

№ 2 (116), февраль 2013

КУЛИНАРНЫЙ ВИНЕГРЕТ

САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СЫРНЫМИ ШАРИКАМИ

Предлагаю вашему вниманию рецепт оригинального салата, который может стать коронным блюдом любого праздничного стола.



Для его приготовления нам понадобится:

- 180-200 г куриного филе; • 2-3 ч.л. кунжута;
- пекинская капуста (уже нашинкованная 1.5 стакана)
- 1 шт. болгарского перца;
- 0,5 головки синего салатного лука; • 2 ст. ложки консервированной кукурузы.
- Для сырных шариков:
- 70 г сливочного сыра или сыра фета;
- 1-2 зубчика чеснока;
- 0,5 ч.л. сушеного базилика;
- укроп по вкусу.
- Для сухариков:
- 2 ломтика пшеничного хлеба;
- 30 мл оливкового масла; • 0,5 ч.л. сушеных прованских трав;

- 1-2 зубчика чеснока.
- Для заправки: • 4 ст.л. сметаны;
- 10-15 мл соевого соуса;
- 2 зубчика чеснока:
- сок 1 мандарина;
- соль, перец, специи по вкусу.

Куриное филе нарезаем полосками, обжариваем на большом огне 5-7минут, часто помешивая и не допуская, чтобы специи мясо подгорело. Далее готовим сухами травами и солью. Помещаем кубики салат заправкой. Приятного аппетита! в емкость для запекания и отправляем в

духовку на 15-20 минут при температуре 160-170 градусов. Время от времени перемешиваем их. Теперь приготовим сырные шарики. Для этого возьмем сыр, добавим к нему мелко рубленный укроп, чеснок через пресс, базилик и хорошенько разминаем вилкой. Потом из этой массы лепим маленькие шарики. солим, перчим, посыпаем кунжутом и Для заправки смешиваем сметану, соевый соус, чеснок, мандариновый сок и

В салатницу выкладываем смесь капурики. Для этого нарезаем хлеб кубика- сты, кукурузы, мелко порезанного лука, ми размером около 1,5 см. Смешиваем болгарский перец, курицу. Сверху выкладыоливковое масло с чесноком, провански- ваем сырные шарики, сухарики и поливаем

наши помошники

Работа у теплоэнергетиков - серьезная, тяжелая, ответственная. И зачастую нести трудовую вахту людям помогают наши "братья меньшие". Они охраняют объекты, контролируют "мышиную" проблему, снимают стресс, украшают унылые производственные помещения, в конце концов. Это наши питомцы, которые "работают" рядом с нами не один год - собаки, кошки, рыбки. Маленькие и не очень, пушистые и гладкошерстные, черные, пегие и даже разноцветные - такие "штатные сотрудники" есть на многих объектах это не так сложно. Мои коллеги тоже мне помогают. Хотели еще черепредприятия. Расскажите о ваших младших коллегах на страницах газеты - они этого заслужили своим верным, многолетним трудом. Присылайте их фото и несколько теплых слов в редакцию "Формулы тепла" на электронный адрес krylovanv@gptek.spb.ru или по адресу: ул. Малая Морская, д.12, каб. 134.

тора 4-й Красногвардейской котельной Антонины Мельниковой. Аква- движениями красивых рыбок хорошо успокаивает нервную систему. А риум с рыбками появился на пульте управления около 8 лет назад. За это, согласитесь, немаловажно. И, наконец, он делает производственэто время много воды утекло, и не все обитатели прижились, но до сих ный интерьер более уютным.

пор водный домик с яркими обитателями украшает главное помещение котельной. «Раньше было два аквариума, в одном из них жили Гуппи, - рассказала Антонина Семеновна. – Однажды забыли выключить обогреватель, и мои Гуппи погибли. Они не любят теплую воду. Золотые рыбки наиболее прихотливые – им надо поддерживать температуру воды на уровне 21 градуса – ни больше, ни меньше, нельзя перекармпашек завести, но я, наверное, уже не потяну». Сегодня в котельной на Екатерининском проспекте живут 6 рыбок. Несмотря на лишние заботы отказываться от хлопотного хозяйства там не собираются. По словам хозяйки аквариума, он приносит достаточно пользы. Во-первых, действует в помещении как увлажнитель воздуха – еженедельно из него Сомики, Золотые рыбки, Красная шапочка – всё это питомцы опера- испаряется около 5 литров воды. Во-вторых, наблюдение за плавными



АКЦИЯ



«ТЭК СПБ» ПРОВЕДЕТ ДНИ ДОНОРА

Спасти чью-то жизнь легко. Для этого не обязательно бросаться в горящий дом или учиться на спасателя. Можно просто стать донором. 12 марта ГУП «ТЭК СПб» проведет День донора в аппарате управления на Малой Морской улице, а 18 марта акция пройдет в управлении филиала энергетических источников на улице Оптиков.

По информации врачей, сейчас на каждую расходного материала и инструментария у вас тысячу жителей в России приходится не бо- возьмут 450мл крови или 350мл - если вы стали лее 14 доноров, а нужно не менее 26! Кровь донором впервые. По окончании кроводачи вы может понадобиться жертвам автокатастроф, получите справки на два оплачиваемых дня отженщинам во время родов, больным во время различных операций, а также людям, страдающим онкогематологическими заболеваниями. Это значит, что от нехватки донорской крови шему желанию может быть присоединен к отмогут погибнуть люди, которых можно спасти. Недавно, в феврале, донорская кровь потребовалась нашему коллеге, оказавшемуся на грани бонусов за благое дело много. жизни и смерти. Благодаря отклику и помощи 22 сотрудников ГУП «ТЭК СПб», добровольно человек старше 18 лет и весом более 50кг, у сдавших кровь в Военно-Медицинской Акаде- которого отсутствуют противопоказания. Для мии. мужчину удалось вывести из тяжелого со- выяснения возможных противопоказаний перед стояния. Важно помнить, что донорская кровь кроводачей терапевт проведет необходимое тев определенный момент может понадобиться стирование. каждому из нас!

