

Выходит с января 1991 года

новости ПФР

С 1 АПРЕЛЯ ПЕНСИИ ПРОИНДЕКСИРОВАНЫ

С 1 апреля в России увеличен размер социальных пенсий. Помимо этого трудовые пенсии россиян дополнительно проиндексированы с учетом индекса роста доходов ПФР в расчете на одного пенсионера за 2013 год.

Социальные пенсии свыше 2,9 млн. пенсионеров выросли на **17,1%**. **Ежемесячные денежные выплаты** (ЕДВ) отдельным категориям граждан (ветераны, инвалиды, граждане, подвергшиеся воздействию радиации, Герои Советского Союза, Герои Социалистического Труда и др.) с 1 апреля проиндексированы на **5%**, это увеличение касается 16,2 млн. человек.

При индексации размера социальных пенсий также повысились пенсии по государственному пенсионному обеспечению, размеры дополнительного ежемесячного материального обеспечения и других социальных выплат, суммы которых определяются исходя из соответствующего размера социальной пенсии. Средний размер социальной пенсии после повышения теперь составляет около **7,5 тыс. рублей**.

Средний размер социальной пенсии для инвалидов составляет **11,2 тыс. рублей**. Средние размеры пенсий граждан из числа инвалидов вследствие военной травмы и участников Великой Отечественной войны, получающих две пенсии, составляют около **27 тыс. рублей** и **28,2 тыс. рублей** соответственно.

Помимо этого **трудовые пенсии** почти 37,8 млн. российских пенсионеров дополнительного выросли на **1,7 процента**. В результате индексации средний размер трудовой пенсии по старости с 1 апреля составляет около **11,6 тыс. рублей**.

В августе 2014 года будет проведена бессрочная корректировка трудовых пенсий работающих пенсионеров.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ



юбиляры	стр. 1-2
новости области	стр. 3
спортвести	стр. 4, 5, 6
великий пост	стр. 7
отдохнем!	стр. 8

подробности

В СТРУКТУРЕ УПРАВЛЕНИЯ - ИЗМЕНЕНИЯ

В целях совершенствования на нашем заводе была изменена структура управления Обществом.

В штатное расписание администрации завода (№810) введена должность «Заместитель генерального директора по качеству и охране труда». С 20 марта по 19 мая 2014 года временно исполнять обязанности заместителя генерального директора по качеству и охране труда будет **Андрей Николаевич Алексеев**, который ранее занимал должность помощника генерального директора по общим вопросам. Ему подчиняются отдел технического контроля (№506); центральная заводская лаборатория (№510); сектор информационных технологий (№902), который возглавляет теперь **Андрей Владимирович Журавлев**; информационно-рекламный сектор (№803); участок телекоммуникаций и связи (№304); группа по сертификации и аудиту (№526), которая выведена из проектно-конструкторского отдела и введена в штатное расписание как самостоятельное структурное подразделение.

Из штатного расписания администрации завода выведены должности «Помощник генерального директора по общим вопросам» и «Технический директор». **Анатолий Николаевич Клопов**, который ранее занимал должность технического директора, назначен советником генерального директора по техническим вопросам.

Заместителю генерального директора по производственной инфраструктуре – главному инженеру переданы подчиненные от главного металлурга (№503); отдел главного технолога (№520); отдел подготовки производства (№521); бюро главного сварщика (№522); отдел проектирования новой техники и оснастки (№523); цех по изготовлению оснастки, инструмента и нестандартизированного оборудования (№301). Обязанности заместителя генерального директора по производственной инфраструктуре – главного инженера в настоящее время исполняет заместитель главного инженера по ремонту и эксплуатации оборудования **Сергей Геннадьевич Золотухин**.

Из штатного расписания администрации

завода выведена должность «Начальник службы объектовой безопасности» и введена должность «Начальник службы безопасности» с подчинением генеральному директору. Исполнение обязанностей начальника службы безопасности возложено на **Дмитрия Львовича Старкова**. Начальнику службы безопасности подчиняются отдел экономической и информационной безопасности (№930); отдел режима (№931); частная пожарная охрана (№920); специальный сектор (№513).

