



ЭНЕРГИЯ



№ 3 (798) 1 марта 2016 года

Газета АО «Псковский электромашиностроительный завод»

8 Марта – Международный женский день

●●● ПОЗДРАВЛЕНИЯ ●●●

ДОРОГИЕ ЖЕНЩИНЫ – СОТРУДНИЦЫ И ВЕТЕРАНЫ АО «ПЭМЗ»!

Примите самые искренние поздравления с замечательным праздником весны – 8 Марта!

В марте мы отмечаем прекрасный и светлый праздник – Международный женский день.

Присутствие женщин в любом коллективе оживляет его, делает более уютным, добрым, «домашним». Возможно, сама природа расставила акценты: женщина – это, прежде всего, хранительница очага, на ней всегда была забота об окружающих, а потому именно у женщин очень развито чувство ответственности за себя и за своих близких. На женщинах лежит и основная часть домашних забот.

Конечно, все эти качества не могут не накладываться отпечаток на работу: любое производство, любой участок работы становится более уютным и ухоженным, если на нем трудятся женщины. И наш завод в этом не исключение. В коллективе Псковского электромашиностроительного завода немало представительниц прекрасного пола, причем наши женщины работают порой в очень нелегких условиях, на самых разных участках. Мы рады тому, что смогли заработать репутацию надежного работодателя, и всегда готовы заботиться не только об улучшении условий труда, но и о финансовой стабильности наших сотрудниц, чтобы они, связывая свою жизнь с нашим заводом, знали, что о них думают и заботятся.

Дорогие женщины! Желаем вам всегда быть обаятельными, добросердечными и милыми, желаем всегда хранить те замечательные качества, благодаря которым наша жизнь становится светлее и радостнее.

Примите искреннюю благодарность за все, что вы делаете для нас. Спасибо вам за красоту, обаяние, доброту, за мудрость и терпение, за ваш ежедневный труд, за то, что служите для нас источником вдохновения и возвышенных чувств.

Пусть в вашей душе всегда будет весна, а счастье, любовь и удача не покидают вас никогда! Будьте такими же очаровательными, романтичными и нежными, как в весенний праздник 8 Марта!

А.А. Каледин,
председатель Совета директоров АО «ПЭМЗ»,
А. В. Лазарев,
генеральный директор АО «ПЭМЗ»



МУЖЧИНЫ – РАБОТНИКИ АО «ПЭМЗ» ПОЗДРАВЛЯЮТ МИЛЫХ ЖЕНЩИН С ПРАЗДНИКОМ!

Дорогие наши подруги!

Поздравляем вас с Международным женским днем – 8 Марта!

Женщина – это целый мир, в котором любовь и красота соседствуют с созидательной силой материнства и трогательной заботой. Именно женщина хранит тепло и уют в семье, растит детей и одаривает окружающих своей добротой. Она несет радость и гармонию, мир и спокойствие, делает жизнь близких людей счастливой, щедро даря свою душевную заботу, мудрость и умение сопереживать.

Дорогие женщины, коллеги, вы – украшение любого коллектива, вы приносите в нашу жизнь улыбки, радость и ощущение нежности. К сожалению, мы так редко говорим вам, какие вы обаятельные, женственные и привлекательные!

Желаем вам, наши милые женщины, любви и благополучия, душевного комфорта и счастья! Пусть новая весна принесет вам радость и успех в осуществлении всех ваших желаний!

●●● Страницы истории

ЖЕНСКИЙ ДЕНЬ КАЛЕНДАРЯ

Далеко не все знают историю праздника, который мы с таким небывалым усердием ежегодно отмечаем 8 марта. А начиналась история праздника всех женщин в глубокой древности...

К матроне с любовью...

Уже в древнем Риме существовал особый женский день, который отмечали матроны. В этот день римские матроны (так назывались свободно рожденные женщины, состоящие в браке) получали от своих мужей подарки, были окружены любовью и вниманием. Рабыни тоже получали подарки. И кроме этого, хозяйка дома позволяла невольницам в этот день отдыхать. Облаченные в лучшие одежды, с благоухающими венками на головах римлянки приходили в храм богини Весты – хранительницы домашнего очага. С тех пор, как вольнолюбивая Римская империя канула в Лету, прошло немало времени, прежде чем женщины решили изменить свою жизнь, вступив в борьбу за равноправие с государством и... мужчинами.

