

... 2 ...

**ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ –
К ЗНАНИЯМ**

... 3 ...

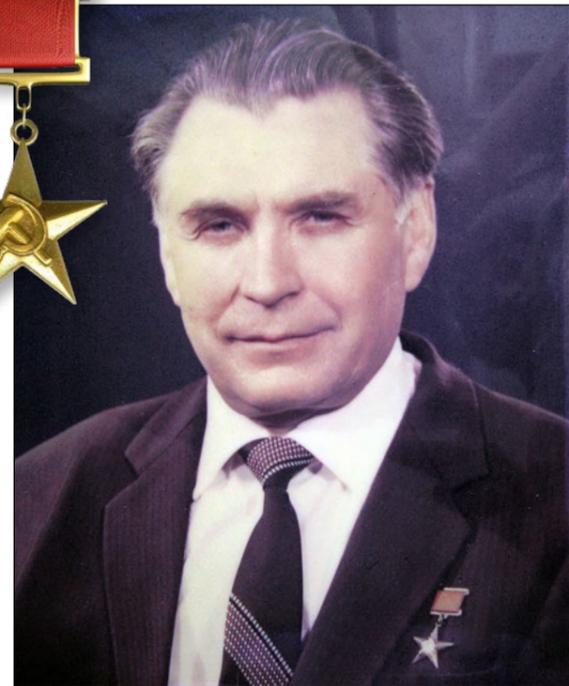
НАША ПОБЕДА

... 4 ...

**ЗАПАСАЕМСЯ
ВИТАМИНАМИ**

НАШ ГЕРОЙ

**Долгие годы общаясь с
замечательным и, не побоюсь
этого слова, великим буровиком
Хазиевым Галимзяном
Мухаметшиновичем, не перестаю
удивляться его доброте,
мудрости и скромности.**



Большая семья Хазиевых из башкирской деревни Исмаилово в первый же год войны осталась без кормильца, погибшего на фронте, и 11-летний Галимзян взял на себя все заботы и обязанности главы семейства. Трудное было время – война... Но Галимзян всегда помнил наказ отца: «Я верю в тебя». В 1949-м он подался на буровые, где можно было заработать больше, чем в колхозе, а значит, лучше содержать маму и младших детей.

Уже в те далекие годы молодой, инициативный и трудолюбивый парень не просто учился азам нелегкой профессии буровика, но старался ту или иную операцию сделать как можно лучше. Конечно, этого нельзя было не заметить, и сообразительного новичка назначили верховым, а затем и помощником бурильщика. Через три года его направили учиться в школу буровых кадров. В бригаду после учебы он вернулся бурильщиком, руководителем вахты. И здесь Галимзян Мухаметшинович доказал, что в полной мере освоил не только тонкости бурения, но и умение руководить своим маленьким коллективом. Его вахта была лучшей не только в бригаде, но и в Альметьевском УБР. Выполняла нормы механического бурения на 125–140 %, работала без травм и аварий.

В 1959 году труд бурильщика Хазиева был отмечен высокой наградой – орденом «Знак Почета». Через небольшой промежуток времени – медалью «За трудовую доблесть».

Время было такое – стране нужна была нефть, много нефти, чтобы восстановиться после жестокой войны. Буровики – пионеры нефтяной промышленности – всегда шли первыми. И трудности получали первыми, и награды за тяжелый, но такой нужный всем труд. Такой преданности и любви к своей профессии, как в бурении, пожалуй, нет ни в одной отрасли нашей промышленности. Не зря из 22 Героев Социалистического Труда в ПАО «Татнефть» 11 человек – буровики. Коллективы ПАО «Татнефть» и ООО «ТаграС-Холдинг» гордятся своими героями, стремятся быть достойными приемниками традиций, починов и рекордов.

Вот и наш герой Галимзян Мухаметшинович – один из них. В 1966 году, став буровым мастером, скрупулезно изучал опыт своих коллег-мастеров. Во главу угла ставил подготовительный процесс. Каждую новую скважину начинал бурить после изучения условий проходки, консультации с инженерами-технологами, подбора гаммы долот и точного следования требованиям геолого-технического наряда. До сих пор у альметьевских буровиков на устах любимая поговорка Хазиева: «Качество времени не отнимает».