Из штатного расписания выведена должность заместителя генерального директора по персоналу и общим вопросам и введена должность «Начальник службы по персоналу» с подчинением генеральному директору. На эту должность назначена **Ольга Ивановна Самохвалова**. Начальнику службы по персоналу подчиняются отдел кадров (№901), обязанности начальника отдела кадров в настоящее время исполняет ведущий специалист по социальным вопросам и работе с общественными организациями **Юлия Геннадьевна Парфенова**; административно-хозяйственный отдел (№802); торговый сектор (№808); медико-санитарная часть (№806); база отдыха «Теша» (№812); база отдыха «Моцкое» (№814); физкультурно-оздоровительный сектор (№807).

Упразднено структурное подразделение «Творческий коллектив по НИОКР».

На период с 1 апреля по 30 июня 2014 года исполнение обязанностей заместителя генерального директора по производству возложено на начальника ПДО **Виктора Михайловича Лодыгина**. И соответственно на тот же период исполнение обязанностей начальника ПДО возложено на заместителя начальника ПДО **Михаила Алексеевича Артемова**.

Кроме того, начальником планово-экономического отдела (№617) назначена **Наталья Николаевна Бугрова**, ранее занимавшая должность заместителя начальника ПЭО.

юбиляры

ЮБИЛЕЙ — ЭТО ОПЫТ И МУДРОСТЬ...

Сегодня свой юбилей отмечает медсестра медицинской части **Ольга Шуварова**. На Муромском стрелочном заводе Ольга Васильевна работает не так давно, всего два года. До этого момента она трудилась медсестрой в железнодорожной больнице и на заводе ОАО «Муромтепловоз».

Ольга Шуварова очень ответственный, исполнительный, трудолюбивый работник, добрый, скромный и отзывчивый человек. Ко всем пациентам вежлива, внимательна. По работе к ней всегда можно обратиться, и она никогда не откажет.

Двадцать девятого марта свой 50-летний юбилей отметил мастер по изготовлению технологического инструмента 301 цеха **Алексей Лобаненков**. Алексей Сергеевич пришел на Муромский стрелочный завод восьмого июля 1985 года. За это время он накопил огромный опыт работы, зарекомендовал себя как грамотный специалист и настоящий мастер своего дела. Алексей Лобаненков может не только посвятить кого-то в технологию изготовления того или иного инструмента, рассказать теоретические основы, но и показать это наглядно.

Все задания он сдает точно в срок, а часто даже и с опережением. Алексей Сергеевич всегда на шаг впереди. Стоит кому-то только подумать о чем-либо, а он уже это делает. Алексей Лобаненков отлично организовывает работу на своем участке, где никогда не простояивает

Подменит кого-то во время его отсутствия, поможет, если это необходимо. Ольга Васильевна никогда не сидит без дела, всегда хлопочет. Она может заменить любую медсестру, работает и с хирургом, и с гинекологом, и с отоларингологом, и с невропатологом. Ольга Шуварова очень любит свою работу и всей душой за нее переживает. А еще она воспитала замечательных дочку и сына.

Коллеги от всей души поздравляют Ольгу Васильевну с днем рождения, желают ей крепкого здоровья, успехов в работе, благополучия в семье и всего самого наилучшего.



оборудование, а все работники заняты своими обязанностями. Спрашивает со своего коллектива он строго, но справедливо, всегда поможет, если в этом

Алексей Лобаненков - хороший товарищ и надежный друг, он никогда не подведет и не оставит в беде. Его всегда окружает положительная

друзей и всегда хорошие отношения с многочисленными родственниками. Алексей Лобаненков – хороший семьянин и гостеприимный хозяин, всегда пригласит зайти, предложит перекусить или угостит чаем.

Алексей Сергеевич умеет как работать, так и отдыхать. У него много увлечений, например, просмотр фильмов, фразы из которых он часто цитирует. Алексей Лобаненков – автомобилист, он с огромным удовольствием посвящает свободное время своему автомобилю. А еще он занимается домашним хозяйством, трудится в огороде, любит отдохнуть с семьей и друзьями на природе, и довольно часто ходит вместе со своими родными в лес за грибами.

Коллектив 301 цеха от всей души поздравляет Алексея Сергеевича с днем рождения, желает ему здоровья, счастья, материального благополучия и исполнения всех желаний.



есть необходимость. К нему всегда можно обратиться: и с предложением по работе, и с личной просьбой, и он никогда не откажет. Именно поэтому Алексей Сергеевич пользуется уважением среди коллег.