8 марта 1857 года текстильщицы Нью-Йорка прошли маршем по улицам города, протестуя против условий труда и требуя

предоставления им избирательного права. Спустя почти полсотни лет, в 1908 году, уже их внучки потребовали в этот день запрета детского труда, улучшения условий и предоставления женщинам права голоса.

На следующий год социалистическая партия Америки провозгласила последнее воскресенье февраля Национальным женским днем. А в 1910 году на Международной конференции женщин в Копенгагене Клара Цеткин предложила ежегодно отмечать Международный женский день 8 марта – в память о давних нью-йоркских событиях. Ее призыв прозвучал как сигнал ко всем женщинам мира включиться в борьбу за равноправие.

Уже в следующем году этот праздник впервые отмечался в Европе (в Австрии, Дании, Германии и Швейцарии), правда, не 8-го, а 19 марта. Заодно более миллиона женщин приняли участие в манифеста-

циях. Кроме права избирать и занимать руководящие посты женщины добивались равных производственных прав с мужчинами.

Политика кончилась – праздник остался...

В России впервые Международный женский день отмечался в 1913 году в Петербурге. В прошении на имя градоначальника было заявлено об организации «...научного утра по женскому вопросу». Власти дали разрешение, и 2 марта 1913 года в здании Калашниковской хлебной биржи собралось полторы тысячи дам. Повестка дня «научных чтений» включала вопросы: право голоса для женщин, государственное обеспечение материнства, о дороговизне жизни. В следующем году во многих государствах Европы 8 марта женщины организовали марши в знак протеста против Первой мировой войны.

В последнее воскресенье февраля 1917 года на улицы Петербурга вышла женская демонстрация с лозунгами «Хлеба и мира!». Через 4 дня император

Николай II отрекся от престола, а Временное правительство незамедлительно предоставило женщинам избирательное право. Примечательно, что этот исторический день выпал на 23 февраля по юлианскому календарю, который в то время использовался в России, и на 8 марта по григорианскому календарю. С первых же лет Советской власти Международный женский день 8 Марта был официально признан государственным праздником. Правда, нерабочим он стал лишь в 1965 году. Постепенно Международный женский день в стране терял свою политическую окраску.

После распада Советского Союза день 8 Марта остался в перечне государственных праздников Российской Федерации и большинства бывших советских республик.

В отличие от самостоятельных ныне республик бывшего СССР, где «женский день» 8 Марта очень популярен, в большинстве стран мира его праздником не считают. Соответственно, и нерабочим днем он является далеко не везде.

● ● ● Работа в радость

БУХГАЛТЕР – ПРОФЕССИЯ ЖЕНСКАЯ!

Профессия бухгалтера насчитывает уже несколько веков, ведь основы бухгалтерского учета появились еще в пятнадцатом веке.



В начале двадцатого столетия для качественного выполнения бухгалтерской работы вполне хватало аккуратности и внимательности. Сейчас же

бухгалтеру необходимы аналитический склад ума, знание законодательства, способность быстро обучаться и вникать в профессиональные нововведения.

Согласно социологическим исследованиям, около 90 процентов бухгалтеров – представительницы прекрасной половины человечества.

– Для работы в бухгалтерии нужны усидчивость и кропотливость, также женщины более терпеливы, а работа бухгалтера требует терпения, – считает **Вера Николаевна Куропаткина**, ведущий бухгалтер центральной бухгалтерии АО «ПЭМЗ». – Так что женщины, на мой взгляд, преобладают в данной профессии из-за того, что бухгалтерия связана с такими личностными качествами, как аккуратность, педантичность, умение работать с текучкой. Женщина любит порядок, а это очень важно в нашей работе. Аккуратность – особенная черта бухгалтера.

