

# Ф А К Т Ы

Выходит с августа 2011 года

№ 7 (57) Июль 2016 г.

## НОВОСТИ

### Газораспределительная система области готовится к осенне-зимнему периоду ХОЛОДА НЕ СТАНУТ НЕОЖИДАННОСТЬЮ

В рамках единой технической политики ООО «Газпром межрегионгаз», АО «Газпром газораспределение Тамбов» проводит комплекс мероприятий по подготовке к работе в осенне-зимний период, направленный на повышение надёжности газораспределительной системы в период повышенного потребления природного газа.

Комплекс технических мероприятий, направленных на повышение надёжности газоснабжения жителей области, будет выполнен полностью в установленные сроки. В плановом порядке работники АО «Газпром газораспределение Тамбов» производят замену отключающих устройств, выполняют приборное обследование газопроводов на герметичность и на сплошность изоляции. Проводят приборное обследование изоляции на трубах, если приборное обследование

показывает повреждение изоляции на трубах, то газовики устраняют повреждения. Проходит капитальный и текущий ремонт пунктов редуцирования газа, установок электрохимической защиты. Всё это гарантирует защиту газопроводов от электрохимической коррозии.

Одним из пунктов последовательной подготовки систем газоснабжения к зиме является покраска надземных газопроводов. Завершили покраску газопроводов

работники филиалов в п. Коммунар, в г. Моршанске и г. Тамбове.

Бесперебойная работа газового хозяйства области обеспечивается эксплуатационными и аварийно-диспетчерскими службами АО «Газпром газораспределение Тамбов». Эти подразделения укомплектованы необходимым транспортом, оборудованием, запасом инструментов и материалов.

Готовность эксплуатационных и аварийно-диспетчерских служб АО «Газпром газораспределение Тамбов» к предстоящему осенне-зимнему периоду была подтверждена и в ходе учебно-тренировочных занятий по взаимодействию со службами различных ведомств области, а также комиссией, созданной для проверки готовности всех объектов к зиме.



Слесарь СПГ Петровского газового участка филиала АО «Газпром газораспределение Тамбов» в п. Коммунар Михаил Никишин проводит очистку охранной зоны ШРП от дикорастущих растений



Слесарь по эксплуатации и ремонту подземных газопроводов СПГ и ПП филиала АО «Газпром газораспределение Тамбов» в г. Рассказово Иван Капранов проводит проверку на утечку при текущем ремонте ШРП



Слесарь по эксплуатации и ремонту подземных газопроводов филиала АО «Газпром газораспределение Тамбов» в п. Коммунар Александр Бреев производит покраску надземного газопровода по ул. Липецкое шоссе г. Мичуринска



Мастер Дмитрий Зарахович и слесарь по эксплуатации и ремонту газового оборудования Сергей Мордовин СПГ и ПП филиала АО «Газпром газораспределение Тамбов» в г. Тамбове выполняют техническое обслуживание газового оборудования ГРП

### БЛАГОДАРСТВЕННОЕ ПИСЬМО

ООО УК «АрбатКомСервис» выражает глубокую признательность и искреннюю благодарность АО «Газпром газораспределение Тамбов» за качественную и стабильную поставку ресурса.

Выражаем особую благодарность мастеру СВДГО Гончаровой Ирине Алексеевне.

Её работа — это вклад в развитие и укрепление наших деловых отношений. Благодаря её профессионализму и грамотному подходу к исполнению возложенных на неё обязанностей нам совместно удаётся выполнять важную миссию — вносить свой вклад в успешное развитие сферы услуг жилищно-коммунального хозяйства.

Выражаем уверенность в сохранении сложившихся дружественных отношений и надеемся на дальнейшее взаимовыгодное и плодотворное сотрудничество.

С уважением,  
генеральный директор ООО УК «АрбатКомСервис»  
А.Б. ГАЛСТЯН

### В ТАМБОВЕ ЗАВЕРШИЛИ ПЕРЕКЛАДКУ ГАЗОПРОВОДА ЧЕРЕЗ РЕКУ СТУДЕНЕЦ

В Тамбове специалисты филиала АО «Газпром газораспределение Тамбов» завершили перекладку газопровода среднего давления через реку Студенец на перекрёстке улиц Студенецкая набережная и Пролетарская.

Во время работ была осуществлена перекладка 60 м газопровода диаметром 219 мм. Реконструкция системы газоснабжения была проведена с помощью нового

высокотехнологичного оборудования.

