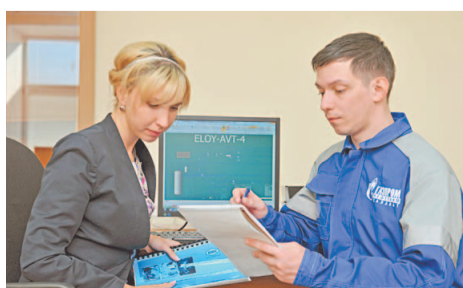


ВСЕГДА ЕСТЬ РЕШЕНИЕ

Молодые специалисты принимают активное участие в рационализаторской деятельности компании



В Обществе прошло очередное совещание по рассмотрению заявлений на рационализаторские предложения. Большая часть рассмотренных предложений подана участниками совета молодых специалистов (СМС) ООО «Газпром нефтехим Салават». Созданный год назад совет обеспечивает поддержку сотрудников Общества, занимающихся техническим творчеством, ищет решения актуальных производственных проблем, оказывает помощь в проработке, расчетах и оформлении предложений перед подачей их в Управление главного технолога для рассмотрения на предмет признания рационализаторскими.



Из 94 заявлений на рацпредложение, поданных в этом году, 38 созданы в соавторстве с молодыми специалистами Общества

На прошедшем совещании у технического директора Общества наиболее активно и успешно выступили от совета молодых специалистов сотрудники, работающие в сфере информационных технологий и автоматизации. Некоторые их предложения признаны рационализаторскими. Так, инженер АСУТП Артем Горин разработал надстройку для MS Excel, позволяющую оперативно обрабатывать данные из АСУТП, не прибегая к покупке специализированного ПО. Работа происходит

в удобном и дружелюбном интерфейсе, время для обработки запроса составляет от 5 до 10 минут. Стандартные инструменты АСУТП не позволяют с такой скоростью работать с данными, время обработки запроса в них от 1-2 часов до 2-3 дней. Предложение Артема Горина признано рационализаторским. В ноябре решением НТС надстройка для MS Excel направлена на государственную регистрацию как программа для ЭВМ. А в декабре будет утвержден акт о вводе в промышленную эксплуатацию, и специалисты Управления главного метролога смогут полноценно использовать данный инструмент в своей работе.

Романом Власовым, ведущим специалистом центра компетенции SAP, создана экспертная система, которая позволит упростить и ускорить решение проблем, возникающих при регистрации отгрузки готовой продукции в SAP ERP, снизить риск задержки отгрузки.

>>> стр. 3

ГОРДОСТЬ КОЛЛЕКТИВА

20 ЛЕТ — НА ЛЮБИМОЙ РАБОТЕ

У ветеранов труда ООО «Газпром нефтехим Салават» – пополнение. На минувшей неделе в компании чествовали нефтехимиков, отработавших в Обществе два десятка лет.



«Ветеран труда» – это звание – символ вашей высокой квалификации, отточенного временем мастерства и профессионализма. Слава ветеранам труда, всем, кто вносит достойный вклад в дело процветания ООО «Газпром нефтехим Салават», – так написано в удостоверении, которое в этом году получили 139 работников компании.

За долголетний безупречный труд и высокие результаты работникам компании было присуждено почетное звание, а к нему выданы удостоверения и значки. Их вручали в музее трудовой славы ООО «Газпром нефтехим Салават». Каждый из собравшихся здесь мог сфотографироваться на память. Затем многие с удовольствием прошли с экскурсией по экспонатам музея.

В фойе Дворца культуры «Нефтехимик» для собравшихся был устроен праздничный концерт. Почетное звание в этом году присвоено 139 работникам компании.

>>> стр. 2

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ



ЗНАКОМЫЕ НЕЗНАКОМЦЫ

Сотрудники компании рассказывают о себе и своем отношении к жизни

СТР. 4

РАБОТА В РАДОСТЬ

Что нужно делать, чтобы любимое дело всегда оставалось любимым

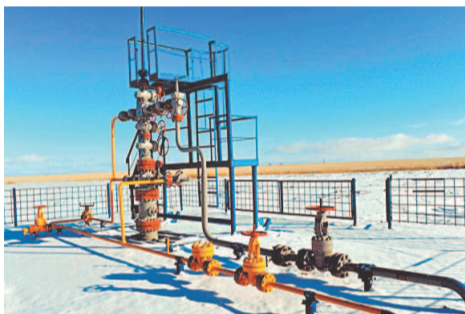
СТР. 5

В НОЯБРЕ ПОСТАВКИ «ГАЗПРОМА» В ИТАЛИЮ ВЫРОСЛИ НА 36,5 %



В Санкт-Петербурге состоялась рабочая встреча председателя Правления ПАО «Газпром» Алексея Миллера и генерального управляющего концерна Eni S.p.A. Клаудио Дескальци. На встрече рассматривались вопросы двустороннего сотрудничества в газовой сфере. В частности, речь шла о поставках российского газа. Отмечено, что в ноябре 2016 года «Газпром» экспортировал в Италию на 36,5 % больше газа, чем в ноябре прошлого года. По итогам 11 месяцев текущего года Италия занимает второе место по объему импорта природного газа из России среди всех зарубежных стран.

«ГАЗПРОМ НЕФТЬ ОРЕНБУРГ» СОКРАТИЛА СРОКИ БУРЕНИЯ



«Газпром нефть Оренбург» в 2016 году сократила сроки бурения на 19,6 % по сравнению с 2015 годом. Как отметил заместитель генерального директора компании Владимир Наговицын, на предприятии добились хороших результатов, сократив сроки строительства скважин на Восточном участке на 21,3 %, на Царичанском и Филатовском месторождении на горизонтальных скважинах без пилотного ствола – на 15 % по сравнению с предыдущим годом. В текущем году на предприятии пробурено 38 скважин, 21 из них – с ускорением сроков; рекордный показатель скорости бурения эксплуатационной колонны составил 15,7 метра в час за один пробуренный рейс, это на 45 % быстрее ранее достигнутых результатов.

По материалам ДИП «Газпром»

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СХЕМЫ ЭП-340

На заводе «Мономер» продолжается техническое перевооружение ЭП-340. Ведется работа по обновлению оборудования, реализуются работы по совершенствованию технологической схемы.

