженер по автоматизации и механизации производственных процессов Управления автоматизации и метрологического обеспечения Марина ДМИТРИЕВА. Причем она не только квалифицированный и добросовестный специалист, а также талантливая спортсменка, но еще и заботливая мама, воспитывающая двоих детей. Сегодня наша коллега расскажет о том, как ей удается успешно совмещать все эти ипостаси.

– В детстве моя семья жила на Камчатке, именно там я впервые встала на лыжи, – вспоминает Марина Владимировна. – Правда, тогда они были горные, но получалось у меня неплохо, выполнила второй взрослый разряд. Если бы осталась в этой дисциплине, возможно, удалось бы многого достичь. Но в двенадцать лет вместе с родителями переехала в Белгород, а там зимы совсем не снежные, лыжника встретишь редко.

В начале 2000-х годов небольшой город в Черноземье являлся столицей отечественного волейбола. «Локомотив-Белогорье» громил всех и в России, и в Европе, поэтому неудивительно, что старшеклассница Марина переклонила именно на данный вид спорта. Однако вскоре поняла – это не ее игра, занималась без повышенного энтузиазма, лишь для укрепления здоровья.

Зато именно волейбол помог девушке найти спутника жизни. Александр был воспитанником местного клуба, затем играл за команды других городов России, и везде самой преданной его болельщицей оставалась супруга. Она в это время прилежно изучала в университете информационные системы и технологии, и напряженная учеба не оставляла времени на тренировки.

Десять лет назад семья переехала в газовую столицу. Александр Дмитриев устроился в Управление корпоративной защиты «Газпром добыча Уренгой» и выступал в составе волейбольной сборной Общества, а его жена погрузилась в автоматизацию производственных процессов предприятия.

– Через пару лет после переезда на Север я решила возобновить лыжные тренировки, – продолжает собеседница. – И когда впервые после перерыва вышла на дистанцию, ближе к ее финишу в голову лезли мысли: «И с чего я решила, что могу назвать себя спортсменкой? Мне точно это нужно?» Но потом собралась, увеличила нагрузки и постепенно добралась до результатов, которые считаю достойными для своего уровня. В последние годы большую помощь в тренировочном процессе мне оказывает Радис Рафиков из УГПУ: дает советы по совершенствованию техники бега, делится своим опытом.

Уровень Марины Владимировны оказался подходящим и для сборной «Газпром добыча Уренгой» по лыжному спорту. Она уже несколько лет представляет наше предприятие на различных соревнованиях и собрала неплохую коллекцию наград: занимала первое командное место на Спартакиаде трудящихся Ямало-Ненецкого автономного округа, побеждала на «Лыжне России», становилась призером муниципальных соревнований в Новом Уренгое, Надыме и Губкинском, достойно выступила на Спартакиаде ПАО «Газпром» в Екатеринбурге год назад.

Энергичная девушка не ограничивается лыжами. Она пробовала свои силы в настольном теннисе, плавании, туризме, функциональном многоборье, регулярно отстаивает честь УА и МО в рамках корпоративных состязаний по разным видам спорта.

– Наш филиал по численности невелик, – отмечает Марина Дмитриева. – Плюс специфика его деятельности – программирование, работа за компьютерами, а в этой сфере не так уж часто встречаются атлеты. Но руководство всячески поддерживает спортсменов, без проблем отпускает на соревнования. Агитирую своих коллег, чтобы присоединялись к физкультурному движению, надеюсь своим примером вовлечь их в различные активности.

В семье Дмитриевых никогда не обсуждалось, будут ли дети заниматься спортом. Вопрос стоял лишь в том, какие дисциплины им покажутся интереснее. И Степан, и Евгения выбрали лыжи плюс плавание, долгое время совмещали оба вида тренировок, но в итоге остались в бассейне – двойная нагрузка оказалась несовместимой с успешной учебой. Сейчас Марина Владимировна с небольшой ностальгией вспоминает семейные гонки по заснеженному лесу:

– Так приятно выйти на дистанцию с детьми, ощутить себя с ними на одной волне, поделиться эмоциями... Сын уже в 12 лет опережал меня по скорости, чем очень гордился. Да и мне самой было приятно, конечно. Надеюсь, еще доведется покататься вместе, ведь лыжи – это такой вид спорта, в который можно вернуться в любом возрасте. Когда приезжали в гости родители, мы тремя поколениями участвовали в «Профсоюзной лыжне».

Спортсменка не придерживается строгого режима, но плотный график возника-



Марина Дмитриева на дистанции...



Спорт – источник хорошего настроения

ет сам собой: ответственная работа, шесть тренировок в неделю, домашние заботы... Удивительно, как на все хватает времени.

