



3 СТР

ОДНОЙ ЛЕВОЙ
НЕ СПОРТЗАЛ, НО ТА ЕЩЕ ТРЕНИРОВКА



4 СТР

«ПРЕВРАЩЕНИЕ» ТОВАРА В ПОСЫЛКУ
СКОМПЛЕКТОВАТЬ, УПАКОВАТЬ, ОТПРАВИТЬ



6 СТР

ЗА РАБОТОЙ & ЗАРАБОТАЙ
О ТОМ, ГДЕ ИЩУТ РАБОТОДАТЕЛЕЙ И КЛИЕНТОВ



9 СТР

РУКОТВОРНЫЙ И СТИХОТВОРНЫЙ
ДОСТОЙНЫЕ ПОДАРКИ САМЫМ ДОРОГИМ ЛЮДЯМ



10 СТР

МОСКВА «МАСЛЕНИЧНАЯ»
СОБИРАЕМСЯ ПРОВОЖАТЬ ЗИМУ –
ГДЕ ВЕСЕЛЕЕ?

Читайте больше на www.vestnik-stsgr.ru

День защитника Отечества

Поздравляем вас, уважаемые Защитники –
сотрудники, клиенты
и партнеры «СТС Групп»!

Преданных друзей и коллег,
с которыми можно хоть в разведку.
Успехов на личном
и профессиональном фронте.
Всегда вам хорошего настроения
и армии позитивных людей рядом.

23

февраля



Дорогие представительницы
прекрасной половины
коллектива «СТС Групп»,
дамы из числа наших клиентов
и партнеров!

Поздравляем с 8 Марта
и желаем вам больше радостных
эмоций, улыбок и смеха.
Здоровья и красоты
на долгие-долгие годы.
Пусть во всех делах и начинаниях
сопутствует везение.
И оставайтесь всегда в центре
мужского внимания.

8

марта

Международный женский день

ОПЫТ ЛУЧШИХ

«ПОДЕЛИСЬ УЛЫБКОЙ СВОЕЙ», И ПОКУПАТЕЛИ НЕ РАЗ ЕЩЕ ВЕРНУТСЯ

В супермаркете «Оливье» многолюдно. Все кассы обслуживают покупателей. К продавцу Оксане Немыкиной выстраивается очередь. Несмотря на то, что есть свободные кассы, многие хотят попасть именно к ней. Это ее постоянные покупатели.

Женщина работает здесь только полтора месяца, но ее добродушная улыбка уже успела покорить многочисленных посетителей магазина. «Когда улыбаешься, то и покупатели к тебе добродушны. Приятно, когда люди подходят с улыбкой, и даже поздно вечером, в конце рабочего дня, когда, кажется, совсем нет сил, поднимаешь глаза, чтобы «пробить» товары, и видишь радостные глаза поздних покупателей, силы как будто возвращаются», – говорит Оксана.

«Не стоит отбрасывать внимательность как одну из необходимых для кассира черт, но все-таки очень важное в работе, пожалуй, даже самое главное, – доброжелательное отношение к людям, – говорит Оксана. – Вчера, например, ко мне подошла женщина, обиженная чем-то, выложила товар на ленту,

посмотрела на меня и вдруг говорит: «Спасибо Вам, что своей улыбкой просто подняли мне настроение». Вот такие случаи бывают».

А случаи, действительно, бывают разные. Один из них привел Оксану в московский «Оливье» – объект, обслуживаемый компанией «СТС Групп». «Я раньше и не знала, что, оказывается, можно взять вот так и приехать на работу, где тебе и жилье дадут. Нечаянно подслушала, как две девочки у нас в Тамбове говорили про работу, и решила тоже попробовать. Жить-то надо на что-то, а у нас там зарплаты совсем мизерные, а еще и кредиты у всех», – поделилась Оксана. Так она и решила поехать на вахту в Москву, чтобы заработать для себя, «да и дочке, правда уже взрослой, немного помочь хочется».



Продолжение статьи на стр. 4

Оксана Немыкина
в ожидании первых покупателей

НОВАЯ РУБРИКА

БРИГАДИРСКИЕ ИСТОРИИ

БОЛЬШЕ ВСЕГО В МОЕЙ РАБОТЕ МНЕ НРАВЯТСЯ ЛЮДИ

Иван Шилкин, бригадир на складе крупного российского интернет-ритейлера, говорит, что больше всего в работе ему нравятся люди. Получается, что радости от рабочего процесса у Ивана очень много, ведь у него в подчинении аж 80 человек. «Бывало и больше, – делится Иван, – в предпраздничные дни. Так, накануне новогодних праздников выходило около ста человек».

«Главное – общение. Общение, общение и еще раз общение. Человека выслушать надо, – продолжает Шилкин. – Сколько работаю, всегда у нас классный коллектив». А трудится здесь Иван уже второй год и всегда придерживается этого принципа. За время работы у молодого успешного бригадира появилось множество друзей из числа бывших и нынешних коллег. Даже если приходится расставаться с ними как с работниками, то как с друзьями он продолжает поддерживать с ними отношения. Но при телефонном разговоре, конечно же, не упускает возможности вновь позвать бывших коллег на объект.

Если тем, кто закончил вахту и уже уехал к себе домой, Иван пишет в соцсетях и звонит, то для ныне действующих сотрудников открыты еще и двери его бригадирской комнаты, где всегда выслушают и поддержат. Когда в коллективе уважают мнение каждого, то и атмосфера будет соответствующей. Бригадир ухитряется поддерживать в команде именно такие отношения, и поэтому многие возвращаются сюда повторно, а некоторые остаются здесь на повторную вахту, даже не делая перерыва между вахтами и не уезжая домой.



Иван Шилкин

Сам Иван в родной Башкирии бывает нечасто. Обычно он остается в Москве сразу на несколько вахт. Однако благодаря такому гибкому графику у Ивана есть возможность ездить на сессии в Оренбургский государственный институт, где он изучает финансы и кредит. Сейчас Иван учится заочно – пришлось перевестись из-за серьезной травмы (множественный перелом пятки), полученной на баскетбольной тренировке в институте. Рана зажила, а Иван нашел работу по душе. Говорит, что очень нравятся, иначе не приезжал бы столько раз.

СЧАСТЛИВАЯ «ОЧАКОВСКАЯ» ИСТОРИЯ СРЕДИ БУДНЕЙ

И на вахте бывает такое. Бригадир на объекте «Очаково» Юлия Соколова рассказывает, что во время ее работы в «СТС Групп», с 2012 года, образовалось несколько пар. «А были случаи, что чувства, родившиеся на вахте, довели до ЗАГСа. Например, помню парочку, они познакомились на одном объекте, потом вместе устроились на другой, где и решили, что хотят связать себя узами брака. Так и расписались в один из выходных дней», – вспоминает Юлия. Безусловно, пышных торжеств не устраивали, но чай с тортиками по случаю их свадьбы были для всех. А все – это 120 человек, работавших в то время на объекте в Тульской области. Согласитесь, немало.

С сентября прошлого года Юлия руководит коллективом из 26 человек на объекте «Очаково». В основном это уборщицы и мойщицы оборудования. Люди, приехавшие с разных уголков страны. У каждого свой характер, своя история, а значит, к каждому нужен свой подход. «Нельзя всех стричь под одну гребенку, – говорит Юлия. – Конечно, стараешься людей похвалить. У меня вообще мягкий характер, но иногда надо и пожуричь, чтобы настроить на работу».

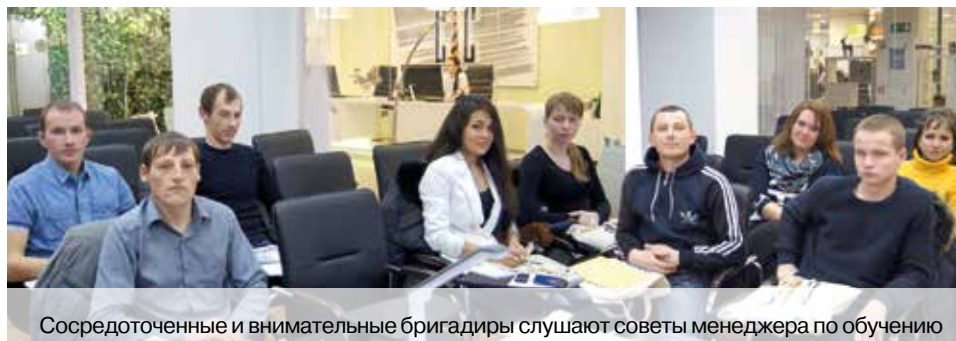
Вот так в задачах и нормативах, «встречах и влюбленностях» текут трудовые будни. И кто знает, сколько еще будет тортиков за счастье молодоженов на объектах «СТС Групп»!



Юлия (справа) на объекте с сотрудницей из своей бригады

ОБУЧЕНИЕ

АТТЕСТАТ НА БРИГАДИРСТВО



Сосредоточенные и внимательные бригадиры слушают советы менеджера по обучению

Практически ежедневно в стенах главного офиса «СТС Групп» проходит обучение бригадиров. Группы новоиспеченных руководителей по 5-8 человек собираются на тренинг, чтобы больше узнать об особенностях взаимодействия с подчиненными, кадровом администрировании и других вопросах, напрямую относящихся к работе линейных руководителей.

Традиционно это небольшая группа, чтобы всем было и слышно, и видно. Менеджер по обучению Павел Дячук раздает всем заветные сумки бригадиров «СТС Групп». Занятие начинается. Как говорит Павел, главное не только научить новых бригадиров правильно заполнять установленные формы отчетности и заявки, а помочь им выстраивать доверительные взаимоотношения внутри коллектива.

«Конечно, на занятиях мы много говорим о надбавках, положенных бригадирскому составу, о порядке действия в плановых и внештатных ситуациях, о методике заполнения листов учета услуг – основного бригадирского документа, – говорит Павел. – Однако, без психологической составляющей не обходится ни одно занятие».

