

ТРУДОВАЯ ВАХТА

№15 (4433), пятница, 15 апреля 2011 года

Газета коллектива ФГУП «Серовский механический завод»

Год издания 61-й

КАК МЫ РАБОТАЕМ

В МАРТЕ ЗАВОД добился более лучших производственно-экономических показателей, чем в январе и феврале. Месячный план по товарной продукции выполнен на 86,1 процента. С начала года отставание больше – 27,6 процента. То есть почти треть квартального плана не сделана.

Но у нас существует и более строгая оценка работы: с учетом прошлых годов. В этом случае показатель марта еще ниже – 61,7 процента. Был бы и того хуже, если бы в последнее время настойчиво, мелкими шагами не стал сокращаться разрыв между "планом" и "фактом". План за два первых месяца сделан на 65,2 процента, за квартал – на 72,4.

Когда "хвосты" полностью исчезнут, завод сможет вздохнуть полной грудью. Особенно усилия для этого приложены в прошлом месяце цехами 9 (февраль – 57 процентов, март – 71), 14 (62 и 72), 4 (68 и 70).

В марте несчастных случаев на производстве не произошло, но зафиксировано 10 микротравм.

Энергетические компании ищут пути своевременного получения оплаты от потребителей, а перед нами задача не менее сложная – сокращение затрат на электроэнергию. Более убедительными стали бы счетчики, указывающие не кВт-ч, а рубли – о чем мечтает "Свердловэнергосбыт". Но на заводе-то и обычных счетчиков не хватает. Трудно анализировать энергозатраты. В целом предприятие потребило энергоресурсов меньше, чем в феврале, а электроэнергия больше.

В связи с переменчивой политикой в госзаказах вновь перед заво-

дом встала задача максимального наращивания продукции гражданского назначения. И это происходит. В марте рост производства такого рода изделий составил 167 процентов, и это, как считают специалисты, не предел.

Выход 6 лет назад на производство длинномерных буровых труб высокой надежности на основе ноу-хау отечественных ученых стал важным козырем в руках серовских механиков. Еще бы один вид такой выгодной продукции! Подсказка, возможно,

чения цехов обозначил в своем отчете руководитель ОМТС.

Неплохо обстоят дела с отгрузкой готовой продукции. Мартовский план выполнен на 113 процентов. Квартальный – пока на 73 процента. На 10 миллионов рублей задолжали замковых соединений. Вырос долг по расширителям и пневмоударникам. Готова к отправке последняя партия большого заказа для Китая бурильных труб: на четыре груженых вагона идет оформление документов.

Заводом получено в марте

А.А. Мосунов сказал, что доволен работой своих производственных участков: никто не сидел без дела. Хотя до 100 процентов из-за не получения в полном объеме комплектующих не дотянули, но рост производства по сравнению с февралем значительный – два миллиона рублей. Освоен новый вид ДК. Сорвать его изготовление в апреле могут только форс-мажорные обстоятельства. Больше волнует начальника цеха 14 аварийное состояние кровли и уровень зарплаты, из-за которого наблю-

а с начала года, стимулирует освобождение от гнета накопившихся долгов. Высокий рост производительности труда поможет оздоровить экономику предприятия. "Цифры очень жесткие, но нельзя иначе. Резервы же у нас есть", – сказал С.А. Бирюков.

Подводя итог совещанию, А.А. Никитин поддержал предыдущего выступающего. "Прежде всего от вас, – сказал Александр Александрович, обращаясь к руководителям служб и цехов, – зависят экономические результаты. Вы – главные, кто стоит у руля расходов. Не должно быть такого: перерасход есть, но не знаем, за счет чего. Если не бить тревогу, не разбираться в причинах, будем проигрывать. Службы для того и существуют, чтобы обеспечивать эффективную работу коллектива".

Уделив внимание "экономическому минимуму", директор отметил позитивные сдвиги, результаты в работе завода. "Позитив и в качестве продукции, и в росте объемов, и в культуре производства, и в отношении к бракоделам...". И это далеко не предел. Экономить, беречь, "считать должны все – никто за нас ничего делать не будет".