Вера Николаевна много лет трудится на Псковском электромашиностроительном заводе. Сама она родом из Курска, там

получила профессию бухгалтера, вышла замуж и вместе с мужем приехала в его родной город.

– Он меня и на завод привел, – вспоминает Вера Николаевна. – Сказал: вот, работай! Так я и работаю с тех пор в бухгалтерии ПЭМЗа. Чтобы стать настоящим квалифицированным бухгалтером, надо, во-первых, полюбить бухгалтерию, во-вторых – выработать основы учета, которые не стареют, как и математические истины. Я люблю свою работу и не представляю себя на каком-то другом поприще. У нас прекрасный коллектив: мы все работаем вместе давно, поэтому нам легко друг с другом – никаких распрей, склок. Наоборот, каждый готов помочь, если надо, прийти на выручку, подставить в трудную минуту своё плечо. Я с удовольствием называю своих коллег – это **Светлана Сергеевна Жуприна**, **Татьяна Рабдановна Никитина**, **Альбина Викторовна Вострикова**, заместитель главного бухгалтера, и **Марина Алексее-**

ва – это моя дочь, она тоже уже 15 лет работает на заводе.

Женщины по своей природе все-таки прежде всего хранительницы домашнего очага и, соответственно, они не могут жить одной работой. Вот и Вера Николаевна отдохновение находит на природе – на дачном участке она с удовольствием выращивает и зелень, и овощи, и, конечно, цветы. Выходные пролетают быстро, и В.Н. Куропаткина вновь спешит на завод, где её ценят как высокопрофессионального успешного специалиста.

А успех в профессии зависит не столько от психологических особенностей и уникальных способностей, сколько от того, чтобы работа приносила удовольствие и нравилась!

«Поздравляю всех заводчанок с 8 Марта! Желаю успеха в выбранной профессии, счастья в семейной жизни, любви и добра!» – сказала в завершение нашей беседы Вера Николаевна.

● ● ● Мы вместе

В АТМОСФЕРЕ ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТИ

Этими понятиями характеризуется работа коллектива участка намотки производства № 1 АО «Псковский электромашиностроительный завод». Здесь трудятся исключительно женщины – намотчицы, изолировщицы, слесари по выводам и слесари по изоляции.

Работа, конечно, сложная, рассказывают работницы участка, требует и физической силы, и внимательности, и усидчивости, и терпения. Кончики пальцев намотчиц похожи на пальцы профессиональных гитаристов, так как постоянно необходимо контролировать движущийся провод, укладывать его точно в пазы. Вновь приходящие, как правило, в течение четырех месяцев проходят обучение. Учатся прямо здесь, на рабочем месте под руководством опытных наставников. Поначалу бывает даже страшно: вдруг что-то оборвешь, не туда уложишь...



В общем, всяких разных секретов в нашей работе хватает. При этой работе, как и при вязке, к примеру, ажурного свитера, необходим определенный склад характера – усидчивость, аккуратность, внимательность, развитая моторика рук. Так что на нашем участке женщины либо остаются на всю жизнь, либо уходят, не проработав и нескольких месяцев!

И сегодня на участке намотки работают те, кто не испугался трудностей, овладел всеми тонкостями мастерства в совершенстве и по праву именуется настоящим мастером своего дела. **Валентина Николаевна Лебедева**, специалист по изоляции, работает здесь уже около 30 лет.

– Другой работы и не представляю, – говорит она. – За столько лет уже все действия отточены до авто-

матизма. Работа нравится, а еще больше нравится коллектив – все стали как родные. Вместе отмечаем и праздники, и дни рождения, радуемся, когда молодые девчонки находят свою вторую половину – выходят замуж, а потом рожают детишек.

Татьяна Владимировна Краснова тоже с удовольствием рассказывает о своей работе. Сюда она перешла с другого участка, сразу прижилась, всему научилась.