Межличностные отношения могут значительно пошатнуться, когда кто-либо из коллег идет на повышение. Чтобы не произошло разрыва доверительных отношений, нужно правильно себя поставить с самого же первого дня руководящей работы. «Обучение прошли уже более 300 бригадиров. У каждого своя модель отношений «руководитель – подчиненный», – поясняет менеджер по обучению Ольга Миронова. – Нет универсального средства, но есть одно из самых действенных – разграничивать рабочие и личные отношения и по-прежнему оставаться для своих подчиненных другом».

Как рассказывают бригадиры, именно такое поведение позволяет им добиваться хороших результатов: люди работают с удовольствием, темп и качество на высоте, заказчик доволен результатами.



Павел Дячук наглядно объясняет принципы KPI



ВОПРОС–ОТВЕТ

На вопросы отвечает **Павел Дячук**, менеджер по обучению

Александр Власов, Ростовская область:

«Слышал, что многие сотрудники на ваших объектах достаточно быстро становятся бригадирами. А можно ли устроиться к вам сразу бригадиром? Что для этого нужно?»

– В «СТС Групп» сложилась оптимальная, на мой взгляд, практика подбора бригадиров исключительно из числа линейного персонала, работающего на объектах нашей компании. Таким образом, мы даем возможность рядовым сотрудникам профессионально расти и подниматься по карьерной лестнице. Нам очень важно поддержать умеющих, а главное, желающих трудиться с полной самоотдачей. Бригадирские должности достаются им по праву.

Кроме того, такие кандидаты нам знакомы, ведь мы относительно долго взаимодействуем с ними на объектах и видим все их сильные и слабые стороны. Они знают специфику трудового процесса на своем объекте, поэтому сразу же с первого же рабочего дня повышения готовы в полной мере приступить к своим новым обязанностям.

Ксения Семенова, Самарская область:

«От попутчицы в поезде услышала, что она работает у вас освобожденным бригадиром. Постеснялась спросить, что значит освобожденный.»

– Освобожденный бригадир – это сотрудник нашей компании, работающий непосредственно на объекте клиента. В бригадиры мы берем самых трудолюбивых и способных сотрудников, занятых на объектах. Они освобождаются от ведения своего прежнего функционала. Сотрудник с момента вступления его на новую должность уже не выполняет стикеровку, комплектацию и т. д., а занимается непосредственно управлением рабочим процессом: организацией выхода персонала на объект, составлением и отправкой листов учета услуг, организацией работ на объекте заказчика и контролем за порядком на местах проживания сотрудников.

ВЕСНА ПОДАРКОВ

с 01.03.2016 г. по 31.05.2016 г.
мы выбираем лучших в номинациях:

«Самый трудолюбивый сотрудник»

сотрудник, отработавший
наибольшее количество часов
на объектах «СТС Групп» в период
с 01.03.2016 г. по 31.05.2016 г.

«Самый преданный сотрудник»

сотрудник, который
наибольшее количество раз
повторно возвращался на вахту
на объекты «СТС Групп»
в 2015-2016 гг.
(из работающих на данный момент)

«Самый инициативный сотрудник»

сотрудник, который привел
наибольшее число знакомых
для работы на объектах
«СТС Групп» в период
с 01.03.2016 г. по 31.05.2016 г.

ПОБЕДИТЕЛЕЙ
ждут ценные призы
и денежное вознаграждение!

в номинации

«Самый трудолюбивый сотрудник»:
мобильный телефон
+ термос



в номинации

«Самый преданный сотрудник»:
2000 рублей
+ термос



в номинации

«Самый инициативный сотрудник»:
1000 рублей
+ термос



ВЕКТОР

ПРОФЕССИЯ ГРУЗЧИК – ДЛЯ СИЛЬНЫХ МУЖЧИН

Утро на складе «ВакумПак М» начинается достаточно шумно. Заступившие на смену грузчики оперативно размещают по местам поступившие с производства паллеты. Среди новых сотрудников – грузчики, предоставленные компанией «СТС Групп».

Тулё Ногайбеков работает на объектах нашей компании уже около полугода, но конкретно здесь всего лишь неделю. Год назад в его жизни произошла приятная перемена – женитьба. Спустя полгода вот он вместе с женой приехал в Москву. Когда супругу позвали учиться в аспирантуру столичного ВУЗа, они решили ехать вместе. Сейчас Тулё работает на складе, а его жена врачом в одной из московских клиник.

«Работа грузчика мне не кажется слишком тяжелой, – говорит Тулё. – По территории склада все транспортируется на специальном погрузчике, подвозится на тележках, а мы уже аккуратно разгружаем, штабелируем и расставляем все по местам». Стоит отметить, что за аккуратностью на складе следят. У каждого товара свое место, все пронумеровано. Ничего не должно стоять в проходе, иначе работа застопорится. Товары на складе не застываются. Пока одни работники разгружают «свежие» паллеты, другие загружают фуры товарами для отправки многочисленным заказчикам.

«От нас требуется, чтобы паллеты с готовой продукцией не

занимали много места и стояли ровно, и чтобы на складе было чисто», – перечисляет свои обязанности Тулё и добавляет, что к постоянной смене рабочих мест уже давно привык, а в коллективе, таком дружном, как в «ВакумПак М», адаптироваться не составляет труда.

Легко сходится с людьми и Андрей Артюхин. На объектах «СТС Групп» он трудится уже около полутора лет. Побывал на нескольких совершенно разных по сфере деятельности предприятиях. «Мне нравится свободный стиль в работе – сегодня здесь поработал, а завтра там пригодился», – говорит Андрей. Коробки вместо гирь – чем ни спортзал?! А время в дружном коллективе пролетает незаметно.

Даже когда предлагают варианты с постоянной занятостью, Андрей не соглашается. Всегда на одном и том же месте – не для него. «Мне нравится, – говорит Андрей, – что всегда новые места, новые люди, из которых некоторые становятся друзьями». Так что подработка – как раз для таких, как Андрей.

Наталья Татарникова



Грузчик Сергей Столяров за работой



Тулё разгружает паллеты

НОВОСТИ КОМПАНИИ

ПОКАЗАЛИ КОМАНДНЫЙ ДУХ

27 февраля, коллектив «СТС Групп» побывал в Храме Казанской Иконы Божией Матери, что находится в деревне Товарищево. В преддверии масленичной недели там состоялся праздник, приуроченный ко Дню защитника Отечества. Традиционно поучаствовать в народных гуляньях пригласили и нас.

Дружба «СТС Групп» и храма длится уже несколько лет. Иногда мы приезжаем туда, чтобы помочь в благоустройстве территории, а иногда, как в прошедшую субботу, чтобы с пользой для души и тела провести время в теплой компании на свежем воздухе. Погода в этот день выдалась замечательная, и настроение подстать погоде – солнечное.

Экономист Ирина Якушкина была в Товарищево впервые, но уже с нетерпением ждет следующей поездки – так ей понравился праздник. «Было очень весело. Одно командное катание на лыжах для четверых человек чего стоит! А еще состязания с подушками на бревне, попадание валенком в мишень, катание на ледянках с большой

горы... – в общем, масса развлечений и впечатлений», – делится Ирина.

В завершение праздника команда «СТС Групп» поднялась на колокольню, откуда открывается красивый вид – вся деревня как на ладони, а на линии горизонта – лес.

Ирина Чиркова



ФОТООБЪЕКТИВНО

МИР РАБОЧИХ ПРОФЕССИЙ

«Мир книги» вот уже полтора десятка лет успешно работает на рынке дистанционной торговли, предлагая своим покупателям книги, товары для дома и дачи, красоты и здоровья, детские товары. И чуть меньше длится сотрудничество интернет-магазина и аутсорсинговой компанией «СТС Групп».

Анастасия Абакелия, начальник отдела подбора и развития персонала «Мир книги», говорит: «Мы взаимодействуем уже много лет, и нас все устраивает в работе партнеров. Многолетняя дружба – это серьезный показатель взаимного доверия».

Многолетней дружбой с «Миром книги» могут похвастаться и сотрудники, работающие здесь. Так, комплектовщица Светлана Логинова на этом объекте вот уже 4-й год. В зоне ее ответственности – комплектация товара. 8 лет назад приехав из Томска в Москву в поисках работы, первое время она остановилась на вакансии нянечки в детском саду. Но когда ее сынишка вырос из детского возраста и пошел



в первый класс, Светлана из дошкольного учреждения уволилась.

Своими нынешними обязанностями Светлана довольна, как и ее коллега Раиса Басенция, занимающаяся упаковочными

работами. Поступающие товары аккуратно складывают, заворачивают их в пакеты или полиэтиленовую пленку, наклеивают стикеры со штрих-кодами. Эти товары предназначены для комплектования посылок, отправляющихся по всей стране почтой России или курьерскими службами. «Сейчас на одном участке работу доделаю, потом за другую возьмусь. Работа несложная, нетяжелая, по силам», – замечает Раиса.

А вот физически тяжелую работу выполняет грузчик Александр Жуков, муж Раисы. Одна из его обязанностей – погрузка и разгрузка паллетов с уже сформированными и готовыми к отправке заказами. Где-то вручную, а где-то с помощью специальных



технических средств Александр перемещает товары по складской территории: коробки с еще не упакованной продукцией несет или везет в отдел комплектации, а оттуда забирает упакованные и простикерованные товары.

Семейная пара приехала в Москву год назад, и, как вспоминает Александр, с первого же дня они попали в «Мир книги». Так и трудятся здесь по сей день. «В Липецкой области все позакрывали, продали последнюю корову. И все: ни колхоза, ни совхоза – ничего не осталось. Работать негде», – говорит Александр. Выбора не оставалось – надо было искать работу где-то на чужбине. Так и решились на переезд в столицу.

Конечно, бросать тяжелое тяжелым трудом жалко. Однако согревает душу то, что здесь у них есть возможность зарабатывать, причем вместе, на одном объекте. Рабочие графики супругов совпадают, так что добираются и с работы, и на работу они вместе. Им такая возможность импонирует. «Очень удобно, – говорит Раиса, – работать вместе. Тем более что в течение дня наговориться вдоволь невозможно. А по пути домой или на работу говори сколько хочешь».