«Работы по перекладке газопровода были выполнены в сжатые сроки. Обновлённый участок газотранспортной системы позволит повысить надёжность газоснабжения около 50 коммунально-бытовых и промышленных предприятий Ленинского микрорайона», — рассказал генеральный директор АО «Газпром газораспределение Тамбов» Валерий Кантеев.



Специалисты филиала в г. Тамбове проводят перекладку газопровода среднего давления через реку Студенец

### СПЕЦИАЛИСТЫ АО «ГАЗПРОМ ГАЗОРАСПРЕДЕЛЕНИЕ ТАМБОВ» ДЕЛЯТСЯ ОПЫТОМ С КОЛЛЕГАМИ



Коллеги из ООО «Газпром межрегионгаз Пятигорск»: начальник группы работы с абонентскими службами отдела по работе с населением управления по работе с абонентскими службами Валерий Григорьев, главный специалист контрольно-ревизионного управления Владимир Попов, ведущий инженер-программист Сергей Богданов беседуют с начальником ЦДС Владимиром Киреевым и ведущим инженером АСУТП Андреем Орловым

В июле коллеги из ООО «Газпром межрегионгаз Пятигорск» ознакомились с опытом работы АО «Газпром газораспределение Тамбов».

Начальник отдела информационных технологий и связи Сергей Румянцев поделился опытом внедрения и эксплуатации подсистемы «Внутридомовое газовое оборудование» программы для ЭВМ «АНТ: Автоматизированная информационная система «Расчёты с населением за газ».

В ходе рабочего визита в АО «Газпром газораспределение Тамбов» специалисты из ООО «Газпром межрегионгаз Пятигорск» посетили центральную диспетчерскую службу Общества.

Отвечая на вопросы гостей, начальник центральной диспетчерской службы Владимир Киреев рассказал, что на основе геоинформационной системы в Обществе создаются элементы унифицированной системы управления режимами газоснабжения ГРО (УСУ РГ ГРО), единого информационного технологического пространства группы компаний «Газпром»: регионального, районного, производственного уровней и уровня объектов газораспределения.

УСУ РГ в режиме реального времени позволяет персоналу обеспечивать эффективное управление режимами газоснабжения и своевременно реагировать на возникающие ситуации, связанные с изменением режима газопотребления и исключать возможные перебои в транспортировке газа, позволяя минимизировать имущественные затраты не только ГРО, но и потребителя.

Кроме того, гости посетили филиал в г. Рассказово, центр оказания услуг в г. Тамбове.

«Технологии и решения, которые мы увидели за время посещения, на наш взгляд, являются передовыми и соответствуют требованиям времени. Несомненно попытаемся что-то внедрить и у нас», — отметил главный специалист контрольно-ревизионного управления Владимир Попов.



## В РАССКАЗОВО ПРОШЛА ТРЕНИРОВКА ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ И ЛИКВИДАЦИИ ЧС

Филиал АО «Газпром газораспределение Тамбов» в г. Рассказово принял участие в тренировке по прогнозированию возможной обстановки, обмену информацией и реагированию на чрезвычайные ситуации при взрыве бытового газа совместно со службами жизнеобеспечения города.

Комиссией были осмотрены все силы и средства, которые оперативная команда использует для ликвидации ЧС и устранения последствий. И как показала проведенная

тренировка, органы управления, силы и средства городского звена по ликвидации ЧС готовы к оперативному реагированию. Нештатная аварийно-спасательная группа и дежурная смена АДС филиала АО «Газпром газораспределение Тамбов» в г. Рассказово, по оценке руководства г. Рассказово и представителей ГУ МЧС России по Тамбовской области, были достойно представлены и полностью готовы к выполнению поставленных задач.



Нештатная аварийно-спасательная группа и дежурная смена АДС филиала АО «Газпром газораспределение Тамбов» в г. Рассказово на тренировке по предотвращению и ликвидации ЧС

## ТАМБОВСКИЕ ГАЗОВИКИ ПРОВЕЛИ РЕЙД ПО ДОЛЖНИКАМ

Тамбовские газовики регулярно проводят рейды по должникам. Тем абонентам, кто хронически забывает оплачивать газ, подачу голубого топлива попросту приостанавливают. Таков закон, который, к слову, с начала текущего года стал ещё суровее к неплательщикам.

