

ПРОГРАММА ИННОВАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ

Алексей Миллер выступил с докладом на XV инновационном форуме INNOVUS.

«Для «Газпрома» нет вопроса в отношении того, инновационная газовая отрасль или не инновационная. Дело в том, что в лидерах мирового энергетического рынка, которым «Газпром» является, по определению не может быть инновационно неразвитой компании.

Конечно же, «Газпром» у всех на слуху, все знают «Газпром», но что собой представляют наши технологии и наше производство на самом деле представляют и понимают не многие. И люди, которые приезжают на наши объекты, с удивлением для себя отмечают, до какой степени они высокотехнологичны. А уровень автоматизации управления, уровень телемеханики, уровень информатизации компании просто-напросто впечатляет.

Из нашего центрального офиса в «Газпроме» на улице Наметкина, 16 в Москве мы в режиме реального времени управляем абсолютно всеми режимами добычи, транспорта, хранения, распределения, поставки газа как на внутренний, так и на внешний рынки. Сегодня конкурентным преимуществом вертикально интегрированной компании «Газпром» является скорость принятия управленческих решений. Что касается управления производством — решения принимаются просто моментально.

В 2011 году «Газпром» разработал и принял Программу инновационного развития до



2020 года. Цель этой программы заключается в том, чтобы правильно расставить приоритеты инновационного развития. Как известно, правильно поставленная цель — это половина успеха. Вот эта программа — в первую очередь, программа целеполагания. При этом надо отметить, что задач и проблем, которые мы решаем, достаточно много.

Ключевое слово в стратегии «Газпрома» — это диверсификация. Первое — это диверсификация наших целевых рынков. Принцип работы компании очень простой: надо сначала газ продать, а потом добыть, транспортировать и реализовать потребите-

>>> стр.2

«ГАЗПРОМ ТРАНСГАЗ САРАТОВ» - ТЕРРИТОРИЯ ДОБРОТЫ

БОЛЬШОЙ ПРАЗДНИК ДЕТСТВА

С 1 по 10 июня во всех филиалах Общества «Газпром трансгаз Саратов» прошли праздничные мероприятия «Газпром и я — единая семья», посвященные Международному Дню защиты детей. Они были проведены по инициативе Объединенной профсоюзной организации (председатель **Владимир Кусков**) при поддержке Генерального директора предприятия **Леонида Чернощекова**. В празднике участвовало более 1000 детей.



п.Екатериновка. С работой родителей ребята знакомились в игровой форме

На целых 10 дней обширная территория под названием «Общество «Газпром трансгаз Саратов» превратилась в большую красочную площадку всевозможных игр, забав, конкурсов; в площадку, на которой не смолкал детский счастливый смех, и царил отличное, по-настоящему праздничное на-

строение.

Воздушные шары, надувные фигуры, пневмоцветы и флаги, веселая музыка сразу же настраивали маленьких гостей на позитивный лад и не оставляли сомнений: они действительно оказались на большом празднике. Детей встречали смешные сказочные

персонажи в ярких костюмах — клоуны, Петрушка, Карлсон, Пеппи -Длинный - Чулок. С первых минут они активно помогали детям влиться в поток происходящих событий и почувствовать себя главными героями.

Каждый ребенок мог выбрать на празднике занятие по желанию и вкусу: мастер-класс по фигурам из воздушных шаров или надувные аттракционы (боулинг, дартс, «следопыт», «рыболов» и др), конкурс рисунков на шарах и асфальте или искусство аквагримера «Июньский маскарад».

Такая свободная «разминка» позволила ребятам освоиться с обстановкой, активно включиться в праздничное действо и подготовиться к выполнению уже более сложных, но не менее интересных и забавных командно-спортивных заданий: шуточные эстафеты, подвижные конкурсы, тематические соревнования с гигантскими мячами, надувными аттракционами «белка в колесе», «веселая гусеница» и др. Работала «волшебная почта»: ребята писали свои пожелания родителям, миру, Обществу «Газпром трансгаз Саратов», делились своими мечтами.