проводиться силами мобильной бригады Город- временно сообщить о своем желании в отдел ской станции переливания крови. 12 марта она по социальной работе по телефону 312-29-21. приедет прямо в здравпункт офиса на Малой 18 марта День донора также пройдет в управ-Морской, 12, а 18 марта – в главный офис ФЭИ лении филиала энергетических источников на на улице Оптиков, д.б. Продолжительность процедуры кроводачи займет не более 10 минут, за сотрудники ФЭИ могут у Румии Хоменко по которые с помощью одноразового стерильного телефону 431-01-25.

дыха: одну – освобождение от работы на время выполнения донорских функций и другую – на день отдыха после кроводачи, который по вапуску. Также каждый донор сразу получит в руки денежную компенсацию – 590 рублей. То есть.

Кто может стать донором? Любой здоровый

Просьба к работникам Аппарата Управления, Добровольная акция «День донора» будет желающим принять участие в акции, заблаго-

Что нужно знать, если вы хотите стать донором:

- Кроводача нежелательна после ночной смены, тяжелой физической работы, нервного перенапряжения, длительного ограничения в еде.
- За два дня до кроводачи необходимо воздержаться от приема спиртных напитков. За три дня – от приема лекарств, содержащих аспирин и анальгетики. Перед днем сдачи крови важно пить много жидкости и правильно питаться. В этот день нельзя есть ничего жирного, жареного, острого, копченого, а также молочные продукты и яйца. Полезны сладкий чай, варенье, хлеб, отварные крупы, макароны, соки, минеральная вода, овощи, фрукты.
- Перед кроводачей противопоказано посещение сауны, тренажерного зала.
- Следует воздержаться от кроводачи, если в последние 10 дней вам производилось удаление зуба.
- В день кроводачи нужно легко позавтракать, а прямо перед процедурой донору положен горячий чай. За час до сдачи крови надо воздержаться от куре-
- На кроводачу надо придти с паспортом.
- После процедуры нельзя садиться за руль. В течение суток после кроводачи рекомендуется избегать тяжелых физических и спортивных нагрузок, полноценно и регулярно питаться, выпить дополнительно не менее 1-2 литров жидкости (алкоголь не рекомендуется). Полное восстановление клеточного состава крови происходит в течение 2-3 недель.
- Если же недавно вы уже сдавали кровь, то важно помнить, что перерыв между процедурами должен составлять не менее 60 дней.

Дополнительную информацию можно узнать на сайте www.yadonor.ru



Главный редактор Надежда Крылова: krylovanv@gptek.spb.ru

Фото: Сергей Точилкин Дизайн и верстка: Кирилл Пантелеев Корректура: Валерий Отрошко

Редакция: Санкт-Петербург, ул. Малая Морская, 12, тел. 315-5191, факс 314-2198. Отпечатано в 000 «Типография «НП-Принт». Номер подписан в печать 26.02.2013.

Тираж 2 500 экз. Выходит ежемесячно. Распространяется бесплатно.

Издание зарегистрировано Северо-Западным окружным межрегиональным территориальным управлением Министерства РФ к о р п о р а т и в н а я г а з е т а по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций, ПИ № 2-6581 от 08.05.2003 г.



ФОРИУЛА ТЕПЛА

корпоративная



№ 2 (116), февраль 2013

«ТЭК СПБ» - ПОБЕДИТЕЛЬ СПАРТАКИАДЫ «РОССИЯ» - 2012

Копилка спортивных наград ГУП «ТЭК СПб» пополнилась новыми заслуженными кубками. Команда предприятия впервые одержала победу в ежегодной спартакиаде ФСО профсоюзов «Россия»-2012 среди крупных петербургских предприятий. В феврале прошли заключительные соревнования, а итоги за весь прошлый год накануне подвел организационный комитет соревнований.

ствует в этой спартакиаде и каждый год — сборная города заняла третье место.

В этом году спортсмены выступили в 15 подтверждает статус одной из сильнейших видах спорта, из которых в 12-ти заняли при- спортивных команд среди петербургских зовые места. В лыжных гонках, стрельбе, предприятий. Между тем, до сих пор в итоготурнирах по шашкам и шахматам, а также в вой таблице команда не поднималась выше плавании теплоэнергетики стали бесспорны- второго места – в 2011 году она уступила ми лидерами. «Серебро» досталось сборной победителю всего одно очко. Кроме того, ГУП «Водоканал», «бронзу» взяла команда напомним, что в прошлом году легкоатле-ОАО «Кировец». Награждение призеров пла- ты компании в составе сборной Петербурга выступали в Спартакиаде трудовых коллек-Сборная «ТЭК СПб» традиционно уча- тивов России, которая проходила в Рязани

Поздравляем спортсменов ГУП «ТЭК СПб» с серьезной победой! Молодцы!



В соревнованиях по городошному спорту спортсмены «ТЭК СПб» заняли 4 место.



Победитель шахматного турнира - сборная «ТЭК СПб»

есто в уличном баскетболе. 16 февраля одно призовое место – третье.

Также продолжаются соревнования Меж- лыжники предприятия взяли «серебро», регионального Комитета профсоюза жизне- уступив ГУП «Водоканал». Несмотря на приобеспечения Петербурга и Ленобласти. Его зовое место для теплоэнергетиков это не спартакиада - 2013 стартовала еще в про- очень удачный результат – команда «ТЭК шлом году – тогда прошло шесть этапов. В СПб» почти всегда в этом виде спорта станоэтом году спартакиада продолжилась. 10 вилась лидером. 18 февраля в матче по мифевраля сборная «ТЭК СПб» заняла третье ни-футболу сборная компании заняла еще

Промежуточные результаты выступления команды ГУП «ТЭК СПб» в спартакиаде Межрегионального комитета профсоюза жизнеобеспечения Петербурга и Ленобласти 2013 года				
1 место	2 место	3 место	4 место	5 место
Бильярд	Шашки	Боулинг	Стрельба	Дартс
Шахматы	Лыжи	Уличный баскетбол		



3 **Ф** № 2 (116), февраль 2013

НАШИ НОВОСТИ ПІТЕТК

ДОБРОСОВЕСТНУЮ РАБОТУ ОТМЕТИЛИ ГРАМОТАМИ

За добросовестный труд и большой личный вклад в развитие топливно-энергетического комплекса 16 сотрудников ГУП «ТЭК СПб» поощрили почетными грамотами и благодарностями. 19 февраля заместитель генерального директора - главный инженер предприятия Сергей Мильто вручил отличившимся заслуженные награды.