Долгие годы бригада носила звание «Бригада отличного качества», не раз была удостоена призовых мест во Всесоюзном соревновании.

Помимо всего, в жизни мастер всегда остается очень человеческим. Все члены бригады уважали его за заботу о них, за помощь в трудных бытовых ситуациях. Жила бригада одной дружной семьей. Так сработались, что в 1970 году стали лучшими по проходке и другим показателям в своем УБР. За достижение высоких показателей, отличное качество работ, умелое использование новой техники, за воспитание прекрасного коллектива буровой мастер Хазиев Галимзян Мухаметшинович в 1971 году был удостоен звания Героя Социалистического Труда. Копилку наград дополнили орденом Ленина и золотая медаль «Серп и молот». Все члены бригады были отмечены наградами.

Любимому делу Галимзян Мухаметшинович посвятил 45 лет жизни. Он всегда говорит: «Если любишь свою работу – ты счастливый человек». Так что он считает себя счастливым.

Повезло ему и в личной жизни. Вместе с супругой Асией Габдулгалимовной воспитали четверых детей. У них восемь внуков и десять правнуков. Все живут дружной семьей. Сам ветеран до последнего времени занимался пчеловодством и огородничеством на любимой даче в селе Кама-Елга. Сейчас возраст не позволяет активно заниматься этим, но продолжает дело деда любимый внук.

11 июля 2020 года нашему уважаемому буровому мастеру, Герою, ветерану Хазиеву Галимзяну Мухаметшиновичу исполняется 90 лет. Коллектив ООО «УК «Татбурнефть» от всей души поздравляет его с этим замечательным юбилеем! Здоровья на долгие годы, благополучия Вам и Вашим близким.

**Н. Б. ИСАЕВА,
председатель Совета ветеранов
ООО «УК «Татбурнефть»**

НОВОСТИ С ПРЕДПРИЯТИЙ

» НП ООО «Горизонт»

С 01.06.2020 по 25.06.2020 НП ООО «Горизонт» осуществляло инженерно-технологическое и информационное сопровождение на 32 скважинах, а именно: на 6 новых горизонтальных скважинах, 1 боковой горизонтальной скважине, 8 наклонно-направленных скважинах, 16 скважинах «малого» диаметра, 1 скважине СВН.

» ООО «Татбурнефть-ЛУТР»

За июнь 2020 г. силами ООО «Татбурнефть – ЛУТР» были проведены тампонажные работы по креплению направления – 45, кондуктора – 48, эксплуатационных колонн – 56 и 5 хвостовиков, из них:

- для ПБР ООО «УК «Татбурнефть» – 23 скважины;
- ПАО «Татнефть» – 8 скважин;
- ООО «ТаграС-РемСервис» – 6 скважин;
- сторонних заказчиков – 24 скважины.

С разбивкой по диаметру скважин:

- 245 мм – 3 скважины; 178 мм – 3; 168 мм – 11; 146 мм – 4;
- 114 мм – 20; 114 хв – 1; 102 мм – 13; 102 хв – 3; 73 мм – 1;
- технические – 2 скважины.

Комплексами выполнено цементирование эксплуатационных колонн на 14 скважинах.





ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ – К ЗНАНИЯМ

2020 год оказался богатым на события. Особенно повлияла на нашу жизнь самоизоляция в связи с вирусом, которая буквально связала людей по рукам, изолировав общественность. Поэтому на предприятиях возник вопрос о своевременном обучении персонала с соблюдением санитарных правил.

Так как квалифицированный персонал является ключевым звеном для достижения высоких производственных показателей, руководство ООО «НКТ-Сервис» решило проводить обучение в своем учебном центре в режиме онлайн. Для этого там были созданы все необходимые условия: установлены программы для проведения видеообучения, преподаватели обучены работе в новом формате, закуплены камеры.

