

## С ПРАЗДНИКОМ ВЕСНЫ И ТРУДА!

Уважаемые работники Общества «Газпром добыча Уренгой», дорогие друзья!

Примите самые искренние поздравления с днем Весны и Труда!

Первомай — праздник всех, кто ежедневным трудом обеспечивает благополучие и стабильность своей страны, своего предприятия, своей семьи. Особенное значение он имеет для нас, северян. Ведь только благодаря настоящим труженикам, героям-первопроходцам, людям огромной жизненной силы и воли, здесь, на ямальской земле, выросли современные города, разрабатываются богатейшие месторождения, ведется добыча углеводородного сырья.

В год, когда Общество «Газпром добыча Уренгой» отмечает полувековой юбилей со дня открытия Уренгойского нефтегазоконденсатного месторождения, Первомай — еще один замечательный повод вспомнить заслуги ветеранов, отдать дань уважения всем, кто посвятил свою жизнь становлению региона, города, нашего предприятия. Мы чествуем и благодарим всех работников Общества, прославляющих его своими талантами, трудом и профессиональным мастерством!

Пусть этот весенний праздник подарит хорошее солнечное настроение и заряд оптимизма, а вдохновение и энтузиазм помогут воплотить в жизнь все задуманное!

**Александр КОРЯКИН**, генеральный директор  
ООО «Газпром добыча Уренгой»

**Игорь ДУБОВ**, председатель Первичной профсоюзной  
организации Общества



## НАВСТРЕЧУ ГОДОВОМУ ОБЩЕМУ СОБРАНИЮ АКЦИОНЕРОВ ПАО «ГАЗПРОМ»

### ПОДГОТОВКА НАЧАТА

В соответствии с утвержденным Правлением «Газпрома» планом мероприятий по подготовке и проведению годового Общего собрания акционеров ПАО «Газпром» в ООО «Газпром добыча Уренгой» началась процедура консолидации голосов акционеров и информационная кампания в поддержку предстоящего мероприятия.

В настоящее время в депозитарии новоуренгойского филиала «Газпромбанка» зарегистрировано несколько тысяч счетов акционеров. В связи с тем, что личное участие каждого из них в годовом Общем собрании затруднительно, держатели акций имеют возможность оформить доверенность на полномочного представителя, которым может выступать как физическое лицо, так и

предприятие. Такая форма участия удобна тем, кто не может лично присутствовать на собрании, но проявляет интерес к судьбе компании и ее активам.

Годовое Общее собрание акционеров ПАО «Газпром» решено провести 30 июня 2016 года в Москве. Представлять свои интересы на нем новоуренгойские держатели акций могут доверить ответственному лицу от ООО «Газпром добыча Уренгой», а именно — генеральному директору Александру Корякину.

Чтобы обеспечить акционеров полной и точной информацией о предстоящем событии, в службе по связям с общественностью и СМИ Общества по адресу: **проспект Ленинградский, дом 3 А открыт консультационный пункт, организованная работа «горячей линии» по телефону 94-61-40.**

К предстоящему событию в газете «Газ Уренгой», в эфире телеканала «Первый Уренгойский» и на официальном сайте ООО «Газпром добыча Уренгой» будут размещены статьи и видеосюжеты, рассказывающие о производственной деятельности ПАО «Газпром», ООО «Газпром добыча Уренгой», о ходе подготовки к главному для всех акционеров мероприятию, о дивидендной политике публичного акционерного Общества. Также для владельцев ценных бумаг в вышеперечисленных СМИ действуют постоянные рубрики, где можно получить информацию о стоимости акций ПАО «Газпром», достижениях и перспективах развития крупнейшего отечественного газодобывающего концерна.

Служба по связям  
с общественностью и СМИ

## КОЛОНКА РЕДАКТОРА

### «ЮБИЛЕЙНЫЙ» НОМЕР

Дорогие читатели! Вы держите в руках газету, порядковый номер которой — 2500-й. Почти 36 лет отделяют ее от самого первого «Газа Уренгой», вышедшего 13 июня 1980 года. Чтобы понять масштаб, представьте: в первый год было издано всего 29 номеров газеты, во второй — 50. А следующий «круглый» номер увидит свет только лет через десять...

Казалось бы, две с половиной тысячи — не так уж и много, но сколько за эти годы написано материалов о нашем уникальном месторождении и о людях, осваивающих его!

К сожалению, сохранились не все номера первого года выпуска газеты «Газ Уренгой», 1980-го. Возможно, они есть у вас. Будем признательны за помощь в восстановлении архива. Гарантируем сюрприз за номер, которого не окажется в редакции.

Звоните нам по телефонам 99-67-38 или 99-67-42.

Татьяна АСАБИНА

## НАЗНАЧЕНИЕ

С 18 апреля начальником производственного отдела по добыче и подготовке газового конденсата, нефти администрации ООО «Газпром добыча Уренгой» назначен **Вячеслав Владимирович АЛЕКСАНДРОВ**.

## ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

**К ДНЮ ОХРАНЫ ТРУДА. О САМОМ ВАЖНОМ — ЗА СЕМЬ ДНЕЙ**  
стр. 2-3

**«МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК»**  
стр. 4-5

**ИГОРЬ НОВИКОВ. ТОТ, КТО ЛЮБИТ СВОЮ РАБОТУ**  
стр. 6

**ТОТАЛЬНЫЙ ДИКТАНТ НА «ОТЛИЧНО»**  
стр. 7

**КОНКУРС «ПРИРОДА — ДОМ, В КОТОРОМ МЫ ЖИВЕМ»**  
стр. 8

# О САМОМ ВАЖНОМ — ЗА СЕМЬ ДНЕЙ

Снижение рисков травматизма, производственных аварий и чрезвычайных ситуаций всегда были и будут одними из приоритетных направлений в ООО «Газпром добыча Уренгой». В преддверии Всемирного дня охраны труда (ОТ) в Обществе прошла неделя безопасности труда, объединившая все филиалы предприятия. В рамках марафона были организованы круглые столы, лекции, презентации, конкурсы, практические и тренировочные занятия. Главная цель — поиск новых подходов к организации безопасности на рабочих местах и повторение прописных истин. О том, как прошли некоторые из таких мероприятий — в нашем сегодняшнем материале.