энергетика, которая передается всем окружающим. Алексей Сергеевич никогда не унывает, всегда всех встречает с улыбкой и отличным настроением. Он очень общительный человек, именно поэтому у него много

Тридцатого марта свой 35-летний юбилей отметил электросварщик ручной сварки цеха стрелочной продукции **Алексей Колесов**. Коллеги отзываются о нем, как о добродушном, отзывчивом, неконфликтном человеке.

На сегодняшний день он добился уважения в своем коллективе. Руководители также претензий к нему не имеют. «Спокойный, работающий, исполнитель-

ный», – говорят они. А еще к Алексею всегда можно обратиться даже в нерабочее время. Да и многие обращаются, ведь профессия у него важная и нужная.

Самое главное и любимое увлечение Алексея Колесова – это рыбалка, с которой он никогда не возвращается с пустыми руками. Алексей не очень разговорчив с посторонними, многое о себе не рассказывает. Но



своими коллегами он весел и общителен. Алексей вообще отличается позитивным взглядом на жизнь и хорошим чувством юмора, как подтвердили его коллеги.

Коллектив цеха стрелочной продукции поздравляет Алексея Колесова с прошедшим днем рождения, желает ему крепкого здоровья, хорошей зарплаты, счастья, удачи и побольше радостных моментов в жизни.

«ДОСТИГНУТЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВСЕЛЯЮТ ОПТИМИЗМ, НО ПРЕДСТОИТ СДЕЛАТЬ В РАЗЫ БОЛЬШЕ!»

1 апреля Губернатор Светлана Орлова провела пресс-конференцию для журналистов, посвященную итогам первого года руководства Владимирской областью. Она рассказала о достигнутых результатах по всем направлениям деятельности исполнительной власти региона с апреля 2013 года.

Так, объём отгруженных товаров собственного производства, выполненных работ и услуг собственными силами за этот период увеличился на 9,4 процента. Индекс промышленного производства составил 105,1 процента при среднероссийском показателе 100,3 процента.

Внешнеторговый оборот увеличился на 8,1 процента и составил порядка 2,2 млрд. долларов. Динамично развивался и потребительский рынок. Оборот розничной торговли вырос на 4,2 процента, объём платных услуг населению - 12,7 процента.

На 7,5 процента выросли и реальные денежные доходы населения. Среднемесячная начисленная заработка плата одного работника составила 20417,6 рубля (рост на 13,1 процента). Реальная заработка плата увеличилась на 5,4 процента.

При этом существенно (на 15,1 процента) сократилась численность безработных. На начало 2014 года этот показатель составил 8,9 тыс. человек (1,1 процента от экономически активного населения).

Наблюдается положительная динамика привлечения инвестиций, объём которых составил 65,3 млрд. рублей. В этом направлении администрация области намерена сделать серьёзный рывок.

В частности, создан Совет по улучшению инвестиционного климата области, введено в практику ежегодное послание «Инвестиционный климат и инвестиционная политика Владимирской области». Открыт инвестиционный интернет-портал Владимирской области. Разработана интерактивная карта региона, на которой с географической привязкой к местности планируется размещать площадки,

предлагаемые инвесторам под реализацию проектов, а также основные объекты транспортной, энергетической и коммунальной инфраструктуры.

В целях информирования потенциальных инвесторов о развитии инфраструктуры в регионе введено в практику утверждение ежегодно обновляемого Плана создания инвестиционных объектов и объектов инфраструктуры. Продолжается работа по созданию инвестиционной инфраструктуры для новых проектов. Создано ОАО «Корпорация развития Владимирской области».

Разработан проект Инвестиционной стратегии Владимирской области до 2020 года.

В целом, за 2013 год в консолидированный бюджет поступило доходов на общую сумму 51,4 млрд. рублей, в том числе налоговых и неналоговых платежей - 37,9 млрд. рублей, безвозмездных поступлений - 13,5 млрд. рублей.

Расходы консолидированного бюджета составили 54,4 млрд. рублей. Из них на инвестиционные цели направлено 11,9 млрд. рублей, в том числе в дорожное хозяйство - 6 млрд. рублей, ЖКХ - 3,2 млрд. рублей, сельское хозяйство - 2,7 млрд. рублей, на природоохранные мероприятия - 60,9 млн. рублей. При этом бюджет сохраняет свою социальную направленность.