После получения распоряжения о проведении обучения в режиме онлайн руководство Джалильского цеха и инженер ПБ и ОТ оперативно организовали обустройство учебного класса непосредственно в цехе со всем оборудованием, необходимым для данных условий обучения и с учетом соблюдения санитарных правил



и норм. При этом учитывались условия комфортного обучения для работников цеха. Некоторые работники, не имеющие возможности обучаться в учебном классе Джалильского цеха, впервые столкнулись с современными средствами связи (планшет, смартфон) в домашних условиях. Несмотря на это, они смогли освоиться, самоорганизоваться, и проблем с обучением у них не возникло.

Процесс обучения в онлайн-формате показал удовлетворительные результаты не только для обучающихся, но и для руководства цеха. Такой опыт приобретен впервые и придал уверенности в том, что, невзирая на трудности нештатных ситуаций на про-

изводстве, работники получают квалифицированные знания на высоком уровне.

Несмотря на нестандартную форму обучения, персонал Джалильского цеха в короткие сроки (апрель – май) подтвердил свои знания по специальности «стропальщик», а также получил новое квалифицированное обучение по курсу «крановщик-оператор». Данный опыт обучения зарекомендовал себя с положительной стороны и позволил продолжить производственную деятельность.

Танзиля ГУМЕРОВА,
инженер ПБ и ОТ
Джалильского цеха
ООО «НКТ-Сервис»

РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ НОВОГО ОБОРУДОВАНИЯ В ОБЩЕСТВЕ «ТАТБУРНЕФТЬ – ЛУТР» ЗА ВТОРОЙ КВАРТАЛ 2020 ГОДА

За второй квартал 2020 года при помощи новой современной техники, приобретенной в 2019 году, общество «Татбурнефть – ЛУТР» произвело опытно-промышленные работы на скважинах заказчика ООО «УК «Татбурнефть» Нурлатского предприятия буровых работ и скважинах ПАО «Татнефть».

При помощи нового ЦТ 25 М1У, совмещающего в себе два вида спецтехники – цементовоз и пескосмесительное устройство – на одном шасси, были выполнены следующие работы: на скважине № 1724 (буровой подрядчик Нурлатское предприятие буровых работ) произвели крепление кондуктора 168 мм; на скважине № 11348 была выполнена работа по креплению эксплуатационной колонны 114 мм с использованием современного тампонажного материала Kerwood, а на скважине № 11330 заказчика ПАО «Татнефть» произведены работы по креплению направления 245 мм.

Техника показала себя очень хорошо, особенно при использовании облегченного материала. Использование ЦТ25 М1У практически в два раза сокращает количество используемой тампонажной техники, что очень выгодно и удобно как для заказчика, так и для общества «Татбурнефть – ЛУТР», так как позволит закрывать большее количество заявок с использованием меньшего количества единиц техники.

А. Т. КАШАПОВ,
инженер по креплению
скважин I категории
ООО «Татбурнефть – ЛУТР»



«ТАТНЕФТЬ», «ГАЗПРОМ НЕФТЬ» И ЛУКОЙЛ СОЗДАЛИ СОВМЕСТНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ЗАПАСОВ «ТРУДНОЙ» НЕФТИ В ВОЛГО-УРАЛЬСКОМ РЕГИОНЕ

«ТАТНЕФТЬ», «ГАЗПРОМ НЕФТЬ» И ЛУКОЙЛ ЗАКРЫЛИ СДЕЛКУ ПО СОЗДАНИЮ СОВМЕСТНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ ДЛЯ ПОИСКА И ДОБЫЧИ ТРУДНОИЗВЛЕКАЕМЫХ ЗАПАСОВ УГЛЕВОДОРОДОВ В ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ.

В портфель активов совместного предприятия – ООО «Новые технологии добычи нефти» – вошли Савицкий и Журавлевский лицензионные участки. Доли участников в совместном предприятии распределены в пропорции 1/3.

Партнеры объединят операционные и технологические компетенции для наиболее эффективного освоения традиционных залежей нефти, а также разработки рентабельных технологий для промышленного освоения трудноизвлекаемых углеводородов на двух участках в Оренбуржье.

