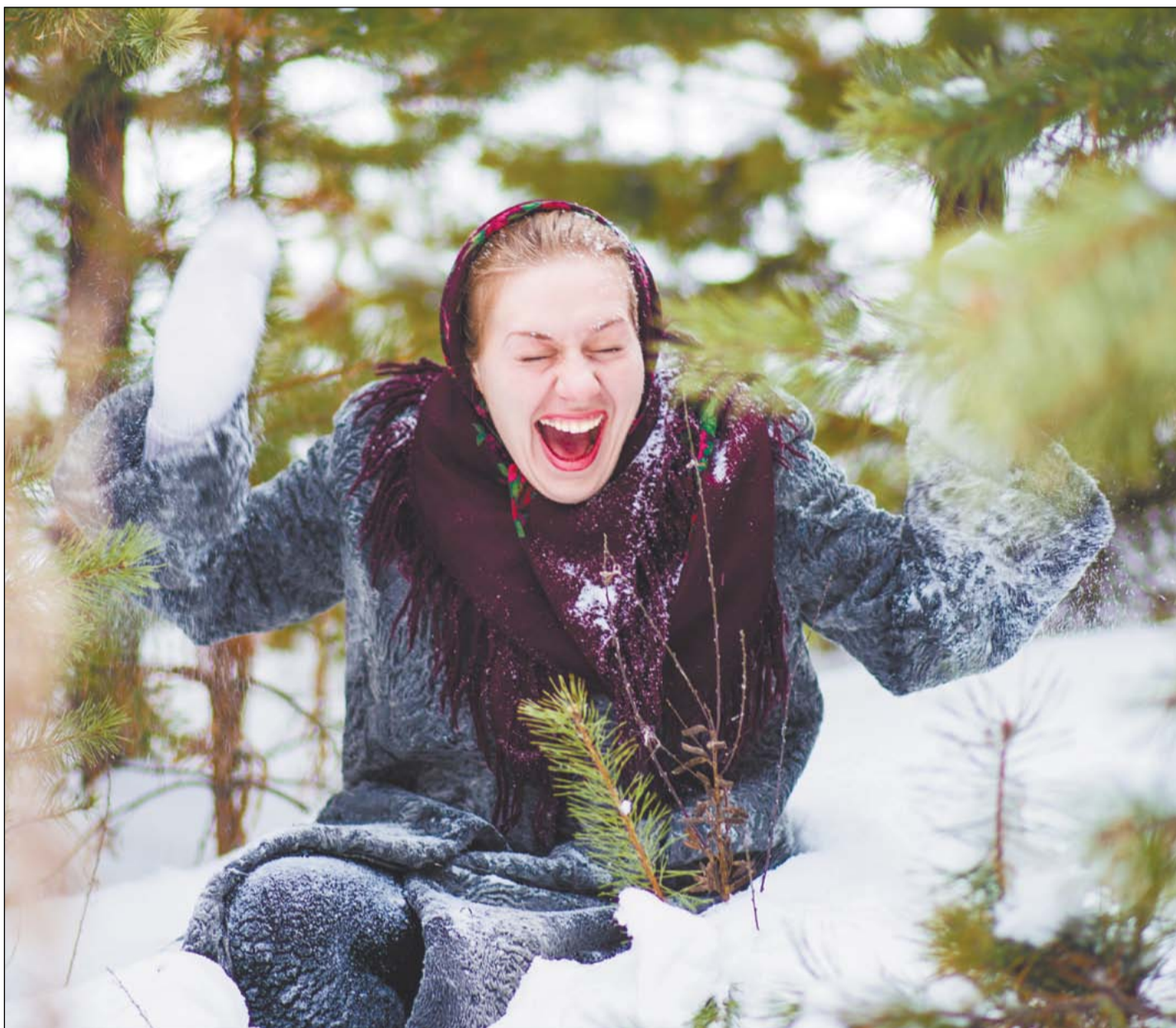


# 8 Марта! Новатор

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА КОРПОРАЦИИ ВСППО-АВИСМА ИЗДАЁТСЯ С 1942 ГОДА



## ...А воды уж весной шумят

«Ещё в полях белеет снег, а воды уж весной шумят...» – строки одного из самых известных стихотворений Фёдора Тютчева «Весенние воды» как нельзя лучше подходят под описание мартовских дней. Весна пришла по календарю, днём солнце уже не только светит, но и греет, на дорогах – лужи и слякоть, а в лесу ещё лежит белый, не тронутый пылью и копотью города, снег. Но, даже если ртутный столбик термометра опускается на явно зимний уровень, например, до минус 12, всё равно за окном – весна!

Весна чувствуется во всём: в желании снять зимнее пальто и облачиться в лёгкую куртку, в наших планах помыть окна и сделать генеральную уборку квартир, в активизации садоводов, уже поливающих рассаду на окнах, в «плачущих» крышах производственных пролётов и жилых домов, с которых не успели счистить снежные слои. Но, главное, весна – в нашем настроении. В предпраздничном настроении. В предвкушении Дня, когда каждая женщина становится ко-

ролевой, её осыпают комплиментами, цветами, подарками и любовью. Во всяком случае, именно таким должно быть 8 Марта для героинь праздника. И «Новатор», как всегда, готов внести и свою частичку в создание общего весеннего настроения.

Большинство публикаций этого номера – о женщинах. Не все материалы явно праздничные. Например, интервью с новым главным врачом ЦГБ посвящено будничным темам развития здравоохранения, но на

наши вопросы отвечает талантливая и обаятельная женщина-руководитель. Обаяние и женский шарм – всё это читатели найдут и в материале о заместителе начальника цеха № 19 Светлане Васильевой, хотя чисто праздничных вопросов к ней не будет. Одним словом, в предпраздничном выпуске «Новатора» – доказательства того, что, чем бы ни занимались милые дамы, они успешны, энергичны, талантливы.

И пусть маленькие букеты, которыми дизайнеры газеты заменили традиционные рубрики «Новатора», станут весенним приветом всем нашим дорогим читательницам.

**На снимке:** Екатерина ТАРАНОВА, инженер-лаборант ВСППО: «Здорово, когда у тебя весеннее настроение, а вокруг – снежное величие уральского леса!»

### ВОПРОС НЕДЕЛИ

## Весна чем в Вашем сердце отзовется?

**Наталья САФРОНОВА, заместитель директора Дворца культуры имени Агаркова:**

– Весна в моём сердце отзовется новым, свежим, как весенний ветер, настроением. Надеюсь, вдохновит на новые идеи, повысит работоспособность. Впереди у нас праздники для салдинских женщин, поэтому все заботы о том, чтобы салдинским дамам концерты во Дворце понравились.

**Валентина БРЮНЕТКИНА, пенсионер:**

– Нынешняя весна будет у многих из нас ассоциироваться со словом «Евромайдан». На Украине живёт огромное количество русских и русскоязычных людей. Сейчас мне очень тревожно за них. Украинские территории и так во времена Великой Отечественной войны были щедро политы кровью русских людей! Прошло почти 70 лет! И вдруг опять бандеровские молодчики хотят захватить Украину. Страшно! Но мы умеем в трудные дни проявлять братские чувства, и Россия, конечно, не бросит нашу любимую Украину в беде.

**Александр БОРОВИКОВ, сотрудник комплекса «Мельничная»:**

– Тревогой отзовется! У меня хоть и есть небольшие накопления – не скрою, но будет очень жаль, если они растают с нынешним снегом. Очень тревожит бесконечный рост цен и падение рубля!

**Александр СОБОЛЕВ, плавильщик цеха № 32 ВСППО:**

– Что посеешь весной – то пожнёшь осенью и зимой. У садоводов в это время года забота о будущем урожае. И первая задача – семена. Наступило время выращивать рассаду, начал обдумывать, всё ли купил, хороший ли сорт, и какой получу урожай.

**Ксения БАРАБАНЩИКОВА, психолог:**

– Я очень люблю весну, несмотря на слякоть и грязь! Именно весной в людях чувствуется прилив сил! И настроение действительно весеннее – радостное. От этого окружающий мир каждого из нас становится лучше!

**Андрей НИКИТИН, водитель:**

– Рыбалкой. Жду, когда рыба проснётся. Я – в предвкушении весеннего клёва.

## КОРПОРАТИВНЫЕ БУДНИ

К КИСЛОТЕ –  
С ОСОБЫМ  
ПОДХОДОМ

В кислотохранилище цеха № 26 ВСМПО ведутся работы по замене ёмкостей для хранения серной кислоты. Две из трёх установленных в хранилище цистерн, вместимостью 100 кубических метров, в конце прошлого года были выведены из эксплуатации по решению экспертизы промышленной безопасности. Они отслужили предприятию верой и правдой 37 лет, свой рабочий ресурс выработали. Новые ёмкости приобретаются в рамках инвестпрограммы по статье «ремонт существующего оборудования».

Специалисты подрядной организации «Строительно-монтажное управление» из Асбеста демонтировали одну из цистерн и водрузили на её место новую, прибывшую на ВСМПО из Екатеринбурга. Монтажникам пришлось трудиться в самые крепкие морозы. Как рассказал генеральный директор СМУ Олег Гончаров, компании не привыкать работать при минусовых температурах, поскольку сборка металлоконструкций всегда проводится на открытом воздухе.

В кислотохранилище подрядчики выполняли работы без остановки цикла выдачи и перекачки кислоты. Ёмкость выставили на опоры, которые будут обкладываться огнеупорным кирпичом. Прибытие второй цистерны на место установки ожидается в летние месяцы. После этого потребуется провести «трубопроводную обвязку» – соединение с коллектором основного трубопровода, подающего серную кислоту в трассу цеха № 16, затем соединить с рабочей ёмкостью, то есть создать единую систему трубопроводов перекачки и выдачи кислоты, в том числе и резервную линию для перекачки кислоты из одной ёмкости в другую.



Во второй половине февраля начался монтаж шахтной печи в цехе № 21 ВСМПО.

Фундамент печи находится ниже уровня пола на 6,8 метра. Работы по его устройству и заливке были начаты в августе прошлого года.

– Фундамент очень сложный. Глубина его залегания ниже уровня фундамента несущих колонн цеха. Поэтому пришлось предварительно строить опорную шпунтовую стенку, что потребовало много дополнительного времени, – отмечает Дмитрий Нелюбин, начальник службы реконструкции цеха № 21.

Высота печи – шесть метров. Почти вся она расположилась ниже нулевой отметки, возвышаясь над уровнем пола лишь на один метр.

Монтаж печи начался 18 февраля, а 26 февраля работники цеха № 49 завершили сборку её механической части. И всё благодаря тому, что печное оборудование прибыло на завод крупными узлами, это позволило сэкономить время для монтажа.

– Никаких сложностей в процессе установки печи не возникло, – говорит Дмитрий Нелюбин. – Печь не слишком габаритная, поставлена тре-



мя модулями. Это единственная на ВСМПО шахтная печь. Почему решили купить именно её? Ради экономии рабочего пространства – печь очень компактная. Что касается производительности, то от своих собратьев, расположенных над уровнем пола, она не отличается.

В настоящее время ведутся работы для подвода к печи электричества и воды. А уже через неделю начнётся пусконаладка. Запуск печи в эксплуа-

тацию запланирован на вторую половину марта этого года.

Наблюдать за монтажом своего детища приехали представители израильской фирмы-изготовителя «Электротерм». «Новатор» попросил одного из сотрудников «Электротерма» – Георгия Садыхова – поделиться своими впечатлениями:

– Мне очень приятно работать с салдинцами. Нам все очень помогают в процессе монтажа. На установку печи,

состоящей из трёх модулей, отведено три недели. Это гораздо меньше, чем мы её изготавливали и проверяли.

В нашей компании работает всего 25 человек. Сами мы не производим металлические формы, а заказываем у сторонних предприятий. Наша главная задача – собрать печь по запчастям в цельную конструкцию и автоматизировать её. Делается это вручную.

Верхняя Салда – прекрасный город. Я приехал сюда уже во второй раз. Часто гуляю по улицам, и больше всего мне нравятся люди – гостеприимные и интересные в общении. Я ведь родился в Союзе, в Баку, учился там на экономическом факультете, да и потом по работе приходилось бывать в разных городах – Перми, Рыбинске, Электростали. На своей малой родине я не был с 1990 года, когда уехал жить в Израиль в город Назарет. После Салды я еду в Электросталь, а потом в Ступино, где наша фирма также занимается монтажом электропечей. К 8 Марта я непременно вернусь домой, в Израиль, а потом снова к вам – обучать ваших специалистов работе на новой печи.

Елена СКУРИХИНА

## Хоть суп вари

## Система фильтрации на новых гарнисажках обеспечит максимальную очистку воды

Специалисты екатеринбургской компании «ЭкоПроект» наносят последние штрихи монтажа отстойников – флокуляторов. Это металлические резервуары, которые станут основным узлом фильтровального отделения насосной станции строящегося участка гарнисажных печей цеха № 32 ВСМПО. От обычных отстойников флокуляторы отличаются многоступенчатой очисткой воды. Как рассказал «Новатору» начальник участка строительства Дмитрий Ахундов, системы фильтрации включают в себя механическую, химическую очистку, а также систему водоподготовки.

Технология флокуляции уже несколько лет с успехом используется на промышленных предприятиях и позволяет добиться высокого качества технической воды. «На ней можно будет даже готовить еду», – весело констатирует начальник участка компании «ЭкоПроект» Александр Черников.

Александр, конечно, шутит. Несмотря на это, у екатеринбургских подрядчиков задачи серьезные: им предстоит за-



Руслан Сарамсаков даёт гарантию на новые фильтры

вершить монтаж системы в короткие сроки, провести пусконаладочные работы всего комплекса насосной и обучить операторов станции.

С пуском фильтровального отделения решится сразу несколько важных экологических и экономических задач Корпорации ВСМПО-АВИСМА. Систе-

ма оборотного водоснабжения снизит водопотребление предприятием. Вода в замкнутом цикле будет проходить очистку и фильтрацию.

– Отличие новой системы от оборотного водоснабжения на действующих гарнисажных печах в том, что качество воды после очистки будет очень высоким, поэтому меньшему износу подвернутся системы водоводов и всего оборудования, по которому будет проходить вода, – акцентирует Дмитрий Ахундов.

Фильтрационная – одна из частей комплекса. Вторая часть – насосное отделение, где в настоящий момент ведутся работы по автоматизации процессов, а через несколько дней начнутся пневмоиспытания водоводов.

Насосная станция оборотного водоснабжения выстроена с запасом: на шесть гарнисажных печей, при том, что в монтаже – две. Но если будет принято решение о расширении участка и строительстве ещё четырёх «гарнисажек», водовод легко «потянет» дополнительный объём.

Ольга ШАПКИНА

КОРПОРАТИВНЫЕ БУДНИ

# 1 200 СТЫКОВ – И ГОТОВО

## Гидравлическую систему пресса-4 000 монтируют по особой технологии



Ещё раз всё проверить перед монтажом



Специалисты «100 тонн Сервис» поднимут любую тяжесть



Александр Пинигин рассказывает о ходе работ

**Четырёхтысячник собран! Последняя стадия механической сборки нового пресса в цехе № 22 – установка верхней траверсы – завершена на прошлой неделе. Монтажные бригады цеха № 50 и специалисты подрядной организации – екатеринбургской фирмы «100 тонн Сервис» в течение 30 минут подняли 70-тонную деталь на высоту двухэтажного дома.**

До пуска в эксплуатацию агрегата предстоит выполнить большой объём работ – смонтировать направляющие втулки, провести затяжку колонн, выполнить монтаж ковшочных манипуляторов, закрепить стол смены инструмента и «магазин» сменных бойков.

Но основа пресса – готова! И сейчас работы ведутся на всех узлах ковшочного комплекса, в том числе и на 11-метровой от-

метке ниже нулевого уровня, то есть в подвале. Здесь идёт сборка гидросистемы, точнее, маслосистемы, которая состоит из ни много, ни мало – 1 200 стыков(!). Стенки стальных труб разного диаметра и разной толщины будут соединены между собой по особой технологии, разработанной в бюро сварки ВСМПО. Методика согласована с производителем пресса, немецкой фирмой SMS Meer.

– *Посмотрите, каждый торец трубы закрыт заглушкой, потому что полость внутри должна быть чистой. По старинке огнём и болгаркой резать трубы запрещено. Подравниваем их в размер на пилах «Касто», снимаем фаску и под определённым углом подготавливаем кромку к сварке. Ни пылинки внутрь не должно попасть, –* проводит экскурсию в подвальном помещении,

разъясняя принцип работы по прокладке маслопровода Александр Пинигин, заместитель начальника цеха № 50 по производству.

На монтаже пресса задействованы четыре бригады 50-го цеха, в каждой по два сварщика и пять слесарей. Две бригады работают с утра, две бригады – с четырёх.

Для журналистов действия, происходящие в подвале нового пресса, намного интересней, чем те, что совершаются у подножия агрегата. Это логично: пресс-4 000 – с нижним приводом, и его главные гидравлические цилиндры расположены внизу.

Почему пресс спроектировали именно так? Потому что он работает на масле, а масло – пожароопасное, поэтому для безопасности процесса и людей маслосистему «спрятали» под пол.

Однако, есть сложность. В узком подвальном коридоре нет грузоподъёмных механизмов, и все «трубочки», весом под 200 килограммов, приходится носить на руках. Как в таком ограниченном пространстве рабочие поднимают толсто-стенные комплектующие сосудов пресса, монтажники секрет не выдали. Зато рассказали, что стыковать трубы – это не только сваривать их. Части системы нужно разложить по подвалу и подогнать по длине. Под каждую трубу сделать держатель, приварить его к закладным металлическим элементам фундамента...