– Все наши замечательные женщины, – говорит мастер участка **Елена Вячеславовна Герасимова**, – отличаются добросовестным, каким-то хозяйским отношением к своей работе. Дело, которым они занимаются, требует усидчивости, внимательности и даже терпения. И они этими качествами обладают в полной мере. А еще – все женщины удивительно талантливые, все рукодельницы. Мы даже у себя на участке установили специальный стеллаж, куда выставляем работы наших мастериц.

Еще одной особенностью участка намотки первого производства является то, что, несмотря на замкнутость пространства – в помещении отсутствуют окна – здесь прекрасно чувствуют себя растения. Видимо, в коллективе с доброжелательной атмосферой, где сотрудники хорошо понимают и ценят друг друга, даже цветам комфортно!



● ● ● Человек и его дело

СКАЖИ «ДА» ОХРАНЕ ТРУДА

Практически каждому работающему человеку хотя бы раз в жизни приходилось ставить свою подпись на инструкции по охране труда. Вопросы охраны труда и промышленной безопасности всегда требовали к себе повседневного внимания. И с годами это внимание только усиливалось.



В АО «ПЭМЗ» службу охраны труда возглавляет **Татьяна Ивановна Федорова**. На завод она пришла много лет назад сразу после окончания техникума, позднее окончила вуз. Работала в разных отделах, производствах, а с 2000-го года приступила к обязанностям руководителя такого важного структурного подразделения, как служба охраны труда.

Татьяна Ивановна вспоминает случай, который, как бы ни жестоко это звучало, наглядно демонстрирует то, к каким трагическим последствиям приводит элементарное несоблюдение правил техники безопасности.

– Было очень горько и досадно, когда несколько лет назад молодой человек, прошедший «горячие точки», побывавший в боях и вернувшийся целым и невредимым, получил серьезную травму «на гражданке», – говорит Федорова. – Во время работы он пренебрег очками, и полумиллиметровый осколок от молотка повредил ему глаз. В итоге молодой парень ослеп на один глаз. Так что все правила, все инструкции по охране труда и промышленной безопасности – это не просто прихоть руководства. За каждым пунктом пра-

вил – чья-то потерянная жизнь, травмированный человек, это горе в семьях, в коллективах. К счастью, подобные трагические случаи – исключение на нашем предприятии.

Сегодня многоступенчатый контроль охватывает все направления деятельности в области охраны труда и промышленной безопасности, в него вовлечены работники всех звеньев производства, профсоюзный актив завода.

Быть начальником отдела охраны труда – значит не просто владеть нормами и правилами, нужно быть знающим делом специалистом, разбираться в вопросах технологии, экономики, юриспруденции и многих других.

– Но самое главное, – считает Т.И. Федорова, – надо любить эту работу и понимать, что ты несешь ответственность за человеческие судьбы. Равнодушные, безразличные – это то, что категорически противопоказано человеку, отвечающему за безопасность труда каждого на своем рабочем месте.

Татьяна Ивановна очень ответственно относится к возложенным на нее обязанностям. И она уж точно человек не равнодушный! Она скрупулезно работает с каждым руководителем, с каждым рабочим, разъясняя суть правил охраны труда и техники безопасности, убеждая их снова и снова, что соблюдение этих простых правил сохранит им здоровье и даже жизнь. И ее усилия не проходят даром! Об этом говорит и тот факт, что случаев травматизма на производстве на Псковском электромашиностроительном заводе в последние годы не было.

– В преддверии прекрасного весеннего праздника всем женщинам, которые трудятся на нашем предприятии, я хочу пожелать, в первую очередь, здоровья и, конечно же, улучшения условий труда на рабочих местах, – говорит Т.И. Федорова. – Желаю женского счастья, любви, радости, терпения и хорошего настроения!

● ● ● Женский коллектив

ЛЮБАЯ РАБОТА СПОРИТСЯ!

Любая работа спорится в ловких и умелых женских руках, даже мужчинам за ней не угнаться!

В этом я убедилась, побывав на участке укладки и пайки цеха микроэлектродвигателей и общей техники производства № 2. Здесь работают только женщины! Глядя на их поистине ювелирную работу, убеждаешься в том, что нашим замечательным женщинам под силу абсолютно всё!