Савицкий лицензионный участок расположен в Бузулукском и Грачевском районах Оренбургской области. Его площадь составляет около 900 кв. км. Участок отличается низкой степенью геологической изученности.

В настоящий момент на Савицком участке завершается бурение первой поисково-оценочной скважины. Всего программа геологоразведочного изучения участка включает строительство шести поисковых и разведочных скважин с горизонтальным заканчиванием. Партнеры проводят комплекс геофизических исследований, включающий отбор и изучение керна и флюидов, научно-исследовательские и полевые сейсмические работы. Помимо этого, на площади более 880 кв. км проведена 3D-сейсморазведка.

Журавлевский лицензионный участок расположен на территории Бузулукского района Оренбургской области и граничит с Савицким лицензионным участком. Его площадь составляет порядка 120 кв. км. На территории участка расположено Журавлевское месторождение, которое было открыто в 1965 году и в настоящий момент находится в консервации. Согласно данным Государственного баланса запасов, остаточные геологические запасы составляют около 2,5 млн тонн нефти. Кроме того, на участке могут присутствовать залежи трудноизвлекаемых углеводородов.

Программа геологоразведочного изучения Журавлевского участка на 2020–2023 годы включает проведение 3D-сейсмки на площади в 118 кв. км, бурение одной разведочной скважины на традиционные запасы и одной поисково-оценочной скважины с горизонтальным заканчиванием на нетрадиционные. После интерпретации результатов геологоразведочных работ и подтверждения запасов будет сформирована программа опытно-промышленной разработки актива.

Опытно-промышленную разработку Савицкого и Журавлевского участков планируется начать в 2024 году.

СПРАВКА

ПАО «Татнефть» – одна из крупнейших российских вертикально интегрированных нефтяных компаний, в составе которой динамично развиваются нефтегазодобыча, нефтепереработка, нефтегазохимия, шинный комплекс, сеть АЗС, электроэнергетика, разработка и производство оборудования для нефтегазовой отрасли и блок сервисных структур.

Компания обладает значительным технологическим опытом в разработке трудноизвлекаемых запасов. «Татнефть» – первый в России обладатель полного цикла технологий от разведки, проектирования и управления разработкой месторождений сверхвязкой нефти до ее подготовки к переработке и реализации. Компанией запатентовано более 260 технологий и технических решений в этой области.

ПАО «Газпром нефть» – вертикально интегрированная нефтяная компания. Основные виды деятельности – разведка и разработка месторождений нефти и газа, нефтепереработка, производство и сбыт нефтепродуктов. В структуру «Газпром нефти» входят более 70 нефтедобывающих, нефтеперерабатывающих и сбытовых предприятий в России, странах ближнего и дальнего зарубежья.

«Газпром нефть» входит в топ-10 мировых публичных компаний по объему доказанных запасов жидких углеводородов и является одним из лидеров по темпам их восполнения. По объему добычи и переработки нефти «Газпром нефть» входит в тройку крупнейших компаний России. В 2019 году компания добыла 96,1 млн тонн н. э., объем переработки составил 41,5 млн тонн нефти.

ПАО «ЛУКОЙЛ» – одна из крупнейших международных вертикально интегрированных нефтегазовых компаний, на долю которой приходится около 2 % мировой добычи нефти и около 1 % доказанных запасов углеводородов. Основные виды деятельности Группы «ЛУКОЙЛ»: разведка и разработка месторождений нефти и газа, производство и реализация нефтепродуктов, нефтехимической продукции и электроэнергии. Доля ЛУКОЙЛа в добыче и переработке нефти в России – 15 %. По итогам 2019 г. добыча ЛУКОЙЛа составила 87,5 млн тонн нефти и 35 млрд куб. м газа, переработка – 68,7 млн тонн нефти.

Компания успешно осваивает трудноизвлекаемые запасы нефти на Имилорском месторождении в Западной Сибири, на Усинском и Ярегском месторождениях в Республике Коми и в других проектах.