С начала этого года специалисты газовых служб ограничили газоснабжение 61 абоненту в г. Рассказово и Рассказовском районе. Все долги должниками были выплачены, и газ снова вернулся в их дома и квартиры. У всех неплательщиков свои причины, одна из которых — низкий уровень дохода, но даже в таком случае есть возможность не доводить до отключения газа.

«Если потребитель газа оказался в трудной жизненной ситуации, не стоит доводить до отключения газа, а необходимо обратиться в

нашу организацию для заключения соглашения о рассрочке. Компания «Газпром межрегионгаз Тамбов» настоятельно рекомендует абонентам быть не только дисциплинированными, но и честными. Дабы потребители не занижали показания по газопотреблению, в ходе рейдов специалисты обязательно проверяют счётчики на предмет их незаконной доработки. Для этого контролёры обеспечены целым арсеналом специальной техники, так что остаться незамеченными у нарушителей точно не выйдет», — считает начальник Рассказовского участка ООО «Газпром межрегионгаз Тамбов» Сергей Быстров.

На этот раз за один день рейда газовики ограничили газоснабжение 6 неплательщиков. Оставшись без газа, большинство из них поспешили немедленно расплатиться.



Тамбовские газовики регулярно проводят рейды по должникам



Отключение абонента за неоднократное нарушение обязательств по оплате газа

## ОБУЧЕНИЕ

### ПРОВЕДЕНЫ ВИДЕОСЕМИНАРЫ ПО ИЗУЧЕНИЮ ПОДСИСТЕМЫ «УПРАВЛЕНИЕ СТРОИТЕЛЬСТВОМ ОБЪЕКТОВ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРИСОЕДИНЕНИЯ»

В настоящее время в Обществе введена в промышленную эксплуатацию подсистема «Управление строительством объектов технологического присоединения». Подсистема «Управление строительством объектов технологического присоединения» программного комплекса на базе платформы 1С: Предприятие 8.2 разработана и внедряется в рамках Постановления Правительства РФ от 30 декабря 2013 г. № 1314 «Об утверждении Правил подключения (технологического присоединения) объектов капитального строительства к сетям газораспределения».

Подсистема осуществляет формирование исходных данных для обеспечения работ по выполнению Постановления Правительства РФ от 30.12.2013 N 1314 и совместно с иными подсистемами программного комплекса на базе платформы 1С: Предприятие 8.2 обеспечивает выполнение бизнес-функциональных рекомендаций ООО «Газпром межрегионгаз» к системе управления взаимодействием с клиентами по принципу «Единое окно» (распоряжение заместителя генерального директора ООО «Газпром межрегионгаз» от 29.02.2016 № 81-Р5).

В процессе опытной эксплуатации возникла необходимость в проведении определённых доработок подсистемы и встал вопрос о дополнительном обучении работников с их минимальным отрывом от производственного процесса. Специалисты отдела ИТ и С решили этот вопрос новым для Общества методом — впервые было организовано проведение видеосеминаров. В отделе ИТ и С была организована трансляционная студия, и для улучшения качества передачи информации передача сигнала изображения и звукового сигнала была разнесена, синхронизирована и проведена по двум независимым каналам. Это позволило проводить семинар одновременно в нескольких филиалах. Теперь пользователи слушают информацию и задают вопросы сидя на своём рабочем месте или объединяются в рабочую группу.

«В настоящее время семинары проводятся для работников центрального офиса, филиалов в г. Котовске и г. Рассказово, п. Коммунар. Семинары организуются и проводятся во взаимодействии с отделом капитального строительства и инвестиций — одного из основных потребителей разработанной подсистемы. Пользователи отмечают большую практическую пользу от данных занятий», — рассказал начальник отдела ИТ и С Сергей Румянцев.



Ведущий инженер группы поддержки информационных систем Александр Зобин проводит видеосеминар

## СПОРТ

### ГУБЕРНАТОР АЛЕКСАНДР НИКИТИН ПОЗДРАВИЛ ПРИЗЕРОВ ЧЕМПИОНАТА ЦФО ПО ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЕ



Команда тамбовского ДОСААФ на приёме у губернатора

20 июля губернатор Александр Никитин встретился с командой тамбовского ДОСААФ, которая заняла второе место в общекомандном зачёте на чемпионате ЦФО по практической стрельбе на призы полномочного представителя президента РФ в Центральном федеральном округе Александра Беглова. Александр Никитин поздравил спортсменов и лично вручил им заслуженные награды.

