

SOS тязания спасателей

22 сентября 2003 г. в парке им. Степанова прошли первые соревнования среди студенческих спасательных формирований Ивановской области, на которых команда ИГЭУ заняла I место!



Данное мероприятие проводилось при поддержке Правительства Ивановской области и Главного управления МЧС России по Ивановской области.

День состязаний начался для участников (к сожалению, приглашения на них проигнорировали студенты ИГМА, ИГХТУ и ИВГУ) с торжественного построения и принесения клятвы спасателей. Из 38 ребят

22 получили специальные удостоверения, которые дают им право помогать государственным службам (в частности МЧС), принимая активное участие в операциях по спасению людей (разумеется, с письменного согласия самого человека). Для студентов это фактически вторая профессия!

После официальной части и краткого предварительного инструктажа, проведенного областной командой спасателей-профессионалов, начались непосредственно соревнования. Во время разминки оценивались умения участников работать со спасательным оборудованием: пилой-болгаркой, бензопилой и брандспойтом. На различных этапах состязаний моделировались действия спасателей в условиях чрезвычайной ситуации. Молодым спасателям необходимо было продемонстрировать свое умение устранить утечку химически вредных веществ; освободить раненого из-под завала, транспортировать на носилках и оказать ему первую медицинскую помощь; спасти человека в воздухе (80-килограммовый манекен, подвешенный к мосту над рекой, должен был быть снят и в лодке перевезен на берег).

Необходимо сказать, что некоторые из конкурентов к моменту начала мероприятия уже имели значительный опыт

участия в таких специфических состязаниях: 16 студентов ИГТА прошли необходимый курс подготовки и получили удостоверения юных спасателей еще в 2008 г. Однако, несмотря на данные обстоятельства, команда ИГЭУ во главе с капитаном Сергеем Махловым (ЭМФ, гр. 5-38) блестяще справилась со всеми заданиями и к финишу вышла победителем. Следом шли команды из ИГТА (II место) и ШГПУ (III место). В качестве призов участники получили альпинистское снаряжение, огнетушители и другие вещи, необходимые для сложной работы спасателей.

Свой штрих внесла и команда спасателей-профессионалов, продемонстрировавшая задержание преступника на водном транспорте, спасение заблокированного в горящем автомобиле пострадавшего, тушение пожара установкой «Тайфун» и поисково-спасательные работы с собаками.

Поздравляем студентов ИГЭУ с заслуженной победой!

Р. С. По просьбе самих ребят, выражаем благодарность А. А. Драгунову, доценту кафедры БЖД, за воспитание команды и оказание моральной поддержки в ходе соревнований.



Здоровый мир начинается с Вас!

6 октября – Всемирный день охраны мест обитаний

Праздник был учрежден в 1979 г. в рамках Конвенции об охране дикой фауны и флоры и природной среды обитания в Европе. В современном мире экологические проблемы по своей общественной значимости вышли на одно из первых мест. Планета постепенно увядает. Безвозвратно исчезают целые виды животных и птиц. Воздух, почва и водоемы загрязнены ядовитыми выбросами. В морях и океанах дрейфуют острова из бытового мусора. Медики бьют тревогу: ухудшается здоровье людей. В большинстве промышленных районов страны треть жителей имеет различные формы иммунологической недостаточности. Растет число аллергических и раковых заболеваний, врожденных патологий у детей.

Если взять отдельно Россию, то, по оценкам экологов, мы относимся к стра-

нам мира с наихудшей экологической ситуацией!.. Загрязнение окружающей среды достигло невиданных масштабов. Одни убытки экологического характера, по подсчетам специалистов, ежегодно составляют сумму, равную половине национального дохода страны. По стандартам Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) при ООН наш народ находится на грани вырождения. Примерно 15 % территории страны занимают зоны экологического бедствия и чрезвычайных экологических ситуаций. Около 40 % потребляемой населением питьевой воды не отвечает гигиеническим требованиям. 20 % жителей городов и поселков дышат воздухом, не отвечающим установленным нормам.

