ЕНЕРГОАТОМ | ПАЕС
ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКА АЕС

Енергетик

ІНФОРМАЦІЙНИЙ ВІСНИК

ЧИСТА ЕНЕРГІЯ МАЙБУТНЬОГО

Випуск 43, 5 листопада 2026 року

МИ РАЗОМ!

Працівники ПАЕС передали на фронт дрони, нагрівачі та оргтехніку

Для безпеки та комфорту. Колектив Південноукраїнської АЕС відправив на передову трьом військовим частинам дрони та дизельні нагрівачі, придбані в межах постійної благодійної акції «Допомога захисникам України».

Дрони забезпечують розвідку, спостереження за ситуацією та вчасне виявлення потенційних загроз.

Дизельні нагрівачі дають тепло в польових умовах, допомагають обігрівати приміщення та місця перебування військових у холодну пору року. Це важлива підтримка для збереження здоров'я, комфорту й боєздатності захисників.





Також атомники придбали для потреб бійців Сил спеціальних операцій оргтехніку.

Енергетики продовжують працювати й підтримувати українське військо, адже надійний тил – це значний внесок у нашу спільну Перемогу!

Юрій АФАНАСЕНКО
Фото надані
Валерієм Кичаком

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

На 2 листопада 2026 року			На 31 жовтня 2026 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
0,08	0,09	0,09	0,097	0,011	0,002

НА ПІДПРИЄМСТВІ

На ПАЕС підбили підсумки повторної самооцінки за методологією ВАО АЕС



На ПАЕС завершилася повторна самооцінка виробничої діяльності за методологією партнерських перевірок Всесвітньої асоціації організацій, що експлуатують атомні електростанції (ВАО АЕС). За результатами повторної самооцінки п'яти напрямам для покращення присвоєно категорію А, що свідчить про досягнуті результати, а восьми – категорію В, яка підтверджує позитивну динаміку та подальшу роботу над удосконаленням. Експерти відзначили суттєвий прогрес у вдосконаленні виробничої діяльності станції та результативність упроваджених коригувальних заходів.

Південноукраїнська АЕС стала першою серед філій Енергоатома, де провели повторну самооцінку за методологією ВАО АЕС. Її мета – визначити, наскільки результативно підприємство виконало рекомендації, надані за підсумками тогорічної самооцінки, та яких змін вдалося досягти у виробничій діяльності.

Протягом цього робочого тижня команда з чотирьох експертів аналізувала документацію, спілкувалася з персоналом, відвідувала робочі місця та спостерігала за технологічними операціями. Особливу увагу приділили практичному впровадженню коригувальних заходів та їхньому впливу на виробничу діяльність підприємства.

«За рік ПАЕС зробила помітний крок уперед. Ми побачили суттєві зміни у виробничих процесах, нові підходи до роботи та прагнення персоналу до вдосконалення. Особливо позитивне враження справили експлуатація та інженерно-технічний напрям. Загалом же позитивну динаміку ми спостерігаємо за всіма сферами оцінювання», – зазначив заступник керівника команди експертів із проведення повторної самооцінки за методологією ВАО АЕС Альберт Рябуха.

Під час підсумкової наради він також відзначив відкритість персоналу, ефективну взаємодію з командою та високий рівень організації самооцінки. На думку експертів, філія продемонструвала хороший старт у реалізації рекомендацій і вдосконаленні виробничої діяльності відповідно до міжнародних підходів.

«Маємо чітке бачення подальших дій, які допоможуть зробити ПАЕС ще кращою, підвищити безпеку та надійність енергоблоків. Щиро дякую всім працівникам, які долучилися до підготовки та проведення самооцінки, а також тим, хто продовжуватиме реалізацію запланованих заходів», – зазначив заступник генерального директора ПАЕС з якості та управління Віктор Саворона.

Результати повторної самооцінки стануть орієнтиром для подальшого вдосконалення виробничої діяльності Південноукраїнської АЕС, а набутий досвід враховуватимуть під час аналогічних місій на інших українських атомних електростанціях.