— У меня несколько специальностей, — говорит работница участка **Галина Анатольевна Павлова**. — Я и паяльщица, и намотчица, и обмотчица. В данный момент я занимаюсь обмоткой — укладываю якоря. Якоря у нас разные — и маленькие, и большие. Я считаю, что обмотчица — это одна из сложнейших профессий. Дело в



том, что из таких вот маленьких секций надо собрать готовый якорёчек. Надо всё аккуратно в каждый паз уложить, постараться, чтобы ничего не оборвалось, иначе придется всё заново переключивать. Внимание, терпение, полная сосредоточенность, ну и, конечно, умение — вот что необходимо при выполнении этой работы. Но я её люблю, считаю одной из важных и интересных на нашем производстве!

Точно так же считают и остальные работницы участка. Все они в основном трудятся на ПЭМЗе много лет, работу свою знают в совершенстве.

Обмотчица электрических машин **Татьяна Алексеевна Иванова** на заводе работает уже более 20 лет. И только в этом цехе. Начинала, как и все, ученицей. Сейчас она профессионал высочайшего класса. Находится она, можно сказать, в начале производственного

процесса. Прошедшие через ее руки небольшие по габаритам электромашины, после проверки контролерами заводской службы обеспечения качества, отправляются дальше — на пропитку, механическую обработку, сборку и затем поступают заказчику. Контролеры отмечают, что всю продукцию Татьяна Алексеевна сдает с первого предъявления, качество ее работы не вызывает никаких нареканий.

Настоящим мастером своего дела является и обмотчица **Анна Григорьевна Романюк**. Ее ценит руководство цеха, уважают коллеги.

Паяльщицы **Светлана Юрьевна Пряникова** и **Светлана Владимировна Ефимова** провели меня к своему рабочему месту, оборудованному, кроме всего прочего, микроскопом и лупой.

— Работа наша настолько мелкая, провода такие тонкие, что, пожалуй, только женские руки и справятся с подобной операцией, — говорят мои собеседницы. — При этом сделать всё надо точно, красиво — требования к качеству нашей работы очень высокие. Так что приходится быть на высоте (*смеются*).

...Прощавшись с женщинами этого участка, я невольно вспомнила известные стихотворные строки:

*Столетье промчалось. И снова,
Как в тот незапамятный год —
Коня на скаку остановит,
В горящую избу войдет.
Ей жить бы хотелось иначе,
Носить драгоценный наряд...
Но кони всё скачут и скачут,
А избы горят и горят...*

В перефразированных на современный лад Некрасовских строчках всё тот же смысл: женщина во все времена и хранительница домашнего очага, и глава семьи, а если надо, то и мужские заботы возьмет на свои хрупкие плечи. Вот такие они, наши замечательные женщины!



● ● ● Люди нашего завода

УЧИТЕСЬ ЛЮБИТЬ СЕБЯ

На Псковском электромашиностроительном заводе немало прекрасных женщин, настоящих тружениц, которые не удостоены высоких наград, но это никоим образом не умаляет их вклад в производственные успехи предприятия.



Среди них и **Ирина Николаевна Кудрова**, экспедитор транспортно-складской службы. По сути, она занимается организацией грузоперевозок. В обязанности Ирины Николаевны входит контроль за состоянием груза, за тем, чтобы он своевременно был отправлен или принят, постоянная связь с различными транспортными организациями, в том числе и с представителями железной дороги. Кроме организации и контроля за перевозкой груза, экспедитор Кудрова оформляет все сопроводительные документы: накладные, путевые листы и многие другие документы должны быть в полном порядке. Человеку неискушенному, пожалуй, вот так сразу и не разобраться во всех тонкостях экспедиторской работы. Но Ирина Николаевна в этом деле не новичок. Долгое время она работала в отделе сбыта. Очень ответственная, грамотная, исполнительная, Ирина Николаевна Кудрова прекрасно справляется со своими обязанностями.

На заводе она трудится без малого 33 года. За этот период менялись лишь наименования ее должностей, неизменным оставалось место работы — Псковский электромашиностроительный завод.

