

*От души хотим поздравить  
ГРК прекрасных дам!  
Все цветы и поздравленья  
В этот день, конечно, вам!!!*

*Будьте счастливы, красивы  
И загадочно нежны!  
Пусть любовь ворвётся в души  
С наступлением весны.*

*Мы вас любим, мы вас ценим  
И готовы ради вас  
Хоть на Солнце, на Венере,  
А желаете - на Марс!*

*Пусть сбываются желанья  
И не только в день такой,  
Ну а мы вас поздравляем  
Всей компанией мужской!*

*Автор В.А. Мецераков.  
руководитель ЭГ отдела по ПАП и БП*

# Club **NIC** a

Издание  
ООО «Страховая компания «НИК»





## НОВОСТИ

Только накануне 23 февраля можно увидеть в автобусе, улыбающуюся девушку, с только что купленной дрелью.

**23 ФЕВРАЛЯ** в нашей компании – праздник, который отмечается всегда творчески и с выдумкой! Так как в компании преобладающее большинство женщин, то поздравления мы сделали так, чтобы в них читался индивидуальный посыл для каждого мужчины. В этот раз, девушки отделов ДМиЛС, АХО, авиационного страхования и юридического отдела,

решили пойти по мотивам сказки и создали атмосферу средневековья, с придворными дамами и настоящей королевой! Наипрекраснейшая из всех королев королева Брунгильда посвящала всех благородных мужчин в рыцари, после чего был проведен турнир за сердце прекрасной королевы. В благодарность королева наградила каждого памятным призами, а завершением стал праздничный бал.



**Владимир КОРОТОВ** (руководитель отдела андеррайтинга и методологии):

«Праздник удался на славу, сценарий, написанный в стиле посвящения в рыцари, был очень интересен. Спасибо каждой сотруднице за ее внимание и теплые слова, подаренные нашим мужчинам. Интересно, что каждому "рыцарю" был найден индивидуальный подход.»

Я думаю, что вы вкладываете в мужчин добро и теплоту, понимание, любовь, позитив и желание стремиться всегда к лучшему! Час торжества пролетел на одном дыхании. Спасибо вам, наши женщины!»

**Линар Галимов** (актуарий):

«Поздравление с 23 февраля в этом году, а впрочем, как и в том году прошло весьма забавно. Не перестаю удивляться творческим способностям женской половины страховой компании НИК. Больше всего порадовали декорации, музыкальное сопровождение "рыцарского турнира", ну и конечно потрясаю-



щее выступление королевы, ради которой пришлось пить «кровь дракона», есть «червяка мужской силы» и целовать «ключ познания». Все очень понравилось!»

**Александр Карманович**  
(руководитель отдела ИТ):  
«Поздравление было ярким и красочным.

Наверное, мечта каждого мальчика, юноши, мужчины быть посвященным в рыцари, сразится за сердце

очаровательной принцессы, победить дракона и найти несметные богатства в его логове.

Наши милые и очаровательные сотрудницы попробовали осуществить эту мечту, и они на отлично справились с такой задачей. Была и прекрасная принцесса, и обряд посвящения, и рыцарские бои, и даже воспевание од. После все отправились в трапезную отведать изысканных блюд от королевского «повара» и начался пир. «И я там был, мед, пиво... пил...»

Спасибо им большое за столь веселое и неожиданное мероприятие. Лично мне все понравилось»

Хочется отметить, что удовольствие от праздника получили и сами участницы. Подготовка и репетиции всегда проходили весело и с задором. Примеряя на себя сказочный образ, получаешь невообразимый заряд энергии, появляются новые идеи, чувствуешь себя настоящим актером. В поздравлении мы хотели, чтобы каждый мужчина в нашей компании почувствовал себя, как в сказке, настоящим рыцарем. Ведь для нас они именно такие – сильные и смелые, отважные и благородные.



Закончилось 23 февраля. Список девушек, которые получают поздравления с 8 марта, сформирован.



## Безопасность полётов: Человек-Машина-Среда

**Безопасность полетов – состояние, при котором риски, связанные с авиационной деятельностью, относящейся к эксплуатации воздушных судов или непосредственно обеспечивающей такую эксплуатацию, снижены до приемлемого уровня и контролируются.**

Достаточно емкое понятие, не правда ли? А сколько же специалистов трудятся в ГрК, выполняя «авиационные работы» и управляя рисками полётов без угрозы для жизни и здоровья людей?

Кто эти волшебники, от которых зависит как выполнение самого рейса, так и самое ценное – жизнь тех, кто совершает воздушные перевозки?

Мы привыкли считать, что система «Человек-Машина-Среда» относится лишь к тем моментам, когда выполняется рейс. Но согласитесь, что некото-

рыми факторами, влияющими на благополучное выполнение рейса, управляем и мы с вами. От нас всех зависит, с каким настроением наши сотрудники приступили к обслуживанию ВС, и нет ли тяжких отвлекающих от процесса мыслей у летного экипажа, управляющего Машиной.... Поэтому, в понятии «Человек» в системе ПАП и БП отражена деятельность каждого сотрудника группы компаний. Кто-то отвечает за комфорт и чистоту, кто-то за грамотность сопровождающих документов, другие несут ответственность за здоровье сотрудников и членов семьи и защиту личного имущества..

Значит те загадочные волшебники – это мы! Это каждый сотрудник международной группы компаний «Волга-Днепр»! Давайте вместе совершенствоваться, развиваться и ответственно относиться к качеству своего труда, результатом которого неизбежно является влияние на управление ПАП и БП.

В рамках развития Системы ПАП и УБП в ГрК и решения задачи формирования корпоративной культуры ПАП и БП, СК НИК в 2013 году учредила ежегодную премию «За вклад в предотвращение авиационных происшествий и обеспечение безопасности полетов». Настоящий механизм разработан в соответствии с Политикой предотвращения авиационных происшествий и управления безопасностью





компания «НИК» поощрила следующих сотрудников ГрК:

### Награждаются:

#### Вымпелом и денежной премией I степени:

**ДАНИЛОВ** Дмитрий Александрович-инженер по эксплуатации ЛАиД АК «Волга-Днепр»;

- За вклад в предотвращение авиационных происшествий и обеспечения безопасности полетов в процессе при обслуживании авиационной техники (двигатели Ан-124), обнаружение опасных дефектов и предвосхищение последствий с высокой вероятностью риска для авиакомпании.