Неясность с госзаказами требует мобилизации в том, чтобы "добрать" иными заказами с гарантией стабильного притока средств на завод. Но государство продолжает нам помогать в техническом перевооружении. В прошлом году выделено 70 миллионов на новое оборудование, в два раза больше, чем предполагалось вначале. В 2011-ом средств на эти цели серовские механики получат еще больше, 140 миллионов.

Будет высококачественное оборудование – будут и более сложные, более выгодные заказы.

Г.МАРИНИНА

МНОЖИТЬ ПОЗИТИВ

ждет на выставке инновационных изделий и технологий, которая вновь пройдет в Екатеринбурге.

– Первую декаду по замкам провалили, потом разработались и смогли удовлетворить заявку подмосковной фирмы "Акватика" и Самары, – сказал заместитель главного инженера по производству В.В. Агафонов. – Не воспользовались возможностью закрыть план по коронкам, что привело к потере трех миллионов рублей.

Владимир Владимирович поделился своими положительными впечатлениями о работе запускного цеха 1. В этот раз отметил повышенную продуктивность всех бригад – Беспалова, Благодарова, Лановеги.

– Только в 14-ти мартовских сменах задание не выполнено. Думаю, положение в кузнечно-прессовом наладится.

Агафонов отметил и прогресс в производстве муфты – "давно таких цифр не достигали". 33 тысячи изделий в марте сдано, и остался еще задел.

Первоочередные задачи обеспе-

чивается больше ожидаемого. Но 20 миллионов рублей пришлось направить на выплату налогов, в противном случае задолженность увеличилась бы.

Начальник ОТК Н.И. Бобылев отметил снижение убытков от брака, отсутствие замечаний со стороны потребителей нашей продукции – результат и повышения ответственности рабочих, и обновления станочного парка. А также повышение спроса за некондицию – удержание за брак повысили все цехи. Переработку прошли все втулки, ранее не допущенные ОТК до склада готовой продукции.

Для безопасной работы контролерам ОТК нужны перчатки, спецобувь.

В отчетах начальники цехов озвучивали самые актуальные проблемы и достижения. В.В. Логинов отметил повышенные темпы производства по всем видам изделий: растет товар, растет производительность. Позволит улучшить показатели введение в строй козловой крана. Есть проблемы с режущим инструментом.

дается отток квалифицированных кадров.

Цех 4 смог бы существенно перевыполнить план, если бы производство коронок и расширителей было обеспечено твердым сплавом.

Директор завода заострил внимание на учете инструмента, просил проанализировать соотношение заявок цехов с уровнем потребности производства.

С плановым заданием месяца справился и цех 9 – "работали хорошо, мобильно". Но 20 человек оказались временно без работы, получили две третьих тарифа.

Высокие показатели у цеха 5. В марте внутривзаводских заявок выполнено больше, чем было запланировано. На 436 тысяч рублей сделано продукции сторонним заказчикам. Вопрос у начальника цеха вызвала плановая цифра производительности труда, считает её завышенной.

На перекос в планировании намекали руководители и других цехов. На что начальник ООТИУП дал разъяснение: цифра отражает выполнение плана не текущего месяца,

29 АПРЕЛЯ - 60-я ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКАЯ ЭСТАФЕТА

ВРЕМЯ И МЕСТО СТАРТА

Старт и финиш – у проходной завода. Начало парада участников эстафеты в 14.30 на месте старта. Старт основного забега в 15.30. Старт второго забега, "Ветеран", в 16.00.

Заседание судейской коллегии состоится 29 апреля в 08.00 в редакции газеты "Трудовая вахта" (2 этаж здания, где бюро пропусков механического завода).

УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЯ

В эстафете выступают команды цехов и служб механического завода. В составе команд основного забега могут быть заявлены учащиеся, студенты, проходящие в цехах практику.

Маршрут основной эстафеты из десяти этапов (три женских и семь мужских). Первый и десятый этапы – призовые.

Во втором забеге – в эстафете "Ветеран" участвуют только работающие в данном цехе или отделе. Состав команды – семь человек (пять мужчин и две женщины). Женщины – 35 лет и старше, мужчины – 40 лет и старше. Первый и последний этапы – призовые.

Допускается участие в составе команды людей, ушедших на пенсию из данного цеха или службы.

Заявки команд на участие в эстафете заверяются врачом и подаются главному судье соревнования не позднее, чем за час до старта. В них указывается самый юный член команды и самый старший (фамилии, даты рождения).