## СТРЕМИТЬСЯ К СОВЕРШЕНСТВУ

Еще до старта недельного марафона Первичной профсоюзной организацией ООО «Газпром добыча Уренгой» были подведены итоги смотра-конкурса «Лучший уполномоченный представитель по охране труда». И это стало самым наглядным подтверждением того, что за такой важной сферой деятельности, как производственная безопасность, в нашем Обществе пристально следят на всех уровнях.

В этом году в конкурсе приняли участие 16 представителей 12-ти филиалов предприятия. Их работа, выполняемая на общественных началах, была оценена по 13-ти показателям. Среди них — количество проверок, число предложений по снижению опасных ситуаций на производстве, наличие тематических стендов и их информационная насыщенность. На этот раз звания «лучший» удостоились десять конкурсантов.

— Считаю, что уполномоченные по охране труда вносят весомый вклад в ту работу, которая ведется непосредственно инженерами по ОТ. Горжусь, что смог добиться успеха, и теперь нацелен на улучшение результатов, потому что в такой важной сфере всегда нужно стремиться к совершенству, — прокомментировал один из победителей конкурса, слесарь-ремонтник ГКП-22 Газопромыслового управления по разработке ачимовских отложений Артем Пятницкий.

Напомним, уполномоченные по ОТ выбираются коллективами управлений и должны состоять в профсоюзной организации. В одном филиале может быть несколько таких

представителей. Они сообщают непосредственно руководителю и в отдел охраны труда обо всех опасностях, которые могут подстерегать коллектив.

## ВАС ЖДУТ ДОМА!

Производственники Газопромыслового управления по разработке ачимовских отложений, работающие на единственном пока добычном объекте филиала — газоконденсатном промысле № 22, неоднократно доказывали, что в совершенстве владеют правилами безопасной эксплуатации оборудования и готовы решительно и незамедлительно действовать в случае возникновения чрезвычайной или нештатной ситуации. Еще до начала недели безопасности труда они провели противопожарные учения, а в рамках тематической семидневки организовали несколько презентаций, лекций и практических занятий.

Одно из мероприятий немного выбилось из ряда серьезных обсуждений и дискуссий профессионалов своего дела. Но вряд ли окажется менее действенным. Это конкурс рисунков среди детей работников филиала «Мамы и папы, берегите себя! Соблюдайте правила охраны труда». Теперь фойе ГКП-22 украшают художественные произведения ребят. Кроме того, на территории промысла был вывешен баннер с фотографиями детей персонала производственного объекта. Все это лишний раз напомнит мамам и папам, что их ждут дома здоровыми и невредимыми, а лучший способ достичь этого — оставаться предельно бдительными и осторожными на своих рабочих местах.

## ПОЖАР — УСЛОВНЫЙ, РИСКИ — НАСТОЯЩИЕ

К акции присоединились и сотрудники Управления аварийно-восстановительных работ. Один из дней был прерван важным сообщением — на площади перед административным зданием произошел пожар. Очаг возгорания, впрочем, был условным, а вот первичные средства борьбы с ним — самыми настоящими. Именно правильное использование огнетушителей и было основной целью тренировочного занятия.

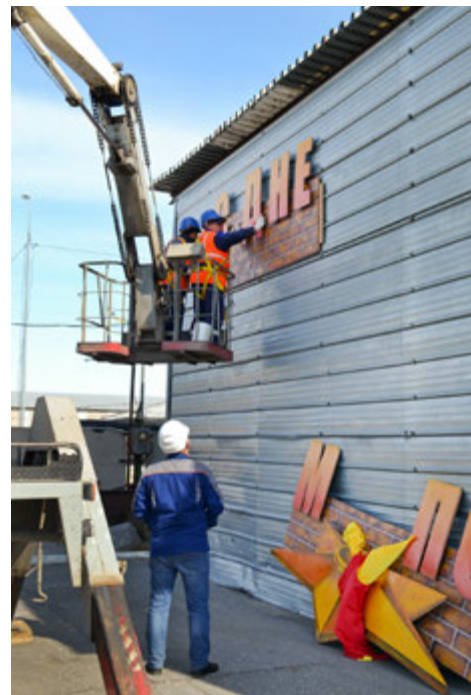
Порошковые огнетушители П-10 незаменимы при ликвидации пожаров, вызванных возгораниями твердых веществ, газов, горючих жидкостей и при возникновении огня на электроустановках под напряжением до тысячи вольт. В случае реальной опасности возникновения чрезвычайной ситуации специалисты Управления должны знать последовательность действий в работе с первичными средствами пожаротушения. Даже секундная задержка может многое изменить: пламя не прощает ошибок, могут пострадать люди. Такие тренировки оттачивают навыки пользования огнетушителем до автоматизма:

— Во время проведения подобных учений люди вспоминают азы работы с противопожарным оборудованием, усваивают, как необходимо действовать, и не теряются в случае возникновения экстренной ситуации, — уверен, в частности, один из участников тренировки — начальник производственно-технического отдела УАВР Михаил Ослин.

— В рамках недели охраны труда нами также были проведены лекции и круглые столы. В первую очередь, чтобы услышать о различных ситуациях, проблемах, с которыми персонал сталкивается непосредственно в работе — то, на что порой мы не можем обратить внимание, — рассказал инженер по охране труда УАВР Руслан Шелудько.



В Газопромысловом управлении по разработке ачимовских отложений подошли к неделе безопасности труда творчески



Работы на высоте — одни из самых опасных



## ВЫСОКАЯ ЦЕЛЬ

В Управлении по эксплуатации вахтовых поселков совместили сразу два полезных дела. Украинские территории филиала праздничной вывеской ко Дню Победы превратилось в практическое занятие «Применение индивидуальных и коллективных средств защиты при выполнении работ на высоте».