Так, в цехе № 55 производится замена физически и морально устаревших закально-испарительных аппаратов на печи пиролиза поз. F-02/B.

– Работы подходят к завершению, – говорит Алексей Епишев, заместитель начальника цеха № 55. – Оборудование уже смонтировано, проведена его обвязка и гидроиспытания. На промышленной площадке в настоящий момент началось

наложение изоляции на трубопроводы и аппараты.

Выполненные мероприятия позволят поддерживать достигнутые показатели в переработке этана.

В цехе № 56 реализуются работы по дооснащению схемы ингибирования теплообменников межступенчатого охлаждения турбокомпрессора поз. М-1. Как отмечает заместитель начальника цеха № 56 Сергей Шлентов, внедрение проекта за счет постоянной подачи ингибитора на II, III, IV и V всасы компрессора позволит снизить степень полимеризации внутренней полости теплообменников и сократить затраты на проведение их чистки.

Алевтина ЛОЖКИНА



ГОРДОСТЬ КОЛЛЕКТИВА

стр. 1 <<<

20 ЛЕТ – НА ЛЮБИМОЙ РАБОТЕ

Нужно отметить, что в глаза бросилось не количество награждаемых, а их возраст. Большинство из ветеранов были молодыми. Среди них – руководители подразделений, начальники цехов и установок, аппаратчики, машинисты...

Приглашенных гостей поздравил начальник Управления по работе с персоналом Вячеслав Дегтярев. Он предложил называть виновников праздника не ветеранами труда, а «нефтехимиками со знаком качества».

– Этот праздник, с одной стороны, говорит о большом пути, пройденном нашими сотрудниками, с другой, я вижу вокруг молодые лица и понимаю, что все у вас только начинается, – обратился к виновникам торжества Вячеслав Петрович.

С ним согласились и профсоюзные лидеры, отметив, что компания молодеет и работники с большим опытом будут продолжать и передавать традиции предприятия.

– Нефтехимики, которые сегодня заслужили звание «Ветеран труда ООО «Газпром нефтехим Салават», – это золотой фонд предприятия, – подчеркнула Лидия Воронкова, эксперт по социальным вопросам компании. – Это успешные специалисты, которые знают производство и достойно передают опыт и знания коллегам.



Вручение значков и удостоверений проходило в Музее трудовой славы Общества

Подарками для почетных гостей стали творческие номера: песни, танцы, а также музыкальные конкурсы, где, например, нужно было отгадать песню по первым нотам.

Сами герои вечера смогли не только отдохнуть в этот пятничный вечер, но подвести итоги своему двадцатилетнему трудовому пути.

– Эти двадцать лет были интересными и тяжелыми одновременно, – рассуждает Гузель Мусина, контролер качества ОТК ЛАУ. – Могу сказать, что с удовольствием отработала эти годы и очень приятно, что меня пригласили на этот вечер.

Алёна ШАВЫРОВА

ВЕКТОР РАЗВИТИЯ



Александр Кошелев (слева) вручает благодарность генеральному директору компании «МЕТАКЛЭЙ» Сергею Штепа

В НОГУ С ГИГАНТАМИ ОТРАСЛИ ПОЛИМЕРОВ

Нефтехимики побывали на московском форуме «Полимеры России – 2016»

Представители ООО «Газпром нефтехим Салават» заместитель начальника цеха №23 Александр Кошелев и ведущий специалист Управления главного технолога Диана Хабибуллина приняли участие в XI форуме «Полимеры России – 2016», который проходил в Москве.

На протяжении девяти лет форум «Полимеры России» остается главной отраслевой площадкой для встреч топ-менеджмента и владельцев ведущих российских полимерных предприятий и обсуждения ключевых проблем развития отрасли. Его главная задача – привлечь внимание гигантов отраслей полимеров на

сегмент переработки и консолидировать усилия для выстраивания цивилизованного рынка со здоровой конкуренцией.

Представители нашей компании отметили, что получили хороший профессиональный опыт.

– Такие мероприятия хороши тем, что дают возможность встретиться с пред-

ставителями крупных компаний, которые занимают различные руководящие должности и имеют большой производственный опыт, – делится заместитель начальника цеха № 23 Александр Кошелев. – Форум позволил увидеть всю картину по производству полимеров в целом на рынке. Лидеры промышленных компаний очень вдохновили своим оптимистичным подходом к производству и сбыту продукции. В частности, они говорили о том, что в любой ситуации, даже кризисной, можно оптимизироваться, найти нужный рынок.

Анна НИКОЛАЕВА

стр. 1 <<<

ВСЕГДА ЕСТЬ РЕШЕНИЕ



В этом году Альберт Хисамиев и Роман Авдеев подали пять заявлений на рацпредложение, три из них рассмотрены, предложения признаны рационализаторскими

В настоящее время предложение Романа проходит опытную эксплуатацию. С 2012 года в службу HelpDesk поступило более 4 000 запросов на разрешение ошибок в модуле отгрузки SAP ERP. С введением в промышленную эксплуатацию предложения Романа Власова все ошибки, возникающие в модуле отгрузки SAP ERP, будут устраняться автоматически, и только некоторые особо сложные будут обрабатываться в HelpDesk.

Сотрудниками УИТиС (Артур Фахре-ев, Иван Чеботарев) и ООП ПУ (Ирина Шведова, Юлия Абдуллина) предложена

интеграция АСРМБ завода НПЗ, PI System и SAP ERP для получения экономического баланса. Работа позволит повысить точность и прозрачность сведения экономического баланса на заводах, получать суточный баланс, оперативно выявлять потери на производстве и использовать автоматически сведенные балансы для отчетности в государственные службы.

В то же время ряд предложений решением совещания был отклонен. Типичный недостаток таких предложений – отсутствие новизны: идея использовать какой-либо узел или систему, взятая из литературных открытых источников (научно-техническая литература, периодические издания, интернет и др.) или с других производств Общества без доработки к конкретным условиям рассматриваемого производства. По этой причине, в частности, отклонены предложения о применении систем увлажнения воздуха в аппаратах воздушного охлаждения Л-35/6 и полимерных покрытий для защиты внутренних поверхностей труб конденсаторов-холодильников цеха № 56.