Благодаря применению современных технологических решений только в 2019 году на ключевых месторождениях высоковязкой нефти и месторождениях с низкопроницаемыми коллекторами добыча ЛУКОЙЛа выросла на 20 %.

ТАК ДЕРЖАТЬ!



Традиционно мы чествуем передовиков производства нашего предприятия. Буровая бригада Альметьевского ПБР ООО «Татбурнефть» под руководством бурового мастера **БУЛЯКОВА Нияза Сириневича** пробурила 17 апреля 2020 года **502** метра. Не впер-

вые буровая бригада Булякова Н.С. достигает высоких производственных показателей. Альметьевское предприятие буровых работ гордится своими работниками, показывающими такие результаты и слаженную работу.



ГЕРОИ ВРЕМЕНИ

Сегодня я хочу вас познакомить еще с одним участником ВОВ – Александром Петровичем Скучаевым. Родился Александр Петрович 14 августа 1927 года и вырос в селе Петропавловка Новошешминского района. Начальное образование получил там же. В школе он был прилежным и воспитанным учеником. Любил много читать и заниматься физкультурой. Александр Петрович окончил пять классов.



НАША ПОБЕДА



Великая Отечественная война закончилась 75 лет назад.

Эта война изменила ход мировой истории, судьбы людей и карту мира.

Наш народ противостоял мощному натиску высокоорганизованного и хорошо вооруженного противника – нацистской Германии и ее союзников.

Мы выстояли и победили.

Уже с 12 лет он начал трудиться в местном колхозе разнорабочим. Но вскоре его призвали в армию, где он отслужил 6,5 лет. Принимал участие в войне с Японией, служил минометчиком в 67-м запасном стрелковом полку, вспоминает Александр Петрович. Он гордо показывает свои награды, которых у него очень много: медаль «За победу над Германией», «За победу над Японией», а также юбилейные медали.

После войны А. П. Скучаев продолжил службу в Венгрии, Монголии и на Украине. Демобилизовавшись, вернулся в родное село и женился на односельчанке.

В свои 25 лет устроился в Елабужское управление разведочного бурения. Общий трудовой стаж Александра Петро-

вича составил 44 года, из них 33 года он проработал в Елабужском управлении разведочного бурения: 21 год – помощником бурильщика и 12 лет – вышкомонтажником. За время работы показал себя очень ответственным и опытным работником, который был предан своему делу! Про таких, как Скучаев, говорят: «Не он работы боится, а она его». Александр Петрович был опытным наставником, передающим молодым работникам нашего предприятия свой богатый опыт и знания.

За достигнутые успехи в труде он награжден множественными грамотами и ценными подарками. В 1976 году за высокие производственные показатели, достигнутые в 9-й пятилетке, награжден зна-

ком «Победитель соцсоревнования в 1975 г.». В 1979 году был награжден Почетной грамотой объединения «Татнефть».

Александр Петрович богат: его богатство – дети. Он прекрасный отец двух дочерей и сына, дед пятерых внуков и четырех правнуков.

В свои 92 года он полон сил, энергии и отличного настроения.

Коллектив Предприятия вышкомонтажных работ гордится, что такой ответственный и добросовестный человек трудился на нашем предприятии. Хочется пожелать Александру Петровичу крепкого здоровья и долгих лет жизни!

Елена ТРОФИМОВА

ЭПОХА

Буровики – народ в делах горячий,
Буровики всегда идут вперед.
Все потому, что нам нельзя иначе,
Все потому – такой уж мы народ.

Знакома нам прикамская погода:
Дожди, метели, снежная пурга,
Пропитанные нефтью наши роботы,
У устья скважин шальные ветра.

Трудиться мы умеем неустанно,
У нас мечты важнее этой нет:
Чтоб родники упрягие фонтанов
В Прикамье не иссякли сотни лет.

Буровики – народ в делах горячий,
Буровики всегда идут вперед.
Все потому, что нам нельзя иначе,
Все потому – такой уж мы народ.