гетиков в 2013 году. Почетные грамоты ранов предприятия, полковника запа-Министерства регионального развития са МЧС России Виктора Левко. Сергей РФ получили 12 человек, один сотруд- Мильто вручил ему Памятную медаль ник был награжден Почетной грамотой МЧС России «МАРШАЛ ВАСИЛИЙ ЧУЙ-Министерства энергетики РФ, еще трое КОВ», присужденную приказом Минибыли отмечены Благодарностями вице- стерства РФ по делам ГО, ЧС и ликвидагубернатора Петербурга. Кроме этого, ции последствий стихийных бедствий от почетная награда «нашла» еще одного 05.09.2012 №366-К.

Это первое награждение теплоэнер- героя - члена Президиума Совета вете-





ТЭК ЗАВЕРШИЛ ЭТАП ПИЛОТНОГО ПРОЕКТА ТЭК ВЫЯВИЛИ 496 В ПРИМОРСКОМ РАЙОНЕ

Качество теплоснабжения жителей Приморского района станет выше. ГУП «ТЭК СПб» приняло в эксплуатацию в тестовом режиме 18 вновь реконструированных центральных тепловых пунктов. Установка нового оборудования и автоматизация объектов - важный этап пилотного проекта предприятия по модернизации системы теплоснабжения этого района

торые стабилизируют переменные параметры от источников (температура и дав- тевого хозяйства. ление) и управляют процессом снабжения потребителей. От эффективности и надеж- создание единого диспетчерского центра, с нарушениями, которые могут повлечь граждан от разлива теплоносителя. ности работы ЦТП зависит как качество способного координировать теплоснабже- негативные последствия. Так, рекламный обеспечения потребителей горячей водой ние в северо-западной части города. Энер- щит, расположенный на трубопроводе, автоматизация основных энергетических гические сбои.

В ОХРАННЫХ ЗОНАХ НАРУШЕНИЙ

Нарушения охранных зон тепловых сетей стали серьезной проблемой для теплоэнергетиков Санкт-Петербурга. Только одна из проверок, проведенных сотрудниками ГУП «ТЭК СПб» в конце 2012 года, выявила 496 нарушений. С заявлением о неправомерном использовании охранных зон тепловых сетей юристы ГУП «ТЭК СПб» обратились в городскую прокуратуру.

Незаконное строительство в охранных ного отопления. зонах тепловых сетей приводит к нару- В январе 2013 года несанкционирошениям в нормальной работе тепломаги- ванная автостоянка, организованная на Центральные тепловые пункты (ЦТП) объектов в отдельно взятом районе также стралей, их повреждению, препятствует Парашютной улице, 13, значительно за-- сложные технологические объекты, ко- значительно снизит затраты на эксплуата- последующему ремонту, а также может держала выполнение работ по устранецию и технологические издержки теплосе- стать причиной нанесения вреда имуществу и здоровью граждан.

под вынужденное отключение централь- рушителей не последовало.

нию дефекта на магистральном трубопроводе диаметром 800мм, а также при-Следующий шаг в реализации проекта - ГУП «ТЭК СПб» постоянно сталкивается вела к ущербу личному автотранспорту

Сотрудники ГУП «ТЭК СПб» неоднократно выдавали предписания владельи теплом, так и продуктивность работы гетики смогут в он-лайн режиме контроли- проходящем по Софийскому бульвару в цам территорий о переносе незаконно всей системы теплоснабжения Примор- ровать рабочие параметры оборудования городе Пушкине, задержал выполнение размещенных объектов за пределы охского района, на территории которого ре- тепловых пунктов, энергосберегающие работ по устранению возникшего дефек- ранных зон тепловых сетей, но на сегодализуется несколько ключевых проектов балансы, качество поставляемого тепла, а та на 6 часов, доставив дополнительные няшний день действий по устранению городского строительства. Одновременная также оперативно реагировать на техноло- неудобства жителям домов, попавших выявленных нарушений со стороны на-

ТЕПЛОЭНЕРГЕТИКИ ДАЛИ СВЕТ

ГУП «ТЭК СПб» обеспечит электроснабжением наружное освещение на улице Михаила Дудина.

С просьбой выделить электроэнергию «Парнас» к теплоэнергетикам обратилось мощностью 17 кВт от сетей котельной СПб ГУП «Ленсвет».

ГУП «ТЭК СПб» уже не первый раз идет на- выделили СПб ГУП «Ленсвет» 52,6 кВт для севстречу коллегам. Так, теплоэнергетики уже тей наружного освещения промзоны «Парнас».

ЭНЕРГОВЕСТИ

«ФСК ЕЭС» ПРОЛОЖИЛО ЭЛЕКТРОКАБЕЛЬ ПО ДНУ ФИНСКОГО

Филиал ОАО «ФСК ЕЗС» - Магистральные электрические сети (МЗС) Северо-Запада - завершил строительство кабельной линии 330 кВ Северная - Василеостровская - Завод Ильич, которая является частью знергетического кольца 330 кВ в Санкт-Петербурге. В рамках строительства реализован уникальный в своем роде проект по прокладке подводного кабеля 330 кВ по дну Финского залива.

Подводная часть кабельной линии Василеостровская - Северная длиной 4.2 км проходит от берега Васильевского острова до берега поселка Лахта. На сегодняшний день это первая подводная кабельная линия 330 кВ в России. Общая протяженность кабельной линии 330 кВ Северная - Василеостровская - Завод Ильич составляет 22.4 км. Новая КЛ проходит по Василеостровскому, Петроградскому и Приморскому районам Санкт-Петербурга, а также по муниципальному округу Лахта-Ольгино. Строительные работы по прокладке подземного кабеля из сшитого полиэтилена были выполнены открытым способом и методом горизонтально направленного бурения. Такая технология позволила проложить кабель на сложных участках трассы, избежав демонтажа дорожного покрытия или вырубки деревьев.