Рабочие по комплексному обслуживанию и ремонту зданий Владимир Фильченко и Валерий Колбаско продемонстрировали свои знания и умения в пользовании индивидуальными средствами защиты. При работах на уровне от 1,8 метра над землей — именно с этой «планки» мероприятия классифицируются как высотные — это специальные монтерские пояса, обувь с нескользящей подошвой, каски и, в случае выполнения мероприятий в полевых условиях — очки, оберегающие глаза от попадания пыли. Кроме того, высотники должны не только страховать себя и напарника, но и уметь быстро и понятно сигнализировать машинисту автовышки о возникновении опасной для жизни и здоровья людей ситуации.

— Для сотрудников УЭВП выполнение правил охраны труда не менее важно, чем для специалистов добывающих филиалов, трудящихся на опасных

производственных объектах. Работники нашего Управления — это обслуживающий персонал всех зданий и сооружений Общества «Газпром добыча Уренгой», а мероприятия, проводимые ими, являются потенциально опасными — будь то, к примеру, уборка снега с крыши или настенные работы, которые проводятся на высоте. Именно поэтому правила охраны труда все должны знать на «отлично», — прокомментировал проведенное практическое занятие инженер по ОТ Мурад Аллануров.

## РАБОТА БЕЗ СТРЕССА

Не только газодобытчики, ремонтники, рабочие по комплексному обслуживанию зданий и другие люди труда ежедневно сталкиваются с опасными моментами. Специалисты и инженеры в офисах нередко бывают подвержены стрессу — а он с недавних пор так же относится к вредным производственным факторам.

Об обстоятельствах, ведущих к стрессу, например — чувствах несправедливости или нестабильности, домогательствах или проявлении жесткости, отсутствия поддержки, плохом определении обязанностей — рассказал своим коллегам из всех структурных подразделений ИТЦ Сергей Завьялов, инженер

по ОТ филиала. Упор в его презентации был сделан на то, как правильно и вовремя определить зарождающийся стресс, а также на комплекс мер для профилактики и предупреждения развития функционального перенапряжения как в рабочее, так и во вне рабочее время.

## НЕСКУЧНО О СЕРЬЕЗНОМ

Не остались в стороне от большой и важной тематической недели и творческие люди — работники Культурно-спортивного центра «Газодобытчик». Театр всегда отличался особой изобразительностью, вот и в этот раз актеры «Северной сцены» использовали реквизит и костюмы по максимуму. Десятиминутный спектакль «Безопасный труд — наш друг» стал, пожалуй, одним из самых коротких в истории творческого объединения, но очень информативным и динамичным. И уж точно одним из самых ярких, нескудных и запоминающихся мероприятий в рамках недели безопасности труда. За небольшое время артисты обыграли десяток ситуаций, связанных с нарушением правил безопасности на работе, и показали способы их устранения.

— В советские времена был замечательный тележурнал «Фитиль», в котором о серьезных вещах языком сатиры

высказывались известные режиссеры и актеры. Мы решили пойти по этому же пути — важную информацию сделать интересной, доступной и полезной, — рассказал о творческом методе в своей работе художественный руководитель «Северной сцены» Дмитрий Ушаков.

## ГЛАВНЫЕ ЦЕННОСТИ

— Ежегодно проводящаяся в ООО «Газпром добыча Уренгой» неделя охраны труда — очень важное мероприятие, — подводя итоги, говорит начальник отдела охраны труда администрации предприятия Рустем Калимуллин. — Прежде всего, для того, чтобы повысить бдительность всех сотрудников Общества, уровень их теоретических знаний и практических умений, касающихся вопросов безопасности на рабочих местах. Не секрет, что охрана труда поставлена в ПАО «Газпром» во главу угла. Ей уделяется первоочередное значение и со стороны руководства нашего предприятия. Но то, насколько безопасно будет организовано производство, зависит, в первую очередь, от менталитета и разумного подхода к выполняемым обязанностям каждого из работников компании. Важно понимать, что главные ценности — это жизнь и здоровье. Не только свои, но и окружающих нас людей. ■

# УСПЕХ В СФЕРЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Представители Уренгойского газопромыслового управления, Управления аварийно-восстановительных работ, Инженерно-технического центра, Управления автоматизации и метрологического обеспечения, а также администрации Общества «Газпром добыча Уренгой» приняли участие во Всероссийской неделе охраны труда, завершившейся 22 апреля в Сочи.

Форум, организованный Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации и проведенный Межрегиональной Ассоциацией содействия обеспечению безопасных условий труда «Эталон», объединил более четырех тысяч человек из разных организаций страны. В рамках масштабного события, прошедшего на базе главного сочинского медиацентра, было проведено около двухсот мероприятий.

Наши коллеги представили тематический стенд, демонстрирующий достижения ООО «Газпром добыча Уренгой» в области охраны труда, промышленной и экологической безопасности. Его, в частности, посетил заместитель министра энергетики России Андрей Черезов, который положи-

тельно отозвался о деятельности газодобывающего предприятия. Кроме того, замминистру была вручена книга «Растительный и животный мир Нового Уренгоя».

— ООО «Газпром добыча Уренгой» — компания, которая всегда уделяет особенное внимание вопросам безопасности и охраны труда. Поэтому мы не могли пропустить такое масштабное событие, — рассказывает начальник отдела охраны труда администрации Общества Рустем Калимуллин. — В первую очередь, это была большая площадка для обмена опытом и различными мнениями. И я считаю, что форум прошел на высочайшем уровне.

Наглядное официальное подтверждение того, что ООО «Газ-



Стенд нашего предприятия вызвал интерес у многих посетителей форума

пром добыча Уренгой» — предприятие, ориентированное на охрану труда и промышленную безопасность — это получение нашим Обществом в рамках Всероссийской недели Сертификата «Успех и безопасность-2015» за подписью президента Ассоциации «Эталон» Олега Косырева. По результа-

там проведенного конкурса Общество занимает первое место в городе по качеству организации работ в области охраны труда. На уровне округа в активе нашего предприятия — четвертая позиция.