Приняты меры и по финансовому стимулированию рационализаторов. В соответствии со стандартом Общества «Рационализаторская деятельность» авторским коллективам будет выплачено вознаграждение в сумме 10 тысяч рублей за каждое предложение. Кроме того, на совещании обсуждались результаты работы уже реализованных предложений: их авторы получают вознаграждение в размере от 50 до

КОММЕНТАРИЙ



Сергей Жулаев, председатель совета молодых специалистов Общества:

– Совет был сформирован в 2015 году и ставил перед собой цель обеспечить поддержку сотрудников Общества, занимающихся техническим творчеством, направленным на повышение качества и снижение себестоимости продукции, сбережение материальных и энергетических ресурсов, улучшение условий труда и охраны окружающей среды. В настоящий момент в Обществе ведется поиск, сбор, оценка и внедрение рационализаторских предложений, и участники совета молодых специалистов принимают в этом активное участие.



Специстам Управления информационных технологий и связи вручены удостоверения на рацпредложения

150 тысяч рублей на авторский коллектив за использование предложения.

Если у вас есть идеи по усовершенствованию производства, экологической и промышленной безопасности или организации труда, но требуется помощь в их проработке, обосновании или оформлении, обращайтесь к председателю СМС Сергею Жулаеву: 10jsv@sno.ru, тел. 33-10. Готовый шаблон для оформления предложений представлен на корпоративном портале. Заявления на рационализаторское предложение необходимо направлять в Управление главного технолога Леониду Бурмистрову: 28bls@sno.ru, тел. 64-32.

Леонид БУРМИСТРОВ, ведущий инженер-технолог Управления главного технолога



Молодые специалисты компании обсуждают возможность реализации рацпредложений



ЧЕМ ЖИВЕШЬ, КОЛЛЕКТИВ?

Будни сотрудников компании насыщены разного рода событиями, мероприятиями, рабочими моментами. В рубрике «СН» мы короткой строкой рассказываем о том, что произошло в технологических цехах, службах Общества за несколько последних дней.

■ В связи с выпадением осадков, образованием гололеда и возможностью схода снега с крыш в Обществе усилен контроль за состоянием дорог, предназначенных для движения персонала. С этой целью актуализированы маршруты движения: исключено передвижение вблизи зданий, ограждены опасные участки территории.

■ Коллектив производства битумов цеха № 18 в конце ноября отметил свой десятилетний юбилей. Производство предназначено для получения товарных битумов нефтяных дорожных марок БНД 90/130 и БНД 60/90 по ГОСТ 22245-90. Эта продукция применяется в дорожном, гражданском и промышленном строительстве в качестве связующего и гидроизоляционного материала.

■ Во Дворце культуры «Нефтехимик» идет активная подготовка к новогодним утренникам для детей нефтехимиков. Предновогодний отчетный концерт готовит и заслуженный коллектив народного творчества РФ ансамбль танца «Агидель». Коллектив представит насыщенную программу.

■ Отдел ГО и ЧС компании совместно с учебно-консультационным центром организовал проведение первичной подготовки личного состава нештатных аварийных спасательных формирований. Обучение проводится для специалистов НПЗ, управлений главного механика и главного метролога по программе профессиональной подготовки спасателей.

■ На «Предприятии автотранспорта и механизмов» завершён ремонт замощения аэродромными плитами площадки осмотра технического состояния техники, въезжающей на территорию ООО «ГПНС» и въездной площадки механизированной мойки подвижного состава. Выполнен ремонт мягкой кровли в корпусе технического обслуживания автомобилей и корпусе стоянки легковых автомобилей.

■ Во исполнение Федерального закона «Об энергосбережении и о повышении энергетической эффективности...» специалистами УГНТУ в Обществе проводится энергетическое обследование. По закону его обязаны проводить не реже, чем один раз в пять лет. Такое обследование необходимо для получения объективных данных об объеме используемых энергетических ресурсов.

ИНФОБЛОК

Предложение признается новым для Общества, если до подачи заявления данное или тождественное ему решение:

– не было известно в Обществе из имеющихся источников в степени, достаточной для его использования;

– не использовалось в Обществе, кроме случаев, когда это решение использовалось по инициативе автора в течение не более 3 месяцев до подачи заявления;

– не являлось результатом выполняемых для Общества научно-исследовательских и опытно-конструкторских и технологических работ (НИОКР и ТР), проектных работ;

– не было предусмотрено обязательными для Общества нормативными документами (стандартами, техническими условиями, санитарными, строительными нормами и др.);

– не было предусмотрено обязательными для Общества локальными нормативными актами (распоряжениями, приказами, протоколами технических совещаний);

– было опубликовано в открытой печати или известно из других источников информации, но творчески доработано в степени, достаточной для адаптации его к условиям производства и управления.

«*В соответствии с п. 1.9, 2.4.8.3 СТО 02.07-2015 «Рационализаторская деятельность»



МИХАИЛ ТЕПЛОВ: «ВСЕ ДАЕТСЯ ЧЕЛОВЕКУ ПО ЕГО СИЛАМ»

Мы продолжаем нашу новую рубрику «Без галстука». Сегодня разговор пойдет с начальником производства завода «Мономер» Михаилом Тепловым. После окончания УГНТУ он 16 лет работает в компании. Начинал с 43 и 44 цехов, затем перевелся в 52-й, где вырос с аппаратчика до заместителя начальника цеха. В 2011 году возглавил новое производство полиэтилена. В текущем году был назначен в аппарат управления завода «Мономер».

– Михаил Владиславович, несмотря на напряженный рабочий график, вы выглядите спокойным и уравновешенным. Это характер или работа над собой?

– И то и другое. Мои родители очень спокойные, выдержанные люди. Кроме того, несколько лет в детстве я жил вместе с семьей в Средней Азии. Восток же, как известно, дело тонкое, там не принято выносить все на поверхность. С возрастом научился держать эмоции при себе. Внутри может все кипеть, но внешне это никак не проявляется.

– Окружающие и не догадываются о ваших переживаниях?

– А зачем переносить свои проблемы на других? Стараюсь решать все самостоятельно.

Я очень ответственный и требовательный человек как по отношению к себе, так и по отношению к окружающим. К примеру, сам не люблю опаздывать и в других не приемлю этого.