«Тамбовский спорт в этом году увенчан самыми высокими победами. И вы сегодня в общую копилку спортивных достижений Тамбовской области вносите очень яркую, серьёзную лепту. Я вас сердечно поздравляю», — обратился к спортсменам Александр Никитин.

Заместитель директора по общим вопросам филиала АО «Газпром газораспределение Тамбов» в г. Тамбове Павел Гриднев входит в состав сборной команды тамбовского ДОСААФ.

По нашей просьбе Павел Гриднев рассказал о своём увлечении — практической стрельбе:

«Практическая стрельба — это очень динамичный и захватывающий вид спорта. Её девиз: Точность — Мощь — Скорость, в полной мере отражает дух соревнований, так как спортсмену предписывается умение точной и скоростной стрельбы из мощного оружия. Соревнование по практической стрельбе состоит из отдельных упражнений: от нескольких — на соревнованиях муниципального уровня, до нескольких десятков упражнений на международных турнирах. В процессе выполнения каждого упражнения стрелок двигается по площадке и поражает мишени по мере видимости из различных положений, в движении, из-за укрытий. Результат стрелка рассчитывается исходя из поражённых мишеней и затраченного на это времени.

Практической стрельбой из пистолета занимаюсь третий год. Тренируюсь в тире ДОСААФ под руководством Андрея Сапрыкина, председателя Федерации практической стрельбы Тамбовской области. При выборе



Павел Гриднев

оружия остановился на пистолете CZ-75. Это отличная сбалансированная 18-зарядная пистолет чешских оружейников под современный патрон калибра 9\*19 Люгер. За это время мне довелось участвовать в ряде турниров разных уровней сложности как в Тамбовской области, так и в других регионах России, где приобретался бесценный соревновательный опыт.

Из личных достижений наиболее яркой считаю победу в 2015 году на 1 этапе кубка Рязанской области по практической стрельбе из пистолета: первое место из 21 стрелка, среди которых были действующие сотрудники спецподразделений Рязанской области.

Но, безусловно, самым сложным и интересным турниром для меня стал Чемпионат ЦФО по практической стрельбе из пистолета на приз полномочного представителя Президента России в ЦФО, прошедший в Брянске 15-16 июля 2016 года. Данные соревнования были санкционированы Международной конфедерацией практической стрельбы, им был присвоен третий уровень сложности, что соответствует всероссийскому статусу соревнований. В турнире такого уровня я принимал участие впервые.

## ЗАВЕРШАЮЩИЙ СЕМИНАР ПО ИЗУЧЕНИЮ ПОДСИСТЕМ ПК НА БАЗЕ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПЛАТФОРМЫ 1С: ПРЕДПРИЯТИЕ 8.2 В ФИЛИАЛЕ В П. КОММУНАР

6-7 июля в филиале АО «Газпром газораспределение Тамбов» в п. Коммунар состоялся заключительный семинар из цикла семинаров по обучению работников подсистемам программного комплекса на базе технологической платформы 1С: Предприятие 8.2. Для проведения семинара работники отдела информационных технологий и связи выезжали в п. Коммунар.

С.Н. Румянцев отметил, что опыт проведения семинаров по программному комплексу, разработанному в Обществе показал большую заинтересованность работников в изучении комплекса. Кроме того, непосредственный выезд специалистов отдела ИТ и С в филиалы позволил привлечь для обучения большее количество работников от филиала, в то же время в филиале семинары проводятся с меньшим количеством работников, чем в центральном офисе, и соответственно, каждому обучающемуся уделяется больше внимания, работники, находясь в привычной для них обстановке, более раскрепощены, смелее задают вопросы и принимают участие в дискуссиях, менее устают и меньше отрываются от работы. Другой, несомненно преимущественной стороной является то, что выезд работников ЦО отдела ИТ и С в филиалы повышает уровень внутрикорпоративных отношений.

Обучение — важный элемент работы, программный комплекс Общества на базе технологической платформы 1С: Предприятие 8.2, постоянно совершенствуется, и необходимо следить за изменениями в его составе и функционале. Как показал опыт, проведение семинаров по нескольким подсистемам комплекса непосредственно в филиалах Общества гораздо более эффективно, чем проезд работников для проведения занятий в центральный офис.