На меры социальной поддержки и социальные услуги в 2013 году выделено 7,2 млрд. рублей. Из них 43 млн. рублей – на повышение зарплаты соцработников. Увеличено бюджетное финансирование всех социальных сфер — здравоохранения, образования, культуры, физической культуры и спорта.

Это позволило поднять заработную плату работникам называемых отраслей и перевыполнить показатели, установленные «майскими» указами Президента РФ.

Начата реализация программы поддержки малообеспеченных семей: им предоставляется государственная помощь в размере до 60 тыс. рублей на основании социального контракта. Деньги можно направить на получение новой профессии,

в федеральных программах и, как следствие, привлечение средств из федерального бюджета. В 2013 году выполнялись работы и мероприятия по 14 федеральным целевым и 2 государственным программам России, а также по 3 проектам, включённым в непрограммные части федеральной адресной инвестиционной программы. Общий объём финансирования программ в 2013 году составил 14,3 млрд. рублей, что в 1,5



Светлана Орлова

переобучение, организацию подсобного хозяйства, устранение последствий пожара.

Социальные выплаты на улучшение жилищных условий получили 288 молодых семей, 29 ветеранов, инвалидов и семей, имеющих детей-инвалидов, 144 ветерана Великой Отечественной войны, 15 семей граждан, пострадавших вследствие катастрофы на Чернобыльской АЭС, и 3 семьи вынужденных переселенцев.

Успешному выполнению социальных и других обязательств администрации области перед населением способствовало участие региона

раза превысило уровень предыдущего года. В 2014 году запланировано участие уже в 22 федеральных целевых и государственных программах России.

«Достигнутые результаты вселяют оптимизм, работы сделано немало, но предстоит сделать в разы больше. Успокаиваться мы не будем! Остаются нерешёнными проблемы, из-за которых страдают люди. С этими явлениями мы будем неустанно бороться» – резюмировала Светлана Орлова.

Пресс-служба администрации Владимирской области

ОБЛАСТНАЯ СПАРТАКИАДА ВОЗРОЖДАЕТСЯ

После 25-летнего перерыва по инициативе губернатора Владимирской области Светланы Орловой прошла первая спартакиада среди промышленных предприятий области. Случилось это знаковое событие в городе Муром 22–23 марта.

В спартакиаду вошло три вида спорта: пулевая стрельба, шахматы, волейбол, который прошел по смешанной схеме (четверо мужчин и две женщины).

Но сначала был парад, который прошел на площади Победы. Спортсменов приветствовали Глава округа Евгений Рычков, председатель Контрольного комитета администрации Владимирской области Сергей Полузин, председатель Совета народных депутатов округа Константин Федурик. По аналогии с олимпиадой в Сочи был торжественно зажжен огонь состязаний. Спортсменов встречали девушки в национальных костюмах.

В первой спартакиаде приняли участие десять команд, из них шесть Муромских: представители ОАО «Муромтепловоз», ОАО «МПЗ», ОАО «МЗ РИП», ЗАО «Муром», ОАО «МСЗ» и администрации округа.

Четыре команды приехали из города Ковров, это ОАО «Завод имени В.А. Дегтерева», ОАО «Ковровский механический завод», ОАО «Ковровский электромеханический завод» и администрация города.

Итоги этой спартакиады следующие: в пулевой стрельбе стрелочки заняли четвертое место, а заместитель начальника 301 цеха Сергей Соколов выбил 46 очков из 50 возможных и завоевал в личном зачете «бронзу». В шахматах наша команда заняла пятое место, в волейболе – восьмое. Учитывая все вышеперечисленные результаты, среди всех принимавших участие в спартакиаде команд наши спортсмены-активисты оказались на шестом месте.

Команда стрелочников среди Муромских промышленных предприятий заняла третье место, проиграв ОАО «МЗ РИП» и ОАО «Муромтепловоз».

Особенно хочется отметить спортсменов-стрелочников, которые бросив все дела, а их особенно много в субботу и воскресенье, пришли на это мероприятие, чтобы защитить спортивную

Юрий Быватов, Андрей Кривенков, Михаил Кокуров, работники сталелитейного цеха Александр Силюянов, Виктор Стряпов, представители 301 цеха Сергей Курнев, Сергей Соколов, Владимир Чернов, а также Наталья Максимова из 305 цеха.