Анастасія ЧАБАНЮК
Фото Ольга Михайлова

СПРАВИ МІСЬКІ

Енергетика. Освіта. Культура. Взаємодія, подолання викликів. Кращі практики

У Південноукраїнську вперше відбувся форум громад. Захід об'єднав представників міст-супутників вітчизняних атомних електростанцій, що працюють у сферах освіти, культури та енергетики.

Конференція є спільною ініціативою Південноукраїнської міської ради, військової адміністрації та Південноукраїнської АЕС. Організацію й координацію заходу на себе взяло управління молоді, спорту та культури.

Метою нового об'єднання є побудова партнерських зв'язків між органами самоврядування, громадами та атомними станціями у сферах освіти й культури, а також налагодження співпраці між містами.

До роботи долучилися очільники міської адміністрації та Південноукраїнського енергокомплексу. Вони відзначили надзвичайну важливість події, адже освіта та культура є напрямами, які формують українську націю та зміцнюють національну стійкість.

«Усі ми працюємо задля однієї мети – забезпечення гідного рівня життя містян. Наша атомна станція, яка є містоутворювальним підприємством, завжди допомагає Південноукраїнську в усіх його починаннях. Я радію тому, що у нас є порозуміння і ми можемо працювати разом. Нинішній захід дає можливість обмінятися досвідом, адже на кожному майданчику свої особливості, різні погляди на ті чи інші речі. Таке спілкування – це яскравий приклад синергії, де один плюс один дорівнює трьом», – зазначив генеральний директор Південноукраїнської АЕС Вячеслав Стоянов.

«У Південноукраїнську я лише три місяці, але вже бачу величезний потенціал цього міста. Вважаю, що такі міста, як Вараш, Південноукраїнськ, Нетішин, мають бути драйверами всіх інших громад нашої країни. Вони мають вести Україну до Європейського Союзу і повинні стати прикладом. Упевнений, що такі заходи, як наш нинішній форум, також сприятимуть цьому», – наголосив голова Південноукраїнської військової адміністрації Іван Кухта.







У центрі уваги учасників форуму – розвиток освіти, доступність культури, роль молоді в житті громад та успішні практики співпраці з атомними електростанціями. Під час трьох панельних дискусій представники міст обговорили спільні виклики та поділилися досвідом їх подолання.

Головним результатом форуму стало підписання Меморандуму про співпрацю, який передбачає обмін найкращими практиками та створення постійного майданчика для взаємодії між містами-супутниками АЕС.

Ірина ПАВЛОВА
Фото Ольга Михайлова

ПРАЦЮЄМО!

В єдиній цифровій площині

Як нова вебсистема об'єднує дані станції для оперативного управління

Від температури пари в турбіні до сейсмічного стану та складських залишків: керівники підприємства отримали інструмент для миттєвого аналізу та ухвалення рішень.

1. Чому виникла потреба в такій системі?

Сучасна електростанція — це надскладний організм, де функціонують десятки спеціалізованих автоматизованих систем. Оперативний персонал на своїх робочих місцях бачить кожну деталь технологічного процесу у вузькопрофільних програмах. Проте керівникам різних ланок — від начальників змін до керівництва підприємства — для ухвалення стратегічних та оперативних рішень потрібна цілісна картинка «тут і зараз».

Раніше, щоб звести докупи дані про технологічний стан блоків, стан допоміжного обладнання, складські ресурси чи погодні умови, доводилося здійснювати численні телефонні дзвінки, запитувати звіти та зіставляти дані з різних джерел.

Щоб розвантажити телефонні лінії та надати керівникам миттєвий доступ до обробленої інформації, була розроблена та впроваджена інтеграційна Web SCADA-система верхнього рівня SIGMA.

2. Ключова концепція: збір, об'єднання та аналітика

Наша вебсистема не замінює робочі місця операторів АСУ ТП, а виконує роль інформаційного агрегатора та аналітичного центру. Вона «збирає» вже оброблену інформацію з різних, фізично не пов'язаних між собою джерел і виводить її на єдиний відеокадр.

