ЕНЕРГОАТОМ ENERGOATOM ЧИСТА ЕНЕРГІЯ МАЙБУТНЬОГО

Енергетик

Інформаційний вісник. Випуск 38, 3 жовтня 2024 року

МИ РАЗОМ!

Завжди на зв’язку!



Більше комфорту і захищеності. Працівнику цеху радіаційної безпеки Південноукраїнської АЕС, який став на захист Батьківщини, колеги-атомники передали екіпіровку і засоби РЕБ.

***

Засоби для знешкодження ворожих дронів та комплекти екіпіровки. Працівники Південноукраїнської АЕС продовжують забезпечувати наших воїнів необхідними приладами і речами.

***

Ніколи не забуваємо про колег, які воюють. Працівнику реакторного цеху №1 Південноукраїнської АЕС та його побратимам колектив підприємства відправив засіб для боротьби з ворожими дронами та екіпіровку.

***

Колектив Південноукраїнської АЕС передав колезі, який на час короткої відпустки повернувся з фронту, дві автомобільні радіостанції загальною вартістю 66 тисяч гривень. Це кошти, зібрані енергетиками завдяки благодійній акції «Допомога захисникам України», яка постійно діє на нашому підприємстві та триватиме до Перемоги!

УІГЗ





Інформація про радіаційний стан на промисловому майданчику, в санітарно-захисній зоні та в зоні спостереження філії «ВП ПАЕС» станом на:

На 30 вересня 2024 року			На 28 вересня 2024 року		
Потужність еквівалентної дози, мкЗв/годину			Викиди в атмосферу, % від ліміту викиду		
Промисловий майданчик	Санітарно-захисна зона	Зона спостереження	Інертні радіоактивні гази	Довго існуючі радіонукліди	Радіойод
0,10	0,09	0,09	0,044	0,024	0,002

НА ПІДПРИЄМСТВІ

На Південноукраїнській АЕС відбулась чергова, 30-та ротація моніторингової місії МАГАТЕ. Нова команда експертів розпочала роботу 23 вересня і протягом трьох тижнів слідкуватиме за ядерною безпекою та захищеністю на підприємстві.



МАГАТЕ продовжує моніторити безпеку на ПАЕС

Генеральний директор ПАЕС Вячеслав Стоянов привітав міжнародних експертів з прибуттям, підкресливши важливість їхньої роботи в умовах, коли країна переживає військові виклики. Очільник підприємства представив українських спеціалістів, які координуватимуть діяльність місії на станції, і побажав усім плідної співпраці. Вячеслав Стоянов наголосив, що під час повітряних тривог міжнародні експерти повинні перебувати в захищених місцях, адже безпека є пріоритетом у цей складний час.

«Ми дуже вдячні нашим партнерам з МАГАТЕ, тому що завдяки їхній роботі можемо зробити наші об'єкти більш безпечними. На жаль, останнім часом атаки ворога і прольоти у повітрі над об'єктами енергетичної інфраструктури почастішали. Співпраця з міжнародними експертами дозволяє документувати ці порушення і доводити їх до відома керівництва МАГАТЕ та світової спільноти. Ми сподіваємося, що наші заклики будуть почуті й ворожі дії припиняться. Ядерні об'єкти повинні залишатися поза зоною бойових дій», - зауважив генеральний директор.

Під час зустрічі сторони обговорили результати роботи 29-ї моніторингової місії. Як повідомив керівник попередньої команди, експерти протягом трьох тижнів виконували завдання МАГАТЕ, регулярно інформували про ситуацію на енергокомплексі та інтенсивність атак, вивчали потреби підприємства для надання технічної гуманітарної допомоги. Міжнародні фахівці висловили українським колегам подяку за відкритість та готовність до співпраці.

Чергова ротація моніторингової місії МАГАТЕ — ще один крок до стабільності та безпеки в енергетичному секторі України в умовах сучасних викликів.

Наталя БІЛА



ТВОЇ ЛЮДИ, АЕС!

Нагороди за високий професіоналізм та сумлінну працю

За сумлінну багаторічну працю, добросовісне виконання посадових обов'язків, високий професіоналізм, особистий внесок у забезпечення стабільної роботи філії «ВП «Південноукраїнська АЕС» заступник головного інженера з ядерної та радіаційної безпеки Олексій Арванінов отримав відзнаку «За вагомий внесок у розвиток атомної енергетики України» АТ «НАЕК «Енергоатом».