– Понятно, что на работе все строго, по расписанию. А вот что касается вашей жены, она добирает до установленной вами планки?

– Мне очень повезло с женой. Мы с ней сходимся в этом плане – она человек обязательный. Если дала слово, то помнит о нем. Кроме того, моя супруга очень активная по складу характера. Светлана успевает совмещать работу в отделе образования с ведением домашнего хозяйства, воспитанием сына Ильи, занятиями фитнесом и плаванием. Справляется со своей загруженностью на круглую пятерку. И вы понимаете, как это меня стимулирует, мне-то нельзя ей ни в чем уступать. Я тоже стараюсь заниматься, трижды в неделю посещаю тренажерный зал во Дворце спорта.

– Тренируетесь вместе с инструктором?

– Нет, и в этом плане я самостоятелен. Дело в том, что в детстве, пока мы жили в Узбекистане, я занимался фехтованием. У меня были серьезные достижения, разряды, так что навык общей физической подготовки у меня достаточно хороший.

– А как считаете, хватает ли супруге и сыну внимания от вас?

– Сложный вопрос. Тут, наверное, самое важное то, что я их люблю, постоянно помню о них, они об этом знают. Для меня семья вообще самый главный жизненный ориентир. Безусловно, работа и самореализация очень важны тем, что дают возможность заработать деньги, получить достойную оценку коллег и руководства. Но все-таки это все вторично, а первич-

но – семья. Потому что все, что я в жизни делаю – это для жены и сына. И что ценно, они понимают это, поэтому для нас не существует проблемы перенести какое-либо уже запланированное семейное мероприятие на более удобное время.

– В этом году вы были назначены на должность начальника производства. Как чувствуете себя в новой должности?

– Я по натуре оптимист и считаю, что все дается человеку по его силам. Кроме того, я довольно любознателен и мне после того, как я пять лет возглавлял цех № 20, очень интересен новый уровень знаний, общения, задач. Появились новые возможности для реализации некоторых проектов, начатых ранее, касаемых технологии и экономики. Возможно, сейчас будет интересным возобновление рационализаторской деятельности, у меня и моих коллег много идей по улучшению производства.

– Вы обо всем говорите уверенно и просто, сразу понимаешь, что у человека все в порядке, он на своем месте. Скажите, а как вы выбирали свой жизненный путь?

– Ориентировался, скорее, на интуицию и на своих родственников. Мой дед по материнской линии, Владислав Васильевич Должиков, был начальником механической мастерской РМЦ-5 завода нефтехимических производств и активным новатором. Был удостоен званий «Лучший рационализатор нефтеперерабатывающей и нефтехимической промышленности СССР» и «Рационализатор-трехсоттысячник ПО «Салаватнефтеоргсинтез». Мама, Любовь Владиславовна, долгое время работала в учкомбинате и ГПТУ-19. Так что не случайно я оказался на своем месте.

– Михаил Владиславович, а у вас есть мечта?

– Очень хочу, чтобы мой сын выучился, получил достойное образование, хорошую профессию. Чтобы был хозяином своего слова – настоящим мужчиной.



В кругу семьи: Михаил Теплов вместе с женой Светланой и сыном Ильей

– А что вы делаете для того, чтобы он вырос настоящим мужчиной?

– Ну, к примеру, такой момент. У мальчишек периодически случаются драки, потычки. И это нормально, я к этому отношусь спокойно. Помню себя в детстве, знаю, что с помощью этих самых драк пацаны выясняют отношения, выясняют, кто из них сильнее. Без этого естественного выхода энергии мужчина в будущем будет неспособен встать на защиту семьи и Родины. Это очень важный момент, и здесь родителям важно не перегнуть палку. Конечно, потакать дракам нельзя, но нужно научить сына разбираться в ситуациях и, когда это действительно необходимо, держать правильную позицию. Ведь дипломатические методы не во всем действенны. Так что к вызовам в школу по поводу драк отношусь спокойно. Даю возможность заниматься сыну спортом, он с удовольствием играет в футбол. Ну и еще, конечно, стараюсь не давить на сына, даю ему больше самостоятельности, учу правильно ею пользоваться.

– Скажите, а есть то, чему научил вас сын?

– Наверное, правильно, адекватно воспринимать точку зрения другого человека, вставать на его место и пытаться понять, почему он считает иначе.

– О занятиях спортом вы уже сказали, а на что-то другое время остается?

– Да, периодически, особенно в зимний период, предпочитаю провести время с книгой. Вообще большой поклонник военно-исторической и исторической литературы. Очень люблю Пикюля. В выходные дни обязательно смотрю новостные обзоры, рядом со мной располагается домашняя собака породы пекинес по кличке Мавр. Собака встречает меня на пороге, от радости встает на задние лапы. Отпуск провожу обязательно с семьей, выезжаем на природу, на море, путешествуем по историческим местам, показываем сыну мир.

– Скоро новогодние праздники, с кем бы хотелось встретиться в эти дни?

– Конечно же, с родственниками, с друзьями. Вот в прошлом году было пятнадцать лет после окончания нефтяного технического университета, съезжались все из самых дальних мест, было здорово! На этот раз такой большой встречи не получится, но зато мы обязательно встретимся с бывшими одногруппниками, а ныне коллегами – Алексеем Заярнюком, Евгением Ивановым, Денисом Пушкарским. У нас много общих тем, нам до сих пор приятно общаться друг с другом.

– Что ждете от Нового года?

– Наверное, я уже вырос и сказочных чудес не жду. Понял, что чудо – это не то, что вдруг неожиданно свалится нам на голову. Нет, чудо для меня – это результат упорного труда и немного удачи. И ждать этого не нужно, нужно просто осуществлять свои планы. Так что желаю всем в следующем году хорошей реализации!



Решение производственных задач – в ежедневных планах

КАК НЕ СГОРЕТЬ НА РАБОТЕ?

Случалось ли с вами, что вы настолько заработались, что остались совсем без сил? Это вполне реальная психологическая проблема, которая называется синдромом выгорания. Психолог Татьяна Вотякова поможет читателям «СН» распознать эту проблему и дает советы, чтобы не сгореть на работе.

