

ИСПЫТАТЕЛЬНАЯ ЛАБОРАТОРИЯ ПОДТВЕРДИЛА КОМПЕТЕНТНОСТЬ



>>> стр. 2

СОЦИАЛЬНАЯ СРЕДА

НА УЧЕБУ — В СОВРЕМЕННЫЕ АУДИТОРИИ



Комфортные условия для студентов – инвестиция в будущее

9 декабря состоялось официальное открытие учебного корпуса УГНТУ после капитального ремонта. Масштабные работы начались в июне текущего года. В здании была отремонтирована мягкая кровля, системы отопления и канализации, преобразилась входная группа и парковка. Самые большие изменения на четвертом этаже. Там сделан косметический ремонт, заменены оконные и дверные блоки, электропроводка. Также появилось новое оснащение: учебная мебель, компьютерная техника.

>>> стр. 2

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ



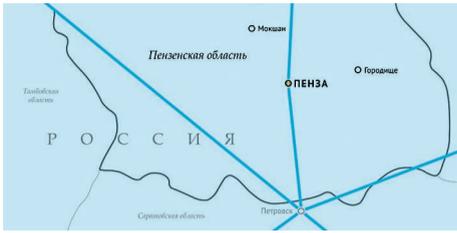
«ДВИЖЕНИЕ РАЦИОНАЛИЗАТОРСТВА ПОПУЛЯРНО СРЕДИ СОТРУДНИКОВ КОМПАНИИ «ГАЗПРОМ НЕФТЕХИМ САЛАВАТ».

СТР. 3

«ПОЧЕМУ САЛАВАТЦЫ УВЛЕКАЮТСЯ ТРИАТЛОНОМ И КАКИХ УСПЕХОВ ОНИ УЖЕ ДОСТИГЛИ?»

СТР. 5

ПОСТРОИЛИ ТРИ ГАЗОПРОВОДА В ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ



Состоялась рабочая встреча председателя Правления ПАО «Газпром» Алексея Миллера и губернатора Пензенской области Олега Мельниченко.

Особое внимание было уделено реализации программы развития газоснабжения и газификации региона на 2021-2025 годы. Отмечено, что в 2021 году «Газпром» построил газопровод-связку между двумя газораспределительными станциями в г. Кузнецке и два межпоселковых газопровода – к с. Средняя Елюзань Городищенского района и площадкам птицеводческого комплекса в Мокшанском районе.

В ГРЕЦИЮ ПОСТАВИЛИ РЕКОРДНЫЙ ОБЪЕМ ГАЗА



Председатель Правления ПАО «Газпром» Алексей Миллер встретился с министром окружающей среды и энергетики Греции Костасом Скрекасасом.

Стороны рассмотрели ход и перспективы сотрудничества в энергетической сфере. В частности, речь шла о поставках российского газа. Отмечено, что за 11 месяцев 2021 года «Газпром» экспортировал в Грецию свыше 3 млрд куб. м газа. Это исторически рекордный объем для данного периода и больше, чем за весь 2020 год.

«ГАЗПРОМ» ПЛАНИРУЕТ УЧАСТВОВАТЬ В РЕАЛИЗАЦИИ ПИЛОТНЫХ ПРОЕКТОВ ВОДОРОДНОЙ ЭНЕРГЕТИКИ В РОССИИ



Совместно с профильными министерствами «Газпром» разработал проект «дорожной карты» для высокотехнологичной области «Развитие водородной энергетики и декарбонизация промышленности и транспорта на основе природного газа». В настоящее время проект документа передан в Министерство энергетики для дальнейшего утверждения в Правительстве РФ. «Газпром» рассматривает водород в качестве одного из средств снижения углеродного следа поставок природного газа, а также в качестве коммерческого продукта. Для реализации инновационных проектов и разработки комплексных решений в области водородных технологий на основе природного газа была учреждена специализированная компания ООО «Газпром водород». Правлению поручено обеспечить выполнение работ, направленных на развитие водородной энергетики и декарбонизации на основе природного газа.

Управление информации
ПАО «Газпром»

ИСПЫТАТЕЛЬНАЯ ЛАБОРАТОРИЯ ПОДТВЕРДИЛА КОМПЕТЕНТНОСТЬ



Сотрудники лаборатории уверенно продемонстрировали свою компетентность

Федеральная служба по аккредитации провела процедуру подтверждения компетентности испытательной лаборатории ООО «Газпром нефтехим Салават».

Целью процедуры является установление соответствия испытательной лаборатории компании критериям аккредитации и требованиям ГОСТ ISO/IEC 17025-2019 «Общие требования к испытательным и калибровочным лабораториям».

Данная процедура в 2021 году проходила в нестандартном формате, в формате удаленной оценки. Все мероприятия, требующие личного взаимодействия персонала испытательной лаборатории и экспертной группы, (совещания, оценка системы менеджмента качества, матери-

ально-технической базы, квалификации и опыта работников, наблюдение за выполнением работ) осуществлялись путем дистанционного взаимодействия через информационно-телекоммуникационную сеть Интернет с использованием программных решений, обеспечивающих видео-конференц-связь.

В современном мире видео-конференц-связь прочно вошла в корпоративную среду и используется так же часто, как и телефония. Однако организационных вопросов возникает много, необходим стабильный доступ к сети Интернет, хорошее качество звука и изображения.