Начальник отдела ИТ и С Сергей Румянцев готовится к проведению семинара

## БЕЗОПАСНОСТЬ

### ВРЕДОНОСНАЯ ПРОГРАММА

Первый шаг всякого кибер-преступления — это доставка, а также установка вредоносной программы. Злоумышленники используют несколько технологий для решения этой задачи. Сегодня как основным способом распространения таких программ относятся заражение веб-страниц и спам-рассылки, которые открывают неопытные пользователи, тем самым

становясь жертвой злоумышленника. После того, как вредоносная программа попала на незащищённый компьютер, преступники стараются как можно дольше сохранять её незамеченной для того, чтобы пользователь был уверен, что, перейдя по подозрительной ссылке, он не нанес вреда своему компьютеру и бдительность пользователя снизилась.

Идеальным для злоумышленников является компьютер, который изначально уязвим (например, плохая антивирусная

программа или же её отсутствие). Для предотвращения попадания вредоносных программ на рабочие компьютеры в Обществе установлена система комплексной антивирусной защиты. Однако во избежание заражения вредоносными программами запрещается с рабочих компьютеров посещать посторонние непроверенные сайты, также запрещается открывать подозрительные вложения и переходить по ссылкам от неизвестных отправителей.

## СМОТР-КОНКУРС ПО БЛАГОУСТРОЙСТВУ АДМИНИСТРАТИВНЫХ ЗДАНИЙ И ПРИЛЕГАЮЩИХ ТЕРРИТОРИЙ

**В АО «Газпром газораспределение Тамбов» проходит смотр-конкурс на лучшее благоустройство территории. За три года, а именно столько лет проводится конкурс, филиалы и газовые участки заметно преобразились.**

Данный конкурс организован с целью обеспечения чистоты и порядка, укрепления положительного имиджа филиалов и газовых участков АО «Газпром газораспределение Тамбов», путём повышения привлекательности внешнего вида офисных зданий и прилегающих к ним территорий.

Конкурсное жюри оценивает работу по многим критериям: санитарное состояние территории (наличие освещения, ограждения, дорожек, удобного подхода к зданию); организация и содержание садово-паркового комплекса (декоративно-цветочные насаждения, альпинарии, цветочные клумбы, водоёмы, вертикальное озеленение и др.); целостность и благоустроенность подъездных путей к зданиям, наличие стоянки для личного и служебного транспорта. Тщательно осматриваются производственные территории, в частности аварийно-диспетчерские службы, складские и гаражные помещения.

«Благодаря проведению капитальных ремонтов заметно изменились в лучшую сторону административные здания и кабинеты центрального офиса, филиалов и газовых участков. Участники конкурса подходят к нему очень ответственно и проявляют немало выдумки, оригинальных идей при создании элементов озеленения и благоустройства территории. Администрация и сотрудники филиалов и его участков своими силами за несколько лет преобразили прилегающие к офисам территории, сделав их привлекательными, аккуратными, цветущими», — отметил генеральный директор АО «Газпром газораспределение Тамбов» Валерий Кантеев.

Каждый из участников кон-

курса проявил творческий подход по благоустройству территории. Призёры смотра-конкурса будут объявлены на праздновании профессионального праздника — Дня работников нефтяной и газовой промышленности.



На территории филиала в г. Кирсанове стоянка для служебного автотранспорта на асфальтовом покрытии выделена разметкой



На территории филиала в г. Кирсанове отведено место под контейнеры для сбора твёрдых бытовых отходов, скрытое от глаз посетителей



В филиале в г. Котовске территория подметена, отсутствует мусор, ворота гаражных боксов окрашены и пронумерованы



В филиале в г. Тамбове въезд на территорию филиала оборудован автоматическими воротами



На прилегающей территории и территории филиала в г. Рассказово разбито пять клумб площадью 165 м<sup>2</sup>, высажены яркие цветы и газон. В этом году сотрудники изготовили декоративный поезд



На территории филиала в г. Рассказово имеется вновь построенная беседка для курения и отдыха в обеденный перерыв



В филиале в г. Рассказово оборудован противопожарный щит



В этом году в Сампурском газовом участке (филиал в г. Котовске) начаты работы по капитальному ремонту гаражных боксов и прилегающей к ним территории



Газовые участки активно занимаются озеленением прилегающих территорий (Сампурский ГУ филиала в г. Котовске)



Филиалом в г. Моршанске постоянно проводятся работы по улучшению внешнего вида зданий, благоустройству, обеспечению чистоты и порядка прилегающих территорий



На территории филиала в г. Моршанске имеется скрытое от глаз потребителей, специально отведённое место для курения, оборудованное урной