До конца марта специалисты «ВСМПО-Строитель (УКС)» должны начать монтаж пульты пресса-4 000, а электрики цеха № 6 – приступить к монтажу энергосистем.

Наталья КОЛЕСНИЧЕНКО



Ёмкость для масла (более 40 кубов), которым будет запитан весь ковшочный комплекс



Общий вид пресса-4 000. Мастер цеха № 50 Алексей Поляков выводит в горизонт «магазин» смены инструмента

### В ЗАЩИТУ ГЛАЗ

Специальными защитными очками снабдили новый участок механической обработки дисков цеха № 22 ВСМПО.

Теперь каждый, кто входит в помещение участка, в том числе различные делегации и работники сторонних организаций, должны непременно надеть очки, чтобы защитить глаза. Стружка, отлетающая в процессе работы от станков, в любой момент может травмировать слизистую. Могла! Теперь защитной бронёй стали современные и удобные очки.

### В «DIRECTUM» НОВЫЙ МОДУЛЬ

Сотрудники информационно-вычислительного центра ВСМПО ввели в опытно-промышленную эксплуатацию модуль управления документами систем менеджмента.

Модуль управления нормативно-технической документацией на базе электронного документооборота «Directum» функционирует с конца февраля нынешнего года. В связи с этим начат перенос актуальных версий документов в электронном виде из системы «Автоматизированная система управления научно-технической документацией» («АСУ НТД») в модуль «Научно-техническая документация» системы электронного документооборота «Directum». Он должен быть завершён к концу первого весеннего месяца. После выполнения всех работ по переносу актуальных версий документов, системе «АСУ НТД» будет присвоен статус архива.

### ОБМЕНЯЕМ ПОЛИСЫ

В цехах ВСМПО активизируется кампания по обмену медицинских полисов обязательного страхования старого образца на документ нового образца.

Данная процедура необходима для беспрепятственного предоставления медицинской помощи работникам ВСМПО в медицинских учреждениях на всей территории Российской Федерации. Организация обмена медицинских полисов возложена на управление по работе с персоналом ВСМПО. Именно специалист данного управления будет получать новые медицинские полисы в страховой компании «Астрамед-МС» и потом передавать их в цехи.

Перед тем как списки работников ВСМПО попадут в страховую компанию, будет проведена сверка персональных данных для исключения неточностей. Она должна завершиться к 30 июня.

МОЛОДО – НЕ ЗЕЛЕНО

## МЫ – УМЫ

В конце прошлой недели в актовом зале школы № 2 собрались пытливые умы – ученики образовательных учреждений Верхнесалдинского городского округа. Здесь прошло награждение победителей и участников XVII научно-практической конференции «Мои исследования – родному краю».

Конференцию совместно организовали и провели специалисты Управления образования, общеобразовательных учреждений Верхней Салды и представители Корпорации ВСМПО-АВИСМА.

В дни работы конференции на 17-ти секциях были представлены 110 работ, в том числе и направления, посвященные производству титана: технологическая секция «Постигая суть титана» и историческая «Судьба страны в судьбе завода».

Отдел молодежной политики Корпорации ВСМПО-АВИСМА организовал специальные призы для участников и призёров производственной секции. Шесть победителей получили электронные книги.

– Я участвовал в составе жюри корпоративной секции «Постигая суть титана», – говорит Евгений Ездоков, начальник бюро по работе с учебными заведениями цеха № 12 ВСМПО. – В нашей секции были представлены 4 работы. Работы достойные. Конечно, были плюсы и минусы, но в целом, я считаю, ребята справились. В нашей секции, составом жюри мы определили двух победителей.

Двое из восьми участников корпоративного направления были отмечены особо. Ярослав Дроник, ученик школы № 2, награжден в номинации «За творческий подход», Алексей Бухвастов, студент Верхнесалдинского авиаметаллургического техникума, заинтриговал практической направленностью своей работы. Строгое жюри смотрело, насколько идеи работ применимы в металлургическом производстве, соответственно, юноши получили рекомендации развивать идеи научных исследований.

– Мне очень хотелось бы в будущем услышать имена этих ребят в большой науке, – поделилась своим мнением о салдинских талантливых учениках директор школы № 2 Рената Калиенко.

Польза как для участников, так и для организаторов конференции очевидна. Ребята расширяют кругозор и представляют нестандартное решение научных проблем, а Корпорация привлекает к сотрудничеству ищущие и пытливые личности.

Мargarита ТИМОХОВА



## Неземная привилегия

Крановщицы цеха № 21 всегда на высоте, и не только на работе



**В отличие от большинства сотрудников цеха № 21 ВСМПО и всех, кто приходит в это самое крупное подразделение предприятия, этим женщинам открывается совсем другая панорама. Их рабочее место – на высоте, а в руках сила, способная обрабатываться с тоннами, как с пушинками.**

Татьяна Черных – мастер подъемного транспортно-оборудования цеха № 21, скромно признаётся, что именно там, в кабине, она чувствует себя счастливой. Посвятив кранам более 30 лет трудового и жизненного пути, сегодня она, уже руководитель тех, кто каждую смену взбирается на высоту, с теплотой вспоминает, как сама трудилась машинистом крана, и считает эту профессию особой и очень важной для всех производственных процессов:

– Работа крановщицы сама по себе очень интересна, но, как в любом деле, нужно призвание, а для нашей профессии ещё и хорошее здоровье. Девушкам, выбравшим эту специальность, надо помнить, что мы управляем краном, параллельно работая с людьми, которые находятся внизу. И везти груз – это достаточно опасно, нужно всегда быть предельно внимательной.

Самое главное в работе крановщицы – соблюдение техники безопасности, так как перемещение грузов всегда связано с риском причинения вреда здоровью и жизни других рабочих, реже самого ма-

шиниста крана. Всю смену им необходимо быть внимательными, наблюдательными и чувствовать кран в управлении.

– От работы крановщицы зависит весь цеховой план, производственники без нас никуда, все это понимают. Поэтому важно, чтобы там, наверху, в кабине, она была в нормальном расположении духа, контролировала свои действия и в целом рабочий процесс.

А внизу, на земле, о женщинах, которые работают крановщицами, говорят: «Отчаянные девчонки». Высота самого большого крана в цехе № 21 равна высоте девятиэтажного дома – 27 метрам. Далеко не каждый мужчина способен работать на такой высоте. Тут нужна смелость и крепкое здоровье!

На ВСМПО быть машинистом крана – исключительно женская привилегия. Бывало, на практику приходили парни, но, увы, работать не получалось.

– Говорят, когда-то давно у нас на заводе крановщицами были мужчины, а с течением времени эта профессия стала чисто женской. Наши мужчины не желают идти работать на кран, выбирая профессии кузнеца, слесаря или прокатчика. Но так не везде. Например, на заводе в Серове, где находится литейное производство, крановщицами работают в основном мужчины. На стройке много мужчин-крановщиков: башенный кран сильно качает, особенно при подъёме груза, вот этой качки женщины и боятся.

Вот и создали себе крановщицы особый, женский мир. Но мир да лад в этом «бабьем царстве» не каждому мастеру удаётся поддерживать.

– Женщины сами по себе своеобразные, иногда капризничают. Но работа есть работа. Я говорю так: «Пришли сюда – капризы оставь дома, капризничать будем за проходной – перед мужьями или женами».

Коллектив крановщиц в цехе № 21 молодой и дружный. В основном здесь трудятся женщины в возрасте от 20 до 40 лет. А это значит, что у одной – учёба, у другой – маленькие дети, у третьей – родители занемогли... Но если возник форс-мажор, девчонки не отказывают друг другу в помощи. Татьяна Васильевна сумела создать такую атмосферу в коллективе, при которой взаимовыручка вполне естественное явление. Сама мастер старается относиться к сотрудницам с пониманием. Будучи руководителем, она не забывает о том, что женщины любят ушами, и в работе этот принцип действует ещё как!

– Девчонкам всегда приятны хорошие отношение и похвалы со стороны коллег. Стараюсь относиться по-доброму, даже ласково иногда. Но бывают моменты, когда приходится прикрикнуть, заругаться и наказать. Справедливая строгость нужна, чтобы не распускались. Но это в крайнем случае. Гораздо чаще стараюсь пользоваться «пряником», – улыбнувшись, пояснила Татьяна Черных.

– Я тоже хотел крановщицей стать, – увидев Татьяну Васильевну в сопровождении корреспондента пресс-службы ВСМПО, подметил один из водителей стоящей возле цеховых ворот машины.

– И что помешало?

– Да высоты боюсь, – почему-то радостно сообщил он. – Однажды в молодости залез на кран, и тут же мне показалось, что земля летит из-под ног. С тех пор снизу девчонками нашими люблюсь.

А у девчонок много работы, поэтому обед пролетает незаметно. И вот уже опять то и дело скользит кабина, ловко подхватывая очередную груз и доставляя его к месту с идеальной точностью.

Не каждому по силам работать под психологическим прессом ежесекундного ощущения соседства с пропастью и ответственности за людей, находящиеся под краном. Но если быть крановщицей – твоё призвание, со временем привыкаешь, втягиваешься и уже не можешь жить без высоты. И несмотря на то, что вокруг всё шумит, гудит, лязгает, внизу что-то кричат друг другу рабочие, крановщицы как королевы парят над этой суетой в своей кабине, и как пушинку поднимают многотонный груз. А ещё влюбляют в себя мужчин, воспитывают детей, демонстрируют чудеса кулинарного искусства. То есть всегда и во всём остаются на высоте!

Олеся САБИТОВА



# Взглядом хозяйки дома

**Обаяние руководителя – один из стимулов к ударному труду**

В руководящем звене ВСМПО немного представительниц прекрасного пола. Например, в должностях заместителей начальника цеха всего две дамы. Но какие! Яркие, эрудированные, профессиональные. Это заместитель начальника цеха № 39 Татьяна Печёнкина и заместитель начальника цеха № 19 по производству Светлана Васильева. «Новатор» в первые дни весны познакомился со Светланой Ивановной и с удовольствием представляет её своим читателям. Но вопросы, которые легли в основу интервью, не были связаны с романтическими рассуждениями, например, о поэзии, что было бы логично в канун Международного женского дня, с героиней этой публикации пришлось говорить о ремонтах и строительстве, то есть о том, в чём Светлана Васильева – настоящий профессионал.



**– Светлана Ивановна, что Вам помогло стать руководителем?**

– Наверное, моя активная жизненная позиция. Мои лидерские качества проявлялись и раньше, так как наряду с учёбой и работой я всегда занималась общественной деятельностью. Сначала в школе № 1, где училась и была комсоргом, потом в студенчестве. Очень многое в этом плане мне дали школьные учителя. Наш класс был дружным и активным, мы всегда были вместе – хоть металлолом собирать, хоть на празднике выступать. Придя в цех № 19 после окончания института в 1991 году, я сразу стала заместителем председателя профсоюзного комитета, руководителем культмассовой комиссии и параллельно бесшумной ведущей и сценаристом цеховых мероприятий. Работая в цехе № 12, была профгруппоргом отделов № 66, 67, членом профсоюзного комитета. Сейчас у меня не всегда хватает времени на общественную работу, но я поддерживаю людей, которые ею занимаются.

**– Став руководителем, Вы поддерживаете женщин, желающих так же, как и Вы, в своё время взять бразды правления в свои руки?**

– Конечно! Зачастую мужчины считают, что женщина не всегда может мыслить глобально и видеть на перспективу, как они. Но даже если с ними согласиться в этом, то кто как не женщина своим хозяйским взглядом заметит все мелочи, из которых складывается це-

лое? Сегодня Корпорация уделяет огромное внимание культуре производства. На днях первый заместитель генерального директора – исполнительный директор ВСМПО Николай Мельников проводил совещание на эту тему, подчеркнув, что в данном вопросе нельзя подходить к делу формально. И, к слову сказать, среди женщин очень редко встречаются формалисты. Нам, женщинам, очень важен конечный результат, чтобы на производстве был порядок во всём.

А если говорить конкретно о культуре в цехах, то её уровень зависит и от нашего подразделения в том числе. У нас есть бригада рабочих по комплексному обслуживанию и ремонту зданий и сооружений. Она выполняет работы по помывке и покраске основного технологического оборудования – прессов, манипуляторов, станков, печей, а также очистке полов и маслоподвалов в цехах № 1, 3, 4, 5, 21, 22, 31, 32, 37, 40, 54.

Недавно для этих целей цех приобрёл четыре новые моечные машины «Кёрхер». В феврале наше подразделение выполняло работы по снятию консервации с оборудования пресса усилием 4 тысячи тонн в цехе № 22 и влажной уборке фундамента, на который монтируется пресс. Бывают случаи, когда приходится оставаться вечером, выходить в ночную смену, чтобы наутро на объекте была чистота.

**– Как удаётся договориться с подчинёнными, чтобы**

**они вышли на работу вне своего графика?**

– Возможно, в таких случаях и выручает то, что я женщина. Стараюсь к каждому найти подход. При этом не последнее место, конечно, занимает материальная мотивация.

**– Светлана Ивановна, с кем проще договориться – с мужчинами или женщинами?**

– Я никогда не сравнивала. Костяк коллектива у нас сложился давно – это люди, которые преданы своему делу. И если их попросить дополнительно выйти на работу, редко отказываются.

Рабочие, занятые на благоустройстве территорий, прекрасно знают, что если с вечера непогода, пошёл снег, то на работу придётся выйти в 3-5 часов утра. У нас создана определённая система вызова, которая позволяет вовремя и оперативно реагировать на непредвиденные и аварийные ситуации. Хотя текучесть кадров тоже имеет место. Свободные вакансии есть, но идут к нам неохотно из-за невысокой заработной платы.

**– Мужчины часто выражают своё недовольство нецензурной бранью. Как при этом Вы себя ведёте?**

– Наш мастерский состав – 50 процентов мужчины. Но, как ни странно, я не слышала ни разу, чтобы они ругались матом. Рабочие в моём присутствии (опять же играет роль тот факт, что я женщина) также стесняются в выражениях.

**– Светлана Ивановна, как Вам, женщине, удаётся раз-**

**бираться в транспорте, запчастях, заказываемых для техники?**

– Для этого у нас есть специальная служба. Но и я сама читаю специальную литературу, езжу на семинары, прохожу обучение. Мы постоянно обновляем парк спецтехники. В числе наших последних приобретений есть автокран, экскаватор с гидромолотом, тягач для перевозки травильных растворов, гусеничный бульдозер, каток, самосвалы. И чтобы правильно сформулировать задачу, я должна знать о возможностях техники.

**– Вам хватает 8-часового рабочего дня?**

– Не всегда. Особенно не хватало в начале работы в новой должности. Но я стараюсь эффективно использовать каждый час рабочего времени, что позволяет успешно решать поставленные передо мной задачи в течение рабочего дня. Хотя возникают и непредвиденные аварийные ситуации, которые требуют задержки на работе для принятия решений.

**– А как Ваша семья относится к задержкам на работе?**

– У меня двое детей. Старшая дочь Наталья уже окончила Российский государственный профессионально-педагогический университет по специальности «Технологический процесс и менеджмент в металлургическом производстве», живёт и работает в Екатеринбурге. Младший сын

Иван учится в 4 классе. Он привык, что мама иногда задерживается, что ей нельзя звонить по пустякам во время работы и отвлекать. Но если уж у него действительно что-то важное, то он звонит и в двух словах излагает суть дела. А придя вечером домой, мы с ним совместно решаем возникшие проблемы.

**– Светлана Ивановна, как Вы считаете, в чём секрет успешного руководителя?**

– Нужно любить своё дело и людей, с которыми ты работаешь, ответственно ко всему относиться, быть порядочным во всём – обещаниях, поступках, делах. Сегодня у меня в подчинении около двухсот человек. Конечно, всех по имени я не знаю, но в лицо знаком каждый. Находясь на территории Корпорации, в цехах, где работают наши люди, я обязательно поздороваюсь, узнаю, как дела, какие у них проблемы. Думаю, так делает любой уважающий своих подчинённых руководитель.

**– У женщины-руководителя, наверное, и времени свободного не остаётся. Ведь надо и ужин приготовить, и уроки с сыном сделать, и дома убраться... Но всё-таки, если случается свободная минутка, чему её посвящаете?**

– Люблю тепло и уют, чтобы в доме был порядок, было красиво. Очень люблю заниматься комнатными цветами. Дома у меня их более трёх десятков разновидностей. Если прихожу с работы уставшая, то иду пообщаться с цветами: протираю листья, подрезаю, поливаю, и... сразу успокаиваюсь, восстанавливаю психологическое равновесие.

Ещё одно увлечение – люблю путешествовать. Объездили с детьми Крым, наше Черноморское побережье, несколько раз были в Тайланде – увидели другую культуру, природу, отличную от нашей. Во время отдыха нравятся получать много интересной информации, впечатлений, удивляться чему-то новому, а потом заражать своими эмоциями друзей и знакомых.

**– Светлана Ивановна, что пожелаете женщинам в канун 8 Марта?**

– Личного счастья, благополучия в семье, чтобы радовали дети, чтобы у всех женщин было больше поводов для улыбок. Ведь если женщина улыбается, то всё вокруг расцветает: и отношения складываются, и работа в руках кипит, а окружающих захватывает волна позитива!