Техническую поддержку и сопровождение процедуры удаленной оценки обеспечило Управление информационных технологий и связи. УИТ и С, оценив риски и возможности, а также влияние технической составляющей на результат процедуры подтверждения компетентности испытательной лаборатории, организовало техническую поддержку на высоком уровне. Благодаря этому взаимодействие с экспертной группой прошло без сбоев, а персонал испытательной лаборатории смог уверенно продемонстрировать свою компетентность.

Лариса ШАНГИНА,
начальник испытательной
лаборатории

СОЦИАЛЬНАЯ СРЕДА

стр. 1 <<<

НА УЧЕБУ — В СОВРЕМЕННЫЕ АУДИТОРИИ

Средства на капитальный ремонт и оснащение были выделены в рамках благотворительной деятельности ООО «Газпром нефтехим Салават». Обновленный корпус открыли Азамат Хабибуллин, первый заместитель генерального директора ООО «Газпром нефтехим Салават» по производству, и Воскан Мирзоев, начальник Административно-хозяйственного управления. Для гостей была организована экскурсия, они осмотрели отремонтированные учебные залы, посетили кабинет информатики, где теперь появились очки виртуальной и смешанной реальности. Благодаря ультрасовременным технологиям студенты смогут моделировать технологические процессы, максимально приближенные к реальному производству.

– В этом наше видение будущего, потому что УГНТУ – это кузница кадров для «Газпром нефтехим Салават», – подчеркнул Азамат Хабибуллин. – Была проведена огромная работа, мы уже давно и плодотворно сотрудничаем, и будем продолжать, думаю, что на этом не остановимся.

– Мы сделали самое лучшее инвестирование, это инвестирование в будущее, – отметил в своей речи Воскан Мирзоев. – Пусть это даст свои плоды. Хочется, чтобы люди себя здесь ощущали в комфорте. И я хотел бы поблагода-



Теперь студенты могут визуализировать свои проекты

рить подрядную организацию. Мы были с ними в постоянном контакте, знаю, как они серьезно и с душой подошли к этому делу.

Наталья Лунёва, директор Салаватского филиала УГНТУ, выразила благодарность за такую большую и необходимую помощь. Она рассказала, что на всем протяжении существования филиала в нашем городе осуществляется очень тесное сотрудничество с комбинатом.

– Ежегодно порядка 60 процентов наших выпускников трудоустраиваются в «Газпром нефтехим Салават». В этом году у нас впервые организовались корпоративные группы исключительно из работников компании. Надеемся, что мы и дальше будем сотрудничать и наше взаимодействие будет только развиваться. Спасибо огромное!

Марина НЕСТЕРОВА

ИДЕИ ДОЛЖНЫ РАБОТАТЬ

Движение рационализаторства популярно среди сотрудников компании «Газпром нефтехим Салават». Предложенные нефтехимиками идеи внедряются в производство и приносят экономический эффект. Этой осенью сотрудники Управления главного технолога (УГТ) рассмотрели 15 предложений. По одному из них выплатили авторское вознаграждение в размере 120 тысяч рублей.

— **Н**а последнем техническом совещании по рацдеятельности у первого заместителя генерального директора по производству с участием руководителей заводов и производственных управлений рассмотрен пакет предложений. Из них 7 признаны рационализаторскими, 5 отклонены, 2 предложения отправлены на дополнительную проработку, по внедренному рацпредложению принято решение о выплате авторского вознаграждения за использование, — поясняет Леонид Бурмистров, ведущий инженер-технолог УГТ.

Авторы рацпредложения «Создание единой базы данных «Производственная деятельность УГЭ» получили премию в размере 120 тысяч рублей. В авторский коллектив входят работники Управления главного энергетика и работник Управления информационных технологий и связи.

Среди признанных рацпредложений были работы, направленные на сокращение затрат при отгрузке полиэтилена высокой плотности, увеличение мощностей по сливу сырья в товарно-сырьевом цехе, оптимизацию схемы подачи сырья с нефтеперерабатывающего завода (НПЗ) на завод «Мономер», модернизацию снятого с использования оборудования для аналитического контроля продукции ЭП-355, внедрение новых вариантов использования продукции установки пентан-гексановой изомеризации, модернизацию насосного оборудования установки ЭЛОУ-АВТ-4.

Авторы предложений — работники НПЗ, Управления материально-технического обеспечения, завода «Мономер», Управления главного метролога и Управления главного механика.

В этом году лидерами по поданным и признанным рационализаторскими предложениям являются сотрудники НПЗ. Активно присоединились к рацдеятельности и работники Управления главного механика.

ДЛЯ БЕЗАВАРИЙНОЙ РАБОТЫ...

Одно из рацпредложений, внедренных на производстве, принадлежит авторству инженера-механика установки ЭЛОУ-АВТ-4 Виталию Фролову, который впервые принял участие в рационализаторской деятельности. Специалист предложил усовершенствовать проточную часть центробежного консольного насоса марки DEEP BLUE установки ЭЛОУ-АВТ-4 цеха № 18. Эта необходимость была продиктована интенсивным износом деталей проточной части насоса, что приводило к выходам его из строя и внеплановым ремонтам. Автор предложил заменить материальное исполнение деталей проточной части насоса (в частности, спиральный корпус, рабочее колесо, заднюю крышку насоса) на высоколегированный коррозионно-стойкий сплав, произвести модернизацию рабочей поверхности уплотняющих колец крышки и спирального корпуса, а также модернизацию приемного патрубка спирального корпуса.