#### Вымпелом и денежной премией II степени:

**ХАРИТОНЕНКО** Петр Федорович- старший бортиженер-инструктор ЛГ Ан-124-100 АК «Волга-Днепр»;

- За активное участие в методической работе по устранению отклонений и нарушений в работе летного персонала, обобщение опыта летной эксплуатации Ан-124-100, разработку дополнений в «Перечень сложных ситуаций» в РЛЭ АН-124 и качественное влияние на проблемы ПАП и БП.

**БАРАНОВ** Николай Евгеньевич- старший штурман-инструктор ЛГ Ил-76ТД-90ВД, АК «Волга-Днепр»;

- За вклад в предотвращение авиационных происшествий и обеспечения безопасности полетов в процессе освоения нового в гражданской авиации

полетов в ГрК, являясь одним из её инструментов, направленных на реализацию её принципов.

Преследуя цели формирования активной жизненной позиции сотрудников ГрК в ПАП и обеспечении БП, повышения уровня их профессиональной подготовки, СК НИК ставит перед собой и вполне конкретную задачу - снижение вероятности наступления страховых событий, их тяжести и минимизации страховой убыточности.

За активную жизненную позицию и плодотворную работу, эффективный вклад в предотвращение авиационных происшествий и обеспечение безопасности полетов, снижение вероятности наступления страховых событий, по итогам 2015 года, страховая





типа ВС Ил-76ТД-90ВД, участие в подготовке ВС Ил-76ТД-90ВД к полетам в Антарктиде, теоретическую и практическую подготовку штурманов ГосНИИ к полетам на данной модификации воздушного судна Ил-76.

- Активное участие в методической работе по устранению отклонений и нарушений в работе летного персонала.

**СЕЛЕЗНЕВ** Сергей Алексеевич – авиационный техник по техническому обслуживанию авиационной техники по приборному, электро и радиооборудованию "Волга-Днепр Техникс Москва»

- За вклад в предотвращение авиационных происшествий и обеспечения безопасности полетов в процессе при обслуживании авиационной техники ВС B747-400, обнаружение опасных дефектов и предвосхищение последствий с высокой вероятностью риска для авиакомпаний.



*Поздравляем номинантов  
2015 года и ждем новых встреч  
после подведения итогов 2016 года!*

А если говорить о планах компании, сегодня изменения внешней среды и требования потребительской среды диктуют внесение новых корректив в развитие страхового обеспечивающего бизнеса в ГрК.

Нам предстоит совершить переход от страховой кэптивной компании, решающей вопросы по нейтрализации последствий страховых событий к компании, обеспечивающей комплексное управление рисками международной группы авиакомпаний.

Наращивая новые компетенции, мы планируем создать систему управления рисками. С помощью процесса принятия и выполнения управленческих решений, направленных на снижение вероятности возникновения неблагоприятного результата и минимизацию возможных потерь, СК «НИК» ставит перед собой задачу обеспечить нашему Заказчику успешное достижение целей и повышение конкурентоспособности.

Безусловно, чтобы реализовать намеченные задачи, нам предстоит провести анализ целей, трудовых функций и компетенций для формирования персонала по управлению рисками интернациональной команды международного страхового рынка.



*Александр РОДИОНОВ,  
генеральный директор*



**ВАЛЬКО Светлана**  
директор по маркетингу  
и внешним связям

## Достижения и перспективы. Рынок

Российский страховой рынок вместе с национальной экономикой испытывает серьезные трудности: темпы прироста взносов сократились и стали ниже инфляции, убыточность же наоборот выросла, усилилось давление со стороны других финансовых рынков (в том числе фондового, валютного и банковского). При этом ужесточают внешние условия работы страховщиков сложная макроэкономическая ситуация, зарубежные санкции против России и усиление контроля со стороны регулятора.

2015 год стал своеобразной проверкой на устойчивость и готовность к изменениям. Центробанк России производил усиленную чистку рядов страховых компаний и страховых брокеров. За 2015 год было отозвано 36 лицензий у страховых компаний и 13 лицензий у страховых брокеров. В 2016 году Центробанк России обещает продолжить политику "зачистки" страхового рынка и как следствие, преследует своей целью оставить несколько десятков крупных игроков. Начало 2016 года оказалось неблагоприят-

ным для страховщиков, за полмесяца были отозваны лицензии на страхование сразу у 11 страховщиков и 1 страхового брокера.

В едином государственном реестре субъектов страхового дела на настоящий момент осталось менее 330 страховых компаний.

Оставшиеся участники страхового рынка будут обязаны своевременно реагировать на ужесточение требований к ведению деятельности, повышая свою финансовую устойчивость, качество страховых активов и качество страховых продуктов с клиентским сервисом.

Страховая компания НИК, реализовывая миссию обеспечивающего бизнеса ГрК «Волга-Днепр», стремится к непрерывному развитию и соответствию страховых продуктов международным стандартам.





**ВОЛКОВА Елена**  
финансовый директор

## Достижения и перспективы финансовой бухгалтерии

Начало 2015 года не предвещало никаких перемен в моей трудовой карьере, но неожиданно я становлюсь финансовым директором СК НИК. Несмотря на то, что меня не пугают трудности и мне нравится что-то преодолевать, я не могла и предположить, что меня ждут такие, не побоюсь сказать, трудовые подвиги.

В связи с ужесточением требований Центрального Банка РФ, мегарегулятора страховой деятельности России, СК «НИК» в 2015 году вела настоящую борьбу за место на страховом рынке России. Если сравнить работу в НИК с работой в других организациях, в которых ты также стараешься выполнять свою работу качественно, но при этом над тобой не висит дамоклов меч, как в СК – когда при совершении ошибки твою организацию ждет не просто штраф, а лишение лицензии и прекращение деятельности.