Квадрат.ру

В КАРЕЛИИ ПОСТРОЯТ МАЛЫЕ ГЭС ПО ЧЕШСКИМ ТЕХНОЛОГИЯМ

Малые ГЭС Карелии оснастят чешскими генераторами, производство которых перенесено в Россию.

Это стало возможным благодаря Соглашению по реализации перспективных проектов развития объектов малой гидроэлектроэнергетики между российской «Норд Гидро» и чешской «TES VSETIN s.r.o.». В планах правительства Карелии - до 2015 года ввести в эксплуатацию 5 малых ГЭС.

Глава Карелии Александр Худилайнен уверен – проект для экономики республики стратегический. «Если мы не сможем преодолеть энергозависимость региона, ни о каком экономическом развитии не будет идти и речи, — заявил он. – Появится энергетика, появятся дороги, и придут новые инвесторы»

Проект не ограничится Карелией. Планируется, что в рамках подписанного Соглашения до 2020 года в России по чешской технологии будет изготовлено 56 генераторов суммарной мощностью 137,5 МВт.

В БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ БУДУТ РАЗВИВАТЬ БИОЭНЕРГЕТИКУ

Об этом в своем ежегодном отчете о результатах деятельности правительства региона заявил губернатор Белгородской области Евгений Савченко, отметив, что развитие биоэнергетики в регионе будет активно про-

«Наш предыдущий инвестиционный опыт подсказывает нам. что новыми точками экономического роста в области должны стать небольшие автономные энергопроизводственные кластеры. Суть их заключается в следующем. Сначала планируется строительство объекта малой энергетики, который будет генерировать электроэнергию и тепло, мощностью 3-7 МВт. Он будет являться, образно говоря, инвестиционным магнитом. Сам по себе субъект инвестиций является очень выгодным. Затем к нему пристраиваются потребители электрической энергии и тепла (животноводческие фермы, теплицы, небольшие предприятия промышленного, строительного, сервисного назначения). Такой энергопроизводственный кластер в моём понимании должен быть с общим объёмом инвестиций до 1 млрд руб.. с числом работающих - 200-300 человек. Источники для получения энергии и тепла могут быть как традиционные (природный газ), так и нетрадиционные (отходы животноводства и жизнедеятельности). А что касается органических отходов, то, если мы все их переработаем в электрическую энергию и тепло, то выработаем столько электроэнергии, сколько вырабатывает один энергоблок Курской АЭС, если не больше».

Energyland.info

мой тэк

В июне ГУП «ТЭК СПб» отметит серьезный юбилей. 75 лет - солидный возраст для любой компании, и тем более для стратегического поставшика тепловой энергии самого северного мегаполиса в мире. За эти годы предприятие менялось вместе с городом и страной, но его роль в жизнеобеспечении Ленинграда-Петербурга всегда оставалась значительной. В этом номере «Формула тепла» открывает юбилейную рубрику «Мой ТЭК», в которой ветераны предприятия – люди, посвятившие работе в ГУП «ТЭК СПб» не один десяток лет, поделятся своими воспоминаниями о славных и трудных моментах в истории

КАК СОЗДАВАЛСЯ ПЕРВЫЙ ТОПЛИВНЫЙ БАЛАНС ЛЕНИНГРАДА

Бывший заместитель начальника ГлавТЗУ по газоснабжению и топливообеспечению (1979 - 1990гг), член Президиума Совета ветеранов ГУП «ТЭК СПб» Владимир Георгиевич Шурыгин

«Прошло более 33 лет с того дня, как я пришел из «Ленэнерго» на работу в Главное Топливное управление Ленгорисполкома (ГлавТЭУ). Возглавлял тогда Главное управление Андрей Сидорович Хотченков. Надо отметить, что, создав Главное управление, Ленгорисполком возлагал на него не только задачу по централизации теплоснабжения, упорядочения вопросов выдачи разрешений на подключение к теплоисточникам, но и решение вопросов по освещению города, газосветной рекламе, снабжению газом населения, коммунально-бытовых и промышленных потребителей. В состав ГлавТЭУ были введены газоснабжающая организация «Ленгаз», а также «Ленсвет», «Газосвет», трест «Ленгортоп». В кратчайшие сроки были переданы из других подразделений Ленгорисполкома источники тепла и тепловые сети. Требовалось приложить большие усилия, чтобы улучшить их техническое состояние и добиться надежного теплоснабжения потребителей города. Была проведена большая работа по подготовке и обучению персонала. Но наряду с этими задачами на Главное управление были возложены функции обеспечения топливно-энергетическими ресурсами пловая энергии) всех подразделений валось службами, подчиненными мне

непосредственно. В тот период существовало понятие «фонды». Ежегодно требовалось приезжать в Москву, в Госплан СССР и защищать потребность Ленгорисполкома в топливно-энергетических ре- Советском Союзе, в Ленинграде был системе городских сетей также были сурсах, после чего Госплан СССР уже сформирован топливный баланс по вновь построены и реконструированы выделял фонды на эти ресурсы. Одно- всем видам топлива, из которого ряд газопроводов высокого и средневременно с этим руководство Ленгор- стало очевидно - доля газа в балан- го давления. В 1990 году доля газа в исполкома поставило новую задачу се составляет около 35%. Этот до- топливном балансе города уже соперед ГлавТЭУ – сформировать еди- кумент был представлен в Госплан, ставляла 80%, что позволило корен-



лась острым недостатком в поставке этом новом для ГлавТЭУ направлении городу природного газа. Поставка в то оказало руководство Ленгорисполвремя осуществлялась из Оренбурга кома, а именно заместители пред-(газ, мазут, уголь, электрическая и те- по единственному газопроводу Бело- седателя Иван Андреевич Носиков и усово - Ленинград, и его пропускной Александр Сергеевич Соколов. Уже в Ленгорисполкома. Остановлюсь на способности было недостаточно. Не- 1981 году началось строительство маэтом направлении деятельности бо- обходимо было обосновать развитие гистральных газопроводов с Севера, лее подробно, так как оно реализовы- газотранспортной системы в сторону и газ в Ленинград стал поступать по

> «ГлавТЭУ впервые в Советском Союзе сформировало единый топливные баланс Ленинграда»

ду. Необходимость в этом объясня- нейшей работы. Огромную помощь в бассейн Ленинграда».