Генеральний директор підприємства Вячеслав Стоянов також привітав та вручив Грамоти філії «ВП «Південноукраїнська АЕС» за сумлінну багаторічну працю, добросовісне виконання посадових обов'язків, вагомий внесок у виконання планових завдань та високий професіоналізм водію автотранспортних засобів 2 класу автотранспортного господарства Олегу Волощуку та начальниці сектору розрахунків з працівниками бухгалтерії Валентині Токмаковій.



УІГЗ

Олександр Шульженко: «Успішна робота підрозділу неможлива без згуртованого колективу»



Грамотою філії «ВП «Південноукраїнська АЕС» АТ «НАЕК «Енергоатом» за сумлінну багаторічну працю, добросовісне виконання посадових обов`язків, високий професіоналізм відзначено начальника цеху зварювання філії «ВП ПАЕС» Олександра Шульженка. Понад 25 років свого життя він віддав роботі на атомній станції. Вважає, що йому пощастило, адже обрав професію до душі й торує кар'єрний шлях пліч-о-пліч з надійними та відповідальними колегами.

Олександр Шульженко закінчив Донбаську державну машинобудівну академію (ДДМА) за спеціальністю «Обладнання та технологія зварювального виробництва». Швидко знайшов своє місце на атомній станції. 13 років керував бригадою зварників на посаді майстра, потім – працював старшим майстром. Уже сьомий рік Олександр Шульженко очолює цех, у якому працюють 136 фахівців, відповідальних за виконання зварювальних робіт на ключових об'єктах станції, обладнанні та трубопроводах.

Очільник підрозділу підкреслює важливість відповідального ставлення до службових обов'язків і високої кваліфікації свого персоналу. Він переконаний, що досягнення професійного успіху неможливе без постійного вдосконалення знань і практичних навичок, що є невід'ємною частиною роботи. «Кожен працівник, від зварювальника третього розряду до керівника має довести свою компетентність, адже це безпосередньо впливає на безпеку та стабільність роботи енергетичного об'єкту», — зазначає він.

Олександр Шульженко особисто очолює комісію з атестації електрозварників, стежачи за тим, щоб кожен працівник мав належний рівень підготовки. Водночас, він переконаний, що успішна робота підрозділу неможлива без згуртованого колективу. Вчить особистим прикладом, ставить до себе не менші вимоги, ніж до своїх підлеглих. А це багато чого варте. За свою кар'єру Олександр зарекомендував себе як справедливий та вимогливий керівник, який здатен мотивувати команду і вести її до високих результатів.

Анастасія ЧАБАНЮК

ПРАЦЮЄ УКРЯТ

Атомники ПАЕС нагородили учасників фотомарафону

З 1 по 15 вересня у місті-супутнику Південноукраїнської АЕС тривав осінній фотомарафон «Вперед, разом до Перемоги!». Патріотичний івент організовано членами відокремленого підрозділу громадської організації «Українське ядерне товариство» у місті Южноукраїнськ за сприяння філії «Відокремлений підрозділ «Південноукраїнська АЕС».



Участь у фотомарафоні стала вже доброю традицією для багатьох працівників підприємства, їхніх родин та активних містян. Така ініціатива є гарним приводом ще раз звернути увагу на українську культуру, сімейні цінності та любов до рідної землі. Цьогоріч до фотобатлу долучились 12 аматорів, які надіслали на електронну адресу громадської організації понад три сотні світлин.

Учасникам було запропоновано чотири тематичні номінації. У кожній з них визначено переможця:

«Якою я бачу Україну» - Катерина Пронь;

«Моя українська родина» - Вікторія Буковська;

«Милі котики мої» - Анастасія Цапович;

«Вільна тема» - Дар'я Пелепецька.

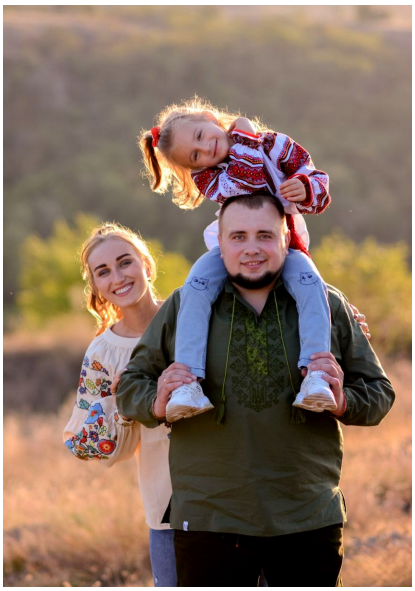
Звання кращої фотомарафонниці 2024 року поправу дісталось Надії Ковтан, яка надіслала на конкурс 106 світлин.