В конце ноября пришло уведомление о проведении в СК проверки ЦБ РФ. В моей трудовой деятельности было несколько налоговых проверок, но любая налоговая проверка - капля в море по сравнению с проверкой ЦБ. Количество заявок на предоставление информации, данных, сведений, документов и трудовые ресурсы, которыми мы располагали, явно были не равны. Это был труд не только на пределе физи-

ческих сил, но и требовалось много чисто психологических усилий.

В первую очередь, хочу поблагодарить весь коллектив компании за слаженную, кропотливую и чрезвычайно ответственную работу с ревизионной комиссией. Проверка длилась 2 месяца, проверяющих было 14 человек. Главным выводом после завершения проверки стало подтверждение, что в СК НИК работают профессионалы. В народе говорят, что не ошибаются лишь те, кто не работает. Но требования мегарегулятора не позволяют нам снисходительно относиться даже к своим опечаткам. Соответственно, выявленные пробелы в СК подлежат тщательному анализу и разработке мероприятий по исключению данных повторов.

На этом мы не останавливаемся, стратегия развития страхового рынка РФ требует от нас профессионального роста, т.к. в 2017 году нас ждет не только ужесточение требований к активам, но и переход на новый план счетов и отраслевые стандарты бухучета страховой компании. Искренне надеюсь, что наша команда сможет достойно ответить на вызовы рынка, став профессионалами высокого уровня.





**ГОРБУНОВА Оксана**  
руководитель отдела  
авиационного страхования

## Достижения и перспективы ОАС

В связи с тем, что 2014 г. ознаменовался высоким уровнем убыточности на международном рынке авиационного страхования (убытки USD 1,6 млрд., собранная премия – USD 1,25 млрд.), в 2015г. прогнозировалось значительное повышение тарифов по рискам КАСКО+ГО ВС. Была высокая вероятность повышения тарифа по «военным рискам» КАСКО ВС для ГрК ВД со стороны представителей западного страхового рынка. Своё влияние существенно оказывали ужесточения условий страхования на международном страховом рынке в связи с усилением контроля соблюдения мер, предписанных международными санкциями. Не меньшее влияние на страховой рынок оказали и введенные антироссийские санкции.

СК НИК, зная существующие тенденции, попыталась сделать все возможное, чтобы нивелировать данный эффект. Была проведена серия интенсивных, подчас достаточно жестких переговоров, как с лидерами западного перестраховочного рынка, так и с представителями поддерживающих рынков. Кроме того, была подготовлена серия информационных электронных бюллетеней «AirLiftWorld» о деятельности ГрК ВД с ответами на задаваемые андеррайтерами в рамках проводимых встреч вопросы. Данные рас-

сылки помогли сформировать правильное и более адекватное представление о Компании у всех представителей западных перестраховочных рынков, не зависимо от того, имели они возможность посетить офисы ГрК ВД лично или нет.

В результате, при возобновлении договора страхования флота ГрК в июле 2015 г., нам удалось достичь снижения тарифов по полису КАСКО+ГО: на 21% для АК «ВД», на 18% для АК «АВС» и АК «АТРАН». В целом, по ГрК была достигнута экономия расходов на страхование флота ВС более USD 360 тыс. И это не смотря на рост стоимости парка ВС почти на 6% по сравнению с 2014 г.

Еще одним очень важным этапом работы с перестраховочным рынком, стало решение о досрочной смене Лидера перестраховщиков ГрК ВД по полисам (КАСКО+ГО ВС, Франшиза, AVN52E) с американской компании AIG на английского страховщика Aspen Insurance. Данный шаг позволил СК НИК одновременно решить две существенные задачи: во-первых – упростить процесс страхования полетов ГрК ВД в различные регионы под санкциями (в связи с тем, что США является страной с наиболее жесткой политикой имплементации различных экстерриториальных санкций, участие компаний резидентов данной



страны в полисах может негативно сказываться на процессе согласования полетов в различные регионы, а также на выплатах при страховых событиях). Во-вторых, данный шаг дал возможность СК НИК заключить выгодное соглашение с новым Лидером, позволяющее удержать ставки страховой премии на неизменном уровне, несмотря на тенденции рынка и уровень внутренней убыточности ГрК ВД (пролонгация полисов «Франшиза» на 18 месяцев на условиях «asbefore»).

В 2015г. ОАС стремился сделать все возможное и продолжал работу над поиском альтернативных страховых емкостей для возможности обеспечения страхового покрытия при полетах ГрК ВД в регионы под санкциями. Были налажены тесные взаимоотношения с перестраховочными рынками Казахстана и Белоруссии, что позволило увеличить объем предоставляемого покрытия при полетах в Мьянму и серию рейсов в Иран.

В рамках работы по поиску дополнительных емкостей для страхования полетов в регионы под санкциями на альтернативных страховых рынках, ОАС совместно с отделом перестрахования были проведены встречи с представителями китайского страхового рынка. Кроме того, были проанализированы емкости Индии, Индонезии и Вьетнама. Китайский страховой рынок не готов принимать риски, при полетах в регионы под санкциями, т.к. компании

Китая стремятся разместить свои акции на американских фондовых рынках и вынуждены придерживаться принципа соблюдения всех видов санкций. В связи с этим, они придерживаются принципа жесткой дифференциации рисков и не принимают на страхование риски противоречащие санкциям. Оставшиеся альтернативные страховые рынки имеют низкую емкость, а также в большинстве своем, следуют принципам соблюдения международных санкций.