Материалы на страницах подготовил Сергей ЗЯБРИН ■



С сегодняшнего дня в нашей газете будут публиковаться материалы под новой рубрикой — «Медицинский вестник». Ее наполнят статьи, касающиеся самого важного в нашей жизни — здоровья. Авторами разъяснений актуальных для каждого тем станут компетентные в своих областях специалисты — работники различных отделений Медико-санитарной части ООО «Газпром добыча Уренгой». Пассивное курение и психологические проблемы в семье и на работе, мифы о БАДах и особенности питания на Крайнем Севере... Об этом и многом другом вы узнаете из «Медицинского вестника». В сегодняшнем номере газеты разговор пойдет о приемах оказания первой помощи при острой сердечно-сосудистой патологии и об отбеливании зубов.

## СЕРДЦЕ И СОСУДЫ: СРОЧНАЯ ПОМОЩЬ

**Чаше всего развитие внезапного заболевания происходит, когда поблизости нет врачей. При этом для спасения здоровья и жизни человека помощь зачастую должна быть оказана в ближайшие минуты. И не только медицинские работники должны знать, как эту помощь оказывать...**

### ГИПЕРТОНИЧЕСКИЙ КРИЗ

Гипертонический криз — это состояние выраженного повышения верхнего или нижнего артериального давления до индивидуально высокого уровня, сопровождающееся возникновением или усугублением поражения органов-мишеней (головной мозг, сердце, сосуды) и проявляющееся такими симптомами, как головные боли, головокружение, нарушение зрения, одышка, тошнота, иногда — рвота. Кризы делятся на жизнеугрожающие (осложненные) и нежизнеугрожающие (неосложненные).

Самые частые причины гипертонических кризов — несоблюдение лечения, назначенного врачом, либо вообще отсутствие какого-либо лечения гипертонической болезни. В России у 80 процентов пациентов с артериальной гипертензией кризы случаются именно по этой причине.

Однако бывают случаи его развития, несмотря на хорошо подобранную терапию и регулярный прием гипотензивных препаратов. Это может наблюдаться на фоне стресса, бессонной ночи, приема энергетиков, избытка соленой пищи.

Как правильно действовать при развитии гипертонического криза? В первую очередь необходимо вспомнить, какие препараты назначил врач, и принять дополнительно или увеличить дозу препарата, который был прописан на длительное лечение. Если постоянной гипотензивной терапии ранее не назначалось, возможно начать лечение с небольших доз капотена (каптоприла) — 12,5-25 мг под язык или внутрь, фуросемида — 40-80 мг внутрь, карведилола — 12,5-25 мг внутрь. Важно помнить, что как резкий подъем, так и резкое снижение артериального давления вредны. Это классический фактор угрозы развития инсульта, особенно у людей пожилых, с измененными сосудами. Давление в большинстве случаев необходимо снижать плавно, в течение 24-48 часов, используя для этого таблетированные препараты, что уменьшает риск инсульта.

Уколы при гипертонии, как правило, не нужны. Единственным исключением являются формы жизнеугрожающих гипертонических кризов, которые, к счастью, встречаются не так часто. Это ситуация, когда на фоне резкого повышения артериального давления развиваются нарушения мозгового кровообращения (инсульт), сердечный приступ (острый коронарный синдром, инфаркт миокарда), тяжелые нарушения зрения, отек легких, тяжелые рецидивирующие (например, носовые) кровотечения и тому подобное. Эти ситуации требуют вызова «Скорой помощи», неотложной госпитализации и лечения.

### СТЕНОКАРДИЯ

Только сердечную боль, стенокардию, из всех, которые могут быть в груди, когда-то охарактеризовали всего двумя словами: «боль — смерть!» Любой ее приступ потенциально опасен.

Типичная стенокардия — это чувства сдавливания, жжения, ломоты за грудиной, отдающее в левое плечо, руку или челюсть. Обычно они возникают при физической нагрузке, сопровождаются чувством нехватки воздуха, нередко тошнотой и холодным потом. Боли кратковременные — несколько минут. Если боли длятся более получаса — это уже инфаркт миокарда или же боль внесердечного происхождения. Прием нитроглицерина при приступе стенокардии обычно оказывает быстрый (через две-пять минут) эффект.

Продолжающиеся часами ноющие или колющие боли в левой половине грудной клетки, без одышки, локализованные, усиливающиеся при перемене положения тела, кашле, глубоком вдохе, возникающие без четкой связи с физическими нагрузками, как правило, являются болями несердечного происхождения. Обычно за такими нетипичными болями стоят безобидная межреберная невралгия, грыжа диска или фибромиалгия, то есть костно-мышечная патология.

Помните, что при возникновении боли в грудной клетке необходимо проконсультироваться с врачом! Любую боль в этой области, особенно за грудиной, необходимо рассматривать как сердечную, пока не будет доказано обратное!

При возникновении в грудной клетке болей, похожих на стенокардию, необходимо срочно прекратить любую нагрузку, обеспечить физический и эмоциональный

покой. Предпочтительнее положение сидя или полугоризонтальное с приподнятой головой. Горизонтальное лишь усилит нагрузку на сердце. Необходимо принять под язык таблетку нитроглицерина или воспользоваться им в виде спрея (нитроминт, изокет-спрей). При типичном приступе стенокардии боль проходит от прекращения нагрузки и приема нитроглицерина в течение первых двух-трех минут. Если боли не прошли — это повод для вызова «Скорой помощи». Особенно должны насторожить следующие ситуации:

— стенокардические боли, возникшие в покое и длительностью более 20 минут;

— впервые возникшие боли за грудиной, которые резко ограничили физическую активность, то есть появляющиеся при небольших физических нагрузках;

— изменение частоты возникновения и снижение порога переносимости физической нагрузки у лиц с ранее диагностированной стенокардией.

Если происходит что-то из вышеперечисленного, можно заподозрить острый коронарный синдром, то есть ситуацию, когда риск развития инфаркта миокарда очень высок, либо не исключен уже развившийся инфаркт миокарда.

### ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПОДОЗРЕНИИ НА ИНФАРКТ МИОКАРДА?

Без промедления вызывайте «Скорую помощь»! От того, насколько быстро пациент попадет в больницу, зависит прогноз. Необходимо разжевать большую (500 мг) таблетку аспирина. Если у вас есть дома только кардиомагнил — 75 мг, или тромб-АСС — 100 мг, то нужно разжевать сразу четыре таблетки. Это необходимо, чтобы помешать образованию тромба. Далее — принять нитроглицерин, собрать все имеющиеся дома медицинские документы и кардиограммы. Они помогут врачам быстро оценить ситуацию.