Само название праздника — «Газпром и я — единая семья» — предполагало знакомство ребят в игровой форме с работой Общества «Газпром трансгаз Саратов», с профессиями газовой трассы. И для решения этой задачи были найдены эффективные ходы: тематические конкурсы, кричалки, командные задания «Строительство газопровода», «В по-

>>> стр.3

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

ПРИОРИТЕТЫ ИННОВАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ
стр.1-2

10 ДНЕЙ ВЕСЕЛОГО ПРАЗДНИКА
стр.1-3

ПРОФЕССИИ ГАЗОВЫХ ТРАСС
стр.2

НАШ ЮБИЛЯР
стр.3

ТАЛАНТЫ И ИХ ПОКЛОННИКИ
стр.4

ОФИЦИАЛЬНО

ЗА ВКЛАД В ОХРАНУ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

За поддержку и участие в деятельности Неправительственного экологического Фонда им. В.И. Вернадского и за достижения в области рационального природопользования и охраны окружающей среды Генеральный директор ООО «Газпром трансгаз Саратов» **Л.Чернощеков** награжден нагрудным знаком «Орден В.И. Вернадского».

За внесение существенного вклада в охрану окружающей среды, повышение экологической безопасности и формирование положительного экологического имиджа медалью «150 лет со дня рождения В.И. Вернадского» награждены главный инженер Общества **С.Пахтусов**, начальник Александрового ЛПУМГ **В. Борисенко**, начальник отдела охраны окружающей среды **И.Тюряхин**, начальник Кирсановского ЛПУМГ **Ю. Юмашев**, руководитель группы контроля воды и почв лаборатории по охране окружающей среды ИТЦ **О.Игнатова**.

В знак признания важности и необходимости деятельности экологической службы предприятия почетными грамотами Неправительственного экологического Фонда им. В.И. Вернадского награждены инженеры отдела охраны окружающей среды **А.Долгов**, **М.Кузнецов**, **Г.Немытова**; инженеры лаборатории по охране окружающей среды ИТЦ **А.Шульц**, **Н.Грошева**, **А.Бочарников**, **С.Бурдыкина**, **Т.Денисова**, **Н.Кузнецова**; инженер по охране окружающей среды Александрового ЛПУМГ **Е.Елизарова**, инженер по охране окружающей среды Приволжского ЛПУМГ **М.Кожевников**, главный инженер Петровского ЛПУМГ **М.Полубояров**, инженер по охране окружающей среды Екатериновского ЛПУМГ **С.Славогородская**, инженер по охране окружающей среды Балашовского ЛПУМГ **А.Носенко**, главный инженер Пугачевского ЛПУМГ **А.Челяпин**, инженер по охране окружающей среды Мецеровского ЛПУМГ **Л.Майорова**, инженер по охране окружающей среды Башмаковского ЛПУМГ **И.Данова**, инженер по охране окружающей среды УМТСиК **Т.Овчарова**, инженер по охране окружающей среды Сторожевского ЛПУМГ **И.Пруцкова**, инженер по охране окружающей среды Мокроусского ЛПУМГ **Т.Барякина**.

ПРОГРАММА ИННОВАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ

лю. Второе — это диверсификация наших добычных регионов, это диверсификация транспорта, диверсификация конечных продуктов реализации.

На базе наших стратегических целевых показателей и разработана Программа инновационного развития. В первую очередь, хотелось бы выделить региональный аспект ее реализации. Для нас очень важны сейчас такие регионы, как Восточная Сибирь, Ямал, Арктика, шельф. Условия работы «Газпрома» в этих регионах, понятно, отличаются от традиционных. Условия применения технологий, условия работы техники и наших объектов в этих регионах совершенно другие.

Мы пришли на Ямал, запустили Бованенковское месторождение, создали первые крупные объекты в Арктике. Севернее Бованенковского месторождения на сегодняшний день ни одного промышленного объекта нет. Конечно, условия работы в этом регионе существенно отличаются от всего опыта, который накоплен «Газпромом» за последние 40 лет.

Следующее направление инновационных

разработок — это добыча. Если коротко, то это решение старых проблем сероводородсодержащих месторождений — Астраханского и Оренбургского, это многокомпонентный газ Восточной Сибири, это низконапорный газ выработанных месторождений и попутный нефтяной газ.