Менеджер по персоналу в компании «Мир книги» Анна Черномаз отмечает, что заказов всегда много. Независимо от сезона, книги и товары народного потребления пользуются большим спросом. Поэтому и работы на складе всегда хватает и для Светланы, и для Раисы с Александром, и для десятков других сотрудников.



Светлана Логинова



Раиса Басенция



Огромные паллеты «едут» в отдел комплектации

ОПЫТ ЛУЧШИХ

«ПОДЕЛИСЬ УЛЫБКОЙ СВОЕЙ»

фото on-line
vestnik-stsgr.ru

Такие разъезды по стране Оксану не пугают. Говорит, что раньше с мужем они много поездили. Несколько лет даже в Иркутске трудились. У Оксаны уже большой стаж работы кассиром. И пусть в столице гораздо больше покупателей и коллектив

совсем новый, она с первого же дня, что называется, влилась в трудовой процесс.

А вот ее коллеге Ольге Реховой еще только предстоит здесь адаптироваться. Сегодня ее первый рабочий день, а точнее стажировка. Хотя в целом на объектах «СТС Групп» она уже не раз работала. Первое знакомство с нашей компанией у нее состоялось, когда она приехала в Москву на все лето 2012 года. Работала тогда в «Дикси» и на других объектах. «В основном принципы работы на кассовых аппаратах едины во всех магазинах, но везде все-таки есть свои нюансы. Например, снятие защитных пломб с алкогольной продукции», – рассуждает Ольга.

Переехать из родной Чувашии в Москву ее, как и большинство сотрудников,

занятых вахтой, «нужда заставила». Бросив должность завмага, на которой проработала 7 лет, Ольга отправилась в столицу, чтобы было чем платить за учебу детей. У продавца-кассира двое сыновей-подростков.

Бригада от компании «СТС Групп» на объекте «Оливье» состоит из 6 продавцов-кассиров и 4 технологов. Сотрудники делятся по сменам. Лаура Хайрулина работает технологом в основном по ночному графику, но на пару дней подменяет заболевшую коллегу на мерчендайзинге в молочном отделе. Саратовский повар-кондитер в родном городе достойно оплачиваемой работы не нашла. Зато в столице нашла все, что искала: и работу, которая нравится, и зарплату хорошую, и дружный коллектив.

На объектах «СТС Групп» девушка трудится уже 5-ый год. Приехала по совету своей старшей сестры, которая неоднократно работала на объектах нашей компании. Попробовала разные вакансии, но остановилась на технологе. «Я привыкла на сервисе работать. Это мое, мой отдел. Я уже все знаю: что, где, как и когда. Время на работе, особенно в ночную смену, когда стоит задача – подготовить все к утру, пролетает очень быстро. Вся смена – как один час», – говорит Лаура. В ее обязанностях: нарезка колбасных изделий и сыра, приготовление салатов.

Постепенно в течение дня кассиры сменяются. Одни идут на отдых, приходят другие, но у всех у них одна цель – они приехали не прохлаждаться, а работать и зарабатывать. «Вооружившись

Продолжение.
Начало статьи на стр. 1



Лаура Хайрулина

улыбкой», приступают к работе, чтобы оливье был хорош не только к праздничному столу, а чтобы в «Оливье» каждый день заходили тысячи довольных покупателей.

Наталья Татарникова



Антон Савельев
супервайзер

«Оценка результатов нашей работы на объектах – это оценка заказчика. С администрацией этого супермаркета у нас отличные взаимоотношения. Мы дорожим доверием с их стороны и делаем для этого все возможное.

Чувствуется отклик и со стороны персонала. Многие из сотрудников, работающие там, уже не первый год заняты на наших объектах. Поэтому на них мы тоже можем всецело положиться».

ОПЫТ РЕГИОНОВ

ЛИЧНЫЕ ЗАСЛУГИ В ОБЩЕМ ДЕЛЕ

Я никогда раньше не только не работала, но даже и не бывала на заводах. «БЕКО» стал для меня первым заводом, производственные цеха которого я увидела воочию. Скажу честно, что удивилась, увидев огромные станки и конвейеры.

Завод «БЕКО» производит бытовую технику. Наряду со штатным персоналом завода здесь заняты сотрудники, предоставленные нашей компанией. Они трудятся под чутким руководством бригадира Андрея Федорова. Кстати, он сначала работал на линии предварительной подготовки холодильников и на линии стиральных машин и проявил себя как очень ответственный сотрудник. Поэтому, когда мне понадобился помощник-бригадир, у меня и вопросов не возникло. Безусловно, им стал Андрей.

Всего же для «БЕКО» мы предоставляем около 20 человек. Все они ответственные работники, и заказчик о них отзывается очень хорошо. О том, что и заказчик, и сотрудники взаимно довольны друг другом, говорит и то, что большая часть сотрудников возвращается на объект снова и снова. И среди них уже есть своего рода рекордсмены. Так, Влад Демченко работает здесь уже больше 2 лет. С ним на складе трудится и самый старший в бригаде, передовик Улан Шакиров. Всего в этой бригаде 4 человека. Совсем скоро к ребятам придет пополнение еще из 2 человек.

На линии сборки холодильников мы тоже можем похвастаться передовиками. Это семейная пара. Александр Захаров и его жена Светлана Патрушева на заводе уже с 2013 года. А их коллега Николай Кольцов работает здесь всего лишь 2-ю вахту, но мастер цеха доволен его работой.

На ППХ, или проще – предварительной подготовке холодильников – трудится «наш старичок», как мы его в шутку называем за большой опыт работы, Мансур Инцапов. Мастер цеха очень

доволен Мансуром, ведь за все время комплектовщик Инцапов, а он здесь уже с 2014 года, ни разу не подвел.

А вот на линии сборки стиральных машин мы работаем в основном с новичками. Например, у Виктора Захаревича это 3-я вахта, а у Юрия Квита и вовсе первая, как и у совсем молодого Андрея Стрельникова, которому всего лишь 18 лет. Но несмотря на молодость и недавнюю работу на объекте, ребята хорошо зарекомендовали себя, и заказчик ждет их снова. Сейчас эта линия повышает мощности, и умение ребят быстро и качественно работать как раз кстати.

Для цеха по производству пластмассы мы тоже предоставляем персонал – четырех сотрудников. Работа здесь кипит круглосуточно, ведь цех обеспечивает деталями из пластмассы и линию стиральных машин, и линию холодильников. Начальник цеха и мастера, видя их трудолюбие и ответственность, просили, чтобы эти сотрудники и впредь продолжили трудиться именно здесь. Ребят не пришлось долго уговаривать. Они с радостью приехали к нам на 2-ю вахту. Это Кристина Белоус, Лилия Щекина и семейная пара Константин Антонов и Татьяна Шпаренко.

Больше года мы сотрудничаем с Павлом Бикеевым и Максимом Козырем. Они заняты в цехе механической обработки.

Все сотрудники проживают в новом общежитии, которое находится прямо на территории объекта. Чистые и теплые комнаты – для комфортного отдыха. Каждый из них вносит свой посильный вклад в работу коллектива и в успех завода.

Светлана Барина, региональный координатор



БЛАГОДАРЮ:

«Спасибо всем-всем сотрудникам, занятым на объекте ООО «БЕКО»: Владимиру Цилуйко, Ярославу Колеснику, Андрею Борисову, Конул Гасановой, Михаилу Грому и всем, о ком рассказала. Спасибо, что не подводите меня и всегда идете навстречу, а к моей строгости относитесь с пониманием! От работы каждого из вас зависит результат всей команды, и я рада, что мы работаем сообща. Надеюсь на долгое сотрудничество с вами!»

ОПЫТ РЕГИОНОВ
«УДАРНЫЙ» ТРУД

Каждый день на работу в поселок Победа, что в 80-и километрах от Санкт-Петербурга, в живописном уголке Карельского перешейка, приезжают 20-30 человек. Разница в количестве сотрудников объясняется потребностями клиента в кадровых ресурсах на тот или иной период. «СТС Групп» подстраивается под меняющиеся

запросы клиента и выводит на объект столько человек, сколько требуется.

СПК «Птицефабрика Ударник» уже отметила свой 45-летний юбилей. Почти полувековой опыт помогает фабрике быть в числе лидеров в птицеводческой отрасли, занимая 28-е место в топ-100 российских производителей яиц.

Кипят трудовые будни северной столицы. На одной из старейших ленинградских птицефабрик – «Ударник» – трудится бригада разнорабочих, предоставленных компанией «СТС Групп».

С этим сельскохозяйственным гигантом компания «СТС Групп» сотрудничает уже несколько лет. Как отмечает Сергей Щеголихин, координирующий этот проект от лица нашей компании, партнерство началось еще задолго до его прихода в «СТС Групп», а в числе сотрудников нашей компании он уже более 2-х лет.

Непосредственно на объекте координатору помогает бригадир Мария Заболоцкая, которая следит за работой бригады во всех 5-и фабричных цехах, где заняты подшефные ей сотрудники. Сам же Сергей отмечает, что бригада от «СТС Групп», в каком бы составе она ни выходила, работает всегда слаженно, на совесть и «ударно».

ПЕРСОНАЛ

КАК НАСТРОИТЬСЯ НА РАБОТУ?

Как часто нам бывает очень сложно настроиться на рабочий лад. Например, после длительных праздников, отпусков, либо, наоборот, в преддверии выходных или просто весной, когда в окно светит солнышко и хочется оказаться в парках у фонтанов и много где еще, только не на рабочем месте. Так как же все-таки заставить себя усидеть в четырех стенах и настроиться на трудовой процесс?



Кристина Косинова

менеджер
по персоналу

В первую очередь, поможет, конечно, ваша мотивация. Настройтесь на результат: неважно, будь то премия или возможное повышение, уважение в глазах коллег или гордость руководителя за своего сотрудника. Помните, что добиваются успеха только те, кто стремится к высоким результатам и занимается саморазвитием. Не ленись, действуйте эффективно и энергично и верьте в свой успех.

Во-вторых, планирование. Тайм-менеджмент, то есть эффективная организация своего рабочего времени, просто необходим. Цените свое время, используйте его по максимуму. Записывайте свои дела на бумаге. В режиме

многозадачности очень важно уметь правильно расставлять приоритеты, поэтому разделяйте работу на важную и второстепенную. Сложные задачи по возможности разбивайте на части и выполняйте их поэтапно.