— Эти предложения должны будут устранить проблемы, вызываемые на данном насосе кавитацией и межкристаллитной коррозией, и как следствие — исключить



Рационализаторская деятельность направлена на повышение эффективности производства

частые незапланированные выходы насоса из строя и снизить расходы на выполнение работ по его ремонту, — отмечает Виталий Юрьевич.

Подготовка проекта предложения заняла у рационализатора месяц. За это время было подобрано материальное исполнение деталей, изучены возможности и способы их модернизации, согласованы с изготовителем технические вопросы и решения. На изготовление и поставку новых деталей ушло еще полгода. В результате насос был собран, произведена его центровка и обкатка с последующими необходимыми замерами производительности и вибрации. Насос введен в работу 19 ноября 2021 года.

К ноябрю 2021 года выплачено 600 тысяч рублей авторских вознаграждений, средний размер вознаграждения на одного автора составил 23 тысячи рублей.

...ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПЛАНА ПРОИЗВОДСТВА

Главный технолог УГТ Равиль Султанов в рационализаторской деятельности не новичок. Он отмечает, что уходящий год стал для него наиболее продуктивным как по количеству рацпредложений, так и по возможности их внедрения в производство. За 2021 год им было выдано 5 рацпредложений. Они направлены как на усовершенствование имеющихся технологических процессов, так и на повышение общей эффективности производства.

— Наиболее значимой стала разработка технологии промывки контактных устройств колонны позиции К-12 цеха № 56, которая позволила обеспечить выработку этилена в рамках установленного плана производства продукции, — рассказывает Равиль Минисламович. — Рацпредложения помогают внедрить новые подходы при эксплуатации оборудования и выдерживании установленных показателей работы, повысить срок эксплуатации

применяемых адсорбентов, что приносит дополнительную прибыль для Общества.

На сегодняшний момент внедрено 4 рацпредложения Равиля Султанова, и на этапе маркетинговых исследований находится еще одно предложение с перспективой внедрения в 2023 году при проведении очередного капитального ремонта на производстве ЭП-355.

Автор отмечает, что каждое рацпредложение — это труд и вклад многих специалистов Общества.

— Рацпредложение требует индивидуального подхода при разработке и почти всегда проходит этапы поиска решения, последующих подтверждающих испытаний

в условиях научно-технического центра и только потом, при получении подтверждающих результатов, может предлагаться к внедрению на технологической установке, — объясняет Равиль Султанов. — Часто это сопровождается фиксированным пробегом с последующей подготовкой отчетной документации и внесением в нормативную документацию. Обычно это занимает от 2-3 месяцев до полугода и возможно без совместных усилий производственников и научных специалистов.

...УВЕЛИЧЕНИЯ МОЩНОСТЕЙ ПО СЛИВУ СЫРЬЯ

Над следующим рацпредложением работал коллектив авторов в составе технического директора НПЗ Рината Губайдуллина, начальника производственного отдела НПЗ Марата Давлетшина, начальника ТСЦ НПЗ Александра Ващенко, заместителей начальника ТСЦ Павла Дерябина и Павла Столярова, главного инженера-технолога ТСЦ НПЗ Максима Кондрашова. Рацио-

Отдел экономики проектов Управления инвестиций (ОЭП УИ) — ключевой участник процедуры Рационализаторская деятельность.

Принимает непосредственное участие в расчете эффективности рационализаторских предложений с экономическим эффектом согласно СТО «Рационализаторская деятельность».

На разных этапах проработки отдел проводит расчет ожидаемого и/или фактического экономического эффекта при расчете общей суммы экономии от использования рационализаторского предложения (при сокращении материальных, сырьевых, топливно-энергетических ресурсов, повышении производительности труда, сокращении простоев). Это необходимо в дальнейшем для расчета выплат авторского вознаграждения и для измерения эффективности использования рационализаторского предложения.

Отдел проводит экономическую оценку предложений, определяя показатели: срок окупаемости, накопленный дисконтированный денежный поток, внутренняя норма доходности, индекс эффективности. Такие параметры позволяют оценить целесообразность выделения инвестиций на внедрение предложений.

нализаторы продумали вопрос увеличения мощности сливо-наливной эстакады (СНЭ) объекта 715 по сливу сырья за счет разделения схемы слива сырья и откачки сырья по обособленным коллекторам.

— На сливо-наливной эстакаде площадки В осуществляется слив сырья с железнодорожных вагонов-цистерн, мощность по сливу составляла до 112 вагонов-цистерн в сутки, а дополнительные объемы сырья сливались подрядной организацией, — говорит начальник ТСЦ НПЗ Александр Ващенко.

Авторы проанализировали существующую систему коммуникаций площадки В и сливо-наливной эстакады, определили «узкие места» и потенциал увеличения мощности СНЭ. Разработали принципиальные схемы для модернизации, трассировки новых трубопроводов, выполнили расчеты по увеличению мощности СНЭ.

В рамках рацпредложения было предложено смонтировать новые трубопроводы, перемычки и установить насос. Это позволит разделить схемы слива на 6 и 7 путях СНЭ с откачкой стабильного газового конденсата (СГК) в резервуарный парк площадки А ТСЦ НПЗ по двум коллекторам с возможностью подачи сырья в парк СГК и товарный парк.