Ленинграда. В 1980 году, впервые в газопроводу Грязовец – Ленинград. В ный топливный баланс по Ленингра- им апробирован и принят для даль- ным образом оздоровить воздушный



хозяева зала обыграли СОПЕРНИКОВ В НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

8 февраля в спортзале филиала энергетических источников на улице Оптиков прошел второй этап спартакиады ГУП «ТЭК СПб».

теннису за лидерство боролись две борьбе в третьей решающей партии команды – ФЭИ-1 и Управления, они молодой, подающий надежды спортпришли к финалу с одинаковыми ре- смен Евгений Клюев с перевесом в зультатами. Как и в прошлом году, два очка «вырвал» победу у опытсудьба первого места решалась в ного капитана команды Управления личной встрече соперников за пер- Андрея Суслова.

В соревнованиях по настольному вым теннисным столом. В упорной

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

1 место – ФЭИ -1

2 место – Управление 3 место – ФЭИ-2

4 место – ФТС

5 место – ПОСММ

6 место – Энергосбыт

7 место – Энергоснаб

ФОТОРЕПОРТАЖ



ГОДОВЩИНУ СНЯТИЯ БЛОКАДЫ ЛЕНИНГРАДА ВЕТЕРАНЫ ОТМЕТИЛИ НА БАЗЕ ОТДЫХА

Ленинградский день Победы. 2 февраля на базе отдыха «Уют» ГУП «ТЭК СПб» устроило для ветеранов праздник, посвященный 69-й годовщине полного снятия фашистской блокады города на Неве.

телей блокадного Ленинграда. Перед отъездом фронтовой концерт – артисты театра «Суббов Васкелово работники «ТЭК СПб», а также ак- та» объединили в единую сюжетную линию 🥡 тив Совета ветеранов компании почтили память стихи, песни под живой аккомпанемент гитар коллег, работавших в осажденном Ленинграде, и мизансцены фронтовых лет. А завершилось и возложили цветы к мемориальной плите на празднование застольем, где каждый смог поде-Пискаревском кладбище. Продолжилось меро- литься воспоминаниями, прочитать поэтические приятие на базе. Сначала вожатые ведомствен- произведения собственного и чужого сочиненого лагеря «Силандэ» организовали для гостей ния, потанцевать, а также полюбоваться огнен-

До сих пор на предприятии трудятся 26 жи- всех накормили горячими блинами и показали гуляния с песнями и уличными забавами, потом ными брызгами праздничного фейерверка

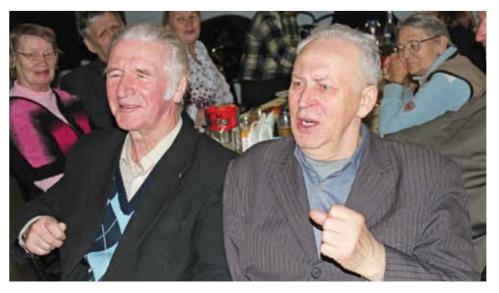
















Мы выражаем глубокую благодарность руководству ГУП «ТЭК СПб» за прекрасную организацию встречи коллектива ветеранов, приуроченную к 69-й годовщине полного снятия блокады Ленинграда. Спасибо за доставленное удовольствие – всё было сделано с душой и уважением к ветеранам! За всё большое спасибо! Председатель Совета ветеранов В.Л.Новиков

Всё было отлично. Благодарны за организацию и проведение вечера. Ветеран, полковник в отставке В.Л.Малиновский, О.М.Савельев

ПОЗДРАВЛЯЕМ!



1 февраля отмети ла юбилей кладовшик отдела материально-технического обеспечения ФЭИ филиала МТС «Энергоснаб» Валентина Зеленская Лукьяновна!

Мы от всей души поздравляем с Юбилеем! В твой чудесный День рождения Нам разреши тебя обнять И подарить стихотворение, Любви и счастья пожелать! И пусть здоровье будет крепким. А сердце вечно молодым Пусть каждый день твой будет светлым На радость нам и всем родным.



7 февраля отметила юбилей оператор теплово го пункта участка ЦТП №12 Левобе режного района тепловых сетей ФТС Татьяна Власова Сердечно поздравля

ем Татьяну Семеновну с Юбилеем! Пусть будет этот юбилей Незабываемым из лней! Улыбок полон и цветов. И благодарных теплых слов Пусть в радости идут года. Чтоб в жизни были навсегда Здоровье, счастье и успех, Улача в начинаниях всех!

Коллектив участка ЦТП №12



7 февраля отметила юбилей бухгалтер филиала База отдыха «Уют» Вера Акадеева Уважаемая Вера Ивановна! Возвышенно. взволнованно. красиво Бухгалтер пише:

музыку из цифр. Призвание – это жизненная сипа Способная перевернуть весь мир! Пускай хранит Вас Господь всесиль-

Успех берет стремительный разбег! Вы – стабильность и порядок, Пля «Уюта» незаменимый человек Коллектив базы отдыха «Уют»



8 февраля отметил юбилей ведущий инженер отдела технического контроля Управления присоединения потре бителей Дирекции по перспективному развитию Александр Соколов

Уважаемый Александр Васильевич! Слов хороших не жалеем Поздравляем с Юбилеем! Мы желаем всей душой Только радости большой Сил, здоровья и достатка Полного в делах порядка, Чтобы счастьем и теплом Был всегда наполнен дом!