Що охоплює єдиний цифровий простір:

- Технологічні параметри: температура пари в турбіні, тиск, навантаження, стан ключового обладнання блоків.

- Допоміжні та неавтоматизовані системи: моніторинг підрозділів, які раніше не мали власних систем АСУ ТП.

- Зовнішні та довкільні чинники: поточна погода, метеопрогноз і сейсмічний стан регіону. Господарські та ресурсні показники: складські запаси, показники виконання плану з виробітки електроенергії, дані комерційного обліку.

Головна перевага — можливість виконувати розрахунки верхнього рівня. Система не просто показує «сирі» цифри, а математично зводить параметри з різних джерел, розраховує загальні показники ефективності та виявляє відхилення в режимі реального часу.

3. Цифровізація ручної праці: моніторинг допоміжних систем

Окремим вагомим досягненням проєкту є цифровізація підрозділів і систем, які історично не були обладнані засобами автоматичного збору даних (АСУ ТП). Для таких ділянок у системі розроблено спеціалізовані відеокадри ручного введення. Черговий персонал таких служб у кілька кліків вносить поточні параметри та стан обслуговуваних систем. Що це дає на практиці?

4. Доступність 24/7 і зручність використання

Оскільки система побудована на вебтехнологіях, вона не вимагає встановлення складного спеціалізованого програмного забезпечення на кожне робоче місце. Керівник будь-якого рівня може відкрити потрібний відеокадр у звичайному браузері з робочого комп'ютера. Зручна візуалізація, інтерактивні графіки та гнучкі налаштування відеокадрів дозволяють за кілька секунд оцінити загальну ситуацію на підприємстві або «зануритися» в деталі конкретного вузла.

5. Перспективи розвитку

Впровадження Web SCADA верхнього рівня стало важливим кроком у загальній цифровізації нашої станції. Вона поєднала технологічні, господарські та екологічні дані в єдину зрозумілу систему, що суттєво підвищило оперативність управління та зменшило рутинне інформаційне навантаження на персонал. Наразі розробка та вдосконалення системи триває: додаються нові аналітичні модулі, розширюється перелік інтегрованих джерел даних та оптимізуються алгоритми аналізу часових рядів.

Дисципліна та прозорість: інформація одразу стає доступною для начальників змін станції (НЗС) і керівників профільних служб.

Розвантаження зв'язку: зникла потреба в постійних уточнювальних телефонних дзвінках протягом зміни.

Історія та архів: усі внесені дані фіксуються в єдиній базі даних для подальшого аналізу чи розслідування відхилень.

Довідково:

Цифри проєкту: понад 20 інтегрованих систем, понад 100000 параметрів доступні для обробки, понад 6000 відстежуваних на 109 відеокадрах параметрів у 18 розділах, швидкість оновлення даних - 1 секунда, персонал групи - 5 фахівців.

Олег КУМАНИК,
провідний інженер-програміст ГТЗ СІТ

НА ПІДПРИЄМСТВІ

Велика родина ПАЕС поповнилася 8 новими співробітниками

Серед них - представники робітничих професій, лікар-реабілітолог, а також фахівці, які працюватимуть із документацією.

Перш ніж розпочати виконання своїх щоденних обов'язків, усі новоприйняті працівники пройшли обов'язкове навчання з охорони праці, пожежної та радіаційної безпеки, фізичного захисту тощо.

Важливою частиною адаптаційної програми стала ознайомлювальна екскурсія до інформаційного центру «Імпульс», яку організували фахівці управління зв’язків з громадськістю і медіа.

Під час візиту нові колеги дізналися про принцип роботи всього енергокомплексу та його важливу роль у забезпеченні енергетичної стабільності України. Вони на власні очі побачили детальні макети паливних збірок, обладнання машинної зали, а також усього енергокомплексу – від атомної станції до гідро- та гідроакумулювальної електростанцій.



Кирило Беров: «Історія Південноукраїнської АЕС і її міста-супутника нерозривно пов’язана з енергетичною історією нашої країни. Для нових працівників атомної станції корисно розуміти цей зв’язок».