В настоящее время рацпредложение находится на стадии реализации: на площадке В смонтированы новые трубопроводы. На данном этапе мощность СНЭ по сливу увеличена до 130 вагонов-цистерн в сутки. Монтаж нового насоса запланирован на 2022 год. Авторы отмечают, что в результате внедрения рацпредложения мощности по сливу сырья будут увеличены до 160 вагонов-цистерн в сутки.

Подготовили Элина УСМАНОВА, Елизавета КОМБАРОВА



Павел Фадеев считает, что главное условие эффективной работы – хороший коллектив

КАЖДЫЙ ДОЛЖЕН БЫТЬ НЕМНОГО СТРАТЕГОМ

Считается, что первое впечатление – самое верное. При встрече с инженером-технологом цеха № 3 Павлом Фадеевым запомнилось, как в ходе нашей беседы он то и дело отвлекался на просьбы подходящих к нему коллег и с ходу, по-деловому решал вопросы. Мгновенный отклик, ничего не откладывая на потом и никаких «давай, попозже».

Павел пришел в компанию «Газпром нефтехим Салават» в 2011 году после окончания Салаватского филиала УГНТУ. Местом его работы стала нефтеперерабатывающая установка ЭЛОУ АВТ-6. Это подразделение в общей концепции завода имеет огромное значение как в производственном, так и в экологическом плане.

– Мы с ребятами пришли сюда одними из первых, – говорит Павел. – Установка была на этапе строительства, только начался набор персонала, чуть позже сюда стали переводить операторов, машинистов с других установок.

Молодого человека несколько не пугало освоение нового производства, отмечает, что наоборот: интересно было участвовать в пусконаладочных работах.

– Любопытно было посмотреть процесс пусконаладки, как все проходит, как отлаживается новое оборудование, процесс. Это, считаю, очень ценный опыт. На действующей установке, работающей стабильно на режиме, нужно просто следить за технологическим режимом, параметрами. При пуске все процессы осваиваешь с нуля.

Шесть лет Павел Фадеев трудился оператором, в 2016 году его назначили инженером-технологом цеха. Сейчас каждое утро молодого специалиста начинается с осмотра объектов, смотрит, какие возникали проблемы за ночную смену, какие были замечания, загрузка, расходы по реагентам. Если что-то не работало, разбирается, устанавливает причины...

Павел убежден, что на таком сложном, высокотехнологичном производстве, как «Газпром нефтехим Салават», каждый должен быть немного стратегом, четко представ-

лять общую картину производства. Здесь не получится работать по принципу «каждый сам за себя», эффективно трудиться можно только единой командой.

– Задача у нас у всех одна – выпуск качественной продукции, – говорит Павел, – и каждый в цехе старается сделать все, чтобы ее выполнить. Производственные задачи легко решать вместе с хорошим коллективом, и мне повезло трудиться именно в таком. У любого из коллег можно чему-нибудь поучиться. Люди поддерживают друг друга, помогают советом.

Несмотря на то, что он увлечен любимой работой, семья, где подрастают сын и дочь, всегда на первом месте. Все свободное время Павел посвящает близким.

Светлана ААБ

КОММЕНТАРИЙ



Эдуард Кайбушев, начальник цеха № 3:

– Павел очень исполнительный, ответственный работник. Вместе мы работаем 10 лет, и я знаю, что могу на него положиться, вся порученная ему работа будет выполнена добросовестно, в срок. В этом году его фото было занесено на Доску почета Общества. Уверен, что награда заслуженная, признание его трудолюбия и компетентности.

НА ОТВЕТСТВЕННОЙ РАБОТЕ

У Гульнары Лукьянчиковой – ответственная профессия, требующая большой внимательности и концентрации. Она испытатель баллонов на наполнительной станции установки производства азота и кислорода. В день под ее пристальной проверкой может оказаться до 400 баллонов, и каждый должен быть тщательно осмотрен.

Общий трудовой стаж Гульнары Сабитовны – 35 лет, из них 25 она работает в цехе № 5 Производственного управления. У женщины необычная и редкая работа: ежедневно она проверяет баллоны с азотом и кислородом на соответствие всем нормам промышленной безопасности и правилам эксплуатации.

Она принимает пустые баллоны, которые поступают на наполнительную станцию для заправки. Они должны быть герметичны, соответствовать по весу и сроку освидетельствования. Целостность самого баллона и его вентиля ни в коем случае не должна быть нарушена. Также обязательна

проверка сигнализатором горючих газов на наличие вредных веществ.

– Мы заправляем баллоны азотом, кислородом, обслуживаем комбинат и сторонние организации, – со знанием дела объясняет Гульнара Сабитовна. – Их к нам привозят на специально оборудованной машине. Баллоны должны быть с колпачками, с резиновыми кольцами. Проверяем их на пригодность, на остаточное давление, затем передаем на наполнение.

Важность этой работы нельзя недооценивать. В неумелых руках 40-литровый кислородный баллон может нанести большой вред. У него внутри высокое давление – 150 кгс/см², и при разгерметизации такой баллон может превратиться в ракету. Кроме того, и сам кислород может воспламениться. Емкости с азотом и кислородом должны быть герметичны, обслуживаться грамотно и с осторожностью.