– Меня иногда спрашивают: «Зачем ты столько занимаешься, тратишь так много сил?» – делится Марина Дмитриева. – Отвечаю, что все эти нагрузки для меня в удовольствие, они являются важной частью моей жизни. Спорт очень хорошо влияет и на физическое, и на психическое здоровье, помогает навести порядок в голове, отвлечься от забот, перезагрузиться. Наука не даст соврать: гормоны счастья – дофамин, серотонин, окситоцин и эндорфины – активно формируются в организме именно во время физической активности.

Если честно, не считаю себя спортсменкой, я просто человек, максимально влюбленный в лыжи. И желаю каждому найти свой вид спорта, который будет приносить и здоровье, и радость побед, в том числе над собой.

Александр БЕЛОУСОВ
Фото из архива Марины ДМИТРИЕВОЙ ■



...и на финише

ОСНОВЫ ЦИФРОВОЙ ГИГИЕНЫ

- 1 Создавайте надежные пароли** длиной не менее 12 символов с заглавными и строчными буквами, цифрами и специальными символами. Избегайте использования очевидных данных и запоминающихся сочетаний клавиш. Для разных учетных записей придумайте индивидуальные пароли.
- 2 Включайте многофакторную аутентификацию.** Доступ к вашей учетной записи через несколько этапов подтверждения личности значительно снижает вероятность взлома.
- 3 Не делитесь личными данными** в социальных сетях и на сомнительных сайтах. Мошенники ценят такие данные не меньше, чем деньги.



- 4 Подключайтесь к надежному интернет-соединению,** избегайте публичных Wi-Fi сетей. Если все же есть необходимость подключения к общественным точкам доступа в интернет, не выполняйте операции, требующие ввода персональных данных, не пользуйтесь интернет-банком, не совершайте онлайн-покупки.
- 5 Регулярно обновляйте программное обеспечение.** Добросовестные разработчики стараются устранять уязвимые места в своих приложениях.
- 6 Удаляйте неиспользуемые учетные записи.** По данным старых профилей киберпреступники могут узнать различные ваши данные.

БЕЗОПАСНЫЕ ПОКУПКИ

- 1 Внимательно проверяйте сайт,** на котором совершаете сделку, на разного рода сомнительные признаки. Неоправданно низкая цена на товар, мессенджеры в качестве средства коммуникации, обязательная предоплата (зачастую более половины стоимости), отсутствие наименования организации в любой из форм собственности – распространенные признаки сайта киберпреступников.
- 2 Фишинговые сайты часто делают очень похожими на знакомые жертве веб-страницы.** Переходя по ссылке из сообщения с невиданной по щедрости акцией, обращайте внимание на название сайта в адресной строке, незначительные детали в оформлении. Помните, что мошенники всегда стараются отвлечь пользователей от поиска признаков подделки.
- 3 При покупке товаров или услуг убедитесь, что сайт использует безопасный протокол передачи данных.** В начале адресной строки должно стоять https (с буквой s), а не http.
- 4 Помните, что самый безопасный способ оплаты – после получения товара.** По возможности выбирайте самовывоз.
- 5 Заведите отдельную карту для онлайн-покупок.** Не храните на ней большую сумму денег.



ЗАЩИТА ДЕТЕЙ

- 1 В современном мире знание правил информационной гигиены нужно прививать детям** ненамного позднее правил гигиены личной. Дополнительно поговорите с ребенком об опасности перехода по ссылкам, вирусам, кодах подтверждения.
- 2 Дайте понять, что к любому знакомству в интернете нужно подходить критически.**
- 3 Школьники, использующие гаджеты для игр – одна из уязвимых категорий для преступников.** Зачастую мошеннические схемы замаскированы под выгодную покупку внутриигровой валюты. Сама сделка, стоимость и виды оплаты отличаются от предусмотренных в приложении опций и требуют доступ к банковскому приложению родителей.
- 4 Другая распространенная схема – с «участием» известных блогеров,** которые «выходят на связь» с подписчиками через соцсети и мессенджеры. Как правило, здесь также под видом различных уникальных бонусов просят продиктовать СМС-код с телефона родителей, другими способами получить доступ к их аккаунту в банковском приложении или на Госуслугах.
- 5 Злоумышленники также часто выходят на связь с подростками, предлагая «безопасную и непьющую» подработку в интернете.** Часто это связано с посредническим переводом украденных мошенническим путем денег в криптовалюту или на другие счета. Нередки случаи предложения щедрого вознаграждения за противоправные действия. Объясните ребенку всю степень ответственности за такие поступки.
- 6 Настройте на своем телефоне уведомления о тратах ребенка.** Увеличение частоты списаний и сумм – один из тревожных звонков.