Большую помощь в организации команды оказали исполняющий обязан-



Шахматный турнир

чество завода. Это: работник 103 цеха Дмитрий Шамонов, работники 203 цеха Елена Кузнецова и Валерий Кокунов во главе с начальником цеха Даниилом Лебедевым и его заместителем Сергеем Серпковым, представители 302 цеха

ности генерального директора Роман Поляков и начальник службы по персоналу Ольга Самохвалова.

► Николай ЗЕМСКОВ
Фото с сайта www.muromsport.ru

ГАЗИФИКАЦИЯ ОБЛАСТИ ПРОДОЛЖИТСЯ

В 2014 году газификация Владимирской области будет продолжена.

В результате проведенной совместно с ООО «Газпром Межрегионгаз Владимир» работы годовые обязательства по оплате просроченной задолженности за газ выполнены: при плане 559,4 млн. руб. оплачено 564,5 млн. руб.

«Долги по газу мы закрыли, – отметила Светлана Орлова. – Теперь наша задача – продолжить газификацию области. На очереди – более десятка населенных пунктов. Считаю, что для области эта работа – номер один».

В 2013 году «голубое топливо» появилось в деревнях и селах Ковровского, Меленковского, Муромского, Селивановского, Собинского, Сузdalского и Юрьев-Польского районов. Уровень газификации села вырос до 42,8% вместо запланированных 39,7%, построено и введено в эксплуатацию 233,88 км распределительных газовых сетей.

В нынешнем году газификация в первую очередь коснется на-

селенных пунктов Ковровского и Гороховецкого районов. Также продолжится реализация программы «Газпром – детям». Всего на территории области планируется построить более 30 спортивных сооружений – от детских городков до футбольных площадок.

Чтобы ситуация с долгами за газ не повторилась, распоряжением Губернатора области создан штаб по организации работ по газификации региона. Совместно с областной прокуратурой и УМВД России по Владимирской области организованы проверки финансово-хозяйственной деятельности теплоснабжающих организаций, имеющих задолженность за поставленный природный газ, на предмет выявления признаков нарушения российского законодательства. Администрацией области и ООО «Газпром межрегионгаз» подписан график погашения задолженности теплоснабжающих организаций региона за поставленный природный газ на общую сумму 1 млрд. 367,6 млн. руб., в который включено 59 организаций – должников за газ из 18 муниципальных образований.

В ПАМЯТЬ О ЛУЧШЕМ БОМБАРДИРЕ И ОТЛИЧНОМ РАБОТНИКЕ ЗАВОДА

В воскресенье, тридцатого марта, состоялся традиционный турнир по мини-футболу. В нем приняли участие десять команд, которые соревновались в двух возрастных группах и двух подгруппах по численности работников подразделений. Это около шестидесяти футболистов. Традиционный турнир был посвящен памяти Павла Макарова, бывшего работника предприятия, – отличного футболиста, к сожалению, трагически ушедшего из жизни в самом расцвете лет. Но друзья и коллеги помнят его и чтят память о нем.

Воскресный день встретил муромлян пусты прохладной, но солнечной погодой и радостным ощущением выходного дня. В спортивном зале школы №19 собрались представители многих подразделений Муромского стрелочного завода, чтобы продемонстрировать свои спортивные навыки, поиграть в мини-футбол, просто пообщаться, и конечно же, почтить память Павла Макарова. Футбольные баталии вели как простые рабочие предприятия, так и его руководители, начальники подразделений, а также исполняющий обязан-



Играет команда механосборочного цеха

ности генерального директора Роман Поляков. Многие из них лично знали Павла как лучшего футболиста заводской команды «Стрела», отличного производственника и просто хорошего человека.

Турнир проводился в рамках заводской спартакиады и стал уже традиционным. В этот день, впрочем как и всегда, на турнире присутствовали мама Павла **Валентина Николаевна Макарова** и его сестра **Лариса Фомичева**. И как всегда они пришли не с пустыми руками, приготовив подарки для команды-победительницы и лучшего игрока турнира. Также в этот день победители получили по праву заслуженные призы от профсоюзного комитета ОАО «МСЗ».

Валентина Николаевна вот уже в тринадцатый раз приходит на футбольный турнир, посвященный памяти ее сына. При этом каждый раз в душе Валентины Макаровой возникает двоякое чувство. С одной стороны ей тяжело вспоминать тот день, когда трагически погиб Павел, но в то же время на душе матери становится тепло и радостно от того, что коллеги помнят ее сына, ей приятно снова видеть его друзей.