Транспорт. Это морские газопроводы, это повышение надежности и безопасности эксплуатации газотранспортной системы, хотя она в настоящее время является самой надежной в мире по признанию всех экспертов — и наших, и международных. Мы заинтересованы в том, чтобы работать на базе инновационных решений в области дефектоскопии. Мы заинтересованы в том, чтобы повышать рабочее давление газопроводов.

Диверсификация конечных продуктов производства. Конечно же, это, в первую очередь, сжиженный природный газ, это синтетические жидкие топлива из метана, это газ из твердых пород, в частности, угольный метан.

Объемы инвестирования по програм-

ме научно-исследовательских и опытно-конструкторских работ являются реально масштабными. «Газпром» сегодня занимает первое место в стране. Мы за последние пять лет в пять раз увеличили объем финансирования. И за прошлый год нами инвестировано в это направление более четверти миллиарда долларов. При этом в рамках программы до 2020 года мы планируем выйти на цифру в миллиард долларов, то есть увеличить в четыре раза. Это хорошая иллюстрация того, что «Газпром» является серьезным центром генерации спроса на инновации, при этом, подчеркиваю, на основании программного метода.

Мы ставим амбициозные цели — удельные затраты на транспорт мы планируем снизить за счет реализации этой программы на 4% к 2020 году, в добыче — на 5%, в хранении — более чем на 10%, и более чем на 50% в том, что касается воспроизводства минерально-сырьевой базы.

«Газпром» сохранил свой научно-технический потенциал. В рамках боль-

шого «Газпрома» работает 13 научно-исследовательских и проектных институтов. В этих научных и проектных учреждениях работает 9 тыс. человек. Но самое главное, что мы абсолютно открыты к сотрудничеству со всеми структурами, со всеми компаниями, всеми учреждениями, которые работают в области инноваций. И сегодня партнерами по реализации нашей программы являются 5 институтов Российской академии наук, 15 вузов и 28 отраслевых институтов. И самое главное, мы заинтересованы в том, чтобы привлекался средний и малый бизнес, который работает в инновационной сфере.

Для нас задача импортозамещения по-прежнему остается актуальной и важной, хотя «Газпром» уже в настоящее время 90% своих закупок продукции, оборудования и услуг осуществляет на внутреннем рынке — это поставки наших отечественных предприятий. Но и из технологий и продукции, которые мы закупаем за рубежом, без сомнения, мы видим потенциал увеличения доли поставки отечественной продукции.»

«НАШЕ ДЕЛО» - В ДЕЛЕ

У МОЛОДЫХ ГАЗОВИКОВ - НОВЫЙ ЛИДЕР

7 июня в конференц-зале Учебного центра ООО «Газпром трансгаз Саратов» на отчетно-выборной конференции молодежного объединения «Наше дело» с участием **В. Кускова** прошли выборы состава Совета МО «Наше дело» и его руководителя на два ближайших года.



В итоге открытого голосования большинством голосов председателем МО «Наше дело» был избран **О. Паршиков**.

По словам нового молодежного лидера, в ближайшей перспективе предстоит организация работы первичных отделений МО «Наше дело» в филиалах Общества и построение четкой структуры их взаимодействия; реализация мероприятий в соответствии с планом МО «Наше дело», ОПО Общества «Газпром трансгаз Саратов» и Межрегиональной профсоюзной организации ОАО «Газпром».

В состав Совета МО «Наше дело» вошли представители ИТЦ, Учебного центра, УМТСиК, ВЦ, УАВР, Сторожевского и Александровогайского ЛПУМГ, «СаратовАвтогаз».

СПРАВКА:

Олег Александрович Паршиков, 24 года. Окончил Саратовский Государственный аграрный университет им. Вавилова по специальности «Теплогазоснабжение и вентиляция».

Инженер лаборатории трубопроводной арматуры службы диагностики оборудования и сооружений Инженерно-технического центра.

В 2012 году занял II место в конкурсе «Молодой профсоюзный лидер ООО «Газпром трансгаз Саратов». В 2013 году завоевал II место в конкурсе агитационных видеороликов «Вступай в профсоюз». С 2013 года - Председатель молодежного совета Федерации профсоюзных организаций Саратовской области.