Елена СКУРИХИНА



# Соединяя сердце с разумом

*Человек счастлив, когда он интересен сам себе*

**Татьяна Михасенко твёрдо знает, что заботливая мать должна любить своё чадо и оберегать его. А ещё она уверена, что светлое будущее ребёнка не придёт само, что есть такое полезное слово, как воспитание, к традиционным пунктам которого она неизменно добавляет и собственный пример.**

В семье Михасенко трое сыновей. О папе Олеге «Новатор» писал к 23 февраля, а маме Тане решено было посвятить страничку на 8 Марта.

Вырастить мальчишек умными, самостоятельными, успешными и красивыми личностями – это одно. Но сначала, попробуй, роди.

Ей предрекали, что останется бездетной, а случилось чудо. Миша родился 2 июня в 19.25, словно солнышко заглянуло в окошко. Татьяну доктора зашивают, а она от счастья забыла о боли и улыбается. Младенца сразу приложили к груди и больше с матерью не разлучали. В палате Татьяна ухаживала за первенцем, сама из многодетной семьи, она великолепно умела пеленать.

– Меня спрашивали: «Какой у вас ребёнок по счёту?». Я с гордостью говорила: «Первый».

Семья пребывала в неописуемом счастье, им так было легко, что очень скоро Татьяна и Олег решились на второго. Ромочка родился через полтора года, в феврале 1992-го. Но при родах у младенца случился вывих голеностопного сустава.

Белая полоса жизни сменилась на чёрную. Специалистов в Салде не было, и каждую неделю родители возили кроху к ортопеду в Нижний Тагил гипсовать ножку. Врачи предлагали поставить инвалидность, но родители отказались от диагноза и полтора года самоотверженно носили Ромку на руках, еженедельно пере-гипсовывая подрастающую ножку. Но в декабре 92-го, когда малышу было 11 месяцев, из-за частых автобусных поездок он подхватил тяжелейшее воспаление лёгких. От сильнодействующих лекарств пошла интоксикация, отёк сердца, почек. Ребёнка выписали домой умирать...

– От такого известия Олег вмиг поседел, а я проплакала всю ночь, но наутро уже знала, что делать. Мы начали потихоньку закалывать ослабленный детский организм, вначале буквально стаканом воды пытались облить больного Ромку, бегали с ним босиком... И он выздоровел!

С тех пор семья Михасенко предпочитает активный отдых, ходит в походы, занимается спортом, саморазвитием. Сплаваясь на катамаранах, родители с детьми прошли реки Реж, Усьву, Чусовую, Серьгу. Мальчишек учили преодолевать трудности, формировать сильный характер, а красивая уральская природа настраивала на романтику.

– В семи точках планеты установлены «Ангелы единой надежды», которые словно обнимают Землю, спасая от войн, катастроф, человеческих страданий. Они установлены по замыслу шведского скульптора Лены Эдвалл, выполнившей эту миротворческую миссию в 2005-м году после серии терактов в Мадриде.

Бетонные небольшие скульптуры,



весом в 36 килограммов, приносят счастье, нужно только подержаться за крылышки. Ангелы одновременно появились в Австралии, Канаде, Перу, Вануату, Мали, на Гавайях и у нас, в России, на реке Серьга, в природном парке «Оленьи ручьи». Представляете?!

Через 14 лет, почти в сорок, мечтая о дочери, Татьяна родила третьего сына, Алёшку. Конечно, мама старается, чтобы сын унаследовал сильные гены и любовь родителей, но, помимо семейных забот, у Татьяны есть своё увлечение, и не одно, причём в их перечне сад-огород – не главное. Она окончила Новосибирский электротехнический институт (НЭТИ), получила специальность «прочность летательных аппаратов». Работала на Вертолётном, сейчас в НТЦ ВСМПО, технарь, а её математический склад ума всё требует дополнительной подпитки.

– Мой принцип такой: человек должен быть интересен сам себе. Должно быть то, за что себя будешь уважать. Считаю, самосовершенствование очень важно. Я благодарна Олегу за то, что он мне позволяет этим заниматься. Хотя иногда говорит, что у него не трое детей, а четверо, считая меня, жену, самым первым и самым сложным ребёнком.

Татьяна показывает слайд-шоу о путешествии в 2012 году на Тибет. Под медитативную музыку продолжает рассуждения о том, что наука, культура и религия – едины. О том, что к Богу надо

тоже подходить с умом, соединяя голову и сердце, разум и любовь.

– Это Кайлас – священная гора, одна из непокорённых вершин. Её поклоняются тибетцы. А вот мы делаем кору вокруг Кайласа – обходим её по определённому маршруту на высоте 5 700 метров. Есть поверье – кто сделает 108 кругов, станет святым. Но даже один круг – 53 километра, не так-то просто даётся.

Ночью я спать не могла, вышла из палатки, небо чистое-чистое и гора словно светится! После этого осознала, как я люблю свою семью, как мне дороги родные люди.

Татьяна знакома с американским учёным Хосе Аргуэльесом – математиком, художником, преподавателем науки о новом времени.

Опираясь на дореволюционные работы естествоиспытателя Вернадского, она уверена, что Земля – это живое существо, вокруг которого существует всебанк – ноосфера – современная стадия биосферы, состоящая из человеческих духовных устремлений и достижений. Что жизнь вечна, что мысли не исчезают, что есть мир, откуда человек считывает информацию, накопленную предками, и таким образом развивается дальше.

– Я начала увлекаться этим в 2000 году. Была в Аркаиме, там встретила людей, которые пригласили сначала на Алтай, потом на Тибет, путешествовала по Крыму, Кавказу,

Байкалу, по Синайскому полуострову, была в Австрии, Венгрии. Пытаюсь разгадать тайны истории Земли – очень интересно.

Считаю, мы не первая разумная цивилизация. В результате научно-технического прогресса случилась гибель человечества, а потом снова возрождение. И сейчас наша задача – соединить накопление умственного, ментального процесса, то есть разума, с сердцем, что даст людям духовное исцеление и физическое здоровье.

...Все мы приходим в этот мир разными, со своими способностями и талантами. А значит, существует не одна реинкарнация – то есть перевоплощение души, возможность родиться заново. Обратите внимание, дети помнят своё воплощение. Когда моему младшему сыночку Алёше было три годика, он спрашивал, почему его зовут Алёшей, если он – Роман. И большинство его фраз начинались: «Когда я был большим...».

Меня очень увлекают книги Рами Блекта, сейчас я заканчиваю международную школу психоастрологии. Советую прочесть «Путешествия в поисках смысла жизни».

А ещё Татьяна рассказала, что наше тело пронизано кодом 13:20 – 13 основных суставов и 20 пальцев на руках и ногах – код основного «календаря» Галактических Майя, который они оставили на нашей планете.

– Я поняла, что духовность не где-то там. Если хочешь, чтобы любовь была в семье – измени себя, попробуй лишний раз не раздражаться, избавься от негатива, развивайся, дари любовь, поддерживай форму.

Старший сын рано вылетел из гнезда. Я и сама уехала из Армении, где мы жили, в Новосибирск, сразу после 10 класса. На кухонной стене у нас висела огромная карта мира. Мы обедали, и папа сказал: «Выбирай, куда поедешь». Я ткнула пальцем и попала в Новосибирск...

Так вот, о Мише, вначале он хотел быть мультипликатором, но всё-таки математика с физикой победили. Сейчас изучает строение Вселенной – мироустройство, взаимосвязь микро- и макромира. Он выступал на международной конференции в Женеве...

В том, что сейчас открывают учёные, я вижу крупницы древнейших знаний. Изучая микрочастицы – кварки, Бозоны Хиггса, Миша сначала нашёл только три ядра, а которым может прикрититься элементарная частица в зависимости от его (ядра) «настроения». А я убедила, что должно быть ещё одно, четвёртое ядро. Побывав на Кайласе, мы к этому уже пришли через работу с гексограммами И-Цзин: есть четыре направления – разум, излучение, пространство и время, так выстраиваются 64 кода нашей ДНК и вся матрица биологической жизни.

Кроме изучения космических механизмов, в которых нет случайностей, Татьяна увлекается гимнастикой Тай-цицюань – это очень красивое занятие: дыхание и определённые движения, в совокупности почти как танец. О философии здесь не говорят ни единого слова. Это просто другие пазлы её интересной жизни.

**Наталья КОЛЕСНИЧЕНКО**

## НОВОСЁЛЫ ПОКА НЕИЗВЕСТНЫ

Уже два года здание бывшей трикотажной фабрики пребывает в состоянии непрекращающегося ремонта и неизвестности его дальнейшего использования.

В бывшей трикотажке уже смонтированы металлические короба приточной вентиляции, системы дымоудаления, заменены радиаторы отопления, завершены фасадные работы, установлены пластиковые окна.

В настоящее время нижегородская фирма «Ремонтно-строительное управление» (PCY) ведёт замену кровли. Прежнее шиферное покрытие аккуратно демонтируется, а на его место укладывается пароизоляция и профлист.

На объекте трудятся четверо кровельщиков и шестеро каменщиков. Первые перекрывают кровлю, вторые занимаются восстановлением системы вентиляции.

– Раньше в здании была система самоточных вентиляционных шахт. Со временем их разрушили и забросили. Сейчас предстоит их восстанавливать. А это большой объём работ, – отмечает заместитель директора предприятия «ВСМПО-Строитель (УКС)» Андрей Анучин. – Ведь чтобы восстановить вентиляционные шахты, придётся и стены кое-где сломать, а затем заново класть и штукатурить.

Во всём здании предусмотрено установить 66 кондиционеров. Разводка под них уже сделана. Как только станет известно, какие конкретно отделы ВСМПО сюда переедут, сразу же начнутся внутренние отделочные работы.

Наряду с реконструкцией здания будет заменён значительно обветшавший отрезок теплотрассы, пролегающий от бывшей трикотажки вдоль детского сада до Воронова, 15. Корпорация идёт на дополнительные траты с тем, чтобы заводчане, которым предстоит трудиться в обновлённом помещении, не остались без тепла в зимний период.



Ольга ПРИЙМАКОВА



# Каждый день – понедельник

**Чтобы наполнить чистой водой сосуд, из него сначала нужно вылить грязную**

Когда нужно начинать новую жизнь? Правильно, с понедельника. А ещё лучше – после зарплаты, а самый верный вариант – с Нового года. Так решает большинство из нас – очень занятых, слишком ленивых, недостаточно волевых. Так, в общедомовом собрании думала и Юлия. Сколько таких понедельников было в её жизни!

Юлия Лебедева – обычный экономист одного из цехов ВСМПО – цеха № 22. Выполняет обычную для своей должности работу. Но и то, что выходит за рамки её полномочий, тоже делать не отказывается, например, дать консультацию коллеге по программе Global – в ней Юля как рыба в воде. Ещё бы! Ведь начало её профессионализма – два красных диплома: средне-профессионального и высшего образования.

– Чтобы достичь какой-то цели, нужно, чтобы была мощная мотивация или такой же силы пинок под зад. Я за своё обучение платила деньги, поэтому и постаралась по максимуму выжать. Конечно, не для красной корочки я училась, а чтобы знания получить такие, с которыми можно дальше идти.

Говорят, если хочешь в жизни иметь то, чего никогда не имел, нужно попробовать сделать то, чего никогда не делал. В 2007 году Юлия сделала такой шаг – устроилась на ВСМПО экономистом в планово-экономическое бюро заводоуправления, до этого попробовав себя и в работе на частника, и в собственном бизнесе. Через три года ей предложили поменять место работы. Зачем ушла из заводоуправления в цех № 22? Захотела поработать под управлением одного из самых квалифицированных экономистов Марины Карпенко на не самом простом участке, посчитав, что там получит хорошую практику. Юлия считает: чтобы стать сильнее, надо тянуться за сильными людьми. А вот чего не любит Юля – так это стоять на месте. Ей нужно развитие.

Зачем развелась с мужем? Наверное, по той же причине. Брак исчерпал себя (это, кстати, не она сказала, а экс-супруга Президента Людмила Путина). Не раз и не два откладывала она до понедельника разговор с мужем, всё пыталась привести к общему знаменателю их разные взгляды на жизнь. А потом – раз, и взяла на себя ответственность и за расставание, и за воспитание двух сыновей.

– В молодости я считала, что именно так и нужно делать: сама, сама, сама. А сейчас я понимаю, что сильнее должен быть мужчина. На себе

невозможно всё уволочь. Жизнь сама этому учит. Старший сын Илья уже совсем взрослый, скоро 16 лет отметит, на него часть обязанностей перекидываю и всегда говорю, что только он несёт ответственность за свою жизнь.

И как-то совсем незаметно интервью превратилось в разговор «о своём, о женском».

– Ты – добрая мама?

– Мне кажется – чересчур. Конечно, в воспитании и строгий тон применяю, было дело, и ремнём угрожала. Но как-то слишком быстро я прощаю своих пацанов.

– Дома у тебя демократия? Народ имеет право голоса?

– Конечно! Только они говорят. Особенно Матвей. Бывает, так расшумится! А где детям ещё покричать? В садике нельзя, на улице нельзя, в школе тоже надо тихо себя вести. Ему пять лет, и он считает, что главный в доме – он. Конечно, шалит (мягко сказано), но его шалости почему-то меня не раздражают.

– А что тебя может раздражать?

– Неприбранные вещи. Это для меня настоящая проблема. У старшего на рабочем столе

– словно попкорн взорвался. Младший из садика пришёл, и можно легко проследить по одежде его путь из прихожей по квартире. Может, мы приоритеты расставляем по-разному? Может, сыновья мои считают, что я слишком занудствую? У детей свои ценности, у меня – свои. Вот как-то и пытаемся их уравновесить, не откладывая на завтра.

– А ты вообще никогда на завтра не откладываешь?

– Ну как же! Заняться собой хотела давно. С каждого понедельника. С каждого Нового года. Подружка в тренажёрный зал звала, звала, другая подначивала, подначивала. А я всё: некогда да некогда. И вот однажды...

Однажды мама пришла с работы. Денёк не из лёгких был – калькуляция весь мозг вынесла. А дома... Не то чтобы конфликт поколений, просто всё три мужика – два сына и кот – устроили небольшой бум. Мама, как говорится, не успела снять боты, как началось: «А он мне планшет не даёт!», «А он первый начал!», «Ты вкусенького купила?», «Что сегодня на ужин?» – вечно голодный кот тоже вставил своё слово.

– Так! Разбирайтесь сами. У меня – «тех.пер.»! – мама Юля, проигнорировав все реплики, закрыла дверь в свою комнату.

Ну, мало ли что сказала мама! Все же соскучились! Тут вовремя позвонила подруга и в очередной раз позвала в спортивный зал.

– И всё. Я решила: сейчас –



или никогда. Собралась, вышла из комнаты со словами: «Я пошла, у меня личная жизнь». Немая сцена...

Личная жизнь, вернее, серьёзный разговор с самой собой у Юлии начался на беговой дорожке. Точнее, сначала это была пешеходная дорожка. Юля шагала по ней целый час и думала о том, как она будет жить дальше. Продолжила самосозерцание на следующий день, и на следующий. И вот уже почти пять месяцев каждый день она неизменно проводит час своей жизни в тренажёрном зале. Здесь к ней и пришло осознание того, что пока не поменяется внутренний мир, ничего в твоей жизни не изменится. Как только переключится внутренний тумблер, и к тебе относиться будут по-другому. Это очень важно – выделите время именно для себя. Тогда, уверена Юля, и люди к тебе потянутся.

– Что скрывать, любая женщина хочет, чтобы на неё обращали внимание мужчины. Мы же не зря красимся, наряжаемся. Но если внутри тебя бардак, хоть какой мякиш нанеси, хоть на какие каблучки встань, красавицей не станешь. Женщина должна быть свободна внутри. Чтобы налить в сосуд чистую воду, надо сначала вылить из него грязную.

С первой же своей прогулки по дорожке Юля почувствовала до этого незнакомую лёгкость. Да ещё и заметила, что после тренировки совершенно не хочется есть. А потом об-

радовалась, что килограммы уходят.

– С 15 октября – первого дня занятий – и до 31 декабря – условной контрольной точки – я скинула 13 с половиной килограммов. Этот минус – для меня такой большой плюс! Только не спрашивайте у меня совета, как заставить себя поменять образ жизни, где взять мотивацию? Она появится только тогда, когда будут первые положительные результаты, неважно в какой сфере: в любви, спорте или работе. А результаты появляются от ваших действий. Действуйте, не откладывайте до понедельника.

И свой рацион не рискну рекомендовать, ведь это очень индивидуально. Но если интересно, скажу: до 12-ти ем всё, что хочу. Хоть шоколадку, хоть пельмени. После 12-ти уже себя ограничиваю. В заводской столовой беру салатик и обычное варёное мясо или куриное филе без майонезов и заправки. После шести вообще не ем. Поэтому мой ужин чаще всего – на работе: варёное яйцо или белковый коктейль. Раньше после тренировки съедала грейпфрут. Сейчас мне и этого перекуса не надо. Я просто встала на другие рельсы.

Чтобы встать на другие рельсы, не надо ждать понедельника. И это вовсе не совет – это факт, доказанный на примере одной очень симпатичной, оптимистичной, успешной и жизнерадостной женщины.