В октябре-ноябре приходилось принимать и отпускать до 400 баллонов в день. Кислорода в Башкирии не хватало для ковид-госпиталей, и газ, произведенный на комбинате, направлялся на медицинские нужды.

– Некогда было присесть, – рассказывает Гульнара Лукьянчиковая, – нужно было все делать бегом-бегом, работали без обеда. Продленка была и до 8, и до 9, выходили и в выходной. Но понимали, что работа нужная.

На такой ответственной работе Гульнара Сабитовна пользуется большим уважением коллег и доверием руководства цеха. В этом году ее фото было помещено на Доску почета Общества. Ее ценят за опыт и ответственное отношение к своему делу.



Гульнара Лукьянчикова – испытатель баллонов с 25-летним опытом

– Она грамотный и ответственный работник, – рассказывает Ильгиз Батталов, начальник установки производства азота и кислорода. – За годы работы набрала огромный опыт, можно сказать, старожил объекта и основной бригадир. Свои знания и умения передает молодому поколению. На нее действительно можно положиться, поручить ответственные задания, не беспокоясь за выполненный результат. В коллективе пользуется большим авторитетом.

С работы Гульнара Сабитовна спешит домой, чтобы побыть с семьей, приготовить что-нибудь вкусное на ужин. С мужем вместе живут уже 30 лет, воспитали взрослых детей, сына и дочь. А совсем скоро заботливая мама и внимательная жена, трудолюбивая работница и уважаемая коллега примерит на себя новую роль – станет бабушкой.

Марина НЕСТЕРОВА



Наша героиня пользуется заслуженным уважением коллектива

«ЖЕЛЕЗНЫЕ ЛЮДИ»

ПОЧЕМУ САЛАВАТЦЫ УВЛЕКАЮТСЯ ТРИАТЛОНОМ И КАКИХ УСПЕХОВ ОНИ УЖЕ ДОСТИГЛИ?

Триатлон – вид спорта, в котором участники за один день преодолевают дистанцию, состоящую из трех этапов: плавания, велогонки и бега. Эта дисциплина требует внушительной подготовки, так как становится настоящим испытанием не только физического состояния атлета, но и его воли. Недаром одна из самых сложных дистанций триатлона носит название IRONMAN, или «железный человек».

ТРИАТЛОН МЕНЯЕТ ЖИЗНЬ

Как правило, свой путь в триатлоне начинают с короткой дистанции. Без специальной подготовки даже профессиональному спортсмену ее сложно пройти. Этим летом главный метролог – начальник отдела ООО «ПромВодоКанал» Антон Вязовцев впервые попробовал себя в спринтерской дистанции: плавании на 750 метров, велогонке на 20 километров и беге на 5 км. Он выступил на открытом первенстве Республики Башкортостан в возрастной группе 30-39 лет.

Ранее Антон Сергеевич занимался гиревым спортом, лыжами, плавал, совершал велозаезды, успешно прошел туристический маршрут «Уральский барс», пробежал Уфимский марафон. Всегда любит экспериментировать и пробовать свои силы в различных дисциплинах, так было и с триатлоном.

– Конечно, это тяжело, – рассказывает Антон. – Даже после первого вида, плавания, уже ноги уставшие, педали крутить тяжело. А после велосипеда ног совсем не чувствуешь, бежишь уже на автомате.

Триатлон меняет жизнь. Так считает заведующий урологическим отделением ООО «Медсервис» Иван Пулин. К этой дисциплине он пришел 4 года назад. Всё началось с простого желания улучшить свою физическую форму. Сейчас за плечами у доктора – спринтерская и олимпийская дистанции триатлона и так называемая «половинка» IRONMAN.

Иван Львович подходит к делу системно, выполняет план, составленный тренером. Доктор уверен, что контроль нужен для того, чтобы избежать травм и не подорвать здоровье. Он рассказывает, что никогда не стремился к соревнованиям или профессиональному спорту, занимается для себя.

– Самое главное, что я в принципе могу это выполнить. У любого триатлета самый главный успех – это вообще закончить дистанцию. Такие большие дистанции очень

непредсказуемые, – поясняет он. – Например, может произойти какая-то техническая неполадка с велосипедом. Очень много зависит от моральной подготовки: ты готов или нет, в хорошей ли форме вышел. Это все циклически происходит. Для того, чтобы выйти на старт в конце мая, я занимаюсь сейчас. Полгода осталось, казалось бы, огромный промежуток времени, но целенаправленные занятия идут постоянно.

Занятия основательные: по 10 часовых тренировок в неделю. Бегать на улице Иван Пулин не перестает даже зимой, единственное ограничение – это температура воздуха ниже -23 градусов. Конечно, такая подготовка требует серьезных изменений в образе жизни, именно это и является целью триатлета.

– Я занимался потому, что хотел немного свою жизнь поменять. Мне нравится, я действительно получаю удовольствие. Тренировки могут быть морально удачные, морально неудачные, но по итогу все вместе это классно. Тренировки – это эндорфины, а на старте – это просто море чувств. Это нужно один раз пережить, и вопросов больше не будет.