Чего делать точно не нужно, так это думать, что все пройдет, если перетерпеть. И ни в коем случае нельзя садиться за руль самому, чтобы ехать в ближайшую поликлинику. Будьте внимательны к себе! Необходимо вести разумный образ жизни, заботиться о своем здоровье и уметь верно оценивать собственное состояние.

**Ольга ВАСКИНА,**  
врач-кардиолог МСЧ Общества



# ВСЁ ОБ ОТБЕЛИВАНИИ ЗУБОВ

В последнее время в мире широко распространяется новое явление — навязчивое желание отбелить зубы. Даже с риском для их здоровья, а в некоторых случаях — для здоровья в целом. Действительно, чем более отбелены зубы, тем более пористыми они становятся и тем более активно впитывают пищевые красители. Так что с каждым отбеливанием появляется необходимость в новой такой процедуре, в неистовой гонке к белизне, цену которой зубы заплатят рано или поздно.

## ПРИМЕНЕНИЕ ОТБЕЛИВАЮЩИХ ЗУБНЫХ ПАСТ

При правильном применении такую пасту можно назвать «хорошо очищающей зубной налет», а при нарушении техники чистки зубов — «истирающей эмаль и приводящей к повышенной чувствительности». Сюда же относится чрезмерное увлечение отбеливающими зубными пастами с высоким индексом абразивности RDA.

Однако есть отбеливающие зубные пасты, характеризующиеся средним индексом абразивности (RDA на уровне 75) и подходящие для ежедневного применения, то есть, можно сказать, вполне безопасные для зубов здорового человека. Такие пасты обеспечивают щадящее осветление эмали. Примеры: зубные пасты «Сплат Отбеливание Плюс», President Renome, «Сенсодин Бережное отбеливание», «ROCS Кофе и табак» и ряд других.

## ПОЛОСКИ, КАППЫ, КАРАНДАШИ И ЖЕВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗИНКИ

Отбеливающие жевательные резинки — это самый распространенный миф, поскольку реально осветлить эмаль они не способны. Многие люди во всем мире продолжают ими пользоваться в надежде на чудо, хотя на практике никакой сказки не происходит, разве что чудесным образом наполняются карманы производителей таких жвачек.

Отбеливающие полоски являются одними из самых удобных средств домашнего отбеливания зубов и действительно способны дать заметный результат. Прин-

цип отбеливания заключается в том, что специальные гелевые полоски накладываются на поверхность передних групп зубов, и за счет присутствия в составе перекиси водорода происходит отбеливание эмали. Однако данный метод не является ни щадящим, ни безопасным.

Отбеливающие каппы (чаще всего из Китая), которые используют для самостоятельного домашнего применения, имеют много негативных отзывов. Причины все те же: низкие концентрации пероксидов и (иногда) наличие зубного налета и камня, сильно мешающих получению нужного эффекта. Самым лучшим и относительно безопасным вариантом будет применение индивидуальных отбеливающих капп, изготовленных стоматологом по слепку. Как правило, они применяются после предварительного очищения эмали от камня и налета, а также после проведенного кабинетного отбеливания зубов — для закрепления полученного результата.

Отбеливающие карандаши являются весьма спорным средством для домашнего отбеливания. Они эффективны, но безопасность во многом зависит от умения ими пользоваться. Принцип действия отбеливающих карандашей довольно прост — гель, содержащийся в карандаше, выдавливается на поверхность передних зубов. С целью безопасности процедуры для десен и слизистой губ карандаши от надежных производителей имеют очень высокую концентрацию осветляющих эмаль компонентов.

## НАРОДНЫЕ ОТБЕЛИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА

Среди большого числа народных способов осветления зубов самыми популярными являются, пожалуй, всевозможные вариации с применением соды, соли, лимона, древесной золы (или угля) и клубники. Большинство из таких экспериментов над зубами нельзя назвать безопасным отбеливанием.

Практически все народные методы отбеливания направлены исключительно на очищение от зубного налета, что достигается абразивами (сода, уголь), органическими кислотами из фруктов и овощей. Но вместо того, чтобы царапать эмаль содой или

содью, лучше просто купить качественную отбеливающую зубную пасту, пусть даже с повышенной абразивностью, и провести курс отбеливания более безопасно (например, могут подойти зубные пасты «ROCS отбеливающая», Mexidol Dent Professional White, President White Plus и другие).

## ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНОЛОГИИ AIR FLOW

Air Flow — это технология механического отбеливания зубов, направленная на снятие с их поверхности налета при помощи специального аппарата. На сегодняшний день методика Air Flow является одним из самых лучших и безопасных способов отбеливания, так как во время процедуры не наносится вред внутренним структурам эмали, а общее абразивное воздействие контролируется стоматологом.

Сразу же после такой профессиональной чистки зубов в обязательном порядке стоматолог проводит фторирование эмали.

## УЛЬТРАЗВУКОВЫЕ МЕТОДИКИ ЧИСТКИ ЗУБОВ

Ультразвуковое отбеливание зубов также является щадящим и вполне безопасным способом осветления эмали. Как и в случае технологии Air Flow, ультразвуковые методики осветления направлены на очищение поверхностей от пигментированных отложений.

## КАБИНЕТНОЕ ОТБЕЛИВАНИЕ

Кабинетное или профессиональное отбеливание зубов проводится стоматологом при помощи гелей, содержащих перекись водорода. Истинное (химическое) отбеливание тоже сложно назвать безопасным. Кислота (обычно ортофосфорная) активно вымывает кальций, а пероксиды, будучи сильными окислителями, способны разрушать коллагеновые волокна в структуре эмали. Опасность процедуры прямо пропорциональна концентрации отбеливающего средства: чем концентрация выше, тем больше риск для будущего здоровья зуба и для слизистой полости рта.

