

## ДИАЛОГ НА ВЫСШЕМ УРОВНЕ

16 сентября 2020 года состоялась рабочая встреча Президента Российской Федерации Владимира Путина и Председателя Правления ПАО «Газпром» Алексея Миллера.



Алексей Миллер проинформировал Владимира Путина о подготовке системы газоснабжения к осенне-зимнему периоду. Отдельное внимание на встрече было уделено предварительным итогам работы «Газпрома» по газификации российских регионов в 2020 году и планам на ближайшие пять лет. Речь также шла о статусе проекта «Сила Сибири — 2».

### Стенограмма встречи:

**ВЛАДИМИР ПУТИН:** Алексей Борисович, вопросов много, как обычно. Я попросил бы начать с двух. Первый — это подготовка к приближающемуся отопительному сезону и планы газификации.

**АЛЕКСЕЙ МИЛЛЕР:** Уважаемый Владимир Владимирович!

Подготовка к предстоящему осенне-зимнему периоду идет строго в соответствии с планом-графиком работ. На начало периода отбора оперативный резерв газа в подземных хранилищах Российской Федерации составит 72,3 миллиарда кубометров газа. При этом мы сохраним суточный рекордный показатель отбора — 843,3 миллиона кубометров газа в сутки. «Газпром» также закачает почти девять миллиардов кубометров газа в подземные хранилища в Европе.

Исполнение всех этих мероприятий позволит «Газпрому» в зимний период полностью удовлетворить все потребности наших потребителей.

Один из самых главных социальных проектов — это наши программы газоснабжения и газификации с субъектами Российской Федерации. В 2020 году мы объем финан-

сирования со стороны «Газпрома» увеличили более чем в 1,6 раза, объем инвестиций «Газпрома» предусмотрен в 56 миллиардов рублей, это на 22 миллиарда больше, чем в 2019 году. Будет построено 2350 километров линейных газопроводов, газифицировано 319 населенных пунктов и построено 410 котельных. Уровень газификации по стране на конец этого года составит 71,4%. Но при этом в 11 субъектах Российской Федерации газификация полностью будет завершена.

Сейчас мы завершаем работу по подготовке и подписанию пятилетних программ газоснабжения и газификации с 67 субъектами Российской Федерации. Это следующая наша пятилетка. В рамках этой пятилетки должно быть предусмотрено увеличение финансирования со стороны «Газпрома» на программы газоснабжения и газификации почти в три раза больше — 526,1 миллиарда рублей. Линейная часть, которая будет построена за эти пять лет, — это 24,4 тысячи километров. Будет газифицировано 3632 населенных пункта, и уровень газификации выйдет на уровень 74,7%.

При этом надо отметить, что в течение предстоящих пяти лет, к концу 2025 года, еще в 24 субъектах Российской Федерации полностью будет завершена газификация. Итого газификация 35 субъектов Российской Федерации будет полностью завершена в рамках этой нашей работы.

Мы уже в настоящее время подписали с 14 субъектами Российской Федерации пятилетние программы и буквально в течение ближайших двух месяцев полностью завершим работу, и документы будут подписаны со всеми субъектами Российской Федерации.

Новую пятилетку можно охарактеризо-

вать таким образом, что она носит ярко выраженный социальный характер, и это главное отличие, которое есть, по сравнению с той работой, которую мы вели в предыдущие годы. И, конечно, как Вы нас ориентируете, сейчас газификации села будет уделяться самое пристальное внимание.

**ВЛАДИМИР ПУТИН:** Алексей Борисович, Счетная палата докладывала мне об определенных проблемах, связанных с синхронизацией работы «Газпрома» и региональных и муниципальных властей. Как Вы оцениваете эту ситуацию? При реализации программы газификации я имею в виду.

**АЛЕКСЕЙ МИЛЛЕР:** Да, Владимир Владимирович, Вы знаете, есть предложение, которое, может быть, имеет смысл рассмотреть, — «Газпром» назначить единым оператором программ газоснабжения и газификации. «Газпром» мог бы строить полностью газопроводы-отводы, строить межпоселковые газопроводы, строить дополнительно — сейчас строят субъекты — внутрипоселковые газопроводы и строить так называемые «газопроводы последней мили».