Антонина Силкина

22 августа 1949 года для ее поиска в северных районах Татарии была организована Аракчинская контора разведочного бурения – прародительница Елабужского управления разведочного бурения. Делая первые шаги, не имея опыта, работоспособного и современного оборудования, в тяжелейших условиях труда и без нормального быта первые елабужские буровики пробивались по бездорожью через густые леса Прикамья и глубокие воды Камы в поисках черного золота. Тогда их неимоверный труд принес долгожданные плоды – ударил первый фонтан Бондюжского месторождения нефти.

С того времени прошел уже 71 год. Было открыто еще множество месторождений, ударными темпами продолжалась работа по разработке запасов нефти Татарии, покорялись недра Удмуртии, Пермского края, Самарской и Оренбургской областей. Ступала нога елабужских буровиков и на землю Индии, Ливии и Ирака. С гордостью можно сказать, что во всех начинаниях

В послевоенные годы, когда шло усиленное восстановление страны, нашей советской Родине как воздух требовалось черное золото – нефть.

всегда нам сопутствовал успех, всегда достигались необходимые результаты.

Иметь свой особенный подход в решении возникающих трудностей, не бояться идти в ногу со временем, разрабатывать, внедрять и применять новые методы работы, с головой погружаться и решать самые сложные задачи, которые зачастую

многим оказывались не под силу, – это всегда было в характере елабужских буровиков и являлось их визитной карточкой. Примеров тому много. Самый известный, прославивший и вписавший наше имя в историю советского и российского бурения – перевозка на связанных между собой баржах по реке Каме собранных и го-

товых к работе буровых установок БУ-75.

С таким энтузиазмом и стремлением всегда быть в лидерах и примером для других продолжало работу предприятие и до сегодняшних дней. Это не было бы возможным без дружного коллектива, большой и крепкой семьи. У многих вся жизнь связана с родным предприятием. Сюда они приходили молодыми специалистами после института и техникума, здесь находили свои половинки, создавали семьи. Многие, кого можно с гордостью называть детьми предприятия, продолжали дело своих родителей, создавая династию елабужских буровиков. Кто-то

приезжал из других городов и становился неотъемлемой частью нашей большой семьи, кто-то проработал совсем немного.

Сейчас наступает новый этап в жизни предприятия – три бригады Елабужского цеха бурения продолжают свою работу в составе Нурлатского предприятия буровых работ.

Чтобы увековечить эпоху елабужских буровиков, планируется создать музей, посвященный елабужским буровикам и их вкладу в развитие города и района. В музее продолжит работу совет ветеранов предприятия.

Коллектив елабужских буровиков





ОСОЗНАННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ – ПУТЬ К НУЛЕВОМУ ТРАВМАТИЗМУ

Культуру безопасности труда нельзя приравнять к какой-то конкретной структуре для обеспечения безопасности труда на предприятии, например, к отделу кадров, службе безопасности и т. п. Нельзя приравнивать и к проводимым программам безопасности, например, расследованию несчастных случаев, оценке условий безопасности труда, определению рисков и пр.

Культура безопасности труда на предприятии соединяет в себе как лидерство и поддержку высшего руководства, участие руководителей среднего звена, так и соблюдение мер безопасности работников, с общей целью – сохранение жизни и здоровья работников. А значит, для того, чтобы повысить культуру безопасности на предприятиях, нужно изменить позицию руководства. Это, в свою очередь, приведет к повышению производительности труда и экономическому эффекту. Необходимо объединить культуру безопасности труда с системой производства и общим уровнем контроля производственного процесса.

Нет единого пути интегрирования и развития культуры безопасности для всех организаций. Лучший подход – вовлечение всех сотрудников в процесс совершенствования культуры безопасности.

При этом сваливать человеческие жизни и увечья только на безответственность руководителей тоже нельзя: часто предприятие инвестирует немалые деньги в повышение безопасности производства, приобретает новые технологии и оборудует цеха с учетом всех требований. Однако ни одна технология защиты не будет работать, если сам человек не будет соблюдать банальные правила безопасности.