Каждый цех в обязательном порядке представляет по два судьи.

Участники бегут только по проезжей части дороги.

НАГРАЖДЕНИЕ

Первенство определяется по наименьшему времени прохождения дистанции эстафеты. Команды, занявшие в забегах первое, второе и третье места, награждаются грамотами; за первое место – переходящим кубком, а члены команд-призеров – грамотами и денежными премиями.

Первый и второй забеги: 1 место – по 500 рублей (17 человек), 2 место – по 350 рублей (17 человек), 3 место – по 250 рублей (17 человек).

НА ПРИЗ ГАЗЕТЫ "ТРУДОВАЯ ВАХТА"

Подготовку к эстафете осуществляет оргкомитет под руководством С.М. МИНИБАЕВА, заместителя директора по коммерческим вопросам. Непосредственное руководство возлагается на судейскую коллегию.

Главный судья – судья республиканской категории Р.А. ДАМИНОВ. Заместитель главного судьи – судья республиканской категории Л.В. ПИНАЕВ. Главный секретарь – С.И. ШЕЛКОВА. Начальник дистанции – М.В. ФИЛИМОНОВ. Судья-информатор – С.А. БИРЮКОВ.

Призеры первого и десятого этапов основного забега, первого и седьмого этапов забега ветеранов награждаются грамотами и денежными премиями: по 400, 300, 200 рублей

В зачет заводской летней спартакиады засчитывается сумма мест по итогам прохождения в обоих забегах.

Команды гостей награждаются грамотами за участие. Спортсмены команды, показавшей среди них лучшее время, – грамотами и сувенирами.

Члены команд, занявших в забегах первые места; учебные заведения, выставившие свои команды; призеры призовых этапов; самый молодой и самый старший по возрасту участники соревнования; физорги команд-победительниц награждаются подпиской на газету "Трудовая вахта" на второе полугодие.

За участие в эстафете каждой команде вручается пирог.

Цехи и службы, выставившие в основном забеге более двух команд, награждаются призом за массовость. В спорной ситуации рассматривается участие в ветеранском забеге.

МАРШРУТ ПЕРВОГО ЗАБЕГА

ПЕРВЫЙ ЭТАП (мужской) – 450 метров. От проходной завода по улице Красноармейской до перекрестка улицы Розы Люксембург.

ВТОРОЙ ЭТАП (мужской) – 200 метров. От перекрестка улицы Розы Люксембург до улицы Февральской революции.

ТРЕТИЙ ЭТАП (женский) – 250 метров. От улицы Февральской революции до аптеки.

ЧЕТВЕРТЫЙ ЭТАП (мужской) – 300 метров. От аптеки по улице Красноармейской, поворот на улицу Ленина до школы 27.

ПЯТЫЙ ЭТАП (мужской) – 200 метров. От школы 27 до кинотеатра "Родина".

ШЕСТОЙ ЭТАП (мужской) – 300 метров.

От кинотеатра "Родина" поворот на улицу Карла Маркса, по улице Карла Маркса до улицы Каляева.

СЕДЬМОЙ ЭТАП (женский) – 200 метров. От улицы Каляева по улице Карла Маркса до здания типографии.

ВОСЬМОЙ ЭТАП (мужской) – 250 метров. От здания типографии до бассейна.

ДЕВЯТЫЙ ЭТАП (мужской) – 300 метров. От бассейна по улице Карла Маркса, поворот на улицу Агломератчиков и до проходной металлургического завода.

ДЕСЯТЫЙ ЭТАП (женский) – 300 метров. От проходной метзавода до финиша в районе "азиатской" проходной.

МАРШРУТ ВТОРОГО ЗАБЕГА

(два круга)

ПЕРВЫЙ ЭТАП (мужской) – 280 метров. По улице Красноармейской и до ворот рынка.

ВТОРОЙ ЭТАП (женский) – 230 метров. От рынка поворот на улицу Челюскинцев и до больницы.

ТРЕТИЙ ЭТАП (мужской) – 230 метров. От больницы до автосервиса.

ЧЕТВЕРТЫЙ ЭТАП (мужской) – 230 метров. От автосервиса поворот на улицу Агломератчиков и до последних гаражей.