# Жизни и здоровью салдинской



**Татьяна Зайцева была назначена на должность главврача Центральной городской больницы в январе 2014 года. Спустя месяц журналисты «Новатора» встретились с Татьяной Александровной, чтобы познакомиться и, конечно, поговорить о нашей, салдинской медицине.**

– Татьяна Александровна,

**Ваш опыт руководства клиникой «Доктор +» в Екатеринбурге и опыт развития медицинских услуг даёт нам право полагать, что в здании бывшего военного госпиталя появится современная клиника, упакованная диагностическим оборудованием по последнему слову техники. Это верно?**

– Да. Ваш вопрос своевременный, и правильно по-

ставлен. Губернатор и Минздрав Свердловской области и приняли решение о создании современного корпуса Верхнесалдинской городской больницы. Он будет оснащён высокотехнологичным оборудованием – диагностическим и лечебным. В этом корпусе будет создан крупный диагностический центр.

По медицинскому заданию, там должны быть размеще-

ны следующие подразделения: взрослая поликлиника, детская поликлиника, терапевтический стационар, неврологический стационар и диагностическое отделение, в том числе компьютерная томография и отделение магнитно-резонансной терапии (МРТ).

**– Скажите, пожалуйста, а в каких долях там будут соседствовать государственная и хозрасчётная медицина?**

– Почему Вы задаёте вопрос по хозрасчётной медицине? Это будет делаться на государственные деньги, поэтому мы говорим конкретно о бюджетном финансировании этого проекта и обслуживании в рамках обязательного медицинского страхования. Согласно перечню медицинских услуг, входящих в полис ОМС, госпитализация либо диагностика в условиях стационара будут предоставляться бесплатно. Бесплатными будут и обследования с применением уникальных медицинских технологий, если эти обследования назначены врачом.

Если пациент в порядке личной инициативы решил, что ему требуется дополнительная диагностика, разумеется, она будет сделана за отдельную плату. Если человек пожелал отдельную палату повышенной комфортности, лечение в таком случае проводится бесплатно, деньги он заплатит за «сервисность». Существует такой термин «Табельная полуженность» – то, что определено приказом. Что не укладывается в рамки ОМС, будет предоставляться на платной

основе. Это мировой опыт развития медицинских услуг.

**– Татьяна Александровна, есть ли у Вас планы по объединению медицины Верхней и Нижней Салды?**

– Этот вопрос уже задавали несколько руководителей, в том числе и главный врач Нижнесалдинской больницы. Я такого задания от министра здравоохранения не получала, и разговора на эту тему у нас не было. Не знаю, откуда взялись эти слухи.

**– А есть ли планы по привлечению в город выездных бригад узких специалистов?**

– Мы говорили с главой округа Константином Ильичёвым на эту тему, но это пока на уровне проекта. Для выездных бригад вахтовым методом надо создавать условия. В настоящий момент я не готова утверждать, что они приедут завтра или послезавтра.

**– За месяц Вы осмотрелись. Что бы Вы назвали сильными сторонами нашего здравоохранения, а в чём мы недорабатываем?**

– Беда общая для всей России – кадровый голод медицинских работников, недоукомплектация как медицинскими кадрами, так и хозяйственными. Для моногорода это может быть более выражено, чем для Екатеринбурга, Нижнего Тагила. Одно могу сказать: здесь медицинские кадры очень хорошие. Грамотные специалисты, хорошие люди, которые относятся к своему делу с любовью, они живут в этой профессии. Поэтому я считаю, что

## СКАЖИТЕ, ДОКТОР!

# Простые весенние рецепты

**Ольга НЕГАНОВА, педиатр городской детской поликлиники:**

– Чтобы хорошо себя чувствовать весной, да и в другие времена года, нужно соблюдать правильный режим дня. Особенно это важно для детей. Например, спать в ночное время ребёнок должен 9-10 часов.

Родители! Помните о адекватном соотношении умственной и физической нагрузки. Современные дети много времени проводят за компьютерами, мало двигаются, редко бывают на свежем воздухе. И получается, что организм ребёнка абсолютно не закаляется.

Желательно, чтобы дети бывали на свежем воздухе не меньше двух часов в день. При этом, проводили время активно.

Конечно, не стоит забывать

и о поливитаминных комплексах, а чтобы укрепить иммунитет ребёнка, пропейте растительный комплекс «Иммунал». В период обострения сезонной инфекции необходимо делать ежедневный туалет носа препаратами «АкваМарис», «Салин». В этом отношении очень эффективен и удобен «Аквалор baby», его надолго хватает.

Подытожу: соблюдайте режим, пейте витамины, больше гуляйте на свежем воздухе и советуйтесь с педиатром по всем важным вопросам относительно здоровья ребёнка.

**Людмила ГАГАЕВА, массажист:**

– Укреплять защитные силы организма весной лучше всего путём комплексного подхода. Первое, и, пожалуй, самое главное – это правильное питание, которое восполнит не-

достаток необходимых витаминов и микроэлементов.

Не спешите в самом начале весны готовиться к лету и сбрасывать килограммы с помощью голодных диет. Так вы рискуете ещё больше ослабить свою и без того хрупкую и хилую после зимы иммунную систему.

Советую всем без исключения пару раз в неделю проводить процедуру массажного закаливания, которое будет полезно и взрослым, и детям. А именно – повысит иммунитет, эластичность кожи и будет способствовать похудению. Особенно она будет полезна людям, которые часто болеют простудными и вирусными недугами. А главное, вы его можете делать самостоятельно дома, абсолютно не затрачивая никаких средств.

Необходимо полотенце или губку смочить в тёплой воде

и слегка отжать. Далее круговыми движениями обтираются все части тела. Начинается процесс закаливания с кистей рук и заканчивается стопами. После процесса адаптации организма, рекомендуется смачивать губку в более прохладной воде. После завершения процесса обтирания следует с помощью жёсткого полотенца растереть все части тела до покраснения кожных покровов и ощущения тепла.

Повышает иммунитет и растирание обычным сухим полотенцем. Если нет противопоказаний, раз в неделю ходите в баню. Резкая смена температурных условий – хорошая гимнастика для сосудов. То расширяясь под действием тепла, то сужаясь под действием холода, они значительно повышают свою эластичность. В результате этого человек го-

раздо легче реагирует на все температурные изменения внешней среды, будь то осень, зима или весна.

Третье и тоже не менее важное для укрепления иммунитета – ежедневно на ночь принимать мёд. Научные данные показывают, что состав мёда близок к плазме человеческой крови, и поэтому он усваивается организмом почти моментально. Мёд также является мощным противомикробным средством. Его не только принимают внутрь, но также накладывают на различные раны для более быстрого их очищения и скорейшего заживления.

Но если вы всё-таки простудились, в первый же день ухудшения самочувствия утром выпейте сок одного лимона, вечером – съешьте мёда, отоспитесь как следует. И вдобавок к перечисленным процедурам,



# Медицины ничего не угрожает

Верхнесалдинской больнице повезло с докторами и медсёстрами.

– **С открытием нового комплекса в здании госпиталя потребуются новые специалисты, возникнут новые рабочие места. Есть ли планы по обучению персонала работе на современном оборудовании?**

– Да, конечно, это всё будет учитываться. Будем привлекать сюда специалистов, но нужна и заинтересованность муниципалитета. Чтобы людей сюда пригласить работать, их нужно обеспечить жильём. Вопрос встаёт именно с квартирами для специалистов. Это наша общая проблема.

– **Пока Вы не готовы конкретно сказать, кто нам требуется? Вот, например, детский дерматолог?**

– Перечень довольно большой. Больница не укомплектована полностью, но, может быть, узкий специалист и не нужен на каждый день приёма, можно привлечь внешних совместителей, просто надо создать условия труда. Мы сейчас с докторами и руководителями проводим аналитику медицинской деятельности и востребованности. Нужно вычленивать те услуги, которые действительно требуются, чтобы срочно привлекать специалиста, и те услуги, которые можно оказывать в вахтовом режиме.

– **Поделитесь, пожалуйста, впечатлениями от Вашего визита в посёлок Басьяновский.**

– Мне очень там понравилась.

Жалко, конечно, что снижается количество жителей. Достоинно выглядит наше структурное подразделение – отделение общеврачебной практики: прекрасный ремонт, хорошее оборудование. Три фельдшера, которые там работают – очень хорошие специалисты. Я с ними поговорила и вижу, что их любят пациенты, и они сами очень заботливо относятся к своему учреждению, и к своим обязанностям. Это самое главное.

– **В Басьяновском к Вам подходил народ с просьбой рассмотреть возможность «вахтового метода» привлечения специалистов?**

– Да. Мы будем рассматривать данный вариант, потому что ОВП сейчас требует большого внимания. Пусть в Басьяновском всего полторы тысячи населения, но всё-таки 45 километров – огромное расстояние для больного человека. Весной будет трудно добираться до посёлка и «скорой помощи», и специалистам. Мы будем решать этот вопрос в рабочем порядке с Константином Сергеевичем.

– **Проблемная точка нашей медицины – это инфекционное отделение, расположенное в лесу. Вы уже познакомились, наверное, с ним?**

– Конечно, я ездила, и не один раз.

– **Есть какие-то варианты развития событий, перевода отделения?**

– Размещение именно инфекционного отделения, сама работа этой структуры требу-

ет твёрдых условий труда по СанПиНам, по требованию Роспотребнадзора. Конечно, в здании требуется ремонт. О переводе я пока речь не веду.

– **Татьяна Александровна, Вы с собой привезли команду помощников?**

– Нет, не привезла. Во-первых, я здесь вижу людей, которые заинтересованы в работе, которые хотят работать, то есть хорошую команду можно создать и здесь. Она уже существует. Возможно, со временем, когда мы начнём расширяться, строиться, помощь будет оказывать ещё другие специалисты, именно по организации медицинской деятельности.

– **То есть кадровых перестановок не предвидится?**

– Нет, все остались на своих местах. Мы сейчас друг на друга смотрим, прирабатываемся, и я надеюсь, что сработаемся. Ведь одна цель: вывести медицину Верхней Салды на достойный уровень, учитывая то, что здесь планируется развитие инфраструктуры «Титановой долины».

– **Есть такое понятие в маркетинге – кризисный менеджер, это человек, которого специально приглашают, чтобы вывести предприятие из кризисной ситуации. Ваш приезд сюда – это приезд кризисного менеджера?**

– Здесь Вы очень сильно углубились. Я не вижу кризиса в работе больничного комплекса. Ещё раз повторюсь, здесь трудятся специалисты высокого уровня, профессионалы. Кризиса страшного, что

кто-то не работает или что-то не работает, я здесь не нахожу. Мой приезд – приезд организатора здравоохранения определённого уровня: мы будем сейчас продвигать и строить новые корпуса, соответственно, будут планироваться новые услуги.

– **Пару вопросов личного плана. Чем Вы руководствовались, выбирая профессию врача: это мечта или кто-то в семье был медиком?**

– У нас в семье нет медиков. Только я. Получилось это случайно, но получилось хорошо. Мой папа очень хотел, чтобы дочери стали врачами. Моя сестра – не врач, но тоже менеджер. Как специалист я отработала тридцать с лишним лет, как говорят, «у станка». По специальности я акушер-гинеколог. Я люблю созидать, и никогда не пожалела, что стала врачом, несмотря на все кризисы, которые мы пережили в 90-х годах. Не уходила из медицины ни на один день.

– **Вы работали за границей. Удалось этот опыт применить потом здесь, в России?**

– Любой опыт, любое переживание человека, опыт отрицательный или положительный, всегда падает монеткой в копилку. В своё время, в 90-е годы, в 2000-е, я много училась за рубежом, в США, в Германии, в Великобритании, поэтому считаю, что опыт, особенно в реорганизации советского периода, периода перестройки, мне очень помог, например, в создании коммерческих структур. Я была топ-менеджером

первого звена, которое создавало эти структуры, они работают.

– **Есть такое, несколько циничное, выражение: «Минздрав предупреждает: нет денег – не болей». Как Вы к нему относитесь?**

– Это действительно циничная фраза, я к ней отношусь плохо. У нас ведь есть такие болезни, которые не зависят от нашей профилактики. Например, травмы какие-то, несчастные случаи. Я не считаю это выражение априори, думаю, что у нас государство в данный момент много вкладывает в медицину. Надо правильно использовать все эти возможности.

– **Татьяна Александровна, как Вам наш город?**

– К Верхней Салде я пока только привыкаю. Вообще город мне нравится. Когда сюда подъезжаю, то у меня спокойное чувство: я приехала к себе домой, на работу. И люди здесь замечательные.

– **Наше интервью выйдет в канун Международного женского дня. Что бы Вы пожелали женщинам в канун женского праздника?**

– Во-первых, будьте здоровы! Это самое главное. Чтобы быть всегда здоровыми, надо с детства заниматься профилактикой, вести здоровый образ жизни. Женщинам нужно больше уделять внимания себе.

Ну и, конечно, желаю солнечного весеннего настроения!

Интервью вела  
Ольга ШАПКИНА

## хорошего самочувствия

в течение весны принимайте витамины.

**Евгений Фурман, заведующий рентгенологической службы ЦГБ № 1 Нижнего Тагила:**

– Специальных методов у рентгенологов нет, но несколько рекомендаций от себя лично могу дать. Ранняя весна – период неустойчивой погоды с умеренно холодными ночами и оттепелями днём. В это время люди начинают пренебрегать элементарными правилами – снимают головные уборы или шарфы. Хочется поскорее выбраться из зимней одежды и встретить весну, так сказать, во всеоружии. Особенно это касается девушек. Очень часто такое рвение поскорее раздеться заканчивается простудой или ОРЗ, а то и пневмонией или гайморитом.

Ещё одной опасностью для горожан является гололёд или подтаявшие на солнышке сугробы. Весной частенько увеличивается количество обращений в травмпункт по поводу всевозможных травм: от вывихов и растяжений до серьёзных переломов. А причина чаще всего – скользкая или неудобная обувь.

Ну, и никто не отменял весеннего авитаминоза и общей усталости организма от холодов и малого количества солнца.

Итог таков: рациональный режим труда и отдыха, правильное питание, приём витаминов, одежда по погоде, удобная обувь и свежий воздух – и весна принесёт только положительные эмоции.

**Александр ОРЛОВ, психотерапевт медсанчасти «Тирус»:**

– Как входить в весну? Бочком!

Распределите свои весенние мотивации следующим образом: спать, гулять, пить, есть. Постарайтесь использовать весну как ресурс для организма и войдите вместе с ней в резонанс пробуждения и радости, ведь эти процессы предусмотрены природой и психофизиологией нашего естества.

Как восстановить силы душевные и физические после зимы? Во-первых, необходимо восстановить циркадный ритм – ритм сна и бодрствования. Отнестись ко сну более внимательно, ложиться спать не позднее 23 часов, продлить ночной отдых, может быть, добавив к зимнему сну ещё часок.

Отрегулируйте глубину сна. В тёмное время наш сон может быть фрагментарным. Весной бодрствование должно быть

более бодрое и продуктивное, а сон – более глубоким. Этому способствует длительность инсоляции – солнечного света стало больше и организм подстраивается под погоду.

Во-вторых, возьмите на вооружение принцип: лучше спать, чем есть. Пост не нами придуман, но придуман не зря. Во время поста идёт расшлаковка организма – очистка от свободных радикалов, которые мы наели за зиму, употребляя тяжёлые белки, много жира, что вообще-то нам свойственно в силу уральского климата и особенностей национального питания. Пейте больше жидкости, вымывайте зимние шлаки из организма, достаньте замороженные ягоды из холодильника, доешьте оставшиеся соленья и квашения (во время поста не противопоказаны капуста, огурцы). Добавьте в ра-

цион рыбу и желток – источник витамина D.

Солнце и витамин D способствуют выделению серотонина – гормона счастья и радости. Этим определяется повышенное настроение.

Но чтобы организм заработал на очистку, его надо не только освободить от тяжёлой еды, хорошо высыпаться и пить водичку, нужно ещё и двигаться. Обращаю внимание читателей – до распутицы надо хорошо нагуляться. Это – третье моё наставление! Используйте месяц, чтобы очиститься от зимы и перейти на весну, тогда распутица и слякоть будут легче пережиты. Отдайтесь нирване, которая происходит в природе, и культивируйте в себе приятное ожидание. Начните радоваться солнцу, успокаивайте себя тем, что зима пережита и скоро отпуск!



К доктору Ковешниковой приводят своих внуков те, кто сами когда-то в детстве принимали от Анастасии Андреевны витамины, открывали рот и говорили: «А-а-а...»

Проработав детским врачом 56 лет, Анастасия Андреевна ни разу не усомнилась в правильности выбора профессии. Работа приносит ей огромное количество положительных эмоций. Она видит, как малышенькие человечки растут, сначала улыбаются, начинают гулить, учатся ходить. Затем приобретают более сложные навыки, потом взрослеют и становятся мамами и папами.

Анастасия Андреевна не мечтала стать врачом, она была решимости освоить профессию учителя.

– Трудно сказать, почему я вдруг передумала и не пошла в педагогический. А ведь я так хотела учительствовать. Обожала литературу, любила детшкам вслух читать. Да и одна из моих сестёр уже училась на педагога.

Проживали мы в посёлке Ясашная под Алапаевском. В начале 50-х там шло строительство электростанции, всё лето я работала на строй-

## Мелодия счастья



ке, и как-то в одночасье решила поступить в медицинское училище. Закончила его в 58-м. С тех пор и лечу детей.

Анастасия Андреевна не любит рассказывать о практи-

ческой стороне своей деятельности, и о врачебных подвигах говорить не захотела. Без сомнения, их было большое количество, но она, женщина старой закалки, сочла нужным оста-

вить их за строкой. Проработав 39 лет педиатром, в 1992 году она ушла работать в Верхнесалдинский детский дом.