Павел пришел на Муромский стрелочный завод сразу после окончания института. Сначала он был рядовым работником сталелитейного цеха, вскоре его назначили мастером. В то же время он стал лучшим бомбардиром в заводской команде «Стрела». Павел с гордостью носил свой номер «17» и забил семнадцать голов в одном сезоне. К скромному, добromу, отзывчивому Павлу всегда тянулись люди, именно поэтому у него было много друзей, а благодаря чувству юмора он

всегда был душой компании.

С того времени прошло уже много лет. Но каждый раз Валентина Николаевна приходит на футбольные соревнования наших заводчан с трепетом, уважением и восхищением, к тем, кто участвует в этом мероприятии. Особенно она благодарна Николаю Земскому, который выступает организатором этого турнира и всех заводских спортивных мероприятий. Когда-то именно он стал тем человеком, который приобщил Павла к спортивной жизни завода.

Лариса Фомичева добавляет, что для них не секрет, что у руководителей предприятия Николай находится на хорошем счету, а в коллективе пользуется уважением. И это совсем не случайно, ведь он отдает всего себя без остатка семье, работе, спорту и окружающим его людям.

После гибели Павла Макарова его коллеги и друзья подарили Валентине Николаевне видеокассету, где была запечатлена футбольная игра ее сына. Для нее этот подарок очень много значит, он до сих пор бережно хранится в семье Макаровых.

Воскресный футбольный турнир подошел к концу, уставшие, но вполне довольные собой спортсмены готовы похвастаться своими результатами, с которыми мы вас и познакомим в этой статье. В первой группе (численность работающих в подразделении – более 300 человек) в подгруппе «ветераны» первое место заняла команда **заводоуправления**. В этой же группе, но уже в подгруппе «без ограничения



Награждение капитана команды завоудования

возраста» победили работники **сталелитейного цеха**. Во второй группе (численность работающих в подразделении – менее 300 человек) в подгруппе «ветераны» появился новый чемпион – **инструментальный цех**; в подгруппе «без ограничения возраста» первое место завоевали спортсмены **механосборочного цеха**.

Надев спортивную форму, кроссовки и выйдя с мячом на площадку работники ОАО «МСЗ» в очередной раз доказали – футбольу покорны все возрасты.

► Екатерина МАЙОРОВА

спортвести

ЗНАЙ НАШИХ!!!

Двадцать третьего марта в спортивном комплексе «Ока» состоялся третий Открытый Чемпионат Владимирской области по Восточному боевому единоборству Кобудо. В нем приняли участие около 130 спортсменов из трех регионов: Владимирской, Нижегородской, Ивановской областей.

С приветственным словом к присутствующим обратились Глава Муромского района **Николай Лыков** и помощник Главы округа Муром **Николай Войтенко**.

Официальным спонсором мероприятия выступил Му-

рным подарком для гостей стал танцевальный номер хореографического коллектива «Вдохновение» из ЦВР (художественный руководитель **Марина Осипова**).

Сладкие призы подготовил для детей депутат



Момент соревнования

ромский стрелочный завод. ОАО «МСЗ» - одно из немногих предприятий города, которое из года в год поддерживает добрые инициативы в развитии культуры и спорта как на предприятии, так и в округе. От МСЗ участников поздравила начальник юридического управления **Марина Паутова**.

Право поднять флаг России было предоставлено чемпиону России 2013 года, чемпиону Кубка России 2014 года студенту МИ ВЛГУ **Антону Трифонову**, а также чемпионам Всероссийских соревнований 2013 и 2014 гг. **Никите Аношину** (Молотицкая школа) и **Михаилу Карпову** (школа №6). Перед началом соревнований с творческими номерами, в которых продемонстрировали свое боевое искусство, выступили наши муромские ребята: семилетние **Егор Паутов** и **Кирилл Кузнецов** и двенадцатилетний **Михаил Карпов**. Еще одним зреющим

городского Совета **Алексей Савинов**, который из года в год поддерживает юных спортсменов.

Подарок самому юному участнику вручил представитель Комитета по делам молодежи округа Муром.

Хорошими результатами снова отличились муромские ребята. Они стали обладателями 50 медалей: 23 золотых, 17 серебряных, 8 бронзовых (тренер **Абрамов С.Л.**); две серебряные медали завоевали воспитанники тренера **Антона Трифонова**; три золотых медали принесли в общую копилку спортсмены тренера **Калачёва М.В.** В итоге муромляне заняли первое общекомандное место.