От нашей сознательности и активности зависит решение вопроса о выживании, сохранении здоровья и создании нормальных условий для жизнедеятельности. Проблемы экологии не терпят отлагательства: завтра может быть поздно. Почему бы не воспользоваться при-

мером стран Европы, которые отказались от пластиковой тары, требующей специальной утилизации, организовали приемку использованных батареек и ламп. Хотя еще в 2002 г. Европейская комиссия подготовила директиву, согласно которой государствам Евросоюза запрещается хранение всех видов батарей и аккумуляторов на мусорных свалках и вменяется в обязанность наладить их сбор и переработку. В нашей стране данный процесс идет крайне медленно; остро ощущается нехватка мусороперерабатывающих заводов.

Пока проблемы экологии и охраны окружающей среды решаются на государственном уровне, давайте начнем с себя. Воспитаем в себе культуру поведения в общественных местах и на природе. Ведь это нетрудно – убрать за собой мусор после пикника, содержать в порядке свой двор и жилище, не бросать где попало бутылки и банки, принимать активное участие в акциях по озеленению.

10 октября – Всемирный день психического здоровья

психическими отклонениями. Все больше случаев тяжелой депрессии наблюдается у молодежи.

Да и сейчас состояние здоровья россиян вызывает обеспокоенную общественную тревогу. Наблюдается кризис физического и психического здоровья всех возрастных групп: высокая заболеваемость, снижение трудоспособности, рост преступности, наркомании и алкоголизма, а как результат – уровень продолжительности жизни становится все ниже. Увеличилось число разводов, неполных и неблагополучных семей, год от года растет число самоубийств... Причины такой ситуации в нашей стране многообразны. Отчасти они обусловлены социально-экономической депрессией, отчасти – изменением ритма и образа жизни современного человека: характер питания, низкой двигательной активностью, нестабильными информационными нагрузками.

Стрессы стали составляющей частью жизни людей. Они разрушают изнутри сначала психическое здоровье: появляется быстрая утомляемость, повышенная раздражительность, перепады настроения, бессонница, тревога, различные страхи и т. п. А затем стресс наносит удар и по физическому здоровью, когда страдают уже важнейшие системы и органы человека.

Общие принципы борьбы со стрессом:

- будьте оптимистом и радуйтесь жизни;
- научитесь по-новому смотреть на перемены;
- стремитесь к разумной организованности;

- не концентрируйтесь на себе и не копайтесь в своем прошлом;
- питайтесь правильно;
- высытайтесь;
- регулярно занимайтесь физическими упражнениями и спортом;
- не злоупотребляйте алкоголем.

В ситуации, когда Вы эмоционально напряжены и уже «закипаете, как чайник», сбросить негатив помогут простые советы:

- глубоко вдохните полной грудью и резко выдохните, как бы выталкивая проблему из себя;
- вспомните о воде: медленно выпейте несколько глотков или подержите руки под струей воды или, по возможности, примите теплый душ;
- попытайтесь ни секунды не думать о плохом и знайте, что безвыходных ситуаций не бывает;
- постарайтесь выговориться о наболевшем друзьям или просто человеку, готовому Вас выслушать; не забывайте про коллектив – это «большая жилетка», в которой всегда найдутся люди, которые поймут и помогут;
- когда нервы на пределе, плачьте и давайте выход эмоциям (однако это не означает «выпускать пар» речевыми извержениями и физической силой: агрессия порождает агрессию).

Но лучше не бороться с психоэмоциональным напряжением и стрессом, а постараться не допускать их. И верное профилактическое средство – это улыбка. Улыбнитесь – и Вам улыбнутся в ответ, а Вы почувствуете, как на душе стало теплее!..