**ВЛАДИМИР ПУТИН:** До потребителей, до домохозяйств?

**АЛЕКСЕЙ МИЛЛЕР:** До земельного участка, до домового хозяйства.

Без сомнения, это, во-первых, ускорило бы темпы газификации. Во-вторых, это позволило бы субъектам Российской Федерации уделить больший объем финансирования в рамках своего бюджета на те-

плоэнергетику, на котельные. Такой подход позволил бы определенным образом перераспределить бюджетные средства среди регионов и абсолютно точно такой подход позволил бы планировать, что называется, от конечного потребителя. «Газпром» в этом случае не создавал бы избыточные мощности, в частности в газопроводах-отводах. Процент загруженности газопроводов-отводов у нас, к сожалению, не очень высокий, то есть созданы избыточные мощности.

**ВЛАДИМИР ПУТИН:** Хорошо, давайте я поручу Правительству проработать, вместе с Вами проработаем.

**АЛЕКСЕЙ МИЛЛЕР:** Есть.

**ВЛАДИМИР ПУТИН:** Хорошо, договорились. Какие еще вопросы?

**АЛЕКСЕЙ МИЛЛЕР:** Текущие производственные показатели «Газпрома» полностью соответствуют рыночному спросу и макроэкономическому положению в целом. «Газпром» удерживает сильные показатели ликвидности, демонстрирует высокую уверенность и надежность в своей работе. Ситуация сейчас, в последние месяцы, нормализуется.

В августе этого года «Газпром» поставил потребителям в Российской Федерации газа на 5% больше, чем в июле этого года, а на экспорт — на 12% больше.

Если сравнивать показатели поставки газа в дальнее зарубежье в августе этого года с августом предыдущего года, то объем поставки [в августе 2020 года] превысил 16,3 миллиарда кубометров газа, это значительные объемы. Можно сейчас уже абсолютно точно сказать, что в 2020 году «Газпром» поставит в дальнее зарубежье объем газа, который войдет в пятерку лучших показателей за всю историю поставки.

**ВЛАДИМИР ПУТИН:** Наш восточный проект: Россия — Монголия — Китайская Народная Республика.

**АЛЕКСЕЙ МИЛЛЕР:** Владимир Владимирович, Вы дали поручение по «Силе Сибири — 2» начать проектно-изыскательские работы. Мы начали ПИРы и одновременно, конечно же, начали работу по монгольскому участку.

В рамках видео-конференц-связи с Премьер-министром Монголии [У. Хурэлсухом] подписан меморандум о намерениях по созданию компании специального назначения, задачей которой является разработка технико-экономического обоснования данного маршрута и выбора трассы газопровода.

В I квартале 2021 года можно уже будет судить результаты этой работы.

Без сомнения, реализация проекта «Сила Сибири — 2» позволит, во-первых, нам соединить газотранспортные мощности на западе с газотранспортными мощностями на востоке. Владимир Владимирович, Вы эту задачу все время ставили — объединить в единую систему газоснабжения. Это также новые возможности для газификации Восточной Сибири и Забайкалья; это новый экспортный коридор с мощностью до 50 миллиардов кубометров газа и возможность поставлять газ с Ямала не только на европейский рынок, но и на азиатский.

**ВЛАДИМИР ПУТИН:** Хорошо. ■

## РЕШЕНИЕ НА ПЕРСПЕКТИВУ

24 сентября 2020 года утверждены программы реконструкции и технического перевооружения объектов добычи и транспорта газа ПАО «Газпром» на 2021–2025 годы.

Правление ПАО «Газпром» утвердило комплексные программы реконструкции и технического перевооружения объектов добычи и транспорта газа на 2021–2025 годы.

Документы направлены на обеспечение высокого уровня надежности и безопасности работы Единой системы газоснабжения России, выполнение компанией обязательств по поставке газа потребителям на внутреннем и внешних рынках. В частности, приоритетной задачей программы в сфере добычи, как и прежде, является обеспечение ее максимальных уровней в период пиковых нагрузок. В числе

главных задач программы в области транспорта газа — максимально возможное снятие ограничений на подключение новых потребителей к действующим газораспределительным станциям. Профильным подразделениям поручено использовать программы в качестве основы при подготовке предложений по формированию годовых и среднесрочных инвестиционных программ в части реконструкции и технического перевооружения объектов добычи и транспорта газа.