Кожен учасник отримав щирі емоції та пам'ятні подарунки від організаторів. Переможцям вручили грошові сертифікати та термопляшки, а всім учасникам - брендовану сувенірну продукцію: спортивні сумки, блокноти, ручки, екосумки та смаколики.

Під час нагородження голова ВП ГО «УкрЯТ» у місті Южноукраїнськ Олена Вторая подякувала за активність і зазначила, що всі фотороботи варті уваги, адже вони відображають наше рідне, українське, те, що ми понад усе цінуємо та любимо. Крім того, вона анонсувала проведення фотомарафону наступного року та пообіцяла не менш цікаві та приємні заохочення.

Світлана КОСТЕНЮК





СПРАВИ МІСЬКІ

Є у сесії початок, немає в сесії кінця

У Южноукраїнській міській раді знову чвари. У 51-му черговому засіданні оголошено перерву. Причиною став демарш п'яти депутатів, які після розгляду першого питання покинули залу засідань. Далі - про усе по черзі.





26 вересня для участі у сесії зареєструвались 19 обранців громади. Разом з присутніми на засіданні представниками підприємств, установ, громадськості та ЗМІ, місцеві парламентарі взяли участь у врученні державних нагород загиблим захисникам посмертно. Три ордени «За мужність» та нагрудний знак «Золотий хрест» отримали рідні чотирьох южноукраїнських героїв: Володимира Павленка, Володимира Янка, Сергія Рудьєва, Вячеслава Мельника.

Повернувшись до справ буденних, депутати затвердили порядок денний. У підсумку він налічував 41 питання. Проте, до їх розгляду взялися не відразу. Спочатку вислухали представницю ОСББ «Європейська будинок 6» та депутатку Миколаївської обласної ради Людмилу Самчинську. Пані Людмила, зокрема, просила навести лад у Костянтинівській гімназії, викосити амброзію в селі та вимагала звіту керівника комунального підприємства «Грааль». «Я вже порушувала це питання на сесії пів року тому. У Костянтинівці є вулиця Островського. Два роки там стоїть розрита траншея. Є труби, але їх ніхто не кладе», - наголошувала Людмила Самчинська.

Далі слово брала Олена Петрина. Депутатка запропонувала колегам підтримати її протокольне доручення. У ньому йшлося про оголошення перерви в засіданні та оприлюднення на офіційному сайті міста проєкту рішення щодо дострокового припинення повноважень секретаря міської ради Дениса Кравченка. Заява про це, повідомила пані Олена, була направлена нею на ім'я мера 28 серпня. За словами мера Валерія Онуфрієнка, звернення Олени Петрини нині відпрацьовано юридичним відділом та передано до відділу забезпечення депутатської діяльності. За відсутності зауважень, проєкт рішення обіцяли винести на наступне засідання Южноукраїнської міської ради. Така ситуація місцеву парламентарку не влаштовувала. Після того, як її вимогу підтримали лише семеро колег по депутатському корпусу, депутатка заявила про відсутність солідарності в лавах місцевих парламентарів. Пані Олена наголосила, що братиме участь у розгляді лише першого питання після чого покине сесійну залу. Так само закликала зробити і солідарних з нею колег.

Отже, відпрацювання порядку денного розпочалося з внесення змін до бюджету. Воно відбувалось за трьома розділами. Перший – це вивільнені кошти у сумі 640 тисяч гривень, які спрямують на заклади освіти та культури, демонтаж рекламних конструкцій на розділювальній смузі по проспекту Незалежності.

У другому розділі, а це гроші вільного залишку у сумі 2 мільйони 459 тисяч, заклали фінанси на підтримку Збройних сил України, що становить понад два мільйони, забезпечення найпростіших укриттів у другому та третьому садочках лавками і стільцями, капітальний ремонт покрівлі поліційного відділку.