Бескомпромиссная борьба за награды шла между учебными заведениями города Мурома и Муромского района. Среди учеников средней школы №1 отличились: **Екатерина Хлебникова** - две золотых, одна сереб-

бронзовая и одна бронзовая медаль; **Анастасия Харина** дважды становилась обладателем серебра; **Варвара Раздрогина** заняла первое место; **Егор Паутов** трижды становился чемпионом, а также завоевал бронзовую медаль; **Алексей Косоруков** стал обладателем золота; **Артём Чичкин** - дважды чемпион; **Екатерина Каткова** заняла второе место.

Школа №2: три золотых медали завоевал **Роман Ашин**, **Данила Суворкин** в этот день стал обладателем одной серебряной и одной бронзовой медали; **Егор Волков** дважды поднимался на второе место; **Богдан Селянин** завоевал две серебряные медали; **Денис Костаков** - дважды чемпион и один раз занял второе место.

Средняя школа №20: **Егор Денисов** - золотая медаль;

школы №4 **Максим Минеев** занял одно первое, одно второе и одно третье место. **Михаил Карпов** из 6-й школы стал обладателем одной золотой и двух серебряных медалей. Ученик школы №13 **Кирилл Кузнецов** занял одно второе и одно третье место. **Никита Аношин** из Молотицкой школы завоевал золотую награду. **Кирилл Данилов** (Якимано-Слободская школа) завоевал серебро.

Студент Муромского техникума радиоэлектронного приборостроения **Кирилл Воронин** - на втором месте в категории 16-17 лет. Студент Московского института инженеров транспорта **Владимир Демидов** стал чемпионом среди юниоров 18-20 лет.

У мужчин золото в абсолютной категории завоевал **Алексей Васильев**.



Момент соревнования

Михаил Клюшников - серебро; **Артём Калинин** - дважды бронза; **Лилия Гончаренко** вернулась с соревнований с серебром; **Олег Жило** занял первое место. **Рита Ягудина** стала обладателем бронзы.

Григорий Морозов, учащийся православной гимназии, дважды становился чемпионом и еще завоевал серебряную медаль. Ученик

Поздравляем спортсменов и их родителей с великолепными результатами. Благодарим руководство города, района, спонсоров за поддержку и неоценимую помощь в проведении спортивного мероприятия.

▶ Сергей АБРАМОВ,
тренер по каратэ ФОС

есть мнение

ВРЕМЯ ЗАДУМАТЬСЯ...

Когда наступает время поста, проявляется его главная проблема – гастрономическая. Многие воспринимают пост как некую диету, которая помогает похудеть. Мы очень любим рассуждать о том, что можно, а что нельзя, забывая о том, что пост, прежде всего, – время, когда нужно остановиться и задуматься: а так ли мы живем, в ту ли сторону движемся? Как научиться не злиться, не ругаться, не обижать друг друга? Без поиска ответа на эти вопросы любой пост окажется ненужным и бесполезным. А что думают по этому поводу наши заводчане?

Наталья Назарова, инженер-конструктор:

- Я считаю, что отказ от еды – это совсем не главное, важнее поститься духовно, то есть не грешить. Возможно для кого-то пост – это своеобразная диета, я же думаю, что смысл здесь в духовном очищении. Гораздо лучше, например, в это время совершать больше добрых дел. Хотя я вообще стараюсь по жизни не делать никому ничего плохого. Тем же, кто грешит, да, наверное, стоит поститься по всем правилам. Пост этот очень строгий и долгий, а как работать человеку, который практически ничего не ест? Сама я не пощусь, стараюсь только немножко ограничивать себя в еде. Семейному человеку очень сложно соблюдать пост, не будешь же готовить отдельно что-то для себя и для других членов семьи.

Наталья Анатольевна Антонова, заведующая столовой №1:

- Для меня пост – это хорошая возможность привести в порядок свой организм, очистить его. Человек, который постится, чувствует легкость, улучшается его самочувствие. Я считаю, что пост когда-то люди не просто так придумали, а для поддержания себя в форме, улучшения своего здоровья. Все было продумано. Ведь организм нужно разгрузить. Тем более учитывая те продукты, которые мы едим сейчас, всем нам обязательно нужна «разгрузка». Организм нам только скажет за это «спасибо». Хотя есть истинно верующие люди, которые соблюдают пост во всей его строгости. Но тем, кто работает, это очень тяжело. По-

этому можно просто немного ограничивать себя в еде.