Управление информации  
ПАО «Газпром»

Подробнее об утвержденных программах и вошедших в них производственных объектах зоны эксплуатационной ответственности ООО «Газпром трансгаз Саратов» читайте в одном из следующих номеров.



### ПРОИЗВОДСТВО

## «СОЮЗ» СТАЛ НАДЕЖНЕЕ

С 15 по 22 сентября ООО «Газпром трансгаз Саратов» приняло участие в комплексе планово-профилактических и ремонтных работ ПАО «Газпром».

Комплекс ППР «Союз» уже 11-й по счету в ПАО «Газпром» и 4-й, в котором принимает непосредственное участие наше предприятие в текущем году.

Напомним, что такие комплексы проводятся ежегодно на крупных газовых магистральных. Планируются они заранее. С

**За время проведения работ было сварено 6 стыков диаметра 1020x21 мм и 14 стыков диаметра 325x14 мм.**

дочерних обществ собираются заявки на работы, этот список сводится, анализируется и составляется годовой график.

В рамках данных работ газопровод полностью останавливается на определенный промежуток времени, освобождается от газа и дочерние общества, которые его эксплуатируют, приступают к ремонту.

Особую роль в этом процессе играют производственно-диспетчерские службы и центральный производственно-диспетчерский департамент ПАО «Газпром». На время отключения газопровода или его

участков разрабатывается схема транспортировки газа в обход ремонтируемой магистрали. Это сложная совместная работа, в которой нужно учитывать множество нюансов.

Главная задача – обеспечить стабильный транзит топлива и бесперебойное газоснабжение всех потребителей.

В комплексе ППР «Союз» приняло участие 6 «дочек» Газпрома. Помимо нашего предприятия это: ООО «Газпром добыча Оренбург», ООО «Газпром переработ-

ка», ООО «Газпром трансгаз Екатеринбург», ООО «Газпром трансгаз Казань», ООО «Газпром трансгаз Волгоград».

В Александровогоайском ЛПУМГ, в зоне ответственности которого и проходит газопровод «Союз», на проведение работ было отведено 216 часов.

В рамках ремонта были заменены 3 линейных крана Ду-1000 и 4 крана Ду-300 на участке 507-508 км и кран Ду-300 на обводной линии камеры приема очистных и диагностических устройств на участке 540 км.

Кроме того, проведены планово-профилактические работы в компрессорном цехе №7.

В комплексе были задействованы работники линейно-эксплуатационной службы Александровогоайского ЛПУМГ, 2 бригады УАВР, специалисты ИТЦ, техника и водители УТТИСТ.

«Благодаря слаженному труду всех задействованных сил нам удалось выполнить большой объем работ на нескольких участках



Электрогазосварщик 6 разряда УАВР Алексей Пузик выполняет чистовой рез под сварку стыка

строго в установленные сроки. Надежность эксплуатации газопровода «Союз» существенно повышена, и он уже полностью готов к транспорту газа», – прокомментировал итоги комплекса ППР начальник Александровогоайского ЛПУМГ Александр Фарафонов.

Александр АЗАРКИН

**Магистральный газопровод «Союз» (Оренбург–Западная граница СССР) был принят в эксплуатацию 1 января 1978 года.**

**Он проходит через территории Российской Федерации, Казахстана и Украины. Общая протяженность магистрали – 2750 км.**



Сварка очередного стыка



Памятная почтовая марка СССР

# ПРОЩАЙ, БУМАЖНЫЙ ДОКУМЕНТ!

В ООО «Газпром трансгаз Саратов» проводится опытная эксплуатация интеллектуальной системы управления цифровыми процессами и документами Directum RX.

«Без бумажки ты – букашка, а с бумажкой – человек». Этот крылатый афоризм десятилетиями был одним из слоганов бюрократии. Но мир меняется, цифровизация давно стала привычным явлением, а материальные носители информации постепенно уходят в прошлое и становятся историей.