В целях повышения уровня коммуникаций, отдел авиационного страхования СК в 2015 г провел в ГрК





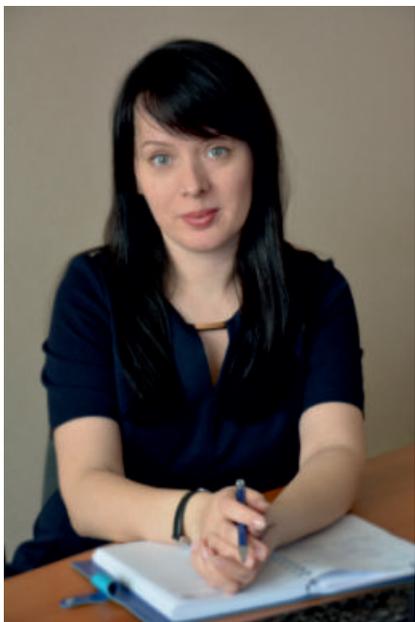
ряд семинаров по авиационному страхованию. В начале организации семинаров, были опасения, что общение будет трудным и возможно наша тема не покажется аудитории интересной. Но оказалось, что это совсем не так. Сотрудникам ГрК действительно интересны вопросы авиационного страхования. Состоялось живое, плодотворное, увлекательное общение, которое позволило выявить многие вопросы, на которые раньше мы даже не обращали внимание. Мне кажется, что это замечательный опыт «живого» взаимодействия и в следующем году не стоит отказываться от полученного опыта, нужно продолжать общаться и решать вопросы именно так – это действительно эффективно и интересно.

В 2015г. по страховым событиям авиационного страхования по риску КАКО ВС были осуществлены выплаты в размере USD 1 606 156.

В связи с текущими тенденциями рынка, расширением географии полетов ГрК ВД, а также созданием новых АК нерезидентов, ОАС в 2016г. продолжит работу по

поиску и увеличению доступной емкости альтернативных рынков. Для достижения наиболее выгодных тарифов, будет продолжаться работа по включению новых АК в пул флота ГрК ВД. А для того, что бы работать еще более слаженно и эффективно с коллегами ГрК, надеемся в этом году продолжить наши встречи на сессиях и семинарах по вопросам страхования бизнеса ГрК.





**КАРПОВА Анастасия**  
заместитель генерального  
директора по страхованию и  
перестрахованию

## Достижения и перспективы СУС

Центральный Банк России, действуя как мегарегулятор финансового рынка, в 2015 году выставил требование всем страховым компаниям провести до конца года замену лицензий. Специалистами СУС была проведена обширная работа по систематизации правил и видов страхования за период с 1996 г по 2015 год у двух страховых компаний. В результате состоялось досрочное получение новых лицензий в СК НИК уже в марте 2015г.и СК НИК-Лайф в июне 2015г.



Дополнительно ЦБ РФ установил обязательным условием деятельности страховой компании наличие аттестованного актуария. С гордостью хочу отметить, что сотрудник нашей службы Линар Галимов прошел все аттестационные мероприятия в Банке России и был включен в реестр актуариев. Примечательно, что такое испытание преодолело всего порядка 50% человек, сдающих экзамен из всех страховых компаний страны.



Важнейшей задачей СУС в 2015 году было продолжение работы по поиску альтернативных рынков перестрахования. Это в первую очередь связано с расширением географии полетов АК «Волга-Днепр» и выполнением грузоперевозок в страны находящиеся под санкциями ООН и ЕС. Совместно с сотрудниками отдела авиационного страхования отделом перестрахования была проведена работа по поиску альтернативных вариантов перестрахования поле-



тов АК ВД на рынке России и СНГ. В течение 2015 года были проработаны и обеспечены страхованием полеты в Мьянму, и серия рейсов в Иран.

В связи с кризисными явлениями в российской экономике, а соответственно новыми потребностями наших клиентов, СУС провела актуализацию страховых продуктов и условий страхования:

- В отличие от выбранной стратегии большинства игроков страхового рынка, основанной на резком повышении тарифов страхования, в НИКе были введены в действие новые правила страхования КАСКО АМ с гибкими условиями страхования, различными программами и тарифными ставками существенно ниже рыночных.

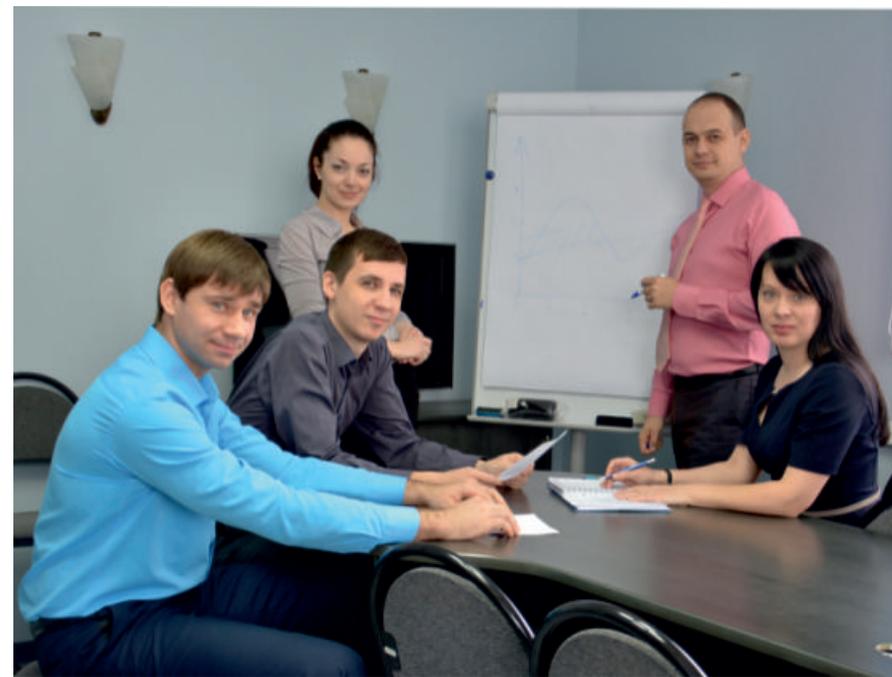
- Предложена рассрочка оплаты страховой премии до 3 месяцев без повышения стоимости страхования.

- В целях исключения отказа от страхования дорогих авто, из-за высокой стоимости страхового полиса, снижены тарифы для АМ стоимостью свыше 1,5 млн. руб.

- Для увеличения страховой защиты семей сотрудников ГрК «Волга-Днепр», разработаны условия страхования детей от несчастных случаев. Каждый сотрудник ГрК может застраховать своего ребенка на индивидуальных условиях, в том числе предусмотрено страхование участников спортивных соревнований.

- Принят и решен, без увеличения стоимости страховки, запрос от ГрК Волга-Днепр о географическом расширении действия страхового полиса «Выезжающих за рубеж». В кратчайшие сроки были внесены изменения в правила страхования ВЗР.