И, наконец, создайте приятную рабочую атмосферу: наведите порядок на рабочем столе, выбросьте все ненужное, купите новые канцтовары. Сосредоточьтесь на том, чем вы занимаетесь. А еще научитесь отказывать людям, которые ищут «свободные уши». Не отвлекайтесь на мелочи, и вы поймете, что радость может приносить даже рутинная работа. Настройтесь на позитив!



ТЕНДЕНЦИИ

ИНТЕРНЕТ – ДЕЛО ТОНКОЕ

Сегодня интернет – наш друг и враг, высвобождает время на поиск информации и одновременно занимает его, увлекая в необъятные виртуальные просторы. А еще интернет – наш помощник в поисках работы.

Доступ к этому ресурсу есть практически у каждого. Сейчас даже недорогие мобильные телефоны поддерживают интернет, а значит, и тем, у кого нет компьютера, открыты все онлайн-возможности. Не случайно, как показывает статистика, 2/3 всех соискателей ищут потенциальных работодателей в интернете. Просматривают результаты выдачи поисковых систем по запросу «монтажник», «грузчик» и более общим словам, таким как «работа», «вакансии». Заходят на рабочие сайты и на официальные интернет-страницы различных компаний. А с возрастанием популярности социальных сетей поиск работы все больше переключается в «Одноклассники», «ВКонтакте» и др.

Безусловно, онлайн-общение дает обеим сторонам больше свободы и снимает напряжение, которое возможно при непосредственной встрече или при телефонном звонке. Можно ответить, когда удобно, и задать вопрос в любое время. Однако чтобы у работодателя о вас сложилось положительное мнение, чтобы он увидел в вас обязательного и ответственного кандидата, отвечать надо максимально оперативно. И следите за лексикой и грамматикой. Конечно, общение в соцсетях не носит официально-делового характера, поэтому и всяческие сокращения допускаются. «Ок», «хор», «спб» – нормально, но будьте внимательны с грамматикой, тем более что и здесь интернет может помочь, если правила подзабыли. Конечно, если вы претендуете на рабочую вакансию, то ваша грамотность не будет для потенциального работодателя одним из весомых аргументов, но читать сообщение, написанное без ошибок, согласитесь, гораздо приятнее.

КОММЕНТАРИЙ

ИЗ ИНТЕРНЕТА ЖДЕМ ПРИВЕТА!

Как показывает опыт, практически все клиенты так или иначе приходят из интернета. Даже если первоначально они узнали о компании из других источников, например, из печатной рекламы, то все равно, прежде чем сделать звонок, они стараются как можно больше узнать из онлайн-источников.

Первый ресурс, который они внимательно изучают, конечно же, официальный сайт компании. Изучить на предмет комплекса услуг и ценовой политики, почитать отзывы. И только потом принять решение по поводу возможности сотрудничества.

Мы понимаем и уважаем наших возможных

клиентов, а поэтому на нашем сайте размещаем максимум информации по услугам компании, их специфике и преимуществам, отзывы действующих клиентов и статьи ведущих СМИ на соответствующие темы. Кроме того, мы всегда открыты для общения, в том числе и в сети интернет.

Екатерина Муромцева

руководитель
коммерческого
департамента



АКТУАЛЬНО

НОВАЯ ФОБИЯ РАБОЧЕГО ЧЕЛОВЕКА

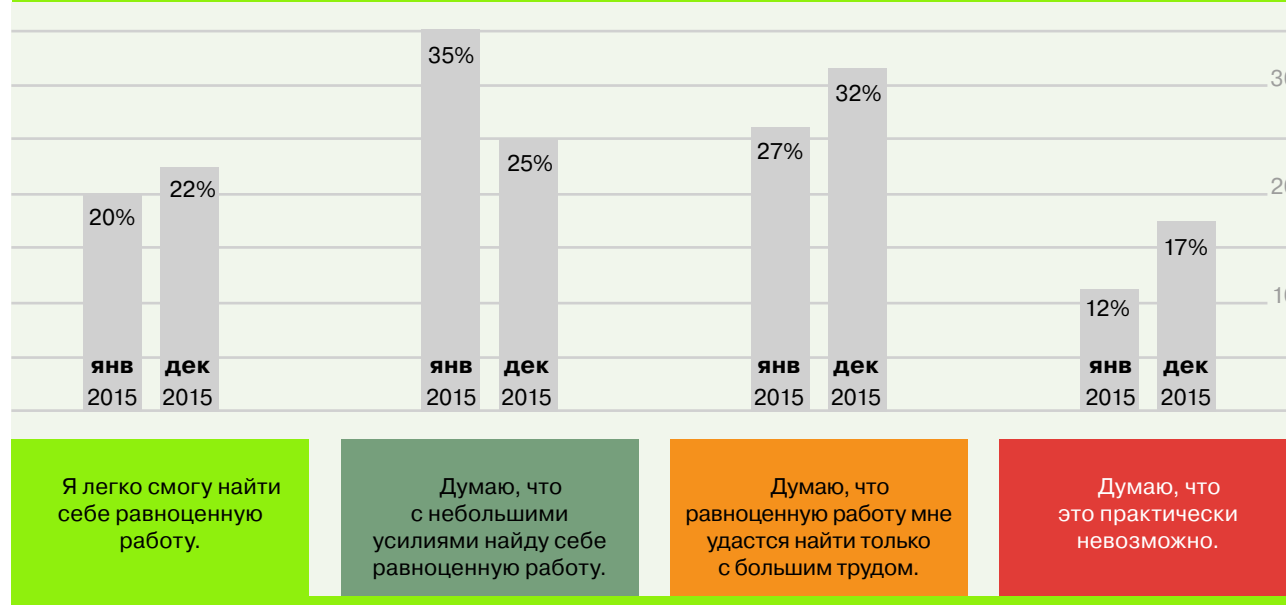
Сейчас, по данным ВЦИОМ, значительно выросло число людей, беспокоящихся, что, уволившись, не смогут найти равноценной должности или же и вовсе останутся без работы. О появлении такой разновидности «фобии невостребованности» говорят результаты проведенного опроса.

Так, по данным исследования, до 17% выросло число людей, уверенных, что не смогут более трудоустроиться. Для сравнения – этот же показатель год назад был равен 12%. Также на 5% увеличилось количество людей, опасющихся, что после увольнения не смогут устроиться на равноценную работу. В конце минувшего года эта цифра составляла 32% от общего числа опрошенных.

Добавляют черных красок прогнозы экспертов, которые предполагают, что в наступившем году безработица среди россиян станет еще выше, а соответственно, вырастет и конкуренция на одно рабочее место, а вместе с тем и число «страдающих этой фобией».

Источник данных:
«Ведомости»

ЕСЛИ ВЫ ПОТЕРЯЕТЕ РАБОТУ, КАК ВЫ ДУМАЕТЕ, ЛЕГКО ЛИ ВАМ БУДЕТ НАЙТИ РАВНОЦЕННУЮ РАБОТУ?



ВЕКТОР

САМЫЕ ТРУДНЫЕ – ПЕРВЫЕ ДВА ДНЯ

Людмила Сирота, кассир на объекте ОВІ, сейчас в гипермаркете как рыба в воде, а буквально пару месяцев назад она и представить себе не могла, что не только доработает здесь свою первую вахту, но и вернется на повторную.

«Самыми трудными были первые два дня. Помню, штатный кассир «ОВІ», которая меня стажировала, буквально не отходила от меня. Я проходила практику под ее руководством», – делится Людмила. По словам кассира, такие же сложности были и у ее коллег, тоже относительно недавно приступивших к работе на этом объекте. «Дело в том, – поясняет Людмила, – что мы привыкли работать с продуктами. Я, например, в торговле всю жизнь и всегда работала пусть и в крупных, но продовольственных супермаркетах. Здесь же габаритные покупки, которые первое время ставили нас в тупик».

Большой объем и вес строительных и отделочных материалов, сантехники и других товаров, представленных в гипермаркете, безусловно, накладывают некоторый отпечаток на особенности работы кассира. Равно как и то, что средний покупательский чек в строительных магазинах, как правило, выше продуктовых. Отсюда, и повышенная ответственность работника за кассой гипермаркета для строительства, ремонта и садоводства.

Но Людмилу такая ответственность не пугает. Пары дней ей хватило, чтобы адаптироваться, а уже через несколько недель супервайзер стала доверять ей заполнение листов учета отработанного времени.

Так Людмила стала старшей на объекте среди сотрудников, предоставленных нашей компанией. «Главное в работе кассира – это внимательность и аккуратность. Аккуратность в пересчете денег, так как суммы порой очень большие, и внимательность при сканировке, чтобы не пропустить мимо кассы непросканированный товар», – говорит Людмила.

Людмила из позитивных и инициативных людей. В Москву приехала из Липецка, а родилась и жила вплоть до 2012 года в казахстанской Караганде. Сейчас финансовая необходимость подтолкнула Людмилу поехать на заработки в столицу России. В Липецке работу сложно найти, да и зарплаты там существенно ниже. Ежемесячные выплаты по кредиту и обучение сына требуют гораздо больших сумм, чем кассирская зарплата в этом регионе.

17-летний Виталий, сын Людмилы, сейчас учится при университете на юридическом отделении. На несколько дней, что Людмила взяла в качестве перерыва между вахтами, она едет повидать его и мужа. Сейчас, пока мать в Москве, Виталий с отцом. Кстати, муж Людмилы тоже работал в Москве (водителем) и после 2-х лет столичных заработков вернулся в Липецк. «Мы поменялись, – шутит Людмила. – Сначала папа трудился в Москве, а вот теперь моя очередь».

Самые трудные первые два дня далеко позади, а впереди, как отмечает кассир, «интересная и любимая работа». «Мне очень нравится работать с людьми. Удивительно, но я не устаю и к концу дня», – говорит она.



Людмила Сирота



Татьяна Астахова



Ангелина Силаева

ОТ БОБРА

А ВЫ ЗНАЕТЕ, ЧТО?