Одной из основ жизнедеятельности любого предприятия является документооборот. Это важнейший инструмент управления в руках руководства, который обеспечивает организацию работы персонала и подразделений, учет, контроль и анализ результатов деятельности.

В современных компаниях значительная часть документооборота постепенно переводится в электронный формат. Так, в ООО «Газпром трансгаз Саратов» на протяжении более 20 лет функционировала система LanDocs, однако технологии не стоят на месте и дают все больше возможностей. Руководством Общества в конце прошлого года было принято решение о переходе на интеллектуальную систему управления цифровыми процессами и документами Directum RX.

С момента заключения договора с ООО «Директум» и до начала первого этапа опытной эксплуатации (7 сентября) прошло чуть более полугодия. За это время специалистами нашего предприятия и представителями компании-разработчика была проделана большая подготовительная работа, которая не останавливалась даже во время ограничений, связанных с коронавирусной инфекцией. Основная нагрузка легла на отдел

документационного обеспечения и службу информационно-управляющих систем, кроме того, непосредственное участие в подготовительном этапе внедрения приняли служба корпоративной защиты, отдел кадров и трудовых отношений и юридический отдел Общества.

Для пользователей, которые первыми начали работу в системе, было проведено обучение, подготовлены подробные инструкции и видеоролики. В настоящее время она уже функционирует в таких бизнес-процессах как: «Работа с приказами и распоряжениями», «Работа с прочими видами документов», «Работа с заявками на кандидатов». Опытная эксплуатация проходит в тесном взаимодействии с представителями компании разработчика. Это важно, так как особенностью Directum RX является его гибкость, возможность настройки параметров под конкретное предприятие со всеми нюансами его работы.

Другим конкурентным преимуществом системы является ее многофункциональность и при необходимости – возможность интеграции с существующим программным обеспечением. В частности, она предусматривает автоматизацию регистрации и рассмотрения входящих писем, вынесения резолюций, согласования и регистрации исходящей корреспонденции, согласования, регистрации и контроля исполнения приказов и распоряжений, работы со служебными записками и проектами поручений, работы с заявками на кандидатов (на вакантные долж-



ности), а также работы с прочими документами (такими как, например, протоколы совещаний).

Огромный массив документов теперь будет организован одной системой, которая делает указанные процессы проще, быстрее и эффективнее. За счет использования инструментов контроля за выполнением работ она повысит исполнительскую дисциплину. За счет автоматизированного создания форм задач и отчетов – упростит и ускорит рабочий процесс и оптимизирует его контроль со стороны руководства.

Внедрение Directum RX позволит минимизировать бумажный документооборот. Больше не нужно будет тиражировать, перемещать бумажный носитель, многократно передавать его из рук в руки – что немало важно в текущих эпидемиологических условиях, а также с точки зрения возможной потери документа.

Важной опцией системы является ее про-

зрачность. Все участники процесса имеют возможность отслеживать любые движения и изменения в документе, а уполномоченные сотрудники могут оставлять замечания и комментарии, вносить правки и делать это одновременно с коллегами. Особое внимание платформа уделяет безопасности хранения информации. Здесь предусмотрено разграничение прав доступа на уровне каждого документа.

Интерфейс системы интуитивно понятен, поэтому у пользователей не должно возникнуть серьезных затруднений с ее освоением. Как и любому новому организму внутри предприятия Directum RX, безусловно необходима «обкатка» и доработка. Как раз над этим сейчас и работают специалисты Общества совместно с представителями разработчика. Пожелаем им успехов в этом нужном для всего «трансгаза» деле!

Александр АЗАРКИН

## ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

# НАШ СОВЕТ – УКРЕПЛЯЙ ИММУНИТЕТ!

Вместе со специалистами Медико-санитарной части разбираемся как правильно подготовить организм к «эксплуатации в осенне-зимний период».