ПЯТЫЙ ЭТАП (мужской) – 230 метров. От гаражей поворот на улицу Красноармейская, затем поворот на улицу Народная и до магазина "Урожайная грядка".

ШЕСТОЙ ЭТАП (мужской) – 220 метров. От магазина до поворота на улицу Челюскинцев и до автосервиса.

СЕДЬМОЙ ЭТАП (женский) – 150 метров. От автосервиса поворот на улицу Агломератчиков, до финиша.

ОБЛАСТНЫЕ ВЕСТИ

«ИННОПРОМ - 2011»

Председатель правительства РФ В. Путин подписал распоряжение о поддержке Уральской международной выставки и форума промышленности и инноваций "ИННОПРОМ - 2011". В июле выставка и форум "ИННОПРОМ - 2011" соберет в Екатеринбурге наиболее активных и инициативных людей страны. На площадке выставки будут представлены передовые технологии, разработанные в России, и уже готовые к внедрению проекты.

Успешно прошедший в 2010 году "ИННОПРОМ" стал знаковым мероприятием в области инноваций и промышленности в России. В выставке и форуме приняли участие более 7000 участников и 500 компаний из всех отраслей экономики - от тяжелого машиностроения и добычи полезных ископаемых до IT и производства медицинского оборудования.

В рамках "ИННОПРОМ - 2010" было проведено более 80 деловых мероприятий и подписано более 20 соглашений на общую сумму около 43,2 миллиарда рублей.

Место встречи инноваций и инвестиций. На такой выставке стоит побывать: если не участвовать, то хотя бы посмотреть. Если предприятия смогут отправить туда на денек своих ведущих инженеров, рационализаторов, то экскурсии со временем дадут свои плоды.

ПОСОБИЕ ЗА ВЕРНОСТЬ И ЛЮБОВЬ

В прошлом году в Свердловской области был принят закон о награждении знаком отличия Свердловской области "Совет да любовь" семейных пар – граждан России, постоянно проживающих на территории Свердловской области и непрерывно состоящих в браке не менее 50 лет.

Ныне принят указ губернатора Александра Мишарина о выплате пяти тысяч рублей каждому из супругов к этому областному знаку отличия. Это поощрение супругов за крепкий брак, основанный на любви и верности.

В этом году на реализацию областного закона "Совет да любовь" направлено 12 миллионов рублей.

ВСЛЕД 1 АПРЕЛЯ

Совещание 8 апреля, на котором довелось мне присутствовать, вышло скомканным. По уважительной причине... Ровно в 14.00 зашпешили «на концерт», «на юморину». Что ж, концерт так концерт! Праздника захотелось средь нескончаемых серых буден – это нормально. Хоть похочем. Да и мерцание местных талантов всегда притягательней блеска признанных звезд.

ДО ЦЕЛИ ДОЙДЕШЬ, ЕСЛИ ИДЕШЬ

Актив молодежной организации решил развлечь заводской народ, и это уже позитивное движение на общественной стезе. "Кто людей веселит, за того и свет стоит" – гласил один из лозунгов на стене зала на третьем этаже заводоуправления. За заповедным приветом от 1 апреля собралось немало людей. В основном молодежь, что само по себе тоже хороший знак.

Ведущие Наташа Лебедева и Владимир Балин, поприветствовав всех, начали капустник с приглашения на сцену участниц заводского хора. Женщины с озорным огоньком в глазах, в веселых нарядах – с яркими рюшечками и воланчиками – заводной песенкой настроили зал на нужную волну. При сопровождении необычного для них молодежного инструментального ансамбля. Приобретение музыкальных инструментов для которого не отяготило заводскую казну – два таза, стиральная доска да чайник.

Через некоторое время хор так же с настроением исполнит еще две песни, такие же задорные по звучанию и содержанию, как первая. И вновь в обрамлении приколов от молодого поколения.

Частушки в исполнении трех девчат можно назвать запинушками. Как тут не запнуться, когда поешь про собирательный образ начальника. Тексты заимствованные, но ведь твой начальник-то этого не знает. Подумает: действительно, про него. Когда еще скажешь всё, что ты о нем думаешь!

Репертуар получился разнообразный, хотя репетировали раза три. И игры со зрителями, и миниатюра, и сказка. Собирали по ниточке, сшили кафтан. И пусть он не всем впору, но большинство чувствовало в нем себя комфортно. Смеялись – да, хохотали – и это факт, вполне заслуженный.