Алексей Николаевич Кашин, начальник ОПНТиО:

- Поститься или нет – это дело личное, дело веры. Здесь многое зависит от воспитания. Не малую роль тут играет и состояние здоровья. Кому-то, именно учитывая его, нельзя соблюдать пост во всей его строгости. В любом случае пост не может быть принудительным. Человек должен созреть, прийти к этому сам. И уже тогда это может войти в семейную традицию. Если говорить о вере, то она необходима для сглаживания страостей, вера придерживает нравы. Каждый сам выбирает свой путь. Но религия плохо не учит, поэтому стоит иногда задуматься. Хотя я считаю, что совсем не обязательно поститься или выстаивать долгие службы. Важно верить в душе, быть добрым и не совершать плохих поступков по отношению к другим людям.

Сергей Васильевич Осипов, мастер цеха №301:

- Я сам не пощусь. Да и, если честно, не знаю таких рабочих, которые бы соблюдали пост. По крайней мере, в нашем цехе таких нет. Ведь за станком голодным не простишь. Хотя не спорю, что для здоровья поститься полезно. В первую очередь для того, чтобы очистить свой организм. А для того, чтобы очистить душу, не нужно совершать плохих поступков, не стоит идти против заповедей. И дело совсем не в том, что ты ешь: котлету или огурец. Просто нужно быть добре к людям.

Юлия Лексина, технолог цеха №302:

- Поститься нужно, но не каждому это удается. Уж очень строг этот пост. Хотя в первую очередь воздержанием от еды мы помогаем своему организму, очищаем его. Очищение же души, помоему, от еды совсем не зависит. Не зря же говорят, что грех не в еде, грех – в языке, грех – в наших поступках. А кому стоит поститься, кому нет, каждый решает для себя сам. Грешат сейчас если не все, то многие: кто-то больше, кто-то меньше. Поэтому во время поста нужно хотя бы немножко себя ограничивать в еде. Один раз в год это вполне осуществимо.

Наталья Каряева, инженер-технолог цеха №301:

- Поститься или нет – это дело каждого. И только он сам принимает решение на этот счет. Для меня пост – это диета, поэтому я не пощусь, как это должно быть, по всем правилам. Я просто ограничиваю себя в употреблении некоторых продуктов. В первую очередь для себя, для поддержки формы и для оздоровления организма. Пост этот очень строгий, практически ничего нельзя есть. Тому, кто ходит на работу, его соблюдать очень

сложно. Я же не ем только мясо, молоко, яйца. Ну а если кто-то истинно хочет очиститься, не только телом, но и душой, он ходит в церковь, стоит службу.

А какие блюда предлагают заводчанам торговый сектор нашего предприятия? Об этом мы спросили у начальника торгового сектора Татьяны Сучковой.

- В нашем меню есть щи, солянка с грибами, гороховая каша, овощные салаты (винегрет, капуста). Заводчане всегда могут взять на раздаче только гарнир: рис, гречневую кашу. Также для работников завода, которые соблюдают пост, мы делаем постные (без яиц и молока) лепешки, пироги с рисом, с капустой, картошкой. Принимаются заказы на обеды.

А еще коллектив торгового сектора сделал небольшое наблюдение. С каждым годом на нашем предприятии работники, которые соблюдают пост, становится все больше и больше. Среди тех, кто питается в столовых ОАО «МСЗ», их около 80%. И если раньше постились в основном женщины, то теперь пост стараются соблюдать и мужчины, и молодежь.

ЭТО ИНТЕРЕСНО!

Считается, что слово «пост» греческого происхождения. Произошло оно от слова «*apastia*», которое в свою очередь идет от греческого «*apastos*» – « тот, который ничего не ест ». В античные времена слово «*apastia*» обозначало лечебную диету – воздержание для похудения или выздоровления. Со временем слово видоизменилось и утратило свою отрицательную приставку «а».

«Пищи употреблять должно каждый день столько, чтобы тело, укрепясь, было другом и помощником душе в совершении добродетели; а иначе может быть то, что, изнемогши телу, и душа ослабевает».

Серафим Саровский