33 года — много это или мало? С точки зрения истории — миг, но для обычного человека это значительный период жизни. Вот уже и сын вырос, и первые морщинки появились, и былой легкости как не бывало.... Но не будем о грустном! За окном — весна, а значит, вновь скоро зазвонит капель, зазеленеет листва и лучи солнца обогреют озябшую за зиму землю.

Ирина Николаевна Кудрова любит это время года. Она вообще очень позитивная женщина — улыбчивая, добрая, отзывчивая. Всегда готова прийти на помощь тому, кому эта помощь требуется. Не унывает ни при каких обстоятельствах! По натуре она оптимист, а потому умеет видеть позитив в любой жизненной ситуации.

— Ирина Николаевна, что бы вы хотели пожелать своим коллегам, всем женщинам — работницам предприятия в канун 8 Марта?

— **Здоровья, женского счастья и обязательно — научиться любить себя! Мы, женщины, всегда, в первую очередь, стараемся сделать что-то для семьи, для детей, для работы, а на себя времени не хватает. Хочется, чтобы мы научились все-таки не забывать и о себе.**

● ● ● Мир увлечений

ПИЛАТЕС? С УДОВОЛЬСТВИЕМ!

Основатель пилатеса — американец немецкого происхождения Джозеф Пилатес — и не подозревал, каким успехом будет пользоваться его спортивная система у прекрасной половины Псковского электромашиностроительного завода!

Пилатес необычайно эффективен и для поддержания красивой, подтянутой фигуры, и в качестве реабилитации после различных травм, а также болезней суставов и позвоночника, стрессов, синдрома «хронической усталости» и «выгорания». Пилатес не имеет возрастных ограничений! Им могут заниматься дети и женщины любого возраста.

На ПЭМЗе вот уже на протяжении нескольких лет группа женщин занимается пилатесом.

— Это настоящие энтузиасты, истинные поклонники этой спортивной системы, — убеждена руководитель группы **Любовь Сергеевна Курдяева**. — «Вытягивание» тела и упражнения на дыхание — основа пилатеса. Главное внимание здесь уделяется растяжению

позвоночника и равномерному развитию всего тела без чрезмерного давления на суставы. Результат: усиливается кровообращение, улучшается обмен веществ, сжигаются калории, и вы обретаете здоровое, подтянутое тело. И все это легко и с удовольствием!

Татьяна Евгеньевна Тюлина, работница участка намотки первого производства, занимается пилатесом с самого первого дня.

— Да, вот уже четыре года два раза в неделю я занимаюсь пилатесом, — рассказывает Татьяна Евгеньевна. — Это такой заряд бодрости, столько положительных эмоций! У нас прекрасная руководитель, замечательная группа. За то время, что я хожу на пилатес, мое самочувствие значительно улучшилось. У меня нормализовалось давление, я

похудела на 15 килограммов! И настроение стало лучше — в прошлом хандра, депрессия, нервное напряжение. Я просто ощущаю, как у меня развернулись плечи, легче стала походка, и я даже чаще стала улыбаться!

Одним из главных и несомненных плюсов для нас, работниц предприятия, является то, что занятия проводятся прямо здесь, на заводе. Это очень удобно! Никуда не надо бежать, ехать:

сразу после трудовой смены приходишь в спортивный зал, переодеваешься — и занимаешься в свое удовольствие.

Татьяна Евгеньевна уверена — пилатес дарит легкость телу и возвращает здоровье, он учит релаксации, правильному дыханию, снимает напряжение и боли в мышцах и суставах и служит по-



истине уникальным инструментом психологической самопомощи. А научившись понимать свое тело, мы сможем контролировать и защищать себя от мимолетных тревог и стрессов, обречем душевное равновесие и радость жизни.

В заводской столовой

ОБЕД – ПО РАСПОРЯДКУ!

«Раньше работнику, прежде чем его брать, давали много есть» — помните слова одного из героев любимого многими фильма «Москва слезам не верит»? Сейчас принципы приема на работу изменились, однако с незапамятных времен все знают: хорошего работника надо хорошо кормить, особенно если его работа тяжела физически. На нашем заводе проблем с питанием не возникает: за этим зорко следит не-большой, но очень «домашний» коллектив столовой.