Наступила осень. В средней полосе России уже успели ощутить первые холода, а значит, приходит время подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ. Конечно, в этом году все внимание к себе приковала пандемия коронавирусной инфекции. Но давайте не забывать, что COVID-19 хоть и потенциально опасное заболевание, способное вызывать тяжелые осложнения, но по своей сути эта та же острая респираторная вирусная инфекция, а значит и меры профилактики этой группы болезней схожи.

«...И с каждой осенью я расцветаю вновь; Здоровью моему полезен русский холод...». Так писал о любимом времени года Александр Сергеевич Пушкин. В отличие от великого русского поэта далеко не каждый среднестатистический гражданин нашей страны способен

противостоять сезонным заболеваниям. Для этого необходимо укреплять иммунитет и соблюдать рекомендации врачей. Следующие советы помогут укрепить иммунитет, без проблем пережить резкие изменения температуры воздуха и позволят наслаждаться осенью и зимой.

### ПИТАНИЕ

Важно чтобы ваш рацион был сбалансированным, с наличием продуктов, содержащих витамины и полезные микроэлементы. Помните, что витамины в организме не накапливаются, а сразу же усваиваются им, поэтому фрукты и овощи обязательно должны присутствовать на столе и осенью, и зимой.

Самый важный для укрепления иммунитета витамин С содержится в цитрусовых фруктах,

киви, сладком перце, шиповнике и т.д. Другой не менее важной витаминной группой являются витамины группы В, которые содержатся в рыбе, мясе, молочных продуктах, яйцах и зерновых. Еще один стратегический микроэлемент – железо. Его нехватка может спровоцировать понижение уровня гемоглобина в крови, к ухудшению процесса снабжения клеток кислородом, результатом чего станут быстрая утомляемость, постоянное чувство слабости, головокружения, бледность. К железосодержащим продуктам относятся мясо, печень, морепродукты, яйца, яблоки и др. Если насытить свой ежедневный список продуктов свежими овощами и фруктами все же нет возможности, восполнить нехватку витаминов и микроэлементов можно курсом поливитаминных препаратов, подобрать который поможет врач.

Обязательно включайте в рацион кисломолочные продукты. Особенно осенью для укрепления иммунитета важно чаще употреблять в пищу богатые полезными бактериями (пробиотиками) кисломолочные продукты, такие, например, как йогурты. Знайте, что первые признаки дисбактериоза – это нарушение стула и дискомфорт в животе. А микрофлора кишечника играет огромную роль в процессе противостояния организма инфекциям.

Исключите или минимизируйте прием алкоголя и никотина, которые ослабляют иммунитет и являются факторами, провоцирующими осложнения простудных и вирусных заболеваний.

Наряду с тем что кушать, важно то, когда кушать. Питаться необходимо дробно (4-5 раз в день), не переедая (особенно на ночь). Обязателен плотный завтрак – так мы подготовим организм к активному и насыщенному дню. Идеальный, подходящий большинству, вариант завтрака – тарелка каши с фруктами или сухофруктами и зеленый чай. Перед выходом

на улицу в холодное время года можно устроить легкий перекус – организм получит энергию, которая интенсивно тратится в период низких температур.

Не забывайте о печени, так как она играет значимую роль в процессе формирования защитных сил организма, вырабатывая интерфероны и антитела. Не перегружайте ее тяжелой, жирной пищей, такой как копчености, жирная свинина или говядина, жареные блюда, сладости.

### РЕЖИМ ДНЯ И ГАРДЕРОБ

Чтобы организм работал как часы обеспечьте ему полноценный отдых, то есть сон на протяжении не менее 7-8 часов. Ложитесь и вставайте в одно и то же время. Больше двигайтесь. Это надежный способ безболезненно пережить период сезонной адаптации организма. Неважно какого рода будет ваша двигательная активность, будете ли вы бегать по утрам или просто станете прогуливаться перед сном, ваш организм станет более закаленным, а значит, и приспособленным к любым переменам, в том числе и к перемене сезона.

Откажитесь от использования электронных гаджетов за два часа до сна. В современном мире у многих людей сложилась традиция засыпать «под телевизор» или со смартфоном в руках. Мы советуем вам отказаться от этой, безусловно вредной привычки, которая негативно влияет на продолжительность и качество сна.