Благодаря триатлону изменил свою жизнь и Рустем Ахмадеев, начальник отдела системно-технической поддержки компании «Газпром нефтехим Салават». До 45 лет к спорту и физкультуре он был равнодушен, занимался не часто. Все изменилось после 2014 года, когда он сдал корпоративные нормативы ГТО. На следующий год была поставлена задача улучшить свои результаты. Начал с бега и питания. Сначала бег был бессистемным, но постепенно увеличивались дистанции и скорость. Уже в 2018 году в Москве Рустем пробежал марафонскую дистанцию 42 км 195 метров. Появился спортивный азарт, возник интерес к триатлону.

– Плавание изучал с нуля, самостоятельно, по видео и книге «Полное погружение», – рассказывает Рустем. – План был простым – проплыть максимально долго без учета времени. Плавание давалось тяжело из-за отсутствия баланса, суеты, боязни открытой воды, но постепенно после определенных объемов тренировок мне стало легче, и сейчас я без труда проплываю 4 км вольным стилем.

Потом добавились велотренировки. И наконец первое участие в соревнованиях по триатлону в Казани – спринтерская дистанция на Чемпионате Европы среди любителей. После финиша Рустем Ахмадеев понял, что в состоянии преодолеть и более длинные дистанции, начались интенсивные тренировки. Но 2020 год внес свои коррективы, много стартов отменилось из-за ковида. В этом году получилось участвовать в двух гонках по триатлону на дистанции 113 км в Казани и в Самаре. Пока лучший результат – 5 ч. 45 мин., но спортсмен уверен, что его можно улучшить.



Айрат Каримов на дистанции IRONMAN

– В планах пройти полную «железную» дистанцию, но к этому необходимо готовиться более тщательно, чтобы финишировать с улыбкой и без травм, с достойным результатом. Триатлон мне интересен как образ жизни. Это тренировки, участие в гонках, спортивные путешествия, новые друзья, локации.

Когда-то триатлон привлек собой Юрия Запасного, эксперта по спорту ООО «Газпром нефтехим Салават». В 1995 году в составе команды энтузиастов он пробовал свои силы в этом сложном виде, который только начал набирать популярность в Башкортостане. Под руководством мастера спорта по триатлону, серебряного призера Кубка Европы Виталия Леошенко удалось выйти на высокий любительский уровень, войти в сборную республики, тогда одну из лучших в России. Юрий становился неоднократным чемпионом и призером чемпионатов Башкортостана по триатлону и дуатлону (бег + велосипед + бег), участником всех чемпионатов и Кубков России по триатлону среди любителей. Занял 12 место на Чемпионате России по триатлону IRONMAN («половинка», 1997 год) участвовал в Кубке Европы по триатлону в г. Алании (Турция).



Рустем Ахмадеев

IRONMAN

IRONMAN ПОКОРЕН

Советник ООО «Газпром нефтехим Салават» Айрат Каримов принял участие в самых сложных соревнованиях в мире – IRONMAN, которые состоялись в октябре в Португалии.

IRONMAN – это серия соревнований по триатлону на длинную дистанцию, проводимая Всемирной корпорацией триатлона. Каждая отдельная гонка состоит из трех этапов. Они проводятся без перерывов: заплыв на 3,86 км, заезд на велосипеде по шоссе на 180,25 км и марафонский забег на 42,195 км. Хорошая физическая подготовка, постоянные тренировки, сильная воля, уверенность в своих силах, необходимый психологический настрой – без этих составляющих участнику IRONMAN не обойтись. Большинство гонок IRONMAN начинаются в 7 часов утра, участникам дается 17 часов для завершения всей дистанции (финиш в полночь). Гонка настолько сложна, что не многим удается дойти до финиша. Айрат Каримов прошел все дистанции «железного» триатлона до конца, показав достойный результат: общее время – 13:45:57. Свое участие он посвятил легендарному тренеру Ханифу Шафикиву.

В 2016 году триатлон был включен в программу Комплексной спартакиады среди производственных коллективов ООО «Газпром нефтехим Салават». Затем в рамках социальной программы укрепления и сохранения здоровья работников компании стали ежегодно проходить соревнования по командному триатлону (когда каждую часть дистанции проходят разные участники из одной команды). Это значит, что бросить себе вызов и попробовать свои силы в триатлоне может каждый сотрудник компании. Но готовиться к летним стартам нужно начинать уже сейчас.

Марина НЕСТЕРОВА



Антон Вязовцев

ЧИСЛО ВАКЦИНИРОВАННЫХ ОТ КОРОНАВИРУСА В БАШКОРТОСТАНЕ ПРЕВЫСИЛО 2 МЛН ЧЕЛОВЕК

Число вакцинированных от COVID-19 в Башкортостане превысило 2 млн человек. Об этом сообщил Глава Башкортостана Радий Хабиров на заседании оперативного штаба по недопущению распространения коронавирусной инфекции, которое состоялось в Центре управления республикой.

Психологическую отметку в 2 млн человек мы преодолели. Но перед нами стоит задача вакцинировать 80 процентов взрослого населения Башкортостана, а это 2 484 667 человек. То есть нужно, чтобы прививку сделали еще около 480 тысяч человек. Только в этом случае мы сможем достичь коллективного иммунитета, – сказал Радий Хабиров. – Мы приняли ряд ограничительных мер для невакцинированных жителей, которые порой вызывают недовольство. Но мы видим, что эти меры дают положительный результат, потому что люди нас слышат, демонстрируют ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. В целом ситуацию с коронавирусом в республике мы характеризуем как стабильную. Важно и дальше соблюдать установленные санитарные нормы и правила.