Сказка лучше всего раскрыла потенциал самодеятельных артистов. Впечатлили выходы Бабы Яги (Лена Ускова), Кошечка Бессмертного (Александр Ильиних), Зайца (Михаил Истомина). А Лягушка (Татьяна Ваганова) – вообще прелесть! Классно квакала, надувала щеки, убедительна была при столкновении со стрелой.

Много аплодисментов заслужила демонстрация моделей Дома моды имени Таризли. И розыгрыши с сидящими в зале вполне получились, хотя более уместны для развлечения в кафе не очень трезвой компании.

Музыкальное обеспечение взял на себя Роман Зинуров, добавив красок действу на подмостках.

Юмор-то, как и сами люди, может быть самым различным. В том числе, черный, дубовый... Поди разберись, когда чего только по ТВ не увидишь – все покажут, только бы рейтинг заработать! Тонкий юмор – дело тонкое. Не каждому сатирику и артисту развеселой индустрии по плечу. Притом сейчас, когда многие и многие без тормозов. Считается – "без комплексов". Не удивительно, что и в "Юморину" молодых механиков просочились шуточки "ниже пояса".

Самый обидный прокол – лозунг над сценой "С днем машиностроителя!". Провисел полгода, еще полгода провисит – и будет актуален. Правда, в спешке и между основным делом на многом не заостришь внимание. Трижды на репетиции вырывались. Сами понимаете, маловато.

И все же состоялось то, чего давно хотелось – увидеть выступление на заводской сцене молодежи. Чтобы преодолеть 1000 миль, нужно сделать первый шаг. Молодежная организация сделала его, значит, жива, и можно ждать второй и третий.

Поздравим боевую команду из 12 ребят и девчат. Все из разных цехов и служб, но уже виден единый творческий коллектив. Главное, сами-то какое получили удовольствие, что настроение другим подняли! Так, глядишь, и до межцехового КВНа доживем.

Г.ВОВК

ВОЗВРАЩАЯСЬ К НАПЕЧАТАННОМУ: ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЯ

Три пенсионерки-механики, живущие в одном доме, – люди думающие и не согласные склонить голову перед обстоятельствами, решили добиваться справедливости. И добились ведь, как бы это им сложно не было!

С мая прошлого года начались хождения в "ЖКХ-Серов", чтобы выяснить, откуда такие начисления в их квитанциях за освещение мест общего пользования (МОП) – 200-400 рублей за месяц. Платили, но методично ходили с квитанциями по инстанциям. Сначала поодиночке, потом семейкой отважных, четверо из которых долго не выдержали напор отписок, завуалированной и открытой лжи чиновников, которые то байками пытались усыпить бдительность, то запугивали или били себя кулаком в грудь, клятвенно заверяя, что сами так же платят.

Женская троица не сдавалась и, перенеся опыт автолюбителей, вооружилась видеокамерой, документально вела запись своих хождений по мукам. Оказавшись на распутье, взяли писать заявление в прокуратуру, но прежде задумали побывать у главы округа, за которого двумя руками голосовали на выборах – свой ведь, на заводе вырос.

В.Ф.Анисимов не обманул их надежд. Понял: натиск нешуточный. Такие не отступят. На руках уже кипа документов и на бумажных носителях, и в видеозаписи. Надо разбираться самому. И в конце концов в феврале состоялось совещание с участием Д.В.Паслера. Проходило оно в горячей атмосфере. Подогревалось репликами и монологами прошедших огонь и воду женщин, выражающих интересы жителей всего дома. А в общем-то, всех домов, относящихся к «ЖКХ-Серов». Дело приняло серьезный оборот. И возмело резульятат.



КОНКУРС «ТР. В.»

БЛАГА МЫ ГАРАНТИРУЕМ

В первоапрельском номере редакция предложила, кроме шуток, читателям задачу: найти в текстах шесть букв иного шрифта, составить из них фамилию известного на заводе человека и позвонить ему. И пообещала, что в этом случае бюджет в этом году возрастет.

– Начальник юротдела слушает, – так обычно отвечает на телефонный звонок А.Е.Благов. И что ж он слышал в начале 1 апреля?