## АБСОЛЮТНО БЕЗОПАСНОЕ ОТБЕЛИВАНИЕ. ОНО СУЩЕСТВУЕТ?

Подведем небольшой итог. Не стоит путать профессиональную гигиену полости рта (ультразвук и Air Flow) с процедурами истинного отбеливания зубной эмали. Во время гигиены происходит очищение поверхности зубов от отложений, под которыми находится более светлая эмаль. В итоге профессиональная гигиена позволяет сделать зубы светлее, и почти всегда более или менее безопасна для эмали. На вопрос, какое отбеливание зубов является самым безопасным, можно ответить кратко: то, которое не вредит тканям зуба, деснам и слизистой полости рта, а также здоровью человека в целом. А раз так, то можно сделать вывод, что на сегодняшний день абсолютно безопасного отбеливания зубов не существует.

Юлия КОРЧАЖИНСКАЯ,  
заведующая стоматологическим  
отделением МСЧ Общества  
Фото Владимира БОЙКО



# ТОТ, КТО ЛЮБИТ СВОЮ РАБОТУ

Сотрудники Газопромывого управления по разработке ачимовских отложений Общества «Газпром добыча Уренгой» гордятся тем, что работают вместе с замечательным человеком, профессионалом в сфере автоматизации — Игорем НОВИКОВЫМ (на снимке), который недавно отметил свое пятидесятилетие. Его история — достойный пример для молодежи, только вступающей на трудовую вахту.



Игорь Новиков намеревался связать свое будущее с военной отраслью, даже сдал почти все экзамены в училище, но вовремя понял, что погонны, устав, команды и плац — это не для него. Тогда в качестве своего профессионального пути он выбрал самую перспективную сферу, за которой стояло будущее — автоматизацию производства. Поступил в Майкопское техническое училище и окончил с головой в мир микросхем и электронных компонентов. Так начиналась эта история...

Получив специальность, юноша отправился по распределению в Новый Уренгой. Ему тогда было всего 17 лет. Север встретил сурово. Парнишка в демисезонном пальто без шапки и рукавиц, и снега-то не выдавший до этих

пор, быстро замерз на сорокаградусном весеннем морозе. Однако погода не испугала Новикова. Он был впечатлен размахом строительства, удивительной арктической природой, душевностью людей и тем, что проживала здесь практически одна молодежь.

Новобранца направили автоматизировать только что запущенный в эксплуатацию газовый промысел № 10 Уренгойского газопромывого управления предприятия. Все было в новинку: процесс добычи углеводородов, системы автоматизации производства, люди, причем, сплошь молодые да веселые. Он, конечно, освоился, втянулся и всем сердцем прикипел к Северу, поэтому после армии решил сюда вернуться. На сей раз его знания и умения потребовались на ГКП-11,

который в то время готовился к запуску в эксплуатацию. Так киповец Игорь Новиков и осел на «одиннадцатом» на счастливых тридцать лет. Как самого молодого и перспективного, его направили на обучение к французским специалистам. Международный обмен опытом по автоматизированным системам станций охлаждения газа проходил на ГКП-8. Впрочем, как человек, постоянно стремящийся к совершенству, Игорь и сам все время старался повысить свою квалификацию. Опыт наставников, специальная литература, да мало ли способов добыть нужные знания, когда на то есть огромное желание?

Кстати, копилка с опытом никогда не пылилась без дела. Среди коллег Новиков считается знатным рационализатором. Одно из самых ценных его предложений внедрено на ГКП-11. Несколько лет назад вместе с ведущим инженером по КИПиА Юрием Астаповичем они полностью автоматизировали котельную, и это несмотря на то, что в успех данного предприятия на тот момент никто не верил. До этого случая все попытки усовершенствовать процесс работы котельных терпели фиаско, а они справились с этой задачей! У них получилось вывести не только параметры работы агрегатов на верхний уровень АСУТП, но и управление ими.

— Сейчас автоматизация в Обществе «Газпром добыча Уренгой» находится на высоком уровне. Предприятие идет в ногу со временем. В век глобальных компьютерных технологий мы, слесари КИПиА, стараемся упростить процесс добычи углеводородов по максимуму. Но это не значит, что вскоре промысел сможет и вовсе обойтись без человека, — уверен Игорь Новиков.

Два года назад высокопрофессионального слесаря по КИПиА позвали работать на самый современный промысел предприятия — ГКП-22. Герой нашего повествования успел и здесь отличиться — внес четыре рацпредложения, и это на промысле, который считается верхом инженерной мысли.

— Об Игоре Новикове я могу сказать только хорошее. Он человек очень скромный, отзывчивый, достойный. Про таких говорят: «профессионал с большой буквы». При этом он всегда готов поделиться своим богатым опытом с коллегами. Я горжусь, что у меня в команде есть такой специалист, — говорит о своем подчиненном начальник цеха ГКП-22 Газопромывого управления по разработке ачимовских отложений Сергей Остроухов.

Как приятно, когда твой труд ценят! Вот и производственные достижения Игоря Новикова уже вошли в историю. В его активе — грамоты главы города, ведомственные награды и почетная грамота Министерства энергетики Российской Федерации.

Однако, как бы человек ни любил свою работу, все равно не ею одной он живет. Вот и Игорь Новиков с гордостью рассказывает про свою главную жизненную ценность — семью. Старший сын Олег пошел по стопам отца и сейчас трудится слесарем по контрольно-измерительным приборам и автоматике на ГКП-11. Средний сын стал менеджером, а младший учится в техникуме на оператора по добыче нефти и газа. Особая любовь Игоря Владимировича — внуки. Их у него уже трое, но он мечтает о пополнении.

Все коллеги поздравляют Игоря Новикова с юбилеем и желают процветания, успехов, здоровья и огромного счастья!

**Ирина РЕМЕС**  
**Фото Романа КНЯЗЕВА**  
**и Владимира БОЙКО**

Управлению по транспортировке нефтепродуктов и ингибиторов требуется слесарь по эксплуатации и ремонту газового оборудования 5 разряда. Требования: наличие квалификационного удостоверения, опыт работы приветствуется.

Дополнительную информацию можно получить по телефону **94-12-11**. Резюме направлять на адрес электронной почты [resume.utni@gd-urengoy.gazprom.ru](mailto:resume.utni@gd-urengoy.gazprom.ru).