«Шапку надень!» – кричали нам в детстве мамы и бабушки. И были правы. Одеваться нужно по сезону! Это не означает, что нужно кутаться, одежда, безусловно, должна быть теплой, но тело при этом должно иметь возможность дышать. Не отказывайтесь от шарфа, а ноги и руки держите в тепле, что-

## НАШ СОВЕТ – УКРЕПЛЯЙ ИММУНИТЕТ!

бы кровотока был равномерным. Если вы собираетесь на длительную прогулку или на занятия спортом в вашем гардеробе должно быть термобелье. Облегающее легкое оно позволит сохранить тепло и не будет сковывать движения. Отдавайте предпочтение одежде из натуральных материалов. В нежном выборе между «модной» одеждой и практичной – советуем выбирать последнюю.

### ПРИВИВКИ: МЕДИЦИНСКИЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ

Если вы еще не сделали прививку от гриппа, то самое время задуматься об этом.

По данным Всемирной организации здравоохранения первая волна заболеваемости приходит к нам в начале января, вторая – в конце февраля, начале марта. Для того, чтобы в организме полностью сформировался специфический иммунитет от момента прививки должно пройти как минимум две-три недели. А, значит, привиться необходимо не позднее 1 декабря.

Делать прививку или нет – дело каждого. Медицинская статистика и многолетний положительный опыт могут лишь быть одним из факторов принятия такого решения. Специалисты Медико-санитарной части, в свою очередь, могут гарантировать качество

самой вакцины и соблюдение необходимых условий при проведении вакцинации.

Вот уж от какой прививки точно нельзя отказываться – так это положительные эмоции. Причем сделать ее себе вы можете сами! Проводите по возможности больше времени с родными, позитивными людьми. Поднимайте настроение любимым досугом – книгами, фильмами и т.д. Вспомните заброшенное хобби и больше бывайте на природе в погожие деньки. То есть занимайтесь всем тем что, вам приятно, ведь именно гормоны радости являются самым надежным союзником в деле укрепления иммунитета.

P.S. Крепкий организм способен эффек-

тивно бороться с внешними «врагами». Но напоминаем, что эту борьбу лучше не допустить, соблюдая меры предосторожности в условиях пандемии коронавирусной инфекции.

Носите маски, делайте это правильно: маска должна полностью закрывать органы дыхания – нос и рот.

Чаше мойте руки и обрабатывайте их антисептиком. Соблюдайте социальную дистанцию, избегайте мест скопления людей.

При первых признаках простуды – вызывайте врача на дом.

**Будьте здоровы!**

### НЕ ГАЗОМ ЕДИНЫМ

## ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ!

Подведены итоги корпоративного проекта «Бодрым шагом».

Еще в античности люди считали, что без физической активности здоровым быть невозможно. Древнегреческий философ Платон называл движение «целительной частью медицины», а писатель и историк Плутарх – «кладовой жизни».

Малоподвижный образ жизни (гиподинамия) действительно негативно сказывается на состоянии здоровья и самочувствии человека. Его возможные последствия – это снижение иммунитета, ожирение, гипертония, диабет и даже рак. Науче известно, что недостаток движений отрицательно влияет на протекание сложных биохимических и физиологических процессов в нашем организме. При этом резко снижается функция центральной нервной системы, быстрее наступает утомление, человек становится вялым и рассеянным. Определенные сдвиги происходят в сердечно-сосудистой системе. Снижается деятельность гормонов. При гиподинамии наблюдается ухудшение общего обмена веществ.

По мнению многих специалистов, в среднем человеку необходимо делать в день не менее 10000 шагов. По рекомендации Всемирной организации здравоохранения люди в возрасте от 18 до 64 лет должны получать нагрузку средней интенсивности (например, занятия аэробикой) от 150 до 300 минут в неделю и в обязательном порядке легкую нагрузку в виде пеших прогулок.