– Мы вас отгадали! – так примерно начинались звонки в юротдел в первоапрельскую пятницу. И первый звонок для Александра Евгеньевича стал сюрпризом.

Опередив других, позвонила Н.Туктагулова. Как это ей удалось быстрее всех? Наталья Николаевна сказала: «Газету читаю от первой буквы до последней. И сразу заметила отличающиеся буквы, а когда дочитала до конца – узнала, чем это вызвано. Сложить же из букв фамилию не составило труда».

После Туктагуловой в течение дня позвонили еще семеро читателей-заводчан: Р.Колесникова, М.Артюхов,

Продолжаем тему, которая не стоила бы нашего внимания, кабы не стоила так дорого («Свет – в копеечку» – «Трудовая вахта» №10 от 15 марта). И для здоровья, и для кошелька простого обывателя.

Одни плачут, но платят, другие борются и не сдаются

Пятиэтажка, оказавшаяся во внимании высокого начальства, за короткое время получила порцию серьезных преобразований, о которых даже не мечтали потерявшие веру жильцы.

На лестничных площадках вместо давно срезанных в аварийном порядке батарей появились новенькие, принесла долгожданное тепло. Отремонтированы электрические щиты, ввернуты энергосберегающие лампы, что привело людей в приятный шок. Но это мелочи, в сравнении с главной победой.

Столярную мастерскую ЖЭКа, находящуюся в подвале, отключили от общего электропитания дома, там установили свой счетчик. Разделили затраты на электроэнергию. И пересчитали накрутки на освещение МОП всем жильцам дома, пообещав вернуть ранее несправедливо начисленное. И сумма в пришедших за февраль квитанциях "Свердловэнергообита" резко снизилась.

Но и это не все! Залезшим по горло в мутную воду искателям правды сообщили, что два десятка многоквартирных домов, находящихся в ведомстве "ЖКХ-Серов", проверены на правильность начислений за освещение дворов и подъездов, и в плане такого контроля еще более сотни жилых зданий.

Проверке, вероятнее всего, подвергнется и мой дом. В последней квитанции за МОП совершенно иные цифры, чем ранее. Если из месяца в месяц указывалось, что должна оплатить за использование для этих це-

лей 40-50 кВт-ч в ночное и столько же в дневное время, то в феврале затраты составили в сумме 4 кВт-ч и указан возврат нескольких сотен рублей.

8 Марта настойчивость трех женщин благодарные соседи отметили сладкими подарками. Вот вам и медные трубы!

Женщины, выстоявшие в борьбе с чиновничьим беспределом, не хотели бы, чтобы здесь прозвучали их имена. Ничего они уже не боятся, но и выпячивать свою личность не хотят. Да и так молва об их подвижничестве сама по себе распространялась. А вспоминать во всех подробностях, вспоминать имена деятелей жилищно-коммунальной иерархии не просто морально тяжело, вредно для здоровья. У одной женщины после участия в длительной борьбе за правоту руки заболели на нервной почве, у другой давление зашкаливало. Но если во всем городе будет наведен порядок с начислениями за свет в МОП (и не только в нашем, а и в других городах области, где в прошлом году введен такой тариф, и в тех, которых он только будет вводиться), то особое спасибо скромным правозащитникам.

Если появится тариф на воздух, то возможностей для просчетов и махинаций найдется еще больше. Горько, но в нашем обществе сегодня многое зиждется на непрофессиональной, а то и преступной основе, руководствуется недомыслием или умыслом.

Г.МАРИНИНА

СПОРТ

БЛИЖАЙШИЕ СТАРТЫ ПЛОВЦОВ

Сегодня, в пятницу 15-го, состоится легкоатлетический кросс, а через неделю, 23 апреля, заводское лично-командное первенство по плаванию на голубых дорожках дворца водного спорта. Старт - в 11.00.

Участники соревнования - как работники, так и пенсионеры предприятия, а также студенты, проходящие у нас практику. Для мужчин и женщин дистанция одна - 50 метров.

Состав команды не ограничен. В зачет идут шесть лучших результатов. В эстафете три мужских этапа и один женский. Каждый цех выставляет по одному судье.

Победители в командном зачете определяются по сумме очков сильнейших участников. В личном зачете в каждой возрастной группе по три призовых места.