Газоконденсатный промысел № 22



## «ТОТАЛЬНАЯ» ОТЛИЧНИЦА

В последние годы слово «грамотный» мы чаще всего употребляем применительно к человеку, являющемуся мастером в том или ином деле — «грамотный экономист», «грамотный врач» или просто «грамотный специалист». А ведь прежде всего оно означает «умеющий писать грамматически правильно», иначе говоря, речь идет о человеке, знающем родной язык, способном читать и писать на нем без ошибок. И как замечательно, когда профессионал в своей области оказывается еще и знатоком русской речи! После Тотального диктанта, прошедшего 16 апреля в Новом Уренгое, так можно с полным правом сказать о Нине ОВЧИННИКОВОЙ (на снимке), враче-рентгенологе Медико-санитарной части Общества «Газпром добыча Уренгой». Ведь она оказалась одной из двух его участниц, которые справились с непростым заданием на «отлично»...

Несложно догадаться, что безупречное владение грамматикой и орфографией у Нины Викторовны появилось не вчера и не случайно, а было заложено в самом раннем возрасте.

— *За любовь к родной речи я благодарна своей бабушке, которая работала учителем русского языка и литературы и была директором школы, — улыбается отличница. — Еще до поступления в первый класс она не только научила нас с сестрой читать, но и приучила к диктантам и прочим упражнениям. Эти дополнительные занятия продолжались и во время учебы в школе. К примеру, под диктовку бабушки мы писали известный среди филологов текст про Агриппину Саввинию и дощатую террасу, с которым справляются даже далеко не все студенты специализированных вузов...*

Однако профессиональная карьера Нины Овчинниковой оказалась связанной не с филологией или журналистикой, а с диагностикой заболеваний. И вновь причина тому — семья, ведь ее отец и мать работают врачами. Окончив тюменскую Медицинскую академию, вслед за мужем Нина Викторовна приехала в Новый Уренгой, где начала трудиться в Центральной городской больнице. А вскоре ее пригласили в медицинское подразделение нашего газодобывающего предприятия.

— *Главными стимулами к смене места работы стали возможность профессионального роста и применение здесь более современного оборудования, — делится Нина Овчинникова. — Например, маммограф — цифровой, а не аналоговый. В результате и качество изображения на порядок лучше, и снимки остаются в архиве МСЧ, а не только выдаются на руки пациентам. В ближайшем будущем*



*мы с нетерпением ждем цифровой рентгеновский аппарат и компьютерный томограф.*

Вторая же существенная причина, по которой у перспективного специалиста не было сомнений в необходимости перехода в Общество «Газпром добыча Уренгой» — возможность заниматься любимым делом. В составе команды Медико-санитарной части она успешно защищает честь предприятия на Спартакиаде работников здравоохранения города Нового Уренгоя, участвует в соревнованиях по пляжному волейболу, а недавно была приглашена и в женскую сборную Общества.

Специфика труда для Нины Викторовны тоже имеет большое значение. Стало меньше рутинных, появилась возможность заниматься интересной для нее маммографией. Кстати сказать, она считает рентгенологию очень творческой специальностью, ведь мало просто сделать качественный снимок, необходимо точно и грамотно его описать. Стиль написания протокола у каждого доктора свой, он вырабатывается годами. Вначале текст громоздкий, содержит немало



лишней информации, потом становится короче, более емким и удобным для восприятия. Здесь и приобретает особое значение хорошее владение русским языком — протоколы описания снимков Нины Овчинниковой выгодно отличаются ясностью и грамотностью изложения. У нее даже собралась небольшая коллекция ошибок и описок в медицинских направлениях — когда вместо «маммография» написано «момография», или большого направляют на рентгенографию «грудных клеток» — как будто у человека их несколько...

Однако главным показателем профессионализма врача-рентгенолога, каковым и является наша героиня, справедливо считается правильное прочтение снимка, когда сложное заболевание удается обнаружить на самой ранней его стадии. Ведь это позволяет человеку не только справиться с болезнью, но и сохранить качество жизни. Именно поэтому врачи вновь и вновь призывают людей, чувствующих недомогание, не откладывать визит в поликлинику в долгий ящик. Иногда это в буквальном смысле может стоить жизни.

Но вернемся к Тотальному диктанту, в котором Нина Викторовна впервые принимала участие.

— *У меня было желание сделать это и раньше, но, к сожалению, возможности не представилось, — говорит она. — А в этот раз мы с мужем отложили все дела и отправились на одну из площадок — в восьмую школу. Там мне все очень понравилось! Замечательная атмосфера, отличный диктор, интересное выступление автора текста — детского писателя Андрея Усачева. Мы «влетели» в кабинет практически за две минуты до начала, но нам нашлось место, получили бланки и приступили к заданию. В такой доброжелательной обстановке и результат оказался соответствующим: помимо моей «пятерки», порадовала «четверка» мужа.*

В следующем году Нина Овчинникова вновь сядет за парту, чтобы написать диктант. И нет сомнений, что ее работа окажется одной из самых грамотных — ведь по-другому она не умеет.

**Александр БЕЛОУСОВ**  
Фото Элины ГОЛОВИНОЙ

### КСТАТИ...

В начале двухтысячных годов студенческий «Глум-клуб» гуманитарного факультета Новосибирского государственного университета предложил идею организации массового диктанта. Впервые он прошел в стенах вуза 11 марта 2004 года в рамках мероприятия «Дни гуманитарного факультета НГУ».

Первые шесть диктантов писали в Новосибирске, тексты заимствовали из произведений русской классики. В настоящее время Тотальный диктант проходит одновременно в десятках городов России и мира с поправкой на часовые пояса. Эта ежегодная образовательная акция призвана привлечь внимание к вопросам грамотности и развития культуры письма.