Чем ближе мы подходим к столовой, тем больше начинают волновать ароматы свежей выпечки, жарящегося мяса и насыщенный запах только что сваренного борща. И ощущения нас не обманули: хоть до обеденного перерыва на заводе ещё пара часов, однако к нашествию желающих вкусно и основательно подкрепиться, подготовка идет полным ходом. Кстати, питание работников в заводской столовой оплачивает завод.

Повара размеренно и уверенно, перешучиваясь и задорно смеясь, готовят десяток блюд одновременно, чтобы ровно

к началу перерыва все блюда были «только из печи». Именно так организовала работу заводская столовая Людмила Павловна Лучинина. Она же и рассказала нам о тонкостях и нюансах, не выходящих за пределы кухни.

— В нашей столовой работают прекрасные повара — женщины, каждая из которых отвечает за свой участок: готовит первое, второе, гарниры, закуски, салаты, выпечку, — говорит Людмила Павловна. — Впрочем, если необходимо, то каждая мастерица готова подменить свою подругу — взаимозаменяемость у нас полная! С раннего утра работа в нашем «цехе» уже кипит, причем, несмотря на небольшое помещение, никто никому не мешает: у каждого повара свое рабочее место, на котором и рождается очередной кулинарный шедевр. Меню мы составляем сами с учетом бюджета и в строгом соответствии с нормами, поэтому в нем есть необходимое для взрослого человека количество белков, жиров и углеводов. В приготовлении мы используем только свежие продукты. И, конечно, никаких полуфабрикатов.

Стараемся вносить разнообразие: какие-то рецепты «приносим» из дома, поэтому все блюда вкусны по-домашнему. В нашем ассортименте всегда несколько видов первого, второго, салаты из свежих овощей, винегреты, ягодные и фруктовые компоты, чай и кисели. Безусловно, в любой организации питания важно не только вкусные ли и свежие блюда составляют меню, но и то, в каких условиях они приготовлены. Но и здесь в нашей столовой все безупречно.



Одним из основных критериев, которые я учитывала при подборе персонала, являлась чистоплотность, аккуратность, ведь мы работаем с продуктами. Смотрю, насколько наши повара аккуратно одеты, как относятся к продуктам, к своему рабочему месту — в нашем деле мелочей нет! Все они замечательные специалисты и просто незаменимые работники: до обеденного перерыва они дружно работают на кухне, а как только начинается обед, кто-то становится на раздачу, кто-то — на уборку. А когда поток посетителей спадает, начинаем подготовку к следующему дню: обсуждаем меню, делаем заготовки для будущих блюд.

Одно из направлений деятельности столовой — приготовление вкуснейших пирожков — с капустой, с рисом и яйцом, с яблоками, а еще плюшки, ватрушки, котлеты и сосиски в тесте. Всё сделано заботливыми руками заводских повара.

— Такой вкусной выпечки мы не пробовали ни в одной столовой или кафе города, — признавались мне работники ПЭМЗ. — Наши домашние — мужья, дети — первым делом, когда приходишь с работы, заглядывают в сумку: есть ли там что-то вкусненькое из нашей столовой.

Спасибо нашим поварам! Поздравляем всех работниц — всех женщин заводской столовой с праздником весны! Пусть все они будут любимы, здоровы, улыбкивы! И мы ждем от них новых кулинарных шедевров!



От всей души

МОЯ МАМА – САМАЯ ЛУЧШАЯ!

Наверное, эти слова может произнести каждый без исключения ребенок. Вот какое сочинение о маме пришло в адрес нашей редакции. Мы намеренно не называем имя написавшего потому, что уверены, что так искренне может рассказать о своей маме любые сын или дочь.

«Я очень люблю свою маму. Моя мама каждый день делает для меня очень много. Она встает рано утром и готовит мне завтрак. Она помогает собираться мне в школу, обнимает и целует на прощанье. Ее руки я называю золотыми, ведь мама действительно хорошая хозяйка и умеет делать все.