Чем больше будет участников, тем показательнее пропаганда здорового образа жизни в трудовом коллективе, тем полезнее и интереснее пройдет выходной день.

А.БЕЗМАТЕРНЫХ,
инструктор по спорту

ЗДОРОВЬЕ СВОИМИ РУКАМИ

Кто-то из мудрых сказал: "Здоровье нельзя накопить впрок, над ним надо работать каждый день". Но мы, россияне, в большинстве своем народ инертный. Живем, надеясь: авось пронесет, со мной и моими близкими в принципе этого быть не может. Жизнь показывает обратное. Что у тех, кто живет по таким принципам, беды случаются чаще.

Ко мне в кабинет доврачебного приема приходят пациенты разного возраста и разных жизненных позиций. Есть такие, которые при малейшем дискомфорте в организме спешат к врачу, длительно и тщательно обследуются. Другие не посещают врача годами, считая, что приходиться в поликлинику не обязательно, если помогает самолечение - чаще по совету друзей, соседней газет, таких, как "ЗОЖ". И результаты такого отношения к своему здоровью, как правило, плачевны. Молодеет контингент больных с инсультами, инфарктами, онкологией, ожирением и т.д.

НА ДНЯХ пришел больной М. 42-х лет. Ему оформляются документы на определение группы инвалидности по поводу перенесенного инсульта. Пациент последние пять лет к врачам не обращался, медицинских комиссий не проходил. Работал "на хозяйна" - так он выразился. Кровяное давление не измерял. Голова побаливала - принимал таблетки. Какие - не знает: то жена давала, то мужики на работе. Накануне случившегося инсульта, вечером, резко заболела голова, подташнивало. Выпил таблетку от головной боли и лег спать. Среди ночи проснулся, встать с кровати не смог, что-то несвязно произнес. "Скорая" увезла в Краснотурь-

инск, затем долечивался в неврологическом отделении в Серове.

До болезни курил до пачки сигарет в день. Сейчас курить стал больше - "нервы". Врачи настаивали, чтобы бросил. "Да ерунда все это" - и бросать курить не собирается. А ведь курение - одна из первоочередных сердечно-сосудистых заболеваний!

Малоподвижный образ жизни и неправильное питание ведут к лишнему весу. Если не приложить усилий, тучность приведет к ожирению, ожирение - к гипертонии,

и наследственный фактор - отец-гипертоник, дед умер от инсульта. По окончании беседы больной согласился попробовать некоторые рекомендации.

...САМОЕ ПЛАЧЕВНОЕ, что наши дети, а за ними и наши внуки следуют нашему образу жизни, и болезни их настигают в еще более молодом возрасте. Пусть каждый из нас задумается о своем здоровье и здоровье детей и шаг за шагом идет к здоровому образу жизни. Чтобы жилось нам "не в болезни, а в здравии".

ИСКЛЮЧИШЬ ПРИЧИНУ - ПОБЕДИШЬ БОЛЕЗНЬ

Перешагнув черту 30-летнего возраста, мы должны знать минимум данных о своем здоровье:

- индекс массы тела (ИМТ), поддерживать его в рекомендуемых пределах (20-25): ИМТ = вес:рост в квадрате (Например, 66 кг : 172 в квадрате = 22.3);
- цифры артериального давления (норма 139/80);
- сахар крови (норма 3,5-6);
- холестерин крови (норма до 5 ммоль/литр);
- состояние своего сердца.

И все это можно узнать быстро и бесплатно при комплексном обследовании в Центре здоровья. Время, затраченное на обследование и прием специалистов, составляет от полутора до двух часов. Адрес Центра здоровья: ул. Кузьмина, 38, вход со двора (бывшая больница 3 в районе автовокзала).

С.ЕЛСУКОВА,
фельдшер
кабинета доврачебного приема

У молодого человека присутствует

У молодого человека присутствует

У молодого человека присутствует

У молодого человека присутствует

ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Басня

Влюбился как-то
старый пень
В прекрасную осинку.
Дарил ей золото, жемчуга,
Смотрел, как на картинку.
Приободрился наш старик,
На лысину надел парик.
Ну, чем я нынче не жених!
И бывший скряга
вдруг оттаял,
На Мальту девушку
отправил,
Из норки шубку подарил,
Машину новую купил.
И вот решил, наконец,
Вести осинку под венец.
«Ты в зеркало смотрел,
старик? -
Ему осинка говорит. -
Тебе давно уже за сто,
Так долго не живет никто.
А что подарки мне дарил...
Так я же не просила».
С улыбкой выпнув старика,
Вдогонку крикнула: "Пока".