Третій розділ, тобто внутрішній перерозподіл невикористаних бюджетних асигнувань, містив дві спірні позиції. Їх не вдалося узгодити на профільній комісії, тож рішення приймали колегіально. У першому випадку йшлося про 762 тисячі, які перекинуть з капітального ремонту ліфтів на розробку проєктно-кошторисної документації водогону для села Бузьке. Спірним також виявився ремонт доріг. «За зверненням управління житлово-комунального господарства, пропонується погодити внутрішній перерозподіл 4 мільйонів 377 тисяч 877 гривень, які передбачені на програму розвитку дорожнього руху, а саме ремонт вулиці Молодіжної – від проспекту Незалежності до вулиці Набережна Енергетиків. Цю суму планують направити на ремонт чотирьох вулиць: Богданівка-Костянтинівка, Спортивна, 300-річчя Костянтинівки та Набережна енергетиків», - пояснила начальниця фінансового управління Южноукраїнської міської ради Тетяна Гончарова.

Члени бюджетної комісії з пропозицією управління житлово-комунального господарства не погоджувалися. На їхню думку, довгоочікуваний ремонт по вулиці Молодіжній нині в пріоритеті. Як показало голосування, так само міркувала й більшість депутатів.

Після затвердження змін до бюджету в цілому, Олена Петрина, як і обіцяла, покинула залу засідань. Її підтримали ще четверо колег: представник «Європейської солідарності» Андрій Костов, «Батьківщини» - Надія Горностай, «Сили людей» - Ольга Андрєєва та Андрій Заренок. Для подальшої роботи не вистачило кворуму, тож міський голова оголосив у засіданні перерву. У результаті, без розгляду залишилось чотири десятки важливих для громади питань, а роботу южноукраїнського парламенту заблокували на тиждень. Наступне засідання відбудеться 3 жовтня.

Ірина ПАВЛОВА
Фото Ольга Михайлова

ЗНАЙ НАШИХ!

Команда ПАЕС виборола першість серед підрозділів Енергоатома в благодійному веломарафоні

14 вересня в місті-супутнику Хмельницької АЕС пройшов масштабний благодійний веломарафон «BLUE LAKES RACE 2024». Понад 110 учасників з різних підрозділів Енергоатома з Миколаївської, Рівненської, Хмельницької областей, Києва, а також зі Львова та Луцька приїхали до Нетішина, щоб позмагатися. А заодно - зібрати кошти для ЗСУ. Південноукраїнську АЕС представляли 13 спортсменів-аматорів.

Організатори запропонували велогонщикам дві дистанції – 100 км та 45 км. Представники Південноукраїнської АЕС вибороли першість у командному заліку серед відокремлених підрозділів Енергоатома. Також вони продемонстрували високі індивідуальні результати.

Серед чоловіків на дистанції 100 км в абсолютному заліку золоту нагороду і звання найшвидшого з-поміж працівників Енергоатома здобув Віталій



Рожок (енергоремонтний підрозділ). Срібна медаль дісталася Максиму Сапаю (служба наладки і випробування обладнання). Зінаїда Баланюк (управління інформації й громадських зв'язків) стала третьою в абсолютному заліку серед жінок на дистанції 100 км. Такий же результат на дистанції 45 км показала Ірина Рожок (цех радіаційної безпеки). Альона Кислиця (відділ охорони здоров'я) першою дісталася фінішу, випередивши суперниць у віковій категорії 50+. Серед чоловіків відповідної категорії також переміг представник ПАЕС Микола Сучок (цех теплової автоматики і вимірювань). Ще три третіх місця у своїх вікових категоріях до скарбнички нашої команди принесли Олексій Волобуєв і Андрій Комишнік з енергоремонтного підрозділу та Ігор Кириленко, працівник електричного цеху.

Завдяки благодійним внескам, які робили учасники змагань, для потреб української армії вдалося зібрати понад 116 тисяч гривень.

Юрій АФАНАСЕНКО



ЗНАЙ НАШИХ!

Рада ветеранів ПАЕС привітала своїх спортсменів-активістів

З нагоди Дня фізкультури і спорту Рада ветеранів Південноукраїнської АЕС відзначила своїх спортсменів.



Головними спортивними подіями цього року для людей поважного віку стали XXXIV Спартакіада Південноукраїнської об'єднаної організації профспілок (ПООП) та IV Спартакіада Ради ветеранів. Остання включає 7 видів спорту. Понад 50 представників Ради ветеранів ПАЕС брали участь у змаганнях з настільного тенісу, шашок, шахів, спортивного орієнтування, плавання, легкої атлетики та велоспорту.