В РИТМЕ ТАНЦА

В КСЦ «Газодобытчик» состоялся Открытый Кубок ООО «Газпром добыча Уренгой» по танцевальному спорту «Уренгойский вальс – 2025».



Награждение победителей

Более 180 участников из девяти клубов Ямало-Ненецкого автономного округа вышли на паркет. Возраст танцоров составил от четырех до 60 лет. Новый Уренгой неизменно представляли лучшие коллективы: «Ониона», «Альянс», «Дэнс-НОВА», ДЮСШ «Ямбург», «Звездный путь» и «Шарм+Па».

Уровень мастерства в этом году оценивала независимая судейская коллегия – 18 профес-

сиональных судей из Красноярска, Тюмени, Надыма, Губкинского, Нового Уренгоя, Черкесска и Екатеринбурга. Турнир включал в себя двоеборье, европейскую и латиноамериканскую программы. Каждое выступление было уникально по своей динамике, сочетало в себе разнообразие движений и выразительность эмоций. Спортсмены демонстрировали уровень технического мастерства, физиче-

скую подготовку, музыкальность и художественность исполнения.

Победители и призеры соревнований были отмечены дипломами, медалями и кубками. Призовые места заняли представители коллективов газовой столицы. Воспитанники клуба «Ониона» ООО «Газпром добыча Уренгой» стали обладателями многочисленных наград. Они завоевали пять первых мест в нескольких категориях, семь вторых и четыре «бронзы».

Также в эти дни при активной поддержке ООО «Газпром добыча Уренгой» на площадке КСЦ «Газодобытчик» прошли Чемпионат и Первенство города по танцевальному спорту. В общей сложности мероприятие насчитывало 82 выступления танцоров Нового Уренгоя, в неофициальном зачете свое мастерство показали надымчане.

По итогам соревнований спортсмены, представляющие наше предприятие, заняли призовые места в разных категориях. Среди мальчиков и девочек 10-11 лет в европейской, латиноамериканской программах и в двоеборье первую ступень пьедестала заняли Арсений Уваров и Алина Гюнтер, второе место у Руслана Яшкина и Виктории Макаровой. В категории «Юноши и девушки 14-15 лет» в этих же программах второй результат у Эрика Салимова и Арины Михеевой, «бронза» – у Платона Уварова и Елизаветы Харитоненко. В категории «Юноши и девушки 12-13 лет» в латиноамериканской программе в тройку лидеров вошли Лаврентий Жулий и Арина Сенецкая.

Алена СИНЬКОВА
Фото Владимира БОЙКО



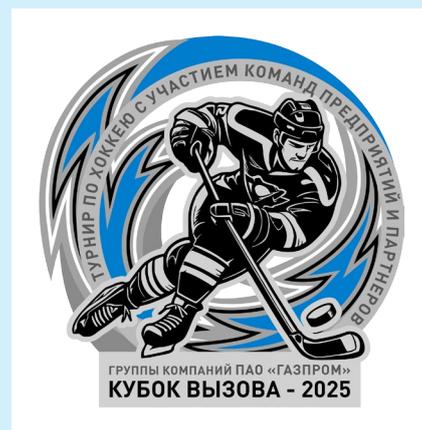
Спортсмены «Онионы» Арсений Уваров и Алина Гюнтер

ВЫЗОВ БРОШЕН!

Общество «Газпром добыча Уренгой» вновь принимает у себя хоккейный «Кубок вызова». В этом году турнир пройдет с 18 по 22 февраля.

«Кубок вызова – 2025» посвящен 80-летию Победы в Великой Отечественной войне как благодарность ветеранам и признание подвига участников специальной военной операции. В соревнованиях примут участие шесть команд. Вместе с игроками «Факела» на льду за звание лучших будут бороться хоккеисты «Оренбуржья» из Оренбурга, «Югорска» из Нового Уренгоя, «Заполярья» из Тюмени, «Ямальских стержов» из Ноябрьска, а также сургутского клуба «Факел». Матчи пройдут по круговой системе.

По традиции турнир посетят почетные гости – легенды советского и российского хоккея Борис Михайлов, Владимир Мышкин, Игорь Тузык и Павел Дацюк, который в рамках визита в Новый Уренгой вновь



проведет мастер-класс для начинающих спортсменов. **Расписание турнира смотрите в Telegram-канале «Газпром добыча Уренгой».** Трансляция будет организована в мобильном приложении ГИД. Приходите на хоккейный корт «Факел», будет жарко! ■