Сотрудники Дирекции



8 февраля отметила юбилей аппаратчик хим водоочистки ЭУ-1 Северо-Западного района теплоснаб жения ФЭИ Анна Соколова **У**важаемая Анна Брониславовна! Поздравляем с Юбилеем!

С Юбилеем! Счастья, позитива, Радости, душевного тепла! Чтоб всегда беспечною, красивой И благополучной жизнь была! Коллектив ХВО ЭУ-1

Уважаемая Валентина

От души поздравляем Марию с Юбилеем Желаем счастья и здоровья! Хотим, чтоб в жизни молодой Тобою взятая дорога Не стала узкою тропой Filie пюбви тебе желаем



Огромной, чистой, как слеза,

Коллектив отдела маркетинга «Энергоснаб»

И чтобы чаще улыбались

Твои счастливые глаза!

9 февраля отметила юбилей инженер по охране окружающей среды филиала База отдыха «Уют» Лариса Брозинская Дорогая Лариса Николаевна! Поздравляем!

8 февраля отметила

юбилей товаровед

1 категории отдела

обеспечения товар-

но-материальными

ценностями фили-

ала «Энергоснаб

Мария

В работе устали не знаешь Всегда с народом, на виду, И близко к сердиу принимаешь Свою и ближнего беду. Дни не сбавляют оборотов, Зовут на новые дела. И наш бессменный профсоюзный лидер В заботе о работниках всегда! Мы Вас сегодня поздравляем тепло, сердечно, от души! Пусть солнце светит Вам всегда, Пусть долго Ваша жизнь продлится. Пусть в Ваши двери никогда Болезнь и старость не стучится!



тила юбилей экономист 1 категории казначейского отдела Финансового Уважаемая Антонина

12 февраля отме-

Коллектив базы отдыха «Уют»

В добрый и радостный день Юбилея Хочется столько всего пожелать: Жить без забот, не грустя, не болея Верить, любить и печалей не знать. Не повторяя былые ошибки, Только удачу встречать на пути, Каждый свой день начиная с улыбки Смело и радостно к счастью идти!



ла юбилей контролер Абонентного отдела Пригородного района филиала «Энергосбыт» Раиса Махинова Уважаемая Раиса Григорьевна!

13 февраля отмети-

Поздравляем Вас с Юбилеем! Коль желание загадала. Пусть исполнится оно! День рождения — это чудо, Мы не забыли про него. Пожелания наши кратки: Здоровья, счастья, меньше бед, В семье чтоб было все в порядке И жизни много-много лет!

Коллектив Абонентного отдела Пригородного района



15 февраля отметил юбилей слесарь по вания котельных ремонтного цеха Юго-Западного района теплоснабжения ФЭИ Юрий Требин Уважаемый Юрий! Поздравляем Вас с

Юбилеем! Желаем Вам крепкого здоровья, успехов в работе, счастья, удачи! Всех женщин не успел еще обнять,

Поцеловать, рукой погладить даже, А vж подкралась дата – шестьдесят. И кажется, что мир темней и гаже!.. Нет – нет! Ты так же молод, смел и мил, Настойчив, жарок, как подростки, И времени достаточно, и сил Тебе – обнять всех женщин на планете! Так что не надо под себя копать: Спорт нужен, надо правильно питаться Тебе чтоб удивлялись: « Шестьдесят?! Мы думали, по правде, что – лет трид-

Коллектив ЭУ-40



18 февраля отметил 55-летний юбилей сменный мастер ЗУ-27 Южного района тепло снабжения ФЗИ Михаил Суслов Уважаемый Михаил Витальевич! Поздравляем Вас с

18 февраля отметил

круглой датой! Пусть эта замечательная дата В душе твоей оставит добрый свет! Желаем мы всего, чем жизнь богата: Здоровья, счастья, мира, долгих лет! Коллектив ЭУ-27



Владимир Петров Уважаемый Владимиг С Днём рождения Мы Вас сильно уважаем И надежду выражаем:

Не оставите Вы нас! Без начальника такого Пропадем мы в тот же час. Будем Вас лелеять, холить, Всю работу выполнять С рвением, радостью, улыбкой Обязательно на пять!



20 февраля отметил юбилей слесарь по ремонту оборудования котельных ремонтного цеха Юго-Западного района теплоснабжения ФЗИ Леонид Насоновски Дорогой

Пеонид Владимирович!

Коллектив ЭУ-38

Коллектив отдела

Сердечно поздравляем Вас с Юбилеем! Желаем счастья и удач. Чтоб часто к Вам не ездил врач Чтоб солнце Вам всегда светило. А горе всюду обходило, Чтоб Вам сопутствовал успех

И были б Вы счастливей всех!

22 февраля отметила юбилей начальник отдела формирования и контроля исполнения адресных программ Дирекциі развитию Валентина Згода Дорогая наша

Валентина Леонидовна! От всей души поздравляем Вас с Юбилеем! Такой оставайтесь всегда: Красивой, женственной, милой, Не знающей скуки унылой. Внушающей радость труда! Коллектив Дирекции



23 февраля отметила юбилей изолировщица ремонтного цеха Северо-Западного района теплоснабжения ФЭИ Нина Филиппова От всей души поздравляем Нину Анатольевну с Юбилеем!

Неслышно пролетают годы. Как птиц небесных караван И мчится время незаметно. Ты не грусти по пустякам И не волнуйся, заметив перемень Когда морщинку лишнюю найдешь! Дни новые приходят дням на смену. И каждый возраст по-своему хорош! Года бегут, несутся, как лавина, Но стоит ли о прожитом тужить! Твой Юбилей – лишь только половина Желаем столько же еще прожить! И дай тебе Господь, коль это в его власти, Здоровья, долгих лет и много-много счастья Коллектив ремцеха



25 февраля отметила юбилей руководитель группь производственноехнического отдела ФЗИ Наталия Свириденко Дорогая Наталия Александровна Вас с Юбилеем по-

25 февраля отмети-

ла юбилей аппарат-

ЗУ-27 Южного

Кузнецова

района теплоснаб-

жения ФЭИ Лидия

здравляя от души. Здоровья крепкого и бодрости желаем, Пусть будут и дела, и планы хороши, А в сердце юности огонь пылает! Пускай судьбы монета станет на «ребро»: Пускай исполнится все то, что загадаете. Пусть Вам добром воздастся за добро, А лети вырастут такими, как мечтаете! Коллектив ПТО ФЭИ



Дорогая Лидия Александровна! Сколько прожито лет, мы не будем считать, Но хотим в этот день Мы тебе пожелать:

Не болеть, не стареть Никогда не скучать И еще много лет Юбилеи справлять!