Олена Афанасенко: «Чудово, що є така можливість отримати цікаву інформацію про наш енергокомплекс, побачити на власні очі макети обладнання. Хочу подякувати досвідченим фахівцям атомної станції за ту увагу, яку вони приділили нам, новачкам».

Навіть якщо безпосередня робота працівника пов'язана з документами чи господарським обслуговуванням, розуміння загальних принципів роботи ПАЕС – це запорука безпечної та злагодженої роботи всієї станції.

Щиро вітаємо колег у нашій команді! Бажаємо легкого старту, наснаги та безаварійної роботи!

Оксана МІСЮКЕВИЧ
Фото Ольга Михайлова



АЕС І ДІТИ

Сімейна історія: учасниця Атомної академії ПАЕС побачила роботу підприємства зсередини



Учасниці проєкту «Атомна академія ПАЕС» Софії Козловій випала унікальна можливість потрапити безпосередньо на робоче місце свого тата.

Решта слухачів проєкту, а це ліцеїсти та студенти професійного коледжу Південноукраїнська, відвідують підрозділи ПАЕС у складі екскурсійних груп. Для Софії та її батька організатори розробили окремий маршрут. Вони щиро підтримали палке прагнення родини та знайшли індивідуальне рішення, щоб дівчина змогла побувати за лаштунками професії тата.

Для Софії, яка навчається у фізико-математичному класі ліцею №2, цей день став здійсненням мрії. Її батько, Дмитро Козлов, працює інженером-електроніком електроцеху та обслуговує складну систему керування полярного крана. Він зізнається, що атмосферу, яка панує на роботі, лише словами дитині не передати: «Хотілося познайомити її з особливостями нашої роботи, щоб вона усвідомила масштаби підприємства та рівень відповідальності».

Цей візит лише зміцнив цікавість до роботи на ПАЕС. Інтерес Софії до точних наук свого часу запалив саме тато, коли допомагав розбиратися з математикою, і тепер вона чіткіше бачить свій шлях: «Станція уявлялася мені трохи меншою, а зараз я побачила, що це наче окреме маленьке містечко! Раніше я розуміла, що в тата відповідальна професія, але тепер я просто вражена, скільки всього він знає і наскільки від його дій залежить кінцевий результат роботи АЕС. Спробувати себе в інженерії – це круто, надійно та перспективно. Я впевнена, що зможу опанувати цю професію, головне – цікавитись».

Така синергія не дивує, адже батько й донька звикли все робити разом і є справжньою командою в житті та спорті. Вони разом катаються на велосипедах і займаються спортивним орієнтуванням, виборюють призові місця на чемпіонатах. Проєкт «Атомна академія ПАЕС» вкотре довів, що велика енергетика починається з міцних родинних цінностей і спадкоємності поколінь.

Оксана ТОРГАНОВА
Фото Ольга Михайлова





ТРИМАЙМОСЯ РАЗОМ!

З чого складається стресостійкість: 10 способів її підвищити

Стресостійкість - це сукупність певних особистих рис людини, що дозволяють їй переносити стресові події без шкоди для неї самої.

Тож які риси необхідно мати, щоб розвинути стійку стресостійкість?

1. Знання себе та своїх стрес-факторів

Спостерігайте за собою, заведіть щоденник або сторінку у нотатках, де ви будете фіксувати фактори, що призводять вас до надмірних емоцій. Ці знання із часом допоможуть вам контролювати ці фактори.

Якщо ж ситуації, що спричиняють стрес, будуть неминучі - тоді ці знання допоможуть вам підготуватися до них та пережити їх із меншою шкодою.

Вправа «Термометр стресу» (1 хвилина):

Перед складною зустріччю чи після неприємного листа подумки оцініть свій рівень напруги від 1 до 10. Запитайте себе: «Що саме в тілі зараз відреагувало? (стиснуті щелепи, напружені плечі, важкість у животі)». Сам факт маркування емоції перемикає мозок з реактивного режиму на раціональний.

2. Готовність до змін

Працюйте над власним кругозором, частіше питайте себе: «це для мене важливо - а чому?».