М. МИТАСОВА

ЖИЗНЬ ТРАССЫ

«ЛУЧШАЯ ПРОФЕССИЯ ГАЗОВОЙ МАГИСТРАЛИ»

Развитие структуры газораспределительных станций в Саратовской области началось в конце 50-х годов прошлого века. Тогда же встал вопрос о подготовке специалистов для эксплуатации и технического обслуживания этих объектов. С тех пор оператор ГРС — одна из основных профессий газовой трассы.

На первый взгляд может показаться, что ничего особенно трудного в работе оператора нет: дежурить на газораспределительной станции, следить за параметрами действующего оборудования, косить периодически траву на вверенной территории. На самом деле работа оператора ГРС значительно сложнее и насыщеннее, на его плечах лежит большой груз ответственности.

От работы станций во многом зависит бесперебойная подача газа потребителям. А главное условие успешного решения этой задачи - поддержание надлежащего рабочего режима оборудования, обеспечение стабильности его работы. Оператор ГРС - активный участник этого процесса. Он не только круглосуточно наблюдает за «самочувствием» и «поведением» оборудования, но и принимает меры для того, чтобы не допустить критических моментов и сбоев. В составе обслуживающих бригад он участвует в ремонтных и профилактических мероприятиях, которые, согласно правилам эксплуатации и промышленной безопасности, периодически

выполняются на ГРС, в случае неполадок в оборудовании оперативно информирует о них руководство ЛПУМГ, а при возможности устраняет их самостоятельно.

В обязанности оператора ГРС входит и обеспечение сохранности оборудования, контроль порядка в охранной зоне.

ГРС представляют собой целый комплекс сложного оборудования, и оператор для успешного выполнения своих служебных обязанностей должен его хорошо знать. В последние годы на станциях Общества внедряется современное оборудование, в частности, системы автоматизации. Операторы его осваивают, постоянно учатся, совершенствуют свое профессиональное мастерство.

ГРС являются связующим звеном между газотранспортным производством и потребителем. А оператор станции — это представитель Общества, его «лицо» на пограничном рубеже.

— Так что роль оператора газораспределительных станций в деле обеспечения бесперебойной подачи газа весьма значительна,



Операторы ГРС Балаково Мокроусского ЛПУМГ Павел Баранов и Виктор Редько



Оператор ГРС Пугачев Алексей Щербаков

говорит начальник службы ГРС Балашовского ЛПУМГ **Владимир Жуков**. - Наша разъездная группа по обслуживанию ГРС — совсем небольшая, поэтому мы опираемся в своей работе в первую очередь на операторов ГРС. И не может не радовать, что они в большинстве своем прекрасно справляются с возложенной на них миссией.

А вот как ответил начальник службы ГРС Сторожевского ЛПУМГ **Александр Краснощек** на вопрос, какими качествами должен обладать настоящий оператор ГРС: «Это добросовестный, образованный, самостоятельный, умеющий принимать решения, хозяйственный, ответственный, владеющий смежными профессиями специалист. С гордостью могу сказать, что у нас на станциях работают люди, которые понимают важность и ответственность возложенных на них задач, любят свою работу, вкладывают в нее частичку своей души».

Что касается самих операторов, то они, рассказывая о своей профессии, единодушны: «Работа у нас интересная. Скучать не приходится. Почти постоянно на станциях проводятся ремонтные и профилактические мероприятия как силами служб ЛПУМГ, так и подрядными организациями. Представители надзорных органов — тоже частые гости у нас. Так что взаимодействуем со всеми».

Участвуем во внедрении нового оборудования — это тоже интересно. Оператор ГРС — лучшая профессия на газовой трассе!»

Владимир ПОСПЕЛОВ

ПОЗДРАВЛЯЕМ С ЮБИЛЕЕМ!

Валентина Орусь, начальник спортивно-оздоровительного комплекса «Родничок», 19 июня отметит знаменательную дату – юбилейный день рождения.

Из многолетнего трудового стажа последние десять лет в газовой отрасли у **Валентины Петровны** прочно связаны с СОК «Родничок». Это «беспокойное хозяйство» предполагает круглосуточную ответственность за все и вся, особенно во время детских каникул; требует от руководителя всесторонней компетенции, таланта психолога, хозяйственника и дипломата. Достоинно восхищения умение **Валентины Петровны** справляться с нескончаемым круговоротом дел и забот в одном из самых сложных, социально направленных филиалов Общества.