ЕСЛИ НЕТ НИ СИЛ, НИ ЖЕЛАНИЙ

Помните: «Счастье – это когда утром очень хочется идти на работу, а вечером очень хочется идти домой»? А если на работу больше не хочется? Если дело, прежде любимое, стало вдруг в тягость? Если нет ни сил, ни желаний, а только бесконечная усталость от того, что надо, надо, надо... Надо просыпаться, быть вовремя на рабочем месте, взаимодействовать с коллегами, как-то справляться с функционалом... Да и жизнь вне работы потеряла свою привлекательность, потускнели краски, куда-то ушла способность удивляться и радоваться приятным мелочам.

Что случилось и как это исправить? А случилась с вами неприятность под названием профессиональное выгорание, или, как ее еще называют, синдром хронической усталости, эмоциональное выгорание.

КАК ВЫГЛЯДИТ ЭТОТ НЕДУГ?

Профессиональное выгорание развивается на фоне хронического стресса и на разных

стадиях своего развития выглядит по-разному. Первая стадия еще не предвещает никаких сложностей. Человек увлечен работой, активен. При этом требователен к себе и ради профессиональных результатов готов жертвовать развлечениями, прежними интересами. Что на этом этапе настораживает, так это чрезмерность: энтузиазм через край, желание утвердиться в коллективе, в профессии несколько навязчиво и ограничения социальных контактов тоже избыточны.

Дальше – больше. Высокая требовательность чревата недовольством собой и вместе с тем сопровождается претензиями к сотрудникам. Продуктивность еще какое-то время может оставаться достаточно высокой, но требует непомерных затрат энергии. От постоянного напряжения начинает нарастать усталость, апатия, появляются первые звоночки, связанные со здоровьем, работа постепенно теряет былую привлекательность.

Следующая стадия вступает в свои права, когда симптомы усталости, подвержен-



Татьяна Вотякова – психолог с 20-летним стажем

ности заболеваниям, раздражительность, ощущение загнанности становятся хроническими. Человек все чаще пребывает в состоянии подавленности, порой полностью теряет интерес не только к работе, но и к жизни в целом. В самом тяжелом своем проявлении профессиональное выгорание может привести к соматическим и психическим заболеваниям, опасным для жизни человека. Недаром эмоциональное выгорание внесено в Международную Классификацию Болезней (МКБ-10) и является основанием для обращения в учреждения здравоохранения.

ГРУППА РИСКА

Кто в большей степени подвержен влиянию профессионального выгорания? К группе риска принадлежат специалисты, профессиональная деятельность которых связана либо с постоянным взаимодействием с людьми, либо протекает в напряженных, монотонных или, напротив, непредсказуемых и нестабильных условиях, сопряжена с повышенной эмоциональной нагрузкой. Часто профессиональному выгоранию подвержены люди, которые склонны сдерживать и подавлять свои эмоции, переживающие внутренний конфликт между разнонаправленными потребностями (например, конфликт женщины между карьерными устремлениями и счастливым материнством). Кроме того, неблагоприятная психологическая атмосфера в коллективе, отсутствие четкой организации деятельно-

сти, тревога в ожидании увольнения могут влиять на развитие профессионального выгорания.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

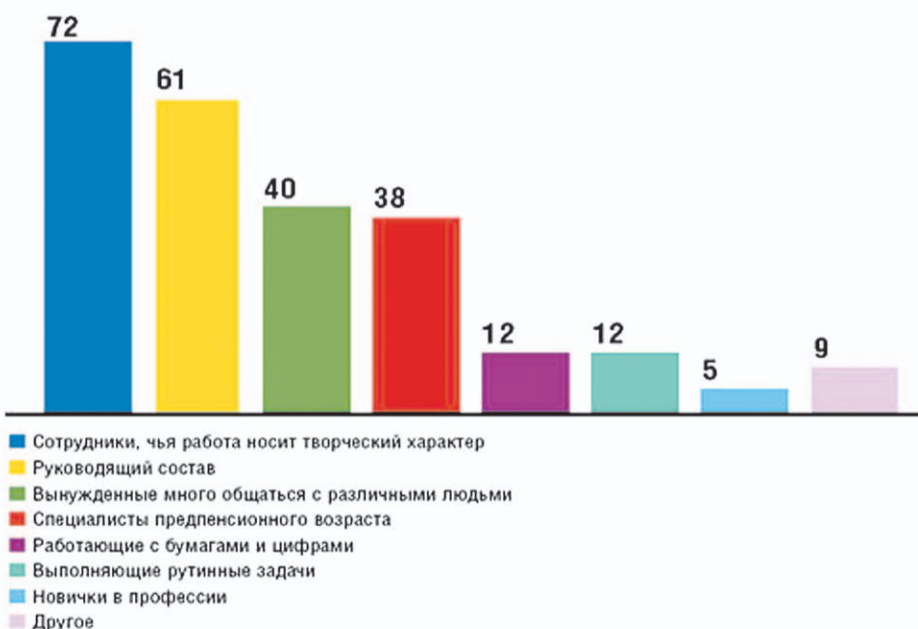
Совет 1. Даже если вы заметили лишь первые признаки выгорания, первое, о чем нужно позаботиться, – по-настоящему отдохнуть. И это не должно быть однообразным актом, важно активный отдых и поддержание хорошей физической формы сделать своей привычкой.

Совет 2. Вместе с заботой о телесном здоровье стоит озаботиться и тем, насколько удовлетворены ваши потребности в уважении и самоуважении, в уверенности в себе, не испытываете ли вы дефицит в поддержке и признании ваших достижений, достойной оценки вашего вклада в общее дело.

Совет 3. Вероятность выгорания значительно снижается, если человек ощущает собственную ценность, уверен в собственной профессиональной компетентности, способен справляться со стрессовыми ситуациями. Важным является и способность не копить, не подавлять, а выражать свои негативные эмоции, не разрушая при этом отношений.

По большому счету выгорание – это способ, которым наша психика сообщает нам о том, что мы живем не той жизнью, какой хотели бы. И если принять это за аксиому, тогда путь выздоровления нужно начать с ответа на вопросы «какой смысл в том, что я делаю?» и «хочу ли я продолжать жить, как живу?»