Наразі триває цьогорічна спартакіада ПООП, де на прибічників активного способу життя поважного віку чекають змагання з волейболу, перетягування канату та легкої атлетики. Ветерани ПАЕС продовжують бути лідерами у шахах та шашках. Серед найактивніших учасників виділяються Володимир Дудьєв, Лідія Сухініна, Віктор Краснянський, Микола Ісаков, Ігор Робул і Зоя Калько. За командним заліком ветерани ПАЕС увійшли до першої десятки з 30 команд.

З нагоди відзначення Дня фізкультури і спорту у Раді ветеранів відбулось відкриття стенду з фотографіями зі змагань. Учасники заходу мали змогу переглянути світлини, згадати своїх друзів та поспілкуватися у теплій атмосфері.

Всі учасники спортивних заходів були заохочені. Спортсмени-аматори ветеранської організації отримали премії, розмір яких залежав від кількості змагань, у яких вони брали участь.



Ольга МИХАЙЛОВА
Фото авторки



МЕДИЧНА СТОРІНКА

Контроль рівня артеріального тиску. Чому це важливо?

Підвищення артеріального тиску - артеріальна гіпертензія (гіпертонічна хвороба) - належить до захворювань, які скорочують тривалість життя та можуть призвести до інвалідності. На початкових стадіях артеріальна гіпертензія (АГ) може ніяк не проявлятись і не впливати на самопочуття, але підвищений артеріальний тиск (АТ) запускає каскад патологічних змін в серці, судинах, нирках, сітківці ока, головному мозку, що призводить до виникнення головного болю, погіршення зору, пам'яті, сну, зниження розумової діяльності, розвитку інфаркту та інсульту. Ці патологічні зміни можна попередити і, тим самим, знизити ризик передчасної смерті від інфаркту міокарда або інсульту.

Якщо Ваш артеріальний тиск перевищує **140/90 мм рт.ст.** – прислухайтесь до порад, перегляньте Вашу життєву позицію:

1. Регулярно відвідуйте лікаря. Не ігноруйте спостереження та обстеження, яке призначить лікар.

2. Контролюйте рівень АТ. Підвищення АТ можна визначити лише при його вимірюванні. Ваш АТ не повинен перевищувати рівень 140/90мм рт.ст.

3. Постійно приймайте препарати для лікування артеріальної гіпертензії. Якщо Вам призначили препарати, не відміняйте їх самостійно, не порадившись з лікарем. Раптове припинення лікування може мати негативні наслідки для здоров'я та самопочуття.

4. Визначте свій рівень холестерину в крові. Загальний холестерин не повинен перевищувати 5,0 ммоль/л. Порушення обміну холестерину та ліпідів – основний фактор виникнення та прогресування атеросклерозу, який призводить до розвитку інфаркту та інсульту.

5. Слідкуйте за масою тіла – розрахуйте свій індекс маси тіла: маса (в кг) розділити на зріст (у метрах) в квадраті. Норма < 25. Якщо індекс маси перевищує 25, порадьтесь з лікарем й внесіть зміни в своє життя. Зверніть увагу на обсяг своєї талії**.** Якщо він перевищує 88 см у жінок і 102 см у чоловіків, то це вказує на абдомінальний тип ожиріння, який часто супроводжується прогресуванням гіпертонічної хвороби, розвитком цукрового діабету та ішемічної хвороби серця.

6. Приділяйте увагу фізичній активності. Тренуйте серцево-судинну систему та м'язи тіла. Фізична активність сприяє зменшенню артеріального тиску, нормалізації маси тіла, знімає стрес та психоемоційне напруження, покращує Ваш сон та самопочуття. Мета, до якої необхідно прагнути – 30-45 хвилин ходьби щодня або хоча б 5 разів на тиждень. Обов'язково порадьтеся з лікарем про допустимий рівень навантажень.

7. Дотримуйтесь режиму праці та відпочинку. Психоемоційні перевантаження негативно впливають на стан здоров'я. Подбайте про повноцінний сон. Не створюйте стресових ситуацій, не допускайте агресивної поведінки, роздратованості, негативних емоцій – це в першу чергу шкодить Вашому здоров'ю.

8. Не паліть і уникайте пасивного паління. Паління тютюну – абсолютно доведений фактор ризику виникнення серцево-судинних захворювань. Під впливом нікотину прискорюється пульс, виникає спазм судин і підвищується артеріальний тиск. Порадьтесь з лікарем, як легше подолати цю звичку. Це дуже важливе рішення у Вашому житті!