- Разработана система тарификации страхования грузов, позволяющих в кратчайшие сроки производить оценку возможности наступления страхового случая и рассчитывать оптимальную стоимость страховки с максимально широким перечнем рисков.





**СОКОЛОВА Светлана**  
коммерческий директор

## Достижения и перспективы КС

Коммерческая служба ООО СК «НИК» обеспечивает не только корпоративное страхование имущества и ответственности группы компаний, но и предоставляет сотрудникам группы компаний «Волга-Днепр» возможность приобретения страховой защиты по самым востребованным услугам, получения консультации и помощи по вопросам страхования.

По итогам 2015 года большинство обращений сотрудников ГрК в коммерческую службу было по страхованию транспортных средств (КАСКО АМ и ОСАГО) – это связано с изменением тарифов по ОСАГО и с общей ситуацией на рынке автострахования. В связи с высокой убыточностью данного вида, в регионах России полисы ОСАГО приобрести стало очень сложно, сказало влияние ухода филиалов федеральных компаний из регионов, или же вообще ухода страховых компаний с рынка. Во многих компаниях нужно было заранее записываться в очередь, где-то оформляли полисы без учета классов безубыточности, а некоторые компании оформляли ОСАГО только с навязыванием дополнительных услуг. Эти негативные факторы привели к усилению контроля за страховыми компаниями со стороны надзорных органов и изменению требований к страховщикам. Сотрудничая с надежным и давним партнером, страховой компанией Астро-Волга, компания НИК обеспечила сотрудни-

кам ГрК «Волга-Днепр» возможность оперативного заключения договоров ОСАГО и урегулирования страховых событий в Ульяновске. Для наших клиентов, сотрудников ГрК, предоставляется возможность оформления полиса ОСАГО как в офисе СК «НИК», так и в офисе ГрК «Волга-Днепр» в г. Ульяновск на ул. Карбышева. Обратившимся также оказывается помощь в консультационных услугах, например, порядок и условия оформления страхового события по Европротоколу без вызова ГИБДД, восстановления неверно примененного КБМ (коэффициент бонус-малус, который зависит от наличия или отсутствия страховых выплат в предыдущие периоды).

По КАСКО АМ (страхование транспортных средств от угона и ущерба) практически все страховщики значительно повысили тарифы и изменили условия страховых программ. Следуя политике грамотного управления рисками, наша компания смогла обеспечить клиентам широкий выбор страховых программ и возможность приобретения полисов КАСКО АМ по доступным тарифам. А самое главное, организовано оперативное урегулирование убытков. Так, за 2015 год было урегулировано 95 обращений по КАСКО АМ, выплаты составили 5 млн. 455 тыс. рублей.

Программы страхования имущества и ответственности пока еще не так популярны, как автострахование,

## ЖЕНЩИНЫ- РУКОВОДИТЕЛИ



но все больше сотрудников ГрК «Волга-Днепр», понимая необходимость финансовой защиты семейного бюджета, приобретают полисы страхования своего имущества (квартира, дом, дача) и гражданской ответственности перед третьими лицами (полис «ответственность перед соседями»). При стоимости полиса страхования ответственности около 600 рублей выплата может составить до 100 000 рублей. Так, в 2015 году было урегулировано страховое событие, произошедшее из-за пролива. Нашему клиенту соседями была предъявлена претензия на компенсацию затрат на ремонт и СК НИК произвела выплату застрахованному лицу более 50 000 рублей.

Хотелось бы отметить, что как полис КАСКО АМ, так и полисы страхования имущества сейчас имеют возможность приобрести не только сотрудники Ульяновска, но и Москвы и Московской области – для них организован удаленный сервис (оформление договора, осмотр в удобное для клиента время).

Из других важных изменений в 2015 году хотелось бы обратить внимание и на внесение поправок в закон о туристической деятельности, так как это касается всех, кто выезжает за рубеж. С декабря 2015 года граждане России обязаны покупать страховые полисы и при самостоятельных зарубежных поездках, организованных без участия туристической компании. При этом страховая сумма, установленная в валюте, должна быть эквивалентна не менее чем 2 миллионам рублей. С вступлением закона в силу, страховые компании должны оплачивать расходы на лечение выехавших за рубеж застрахованных даже в случае обострения хронического заболевания, тогда как ранее этот риск был исключением. Если страховой полис отсутствует, то при наступлении ЧП путешественнику придется самостоятельно оплачивать свое лечение в заграничной клинике и транспортировку домой,

либо компенсировать произведенные затраты по возвращении.

Выезжающих в зарубежные командировки сотрудников Группа Компаний «Волга-Днепр» организовано обеспечивает полисами страхования, но если кто-то планирует частную поездку, то полис страхования медицинских расходов необходимо приобрести самостоятельно как для себя, так и для членов семьи. Стоимость таких полисов в СК НИК для сотрудников ГрК ниже, чем стоимость аналогичных услуг других страховых компаний.

Мы и в дальнейшем будем стремиться работать в интересах клиентов, обеспечивая застрахованным надежную и качественную страховую защиту. Специалисты коммерческой службы СК НИК всегда помогут подобрать программу страхования и проконсультируют обратившихся по вопросам страхования.