О грамотности и целеустремленности **Валентины Петровны** как руководителя говорят прочная многолетняя репутация и высокий авторитет спортивно-оздоровительного комплекса «Родничок», который на протяже-



нии многих лет считается одним из лучших детских лагерей города Саратова и области, традиционно занимает призовые места в от-

раслевых смотрах-конкурсах ОАО «Газпром» среди детских оздоровительных лагерей.

За добросовестный, безупречный труд, высокий профессионализм в работе **Валентина Петровна** отмечена Благодарностями Губернатора Саратовской области и Комитета по образованию администрации муниципального образования «Город Саратов», а также награждена Почетными грамотами Министерства по развитию спорта, физической культуры и туризма Саратовской области, Саратовской областной Думы и ООО «Газпром трансгаз Саратов».

В преддверии юбилейной даты и за большой личный вклад в развитие газовой промышленности в 2013 году **Валентина Петровна** награждена Почетной грамотой ОАО «Газпром».

Дорогая **Валентина Петровна!** От всей души желаем Вам любви и процветания, здоровья и благополучия, удачи и успехов во всех начинаниях. Добра и счастья Вам и Вашей семье на долгие годы!

Коллектив СОК «Родничок»

ЗАСЕДАНИЕ СОВЕТА ДИРЕКТОРОВ

В Амстердаме глава «Газпрома» **Алексей Миллер** принял участие в заседании совета директоров оператора морского участка газопровода «Южный поток» - компании South Stream Transport.

Интерфакс

ЕДИНСТВЕННЫЙ ЭКСПОРТЕР

Холодный март вернул рост европейскому рынку газа. Во время аврала первого весеннего месяца «Газпром» оказался единственным экспортером, который смог увеличить поставки газа в Европу.

ИТАР-ТАСС

ЕЩЕ ОДИН ЗАВОД СПГ

«Газпром» выбирает площадку для строительства нового завода по производству сжиженного природного газа (СПГ) в России.

РИА Новости

ТРИЛЛИОН ИЗ ГАЗОВОЙ ТРУБЫ

«Газпром» и немецкая компания «Фербунднетц Газ АГ» торжественно отметили в Лейпциге круглую дату - 40-летие поставок российского газа в Германию.

Трибуна

«ГАЗПРОМ ТРАНСГАЗ САРАТОВ» - ТЕРРИТОРИЯ ДОБРОТЫ

стр.1 <<<

БОЛЬШОЙ ПРАЗДНИК ДЕТСТВА



СП «Нива». Как здорово скатиться с горки летом!



Петровск. Так вот как чувствовала себя Дюймовочка

лиалах Общества: на праздник пришли не только дети газовиков, но и все желающие. И это замечательно. Это лишний раз доказывает, что для Общества «Газпром трансгаз Саратов», которое на протяжении многих лет активно реализует газпромовскую программу «Газпром – детям», чужих детей не бывает.

Поделилась своими впечатлениями и председатель профкома УАВР **Светлана Бурцева**: «Нынешний праздник получился ярким, красивым и душевным. Он сочетал в себе не только буйство красок, веселья и позитива, но и индивидуальный подход к каждому ребенку в зависимости от его возраста, характера и предпочтений. И дети, и родители остались довольными. Огромное спасибо всем, кто подарил нам этот чудесный праздник - Генеральному директору Общества **Леониду Николаевичу Чернощеву**, председателю Объединенной профсоюзной организации **Владимиру Марковичу Кускову**».

Рассказывает главный организатор праздников **Владимир Кусков**: «Праздник «Газпром и я – единая семья» в нашем Обществе проводился в третий раз. Такие мероприятия не только приносят радость детям и их родителям - они способствуют воспитанию в подрастающем поколении инициативности и уверенности в себе, чувства коллективизма, развитию творческих начал.

Дети для «Газпрома» и для нашего предприятия – это одно из главных богатств. **Леонид Николаевич Чернощев** как Генеральный директор Общества и депутат Са-



Балашов. С родителями эстафета куда веселее!