КАКИЕ СОТРУДНИКИ НАИБОЛЕЕ СКЛОННЫ К «ПРОФДЕПРЕССИИ» (%)



К СВЕДЕНИЮ

ЭКОНОМИМ РАБОЧЕЕ ВРЕМЯ

В последнее время очень много вопросов возникает по оформлению описей, необходимых при ввозе (вывозе) инструментов, инвентаря на территорию Общества. Сотрудники компании и сторонние организации, проводящие работы на территории Общества, зачастую не знают, как правильно оформить этот документ, что в него можно включить, где и с кем он согласовывается.

Шаблоны описей можно скачать на корпоративном портале ООО «Газпром нефтехим Салават». Здесь в разделе «Стандарты Общества» следует выбрать подраздел «Обеспечение охраны объектов Общества и внутриобъектового режима».

В пункте 2.10.15. говорится, что для вноса (выноса), ввоза (вывоза) на территорию (с территории) объектов Общества инструмента, инвентаря, расходного материала и имущества для ремонтных, строи-

тельных работ ответственным лицом организации или структурного подразделения Общества, производящим внос (вынос), ввоз (вывоз) составляются следующие описи установленного образца:

– опись № 1 для вноса (ввоза) на территорию Общества расходного материала для ремонтных, строительных работ;

– опись № 2 для ввоза (вывоза), вноса (выноса) на территорию (с территории) Общества инструмента, инвентаря и имущества.

По согласованию с начальником отдела внутренних проверок УКБ на работы, проводимые на территории объектов Общества более одного месяца оформляется опись для вноса (выноса), ввоза (вывоза) инструмента, инвентаря, расходного материала и имущества. Для выполнения работ менее одного месяца оформляется материальный пропуск.

Описи составляются в двух экземплярах, утверждаются руководителем организации или структурного подразделения Общества, производящих внос (вынос), ввоз (вывоз) инструмента, инвентаря и имущества, и согласовываются с начальником отдела внутренних проверок УКБ или лицом, его замещающим. Если описи действуют до конца текущего года, до 15 декабря текущего года оформляются новые описи на следующий год.

Пункт 2.10.16. гласит, что внос (вынос), ввоз (вывоз) одного б/у комплекта спецодежды/спецобуви на территорию (с территории) объектов Общества осуществляется без разрешительных документов. Пронос (провоз) более одного комплекта спецодежды и спецобуви на территорию (с территории) объектов Общества осуществляется по материальному пропуску.

Следует знать, что все описи именные. Передача, использование и предъявление описи иными лицами, не указанными в документе, запрещены: нарушаются требования п. 2.10.17 СТО 14.07.2015 «Обеспечение охраны объектов Общества и внутриобъектового режима».

Мария ЛАТУШКИНА,
специалист отдела внутренних проверок

15 ШАГОВ ПРОТИВ ВЫГОРАНИЯ



ПРЕКРАСНОЕ ПРОДОЛЖЕНИЕ ТРАДИЦИЙ

Накануне Дня народного единства Совет ветеранов ООО «Газпром нефтехим Салават» подарил ветеранам предприятия большой праздничный концерт. На сцене Дворца выступили самодеятельные коллективы – ансамбли «Ветераночка», «Хайят», а также популярные в городе вокалисты Тамара Котлакова, Людмила Майорова и Неля Тубаева.

Подарок понравился ветеранам, зал был заполнен, что называется, битком. У меня же, кроме приятных впечатлений, концерт вызвал некоторые размышления, а вернее ностальгию по прошлому.

Мы, пенсионеры, помним, что в восьмидесятые годы на нашем предприятии существовала прекрасная традиция – проводить фестивали народного творчества. Целью таких мероприятий было вовлечение трудящихся в активную творческую сферу: организация досуга, выявление талантливых исполнителей, мастеров-умельцев. Хорошие коллективы были созданы на заводе спиртов, катализаторов, НПЗ.



На фестивале народного творчества выступает самодеятельный хор работников НПЗ



Ансамбль «Ветераночка» – постоянный участник самодеятельных концертов

Я трудилась на опытном заводе. На нашем заводе в рамках фестиваля представлялись самые разнообразные жанры: хор, солисты, вокальные ансамбли, агитбригады, чтецы. Большое внимание уделялось прикладному искусству: вышивка, вязание, филейное шитье, резьба по дереву. С собственной самодеятельностью оригинально и интересно проводилось чествование ветеранов труда, поздравление с юбилейными датами. Неизменной ведущей на таких мероприятиях нашего завода была Лариса Мунтанион.

Мы гордимся, что у нас на опытном заводе работала лаборантом исполнительница башкирских народных песен Гульчачак Шарипова. Ныне Гульчачак Шариповна артистка Салаватского башкирского театра, имеет звание «Народная артистка БАССР». Она также участвовала в художественной самодеятельности. Провожая коллегу в большое искусство, заводчане подарили ей баян.

Хорошим продолжением традиций стал

и проведенный Советом ветеранов праздничный концерт. Он был подготовлен и организован сектором культуры Совета ветеранов, который возглавляет Петр Журавлев. От лица всех зрителей хочется поблагодарить организаторов за прекрасный вечер. Зрители дружными аплодисментами провожали каждый номер исполнителей русских, башкирских и татарских песен. Всем было приятно видеть на сцене своих бывших коллег – самодеятельных артистов.

Зоя СМЕРНОВА,
ветеран компании

Уважаемые ветераны, если вы любите и умеете петь, приходите в коллектив художественной самодеятельности Совета ветеранов Общества. Там вы найдете все возможности для раскрытия своих талантов и способностей.

СОТРУДНИЧЕСТВО

С ДРУЖЕСКИМ ВИЗИТОМ

Активисты советов ветеранов «Башкирской содовой компании» и города Ишимбая в рамках обмена опытом побывали в Совете ветеранов войны и труда ООО «Газпром нефтехим Салават».

Совет ветеранов компании связывает давнее сотрудничество с общественными организациями города Ишимбая, «Башкирской содовой компании» и «Уфимского моторостроительного производственного объединения». Коллеги периодически приглашают друг друга в гости. В ходе встреч происходит разговор на острые темы, которые волнуют старшее поколение.

– На этот раз к нам в город приезжали жители Ишимбая и Стерлитамака, – говорит председатель Совета ветеранов Общества Мидхат Рахимкулов. – Их визит совпал с чествованием ветеранов-юбиляров в Ледовом дворце. Наши друзья были приятно удивлены, порадовались за нас, одобрили правильную, созидательную политику руководства «Газпром нефтехим Салават».