На территории филиала в г. Уварово много красивых цветочных композиций



На прилегающей территории к филиалу в п. Коммунар разбиты цветники, установлен небольшой фонтанчик, который окружают фигуры земноводных, птиц



## ЛЕТО, ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ, РОДИТЕЛИ И ИХ ДЕТИ

### ВОЗДЕЙСТВИЕ ЛЕТНЕГО СОЛНЦА И ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

С одной стороны, солнце очень полезно для организма, тем более развивающегося — под его действием вырабатывается витамин D. А этот витамин объединяет в себе несколько полезных веществ, таких как эргокальциферол, кальциферол и холекальциферол. Они принимают самое активное участие в обмене веществ и регулируют усвоение организмом фосфора и кальция. То есть без витамина D ребёнок будет испытывать недостаток этих веществ, костная масса будет уменьшаться, а кости станут ломкими.

Но, с другой стороны, ещё Парацельс — знаменитый целитель и алхимик говорил, что «всё в этом мире и яд, и лекарство — дело лишь в принимаемой дозе». Солнце не исключение. Солнечный удар является одной из самых распространённых проблем летнего периода. Родителям надо соблюдать технику безопасности и всегда надевать малышам головной убор, а также не держать их долго под прямыми солнечными лучами.

Симптомы солнечного удара схожи с симптомами теплового удара. Учтите, что проявляются они спустя лишь часов пять-восемь после поражения организма. Помните симптомы:

- Температура поднимается до 38–40 градусов по Цельсию.
- Проявляется слабость, потливость, нарушение ритма работы сердца.

• В голове начинается шум и головные боли.

• Возможны тошнота, рвота, в некоторых случаях понос.

• Кожа может покраснеть, возможны галлюцинации и потеря сознания.

• В сложных ситуациях кожа становится холодной, и при прикосновении липкой, а цвет начинает становиться синюшным.

• Если причины перегрева не устранить, есть вероятность впадения в кому и даже летальный исход, поэтому если вашему ребёнку сильно плохо — немедленно вызывайте скорую помощь.

При солнечном (и при тепловом) ударе надо предпринять:

• Ребёнка необходимо раздеть и положить в прохладное место.

• Голову лучше класть набок, чтобы в случае рвоты не произошло захлебывание рвотной массой.

• Напайте малыша прохладным чаем, кипячёной или минеральной водой без газа — не давайте сильно холодные напитки.

• Голову оберните полотенцем, смоченным водой, протрите тело влажной губкой или тряпкой и обмахивайте тело ребёнка, также можно завернуть его во влажную простынь. При обморожении сосредоточьтесь на тех областях, где много сосудов возле поверхности: подмышки, шея, ступни на

локтях и коленях, паховые области. При обморожении или заворачивании в простынь никогда НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ холодную воду — это может привести к спазму и всё усугубит. Температура воды должна быть несколько выше комнатной температуры.

• Стандартные жаропонижающие средства как при солнечном, так и при тепловом ударе не эффективны, так как природа повышения температуры не инфекционная, а прямой перегрев тела.

Солнечный ожог — это термическое повреждение верхних кожных покровов, сопровождается покраснением кожи и неприятными болевыми ощущениями. Помните или запишите себе технику безопасности летом в случае солнечного ожога. Вам надо предпринять:

• Если на коже появились волдыри, то это уже ожог второй степени — обратитесь к врачу, он назначит адекватное лечение.

• Для снятия боли можно использовать парацетамол или аспирин.

• Не мойте обожжённую кожу водой с мылом, не используйте средства со спиртом и жирные кремы. Просто промойте её прохладной, но не холодной водой и смажьте увлажняющим кремом.

• При ожогах хорошо помогает компресс из прохладного кефира. Белки в нём создают защитный слой, что помогает удерживать

влагу внутри и помогает энзимам восстановить кожу.

• До восстановления нормального состояния кожи не выводите ребёнка на прямое солнце.

Профилактика перегрева детей и их ожога на солнце:

• Прогулки лишь в головном уборе, предпочтительно по слегка затенённым местам, где солнце чередуется с тенью.

• С детьми до года не гуляйте летом под прямыми солнечными лучами.

• Приучайте ребёнка к солнцу постепенно, слегка увеличивая время. Помните, что действиями солнечных лучей больше подвержены дети со светлой кожей. Пока ребёнок не загорел, он не должен находиться

под прямым солнцем более 5 минут, после загара не рекомендуется более 10 минут для малышей и 15 минут для старших ребят. Частота нахождения под солнцем: два-три раза в день.