6 марта отметит юбилей слесарь по контрольно-измерительным приборам и автоматике участка КИПиСА Южного района те плоснабжения ФЗИ Светлана Мельник Светлана Михайловна!

Коллектив ЭУ- 27

Расскажи нам свой секрет Много лет тебя мы знаем Только изменений нет. Ты по-прежнему красива. Не найти следов морщин, А фигура просто диво -Слаще водки для мужчин Голова – ума палата, В сердце – добрая душа Есть достойная зарплата. В общем всем ты хороша! Чтобы после Юбилея Жизнь спожилась без проблем Чтоб о прошлом не жалели Предлагаем выпить всем! Коллектив ЭУ-29



6 марта отметит юбилей распреде литель работ ЗУ-17 Северного района ФЗИ Лаписа Юпьева Дорогая Лариса Владимировна! От всей души поздравляем с Юбилеем!

Буль самой веселой и самой счастливой Хорошей и нежной, и самой красивой, Будь самой внимательной, самой любимой, Простой, обаятельной, неповторимой, И доброй, и строгой, и слабой, и сильной! Пусть беды уходят с дороги в бессилье. Пусть сбудется всё, что ты хочешь сама! Любви тебе, веры, надежды, добра! Коллектив ЭУ-17 № 2 (116), февраль 2013

ИСТОРИЯ ТЕПЛА

История третья: О БАНЕ И ЗАГАДОЧНОЙ РУССКОЙ ДУШЕ

«Прощай, немытая Россия» - слова, принадлежащие одному из великих русских литераторов 19 века. После него эту «фразу» повторило множество противников России и любителей просвещенной Европы. Ярлык грязи, немытости по отношению к жителям России приклеен достаточно прочно. Он, конечно же, является синонимом нецивилизованности и культурной отсталости. Но действительно ли Россия выглядит такой уж «немытой» в сравнении с более культурными и «чистыми» европейскими соседями?

Первое упоминание о славянах, которое дают западные историки, отмечает как важную особенность именно славянских племен то, что они «льют воду», то есть моются в проточной воде, тогда как все остальные народы Европы мылись в кадушках, тазах, ваннах и делали это крайне редко. Более того, с V по XII века (то есть с момента падения Западной Римской империи) Европа не мылась вовсе. Европейские монархи мылись перед праздниками в большой деревянной бочке, в собственной грязи и пене. Чтобы не греть воду десять раз, после монарха в бочку по очереди залезала и вся придворная свита! Русская княжна Анна - дочь Ярослава Мудрого, ставшая французской королевой, была не только единственным грамотным человеком при дворе, но единственной, кто имел привычку мыться и содержать себя в чистоте!

В числе неотъемлемых символов русской встретили Андрея Первозванного. Это, конечно, вести временных лет». «Диво видел я в Славяни будут наги, и обольются квасом кожевенным, тёл для горячей воды. Протапливается дровами, того себя добьют, что едва вылезут, чуть жи- мер, берёзовыми). Любая баня "по-черному". вые, и обольются водою студеною, и только так как принято говорить, «горчит», то есть воздух оживут. И творят это постоянно, никем же не помещения бани имеет горьковатый привкус, мучимые, но сами себя мучат, и то творят омо- а слизистая глаз испытывает иногда довольно ными появились в Европе только в 60-е годы венье себе, а не мученье».

Россия и баня неразделимы. Одним из обвинений, предъявленных Лжедмитрию Первому, было то, что он не мылся в бане, хотя ему готовили ее каждый день. Ополячился, набрался европейской культуры.

Баня с каменкой для «поддавания» пара составляла для русского человека жизненную потребность и являлась не только средством для соблюдения чистоты тела, гигиены, но служила



сильное раздражение. Древесина внутренней отделки бани "по-черному" заметно коптится, темнеет местами до практически черного цвета.

стены такой парилки, но и воздух внутри нее. Живший во времена Петра I в Петербурге камер-юнкер Берхольц в своих записках о то, что «от всех болезней нам полезней солнце, России пишет: «Здесь почти при каждом доме воздух и вода». Важно, что и сегодня, несмотря также универсальным лекарством от всех бо- есть баня, потому что большая часть русских на наличие ванны и душа в каждой квартире, лезней. Своя баня имелась не только в каждом прибегает к ней, по крайней мере, раз, если для многих посещение бани - обязательная зажиточном доме, но и (особенно в деревне) не два, в неделю...». Своими банями славился традиция. И не только 31 декабря, но и просто почти у всех бедняков. Для небогатых в городах и Санкт-Петербург. В 1874 году в городе на- в выходные. В этом, наверное, и заключается были общие бани («царские мыльни»). Может считывалось 312 бань. Большинство из них часть непознанной Западом русской души! быть, именно поэтому одна за другой обходили снабжалось невской водой. Из 312 бань — 46

в первом русском летописном источнике – «По- который прогревает не только камни, но и стены ра в этой бане были довольно дорогие — от 50 бани. Дым от очага выходит через частично при- копеек до 10 рублей за одно посещение. Самые ской земле на пути своем сюда. Видел бани открытую дверь и отдушину в потолке. Обычно же дорогие номера, отличавшиеся роскошной деревянные, и натопят их сильно, и разденутся в ней есть каменка из валунов-окатышей и ко- отделкой и посещаемые избранной публикой, нахолипись в так называемых «Пушкинских иси берут веники и начинают себя хвостать, и до предпочтительно лиственных пород (напри- точниках»— банях на Благовещенской улице, у Николаевского моста.