Есть у меня одна знакомая. Все знает. Где-то сверху увидит, где-то из-за дерева подслушает. Шустрая такая, запасливая: две шубы (одна зимняя, другая на лето), несколько гнезд (спальня, кладовая, детская, а в другом непогоду пережидает). Вот такая она – белка.

Эта самая белка и рассказала мне, что,

оказывается, россияне сейчас все активнее ищут не только постоянную, но и временную работу. 5, 5 млн. колесят по стране, чтобы заработать, а в конце этого года, как слышала белка, каждый 7-8-й россиянин будет переезжать из региона в регион в поисках работы.

Да, в таких обстоятельствах уже и расстояния не страшны, лишь бы не



остаться без средств к существованию. Сейчас половина жителей нашей огромной страны говорят, что денег им с трудом хватает на покупку еды и предметов первой необходимости.

Я тоже недавно в столицу ездил на заработки. Кого там только не видел: и смоляне, и крымчане, и оренбуржцы, и даже сибиряки – со всей страны съезжаются. С каждым годом все больше и больше. Многие из них приезжают, чтобы продержаться, переждать, когда этот кризис пройдет. Таких, кто на время, для подработки мигрирует, уверяет белка, в этом году на 5% больше, чем в прошлом.



НОВОСТИ РЕГИОНОВ

СОТРУДНИКИ С ПРЕССОМ



«КвадроКом». Производственная линия по выпуску стрейч-пленки. Сотрудники с прессом. Это бригада из 9 прессовщиков и комплектовщиков под руководством бригадира «СТС Групп» Инны Петренко. Еще 9 человек придут позже в ночную смену. И так с 3 января 2016 года.

Наше сотрудничество с одним из крупнейших предприятий упаковочной отрасли, компанией «КвадроКом», началось с января текущего года. Нам передали на аутсорсинг участок производственной линии по выпуску стрейч-пленки для производственных нужд. Работа тяжелая, без мужских крепких рук не обойтись,

поэтому в бригаде преимущественно представители сильной половины человечества. Но контролирует трудовые процессы бригадир женского пола. Против силы мужских рук у нее мягкий, но убедительный голос и опыт руководящей работы.

Коллектив к Инне прислушивается и старается следовать ее советам.

Так получилось, что практически четверть рабочих приехали на тверской объект из Челябинска, а один прессовщик и вовсе из Якутии. Челябинцы, всегда славившиеся своей физической силой, с работой справляются. Коллеги из Тверской области тоже не отстают. Основная обязанность рабочих – сортировка прессованного вторичного сырья, которое идет в дальнейшем на производство стрейч-пленки для бытовых, пищевых нужд, в основном на упаковку паллетов.

За трудолюбие сотрудники получают финансовое вознаграждение, а лично от бригадира – помощь и слова поддержки. «С людьми нужно разговаривать. Вечером я готова выслушать каждого, а иногда и в пересменку стараюсь пообщаться с коллективом», – подытоживает Инна.

Ирина Чиркова

ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА – ДЕНЬ КРАСНОЙ АРМИИ

23 ФЕВРАЛЯ

История праздника берет свое начало с документа почти вековой давности – Декрета о Рабоче-крестьянской Красной Армии от 15 января 1918 года. Уже через несколько дней после его опубликования открываются первые пункты по набору добровольцев. Начинается всеобщая мобилизация и массовая запись в ряды красноармейцев.

Изначально годовщину создания Красной Армии планировалось отмечать в день подписания декрета, затем хотели установить дату празднования 17 февраля,

но в итоге назначили праздник на воскресенье, выпавшее в том году на 23 февраля.

Как День Красной Армии праздник существовал до 1946 года, когда был переименован в День Советской Армии и Военно-Морского Флота, а в 1995 – в День победы Красной Армии над кайзеровскими войсками Германии в 1918 году.

И лишь в 2002 он был назван Днем защитника Отечества и официально стал нерабочим днем.

8 Марта!

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЖЕНСКИЙ ДЕНЬ – ДЕНЬ СОЛИДАРНОСТИ ЖЕНЩИН

В основании этого праздника – борьба женщин против дискриминации. В 1908 году в Нью-Йорке прошел митинг женщин с требованиями сокращения рабочего дня, достойной зарплаты и предоставления избирательного права.

Женщинам удалось привлечь внимание к своим проблемам, и в 1909 году был учрежден национальный женский день. День пришелся на последнее воскресенье февраля, что по новому стилю – на 8 марта.

Волна женских протестов прокатилась и по Европе. А в 1910 году

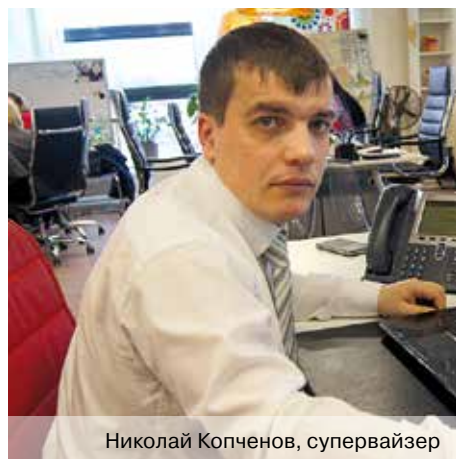
неизменный борец за права женщин Клара Цеткин предложила учредить день, когда женщины смогут проводить митинги и марши, привлекая внимание к своим проблемам.

Этот день получил название Международного дня солидарности женщин в борьбе за экономическое, социальное и политическое равноправие.

Сейчас он утратил политический подтекст и отмечается как праздник всех женщин, весны и красоты.

МНЕНИЕ

ЖЕНЩИНЫ-ЗАЩИТНИЦЫ, КОТОРЫХ СТОИТ ПОЗДРАВИТЬ С 23 ФЕВРАЛЯ



Николай Копченев, супервайзер

«Думаю, что женщин, служащих в ВС РФ, тоже надо поздравлять, и на это есть несколько причин. 23 февраля (День защитника Отечества) – это историческая дата, когда отряды Красной гвардии одержали свои первые победы над регулярными войсками кайзеровской Германии. Случилось это под Псковом и Нарвой. Эти военные успехи и стали «днем рождения Красной Армии». В красногвардейских отрядах служили и женщины, которые также внесли свой бесценный вклад в победы. По сути, в настоящий момент День защитника Отечества является мужским праздником, но сейчас в Вооруженных силах немало и женщин. Они также переносят все тяготы и лишения воинской службы. Женщин надо поздравлять и благодарить, что они выбрали профессии, которые связаны с защитой нашей могучей Родины и службой во благо государства.

Женщин надо поздравлять также с тем, что у них есть настоящие мужчины».

«Безусловно, и женщины, служащие в армии, тоже заслуживают поздравления, так как само понятие «защитник Отечества» не имеет деления по половому признаку. Женщины, которые проходят или проходили службу в ВС РФ на равных с мужчинами условиях, конечно, редкость, но я уверен, что такие есть и к ним необходимо относиться с особым трепетом и уважением.

Есть огромное количество примеров проявления женского патриотизма и героизма в истории Великой Отечественной войны, которые еще раз подтверждают, что «слабый пол» на деле обладает всеми качествами «сильного», а иногда и превосходит их. Людмила Павличенко, Татьяна Маркус, Вера Волошина – все эти женщины получили множество наград разных уровней и совершали, на мой взгляд, фантастические подвиги. Не так давно вышел в прокат фильм «Битва за Севастополь» о Людмиле Павличенко, который я сразу вспомнил, отвечая на данный вопрос.

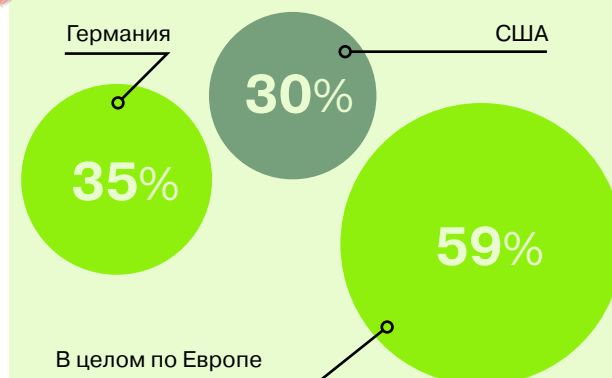
Другое дело, что «День защитника Отечества» ошибочно ассоциируется в нашем сознании с днем только мужчин. Это хорошо прослеживается в большинстве СМИ, где со страниц газет, с экранов телевизоров, по радио мы слышим: «Давайте поздравим наших мужчин с Днем защитника Отечества!» и т. д. Реже встречаются упоминания о женщинах-героях, которые также вставали на защиту нашей Родины и продолжают это делать по сегодняшний день».



Александр Климов, менеджер по учету

ГДЕ ЖЕНА ЗАРАБАТЫВАЕТ БОЛЬШЕ МУЖА?

МУЖ И ЖЕНА – ОДНА КАЗНА



АНЕКДОТЫ

ОТ 23 ФЕВРАЛЯ К 8 МАРТА

Никогда страна не бывает такой беззащитной, как вечером 23 февраля.

– Папа, скоро твой праздник – 23 февраля!
– Лучшим подарком для меня будут твои хорошие отметки, сынок.
– Поздно! Я уже купил тебе галстук...

Какой лучший подарок мужчине на 23 февраля?
– Выходной 24-го!

25 января – день студента.
23 февраля – день несостоявшегося студента!

– Милый, что ты мне подаришь на день Святого Валентина и 8 Марта?
– А если ничего?
– Ну, тогда на 23 февраля ничего не получишь!
– Да, правда?! Фуууф, ну, тогда договорились!

При умелом праздновании 23 февраля плавно перетекает в 8 Марта.

Мужчинам на заметку: в феврале, числа 20-го, купите себе пену для бритья, станок и носки... Поставьте жену в тупик!

Женщина рассказывает подругам:

– Мой муж предложил мне подарок на 8 Марта, чтобы его название начиналось на букву «ш». Я выбрала шубу, шапку, шампанское, шумочку, шапожки, шолотые шерёжки и шерebritый «Шевроле».