Глава Башкортостана напомнил, что 1 декабря вступили в силу новые ограничения для невакцинированных. Теперь заселиться в гостиницы можно только при наличии сертификата о прохождении вакцинации против COVID-19, справки о перенесенном в течение шести месяцев коронавирусе или справки о наличии медицинских противопоказаний к прививке, предоставляемой вместе с отрицательным результатом лабораторного ПЦР-исследования на COVID-19. Участники оперштаба обсудили,



ли, как гостиничные организации начали исполнять эти требования.

Также в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РБ с 18 декабря работодатели имеют право не допускать невакцинированных сотрудников на рабочее место без сохранения заработной платы. Напомним, что в этом документе представлен полный список категорий жителей, подлежащих обязательной вакцинации от COVID-19.

На заседании оперштаба также обсудили ситуацию с распространением в мире нового штамма коронавируса – «омикрон». Руководитель республиканского Управления Роспотребнадзора Анна Казак отметила, что эта разновидность COVID-19 характеризуется высокой степенью инфицирования. При этом в России пока не зарегистрировали ни одного случая заражения штаммом «омикрон». Дополнительные санитарные меры в связи с распространением новой разновидности коронавируса планируют обсудить на заседании федерального оперштаба.

Министр образования и науки Башкортостана Айбулат Хажин рассказал о планах по проведению новогодних мероприятий в образовательных учреждениях. Так, в детских садах праздничные утренники пройдут только в отдельных группах. Родители смогут присутствовать на них при предъявлении соответствующего QR-кода о вакцинации или перенесенном коронавирусе.

В школах новогодние елки организуют для отдельных классов. Общешкольные праздники проводить не будут.

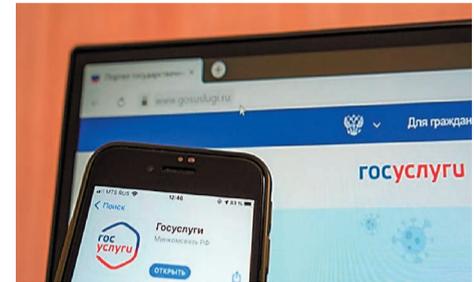
Вместе с тем в муниципалитетах 24 декабря на открытом воздухе пройдут новогодние мероприятия для школьников, на которых отличники учебы, победители олимпиад и конкурсов получат подарки от имени Главы Башкортостана. Всего по республике 780 таких ребят.

Для детей с ограниченными возможностями здоровья в городах и районах организуют мобильные бригады, которые поздравят их на дому.

По материалам портала pravitelstvorb.ru

В МИНЗДРАВЕ СООБЩИЛИ, ЧТО НОВЫЕ СЕРТИФИКАТЫ ПЕРЕБОЛЕВШИХ КОВИДОМ ОФОРМЛЯЮТ УЖЕ НА ГОД

Все необходимые решения о продлении до года срока действия сертификатов для переболевших ковидом приняты. В данный момент идет продление оформленных ранее документов, а все новые сертификаты для переболевших оформляются уже на год, сообщил ТАСС в четверг помощник министра здравоохранения РФ Алексей Кузнецов.



«Сертификат о перенесенной ковид-инфекции действует 12 месяцев с даты выздоровления. Все новые сертификаты оформляются на этот срок. Для сертификатов о перенесенном заболевании, оформленных ранее, сейчас идет продление срока действия также до года со дня выздоровления. Эта чисто техническая процедура завершится в ближайшее время. Все необходимые решения приняты», – сказал он.

Ранее министр здравоохранения РФ Михаил Мурашко сообщал, что повторное заболевание ковидом среди уже переболевших встречается в 0,74 % случаев, поэтому было принято решение действие сертификатов о перенесенном ковиде продлить автоматически для всех, кто переболел в течение последнего года.

По сообщению электронных СМИ

К СВЕДЕНИЮ

РЕВАКЦИНАЦИЯ: УКРЕПИТЬ И ПОДДЕРЖАТЬ ИММУНИТЕТ

В нашей стране с начала 2021 г. ведется массовая вакцинация от новой коронавирусной инфекции COVID-19. Многие граждане проявляют сознательность в условиях пандемии и вносят свой посильный вклад в создание коллективного иммунитета: вакцинируются самостоятельно и приглашают родных и друзей.

«СОГАЗ-Мед» напоминает, в условиях напряженной эпидемиологической обстановки ревакцинация (повторная вакцинация) от COVID-19 рекомендована уже после 6 месяцев со дня первичной вакцинации, ведь со временем эффект от препарата может ослабевать. Помимо этого, новые штаммы COVID-19 появляются с достаточной периодичностью. Ревакцинация позволяет сформировать достаточный уровень антител для защиты от всех штаммов новой коронавирусной инфекции.

Медики считают, что, откладывая ревакцинацию на срок более полугодя, люди подвергают себя риску, ведь исследованиями доказано, что примерно у трети обследованных уровень антител далеко не сразу вырабатывается в нужном объеме либо же он стремительно падает.