• Гуляйте и загорайте преимущественно утром до 10 часов и уже под вечер после 16:00 часов.

• Пользуйтесь солнцезащитными кремами, давайте ребёнку обильное и несладкое питьё. Активно смачивайте детям открытые участки тела.

• Пользуйтесь свободной светлой одеждой. При использовании солнцезащитных очков не применяйте дешёвые или игрушечные модели — это может привести к проблемам с глазами.



### БЕЗОПАСНОСТЬ ГРАЖДАН ПРИ ОТДЫХЕ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ

далеко от берега и, в итоге, не рассчитав своих сил, погибают. Но и умение плавать — ещё не гарантия безопасности на воде. Открытый водоём — это всегда риск. Поэтому немало несчастных случаев происходит в запретных зонах для купания.

Многие отдыхающие любят нырять в воду с высоты. Нырание — одно из самых опасных упражнений, требующее не только смелости, но и знания правил ныряния. Смертельно опасно для жизни прыгать в воду в неизвестных местах. Здесь можно удариться головой о грунт, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть. Не менее опасно также прыгать головой в воду с плотов, пристаней и других сооружений. Под водой могут быть сваи, рельсы, камни и т. п.

Также опасно и купание при четырёх-пятибалльных штормах — опасность не столько в плавании на волнах, сколько в выходе на берег. Разбушевавшаяся стихия выбрасывает тонны воды на берег. От оглушительного удара пловец может быстро потерять сознание, и волны тут же унесут его в море.

Умение хорошо плавать — бесспорно, важное условие безопасного отдыха на воде. Но это не даёт полной гарантии от опасности при купании, если пловец не будет знать, откуда грозит ему беда и как он сам может выпутаться из неё. Одна из

причин несчастных случаев при купании на водных объектах в том, что человек тонет, если его движения внезапно сковывают судороги. Главными причинами судорог являются переохлаждение тела в воде и переутомление мышц длительным однообразным стилем плавания. Чтобы избежать судорог, не следует купаться до появления сильного озноба: нужно находиться в воде не более 10–15 минут при температуре воды +17°... +19°.

Необходимо знать, что если пловец устал, то лучшим отдыхом будет положение «лёжа на спине», при котором, действуя легкими, надавливающими на воду движениями ладоней рук и работой ног, можно поддерживать себя на поверхности воды, чтобы восполнить силы для продолжения плавания. Однако лучшей гарантией безопасности на воде является соблюдение известного правила: «Никогда не следует идти на проплыв большого расстояния без тренировок». Этого нельзя делать ещё и потому, что в случае опасности пловец не сумеет быстро оказать помощь.

Купающиеся, при возникшей возможности, подплывают к судам и другим объёмным плавательным средствам, чтобы приятно покатаются на волне и поразили своей смелостью. И это чрезвычайно опасно для жизни. Вблизи идущего судна, катера возникают различные водовороты, волны и течения. Особенно опасно заплывать в вечернее время. С проходящих судов пловец может не заметить, и он окажется жертвой несчастного случая.

Чтобы отдых на воде был безопасным, не следует купаться в запретных местах, где берега крутые, заросшие растительностью, где склон дна может оказаться

засоренным корягами, представляющими большую опасность для жизни купающихся. Поэтому каждый должен считать своим правилом — купаться только в местах, отведённых для этих целей на водном объекте.

Всем гражданам, отдыхающим у водных объектов, с целью предупреждения случаев утопления необходимо взять во внимание следующие краткие основные правила поведения:

• Запрещается купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями; заплывать за буйки, обозначающие границы плавания или санитарную зону водохранилища.

• Нельзя заходить в воду, не умея плавать (особенно в глубоких местах), выше пояса.

• Купаться только в разрешённых, хорошо известных местах.

• Нельзя купаться в опасных местах: вблизи водосборов, шлюзов, пристаней, мостов, водоворотов, стремнин, в судорожном фарватере, вблизи плавательных средств, в местах скопления водорослей (большое количество водорослей могут обвить петлями ноги, руки, туловище и сковать движения).

• Нельзя входить в воду или нырять после длительного пребывания на солнце (при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что может привести к остановке сердца), сразу после приёма пищи, в состоянии утомления, в состоянии алкогольного опьянения (спиртное блокирует сосудосуживающий и сосудорасширяющий центр головного мозга).