СП «Нива». Вот такой у нас боулинг

ратовской областной Думы оказывает значительную помощь детским социальным учреждениям и конкретным детям. Большую работу с детьми проводит и наша профсоюзная организация. Не может не радовать, что нынешний праздник, по общим отзывам, получился ярким, запоминающимся и принес

всем много положительных эмоций. Пользуясь случаем, хочу выразить благодарность председателям первичных профсоюзных организаций филиалов за активную помощь в проведении праздника».

Владимир ПОСПЕЛОВ

КНИГА - В ПОДАРОК

7 июня в районном доме культуры поселка Степное состоялось интересное и социально-значимое событие: презентация новой детской книги стихов «Солнечный зайчик». Ее автор – жительница поселка **Галина Маштакова**, а иллюстрациями к книге стали рисунки воспитанников местной школы искусств.



Танец как ответный подарок

После обращения **Галины Маштаковой** Генеральный директор ООО «Газпром трансгаз Саратов», депутат Саратовской областной Думы **Леонид Чернощев** согласился оказать всестороннюю помощь в издании тиража книги, а это целая сотня экземпляров. Семье **Маштаковых** финансовую помощь по выпуску книги было ни за что не

поднять. **Л.Чернощев** выделил денежные средства, а сотрудники службы по связям с общественностью и СМИ взяли на себя организационную и редакционную составляющие в издании книги.

Экземпляры этой «солнечной», доброй книги поступили в целый ряд детских муниципальных учреждений Советского района.

Мероприятие, на котором присутствовали, помимо местных ребятшек с родителями, представители детских садов, школ, библиотек района, прошло в очень теплой и дружелюбной атмосфере. Степновские детские коллективы и исполнители на протяжении почти часа дарили гостям праздника своё искусство - пение и танцы.

В ходе встречи было не раз отмечено, что книга – один из немногих путей к постижению жизненной мудрости. Только книга своим благодатным воздействием на юную душу может помочь ребенку понять, что хорошо и что плохо, где границы добра и зла в непростом современном мире.

Сама автор не смогла по ряду причин присутствовать на Празднике своей «новорожденной» книги. Вместо нее поблагодарить за внимание и за помощь в издании книги пришла дочь. **Катерина** поблагодарила **Леонида Николаевича** за огромную поддержку в издании стихов, сказок, рассказов, созданных матерью. Степновцы выразили большую благодарность работникам службы по связям с общественностью и средствами массовой информации Общества.

Поскольку книга по счастливому стечению обстоятельств вышла в свет в 2013 году, который объявлен в России и ОАО «Газпром» Годом экологии, можно быть уверенными: чтение хороших стихов поможет подрастающему поколению не только научиться видеть всё прекрасное вокруг себя, но и укрепить в детях сознание того, что живут они в одном большом доме, который необходимо всемерно оберегать.

В качестве подарка книгу «Солнечный зайчик» получили ребята – победители конкурса рисунка и фотоконкурса «Мир вокруг нас».

Мария МИТАСОВА

НЕ ГАЗОМ ЕДИНЫМ

ПОКОРЯЯ НОВУЮ ВЫСОТУ

5 июня в саратовском Дворце творчества детей и молодежи раздавались чарующие звуки музыки и гремели аплодисменты. По итогам VII ежегодного фестиваля-конкурса творчества работающей молодежи «Молодость», который и был поводом для оваций, работники Общества «Газпром трансгаз Саратов» в очередной раз стали лауреатами и призерами.

В конкурсе «Молодость», организованном городским комитетом по образованию и Молодежным общественным собранием Саратова, приняли участие солисты и творческие коллективы из числа молодых людей в возрасте от 18 до 35 лет, работающих на предприятиях и в

организациях различных отраслей и форм собственности. От одной только нефтегазовой отрасли в 2013 году на конкурс «Молодость» собрались самодельные артисты более чем из десятка ведущих предприятий города.

Представители нашего предприятия –

желанные гости и участники конкурса. Из года в год они уверенно завоевывают своими талантами самые высокие оценки строгого жюри, в которое, к слову, входят авторитетнейшие деятели культуры и искусства Саратова и области.