В завершение своего пребывания в Салавате представители «Башкирской содовой компании» вручили салаватским коллегам благодарственное письмо, в котором отметили, что защита социальных прав старшего поколения, организация активного отдыха – главная цель общественных организаций.

– Наша работа в том и состоит, чтобы как можно больше помогать неработающим пенсионерам, – подчеркнул председатель Совета ветеранов «Башкирской содовой компании» Николай Мотовилов. – Очень рад, что деятельность нашего совета и Совета ветеранов «Газпром нефтехим Салават» по многим направлениям совпадает.

Алевтина ВЕЛИКОДСКАЯ

МИР УВЛЕЧЕНИЙ

С ТЕАТРАЛЬНОЙ СЦЕНЫ – НА КОМБИНАТ

Ветеран компании Флюра Хазиева знакома многим салаватцам как организатор концертов в культурно-досуговом центре «Агидель». Близкие и друзья знают ее как добрую Флюру апа, щедро раздаривающую самосвязанные носки и варежки. А еще очень ценят ее фирменное варенье – вишню в собственном соку.

Как считает сама Флюра Асфандияровна, Всевышний щедро одарил ее талантами.

– С раннего детства я с легкостью заучивала и декламировала стихи, – рассказывает она. – Если мои родные сестры и брат говорили обычным языком, то для меня естественным было сказать стихотворным слогом. Чуть позже стала писать пьесы, интермедии, ставить их на школьной сцене и играть в них главные роли.

Знакомые только удивлялись: откуда такие способности у простой деревенской девушки из многодетной семьи? Однажды в село приехали театральные артисты из Салавата, директор театра увидел Флюру на сцене и тут же пригласил: «После окончания школы приезжайте к нам!»

Молодая девушка знала, как воспримут



родители ее выбор, поэтому сказала просто, что едет устраиваться на работу, сама – прямиком в театр. Там ее приняли сначала костюмером, потом она стала выходить на сцену, ездить с коллективом на гастроли.

– Творчество было мне по душе, я была очень счастлива, – вспоминает Флюра Асфандияровна. – Уже собиралась поступать в театральное училище, как вдруг однажды приехал мой отец и заставил меня написать заявление об увольнении. Папа был простым человеком, считал, что

работа у человека должна быть серьезнее и надежнее. Я плакала, но подчинилась. Папин брат тогда работал на комбинате, он помог устроиться в цех № 22 на завод серной кислоты и катализаторов.

Первое время Флюра очень грустила по театру. Неизвестно, как долго бы это продолжалось, но тут случилась в ее жизни любовь, да такая, что впору кино снимать. Ее будущий муж влюбился в Флюру с первого взгляда. Зашла она однажды в клуб, сразила его своей красотой и ушла, ничего не зная о последствиях. Молодой же человек два с половиной месяца искал ее по кинотеатрам, улицам города. Что самое интересное, в поисках помогал ему двоюродный брат Флюры Мухарам Рахимкулов.

– Мухарам работал с моим будущим мужем Ядкарком вместе на комбинате, и были они закоренелыми холостяками, – рассказывает наша героиня. – Поиски Ядкара заинтересовали брата тем, что тот сказал, что как найдет, то обязательно женится. Так вот их действия оказались тщетными, и, так сказать, с горя или для того, чтобы поставить в этом деле точку, друзья решили выпить. А так как дома алкоголь пить было нельзя, Мухарам предложил пойти в гости ко мне с сестренкой. Ядкар, как увидел меня, обрадовался. Началась история очень красивых ухаживаний. Через несколько месяцев мы сыграли свадьбу.

Хазиевы жили дружно, всего год супруг Флюры не дожил до золотой свадьбы. Сейчас их дочь работает в АО «СНХРС», внук учится в университете, а внучка получила профессию психолога и растит двоих правнуков. Флюра апа уже 18 лет находится на заслуженном отдыхе.

– Как вышла на пенсию, так ни одного дня не была одна, не скучала, – рассказывает Хазиева. – То нужно пошить, то повязать, то помочь посидеть с малышами. А еще готовлю сценарии и провожу различные мероприятия в КДЦ «Агидель». И конечно же, продолжаю писать стихи.

Как отмечает героиня, она не пишет стихи в стол, на ее счету уже пять изданных книг. Публикуется в городской газете «Салават». В прошлом году стала победителем конкурса «Свадебное платье – одно на всю жизнь», которое организовал республиканский журнал «Деляфруз». Богатая натура Флюры Хазиевой не позволяет ей оставаться в стороне от общественной жизни и событий, за участие в которых она до сих пор получает почетные грамоты и призы.

Провожая нас, уже в дверях хозяйка сказала, что жизнь ее не была легкой, но ей интересно жить, она обо всем может рассказать в своих стихах.

Алевтина ЛОЖКИНА

КАК ЯРКИ КРАСКИ СОЛНЕЧНОГО ЛЕТА

Бывает, летние поездки на природу удаются на славу: масса положительных впечатлений, которые потом остаются на солнечных фотографиях и греют душу, особенно зимой. Такие кадры делает начальник установки синтеза газохимического завода Андрей Корепанов. В этом году он решил поучаствовать в фотоконкурсе «Корпоративный календарь – 2017», прислал несколько интересных фотографий. Мы связались с автором, чтобы расспросить об истории снимков.



У подножия горы Юрактау

На фотографиях Андрея Корепанова, присланных в адрес редакции, поразительной красоты природа, животные и даже насекомые – так и хочется прямо сейчас окунуться в лето. Андрей рассказал, что все они сделаны во время небольших семейных путешествий. Выезд

на природу – самое любимое времяпровождение Корепановых. Они большие любители живых уголков башкирского края. Самые часто посещаемые – гора Юрактау, Хазинское и Мурадымовское ущелья. Главное условие, как отмечает автор фото, чтобы были большие скалы. Из таких поездок путешественник привозит невероятно красивые снимки.

Оказывается, Андрей Корепанов с детства увлекается туризмом и альпинизмом. Еще до армии он работал инструктором пешеходного туризма, в свое время поднимался даже на горы Узбекистана. Путешествия вдохновляют его и по сей день, в каждое из таких он обязательно берет с собой фотоаппарат.