ИСТОРИЯ УЛЬЯНЫ АНДРЕЕВНЫ ЦВЕТОЧНАЯ ИСТОРИЯ

Да, где я только не работала?! Благо, что вахта дает возможность часто менять места, так что соскучиться нельзя. А теперь вот особенно повезло – несколько дней назад устроилась в цветочную теплицу. Куда уж лучше для женщины?!

Когда подруга узнала, она сразу давай предостерегать. Уверяет, что теперь цветы в качестве подарка мне будут неприятно принимать. Они, мол, ассоциироваться у меня будут только с работой. Но лично я так не считаю. Даже, если я вдруг и вспомню о работе, то не вижу в этом ничего страшного. Это, скорее, будет приятно, так как работа здесь мне по душе. Уверена, что так и дальше

будет. Кстати, можно поинтересоваться у банковских работников – они, что, деньги в качестве подарка не любят что ли? А ведь они целыми днями их считают. А среди швей и работников ткацких заводов мало модниц?!

Так что, по-моему, работа должна нравиться, тогда и все атрибуты в жизни, с ней связанные, будут напоминать только о приятном. А еще надо в любых занятиях искать позитив. А выращивание и уход за цветами – это само по себе приятное занятие. А мы в теплице из бракованных цветов для себя композиции делаем. Зимой один запах тюльпанов чего только стоит!



УВЛЕЧЕНИЯ

**Юлия
Зуйкина**специалист
по персоналуСТЕЖКА ЗА СТЕЖКОЙ,
ВЫШИТА КАРТИНКА

Казалось бы, в наше время, когда технологии могут все, кропотливый процесс ручного вышивания крестиком должен был бы кануть в Лету. Но не тут-то было. Этот вид прикладного искусства по-прежнему популярен. Любительницы стежка за стежкой «писать» картины организовываются в группы, правда, виртуальные, в соцсетях, делятся там идеями, хвастаются фотографиями готовых работ.

Юлия Зуйкина, специалист по персоналу, тоже любительница скоротать время за пяльцами. «И для души приятно, и получается подарок близким, сделанный своими руками», – делится Юлия. Все свои работы она обязательно раздаривает. А самый дорогой подарок, которым девушка гордится до сих пор, она преподнесла своей младшей сестренке. 11 лет назад Юлия вышила именную картинку для только что родившейся сестренки. Сама готовила схему с ее именем и детскими картинками. Эта вышивка, немного выцветшая от времени, до сих пор украшает комнату уже повзрослевшей сестры.

Для Юлии рукоделие – хобби, которому она посвящает свободные минуты, но их сейчас все меньше и меньше. Работа, дорога домой, приготовление ужина и уже пора спать. А вот в выходные дни девушка обязательно находит время для любимого занятия. Надеется, что хотя бы в этом году сможет все-таки закончить работу над большой картиной для мамы. «Дело в том, – рассказывает Юлия, – что родители недавно купили собаку породы скотч-терьер. Я пошла в магазин для творчества и случайно увидела там канву с нанесенной на нее мордашкой щенка, как две капли воды, похожего на собаку родителей. Без раздумий я ее купила. Теперь вот пытаюсь выкроить время, чтобы управиться ко дню рождения мамы».

Для мамы у дочки есть еще одна пока незаконченная картина на канве, так что, возможно, предстоящий летний отпуск Юлия с удовольствием проведет в родном саратовском Энгельсе с родителями, пальцами, иглками и нитками мулине.

**Екатерина
Ласточкина**менеджер
по персоналу

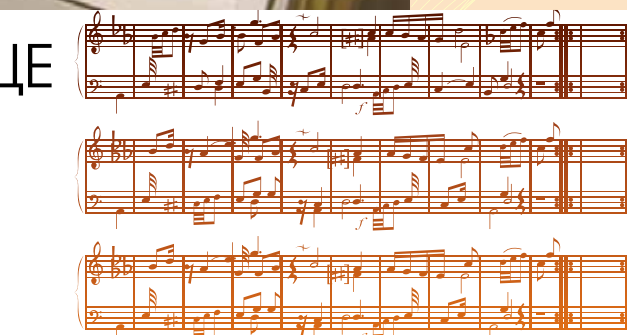
С ОГОНЫМ В СЕРДЦЕ

«У меня на сердце / Да огонек горит всегда...», – такие строки Екатерина Ласточкина, по воспоминаниям ее родителей, сочиняла еще в 5-летнем возрасте. Детская забава со временем переросла в поэзию. Сейчас менеджер по персоналу Екатерина пишет стихи, музыку и сама исполняет свои песни.

С раннего детства Катя росла разносторонне развитым ребенком: посещала танцевальную школу, шахматный кружок, школу актерского мастерства. Ее творческие наклонности не обошли стороной и поэзию. В школьные годы активно участвовала в поэтических мероприятиях, не раз становясь лауреатом конкурса чтецов. «Тягу к стихотворению во мне зародил педагог русского языка и литературы. Я начала писать осознанно, с интересом, но особенно активный стихопоток был у меня в подростковый период, когда я потеряла самого близкого и родного человека», – поделилась Екатерина.

Тогда же, в школьные годы, она увлеклась музыкой и начала писать песни. «Причем, музыка мне снилась, а стихотворение могла написать буквально за 5-10 минут, – говорит Катя. – В музыкальную школу я не ходила, правда пела в школьном хоре, посещала вокальный кружок и брала уроки игры на синтезаторе. А вот уроки вокала беру и по сей день».

Свободное время Екатерина по-прежнему посвящает творчеству. Когда приходит вдохновение, пишет песни. «А посещает меня муза в основном в вечернее



время. Возможно, это связано с тем, что я родилась ночью, – предполагает Екатерина. – Источники вдохновения: любовь, мир вокруг, быт, эмоциональные события в моей жизни». Не так давно Екатерина окончила высшие курсы актерского мастерства при Свердловской киностудии, и ей даже довелось поработать на съемочной площадке, что, по ее словам, очень помогло и до сих пор помогает в жизни. Список креативных увлечений Екатерины дополняет участие в качестве модели для рекламы женской одежды местных фабрик.

Но, конечно, любимыми увлечениями были и остаются музыка и поэзия. Раньше главными и самыми дорогими читателями произведений юной Екатерины были родные и близкие, друзья и подруги. «Сейчас я есть в соцсетях, публикуюсь в интернете. Со слов друзей, мои стихи даже цитируют, добавляют тематические картинки и публикуют в различных группах «ВКонтакте». Приятно!».

Теперь у Екатерины появилось еще множество читателей – из числа читателей корпоративной газеты «Вестник «СТС Групп».

Больше стихов
Екатерины Ласточкиной
on-line www.vestnik-stsgr.ru

О ЖИЗНИ С ХОББИ:

«Люблю путешествовать, люблю жизнь во всех её проявлениях, не могу и дня сидеть без дела. Сейчас в свободное от работы время профессионально занимаюсь эстрадно-джазовым вокалом. Медленно, но верно записываю первый сольный авторский альбом».

О ПОЭТИЧЕСКИХ КОНКУРСАХ:

«В поэтических конкурсах участвую крайне редко, т. к. нет времени, да и конкурсы сейчас коммерциализированы, к сожалению. Это когда ты платишь деньги за участие, якобы созывается жюри, где выбирают номинанта... Критерии отбора непонятны. Мне гораздо приятнее просто писать стихи и публиковать их».

ОБРАЩЕНИЕ К СТИХИЯМ

Дай мне силы, солнышко.
Помоги, земля.
Ветер, нежной радостью
Успокой меня.

Дай мне счастья, ты, вода,
Окуни в мечты.
Остуди мой пыл, бурян,
И, луна, свети.

Согревай меня, огонь,
Сосны, дайте дров.
Реки, горы и моря,
Где моя любовь?

Дай мне счастья, вольный ветер,
Звезды, помогите.
У комет прошу надежды,
У небес – обитель.

Смой мои обиды, дождь,
Водопад – печаль.
Дай мне храбрость, трын-трава,
Жизнь ДРУГОЙ начать.

ЛЮБОВЬ

Моя душа цветет сиренью,
Ты здесь, я знаю и дышу.
Моя любовь – мечты, творенье,
И о тебе я стих пишу.

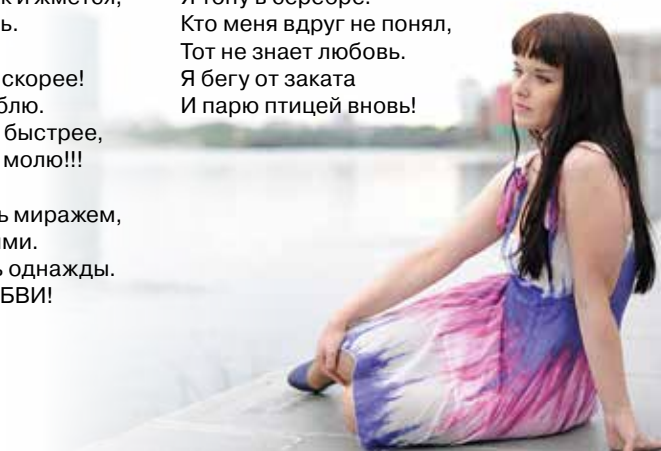
Глухая радость в сердце бьется,
Хочу открыть свободы дверь.
От счастья сердце так и жмется,
Я знаю, я жива теперь.

Но где же ты? Приди скорее!
Я жду, страдаю и люблю.
Часы, минуты, вдаль быстрее,
Сведите с ним меня, молю!!!

Не мучь меня, не будь миражем,
Меня ты крепко обними.
Я верю – ты придешь однажды.
Во имя ЖИЗНИ и ЛЮБВИ!

ПРИЗНАКИ ЛЮБВИ

Этой ночью не спится
В душной комнате мне.
Вот уж утро стучится
И идет по земле.
Выхожу я на ветер,
Растворяюсь в заре.
В этом юном рассвете
Я тону в серебре.
Кто меня вдруг не понял,
Тот не знает любовь.
Я бегу от заката
И парю птицей вновь!