Коллектив службы по связям с общественностью и СМИ ООО «Газпром добыча Уренгой» поздравляет с юбилеем

**Ларису Александровну СКУФИНУ,**  
**Ларису Николаевну КИСЛЮЮ.**  
А также с днем рождения —  
**Наталью Алексеевну БАРКАЛОВУ,**  
**Алексея Николаевича БРЕУСОВА,**  
**Наталию Вячеславовну ЕФИМОВУ.**  
☞ ☞ ☞

Коллектив общежитий для вахтового персонала ГП-13 Управления по эксплуатации вахтовых поселков Общества поздравляет с юбилеем  
**Давлетшу Исмаиловича ЮСУПОВА.**  
☞ ☞ ☞

Цеховой комитет ГКП-1А Уренгойского газопромышленного управления Общества поздравляет с днем рождения  
**Дмитрия Леонидовича ФЕЛЬДМАНА,**  
**Владимира Яковлевича МАФТИКА.**

## С ПРАЗДНИКОМ!

Администрация и профсоюзный комитет Управления дошкольных подразделений Общества поздравляют **сотрудников**  
**С ПРАЗДНИКОМ ВЕСНЫ И ТРУДА.**  
Пусть Первомай создаст для вас и ваших близких замечательную атмосферу добра, радости, дружбы и мира. ■

## АФИША

КСЦ «Газодобытчик» приглашает на спектакли театра «Северная сцена»:

- 2 и 3 мая «Голоса войны» (12+). Начало в 19.00;
- 6 мая в 17.00 и 7 мая в 18.00 «Кон.Вой» (14+);
- 20 мая в 19.00 и 21 мая в 18.00 «Очень простая история» (16+).

Справки по телефонам: 94-10-90, 94-10-99. ■

## К СВЕДЕНИЮ

Расчетный отдел службы бухгалтерского учета и финансирования УЭВП Общества просит подойти в кабинет № 101 А неработающих пенсионеров, у которых числятся неполученные выплаты:  
**Ащеулов Николай Алексеевич,**  
**Веревкина Евгения Васильевна,**

**Вознюк Наталья Михайловна,**  
**Каримов Рашит Биалалович,**  
**Козлов Владимир Васильевич,**  
**Кортышев Вячеслав Иванович,**  
**Мартынов Сергей Васильевич,**  
**Неменкова Валентина Евгеньевна,**  
**Серебряков Анатолий Михайлович.**  
Телефон: 99-62-31. ■

Коллектив ГКП-2 Уренгойского газопромышленного управления Общества поздравляет с днем рождения

**Николая Валерьевича ФРОЛОВА.**  
☞ ☞ ☞

Коллектив Управления автоматизации и метрологического обеспечения Общества поздравляет с днем рождения

**Павла Петровича ПОЗДНЯКОВА.**  
☞ ☞ ☞

Коллектив Управления технологического транспорта и специальной техники Общества поздравляет с юбилеем

**Александра Ивановича ПАЩЕНКО,**  
**Марию Борисовну АБДУЛЬМАНОВУ,**  
**Василия Григорьевича ТЫШЛЕКА.**  
☞ ☞ ☞

Коллектив Газопромышленного управления по разработке ачимовских отложений Общества поздравляет с юбилеем

**Юрия Геннадиевича АЗАРОВА.**  
А также с днем рождения —  
**Людмилу Александровну КОЛЧАНОВУ,**  
**Мариону Георгиевну КОВАЛЕВУ.**

Коллектив хозяйственной службы Аппарата управления Общества поздравляет с днем рождения

**Марию Федоровну ХРИПТУН.**  
☞ ☞ ☞

Коллектив службы организации восстановления основных фондов администрации Общества поздравляет с днем рождения

**Вадима Исмаиловича ШУТУКОВА.**  
☞ ☞ ☞

Администрация и профсоюзный комитет Управления по эксплуатации вахтовых поселков Общества поздравляют с днем рождения

**Эльдара Магарбиевича АГУОВА.**  
☞ ☞ ☞

Коллектив ГКП-8 Уренгойского газопромышленного управления Общества поздравляет с днем рождения

**Оксану Витальевну ХИМИЧ,**  
**Рината Рифкатовича ЗАРИПОВА,**  
**Игоря Викторовича ВЕСЕЛОВА,**  
**Дмитрия Ильича КОВОИЦКОГО,**  
**Валентину Владимировну**  
**ВАСИЛЬЕВУ,**  
**Сергея Валерьевича ЕГОРОЧКИНА,**  
**Лилию Николаевну МАМОНТОВУ.** ■

## КОНКУРС

### «ПРИРОДА — ДОМ, В КОТОРОМ МЫ ЖИВЕМ»

Под таким названием накануне профессионального праздника, Дня эколога, в Обществе «Газпром добыча Уренгой» пройдет конкурс в следующих номинациях: рисунки (формат не менее А4); поделки из природных материалов; фотографии (формат не менее 15x21 см); рефераты, исследовательские работы и статьи на тему: «Современные проблемы экологии и устройства развития общества», «Сохранение благоприятной окружающей среды и рациональное использование природных ресурсов для здоровья и благополучия людей», «Экологическая культура в современном обществе».

К участию в конкурсе приглашаются воспитанники дошкольных и общеобразовательных учреждений, городских учреждений профессионального и высшего образования, а также работники Общества «Газпром добыча Уренгой». Работы, соответствующие тематике конкурса, принимаются с указанием фамилии, имени участника, возраста, места учебы или работы и контактного телефона. Допускается участие каждого в разных номинациях с предоставлением неограниченного количества работ. Работы принимаются с 23 по 30 мая в кабинете № 310 Инженерно-технического центра (ул. 26 съезда КПСС, 11 А) или по электронной почте: [s.v.yakovleva@gd-urengoy.gazprom.ru](mailto:s.v.yakovleva@gd-urengoy.gazprom.ru).

Информация по телефонам: 99-18-32, 99-18-34. ■

## АКЦИОНЕРАМ И ИНВЕСТОРАМ

### ЦЕНЫ НА АКЦИИ ОАО «ГАЗПРОМ» (в рублях)

	12.01.15	25.04.16	26.04.16	27.04.16	28.04.16
ММВБ	141,44	159,90	161,80	162,57	—
Новый Уренгой («Газпромбанк»)	138,00	155,00	155,00	157,00	155,00
	150,00	164,00	164,00	166,00	164,00