Именно человеческий фактор чаще всего фигурирует в отчетах по производственному травматизму.

На это словосочетание списывают безответственность, невнимательность, усталость работника. Но такой подход в корне неверен.

Путь к нулевому травматизму – это комплекс мер. Безопасность нужно обеспечивать техни-

чески. Когда организация экономит на закупке средств индивидуальной защиты, о какой осознанной безопасности может идти речь?

Впрочем, травмы случаются и на тех производствах, где жизнь сотрудников ценят больше дохода, который этот работник может принести.

В основе опасной практики лежит, как бы странно это ни звучало, безопасность.

Человек раз за разом поднимается на высоту пять метров без специального страховочного снаряжения – и раз за разом с ним ничего не случается. Это закрепляется как норма. «Прошлые 99 раз ничего не было, и в этот обойдется», – так думает он. Но в сотый раз он срывается с лестницы и травмируется или погибает.

Какой же выход?

Чтобы прекратить опасную практику, существует определенный алгоритм. Ответственный руководитель, каждый раз сталкиваясь с нарушением, должен «прогнать» работника через несколько вопросов.

1. Что ты сейчас делал?

Нарушитель должен сказать, что он, к примеру, выполнял работы на высоте, не застегнул каску и не используя страховочную привязь.

2. Что тебе было важнее: результат, собственный комфорт или соблюдение правил безопасности?

Понятно, что, если работы проводились без соблюдения правил безопасности, в приоритете были не они. Нарушитель должен сам проговорить это вслух, чтобы осознать.

3. Какую цену ты можешь заплатить сейчас и потом, если и в дальнейшем будешь так же расставлять приоритеты?

Если нарушитель говорит только о штрафе, который ждет его за несоблюдение техники безопасности, – это тупик.

Штрафные санкции никогда (!!!) не дают нужного эффекта. Важно, чтобы рабочий понял, что он рисковал собственной жизнью, что мог оставить без средств существования свою семью, что рисковал жизнями коллег: приняв его поведение за верное, они могут так же наплеватьски относиться к требованиям безопасности.

И, если человек не кривил душой, отвечая на эти вопросы, у него складывается четкая связь между своим поведением и его последствиями. И чем чаще коллеги будут одергивать тех, кто не соблюдает требования безопасности, тем ближе будет цель «ноль».



НЕТ ТРАВМАТИЗМУ!

ЗАПАСАЕМСЯ ВИТАМИНАМИ

Летом наш организм набирает витамины, поэтому в сезон стоит есть как можно больше свежих плодов: за лето надо съесть приблизительно 40–50 килограммов ягод и фруктов.

Это на самом деле не такая и большая цифра: пара стаканов ягод или несколько спелых яблок в день. Употреблять их лучше в свежем виде, чтобы организм смог извлечь из них максимальную пользу. А на зиму ягоды лучше всего заморозить либо высушить в тени (так полезные вещества меньше улетучиваются) и потом готовить из них варенье или морс. Вареньям же лучше предпочесть «пятиминутку»: по времени оно варится меньше, а сахара в него добавляется больше и хранится оно в холодильнике. Концентрация витаминов в таком варенье гораздо выше, чем в том, которое томилось на огне несколько часов.



КЛУБНИЧНОЕ ВАРЕНЬЕ-ПЯТИМИНУТКА

Ингредиенты:

(2 банки по 600 мл)

- 1 кг клубники
- 1 кг сахара
- 1 ст. л. лимонного сока

1. Для приготовления этого варенья можно использовать любую клубнику: среднюю, меленькую, не очень красивую, так сказать, ягоды второго сорта. Обычно такая клубника значительно дешевле отборной, что и позволяет варить варенье.

2. Клубнику моем, даем стечь воде. Затем удаляем плодоножки. Если попадается очень крупная клубника, то ее лучше разрезать пополам, чтобы все ягоды, в том числе и большие, успели провариться за 5 минут.

3. Подготовленную клубнику сразу складываем в эмалированную миску или кастрюлю, можно использовать другую неокисляющую посуду.