• Запрещается прыгать или нырять в незнакомых местах: с мостов, причалов,

пристаней и даже там, где ныряли прошлым летом, так как за год мог понизиться уровень воды или что-то было брошено в воду.

• Проводить игры в воде, связанные с захватами; опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду или заводить на глубину не умеющих плавать.

• Запрещается оставлять детей на берегу водоёма без присмотра взрослых, умеющих плавать и оказывать первую помощь.

• Нельзя находиться в воде, не умея плавать, на надувных матрацах, досках и брёвнах, лежаках, автомобильных камерах, так как ветром или течением их может отнести от берега.

• Нельзя долго находиться в воде, особенно холодной (при переохлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания и потеря сознания).

• Нельзя купаться в штормовую погоду (опасность представляют высокие волны) и во время грозы.

• Нельзя заниматься подводным плаванием или подводной охотой без разрешения врача.

При утоплении происходит вынужденное прекращение доступа воздуха в дыхательные пути, нарушается газообмен, быстро развивается гипоксия (недостаток кислорода в крови). Через 5–6 минут после погружения под воду в организме начинаются необратимые процессы и человек погибает.

Каждый гражданин обязан оказывать посильную помощь людям, терпящим бедствие на воде. Особое внимание во время отдыха на водоёмах взрослые должны уделять детям!

Помните, пренебрежение правилами безопасности на водных объектах опасно для вашей жизни!

«Дачный сезон продлится до глубокой осени. Отдых на даче считается не только приятным, но и полезным для здоровья времяпровождением. Однако из года в год в этот период фиксируется сезонный рост обращений клиентов по страхованию от несчастных случаев», — заметили в СОГАЗе.

«Отдыхая за городом, люди ведут активный образ жизни, поэтому частота небольших травм в дачный период возрастает. Около 50% всех травм у застрахованных приходится на переломы, ушибы и растяжения, а всевозможные раны и порезы занимают примерно 25% несчастных случаев», — рассказывает начальник отдела урегулирования убытков по страхованию от несчастных случаев и страхованию путешественников АО «СОГАЗ» Марина Быстрицкая.

Всё же безобидные походы в лес и велосипедные прогулки могут оказаться травмоопасными. Достаточно серьёзным

последствием может обернуться и несоблюдение техники безопасности при работе с газосиликами, бензопилами и прочими инструментами.

Кроме того, походы в баню, использование газовых горелок, барбекю и иных электроприборов — все эти виды деятельности являются потенциальными источниками серьёзных ожогов.

Также фиксируются обращения застрахованных, которые связаны с неприятными последствиями укусов насекомых, вызывающих иногда серьёзные воспалительные и аллергические реакции.

«Чтобы отдых не был омрачён несчастными случаями, следуйте инструкциям при использовании дачного оборудования, надевайте специальную одежду для дачных работ, пользуйтесь масками при контакте с химикатами, — советует Марина Быстрицкая. — Я настоятельно рекомендую ответственно относиться к сбору дачной аптечки, в которой должны присутствовать сердечные, обезболивающие, желудочные и противоаллергенные препараты, перекись водорода, зелёнка, пластырь, бинт, жгут, пузырёк с наша-

тырным спиртом. А также приобретение полиса страхования от несчастных случаев: в случае неприятных событий он гарантирует вам выплату, за счёт которой вы сможете компенсировать расходы на лечение, лекарства, недополученную зарплату».

При этом для работников «Газпром газораспределение Тамбов» в СОГАЗе есть возможность застраховаться не только самим, но и застраховать членов своей семьи, причём с применением специальных понижающих коэффициентов. Сотрудники СОГАЗа всегда будут рады помочь: позвоните нам по телефону для привилегированных клиентов 8 800 333-66-35 (круглосуточно, бесплатно). На портале [www.sogp.sogaz.ru](http://www.sogp.sogaz.ru) можно самостоятельно рассчитать стоимость полиса с учётом специальных условий. Здесь же можно заявить о страховом случае или оставить заявку на звонок, сотрудники страховой компании свяжутся с вами и проконсультируют по любым вопросам страхования.

### ОСТОРОЖНО: ДАЧА!

### Травмоопасный дачный сезон

Самые распространённые причины травм во время загородного отдыха по статистике страховой компании СОГАЗ



Над материалами газеты работали Семён Шабанов, Надежда Раева