ЗДОРОВЬЕ

ДЕРЖИ ГОЛОВУ В ХОЛОДЕ,
А НОГИ В ТЕПЛЕ

Суворовский совет можно воспринимать по-разному. Одни под холодной головой подразумевают холодный рассудок и отсутствие эмоций при принятии решений, другие воспринимают слова буквально, пренебрегая головными уборами даже в мороз. А вот относительно теплых ног большинство мнений сходятся. Остановимся подробно именно на «теплых ногах».

Так, почему же стоит держать ноги в тепле? Дело в том, что на стопах находится большое количество температурных рецепторов. Они напрямую связаны с рецепторами слизистой носа, а по пути к носоглотке проходят через почки, а через них – ко всей мочеполовой системе. Как следствие, замерзшие ноги провоцируют насморк и более тяжелые заболевания.



Кроме того, необходимость поддержания ног в тепле объясняется и следующими физиологическими особенностями: в зоне стоп мышечный массив очень мал, а жировая ткань и вовсе отсутствует. А ведь именно они отвечают за сохранение тепла. К тому же поверхность кожи ног относительно большая, а значит, тепло они отдают быстрее. Это и является причинами того, что ноги мерзнут особенно сильно.

Причинами замерзания ног может стать тесная или недостаточно теплая обувь. Но часто холодные ноги – следствие проблем со здоровьем: варикоза, нарушений в работе сердечно-сосудистой системы, диабета или понижение функции щитовидной железы. Если заметили, что ваши ноги постоянно холодные, несмотря на комфортную теплую обувь и одежду, ваши конечности мерзнут даже при относительно теплой погоде, то не стоит пренебрегать посещением врача.

Если же со здоровьем у вас все в порядке, вот несколько советов, как **СОХРАНИТЬ НОГИ В ТЕПЛЕ ИЛИ СОГРЕТЬСЯ**

В холодную погоду надевайте 2 пары носков. Многослойная одежда согревает лучше, нежели один пусть и толстый слой. Хорошо бы иметь в гардеробе термобелье, в частности носки. Из более экономичных вариантов – флисовая одежда. Этот материал хорошо аккумулирует тепло.



1

2



Добавьте в свой рацион жирную морскую рыбу, а перед выходом на улицу пейте горячий куриный бульон. А вот от кофе и алкоголя лучше отказаться. Они ухудшают состояние сосудов. Если же у вас пониженный гемоглобин, то употребляйте больше кураги, изюма, граната, миндаля, геркулесовой каши, свежих фруктов и овощей.

Пейте больше травяных отваров, компотов, морсов. Они способствуют увеличению циркуляции крови.



3

4



Помогают согреться ванночки с морской солью и эфирным маслом розмарина или гвоздики. Также можно добавить красный перец и корицу. Это нормализует кровообращение в ногах.

5

БУДЬТЕ АКТИВНЫ! Как минимум, не пренебрегайте утренней зарядкой. И, конечно же, укрепляйте иммунитет и тренируйте свои сосуды. Закаливание контрастным душем или ванночками для ног, бани и сауны, летом солнечные ванны.

МОСКВА МАСЛЕНИЧНАЯ

ИДЕМ
НА ПРОВОДЫ ЗИМЫ

В этом году Масленица начинается 7 марта, а в воскресенье 13 марта, в последний день масленичной недели, по всей стране пройдут народные гуляния – проводы зимы. Желающих повеселиться ждут многочисленные ярмарки, народные забавы, горы блинов, а финал всех торжеств – сжигание чучела.

ГДЕ МОЖНО ВЕСЕЛО И С РАЗМАХОМ
ПРОВОДИТЬ ЗИМУ

И ВСТРЕТИТЬ ДОЛГОЖДАННУЮ ВЕСНУ? (выборочный список)

ПАРК ИМЕНИ ГОРЬКОГО

Огромная территория парка как нельзя кстати для поистине народных гуляний. Здесь вы можете принять участие в самом большом масленичном хороводе страны, а также покатайтесь на коньках и санках, отведать вкусных блинов, начиненных разными вкусностями и, конечно же, посмотреть на сжигание чучела. Кстати, в парке можно будет самостоятельно сделать чучело: будут продаваться разноцветные ленты, платки и незаменимый компонент – солома. Дерзайте!



ПАРК СОКОЛЬНИКИ

Главным мероприятием здесь будет кулинарная битва по приготовлению блинов, которая состоится с 15:00 до 16:00 на Фонтанной площади. Проведет ее известный шеф-повар, ведущая авторской программы на телеканале «Домашний» Лара Кацова. Сразиться «на сковородах» смогут как профессиональные повара, так и гости праздника. На мастер-классе Лара раскроет секреты своих авторских начинок. Самых активных и веселых она угостит блинами собственного приготовления. А в 19:00 в парке сожгут чучело Масленицы.



ПАРК ПОБЕДЫ НА ПОКЛОННОЙ ГОРЕ

Посетители смогут принять участие в создании большой инсталляции (чучела Масленицы) и научиться делать традиционные народные сувениры. Гостей ждет множество мастер-классов и праздничный концерт. Выступит фольклорный коллектив «Родник». Можно будет поучаствовать в веселых конкурсах и обрядах со скоморохами, шутихами и балаганом, поиграть в традиционные русские игры. Начало развлекательных программ – 12:30.



РЕГИОНЫ

ВЛАДИМИРСКИЙ «ТИТАНИК» И ЦЕНТРАЛ ИДИЛЛИЯ МАЛЕНЬКИХ ГОРОДОВ

До 2000 года я жил в Лакинске, и до сих пор это мой любимый город. Здесь тихо и спокойно. Именно этим он меня и привлека-

ет. Город сравнительно молодой, образован в конце 19 века. Сначала это был рабочий поселок, где жили сотрудники мануфактурной фабрики. До сих пор на окраинах города стоят двухэтажные бараки тех времен, да и в целом вся архитектура Лакинска какая-то урбанистическая: химический завод, мебельная фабрика и пищевые производства.

Из достопримечательностей здесь разве что памятник Ленину. Зато природа красивейшая. На Клязьме есть прекрасные места, одно из них я особенно люблю и готов жить здесь

месяцами: лес, река, палатка. К сожалению, с каждым годом река мельчает и уже не такая широкая, как была во времена моего детства.

ФАКТ

Город Лакинск, названный так по имени купца Лакина, расположен на реке Ундолке (правом притоке Клязьмы). В черту Лакинска некогда вошло село Ундол (топоним от сокращения Унылый дол). Здесь в родовом имении несколько лет жил Александр Васильевич Суворов.

Но все равно мне здесь нравится. Минут 25 пешком через дачные поселки и попадаешь в красивейшее место.

Дом, где сейчас живут мои родители, находится на окраине города. Прямо за ним 25-километровая лесная полоса. Воздух чистый. Красота! Идиллия для тех, кто устал от городской

суеты. К сожалению, у меня сейчас редко получается сюда выбраться.

Во Владимирской области есть несколько городов «Золотого Кольца» (Муром, Ростов Великий, Гусь Хрустальный и др.). Крупнейший в туристическом маршруте, конечно же, Владимир. Если у вас не так много времени, то, наверное, можно остановиться именно

здесь. В этом древнем городе есть что посмотреть. Редко путешествую по «Золотому Кольцу», но вот во Владимир люблю приезжать. Здесь множество музеев и других красивых исторических мест. Одна только смотровая площадка чего стоит! Смотришь, а перед тобой... – прямо как в фильме «Титаник». Это

место и любимое, и одновременно нелюбимое. Мои приятные воспоминания здесь немного омрачаются, ведь, если оглянуться, на обратной стороне улицы Областной призывной пункт, откуда я призывался в армию.

Ну и в шутку я всегда говорю, что главная достопримечательность этого города – Владимирский централ. Тюрьма для особо опасных преступников, о которой пел Михаил Круг. Она стояла за пределами города, но сейчас город разросся, и теперь это заведение практически в центре. Стоит на нее посмотреть. Такая массивная, капитальная постройка, что, стоя рядом, испытываешь некоторую гордость за страну, за строителей, потрудившихся на совесть.

Анатолий Кимяев



Анатолий Кимяев, координатор проектов

О ЦИВИЛИЗАЦИИ:

«Не знаю, хорошо это или плохо, но цивилизация дошла и до Владимирской области. Московские производства переезжают в регионы, и Владимирская область не исключение. Теперь здесь на полях «вырастает» много складских комплексов, распределительных центров. Самобытность города теряется».

ДЕТСКИЕ ВОСПОМИНАНИЯ:

«Помню народные гуляния на масленицу, когда нужно было залезть на высокий столб. За это полагался приз. А еще настоящей сенсацией и праздником было, если вдруг в этот маленький городок приезжал цирк».

О СУВЕНИРАХ:

Из родных мест друзьям привожу покровские пряники. Они здесь вкусные и красивые.



Владимир



Лакинск

ВЛАДИМИР ● ЛАКИНСК ● КОЛЬЧУГИНО ● МУРОМ ● АЛЕКСАНДРОВ ● ГУСЬ-ХРУСТАЛЬНЫЙ ● СУЗДАЛЬ ● ЮРЬЕВ-ПОЛЬСКИЙ ● РОСТОВ ВЕЛИКИЙ



Кольчугино



Муром

Я хочу не просто рассказать о моей любимой и родной области, но, наверное, даже похвастаться. Я живу в Кольчугино. Этому городу 85 лет. Основой его построек стал медерасковочный и проволоочный завод – нынешний «Кольчугинский завод цветных металлов». Именно здесь изготавливают

самолета. И сейчас продукция завода пользуется очень большой популярностью.

Один из крупнейших объектов Владимирской области – «БЕКО»

(читайте на стр.5)



Теперь похваюсь городами «Золотого Кольца». Владимирская область ими богата. Александров, где находится кремль Ивана Грозного; Юрьев-Польский,

который славится своими историческими местами, а еще здесь снимали всеми любимый фильм «Золотой теленок»; Суздаль, про него можно вообще бесконечно рассказывать; Гусь-Хрустальный, известный изделиями из хрусталя и стекла.