– Я сама – воспитанница детского дома. 14 лет лечи-

ла детдомовских ребятишек, параллельно работая в школе № 17. Сейчас работаю только в школе. В прошлом году хотела уйти, думаю: сколько же можно – уже две пенсии отработала. Но не получилось: работать некому, да и без ребят как-то пусто и грустно.

Анастасия Андреевна – врач, психолог и воспитатель в одном лице. Ученики школы № 17 её очень любят. Добрая, говорят! Они прибегают к ней перед уроками просто чтобы пообщаться, а иногда и помочь. Ангелина Каурова и Ксения Бабайлова в свободное от уроков время не отходят от любимого школьного доктора, а на вопрос: «Что вам так нравится в Анастасии Андреевне?» девчонки весело отвечают:

– Много интересного нам рассказывает, и мы её очень сильно любим!

А что может быть важнее для женщины, посвятившей всю свою жизнь здоровью маленьких пациентов, чем их любовь? А ещё их здоровье и весёлый смех, который стал для доктора Ковешниковой самой прекрасной мелодией в жизни!

Олеся САБИТОВА



## Ты – рыбачка, я – рыбак



В отличие от героев известной песни Олега Газманова «Ты – рыбачка, я – рыбак...», которые никак не могут встретиться, Ирина и Николай и встретились, и поженились, и живут душа в душу. А роднит их с газмановскими влюблёнными страсть к рыбалке. Если в начале супружества рыбной ловлей увлекался лишь глава семьи, то теперь в его рядах и жена, и сын – девятиклассник Семён.

Ирина совсем случайно оказалась в Верхней Салде. Вместе с родителями и младшими сёстрами она жила в одном из сёл Тюменской области, где и школы-то своей не было. Учились за несколько километров, а жить приходилось в интернате. Поэтому, когда учёба завершилась, Ирина по-взрослому приняла решение за всю семью – переехать в Верхнюю Салду, где жила родная сестра мамы: здесь и школы в шаговой доступности для младших сестёр, и училище есть для получения рабочей специальности для старшей. Родители согласились. И уже 1 сентября 1981 года Ирина начала учиться на слесаря контрольно-измерительных приборов и автоматики. Здесь же она познакомилась и с будущим супругом Николаем Дурнициным. На практику девушку определили в котельную № 1 теплосилового цеха ВСМПО.

– До сих пор помню своё

первое впечатление от увиденного в цехе. Тогда меня поразил зелёный сад вокруг котлов. Сейчас количество цветов поубавилось. Видимо, здание состарилось и теперь здесь не так тепло для них, – рассказывает Ирина Фёдоровна.

За три десятка лет, что Ирина Дурницина трудится в котельной, изменился не только внешний облик цехового корпуса, но и внутреннее содержание. Теперь все котлы автоматизированы. Задача Ирины – три раза в смену делать обход, отмечая, сколько воды и газа агрегаты потребили за это время.

А ещё Ирина Фёдоровна является хранительницей единственного действующего на ВСМПО передвижного цехового библиотечного фонда. В других подразделениях это полезное начинание давно кануло в Лету. А у энергетиков прижилось.

– Бывает, по 20 книг несус из библиотеки Дома книги в цех. Хоть и тяжело, но справляюсь, – делится с «Новатором» Ирина Дурницина. – Ведь когда знаешь, что люди с нетерпением ждут литературу, энергии прибавляется, и ты осилишь дорогу без усталости. У нас вообще читающий цех, начиная от руководителей и заканчивая операторами. Читают и детективы, и романы, и биографии, и поэзию, и исторические книги, вот недавно Вольтера заказали.

Но вернёмся к секретам

счастливой семьи Дурнициных, самые любимые мгновения которой – это рыбалка, свежий воздух, посиделки у костра.

– Сначала за повара ездила, а со временем увлеклась рыбной ловлей, – вспоминает события десятилетней давности героиня нашей публикации. – Умею и с простой удочкой обращаться, и со спиннингом. Но моя любимая – английская донка с кормушкой.

Пока Ирина ждёт клёва, случается, она успевает и книжку почитать, и кроссворд разгадать. Оповещает о пойманной рыбке колокольчик, который крепится на удочку.

Прошлый год – год Змеи, по признанию Ирины, был самый клёвый. Возможно, потому, что и она родилась в год пресмыкающегося. Осенью 2013-го Ирине удалось в районе деревни Санкино заарканить самую большую за весь её рыбацкий стаж щуку весом 9 килограммов 200 граммов. На Тавде в Гаринском районе за один раз на спиннинг салдинская рыбачка поймала 20 окуней, а на Чусовой прошлым летом вытянула 2-килограммового голавля.

Семён от мамы тоже не отстаёт: ещё в 9-летнем возрасте сумел выловить 6-килограммовую щуку. И хотя глава семейства такими щучьими трофеями похвастаться не может, за домашних он очень рад – ведь пробу с улова они снимают всей своей дружной семьёй!

Елена СКУРИХИНА



На правах рекламы



**Услуги ассенизаторской машины по выкачке выгребных ям**  
8-922-141-33-22

**Продаётся доска, брус, обрезной горбыль**  
8 965 509 13 01  
8 922 153 21 06

**АВТОМАТИЧЕСКИЕ ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА**  
С ЭЛЕКТРОПРИВОДОМ  
ОТ 31 000 РУБЛЕЙ  
ТЕЛ. 8-908-913-11-02

**Замена сантехники, установка счётчиков, установка котлов, батарей, тёплый пол**



**Гарантия 3 года**  
908 922 69 30  
929 221 67 33

**ВНИМАНИЕ**



**Инициативная группа по защите бездомных животных ищет заботливых хозяев для милых котят, котов и кошек, а также щенков. Все животные прошли ветеринарный осмотр, а также кастрацию и стерилизацию. Желающих приобрести «живую игрушку» просьба не обращаться. А для желающих помочь – телефоны:**  
952-74-20-146,  
904-54-26-096

**АНТИКВАРИАТ**  
**КУПИМ ЗА НАЛИЧНЫЙ РАСЧЁТ ПРЕДМЕТЫ СТАРИНЫ И КОЛЛЕКЦИОНИРОВАНИЯ**

- Картины, гравюры, старые книги,
- Старые фото, ОТКРЫТКИ до 40-х годов,
- ИКОНЫ, кресты, складни,
- Часы, патефоны, военную форму
- МОНЕТЫ (медь, серебро, золото)
- Столовое серебро
- ЦАРСКУЮ ПОСУДУ (чайные пары)
- Фарфоровые СТАТУЭТКИ
- Бронзовую скульптуру
- КАСЛИНСКОЕ литьё
- Старые награды (ГЕОРГИЕВСКИЕ КРЕСТЫ, ордена, медали царские)
- Предметы старого быта
- ЛОМ золота и серебра

**Выезд оценщика на дом. ОЦЕНКА БЕСПЛАТНАЯ**  
**ул. Воронова, д. 2/1, с 10.00 до 19.00**  
**Тел.: 5-73-30**  
**8 906 80 888 01, 8 906 808 77 07**  
**8 91 22 66 444 6**  
Св-во № 0150002729 от 26.02.2008 г.

**Звездное небо**  
**натяжные потолки любой сложности**



рассрочка | низкие цены  
**Пластиковые окна от производителя +подарок от "МакВик"**  
8-963-0488138, (3435)40-70-78

**Цена натурального**

**Сливочное масло – один из важнейших продуктов питания уже очень много лет. Имея уникальный состав белков, жиров и углеводов, сливочное масло является источником кальция и витамина Д, да и просто хорошего настроения.**

Сливочное масло – один из важнейших продуктов питания уже много лет. Придерживаясь даже самых строгих диет, люди время от времени все равно балуют себя этим продуктом. А для детского питания сливочное масло просто незаменимо. Поэтому спрос на этот продукт был и будет всегда.

Разнообразие упаковок на полках магазинов давно никого не удивляет. Поразительно то, что, казалось бы, один и тот же продукт (в составе которого только сливки и ничего больше) может стоить в магазине как 40 рублей, так и 80 рублей. Покупатель, не задумываясь, в чем разница, стремясь сэкономить бюджет, выбирает пачку за 40-50 рублей.

Откуда такая разница в цене? Может, причина в том, что некоторые производители, стремясь «нажиться» на покупателях, задирают цены? Или же под маской «МАСЛА» нам продают совсем другой «НЕМАСЛЯНЫЙ» продукт? Чтобы найти ответ на эти вопросы, нам нужно понять: какое масло позволяет выпускать ГОСТ и из чего вообще делают сливочное масло.

**ГОСТ Р 52969-2008 - основной нормативный документ на сливочное масло**

ГОСТ на сливочное масло позволяет выпускать пять видов этого продукта: масло традиционное м.д.ж. 82,5% масло любительское м.д.ж. 80% масло крестьянское м.д.ж. 72,5% масло бутербродное м.д.ж. 61,5% масло чайное м.д.ж. 50%

Покупателю из всего этого списка привычнее всего масло «Крестьянское», однако все перечисленные наименования являются сливочным маслом по ГОСТу.

Для того, чтобы изготовить 1 кг сливочного масла, производителю нужно переработать в среднем 20 литров коровьего молока.

Зная, что литр коровьего молока у производителя стоит чуть больше 15 рублей, несложно подсчитать, что килограмм натурального сливочного масла не может стоить меньше 300 рублей.

**20 литров x 15 руб. = 300 руб.**

В пересчете на пачку – это 60 рублей за 200 гр. (а с учетом торговой наценки выйдет все 70!)

**300 руб./1000 г\*200 г = 60 руб.**



Для удешевления стоимости продукта некоторые производители часть молочного жира заменяют на растительный, но это уже другой продукт – масложировой, и называется он СПРЕД. Это ни в коем случае не сливочное масло, а комбинированный масложировой продукт – просто доступная альтернатива сливочному маслу.

Спред можно и нужно употреблять в пищу, в том случае, когда молочный жир заменяется в нем частично (речь о сливочно-растительных и растительно-сливочных спредах), а не полностью, как в растительно-жировых.

Немалое значение имеет качество заменителя молочного жира, который использует производитель: важно, чтобы спред производился на сертифицированном предприятии с применением качественного сырья, при постоянном контроле продукта на выходе.

Цена у спредов, естественно, должна быть значительно ниже, чем у натурального сливочного масла.

Итак, мы выяснили, что пачка натурального сливочного масла должна стоить около 70 рублей (масло с меньшей жирностью будет дешевле, чем больше жирность, тем выше цена).

А что нам продают под личиной «МАСЛА» за 30-40 рублей, остается только догадываться...

**Открытие магазина «БЕГЕМОТик»**

**15 марта** ПОДАРКИ И ПРИЗЫ  
Детский праздник в 12.00

- ☆ игрушки для девочек
- ☆ развивающие игры
- ☆ игрушки для мальчиков
- ☆ мягкие игрушки

**БЕГЕМОТик** сеть магазинов игрушек  
ул. Энгельса, 85 корпус 2, 1 этаж

**Весна в «Рождественском»!**



одежда и обувь

**СПАСИБО**

Сердечно благодарю медсестёр дневного стационара капельного отделения медсанчасти «Тирус» **Елену Владимировну КОРОЛЁВУ** и **Любовь Николаевну ЖУЙКОВУ** за их профессиональную работу, за доброту и заботу. Поздравляю с Международным женским днём 8 Марта! Желаю больших успехов в труде, семейного счастья, благополучия и отличного здоровья.

*С уважением, Алексей Сергеевич Малафеев*

**БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ**  
Ремонт скважин. Подводка воды в дом.  
Тел. 8 950 19 81 191, 8 982 60 75 061



# На вырост

Не забудь поздравить маму с праздником 8 Марта!

Маму я свою люблю, ей подарок подарю!  
Я подарок сделал сам из бумаги с красками,  
Маме я его отдам, обнимая ласково.

## ВЕСНА

### Хаос букв



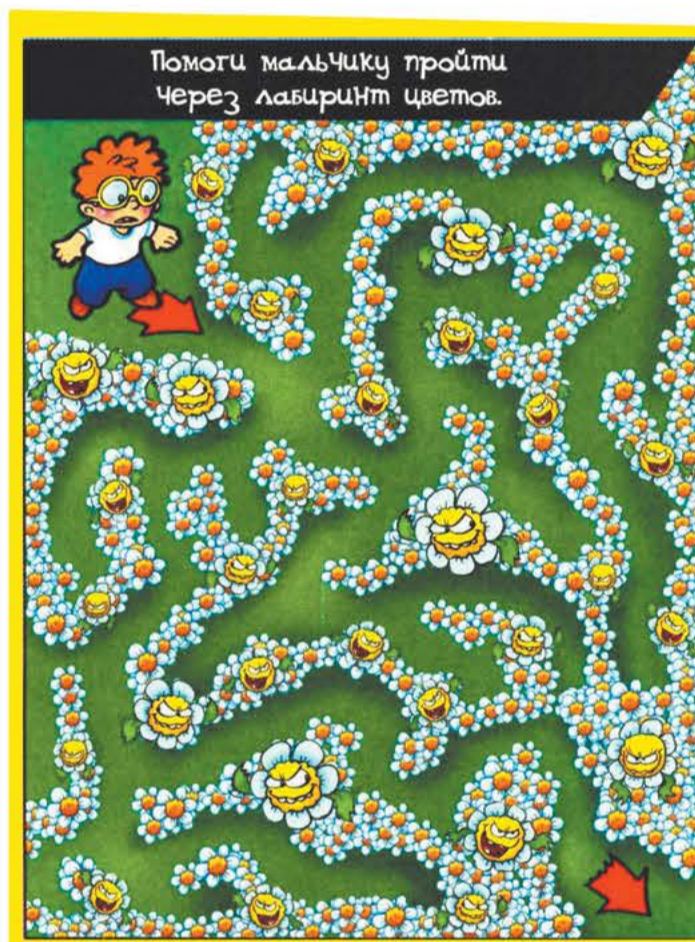
П	О	У	Ч	Е	Й	
Е	Н	С	Р	В	А	П
Ж	Н	К	А	О	Д	О
К	И	Е	П	Г	Р	К
Г	Р	Л	И	Я	О	М
З	О	Ь	Н	А	П	Р
А	М	О	Л	Ь	Л	Е

\*\*\*

Ответы на вопросы уже вписаны в клеточки в виде сплошных ломаных линий (меняют направление только под прямым углом). Найди их!

В скобках указано количество букв.

- Первые цветы после таяния снега. (10)
- Небольшой водный поток. (5)
- Поднятие уровня воды в реке в результате быстрого таяния льда, снега. (7)
- Падение с крыш оттаявшего снега каплями. (6)
- Грохот во время грозы. (4)
- Бурное ненастье с дождём, громом и молниями. (5)
- Весенний месяц года. (6)
- Спутница грома. (6)



### Анекдоты



### Спасатель

### ОСТОРОЖНО! ТАБЛЕТКИ!



На правах рекламы

**ТРЕБУЮТСЯ**

• ТЦ «Рождественский» требуются охранники. Тел. 9226005610  
 • На постоянную работу в г. В. Салда требуется секретарь. Трудоустройство, график 5/2. Знание ПК, основ делопроизводства и кадрового учёта. Оператор ПЦН, график суточный. Тел. 8 (3435) 46-93-33  
 • Требуется профессионалы для установки забора длиной 100 м из профлиста в В. Салде. Тел. 8(3435)469333

**ВНИМАНИЕ**

• Вы влюблены и готовитесь к свадьбе! Специально для Вас новая коллекция свадебных платьев и аксессуаров. Прокат и украшение автомобилей. Приглашаем в свадебный салон «ЛавСтори», ТРЦ «Корона», с 11.00 до 20.00, без выходных. Тел. 9089124394

• Ресторан «Беллиссимо» каждое воскресенье приглашает ребятнишек на детский праздник с участием аниматоров. Также с понедельника по пятницу приглашаем на бизнес-ланч с 12.00 до 16.00. Тел. 44-110

• Извещение о согласовании местоположения границ земельного участка. Кадастровым инженером: Пермяковой Р.Т. (идентификационный номер квалификационного аттестата № 66-10-159, 622001, Свердловская область, г. Нижний Тагил, ул. Красноармейская, д. 36, каб. 10, тел.: 8 (3435) 41-83-71, 25-47-77) выполняются кадастровые работы в отношении земельного участка с кадастровым номером: 66: 08: 0601001: 157, расположенного по адресу: Свердловская область, Верхнесалдинский городской округ, п. Тагильский, улица Заречная, дом № 67. Заказчиком кадастровых работ является: Злыгостева Валентина Ивановна. 622006, Свердловская область, г. Нижний Тагил, ул. Окунева, д. 1Б, кв. 48, т. 89221602911. Дополнительное согласование о местоположении границ земельного участка состоится по адресу: г. Н. Тагил, ул. Красноармейская, 36, каб. 10, 7 апреля 2014 г. с 10.00 до 12.00 и с 13.00 до 15.00 часов. С момента опубликования извещения в течение 15 дней можно ознакомиться с проектом межевого плана по адресу: г. Н. Тагил, ул. Красноармейская, д. 36, каб. 10. Обоснованные возражения после ознакомления с проектом межевого плана необходимо направить в течение 1 месяца с момента опубликования извещения по почтовому адресу: 622001, г. Н. Тагил, ул. Красноармейская, д. 36, каб. 10. Сведения о местоположении смежных земельных участков: Свердловская область, Верхнесалдинский городской округ, п. Тагильский, улица Заречная, дом № 65 (66: 08: 0601001: 26). Свердловская область, Верхнесалдинский городской округ, п. Тагильский, улица Заречная, дом № 67 а (66: 08: 0601001: 158)