Вправа «Користь у несподіванці» (1 хвилина):

Коли на роботі раптово злітають плани, завдання або дедлайни, зробіть видих і запитайте себе: «Що це робить можливим?» або «Яку одну приховану вигоду я можу з цього отримати?» (наприклад: навчуся швидше делегувати, оптимізую процес, потреную гнучкість).

3. Спокій всередині

Знайдіть цю опору та тихе місце всередині себе, і, коли ситуація, що дратує, все ж трапляється, повертайтеся до цієї точки опори та налаштовуйте себе на спокій.

Вправа «Якір уяви: безпечне місце» (1–2 хвилини):

Опустіть погляд або прикрийте очі. Згадайте місце, де ви почувалися абсолютно захищено і тихо (берег річки, ранковий ліс, затишне крісло вдома). Сфокусуйтеся на одній сенсорній деталі: відчуйте уявне тепло сонця на шкірі, звук води чи вітру. Зробіть плавний видих із цим відчуттям.

4. Фізичні вправи

Регулярне їх виконання урівноважує нервову діяльність, знімають напругу та покращують сон. Розвивайте своє тіло.

Вправа «Мікрорелаксація за Джекобсоном» (1 хвилина):

Сидячи в кріслі, підніміть плечі максимально вгору до вух і щосили напружте їх на 5 секунд. Потім різко скиньте напругу та опустіть плечі на видиху. Повторіть двічі. Це примусово перезавантажує тонус м'язів комірцевої зони, які першими спазмуються від робочого стресу.

5. Внутрішня задоволеність

Досить складно вивести людину із себе, якщо її потреби задоволені, правда? Потурбуйтеся про те, щоб не відкладати свої бажання на далеку полицю.

Додайте таке правило у своє життя: відпочинок має бути у кожному дні, тижні та місяці.

Вправа «Мікропауза для базової потреби» (30 секунд):

Усередині робочого дня поставте таймер і чесно запитайте себе: «Чого прямо зараз просить моє тіло?» (випити склянку теплої води, випрямити спину, відвести очі від монітора, вийти на свіже повітря на 2 хвилини). Задовольніть цю маленьку потребу негайно.

6. Керування диханням та увагою

Використовуйте медитації та дихальні вправи: це навичка, що допоможе вам побудувати власну точку опори та повертатися до неї, коли це буде необхідно.

Вправа «Фізіологічне зітхання» (30 секунд):

Найшвидший спосіб знизити рівень кортизолу: зробіть два послідовні вдихи носом (один глибокий, другий короткий «дозабір» повітря), а потім довгий, повільний видих через розслаблений рот. Повторіть 3 рази прямо під час читання робочого чату чи пошти.

7. Відсутність відкладених справ

Відкладені справи пожирають енергію та простір людини, через що вона стає більш вразливою та неуважною. Тож старайтеся виконувати справи вчасно та не відкладати їх на останній момент.

Також це допоможе почувати себе більш впевнено та розвинути довіру до себе.

Вправа «Правило 2 хвилин + фокусний таймер» (2–5 хвилин):

Знайдіть серед «завислих» завдань одне найпростіше (відповісти на лист, надіслати файл, закрити завдання) і виконайте його прямо зараз без відкладання. Якщо справа більша - домовтеся з собою: «Я попрацюю над нею рівно 5 хвилин, а потім маю повне право зупинитися». Зазвичай бар'єр початку зникає сам.

8. Здорове харчування

Баланс необхідних вітамінів, мікро- та макроелементів неабияк підвищує стійкість людини до зовнішніх факторів стресу.

Вправа «Усвідомлений перший шматочок» (1 хвилина під час перекусу/обіду):

Відсуньте телефон і ноутбук хоча б на перші 2–3 шматки їжі чи ковтки напою. Зверніть увагу на текстуру, температуру, запах і смак. Це виводить зі стану «їсти на автоматі в тривозі» й нормалізує процес травлення.