Надо отметить, что количество предприятий-участников, равно как и выступлений их представителей, неумолимо растет с каждым годом, но превзойти наше Общество мало кому удавалось. Вот и на этот раз пальму первенства «Газпром трансгаз Саратов» не отдал никому, что говорит о безоговорочном лидерстве наших коллег. Они победили во всех трех вокальных номинациях конкурса.

Присутствовавшая на конкурсе заместитель председателя профкома Объединенной профсоюзной организации Общества **Ирина Шестиловская** поздравила победителей с очередным триумфом, а к словам благодарности за их творчество и свершения в области искусства прибавились также и замечательные памятные подарки.

Лауреат номинации «Вокал эстрадный женский»: **Юлия Лозинская** (ВЦ).

Диплом в номинации «Вокал эстрадный женский»: **Анжелика Агаджанян** (СОК «Родничок»).

Лауреат номинации «Вокал эстрадный мужской»: **Александр Головин** (ИТЦ).

Диплом I степени в номинации «Вокал эстрадный мужской»: **Артем Кабанов** (Администрация).

И, наконец, Гран-при конкурса «Молодость» – ансамбль «**Высокое давление**».

Мария АФНАСЬЕВА

АЗБУКА ВКУСА

РОЛЛЫ НА ЛЮБОЙ ВКУС!

Роллы и суши стали настолько популярны в нашей стране, что их можно отведать в любое время суток в кафе, баре, ресторане или же сделать заказ суши на дом в службе доставки. Чем полезно это блюдо? Давайте разберемся вместе!

Рис – основной источник клетчатки и сложных углеводов. Клетчатка необходима нашей пищеварительной системе, т.к. играет важную роль в процессе пищеварения. Углеводы в свою очередь заряжают организм энергией. Помимо этого, рис содержит железо, тиамин, белок и ниацин.

Вся морская пища содержит очень мало калорий и жиров. Плюс морепродукты обеспечивают наш организм микроэлементами – йод, фосфор, кальций, цинк и другие, а также высококачественными белками. В составе мяса морских жителей мы встречаем витамины группы В и жирные кислоты омега-3, необходимые для правильной работы сердечнососудистой системы. Омега-3 снижают риск сердечного приступа и предотвращают образование тромбов.

Водоросли нори, в которые заворачивается рис с начинкой, являются прекрасным источником кальция, йода, железа, т.е. тех микроэлементов, которые обеспечивают здоровье нервной системы. Не зря японская и китайская кухни считаются одними из самых полезных в мире.

Роллы можно приготовить самостоятельно, а можно заказать в столовой или буфете при Администрации ООО «Газпром трансгаз Саратов». Повара предприятия для приготовления роллов используют только высококачественные ингредиенты, а точность оригинальной рецептуры позволяет сохранять все полезные свойства продуктов.

В НАШИХ ФИЛИАЛАХ

«РОДНИЧОК» РАСШИРЯЕТ СВОИ ГРАНИЦЫ

В СОК «Родничок» созданы все условия для проведения масштабных культурно-спортивных мероприятий на самом высоком уровне. Одним из последних стал межрегиональный этап корпоративной спартакиады сотрудников ОАО «Волжская ТГК».

Среди многих спортивно-оздоровительных комплексов Саратова крупнейшая компания КЭС Холдинга ОАО «Волжская ТГК» выбрала для своей спартакиады наш «Родничок». На три дня здесь собрались сотрудники Саратовского, Оренбургского, Самарского, Волгоградского и других филиалов компании.

Всего около 200 человек приняли участие в соревнованиях по плаванию, баскетболу, волейболу, настольному теннису, шахматам, гиревому спорту, мини-футболу, которые проходили на открытых спортивных площадках комплекса «Родничок», а также в спортивном зале и бассейне.

На футбольном поле прошел яркий праздник открытия и закрытия спартакиады и торжественная церемония награждения победителей.

В благоустроенных жилых корпусах «Родничка», утопающих в зелени природного лесопарка, участники спартакиады прекрасно отдохнули. Организаторы и участники соревнований дали высокую оценку работе всего коллектива спортивно-оздоровительного комплекса.

Наталья АЛЕКСЕЕВА