**УТЕРЯ**

• 21 февраля найден кот, 10 мес., окрас бело-серый, с ошейником, на котором написано «Тимоша». Тел. 9086381482

**"ФАБИ-тур" приглашает!**

Горнолыжные курорты!  
 Пляжный и экскурсионный отдых!  
 Ранее бронирование на лето-2014.  
 Туры выходного дня по Уралу еженедельно.  
 ФАБИ-тур: Энгельса, 81/1;  
 2-33-86;  
 +7 922 1717 224  
 +7 922 1717 245

ООО «Вектор» производит профессиональное **БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ** «ПОД КЛЮЧ» в кратчайшие сроки



Инженерно-технические изыскания: геология, топография под строительство коттеджей и домов

Лицензия, гарантия, качество!  
 Цена: бурение - 900 руб./м, труба - 380 руб.  
 Насос - в подарок! Бесплатный выезд специалиста  
 Опыт работы более 15 лет  
 Монтаж водоподъемного оборудования

8-904-380-64-02, 5-02-16, 5-33-64

пенсионерам СКИДКИ

**Кассы по приёму платежей ООО «УК ЖКХ»**  
 10 марта работают с 8.00 до 16.00 без перерыва

**КУПЛЮ АВТО**  
 КУПЛЮ

В ЛЮБОМ СОСТОЯНИИ, А ТАКЖЕ КРЕДИТНЫЕ АВТО ВЫКУПЛЮ ИЗ БАНКА

912 63 005 34

**ИЗГОТОВЛЕНИЕ СРУБОВ, БЕСЕДОК**  
 из оцилиндрованного бревна Ø 16, 18



Грузоперевозки КамАЗ, 10 тонн, кузов 6 метров  
 89536091355  
 89122226231

отечественные и импортные **КУПЛЮ АВТО**

8 952 733 67 17

рассмотрю все варианты

**БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ «под ключ»**

Телефоны:  
 8 9221 06 59 25  
 8 902 15 07 209  
 40-72-09

**АДВОКАТЫ**  
 Свердловская областная коллегия адвокатов  
**Р.Ф. АТНЕЕВ 902-878-4198**  
 ЗАЩИТА по уголовным, гражданским делам, по всем видам договоров.  
 КОНСУЛЬТАЦИИ по всем юридическим вопросам.  
**Т.Б. КЛЮСОВА 904-541-4350**  
**С.В. МООР 950-633-8188**  
 Ленина, 20, каб. 2 («Стеклашка»). 2-03-34

**«Энергосервис»**

Ремонт холодильников, стиральных машин и другой бытовой техники  
 8 953 600 87 68

**Кредитные долги сводят с ума? Встань под программу финансовой защиты! Позвони и получи:**



– законную оптимизацию кредитной задолженности  
 – остановку роста и списание незаконно начисленных пеней, штрафов, комиссий, навязанных услуг, страховки  
 – расторжение кредитного договора  
 – отмену судебного решения по взысканию долга.

Результат – справка о списании задолженности  
**Телефон: 8 982 701 07 30**

**Продаётся обрезной и необрезной пиломатериал, заборная доска, горбыль. Принимаются заявки на услуги лесовоза с манипулятором, трала.**  
**Телефон: 8 950 65 81 439**

**СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**

11 марта – Нижняя Салда, с 10.00 до 11.00, в Совете ветеранов, К. Маркса, 6  
 11 марта – Верхняя Салда, с 13.00 до 14.00, в Обществе инвалидов, Воронова, 10, к. 1  
 Карманные – от 3000 руб., заушные, цифровые, костные – от 4900 до 12000 руб.  
 Гарантия, справки и заказ специалиста на дом (по району) бесплатно по тел.: 8-965-872-33-32  
 При сдаче старого аппарата – СКИДКА!  
 Свидетельство № 001591236 г. Омск

**ШЛАКОБЛОК**  
 для тех, кто строит для себя, полнотелый, пустотелый

– Соблюдение пропорций – это гарантия долготлетия строения.  
 – Правильные размеры (40 x 19 x 19) – это экономия материала при кладке и штукатурке.  
 – Использование горных отсевов – это гарантия здоровья поколений.  
 Прежде чем купить, предлагаем приехать, посмотреть и сравнить:  
 цемент, тротуарная плитка – от 350 руб./м²  
 керамзит – 115 руб./мешок, песок белый – 60 руб./мешок  
 песок чёрный (жжёнка), серо-зелёный, отсев горный (пылёнка) – 40 руб./меш.  
 щебень горный (любых фракций) – 50 руб./меш.  
 граншлак – 50 руб./меш. глина печная – 90 руб./меш.  
 пушёнка для раскисления почвы – 100 руб./меш.  
 арматура  
 Доставка до подъезда, сада, гаража, при необходимости грузчики, подъём на этаж.

Построим дом, гараж, баню из своих или ваших материалов. Сделаем любой ремонт  
 Телефоны: 9089040494, 9122637366, 9527360671, 8(3435)46-27-19 (без выходных дней)

**КАЖДОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ**  
 Общество «Трезвость и здоровье» на протяжении 28 лет проводит лекции, беседы, консультации

**КОДИРОВАНИЕ**  
 по методу Довженко.  
 Алкогольная зависимость – в 12.00  
 Избыточный вес – в 9.00.  
 Тел.: 8 (3435) 33-11-62, сот. 9 222 00 55 64  
**ВНИМАНИЕ! У нас новый адрес:**  
 г. Нижний Тагил, ул. Уральская, 9  
 (ориентир: гостиница «Северный Урал»)

**КАДАСТРОВЕЕ БЮРО**

Производит следующие виды кадастровых работ:

- Межевание земельных участков (обмер земельных участков, вынос границ в натуру);
- Оформление технических планов зданий, сооружений, объектов незавершённого строительства, помещений (в том числе и перепланировка помещений);
- Топографические изыскания (топографо-геодезические съёмки, корректура съёмок, исполнительные съёмки).

Фактический адрес:  
 г. Нижний Тагил, ул. Ермака, 44 «А»  
 Выезд специалистов в Верхнюю Салду – каждый вторник  
 Телефон: 8 (3435) 48-08-40; 8 922 024 50 40

**БЛАГОДАРИМ**

Огромное спасибо всем, кто принял участие в организации похорон нашей любимой дочери, матери, жены **Натали Сергеевны ЧАЧИНОЙ (ФЕОКТИСТОВОЙ)**. Отдельная благодарность **Михаилу ТАРХОВУ**, профгруппоргу цеха № 21.  
 Мама, дочь, муж, зять, дядя Юра

**ВСПОМНИМ**

7 марта исполняется 40 дней со дня смерти нашей горячо любимой дочери, мамы, жены **Натали Сергеевны ЧАЧИНОЙ**. Прощим всех, кто знал её, вспомнить добрым словом.  
 Мама, дочь, муж, зять, дядя Юра



От всей души!

От всей души поздравляем  
с праздником весны милых женщин цеха № 15!

Любви, творения!  
Пусть первый подснежник  
Подарит вам нежность!  
Весеннее солнце подарит тепло!  
А мартовский ветер подарит надежду,  
И счастье, и радость, и только добро!

*Администрация и профком цеха № 15*

Поздравляем с Международным женским днём  
8 Марта милых женщин,  
а также с Днём рождения  
именинников марта – ветеранов труда  
и неработающих пенсионеров цеха № 71 (УКС)!

Пусть будет жизнь ваша полна  
Всем тем, что дарит вам весна:  
Улыбкой скромной и простой,  
Здоровьем, счастьем, красотой!

*Профком и Совет ветеранов цеха № 71 (УКС)*

Поздравляем с юбилеем:  
Любовь Николаевну ДУДИНУ,  
Наталью Владимировну БАЛАГУТДИНОВУ,  
а также с Днём рождения:  
Лидию Ивановну НИКИТИНУ,  
Ларису Алексеевну МЕЩАНИНОВУ,  
Валентину Андреевну ТИМКИНУ!

В День юбилея, в День рождения,  
Примите наши поздравления!  
Пусть сопутствует везение  
Много-много лет подряд!

*Администрация и профком цеха № 15*

Поздравляем с праздником 8 Марта  
всех женщин,  
а также с юбилеем:  
Любовь Юрьевну КАРАСЁВУ,  
Любовь Романовну ХУСНИЯРОВУ,  
поздравляем с Днём рождения  
женщин, родившихся в марте!

Желаем долгих лет и крепкого здоровья,  
Силы, мудрости и красоты!  
Пусть всегда – не только в День рождения  
Исполняются заветные мечты!

*С уважением, коллектив клуба «Соседушки»*

Поздравляем с праздником весны  
всех женщин бывшего Верхнесалдинского торга!  
Желаем здоровья и счастья вам и вашим семьям!

*Совет ветеранов торга*

От всей души поздравляем с юбилеем:  
Нелли Георгиевну ВАЙДУ,  
Наталью Леонидовну СТЕПНЫХ,  
а также с Днём рождения  
мартовских именинников,  
находящихся на заслуженном отдыхе!

Пусть годы медленнее мчатся,  
Несут улыбку, радость, смех,  
И пусть сопутствуют вам в жизни  
Здоровье, счастье и успех!

*Администрация, профком  
и Совет ветеранов цеха № 5*

Поздравляем с Днём рождения  
ветеранов цеха № 35, а также с юбилеем:  
Николая Ивановича ШАРОВА и  
Надежду Петровну ДАНИЛОВУ,  
всех женщин цеха поздравляем  
с праздником весны!

Дай Бог вам только счастья и тепла,  
Прямых дорог и дружбы ваших близких,  
Чтоб жизнь всегда прекрасною была,  
Чтоб тяготы и беды не нависли!  
И долгих лет вам, и хороших зим,  
И крепкого здоровья!  
И чтобы каждый, кто душой любим,  
Вам отвечал такую же любовью!

*Администрация, профком  
и Совет ветеранов цеха № 35*

Поздравляем с Днём 8 Марта  
дорогих, милых женщин – ветеранов цеха № 10!

Пусть весна чудесной будет, яркой!  
Позади февральские морозы.  
Пусть подарит День 8 Марта  
Золотые россыпи мимозы!

*Совет ветеранов цеха № 10*

От всей души поздравляем с 8 Марта  
милых женщин – ветеранов цеха № 11!

Милые женщины, вездесущие!  
Вечно куда-нибудь что-то несущие!  
Желаю вам всего, чем жизнь богата:  
Здоровья, счастья, долгих лет.  
Пусть этот день – 8 Марта  
В душе оставит добрый свет!

*Профгруппа ветеранов цеха № 11 Л. Кокшарова*

От всей души поздравляем с юбилеем,  
с Днём рождения и с праздником 8 Марта  
уважаемых ветеранов!

Пусть годы бегут и бегут – не беда,  
Пусть рядом здоровье шагает всегда,  
И счастье, как птица, на крыльях летит,  
И сердце не знает тревог и обид!

*Совет ветеранов цеха № 23/46*

Сердечно поздравляем с Международным  
женским днём 8 Марта ветеранов труда  
бывшего подсобного хозяйства ВСМПО!

Желаем доброго здоровья, радости, весеннего настрое-  
ния, всего самого доброго, светлого, бодрости духа и опти-  
мизма!

*Председатель Совета ветеранов  
подсобного хозяйства А. Трубина*

Поздравляем с Международным женским днём  
8 Марта всех женщин!

Поздравляем с Днём рождения  
именинников марта, а также с юбилеем:  
Людмилу Николаевну ОЛЬХОВСКУЮ,  
Сергея Николаевича БЕРВИНОВА,  
Зою Александровну ТАРТАЧЁВУ!

Пусть всё, что загадается – исполнится,  
И дарит счастье каждая минута,  
И дом всегда, как в праздник, будет полон  
Тепла, веселья, радости, уюта!

*Совет ветеранов цеха № 22*

От всей души поздравляем  
с женским праздником 8 Марта  
уважаемых женщин цеха № 6/27,  
находящихся на заслуженном отдыхе!

Вам сегодня все улыбки,  
Вам сегодня все цветы,  
И чтоб Бог дал вам в избытке  
Здоровья, счастья, красоты!

*Совет ветеранов цеха № 6/27*

# От всей души!

**Поздравляем с Днём рождения  
всех именинников марта –  
работников цеха № 32, ветеранов труда  
и неработающих пенсионеров!**

Лучший праздник – День рождения,  
Самый радостный из всех!  
Дарит жизнь пускай везение,  
Только счастье и успех!  
Впереди пусть обязательно  
Ждёт желаний исполнение,  
И всегда пусть замечательным  
Остаётся настроение!

**Администрация, профком  
и Совет ветеранов цеха № 32**

**Поздравляем с юбилеем и Днём рождения  
всех именинников марта –  
ветеранов цеха № 60!**

Желаем здоровья на многие годы, счастья и благополучия!  
Желаем не стареть, а молодеть! Всего вам доброго, дорогие именинники и юбиляры!

**Администрация и председатель  
Совета ветеранов цеха № 60**

**Поздравляем с юбилейным  
Днём рождения  
именинников февраля и марта!**

Желаем удачи, тепла и добра,  
Чтоб все неудачи сгорели дотла!  
Чтоб жить, не тужить до ста лет довелось,  
Пусть сбудется всё, что ещё не сбылось!

**Администрация, профком  
и женсовет цеха № 26**

**Поздравляем с юбилеем:  
Галину Александровну ЧЕРЕПАНОВУ,  
Станиславу Антоновну СЕМЁНОВУ,  
Дарью Петровну ЧУЛКОВУ,  
Зинаиду Иосифовну СУХОРОСОВУ,  
а также с Днём рождения  
именинников марта!**

Природа опоздала с поздравлением,  
Не распустила листьев в этот день,  
Но мы спешим поздравить с Днём рождения,  
И пусть в душе всегда цветёт сирень!

**Администрация и профком цеха № 13**

**Поздравляем с Днём рождения и с 8 Марта  
руководителя Дома культуры  
Алефтину Алексеевну ЗЕЙНАЛОВУ!**

Так хочется счастья Тебе пожелать,  
А самое главное – не унывать.  
Пусть радость Тебе доставляет работа,  
Пусть только приятными будут заботы!  
Всего Тебе мирного, доброго, ясного,  
Всего Тебе светлого и прекрасного!

**Коллектив Дома культуры совхоза**

**Поздравляем с юбилеем  
Александра Васильевича СМОЛИНА!**

Желаем счастья и здоровья,  
Желаем бодрости и сил,  
Чтоб каждый день обычной жизни  
Вам только радость приносил!

**Совет ветеранов цеха № 25,  
коллектив «Старой кузницы»**

**Поздравляем с Днём рождения и с 8 Марта  
Ефросинью Александровну ПЕРЕВОЩИКОВУ!**

Пусть солнце светит в День рождения  
И голубеют небеса!  
И пусть любовью окружают  
Родные, близкие, друзья!

**Семья Бусыгиных**

**Поздравляем с Днём рождения  
дорогого, любимого мужа, папу, дедушку  
Василия Петровича СМИРНОВА!**

За доброту, любовь и ласку  
И за отцовский Твой совет  
Тебе, родной наш, мы желаем  
Здоровья, счастья, долгих лет!

**Родные**

**Поздравляем с юбилейным Днём рождения  
Аиду Вениаминовну АМАЯКЯН!**

Тебя спешит поздравить с Днём рождения  
Твоя большая, дружная семья!  
Сколько лет? Считать нам неприлично,  
Ведь Ты душою молода всегда,  
Желаем настроения отличного,  
Здоровья, счастья в этот день весны,  
И молодости вечной, настроения,  
Жить лет до ста без старости,  
И только лишь на «пять»!

**Дочь, сын, внуки, зять, сноха**

**Поздравляем с юбилеем  
супруга, отца, дедушку  
Вячеслава Петровича АРТЁМОВА!**

Желаем счастья и здоровья,  
Улыбок, бодрости и сил,  
Чтоб каждый день обычной жизни  
Лишь только радость приносил!

**Семья**

**Поздравляем с 85-летним юбилеем  
Виталия Андреевича БЕЗРУКОВА!**

В честь юбилея славного  
Мы Вам желаем главного:  
Лет долгих, крепкого здоровья,  
Жизнь, окружённую любовью,  
В делах успехов на весь век,  
Всего, чем счастлив человек!

**Сын, дочь, внуки, правнуки**

**Поздравляем с Днём рождения  
дорогую Алёну Юрьевну ГРИГОРЬЕВУ!**

Пусть красиво дорогой будет виться жизнь Твоя,  
Счастье пусть шагает в ногу, от невзгод Тебя храня.  
Пусть судьба Тебе подарит то, что хочешь Ты.  
Пусть исполнятся желания и сбываются мечты!

**Бабушка Тамара**

**Поздравляем с 20-летним Днём рождения  
Ивана Олеговича ДЕНИСЛАМОВА!**

День сегодня ясный, светлый,  
Важный день в Твоей судьбе!  
Ведь сегодня 20 исполняется Тебе!  
Желаем счастья в этот день,  
Тепла от всех, кто будет рядом.  
Улыбок светлых на лице  
И солнечных лучей в награду!