...У нашей басни
смысл таков:
Средь нас
не много ль дураков?!

В.САДОВНИКОВА,
ветеран цеха 9

ТВ

С юбилеем!



**Дорогая Галина
Константиновна
ЛЯМИНА!**

Все было в жизни: радости и беды, и сладкий мед и горькая полынь. Тобою пройдено уже немало, и мы за все тебя благодарим. Теперь у нас у каждого достаток, хватает сил, здоровья и любви... Ты только жизни не считай остаток, на радость нам подольше проживи!

Мама и дети

**Милый, славный доктор,
Надежда Михайловна
ПЕЛЕВИНА,
заслуженный врач РФ!**

Примите от наших сердец поздравление с юбилеем! Желаем притока новых сил, которые обязательно помогут одолеть болезнь. Знайте, мы Вас бесконечно уважаем, любим, помним и благодарим за трепетное отношение к маленьким пациентам, за высокий профессионализм, преданность выбранному делу, бескорыстие – за годы работы детским врачом Вы помогли, Вы спасли десятки, сотни серовских ребятишек!

Семьи Корниенко, Козей, Кирсановой, Ереминой и многих бывших работников механического завода

Уважаемая

**Фердина Ахметзяновна
САДЫКОВА!**

С годами мы приобретаем и седьну и знаний свет. От всей души мы Вам желаем здоровья, счастья, долгих лет. И с каждым годом быть милее, пусть счастье наполняет дом. Мы со столетним юбилеем еще поздравить Вас придем.

Коллектив БТК цеха 9

"Форсаж" Почты России

С 1 марта "Почта России" внесла изменения в систему тарификации услуги срочных денежных переводов "Форсаж", снизив тариф на отправку суммы до 3000 рублей в два раза: теперь стоимость отправки денежного перевода составляет 150 рублей.

Данная инициатива даст возможность потребителям отправлять небольшие суммы в кратчайшие сроки и укрепит позиции предприятия на рынке срочных денежных переводов. В настоящее время услуга предоставляется более, чем в 14 600 почтовых отделениях страны, оснащенных защищенными on-line каналами связи. Планируется дальнейшее расширение количества пунктов, предоставляющих услугу, в том числе на международном направлении.

В прошедшем году жители Серовского и Сосьвинского городских округов отправили через почтовые отделения связи 116 денежных переводов на сумму 807 тысяч рублей. Денежные переводы остаются одной из востребованных населением финансовых услуг, оказываемых в почтовых отделениях.

Н.ГЕРАСИМОВА

Новости здравоохранения

Новые рамки ОМС

В России принят новый закон об обязательном медицинском страховании (ОМС).

В законе содержатся несколько принципиальных новаций. Теперь получить медицинскую услугу по полису ОМС можно в любом регионе России, а не только там, где зарегистрирован человек.

Это можно сделать не только в государственном или муниципальном медучреждении, но и в частном или ведомственном, если оно станет участником программы ОМС. И при этом не понадобится доплачивать за лечение и консультации, входящие в программу обязательного медицинского страхования.

ТРУДОВАЯ ВАКТА

15 апреля 2011 года

Учредитель и издатель газеты – ФГУП «Серовский механический завод». Газета зарегистрирована 9 июля 2010 г. в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ №ТУ66-00504. Еженедельник. Выходит по пятницам.

Адрес редакции и издателя: г. Серов, ул. Агломератчиков, 10. Редакция размещается в здании над «азиатской» проходной. Телефоны: редактор – 9-35-80, корреспонденты – 9-38-80. E-mail: gazeta@serovmp.ru

Верстка редакции. Корректурa – И.В.Андреева.

Главный редактор Г.Г.ГУЛИНА

Газета отпечатана в ПО «Север»: г. Серов, ул. К. Маркса, 19. Номер подписан в печать в четверг в 14.00, по графику. Цена – свободная. Тираж 1358 экз. Заказ №826