**УРМАЕВА ЮЛИЯ**  
ВРИО руководителя отдела  
ДМ и ЛС

## Достижения и перспективы ДМ и ЛС

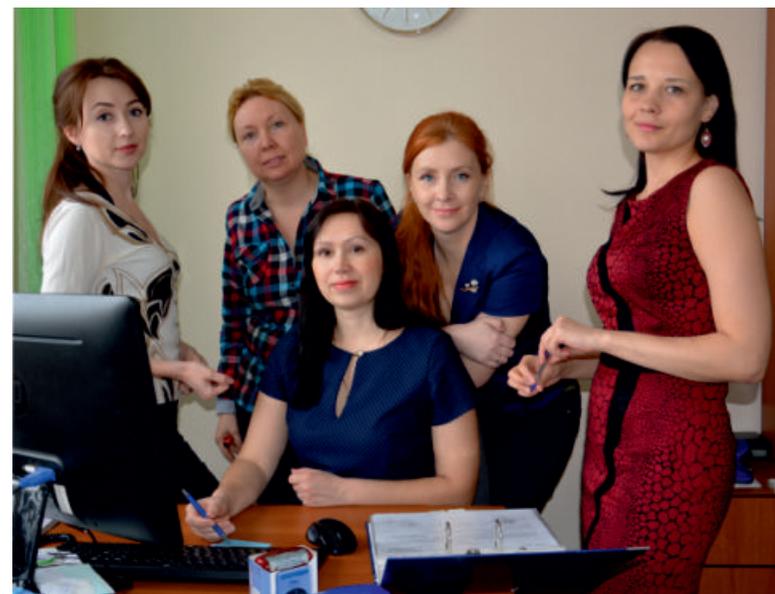
Отдел добровольного медицинского и личного страхования в 2015 году совместно с медицинской службой ГрК «Волга-Днепр» в соответствии с утвержденными задачами продолжил выполнять свою функцию по обеспечению защиты здоровья персонала ГрК. Командная работа указанных служб (НИК и ПВЛ) позволила в максимально короткие сроки организовать оказание медицинских услуг высокого качества сотрудникам СЕ ГрК, а также необходимую реабилитацию и санаторно-курортное лечение в качестве профилактических и пост-лечебных мероприятий.

Сотрудникам, которым требовались наши услуги для выздоровления, был обеспечен доступ к лечению в лучших лечебных учреждениях страны с комфортными условиями пребывания и необходимой диагностикой. Заключены договоры с клиниками Московской области в г. Химки и г. Зеленоград с максимальным приближением к БЦ «Аэроплаза».

Добровольные виды страхования от несчастных случаев позволили нашим застрахованным компенсировать расходы, возникшие в связи с наступлением несчастного случая, и направить свои силы на скорейшее выздоровление, а также оказать необходимую поддержку членам семей застрахованных. По

итогах заявленных событий по несчастным случаям 2015 года превалят случаи травм с общей суммой выплат на 2 млн. рублей.

Таким образом, сотрудники компании ООО «СК НИК» продолжают работу по сохранению здоровья и уверенности персонала в будущем. Делая все возможное в вопросах улучшения качества медицинских услуг и предоставления наилучшей страховой защиты, где бы ни произошел страховой случай.





## Идеальное рабочее место для офисного сотрудника

Если вы вынуждены проводить за компьютером целый день, советуем всерьез задуматься о том, как сделать рабочее место максимально удобным.

**Неудобная мебель и неправильное представление об эргономике рабочего места – основные факторы, которые вызывают дискомфорт во всем теле после завершения рабочего дня.**

### Основные правила

Чтобы правильно организовать рабочее место, надо запомнить несколько основных принципов:

- Выбирайте стол с дополнительной выдвигающейся полкой под клавиатуру. Лучше всего, если угол наклона этой полки регулируется.
- Не ставьте клавиатуру далеко от края стола.
- Не размещайте монитор так, чтобы смотреть в него, подняв подбородок.
- Не сидите на жестком стуле с нерегулирующейся спинкой.
- Отучитесь наклоняться вперед и опираться руками или грудью о стол.
- Не работайте непрерывно в течение длительного времени – делайте частые перерывы. Они помогут

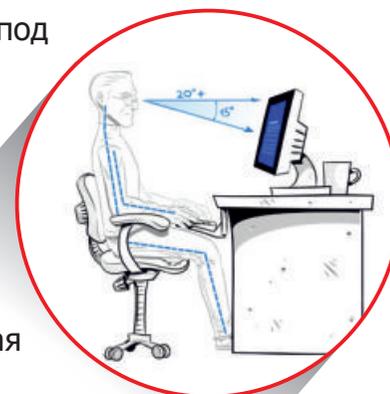


взбодриться, улучшить самочувствие и заодно уберегут от повышенного риска тромбоза глубоких вен.

Уделите повышенное внимание пяти основным составляющим вашего рабочего места: монитору, клавиатуре, мыши, креслу и освещению.

### Монитор

- Расположите монитор под прямым углом ко всем источникам света – лампам или окнам. Это позволит уменьшить количество бликов.
- Отодвиньте монитор так, чтобы можно было читать текст, не напрягая глаза. Старайтесь не придвигать его ближе 50 см от глаз.



- Поместите монитор так, чтобы вы могли смотреть в его центр, слегка наклонив голову – под углом не больше и не меньше 15 градусов.
- Установите частоту монитора не менее 70 Гц, чтобы уменьшить утомляющее глаза мерцание.

### Освещение

- Освещение рабочего стола должно быть таким же, как в солнечный день на улице.
- Старайтесь не подсвечивать дополнительно клавиатуру при помощи настольной лампы: это утомляет глаза. Свет должен быть рассеянным и отраженным от потолка и стен.
- Сочетание люминесцентных ламп и ламп накаливания позволяет избежать неприятного мерцания и дает комфортный теплый свет.

### Клавиатура

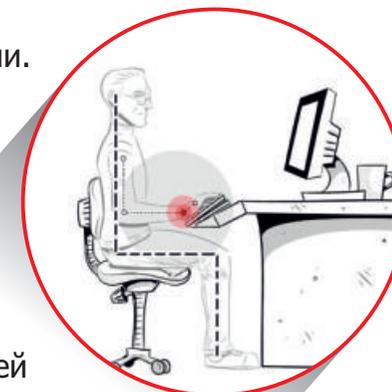
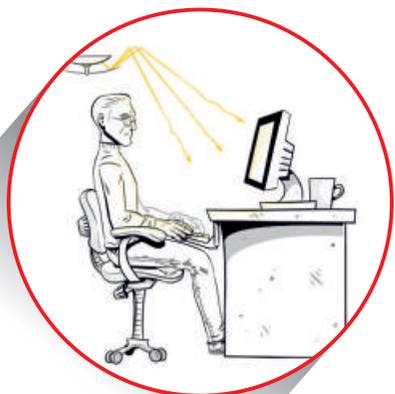
- Установите клавиатуру на подставку так, чтобы она располагалась чуть ниже уровня локтя, согнутого под прямым углом.
- Старайтесь печатать только пальцами – не двигайте

руки в запястьях.