В газовой отрасли работают люди разных профессий и далеко не у всех из них должностная инструкция предусматривает двигательную активность. Зная это, члены комиссии по работе с молодежью при ОППО «Газпром трансгаз Саратов профсоюз» решили организовать проект под названием «Бодрым шагом». Идею поддержал председатель профсоюзной организации Владимир Кусков. По словам председателя «молодежки», руководителя группы Учебно-производственного центра Сергея Талайкова, современные технологии позволяют человеку следить за многими показателями здоровья при помощи смартфона – активность в течение дня, пульс, продолжительность и качество сна и даже содержание кислорода в крови. Гаджеты ведут мониторинг, проводят анализ и дают рекомендации. «Мы хотели мотивировать наших работников начать больше двигаться, обратить внимание на образ жизни. Кроме того, нам были интересны и итоговые показатели. Хотели увидеть, сколько ходят коллеги, сравнить результаты с рекомендуемыми специалистами», – говорит Сергей.

Проект логично стал одной из важных составляющих системной работы по по-

пуляризации здорового образа жизни на нашем предприятии. В этом году мероприятия ЗОЖ-направленности проходят под эгидой большого корпоративного проекта «Формула здоровья». Его главные цели заключаются в том, чтобы донести до людей, что состояние их здоровья зависит от них самих, помочь избавиться от вредных привычек, побудить к активности.

С первых дней «Бодрым шагом» вызвал нешуточный интерес работников. Один из идейных вдохновителей и координатор проекта юристконсульт 1 категории Управления связи Елизавета Щербакова рассказывает, что количество участников, которые подали заявки превзошло все ожидания. «Были удивлены и числом – 321 участник – и постоянным обсуждением промежуточных результатов. К примеру, только в Балашовском ЛПУМГ в группе проекта состоял 31 человек. Наши ходки общались между собой делились опытом и советами. Многие из тех, кто не решился участвовать, уже потом, в личных беседах высказывали сожаление, что отказались. В общем, внимание было таким, что проекту пришлось уделять почти все свободное время. Но множество положительных отзывов компенсировали все», – признается Елизавета.

Подсчет пройденного пути велся автоматически, в приложении Расет, установленном в мобильных устройствах. В течение месяца было необходимо сделать максимальное количество шагов, три лучших результата поощрялись грамотами и ценным призом. В начале проекта были те, кто усомнился в возможной справедливости итогов. Но организаторы гарантировали – победят действительно сильнейшие. Ими оказались 63 призера, по 3 в каждом филиале и администрации Общества. Лучший результат среди всех участников проекта был зафиксирован в Учебно-производственном центре. Рабочий по комплексному обслуживанию и ремонту зданий 4 разряда Мамука Звиадаури сделал 141592 шагов. Скажете фантастика?! Нет – реальность! «В нашем филиале Мамуку Хвтисоевича знают все и никто не удивлен его победе. Это настоящий человек-батарея! Да и кураторы в филиалах при желании могли проверить «подозрительного» участника по GPS-трекингу. Но мы коллегам доверяем и уверены в их честности», – говорит о победителе председатель ППО УПЦ Дмитрий Самгин. Сам чемпион скромно признается, что всегда много ходит.

«Живу в микрорайоне ВСО, на работу



Мамука Звиадаури из УПЦ показал самый высокий результат проекта



Награждение в Сторожевском ЛПУМГ. Победитель – трубопроводчик линейный 5 разряда Алексей Сайгин (слева)

и с работы добираюсь пешком. Определил себе ежедневный маршрут, в котором некоторые участки я проходил по кругу несколько раз. Приходилось выходить пораньше. По работе тоже много хожу. Но проект заставил больше двигаться именно в свободное время. Старался вообще не сидеть дома, много гулял. Каждый выходной обязательно доходил до Мемориального комплекса в поселке Елшанка», – рассказывает победитель. А на вопрос куда потратит денежный приз, отшутился: «Ботинки куплю новые».

Что ж, проект завершен. Но это вовсе не повод сбавлять обороты. Уже сейчас многие из наших с вами коллег переключились на онлайн-марафон «Здоровье, бодрость, позитив» – ездят на велосипеде, бегают, гуляют с семьями. Это еще один прекрасный повод начать проводить жизнь в движении.

Если вы пока еще не встали в ряды активных, позитивных и здоровых – золотая осень лучшее для этого время. Присоединяйтесь коллеги, движение = жизнь!

**Александр АЗАРКИН**