Моя мама — самая лучшая! Конечно, временами я причиняю ей боль, что заставляет ее даже плакать, но я



очень сожалею об этом и потом стараюсь делать всё возможное, чтобы ей было хорошо. Ведь это моя мама, моя родная кровь. Поэтому очень важно всегда любить ее, ценить ее труд и ту колоссальную работу, которую она делает для каждого из нас.

Все мамы любят своих детей. Они стараются сделать нашу жизнь комфортней и лучше. Когда я прихожу со школы, то дома

пахнет вкусной едой, всегда чисто и уютно. Я люблю приходить домой, конечно, за исключением случаев, когда получаю плохие отметки. Но даже тогда мама выслушает меня. Моя мама всегда со мной мила и добра. Я понимаю также, что не всегда делаю то, что радует мою маму. Но когда проходит немножко времени, я заставляю себя извиниться, ведь все-таки я не прав.



Часто в школе ребята рассказывают о своих родителях, какие игрушки они им покупают, что они им дарят. Но я вижу, что они совсем не благодарны им за это. Почему? А ведь я тоже так редко говорю своей маме спасибо. Конечно мое «спасибо» это очень мало, но, думаю, ей будет очень приятно его услышать. Главное, сказать это искренне, от всего сердца.

Часто мама говорит, что когда у меня будут свои дети, тогда я пойму, как это тяжело — воспитывать ребенка. Но думаю, что мне не нужно ждать того времени, так как я уже сегодня это понимаю. Эта работа не из легких, здесь нет выходных или отпуска. Мама и папа постоянно прилагают усилия, чтобы, как они говорят, из меня «выросло что-то путное». Mam, я постараюсь никогда тебя не огорчать!»

Женские секреты

ИСКУССТВО БЫТЬ ЖЕНЩИНОЙ

Современная успешная женщина — какая она?

Заботливая мать, которая читает детям на ночь сказки; прекрасная хозяйка, у которой всегда обед на столе и ни пылинки в доме; хранительница домашнего очага — прочная опора для мужа. В то же время профессионал в работе, достигающая карьерных высот, ухоженная красавица... Трудно поверить, что все эти качества могут вестись в одном человеке, да еще и в таком хрупком, на первый взгляд, создании, как женщина. Но у сегодняшнего мира стандарты высоки: успешным становится только тот, кто везде успевает и не пасует перед трудностями.

А ведь ко всему прочему женщина должна всегда оставаться женщиной — женственной, загадочной, желанной. Родиться женщиной — это еще не значит стать ей. Быть женщиной — это искусство.

Итак, кто же такая, по мнению психологов, Настоящая Женщина?

Это та, которая очень хорошо осознает тот факт, что она в первую очередь Женщина, а потом уже все остальное.

Настоящая Женщина никому ничего не доказывает, и прежде всего мужчинам. Она самодостаточна и не нуждается в том, чтобы воевать за правоту.

Настоящая Женщина не конкурирует с другими женщинами. Она слишком ценит и любит себя — свой возраст, свою внешность, свой ум и характер. Она умеет восхищаться собой.

Чтобы ее одобрили, она не обязана быть полезной, зарабатывать много, быть слишком умной, соответствовать чьим-то ожиданиям. Это мужчине надо постоянно что-то делать, а Женщине достаточно просто быть.

Она любит мужчин и уважает их силу. Она позволяет им проявлять себя. Она не будет наезжать на мужское достоинство, и делать из мужчины человека. В крайнем случае, она просто уйдет от него, но воспитывать не станет.

Она никогда не будет выставлять напоказ и хвастаться своими так называемыми «мужскими» навыками: умением водить машину, поднимать штангу, чинить компьютер.

К своим недостаткам (а у кого их нет?) она относится снисходительно. Она видит их, но не драматизирует.

Природа женщины — это легкость. Поэтому с ней легко, и она не грузит своими проблемами, даже если они у нее есть.

Следуйте советам профессионалов и будьте Настоящей Женщиной!