- Не опирайтесь запястьями на клавиатуру или край стола.
- Старайтесь не поднимать заднюю часть клавиатуры, несмотря на то, что производители такую опцию предусматривают. Лучше немного приподнять передний край клавиатуры. Это позволит запястным суставам оставаться в более естественном положении.

### Мышь

- Держите мышь на одном уровне с клавиатурой.
- Расположите мышь так, чтобы движение руки от клавиатуры к ней и обратно проходило по небольшой дуге, и к движению не подключался локтевой сустав.
- При работе с мышью запястье напрягаться не должно.
- Ваше предплечье должно двигаться свободно, без напряжения мышц.



**Кресло**

- Используйте кресло с подлокотниками и высокой спинкой, на которую можно опереться областью лопаток.
- Расположите подлокотники параллельно полу.
- Если у кресла нет такой опции, расположите чуть ниже талии предмет для поддержки поясницы, например, небольшую подушку.
- Отрегулируйте спинку кресла так, чтобы она была слегка откинута назад – под углом около 110 градусов к сидению. Это позволит снять нагрузку с тазобедренного сустава и бедренных мышц.
- Отрегулируйте высоту кресла так, чтобы ступни стояли на полу.
- Сядьте так, чтобы между краем сидения и вашей ногой оставалось около трех см.
- Не держите ноги на полу в одном положении – регулярно его меняйте.
- Не скрещивайте ноги и не забрасывайте их друг на друга, чтобы избежать нарушения кровообращения.



- Старайтесь держать голову так, чтобы линия подбородка была перпендикулярна полу.
- Постарайтесь расслабить лечи.

**Не забывайте об отдыхе**

- Делайте обязательные перерывы: по десять минут после каждого часа работы за компьютером и в течение 30 секунд каждые десять минут.
- Делайте во время перерывов несколько упражнений на растяжку.
- Чаще меняйте положение тела во время работы.





Масленица для детей, а также взрослых является одним из самых ожидаемых праздников.

## Ишь, ты, Масленица!

Еще бы – целую неделю можно веселиться и уплетать блинчики с вареньем и медом. Также не стоит забывать и о традиционных гуляньях.

В этом году веселье будет длиться с 7 по 13 марта. Этот праздник предваряет Великий пост, а в народе его называют народной встречей весны. Дети и взрослые прощаются с холодами и снегом, радуются, что дни стали гораздо теплее.

Еще во времена Киевской Руси Масленица считалась радостным праздником. Эта праздничная неделя ассоциировалась с приятным перезвоном колокольчиков на тройках и вкусными блинами. Чаепития и народные гулянья также являются неотъемлемым атрибутом этого праздника. Многие полагают, что Масленица является языческим праздником, однако подобное утверждение не соответствует действительности. На самом деле эту неделю следует использовать, чтобы достичь примирения с ближним и подготовиться к покаянию перед Всевышним.

Масленица – это время для общения со своими друзьями и родными. У этого праздника есть несколько названий. К примеру, сырная неделя,





## БЛИН НЕ КЛИН, БРЮХА НЕ РАСКОЛЕТ

потому что на столах сыра в эти семь дней просто в изобилии, или мясопустная неделя, потому что люди отказываются употреблять мясо. На селе этот праздник отмечают с большим размахом. Очень распространены здесь купания в прорубях и катания на санках вместе с кулачными боями. И конечно же, не стоит забывать о самой приятной забаве – поедание блинов наперегонки.

К долгожданному празднику необходимо начинать готовиться с середины недели, которая ему предшес-

твует. Необходимо позаботиться о том, чтобы в доме было чисто. В старину обновляли побелку печи, доставали праздничную посуду, подметали дворы. В это время необходимо покупать муку, чтобы готовить блины, масло и сметану, сливки, а также конфеты для самых маленьких членов семьи. В течение всей недели нельзя употреблять в пищу мясо, зато рыбные и молочные продукты разрешается есть безо всяких ограничений.

Каждый день Масленицы имеет свои традиции.

### МАСЛЕНИЦА

**в 2016 году – это время веселья. Если же вы встретите этот праздник по-другому, то, согласно поверьям, целый год не будет радости в вашем доме, а жить будете бедно. Самым главным угощением этой недели являются блины, которые готовятся хозяйками в каждом доме ежедневно. К ним полагается немало начинок. Можно добавить творог, малиновое или другое варенье, мед, сыр.**





## БЛИНЦЫ, БЛИНЧИКИ, БЛИНЫ, КАК КОЛЕСА У ВЕСНЫ



**Понедельник** традиционно считается днем встречи. Также в этот день готовится чучело, выставляемое на главной улице. В последний день праздника его торжественно сжигают.

**Вторник** предназначен для поиска вторых половинок. В этот день молодые люди катались на санях, парни высматривали красивых девушек, а те – статных парней.

**Третий день** недели — «Лакомка». В среду принято зазывать к себе гостей и чествовать их блинами. По традиции в этот день тещи чествуют блинами зятьев.

**Четвертый день** — «разгуляй». Это время для катания на лошадях «по солнцу». Считается, что этот обряд позволяет прогнать зиму.

**Пятница** — «тещины вечерки». В этот день зять приглашает тещу в дом, чтобы накормить вкусными блинами.

**Суббота** — «золовкины посиделки». В предпоследний день Масленицы люди ходят к родственникам, наслаждаются приготовленными хозяйкой блинами.

**Воскресение** — «день прощения». Заключительный день Масленицы — это не только время для сожжения чучела, но и возможность попросить прощения у всех своих близких.

Есть предположение, что блины, которыми нас угощают мамы на Масленицу, являются более усовершенствованным вариантом овсяного киселя. Их нельзя было резать ножом, протыкать вилкой. Считалось, что это принесет немало бед. В праздничную неделю следует забыть о правилах приличия и есть блины руками.

По традиции блины на Масленицу готовят с разными начинками. Чаще всего используются творог и мед, однако еще можно добавлять гречку, грибы и рыбу.