**Родители, бабушка, Оля, Даниил,  
Коля, Алеся и маленькое чудо – Ксения**

**Поздравляем с 20-летним Днём рождения  
Ивана Олеговича ДЕНИСЛАМОВА!**

Любит вся Тебя семья,  
И конечно же, друзья.  
Помни – мы с Тобой рядом  
И Твоим успехам в спорте рады!  
Мы желаем настроения  
И во всём Тебе везения,  
И в работе и в труде  
Будет пусть легко Тебе!

**Твои друзья**

**Поздравляем с юбилеем  
Геннадия Ивановича МЕЛКОЗЁРОВА!**

Живи на свете долго-долго,  
И не считай свои года.  
Пусть радость, счастье и здоровье  
Тебе сопутствуют всегда!  
Любовь, заботу близких  
Прими в душе, как дар.  
Тебе поклон наш низкий,  
Любимый юбиляр!

**Брат Игорь, сноха Галина**

**От всей души поздравляем с юбилеем  
уважаемую Эльвиру Викторовну ГРИГОРЬЕВУ!**

Храни Вас Бог от житейских невзгод.  
От тяжких болезней, житейских тревог!  
Пусть будет побольше радостных дней,  
Согретых любовью родных и друзей!

**Григорьевы, Красильниковы**



ТАМ, ГДЕ МЫ ЖИВЁМ

# А без нашего труда в грязи утонут города

## Коммунальщики соревновались в профессионализме и артистизме

**В канун своего профессионального праздника работники коммунальной службы Верхней Салды собрались в актовом зале администрации, чтобы услышать добрые слова, принять поздравления. И не только.**

За этот вечер немало прозвучало слов о том, как много в жизни современного человека зависит от коммунальщиков: работа водопровода и канализации, теплоснабжение, сбор и вывоз мусора, а также содержание придомовых территорий и мест общего пользования. В адрес виновников торжества звучали добрые пожелания из уст главы Верхнесалдинского городского округа Константина Ильичёва, главы администрации Игоря Оленёва. Самых достойных и заслуженных работников УЖКХ, которые проработали в

коммунальной сфере от 30 лет и более, благодарил директор Верхнесалдинского УЖКХ Демид Ищенко.

Но не бывает праздника лучше, чем тот, который мы сами создаём для себя. И коммунальщики проявили себя, к нашему удивлению, чего уж скрывать, очень творческими людьми. Например, актёрские способности продемонстрировали в миниатюре про Вовку-коммунальщика. Темой своей постановки коммунальщики-театралы сделали самый актуальный вопрос – о своевременной выплате зарплаты. Со второго раза Вовке удалось правильно поставить запятую, которая и вкладывает смысл во фразу: «Зарплату дать, нельзя тянуть!».

Но если в сценке всё зависит от маленькой запятой, то в работе УЖКХ всё зависит от каждого

работника. На этом торжестве были выбраны лучшие мастера своего дела в рамках заключительного этапа отборочного тура конкурса профессионального мастерства «Лучший по профессии». Победители отправятся представлять наш город в региональном конкурсе проекта «Славим человека труда!», который пройдёт 14 марта в Екатеринбурге.

Коммунальщики конкурировали за звание лучших в трёх номинациях: «Лучший столяр», «Лучший сварщик» и «Лучший дворник».

Для определения победителя сварщики и столяры выполняли домашние практические задания. Результат своих трудов представили на сцене. Лучшим сварщиком Верхней Салды, по мнению жюри, стал Алексей Холодов. Он изготовил ажурную решётку, которая

в будущем может стать хоть частью ограждения, хоть защитой на оконную раму.

Но если Алексей уверен, что он в своём деле достиг высокой степени мастерства, то Сергей Пашев и Анатолий Паньшин считают, что у них ещё есть резерв и высота, к которой надо стремиться. На конкурс они изготовили стремянку, отвечающую всем нормам и стандартам, за что получили премию и звание «Лучший столяр» Верхнесалдинского ЖКХ.

За победу в номинации «Лучший дворник» боролись представители четырёх ЖЭУ.

В этой категории был объявлен дополнительный конкурс на самый чистый участок, а также соревнования под названием «самопрезентация» бригады «Я в профессии».

С практическим и творческим заданиями дворники

справились на «отлично». Со сцены звучали и стихи, и песни, и частушки. Именно частушки и дружный пляс принесли первое место ЖЭУ № 1. А слова из песни:

*Улицы, скверики, дворники  
Убирают весело дворники,  
А планета с нами*

*всё вертится,*

*На лучшее будем надеяться,  
– победу бригаде ЖЭУ № 3.*

Они разделили с первым высшую ступень пьедестала почёта. Кроме того, жюри учредило номинацию самому инициативному и артистичному дворнику Антону Селезнёву.

Пусть каждому сварщику, слесарю, столяру и дворнику в работе помогают чувство юмора, надежда на лучшее будущее и любовь к родному городу. А мы будем уважать и беречь их труд!

Анна СИГОВА

БУДЬ ГОТОВ!

# Перелом предплечья по сценарию

## В жизни всё может закончиться трагедией, если не проиграть сцену до автоматизма

**Пожарно-тактические учения проводятся на территории всей Свердловской области каждый квартал. Их целью Главное управление МЧС России по Свердловской области называет проверку готовности всех сил и средств к любым чрезвычайным ситуациям. В минувший четверг площадкой для учений стало здание администрации Верхнесалдинского городского округа.**

Школа оперативного мастерства – именно так называются учения, которые начались в большом зале администрации. Представители Главного управления МЧС России по Свердловской области, а также руководители тушения пожаров Нижнего Тагила, Качканара, Кировграда и других городов Горнозаводского управленческого округа проанализировали результаты проверок пожарных подразделений, провели разбор пожаров, произошедших в 2012-м и 2013-м годах, изучили нормативную документацию.

– Цель сегодняшних занятий – отработка взаимодействия сил и средств внутри гарнизона, взаимодействие дежурных служб города: городских электрических сетей, газовых сетей, полиции, ГИБДД, то есть всех служб, которые задействуют при тушении и ликвидации пожара. Кроме того, будет проведена отработка действий сотрудников администрации при пожаре, – прокомментировал начальник Верхнесалдинского гарнизона

пожарной охраны подполковник внутренней службы Алексей Хуснуллин.

Во второй части учений от теории перешли к практике. Условный пожар возник в архиве подвального помещения администрации городского округа.

Три единицы пожарной техники, полиция, «Скорая помощь» первыми прибыли к месту вызова. Дополнительно к ресурсам третьего отряда федеральной противопожарной службы, были задействованы силы и средства противопожарной охраны ВСМПО и Нижнесалдинского пожарного гарнизона. В считанные секунды бойцы провели боевое развёртывание.

На момент прибытия пожарных расчётов самостоятельно выбрались из «горящего» здания более 30 человек. Но без «пострадавших» не обошлось. Дмитрий Нестатных и Алексей

Георгиевский сыграли роль отрезанных огнём сотрудников, которые как бы не смогли покинуть помещение. На помощь подоспели сотрудники газодымозащитной службы, которые вывели «пострадавших» и передали на попечение медиков.

Фельдшер «Скорой помощи» Алексей Окунев «диагностировал» отравление окисью углерода лёгкой степени у одного и закрытый перелом костей предплечья и отравление окисью углерода лёгкой степени у другого «пострадавшего». Дополнительно вызванными бригадами «Скорой помощи» обе как бы жертвы огня были как бы доставлены в ЦГБ.

Во время учебного пожара дежурство медиков, полиции, газовиков, электриков обязательны. Но чтобы избежать нештатных ситуаций, в каждом учреждении и организации должен быть утверждён свой план обеспечения безопаснос-

сти, в котором учитывались бы не только противопожарные мероприятия внутри зданий, но и на прилегающей территории.

Если во время учений подъезды к зданию администрации были расчищены специально, чтобы не повредить припаркованные автомобили, то во время настоящего пожара подъехать к месту возгорания бывает проблематично. Такие моменты также проговаривались на школе оперативного мастерства.

Условный пожар в администрации Верхней Салды был локализован и ликвидирован за несколько минут. Точные расчёты времени тушения каждого пожара зависят от дальности расстояния, исправности пожарных гидрантов, взаимодействия всех сил и средств.

Данные «пожара» оперативно передавались в созданный на месте штаб. Фиксировалось

не только время прибытия пожарных расчётов, развёртывания рукавных линий, но и нарушения, если таковые допускались по времени учений.

– К таким занятиям привлекается не только личный состав местного, но и соседних гарнизонов, которые при больших пожарах будут задействованы для тушения и ликвидации последствий, – отметил заместитель начальника отдела организации службы и подготовки Главного управления МЧС России по Свердловской области, подполковник внутренней службы Алексей Галкин. – В данных учениях все службы прибыли в установленное время, техника не подвела. На должном уровне отработали сотрудники газодымозащитной службы. Автоматизация для эвакуации людей, также сработала без сбоев.

Действия сотрудников всех противопожарных служб, других жизнеобеспечивающих организаций во время проведения учений оценили на брифинге. Серьёзных замечаний и нарушений не выявлено.

Каждый учебный пожар развивается строго по сценарию. Жизнь – непредсказуемый режиссёр. И хорошо, если знания и навыки, полученные во время пожарно-тактических учений, будут грамотно и эффективно применены на месте реального ЧП. А лучше, если проявлять эти знания вообще не будет поводов!



Чтобы трагедия, произошедшая на улице Кирова в феврале, не повторилась, раз в квартал проходят учения

Марина СЕМЁНОВА



# Крыло надёжное твоё – со мною рядышком, я знаю

Говорят, жизнь состоит из чёрных и белых полос. Но есть люди, которые сумели её раскрасить всеми цветами радуги. А за радужными красками, как бы это парадоксально ни звучало, стоит большой труд. И это как никто знают в семье Беккер-Оносовых – Альфреда Александровича и Генриетты Витальевны.

Повод рассказать о них более чем замечательный – 5 марта у главы семьи Альфреда Александровича юбилей – 85-летие, а в прошлом году супруги отпраздновали бриллиантовую свадьбу – 60 лет вместе! Тогда за столом собрались главные бриллианты их жизни: трое детей – Юрий, Елена, Наталья, восемь внуков и двенадцать правнуков. Да, по-хорошему можно позавидовать такой большой семье.

Недавно я побывала у них в гостях. Честно скажу, Генриетту Витальевну в роли домашней хозяйки я не представляла: многие годы знаю её как публичного человека, очень много времени отдающего общественной работе. Учитель, заведующая партийным кабинетом парткома ВСМОЗа, пропагандист, общественный корреспондент «Новатора» и других газет нашего города, поэтесса – вот далеко не полный перечень того, чем занималась и занимается эта удивительная женщина с сильным волевым характером, хозяйка этого уютного и тёплого дома.

– 13 лет ждали подвода газа, – отметил Альфред Александрович, – наконец, дождалась.

Дому уже более 150 лет, это родовое гнездо семьи Оносовых. Старые фотографии на стенах органично вписались в интерьер отремонтированной гостиной с камином. Ремонт – это подарок внуков Ивана и Алексея. Как можно не порадоваться за таких парней?

У людей, проживших вместе более 60 лет, конечно, хочется спросить, в чём секрет счастливой жизни.

– Спасибо Гете, она ведь, знаете, какой замечательный человек: справедливая, ответственная, ни в чём никогда не потерпит лжи. Родила трёх детей. Я её сильно люблю.

– А я так благодарна Алику: он всегда разрешал мне порхать. Я ездила на семинары, на спектакли, оперетты в Свердловск. Не боялась с ним оставить маленьких детей, всегда всё было в порядке. Главное, Алик до сих пор не опустил меня на землю, мои крылья не подрезал, и если коротко, стихами:

...Когда, забыв про бытие,  
Я птицей вольною летала,  
Крыло надёжное твоё –  
Со мною рядышком, я знала.  
И, как никто, ты понимал  
Мою восторженную душу...»

Вот так уметь любить и восторгаться друг другом – это один из секретов долголетнего брачного союза.

А познакомились юные Гета и Альфред в далёком 1951 году в Свердловске: она училась в университете, он поблизости – в Горном институте. Начали дружить комнатами, устраивали посиделки, то «семечники», то «арбуз-



Генриетта Витальевна более 60 лет вместе со своим другом и надёжным попутчиком Альфредом Александровичем

ники», гуляли по ночному городу. Альфред влюбился в Гету сразу и два года боялся даже намекнуть о своих чувствах: он – репрессированный немец с Поволжья, а она – красавица, уже в ту пору блистала среди своих сверстниц, и ухажёров у неё было немало.

Вот как сам Альфред Александрович в своих воспоминаниях описал эпизод признания в любви:

– Где-то в конце октября мы были в своей комнате, кто-то готовился к занятиям, кто-то читал. И вдруг я слышу из разговора ребят, что речь идёт о Гете. Мол, приехали девчата из университета и сказали, что надо ехать в женское общежитие, к Гете приехал жених – лётчик Женя Семёнов. А она в смятении. Я тут же всё бросил и поехал. Вхожу в общежитие, а навстречу идёт Гета. Сели с ней на втором этаже, я впился взглядом в лицо Геты, хочу понять, в чём же дело. А она говорит, что приехал её друг Женя, который в неё влюблён и предлагает ей выйти замуж. Тут я остолбенел и чуть не сказал: «А как же я?» Но понял, что я ведь никогда не говорил о своих чувствах. Разговорились. И тут я признался, что уже два года её люблю, а молчал, потому что не надеялся на взаимность. Мы открылись друг другу, признались в своих чувствах. Это был Дар Божий. А дальше всё, как положено: ЗАГС, свадьба, создание семейного очага...»

Сегодня можно сказать одно: Генриетта Витальевна главный выбор в жизни сделала правильно, ответив взаимностью Альфреду Александровичу. Он оказался верным другом и надёжным попутчиком.

Альфред Беккер написал воспоминания о своей семье. Дочь Наташа оформила их в настоящую книгу. Мне представилась возможность прочитать её. На примере своей семьи он рассказал о судьбе российских немцев. Вот никогда бы не подумала, что Альфред Александрович до 6 класса не умел говорить по-русски. Он родился в образованной семье. Его мама Эмма Петровна знала не один язык, преподавала в школе, папа – Александр Иванович – был на

партийной работе. В 1941 году, как снег на голову, вышел указ Верховного Совета СССР «О переселении немцев, проживающих в районе Поволжья». Переселяли их в Новосибирскую и Омскую области, Алтайский край, Казахстан. Семью Беккер выгрузили на станции Ишим, а потом ещё 70 километров они шли до деревни Бердюжье.

Немцы с пониманием отнеслись к таким жёстким мерам: шла война. На новых местах также старались добротнее обустроиться, хорошо трудились на колхозных полях.

Большая трудовая биография Альфреда Беккера была связана с ВСМПО. Начинать работать инженером в УКСе. В 1968 году его пригласили в новопрокатный цех № 16 начальником лаборатории.

Просто не могу не вспомнить то интересное время. Я в том же году пришла работать сюда лаборанткой, а это было время становления лаборатории, коллектива. Альфред Александрович всегда старался идти в ногу со временем, все подразделения лаборатории были оснащены новейшим оборудованием, он постоянно присутствовал при его монтаже. А какой он был классный и заботливый руководитель, – мы, молодые лаборантки, не боялись заходить к нему в кабинет по любому вопросу. Он всегда был с нами и на соревнованиях, и на субботниках, и на демонстрациях. И сегодня Альфред Александрович с благодарностью вспоминает своих коллег по цеху № 16: Николая Гальжева, Владимира Калашника, Владимира Ворошилова, Нину Бутаеву, Нину Крохину, Галину Акольчину...

Вскоре его повысили, и более пятнадцати лет он работал заместителем начальника цеха № 16.

У Альфреда Александровича немало увлечений. Например, бег и голодание.

– Почему я занялся этим? – рассказывает он. – Как-то утром стал собираться на работу и в очередной раз с трудом застегнул ботинки. И вдруг мне стало так стыдно за свой большой живот: «Что я, развалина, не могу взяться за себя?» В то время меня как будто кто



1951 год. Как в такого не влюбиться?

под «мягкое место» пнул: «Иди, мужик, занимайся, пока не поздно». Начинать бегать в парке, потом вокруг Салды, до Нижней Салды бегал, а потом и до Тагила. Курение сразу само по себе отошло, и спиртные напитки не захотелось употреблять. А главное, я похудел, не стало одышки, и чувствую себя намного лучше.

– У Вас и по голоданию был рекорд – 30 дней ничего не ели?

– Да, было такое, правда, пил воду с мёдом.

– А как привыкали снова есть?  
– Конечно, потихоньку, начинал с маленькой порции капусты. Но это было в более молодые годы, сейчас я уже такие эксперименты не ставлю. Занимаюсь умеренной ходьбой.

Новизну впечатлений, особую яркость, вкус жизни супруги Беккер получают и от ежегодных поездок в посёлок Мирный, что в Краснодарском крае. Они, как правило, уезжают туда в конце марта и до глубокой осени живут в тёплом благодатном крае. В этом году поедут уже в 30-й раз! Дочери Наталья после окончания института выделили там полкоттеджа, вот она и уговорила родителей приезжать на отдых.

Но отдыха, правда, не получается, потому что Генриетта Витальевна и Альфред Александрович без дела не привыкли сидеть. С благодарностью о них написали жители в местной газете «Зори». Генриетта Витальевна выступает в школах района с рассказами о Зое Космодемьянской, генерале Карбышеве, поэте Александре Сергеевиче Пушкине. Вместе с мужем готовили и ставили спектакли по произведениям Пушкина. В школе оформили пушкинскую комнату. А ещё они организуют субботники в помощь ветеранам войны и пожилым людям, ухаживают за братской могилой. Они стараются увлечь всех полезным и нужным делом.