4. Засыпаем клубнику сахаром. Чтобы клубничная пятиминутка хорошо хранилась без холодильника, на каждый килограмм ягод кладем килограмм сахара. При меньшем количестве сахара клубнику либо варим дольше, но при этом теряем часть витаминов, либо готовое варенье храним в холодильнике.

5. Клубнику в сахаре накрываем чистым полотенцем и оставляем на пару часов, чтобы ягода пустила сок. Обычно она сок пускает очень быстро, и его много.

6. Кастрюлю с выпустившей сок клубникой ставим на огонь. Нагреваем на слабом огне, время от времени встряхиваем кастрюлю, чтобы нижние ягоды не начали пригорать. По мере нагревания клубника выпускает все больше и больше сока.

7. Появившуюся пенку снимаем чистой деревянной ложкой.

8. Чтобы варенье не засахаривалось и не было приторно-сладким, добавляем столовую ложку лимонного сока.

9. Кипятим варенье 5 минут на среднем огне. Горячее варенье из клубники разливаем по сухим чистым банкам, тщательно закупориваем металлическими крышками и ставим крышками вниз. На следующий день остывшее варенье ставим на хранение в темное прохладное место (вдали от нагревателей и солнечных лучей).

10. Клубничная пятиминутка получается не очень густая, поскольку ягода содержит много сока, да и само варенье варится всего пять минут.

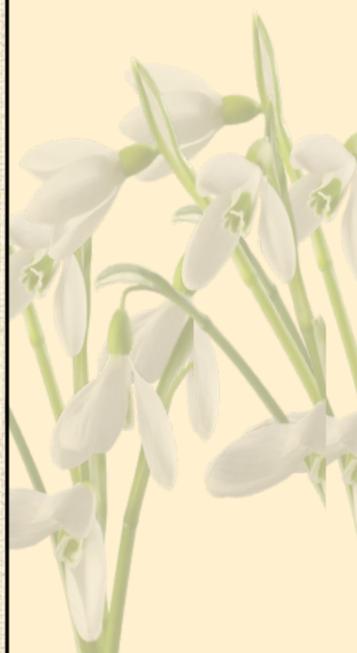
Приятного аппетита!

Вкусные и полезные рецепты от Алены Хохловой
<https://www.good-menu.ru/>

С 50-летним Юбилеем!

Феофанова Михаила Михайловича, моториста цементировочного агрегата Альметьевского филиала ООО «ТБН – ЛУТР», 19.07.

Акмалову Раушанию Нажмигадинову, распределителя работ Лениногорского цеха ООО «ТБН – ЛУТР», 23.07.



ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

8-800-250-91-00

звонок бесплатный
7:45 — 17:00

ВЫ МОЖЕТЕ ОБРАТИТЬСЯ НА ГОРЯЧУЮ ЛИНИЮ КОМПАНИИ ПО СЛЕДУЮЩИМ ВОПРОСАМ:

- условия труда
- оплата труда (зарплата, оплата больничных и отпуска)
- социальные вопросы (ипотека, полис ДМС, ссуда, отдых, спорт)
- предложения по совершенствованию работы компании
- нарушения в области промышленной безопасности и охраны труда
- противозаконные действия в отношении компании (угроза жизни и здоровью людей, кража)
- прочие вопросы, связанные с деятельностью компании

НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ

«Медведь – силой, человек – смекалкой».

Удмуртская пословица



РЕДАКЦИЯ
Редактор Д.Н. Дюкарева
Адрес редакции: 423450,
г. Альметьевск,
ул. М. Джалиля, 51
Телефон: 38-90-34

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ:
ООО «УК «Татбурнефть»
АДРЕС: 423450, г. Альметьевск,
ул. М. Джалиля, 51
E-mail: tbn-gazeta@tagras.ru
www.tatburneft.ru www.tatburneft.pф www.tagras.ru

Газета отпечатана в ООО «Городская типография», 423450, г. Альметьевск, ул. Марджани, 82. Подписана в печать 30.06.2020. Заказ 1524. Тираж 600 экземпляров.