– Сколько себя помню, всегда фотографировал в походах, раньше на старые фотоаппараты, советский «Зенит» например. Сейчас, конечно, снимаю на современную зеркальную технику, – рассказывает Андрей. – Отдаю предпочтение природе и животному миру. Еще в детстве я занимался в детской экологической студии, отсюда любовь к природе меня не покидает.

Рассматриваем фотографии, на которых изображены благородные башкирские лошади. Они сделаны в Бурзянском районе республики, как раз там, где находится знаменитая Капова пещера и Мурадымово. А есть фото макросъемки, к примеру стрекоза, которая попала в кадр, присев на торчащий из земли столб.

– Именно это фото – мой первый опыт в макросъемке, – объясняет Андрей. – Такие кадры очень тяжело делать. Стрекозу заметил на дачном участке, ждал, когда она куда-нибудь сядет, потихоньку подкрался и нажал на кнопку затвора.

В планах Андрея Корепанова – снимать природу и за пределами Башкирии. Ведь в нашей стране, по его словам, много несказанно красивых уголков, куда так и просится душа и рука фотографа.



Попрыгунья стрекоза



Живописный уголок родного края



Обитатели Бурзянского района

Алёна ШАВЫРОВА

ЮБИЛЯРЫ

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Свои юбилеи празднуют работники компании: Акбашев Артур Рахимзянович, Матвеев Александр Павлович, Куклева Ольга Васильевна, Соловьёва Татьяна Сергеевна, Иванова Ольга Егоровна, Малякко Олег Владимирович, Рафиков Ильдар Мидхатович.

Ветераны компании: Хисматуллин Ринат Закариевич, Дегтярев Виктор Николаевич, Носова Светлана Петровна, Давлетшин Иргалей Бахтигореевич, Баранова Евгения Михайловна, Тиунова Светлана Николаевна, Леонова Анна Григорьевна, Мухин Сергей Александрович, Кантюкова Зульфира Анваровна, Урчев Александр Алексеевич, Понявин Степан Сергеевич, Волкова Раиса Дмитриевна, Гундарева Любовь Ивановна, Валеев

Марат Бахтигареевич, Басыров Хабиб Хамитович, Мизгулина Нина Егоровна, Спасенков Николай Трофимович, Рязанов Николай Александрович, Шибикин Николай Михайлович, Сергунина Надежда Николаевна, Зуева Галина Павловна, Девяткина Мария Николаевна, Паршикова Валентина Алексеевна, Воронова Александра Петровна, Сувхангулов Альберт Ахматович, Александров Игорь Валерьевич, Вахмистров Иван Михайлович, Соколов Анатолий Еремеевич, Рысаев Талгат Юсупович, Цыганова Людмила Ивановна, Дорофеева Валентина Ивановна, Гульчук Анна Андреевна, Смирнова Раиса Ивановна, Бикбулатова Кафия Ахметзиевна, Хрипунова Тамара Ильинична, Шажко Галия Шариповна, Портнов Владимир Николаевич, Бударин Василий Федорович, Бахтиярова Роза Закировна



УВАЖАЕМЫЕ НЕФТЕХИМИКИ!

С 15 ноября по 15 декабря во Дворце спорта «Нефтехимик» состоится регистрация новых участников корпоративного проекта сдачи норм комплекса ГТО.

Регистрация проходит каждый понедельник, вторник и среду с 10.00 до 13.00 и с 15.00 до 19.00.

При себе иметь пропуск в системе предприятия, паспорт здоровья или медицинскую справку, фотографию 3х4, сменную обувь или бахилы.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ КАДРОВОГО РЕЗЕРВА ПРИГЛАШАЕТ К СОТРУДНИЧЕСТВУ

ООО «ГАЗПРОМ НЕФТЕХИМ САЛАВАТ»:

- электросварщика 5 разряда,
- электрогазосварщика 5-6 разряда,
- оператора термиста 6 разряда.

Желающим предлагается заполнить резюме.

Контактная информация:

тел.: (3476) 39-39-00,

e-mail: rezume@gpns.ru

ООО «МЕДСЕРВИС»:

- врача-хирурга,
- врача ультразвуковой диагностики,
- врача-офтальмолога,
- врача-терапевта,
- врача-стоматолога,
- врача – анестезиолога-реаниматолога.

Желающим предлагается заполнить резюме.

Контактная информация:

тел.: (3476) 39-57-46,

e-mail: 77sjv@salavatmed.ru

ПАО «САЛАВТНЕФТЕХИМПРОЕКТ»:

- главного специалиста-механика,
- главного специалиста-монтажника,
- инженера генплана,
- инженера-геолога,
- инженера (проектировщика-строителя),
- инженера (проектировщика-технолога),
- инженера (проектировщика-монтажника),
- инженера (проектировщика-электрика),
- инженера (проектировщика АСУТП),
- специалиста по разработке раздела системы мониторинга инженерных сооружений,
- заведующего группой КиА,
- инженера-программиста,
- менеджера по подбору персонала,
- уборщика территории.

Требования к инженерным вакансиям:

- высшее профильное образование,
- наличие опыта работы в проектировании не менее 3 лет.

Контактная информация:

тел.: 8-800-500-75-85 (доб. 14-25),

e-mail: ok@snhpro.ru

ООО «НОВО-САЛАВАТСКАЯ ТЭЦ»:

- слесаря КИПиА 3 разряда,
- повара 4 разряда.

Желающим предлагается заполнить резюме.

Контактная информация:

тел.: (3476) 39-86-61,

e-mail: sis@nslvttec.ru

ООО «РМЗ»:

- слесаря по ремонту технологических установок 3-6 разряда,
- формовщика ручной формовки 3-4 разряда,
- плавильщика металла и сплавов 3-4 разряда,
- резчика на пилах, ножовках и станках 3-4 разряда,
- фрезеровщика 3-4 разряда,
- шлифовщика 3-5 разряда,
- токаря 3-6 разряда,
- сверловщика 3-4 разряда,
- заточника 3-5 разряда,
- токаря-расточника 4-5 разряда,
- котельщика 4-5 разряда,
- электромонтера по ремонту и обслуживанию электрооборудования 4-5 разряда.

Контактная информация:

тел.: (3476) 39-21-22.