Отдельно я хочу рассказать про любимый Муром. Это один из древнейших городов России, ровесник русской государственности, город с тысячелетней историей. Он безумно красивый. 2016-й год я встречала в этом городе. Муром известен не

только Ильей Муромцем, но и другими святыми – Петром и Февронией. В Муромском Свято-Троицком женском монастыре находятся мощи этих святых. Паломники со всей страны приезжают им поклониться.

В последние годы древний город обрывает новыми достопримечательностями, которые, как и древние храмы, святыни монастырей, живописная природа, музейные экспозиции под открытым небом, привлекают сюда с каждым годом все больше паломников и путешественников. Я советую и вам совершить увлекательную экскурсию по старинному городу.

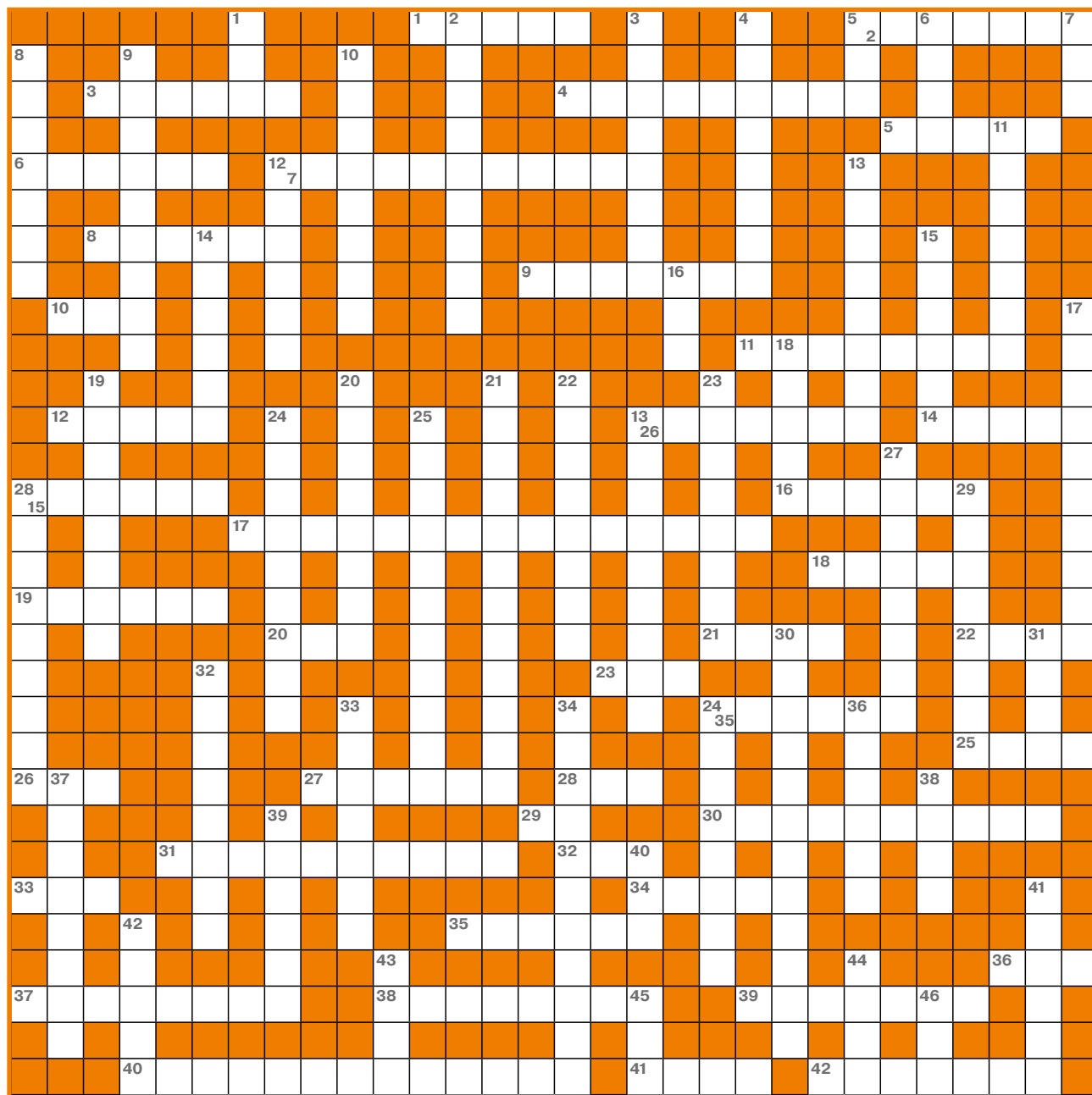
Светлана Барина



Светлана Барина, региональный координатор

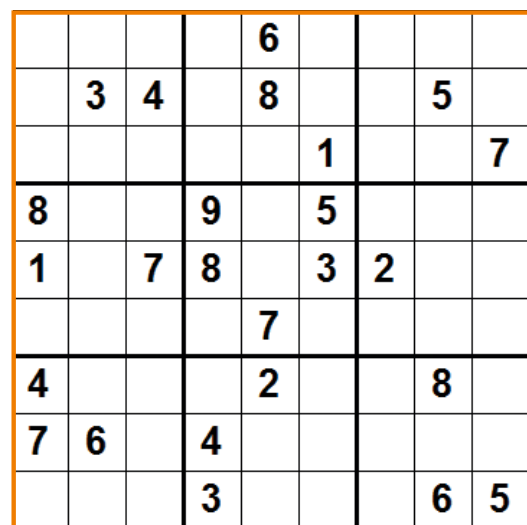
О СЕЛЕ КАРАЧАРОВО:

«Паломники и туристы с большим интересом едут в село Карачарово, родину Ильи Муромца. 1 января 1993 года в день памяти этого богатыря и заступника земли русской здесь была открыта церковь Гурия, Самона и Авива. Для неё потомки Ильи на свои деньги заказали икону Преподобного Ильи Муромца и вставили в неё ковчег с частицей мощей святого, переданный в свое время Киево-Печерской лаврой».



СУДОКУ

Задача – расставить цифры от 1 до 9 на поле так, чтобы они не повторялись в пределах одной строки, столбца и квадрата 3*3. Одна и та же цифра может появиться только один раз в каждой строчке, столбике и районе



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Первая часть слова, обозначающего переводчика с языка жестов.
2. Работает под водой.
3. Спец по обработке дерева или металла.
4. Художник, создающий объемные образы.
5. Деятель в области права.
6. Профессиональный чтец у микрофона.
7. Специалистка переплетного дела.
8. Активный автор интернет-страницы.
9. Поддерживает чистоту во дворе и на улице.
10. Префикс для обозначения специалистов, имеющих дело с животными.
11. Рабочий станка.
12. Работник морского транспорта.
13. Человек, который варит бодрящий напиток.
14. Профессия родом из эпохи охоты и собирательства.
15. Рекламирует своим визуальным образом.
16. Специалист по приему/передаче сообщений по радио.
17. Обслуживающий мусоропроводы.
18. Исполнитель ролей в театре и кино.
19. Учит спорту.
20. Конечная составная сложных слов, обозначающих ученых.
21. Группа музыкантов из трех человек.
22. Место или участок, где армеец исполняет свои обязанности.
23. Экскурсовод.
24. Ученый по окружающей среде.
25. Суффикс для обозначения лиц, занимающихся той или иной профессией.
26. Повар на судне.
27. Доставщик.
28. Лесник ведет их учет.
29. «Дело рук» химика.
30. Человек, генерирующий нестандартные идеи.
31. Продавщица в букетной лавке.
32. На нем специализируется окулист.
33. Личный слуга у знатной особы (в средневековье).
34. Тихоходное плавсредство – место работы для водолива.
35. Работник хлебопекарного производства.
36. Отдел, где работают специалисты по адм.-хозяйственному обеспечению.
37. Занимается отливкой металлических изделий.
38. Секретарь-помощник руководителя.
39. Составитель букетов.
40. Обеспечивает безопасность охраняемого лица.
41. Правитель, монарх.
42. Регистратор, табельщик.

Ответы на кроссворд, опубликованный в № 7 (11), смотрите на сайте www.vestnik.stsgr.ru

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Менеджер турагентства подбирает своим клиентам.
2. Упаковывает товары и грузы.
3. Покрывает специальным слоем поверхности стен.
4. Работник, занимающийся шитьем и починкой обуви.
5. Систематически совершающий кражи.
6. Ухаживает и доит крупнорогатых.
7. Лицо, отбывающее наказание в спецучреждении.
8. Ремесленник, выделяющий бочки или корабельные мачты.
9. Разносит телеграммы и письма.
10. Работник, выплавляющий сталь.
11. Обозреватель.
12. Крестьянин-предприниматель.
13. Представитель обвинения.
14. Добывает полезные ископаемые.
15. Занимается добычей угля под землей.
16. Им занимается отоларинголог.
17. Управляет гусеничными сельхозмашинами.
18. Его обязанность – приготовление пищи.
19. Готовит кондитерские десерты и кондитерские изделия.
20. Лечит нервную систему.
21. Руководит сценической и художественной составляющей кинокартины.
22. Специалист по уходу за озелененным участком.
23. С подносом в общепитах.
24. Изучает внутриклеточных паразитов, вызывающих заболевания.
25. Знает все о строение автомобиля и его неисправностях.
26. Принимает, хранит и отпускает ТМЦ.
27. Помогает худеть.
28. Собирает конструкции из готовых деталей.
29. С этого врача начинается медосмотр.
30. Человек, создающий новые технические устройства.
31. Приспособление для «объектов» работы массажиста.
32. Изучает земной покров.
33. В их работе важна мускульная сила.
34. Уполномочен вести предварительное расследование.
35. Благодаря ему в доме светло даже ночью.
36. Обладатель дара красноречия.
37. Ответственный за целостность и безопасность.
38. Портниха.
39. Техническое приспособление в производстве.
40. Сибирская река для сплавщиков.
41. Спец среднего звена, средний между рабочим и инженером.
42. Лицо, действующее по поручению кого-либо, представитель организации.
43. Подсчитывают экономисты при ЧП.
44. Лекарь.
45. Место работы инженера-теплоэнергетика.
46. Рабочий «день» теннисиста.