Ольга Гагарина

27 сентября в парке им. Степанова прошло Первенство Ивановской области по кроссу. Наши легкоатлеты стали победителями во всех видах программы, не оставив никаких шансов соперникам. Результаты получились следующие:

500 м: Ольга Лазарева (инженер) – I место и Екатерина Пантелеева (4-27) – II место;

1000 м: среди женщин Надежда Борисова (4-27) – I место и Виктория Слободянюк (1-14) – III место; среди мужчин Артур Садыков (аспирант) – I место, Степан Карпенко (5-15) и Сергей Соловьев (1-9) разделили III место;

3000 м: среди женщин: Анжела Милашова (5-1) – I место, среди мужчин Борис Степанов (3-36) – I место;

5000 м: среди мужчин Евгений Заулков (5-4) – I место.

22 – 27 сентября в Калуге проходил финал Кубка ЦФО России по волейболу среди мужских студенческих команд. Команда ИГЭУ заняла II место, уступив лишь хозяевам соревнований.

27 – 28 сентября на базе спортивного комплекса РИАТ проходил Кубок России по спортивной аэробике. Александр Кондратищев (3-12) занял I место в трех номинациях (соло, группа, трио). Позднее, на Кубке мира, проходившем в октябре в г. Темисоара (Румыния), Александр стал четвертым. (К слову сказать, другой представитель ИВГУ – студент ИГХТУ Антон Шишигин – стал 16-м.)

27 сентября – 8 октября в Лазаревском проходил X Международный турнир по бадминтону среди ветеранов. Участие в турнире принимали 238 человек из 72 городов 11 стран мира, в том числе Израиля, Германии, Индонезии и др. Среди победителей и призеров много представителей ИГЭУ.

Владимир Трофимович Филичев, декан факультета подготовки иностранных студентов стал вторым в парной категории среди мужчин в возрастной группе 65–69.

Светлана Михайловна Смирнова, ст. преподаватель кафедры физвоспитания заняла II место в парной категории среди женщин и III место в одиночном разряде.

Анатолий Николаевич Королев, профессор кафедры Т099, стал победителем в парной категории среди мужчин в возрастной группе 70+.

Самым впечатляющим стал результат Вячеслава Александровича Чичикина, доцента кафедры физвоспитания: I место в парной категории среди мужчин в возрастной группе 70+, I место в смешанной категории (микст) в возрастной группе 70+ и II место в одиночной категории среди мужчин в возрастной группе 70+.

Со 2 по 6 октября на базе ИГЭУ проходил XIV традиционный Всероссийский турнир по баскетболу среди женских команд памяти К. П. Литвинова. Студентки ИГЭУ стали вторыми, уступив гостям из Казани.

8 – 9 октября в Ивановском стрелковом спортивном клубе прошло открытое первенство Ивановской области по пулевой стрельбе. Победителями и призерами в различных упражнениях стали:

Анастасия Скворцова (2-24) – I место в упражнении МП-5;

Наталья Кармушко (2-24) – II место в упражнениях ВП-4, МВ-5 и МВ-9;

Татьяна Васенина (3-27) – III место в упражнении ПП-2.

12 – 19 октября в ИГЭУ проходило первенство факультетов по волейболу. Победителями стали студенты ЭМФ, II место заняла команда ТЭФ, за вершила тройку лидеров команда ЭФФ.

Представители ЭМФ стали лучшими и в межфакультетском турнире по футболу, который проходил в октябре; II место досталось футболистам ИФФ, а третьими стали ребята с ТЭФ.

20 – 23 октября на базе Московского энергетического университета проходила V Спартакиада энергетических вузов. Спортсмены ИГЭУ стали первыми в легкой атлетике, баскетболе (муж.) и волейболе (жен.), а серебро завоевали в плавании, мини-футболе и волейболе (муж.). В итоге наш занял I место в командном зачете, опередив 3-х других участников – МЭИ (Москва), КЭГУ (казань), СФ МЭИ (Смоленск).

ПОЗДРАВЛЯЕМ всех победителей и призеров!