Вот и ещё один из секретов, наверное, главный, их счастливой жизни: надо уметь много работать и уметь жить для людей.

Галина БЕРСТЕНЁВА,  
ветеран ВСМПО



## Чем больше юбилеев, тем радостнее жить

Рубрику ведёт Олеся САБИТОВА  
телефон 6-22-14



Март у многих в первую очередь ассоциируется с Международным женским днём, который отмечается восьмого числа, но мало кто задумывается о том, что в каждом месяце присутствуют дни, в которые есть что вспомнить всем нам. Сегодня газета «Новатор» для своих читателей подготовила небольшой обзор самых интересных юбилейных дат марта-2014.



### ПУТЕШЕСТВИЕ В 205 ЛЕТ

8 марта 1809 года вышла в свет первая книга басен Ивана Крылова. Тысяча двести экземпляров – таков был её тираж.

Крылов написал всего 205 басен, из них 135 сохранились в его автографах, причём большинство имеет по несколько редакций, и уже на протяжении двух веков люди восхищаются их прелестью. Его басни разобрали на цитаты, которые применимы к любой жизненной ситуации.

Иван Андреевич был человеком, не лишённым остроумного юмора, который применял в любой подходящей ситуации. Об этом свидетельствуют рассказанные очевидцами интересные случаи и факты из жизни Крылова.

Вот простой пример. Во время прослушивания оперы баснописцу «почастливилось» сидеть рядом с человеком, бурно выражавшим свои эмоции – он постоянно притопывал и подпевал, мешая окружающим слушать.

– Это какое-то безобразие! – довольно громко воскликнул Иван Андреевич.

И когда оживлённый сосед поинтересовался, не направлено ли это высказывание в его адрес, Крылов спокойно и добродушно ответил: «Нет, что Вы? Это касается господина на сцене, мешающего мне Вас слушать».

### 90-ЛЕТНИЙ «ПИОНЕР»

«Пионер» был создан в 1924 году как ежемесячный журнал Всесоюзной пионерской организации имени Владимира Ильича Ленина для пионеров и школьников.

Первый номер, вышедший 15 марта 1924 года и посвящённый именно Владимиру Ильичу, считается библиографической редкостью, поскольку автором очерка о Ленине был Лев Троцкий, и выпущенные экземпляры впоследствии были уничтожены.

«Пионер» имел постоянные разделы школьной и пионерской жизни, публицистики, науки и техники, искусства, спорта, детского художественно-



го творчества. Журнал организовывал работу тимуровских команд и отрядов.

В 1974 году награждён орденом Трудового Красного Знамени. Тогда он был любимцем советских ребят, и его тираж составлял свыше полутора миллионов экземпляров. «Пионер» издаётся до настоящего времени, но его содержание изменилось до неузнаваемости.

### 100-ЛЕТНИЙ ЮБИЛЕЙ «РАБОТНИЦЫ»

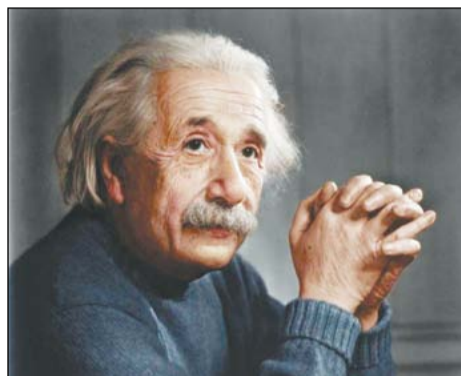


Ещё одно мартовское рождение – журнал «Работница». 8 марта 1914 года вышел первый номер. Впоследствии это был самый популярный женский журнал в Советском Союзе. Впрочем, «Работница» выходит и сейчас, только стала она обычным гляцевым женским журналом.

Доперестроечную «Работницу» и сейчас интересно читать. Листая старые страницы, как бы окунаешься в ту эпоху, погружаясь в океан её радостей и забот. Одновременно прослеживается изменение сознания – если выпуски 20-30-х отражают ломку патриархального быта, когда миллионы женщин боролись за право быть наравне с мужчинами, то в конце 80-х – начале 90-х страницы журнала дают больше моды, кулинарных рецептов, прочих «мелких бытовых радостей».

### САМЫЙ УМНЫЙ ПАРЕНЬ В МИРЕ

14 марта исполняется 135 лет со дня рождения немецкого физика Альберта Эйнштейна. Что же мы в действительности знаем об этом человеке? Растрёпанные в творческом хаосе волосы на голове, пышные



усы, высунутый язык на популярной фотографии, постулаты теории относительности и прочее-прочее, что, как выяснилось, не имеет никакого отношения к человеку-Эйнштейну.

Например, у Альберта Эйнштейна был необычный подход к роли женщин в армии. Он частенько шутил, что если заслать их в большом количестве на линию фронта, то это будет самым настоящим адом для противника. В своём эссе, написанном в 1931 году, учёный заявил, что в следующей войне патриотичные женщины должны быть отправлены на фронт вместо мужчин. По мнению физика, это привнесло бы определённую новизну в военную тактику, враг пришёл бы в замешательство, и женщины легко одержали верх над противником.

А ещё самый умный парень в мире просто не мог позволить себе возиться с такими мелочами, как надеть одинаковые носки или не забыть захватить зонтик в проливной дождь. У Эйнштейна была жуткая память на те вещи, которые он считал несущественными. Это распространялось и на дни рождения.

В 1921 году учёный получил телеграмму из Нью-Йорка от раввина Герберта Гольдштейна. Тот спрашивал, верит ли Эйнштейн в Бога, и предложил ответить оплаченной им телеграммой в 50 слов. Эйнштейну хватило 24 слова. Цитируем: «Я верю в Бога Спинозы, который проявляет себя в закономерной гармонии бытия, но вовсе не в Бога, который хлопочет о судьбах и делах людей».

### РУССКИЙ ГЕНИЙ



16 марта исполняется 155 лет со дня рождения ещё одного выдающегося человека – изобретателя радио, русского учёного Александра Степановича Попова.

В молодые годы Александр был увлечён изучением электромагнитных волн, к которым было приковано внимание многих физиков того времени. Но если для других физиков электромагнитные волны были только интересным физическим явлением и они ограничивались лишь опытами на своих лекциях,

то Попов решил применить эти волны как средство связи.

В лаборатории Минного офицерского класса он построил и испытал не один десяток оригинальных приборов и поставил множество интереснейших опытов с электромагнитными волнами. Мысль о беспроводной связи не покидала неутомимого исследователя.

Наконец, в 1895 году Александру Попову удалось одержать научную победу и получить то, чего он так долго и настойчиво добивался. Он построил прибор для приёма электромагнитных волн, который является родоначальником всех радиоприёмников.

### ФАНТАСТИЧЕСКИЙ МИР АЛЕКСАНДРА БЕЛЯЕВА



16 марта 2014 года исполняется 130 лет со дня рождения Александра Беляева – советского фантаста, одного из основоположников научно-фантастической литературы, заслужившего мировое признание.

В творчестве Александра Беляева каждый найдёт что-то интересное для себя. Среди известных работ – «Голова профессора Доуэля», «Человек-амфибия», «Ариэль». Всего написано более 70 научно-фантастических произведений, в том числе 13 романов.

А каким чудачком рос будущий фантаст-предсказатель! Занимался всем и сразу. С ранних лет его влекла к себе музыка: он самостоятельно научился играть на скрипке, рояле, любил музицировать часами. С детства много читал, увлекался приключенческой литературой, особенно Жюлем Верном.

Александр рос непоседой, любил всевозможные розыгрыши, шутки. Мечтал юноша и о полётах: пытался взлетать, привязав к рукам веники, прыгал с крыши с зонтом, в конце концов, поднялся в воздух на маленьком аэроплане. Всё, что не смог воплотить в реальной жизни, он перенёс на страницы своих произведений.

Александр Беляев писал романы-гипотезы, помещающие человека в разные среды существования: океан, воздух. В последнем он наделил своего героя способностью летать без дополнительных приспособлений. Образ Ариэля – это вера автора в человека, преодолевающего земное притяжение. В наше время предсказания фантаста сбылись в океанологии, медицине, биологии, а также в исследовании космического пространства. И только герою его последнего романа Ариэлю не дано воплотиться в реальной жизни – люди, к сожалению, или к счастью, не летают.



# Счастье – это кусочек торта

**Хорошо выглядеть женщине хочется всегда, но весна – это особенное время года, символ обновления и новой жизни. Наверное, именно поэтому весной мы даём себе обещание начать новую жизнь. Как подготовить организм к новой жизни, знает инструктор тренажёрного зала Евгения Хуснуллина. Своими советами она поделилась и с читателями «Новатора».**

– Утро начинается с каши, – говорит Евгения. – Встаю в 6.30, иду на кухню и варю кашу на всю семью.

Вся семья – это три Жени: мама, папа и дочь. Спортом целенаправленно занимается только мама, остальные домочадцы поддерживают её морально.

Геркулесовая с бананом или мёдом каша – единственное, что может себе позволить утром Женья, когда готовится к соревнованиям по бодифитнесу. Со спортом Евгения подружилась, будучи подростком, но более осмысленно начала заниматься в тренажёрном зале уже в 20 лет. И сегодня Евгения Хуснуллина – призёр Открытого чемпионата Уральского федерального округа по бодибилдингу, фитнесу, бодифитнесу и фитнес-бикини.

– В тренажёрный зал пришла ради мышц. Хотелось, чтобы моя фигура была более оформленной, мышцы – более рельефными. Сегодня с удовольствием участвую в соревнованиях по бодифитнесу, – делится Евгения.

В бодифитнесе неважна

акробатика, пластика, гимнастика, важны пропорции тела. По этим критериям оценивается участник. Подогнать своё тело под идеал помогают правильное питание, силовые и кардиотренировки.

– Шесть дней в неделю тренировки по три часа плюс белковая диета – мой рецепт красоты. Когда я только начала заниматься, тренажёров все боялись. Самое страшное упражнение было – это приседание. Сейчас на такой тренажёр в нашем зале выстраивается очередь.

Конечно, большинство посетителей тренажёрного зала – женщины. Но мужчины тоже не обходят зал стороной. К новичкам у Евгении никаких снисхождений нет: 40 минут кардиотренажёра, и так первые три дня занятий. Уже потом в зависимости от предпочтений выбирается программа работы.

– Если проблемы с ягодицами – выбираем приседания. Пресс накачать – нет проблем. Пять подходов по максимуму каждый день, и через месяц у вас будет идеальный пресс. Правда, под жиром его всё равно не увидишь, поэтому необходимо правильно питаться. Для тех, кто хочет похудеть, важны кардионагрузки. И ещё один важный момент. Желательно не убивать мышцы. Они должны восстанавливаться. Восстанавливаются они за счёт питания и за счёт отдыха. То есть если будем насилловать свой организм каждый день, никакого результата мы не увидим. Оптимальными будут занятия через день-два.



На вопрос: «Как удаётся отдыхать самой?», Женья ответила не сразу. Немного подумав, сказала:

– Я не знаю, что подразумевается под словом «отдых». Для меня это, наверное, вкусно покушать, полежать на диване. Но мне лежать точно некогда, да и в еде лишнего стараюсь не позволять, особенно когда готовишься к соревнованиям. Бывает, очень редко съешь кусочек торта. Это такое счастье!

Счастье для тренера – видеть результаты своих подопечных. Сегодня из посетителей тренажёрного зала сформировалась группа единомышленников, которые, так

же как и Женья, занимаются фитнесом ради удовольствия и спортивного интереса.

– Как бы там ни было тяжело, нужно сразу поставить себя в рамки. Если решили заниматься в тренажёрном зале – никакого постепенного включения. Встали и пошли! Бросают занятия не потому, что тяжело – просто лень. Люди всегда находят себе отговорки: «Ой, я сегодня не могу, я устала», а завтра «завал на работе», послезавтра – «ребёнок заболел». В общем, всегда много отговорок. Это редко, кто сдерживается и ходит постоянно. Таких людей немного, но на них держится зал.

Говоря так, Евгения Хуснуллина немного поскромничала. Занятия в зале расписаны на месяцы вперёд. У самых преданных посетителей на руках «клубные карты», с которыми расставаться они не собираются, тем более что впереди весна – время обновлений и расцвета. А значит, красивая фигура будет только на пользу.

– Любить себя нужно. Находить для себя время. Приходить к нам в зал, заниматься собой. Остальное всё будет. Если будет хорошее тело, хорошее самочувствие, всё остальное придёт. И здоровье, и любовь, и счастье.

Марина СЕМЁНОВА



## Девушка с характером



**Не заметить эту девушку в спортивном зале спорткомплекса «Чайка» было сложно, ведь она единственная представительница прекрасного пола в команде по волейболу цеха № 3, за игрой которой следили корреспонденты газеты «Новатор».**

Несмотря на то, что Снежана Архипова – хрупкая и нежная девушка, её интересуют совсем не гламурные журналы. Она с детства увлекается спортом: лыжами, лёгкой атлетикой, плаванием, баскетболом, волейболом. И даже попробовала себя в сугубо мужском виде спорта – гиревом.

– Видимо, силу некуда было девать, вот и тягала гири, – смеётся Снежана. – Я активно участвую в спортивных соревнованиях ВСМПО. В 2012 году я стала третьей в беге на 400 метров на спартакиаде Корпорации ВСМПО-АВИСМА. После этого меня позвали в

Новосибирск поучаствовать в Мировых корпоративных играх-2012». Наша команда привезла кубок за первое место в своей подгруппе. В 2013 году я заняла 2 место по прыжкам в длину, уступив первое место нашей знаменитой каратистке – Валерии Дорошенко.

Образование Снежаны, как и спортивные увлечения, тоже не совсем соответствует её женственной натуре. После школы девушка поступила в авиаметаллургический техникум на обучение по специальности «Технология машиностроения». Затем повысила свои знания металлургии в Уральском федеральном университете по направлению «Металлургия машин и оборудования».

Архипова уже три года работает в цехе № 3 ВСМПО электромонтером третьего разряда. Девушка также является молодёжным лидером своего цеха.

Снежана не боится трудностей. Она даже на работу из другого города ездит.

– Год назад переехала жить в Нижний Тагил к своему молодому человеку, мы планируем совместное будущее. Но работу оставлять пока не собираюсь. Работаю в графике 2/2 – каждый день ездить, наверное, не получилось бы. Добираться, конечно, нелегко, а иногда и страшно становится: постоянно какие-то дорожно-транспортные происшествия из-за плохой дороги и «шумахеров». Бывало, что и сама колесо пробивала, причём, как назло, по дороге на работу, а не домой.

Что ж, как настоящая Женщина, Снежана не ищет лёгких путей, демонстрируя характер и силу, при этом как настоящая Женщина понимает, что главное в жизни – любовь и семья.

Маргарита ТИМОХОВА

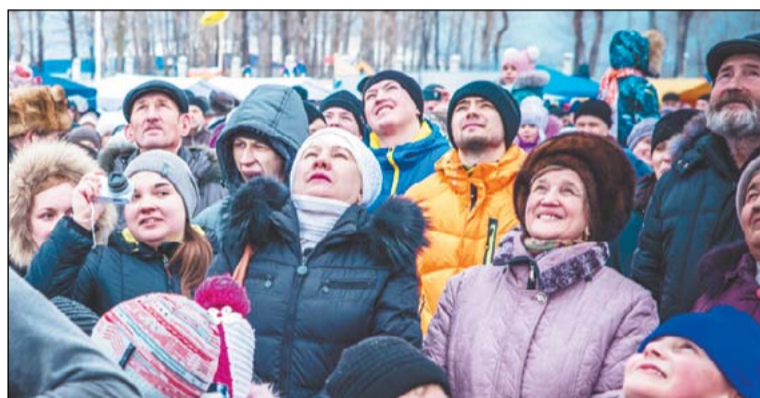
ШИРОКАЯ МАСЛЕНИЦА!



# Февралю помашем,



# марту «Здравствуй» скажем!



# От улыбки станет цех светлей



## Новатор

УЧРЕДИТЕЛЬ:  
ОАО «Корпорация ВСМПО-АВИСМА»

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС 53900

Газета зарегистрирована  
в Управлении Федеральной службы  
по надзору в сфере связи  
и массовых коммуникаций  
по Свердловской области.  
Рег. ПИ № ТУ 66-00209  
от 02.04.2009

Адрес редакции и издателя:  
В. Салда, ул. Парковая, 12,  
Дом книги, 3-й этаж  
Телефоны:  
6-00-87, 6-25-23, 6-25-85  
E-mail: redaktor@vsm-po.ru

Цена свободная

ТИПОГРАФИЯ

ООО «ПОЛИГРАФКОМБИНАТ»  
Свердловская область,  
г. Реж, ул. О. Кошевого, 16  
Тираж 5000 экз. Заказ № 1016  
Подписано в печать:  
по графику – 6 марта, 17.00  
фактически – 6 марта, 10.40

Главный редактор: Лариса А. КАРАСЕВА  
Выпускающий редактор: Ольга ПРИЙМАКОВА  
Ответственный секретарь:  
Александр МАСЛОВ  
Корректора: Елена ФИЛАТОВА  
Дизайн: Наталья ШУМИЛОВА, Ирина ЗАБАРА,  
Елена НАЗАРЫЧЕВА

Перепечатка материалов, опубликованных в газете  
«Новатор», только с разрешения редакции