

Держи форму!

Екатерина СОРОКОВИКОВА,
оперативный дежурный
по мониторингу информационного
поля и документообороту
Центра управления в кризисных
ситуациях ГУ МЧС России
по Иркутской области.
На службе -
4 года.



КРАСА
И ГОРДОСТЬ
МЧС

- В МЧС я пришла после окончания филфака Иркутского госуниверситета, - рассказывает Екатерина. - Занимаюсь тем, что провожу мониторинг обстановки, делаю сводку, постоянно взаимодействую со «Скорой», полицией, спасателями. Именно от меня информация поступает пресс-службе. Эта работа требует максимальной оперативности и четкости. А еще я принимаю звонки на «телефон доверия», и это мое самое любимое в работе. Очень ценно чувствовать себя нужной, помогать другим.

Хотя работа «на доверии» непростая - тяжело пропускать через себя беды и проблемы, с которыми делятся простые иркутяне, попавшие в непростые ситуации. Но здесь прийти в себя и сохранить хладнокровие помогает боксерская закалка.

- Спортивная подготовка важна для всех сотрудников системы МЧС вне зависимости от того, работает он в поле или занят аналитикой в кабинете. - говорит Екатерина. - Спорт помогает не только умело спасать людей и действовать при ЧС, но и справляться с различными стрессовыми ситуациями.

И слова Кати не расходятся с делом. 30-летняя иркутянка впервые в истории соревнований приняла участие в пожарном кроссфите среди регионов Сибири. До этого в профессиональном силовом многоборье только мужчины тягали автомобильные покрышки, поднимали гири и штанги и тянули «рукава».

- Мое мнение - каждый сотрудник МЧС просто обязан заниматься каким-либо видом спорта, - говорит Катя. - Лично я предпочтение отдаю боксу. Вопреки расхожему мнению это вид спорта, в котором прежде всего надо думать!

Самый сильный пожарный Европы

А статья чемпионом по пауэрлифтингу Дмитрию Нажда помогла работа.

ТРИЖДЫ ПОБЕДИТЕЛЬ

- Да что там штанга, пожар тушить сложнее! Бывает, за смену на выездах до пяти кило сбрасываю - людей выносить, завалы разгрести, - рассказывает старший пожарный 1-й пожарно-спасательной части ГУ МЧС России по Краснодарскому краю Дмитрий Нажда, недавно вернувшийся с Кубка Европы по пауэрлифтингу сразу с двумя медалями. Этот вид спорта еще называют силовым троеборьем, и суть его заключается в том, чтобы взять максимально тяжелый вес. На чемпионате среди силовых структур, который проходил в Москве,

Дмитрий лучше всех выполнил жим лежа двумя способами. Взял вес в 250 и 185 кило. Дмитрий сражался в весовой категории до 100 килограммов. Сам же он весит 97. Таким образом, он стал трехкратным чемпионом Европы по пауэрлифтингу. Впервые почетный титул завоевал в 2015-м, с тех пор каждый год подтверждает звание. А в 2016 году стал еще и чемпионом мира в этом виде спорта.

ТРЕНАЖЕРКА СВОИМИ РУКАМИ

- Служба сил для соревнований придает? - спрашиваю у Димы, намекая на нелегкую работу пожарного.

- Она самая, - улыбается огнеборец и ведет меня к небольшому зданию при пожарной части. В особой комнате - штанги, гантели и несколько тренажеров.

- Вот занимаюсь тут после работы. - С гордостью оглядывает тренажерку Дмитрий. - Но зал еще до того появился, как я на службу в МЧС пришел. Ребята сами его оборудовали, не без помощи нашего начальства, конечно. Пожарному ведь себя в форме поддерживать надо - мы людям помогаем, от наших сил зависят их жизни. Все парни в части как на подбор - подтянутые, мускулистые. Но даже на их фоне Дмитрий Нажда заметно выделяется - настоящий богатырь: широкоплечий, накачанный. Легко колонку пожарную поднимет (а вес ее доходит до 20 кило) и спасательными ножницами ловко орудует - в них 14 кг чистого металла.

- Пожарные машины с места разве что не двигает еще, - улыбаются его коллеги по цеху.

Даже корреспондентку «КП» весом 54 кг Дмитрий без труда поднял вместе с той самой красной пожарной колонкой.

- Пушинки, - улыбнулся Дмитрий, держа на своих плечах столь ценный груз. Конечно, штанга, которую тягал на чемпионате Европы, в разы тяжелее.

О работе пожарного, о том, как эта служба опасна и трудна, Дмитрий рассказывает и своему 15-летнему сыну Никите. Парень мечтает быть похожим на отца - он тоже занимается спортом, только не пауэрлифтингом, а дзюдо, и планирует, как и батя, стать пожарным.



Дима легко поднимает и пожарный гидрант (20 кг), и даже нашего корреспондента (54 кило).