9. Не зловживайте алкоголем. Надмірне вживання алкоголю сприяє підвищенню АТ. Допустимі дози для практично здорових чоловіків - не більше 20 мл на добу у перерахунку на етанол (для жінок – вдвічі менше).

10. Будьте уважними до свого самопочуття. Звертайте увагу на симптоми, які сигналізують про загрозливий стан, який треба негайно діагностувати та лікувати.

Ось кілька ознак, які мають вас насторожити, оскільки можуть свідчити про **серцевий напад**:

- відчуття тиску, стискання, печіння або біль посередині грудної клітини. Такі відчуття не минають кілька хвилин поспіль або мають хвилеподібний характер: минають і повертаються знову;
- біль або дискомфорт в одній або обох руках, спині, шиї, щелепах або животі;
- задишка з дискомфортом у грудях або без нього;
- відчуття панічного страху;
- раптова слабкість;
- холодний піт, нудота або запаморочення.

Чим швидше людина з інфарктом отримає невідкладну допомогу, тим меншими будуть пошкодження серця. Оптимальним є час до двох годин.

Розвиток інсульту можуть супроводжувати симптоми, що виникають раптово. Запам'ятати їх можна за абревіатурою **МОЗОК :**

М (Мовлення) – людина не може повторити просте речення та виконати просту команду. Вимова буде нерозбірливою, плутаною.

О (Обличчя) - коли один бік обличчя зазнає візуальних змін (наприклад, обвисає). Людина не зможе посміхнутися або посмішка буде несиметричною.

З (Запаморочення) - поява скарги на раптове головокружіння, хиткість ходи, втрату рівноваги, порушення координації рухів у руці або нозі.

О (Очі) - раптове порушення зору одним або двома очима, з'являється двоїння при погляді на предмети.

К (Кінцівки) - слабкість або оніміння, неможливість підняти і утримувати обидві руки або обидві ноги одночасно, кінцівки з однієї сторони стають слабкішими, можуть падати, як пліть.

Також інсульт може проявлятися сильним головним болем, сонливістю, блювотою, нудотою. Такі ознаки можуть тривати лише кілька хвилин, потім зникати. Подібні короткотривалі сигнали відомі як транзиторні ішемічні атаки. Більшість людей ігнорує їх, адже вони швидко минають.

Інсульт вимагає невідкладного медичного втручання. Людина з ознаками інсульту, яка отримує допомогу лікарів упродовж перших 4,5 годин, має більше шансів повернутися до повноцінного життя та уникнути тяжких і незворотних наслідків.

Якщо ви помітили один із цих симптомів, терміново викликайте бригаду швидкої допомоги (зателефонуйте за номером 103).

Факторами, що обумовлюють розвиток серцево-судинних захворювань, є високий артеріальний тиск, підвищений рівень холестерину в крові, тютюнокуріння, низький рівень фізичної активності, ожиріння, цукровий діабет, психологічний стрес, обтяжена спадковість (серцево-судинні захворювання у батьків, що виникли у віці до 55 років у батька та до 65 років у матері). Більшість факторів ризику залежать від стилю життя. Виявити їх можна під час проведення профілактичних оглядів. За результатами огляду лікар зможе зробити висновки щодо ризику розвитку у Вас серцево-судинних захворювань та разом з Вами визначити заходи щодо їх корекції.

На здоровпункті ВП ПАЕС працює кабінет диспансеризації, де кожен може проконтролювати свій артеріальний тиск. Кабінет (№ 106/21) працює з понеділка по п'ятницю з 8.00 до 15.00. Контроль тиску також можна провести у чергового фельдшера здоровпункту АЕС цілодобово.

Відділ охорони здоров'я
філії «ВП ПАЕС»

БУДЬТЕ В КУРСІ ПОДІЙ!

Користуйтеся тільки офіційними джерелами інформації про роботу Південноукраїнського енергокомплексу! Відскануйте QR-код, перейдіть за посиланням та підпишіться!

Енергетик
Інформаційний вісник філії «ВП ПАЕС»
Адреса: 55000 Миколаївська обл., м.Южноукраїнськ, бул. Шевченка, 8а, ІЦ "Імпульс", 2 поверх
Тел.: (05136) 5-76-91
Тел.: (05136) факс 5-94-00
E-mail: smi@sunpp.atom.gov.ua
Відповідальна за випуск Бондаренко О.О.
Наклад 1000 примірників
Виготовлено в друкарні філії «ВП ПАЕС»
Розповсюджується безкоштовно