Чтобы поставить точку в вопросе российской чистоплотности, вспомним, что квартиры с ван-XX века, а походы в бани, хоть в общественные, хоть в экзотические типа саун, русских бань, терм и хамамов являются редкостью. В России Существует мнение, что по уровню стерильно- же и в советские времена культ чистоты и гигисти баня "по-черному" приравнивается к хирур- ены поддерживался с особой настойчивостью. гической операционной. Стерильны не только Все мы помним стихотворение Маяковского про мальчика, который любит мыло и зубной порошок, «Мойдодыра» Чуковского, песню про

КНИЖНАЯ ПОЛКА

НОВЫЕ ПОСТУПЛЕНИЯ в техническую библиотеку ГУП «ТЭК СПб»

«1С для начинающих: Понятный самоучи-

СПб, Издательство «Питер», 2013. –256с., Учебное пособие.- М., Издательство тепловые электростанции»

КИРЕЕВА Э. А.

«Релейная защита и автоматика электроэнергетических систем»

демия», 2010. –288с., иллюстрации, схе- обслуживание технологических установок. М., Издательство «Технорматив», 2013.-14с. мы.- Серия «Среднее профессиональное **Эксплуатация зданий. Опытные работы**

михайлов ю.м.

«Как правильно и быстро разработать инструкции по охране труда»

Переработанное и дополненное издание.-М., Издательство «Альфа-Пресс», 2013. – 232 c.

СОКОЛОВ Б.А.

«Контрольно-измерительные приборы и автоматика котпов»

Учебное пособие. - М., Издательский центр «Академия», 2012. –64с., иллюстрации.

ШАНЬГИН В.Ф.

«Комплексная защита информации в кор- нения измерений показателей качества попативных системах»

«Инфра-М», 2013.-592с., иллюстрации.

МИХАЙЛОВ Ю.М.

«Самые востребованные рабочие инструк- РД 34.26.201.«Временная инструкция по ции. Часть 1: Транспортировка и хранение сушке обмуровок стационарных котлов в Учебник.- М., Издательский центр «Ака- материальных ресурсов. Эксплуатация и ТЭС» при внедрении инноваций»

М., Издательство «Альфа-Пресс», 2012.

ЛУКАСЕВИЧ И.Я.

«Инвестиции»

по осмотру и приемке внутрикотловых 10.07.2012.-СПб., Издательство «Деан», устройств»

М., Издательство «Технорматив», 2012.-

РД 153-34.1-11.320-00. «Методики выполгазообразного топлива, поставляемого на

29c.

РД 34.03.351-93. «Правила взрывобез-

опасности при использовании мазута в котельных установках» М., Издательство «Технорматив», 2012.-

Учебник.- М., Издательство «Инфра-М», «О внесении изменений в Федеральный 2013.-413c.- Серия - «Вузовский учебник». закон «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности»

РД 34.26.401. «**Руководящие указания** Федеральный закон № 117-ФЗ от 2012.-37c.

> Телефон библиотеки: 314-7917 E-mail: Kozlova@gptek.spb.ru

хочу сказаты

ВЕСЕННИЕ РАДОСТИ

Череда новогодних праздников сменилась февральскими, не за горами уже и 8 Марта. Зима подходит к своему логическому завершению. И, казалось бы, наш организм должен возрадоваться приближающейся весне и растущему световому дню, почувствовать прилив бодрости, но, как правило, именно в это

время он часто дает сбой. Вместе с наступающей весенней оттепелью обостряются хронические заболевания, сезонные аллергии, неврастенические особенности, нас преследуют частые смены настроения, общая слабость организма, раздражительность, усталость. Конечно, во многих своих проблемах виноваты мы сами: малоподвижный образ жизни, лёгкая одежда не по сезону, неправильное питание, недостаток сна, редкие прогулки на свежем воздухе. А между тем, наверное, каждый из нас начинает год с обещаний, данных самому себе: непременно заняться спортом, сбросить вес, распрощаться с вредными привычками, соблюдать режим сна и бодрствования и начать наконец-то правильно питаться. Но начинаются трудовые будни, и все наши грандиозные планы и обещания как-то забываются.

Казалось бы, весна приносит лишь положительные природные изменения: увеличивается световой день, за окном становится теплее, расцветают парки и скверы. Однако, для нашего организма не столь важно, какие изменения происходят, а важно, что они происходят вообще. Мы совсем не думаем о том, что именно весной наш организм нуждается в особой заботе и дополнительной поддержке. Но опасность представляют не только простудные заболевания. Куда страшнее, что истощаются внутренние энергетические запасы, а недостаток солнечного света и сна становятся основной причиной сезонной депрессии. Неустойчивая погода за окном и частые перепады атмосферного давления только усугубляют ситуацию. Так происходит потому, что концентрация определённых гормонов в крови начинает резко меняться, особенно у женщин.

И как бы ни было тяжело, в этот период следует непременно прислушаться к самому себе, к своему организму, понять от каких дел можно отказаться, освободив время для любимого хобби, способного поднять низкий уровень гормона удовольствия – серотонина. Девушкам необходимо обратить свой взор на яркие цвета в одежде, макияже, аксессуарах. Это именно то, чего не хватает в долгие зимние месяцы. Сменить имидж, сделать новую причёску или маникюр - удовольствие от созерцания позитивных изменений непременно скажется не только на вашем душевном равновесии, но и поднимет настроение окружающим.

Если появились признаки хронической усталости, необходимо пересмотреть свой рацион питания. В меню должно быть много зелени, овощей, фруктов, рыбы, нежирного мяса, кисломолочных продуктов. Хорошо добавить в своё меню проростки пшеницы. Они увеличивают выносливость и работоспособность, стимулируют дыхательную и сердечно-сосудистую системы, а это особенно важно при усиленных умственных и физических нагрузках.

Не забывайте, что счастливые, активные люди болеют реже. Поэтому нужно научиться дарить себе радость, заполнить свое свободное время интересными делами и не предаваться унынию. Ну, или просто влюбиться...

Психолог Мнение редакции может не совпадать с мнением автора