9. Стосунки

Відчуття, що хтось любить вас, здатне неабияк підвищити рівень сприйняття стресових ситуацій. Працюйте зі сферою своїх стосунків: з партнером, у сім'ї або з друзями.

Або станьте для себе тією людиною, яка любить вас.

Вправа «Жест самоспівчуття» (Self-Compassion Touch, 30 секунд):

Коли відчуваєте гострий стрес або критику з боку колег чи керівництва, непомітно покладіть долоню собі на груди (в ділянку серця) або м'яко стисніть власне плече. Зробіть вдих і подумки скажіть: «Зараз непростий момент, але я на своєму боці». Тілесний контакт активує викид окситоцину і знижує відчуття самотності.

10. Ароматерапія

Це допомагає налагодити сон, покращити емоційний фон та дозволяє людині частіше почувати себе розслаблено.

Ви можете використовувати теплі ванни із хвойним екстрактом, рідким магнієм, аромалампу, ефірні олії лаванди або м'яти.

Вправа «Ароматний якір продуктивності» (30 секунд):

Тримайте на робочому столі флаконочик з натуральною олією (м'ята перцева, солодкий апельсин або бергамот). Нанесіть одну краплю на зап'ястя або просто відкрийте кришечку та зробіть 3 глибокі вдихи носом, зосередившись лише на ароматі. М'ята миттєво знімає відчуття втоми очей та прояснює думки, а цитрусові зменшують фонову тривогу.

Безоплатно, Конфіденційно і Людяно.
Щодня з 08:00 до 20:00
0800-600-170
Особистий кабінет
company well being

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

Патріотичний осінній фотомарафон «Вперед, разом до Перемоги!» від УкрЯТ

Умови фотомарафону:

- кожна робота має бути пов'язана з Україною та всім українським: традиціями, культурою, побутом, одягом тощо;

- кількість фотографій, надісланих одним учасником, не обмежена;

- надсилайте фотографії виключно високої якості;

- у повідомленні, до якого ви прикріпите фотографії або надішлете їх окремо, необхідно вказати ваш вік, прізвище, ім'я та по батькові, номер телефону й нікнейм в Instagram. Кожну фотографію необхідно підписати та зазначити назву категорії та, за бажанням, назву самої фотографії;

- усім учасникам необхідно зробити репост допису про фотомарафон на своїй сторінці в Instagram і позначити сторінку УкрЯТ – @uktyt_pivdennoukrainsk. Якщо ви не маєте власної сторінки в Instagram, попросіть знайомих опублікувати репост у своїх профілях і надішліть скриншот на підтвердження виконання цього завдання.



Конкурсні роботи прийматимуться за наступними категоріями:

- «З Україною в серці»;

- «Код нації: краса у традиціях»;

- «Мить, що надихає».

За підсумками фотомарафону буде визначено по одному переможцю в кожній категорії.

Окреме звання «Кращий фотомарафонець» отримає учасник, який надішле найбільшу кількість якісних фотографій.

Як надіслати роботи?

Фотографії приймаються:

- на електронну пошту: ukrns.konkurs@gmail.com;

- у Telegram за номером: (093) 769-34-52. Для цього необхідно попередньо зберегти цей номер у контактах свого телефону.

Якщо у вас виникли запитання, проблеми з надсиланням фотографій або вам потрібна додаткова інформація, телефонуйте за номером: (093) 769-34-52.

Чекаємо на вас, талановиті люди неймовірної країни! На переможців і учасників чекають цікаві подарунки й сюрпризи від організаторів!

Енергетик
ІНФОРМАЦІЙНИЙ ВІСНИК
ЧИСТА ЕНЕРГІЯ МАЙБУТНЬОГО
ЕНЕРГОАТОМ | ПАЕС
Адреса: 55000 Миколаївська обл., м.Південноукраїнськ
бул. Шевченка, 8а, ІЦ «Імпульс», 2 поверх
Тел.: (05136) 5-76-91
E-mail: smi@sunpp.atom.gov.ua
Відповідальна за випуск Бондаренко О.О.
Наклад 1000 примірників
Виготовлено в друкарні філії «ВП ПАЕС»

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