## Блинные рулеты с рыбой

Для приготовления  
нам понадобится:

- Готовые блины — 12 Штук
- Красная рыба — 400 Грамм
- Сыр творожный — 300 Грамм

12 порций



1



2



- Приготовьте блины.
- Каждый блин смажьте слоем сливочного сыра.
- На слой сыра разложите тонкие кусочки рыбы.
- Сверните блинчик с начинкой рулетом.
- После того, как подготовите все блины, оберните их пищевой пленкой и уберите в холодильник на час-полтора. После этого разрежьте каждый блин под углом на две части и разложите на тарелке.

### Описание приготовления:

Блины пекутся просто. Тесто для них готовится из муки, соли и воды (или молока). Я обычно всыпаю в миску ложек 10 муки, а затем разбавляю до жидкой консистенции (как очень жидкая сметана). Жарим блины на масле - сливочном или растительном до золотистого цвета. Затем смазываем сыром, выкладываем тонко нарезанное филе соленой или копченой рыбки. И все! Блюдо с блинными рулетами с рыбой можно украсить зеленым луком и небольшими помидорами. На праздничном столе смотрится просто фантастически.

Приятного аппетита!



3



4



## Бендерики мясные

### Для приготовления нам понадобится:

1. Блины тонкие на молоке - 5 шт.
2. Фарш говяжий 250 гр.
3. Фарш свиной 250 гра.
4. Вода чистая дистиллированная 2–3 ст. ложки
5. Яйца куриные 3 шт.
6. Соль по вкусу
7. Перец черный молотый по вкусу
8. Перец душистый молотый по вкусу
9. Хмели-сунели по вкусу
10. Растительное масло 100 гр.

### Инвентарь

- Глубокая миска
- Столовая ложка
- Разделочная доска
- Тарелка
- Нож
- Чайная ложка
- Большая плоская тарелка
- Глубокая тарелка
- Плита
- Сковорода с крышкой
- Кухонная лопатка



### Описание приготовления:

#### Шаг 1: готовим фарш

Смешиваем свиной и говяжий фарш, добавляем в общую массу по вкусу соль, черный молотый перец, душистый молотый перец и хмели - сунели. Для того, чтобы фарш был не сухой, его стоит разжижить, добавив в фарш пару столовых ложек чистой дистиллированной воды.

Фарш тщательно перемешайте столовой ложкой до однородной консистенции. Отставьте фарш в сторону и дайте настояться в течение 10 – 15 минут. А за это время подготовьте блины.

#### Шаг 2: подготавливаем блины.

В данном рецепте используются уже готовые блины.

Нужное количество готовых блинов положите на тарелку и сложите вдвое. Острым ножом разрежьте блины пополам, таким образом, вы сэкономите время и не будете разрезать каждый блин по отдельности.

#### Шаг 3: начиняем блины

Возьмите разделочную доску и положите на нее 1 часть блина. На одну из сторон блина уложите 1 чайную ложку фарша и распределите его в форме треугольника.

Затем переверните край с фаршем в центр блинчика.

Сверху на завернутый край блинчика положите еще одну чайную ложку фарша и распределите по поверхности треугольника.

После заверните последний край блина, и у вас получится треугольный блинчик с мясным фаршем. Сделайте из оставшихся блинов и фарша бендерики и уложите их на большую плоскую тарелку.





## Советы к рецепту:

- По желанию в этот вид фарша можно добавлять любые специи, которые подходят для мясных блюд.
- Иногда в фарш для биндериков добавляют мелко измельченный репчатый лук, салатный сладкий перец, острый перец или зелень, ароматно и очень вкусно!
- Фарш для биндериков можно приготовить самостоятельно из любого вида мяса, например из курицы, говядины, свинины, индюшки или смешанный фарш из 2 – 3 видов мяса.
- Для приготовления биндериков лучше использовать чугунную сковороду, или сковороду с антиригарным дном, для того, чтобы во время жарки и запекания они не прилипали ко дну сковороды.
- Вы можете приготовить большее количество биндериков, не обжаривая их в яйце, уложить в морозильную камеру на противне и после того как они замерзнут, переложить полуфабрикаты в полиэтиленовый пакет. В любое время под рукой у вас будут домашние и очень вкусные биндерик.
- Бендерик можно готовить не только с мясом, но и с сыром, грибами, творогом, яйцами или любыми другими видами фарша.

## Описание приготовления:

**Шаг 4: взбиваем яйца. (фото 9)**

Возьмите глубокую тарелку и вбейте в нее нужное количество сырых куриных яиц. Для этого можно использовать как вилку, так и миксер. Взбиваем до однородной пышной пены.

**Шаг 5: обволакиваем бендерик в яйце. (фото 10)**

Поставьте на плиту, включенную на средний уровень, сковороду с нужным количеством растительного масла и разогрейте его. Пока раскаляется жир, окуните блинчики во взбитых яйцах со всех сторон.

**Шаг 6: жарим бендерик мясные. (фото 12)**

В раскаленный жир аккуратно опустите пока еще сырые бендерик и обжарьте их с двух сторон до золотистой пузырчатой корочки. Обжаривайте 1 сторону в течение 1 – 2 минут. Затем переверните бендерик кухонной лопаткой и обжаривайте их в течение 1 минуты. После накройте сковороду крышкой, и дайте бендерикам пропариться 2 – 3 минуты.

Разогрейте духовку до 150 – 160 градусов и поставьте в нее сковороду с бендериками на 15 – 20 минут, для того, чтобы мясной фарш дошел до полной готовности. Готовые бендерик уложите на большую плоскую тарелку, и вперед дегустировать!

**Шаг 7: подача**

Бендерик мясные подаются в горячем виде, уложенные на большую плоскую тарелку. Вмести с этими лакомыми кусочками в глубокой пиале можно подать взбитые сливки, сметану или любой нравящийся вам соус, например сметанный, сухарный, томатный, греческий, соус из авокадо или лимонный соус. Вкуснотища неимоверная!

Приятного аппетита!

Контакты для обратной связи:

Телефон: 59-02-29

www.n-i-c.ru info@sk-nic.ru