Всем ли можно сделать повторную вак-

цинацию против COVID-19? Для этого необходимо соответствовать ряду требований. Во-первых, как уже упоминалось выше, с момента предыдущей вакцинации от COVID-19 или же после перенесенного заболевания должно пройти более полугодя. Затем крайне важно (чтобы у ревакцинуемого пациента не было обострений в части хронических заболеваний) до визита в медицинскую организацию завершить необходимое курсовое лечение.

Ревакцинация противопоказана тем, кто в настоящее время чувствует недомогание либо перенес заболевание ОРВИ в течение двух недель до прививки. Не следует проходить ревакцинацию и тем, кто за последний месяц делал и другие прививки. На момент прививки пациенту должно исполниться 18 лет и он не должен был принимать участие в клиническом исследовании вакцины от COVID-19.

Повторная вакцинация проводится любой доступной в регионе вакциной независимо от того, какой вакциной пациент прививался ранее. В настоящее время в Российской Федерации доступны следующие препараты: «Спутник V» («Гам-Ковид-Вак»), «Гам-Ковид-Вак-Лио»), «Спутник Лайт», «ЭпиВакКорона-Н», «ЭпиВакКорона» и «КовиВак».

«СОГАЗ-Мед» сообщает, что для ревакцинации необходимо иметь с собой паспорт, полис ОМС и сертификат о вакцинации. Повторная вакцинация против новой коронавирусной инфекции COVID-19 проводится без необходимости изучения и учета данных о наличии антител согласно рекомендациям ВОЗ и реализуется в три этапа: осмотр врача перед вакцинацией, непосредственно вакцинация, наблюдение после вакцинации.

Генеральный директор страховой компании «СОГАЗ-Мед» Дмитрий Валерьевич Толстов отмечает: «Страховые медицинские организации помогают людям узнать о своих правах в системе ОМС и воспользоваться ими. Мы верим, что повышение правовой грамотности застрахованных приведет к улучшению качества медицинского обслуживания и позволит всей системе обязательного медицинского страхования выйти на более высокий уровень. Ответственное отношение к своему здоровью – личное дело каждого, а наша задача – помочь людям узнать о своих правах и получить качественную бесплатную медицинскую помощь».

Застрахованные по ОМС граждане могут записаться на повторную вакцинацию от COVID-19, воспользовавшись специальным сервисом на портале «Госуслуги». Также в зависимости от особенностей организации вакцинации в субъектах РФ может осуществляться запись на прививку по телефонам медицинских организаций, при посещении медицинских организаций или через сайты медицинских организаций.

При возникновении сложности с записью на вакцинацию вы можете обратиться в страховую медицинскую организацию.

Если же вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у вас возникли вопросы о системе ОМС, связанные с получением полиса, медицинской помощи или качеством ее оказания, вы можете обратиться за помощью к страховым представителям на сайте sogaz-med.ru, используя онлайн-чат, по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный) или в офисах компании «СОГАЗ-Мед».

Пройдите ревакцинацию – сохраните свое здоровье!

ПОЗДРАВЛЯЕМ!



От всей души поздравляем юбиларов компании. Желаем здоровья, счастья и радости на долгие годы!

Свои юбилеи празднуют работники компании: Салимова Гузель Раисовна, Сергиенко Наталья Николаевна, Артамонов Михаил Геннадьевич;

ветераны компании: Шажко Галия Шариповна, Портнов Владимир Николаевич, Бударин Василий Федорович, Бахтиярова Роза Закировна, Лысыков Николай Васильевич, Кучербаева Галия Рашитовна, Надежкина Татьяна Николаевна, Суяндукон Равиль Зулкарнаевич, Липка Валентина Михайловна, Жиганова Евгения Константиновна, Барчин Анатолий Владимирович, Сафин Сайфулла Мухамедшинович, Анкудинов Николай Григорьевич, Нигматуллина Флюра Галиевна, Ефимов Сергей Иванович, Хакимов Раиль Мухтарович, Овсянникова Александра Ивановна, Снадина Валентина Ивановна, Гильмутдинова Фаузия Ришатовна, Набиев Рим Равилович, Султанова Зайтуна Абдулкасимовна, Ибрагимова Зайнаб Зуфаровна, Ахметшин Кашфелмаган Нурлыгаянович, Ахметдинова Галия Галиевна, Хаматдинова Файруза Амерхановна, Волынкина Людмила Павловна, Косов Юрий Иванович, Горшкова Лилия Александровна, Захаров Николай Иванович, Антохина Ирина Николаевна, Шепелева Любовь Ильинична, Леонтьева Антонина Сергеевна, Гагарина Роза Павловна

САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ



Свой юбилей отметила Ольга Михайловна Чаплыгина, машинист насосных установок цеха № 5 Производственного управления

ЖЕЛАЕМ РАДОСТИ, УСПЕХА

Газета «Салаватский нефтехимик» продолжает рубрику «Самый лучший день», в которой публикуются фотографии счастливых именинников. Если у вас или вашего коллеги круглая дата, присылайте юбилейное фото в редакцию «Салаватского нефтехимика» на почту 02dny@snos.ru.



Коллектив поздравил с юбилеем Ольгу Николаевну Галееву, специалиста Управления организации восстановления основных фондов

ОБЪЯВЛЕНИЕ

ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ КАДРОВОГО РЕЗЕРВА ПРИГЛАШАЕТ К СОТРУДНИЧЕСТВУ

ООО «ГАЗПРОМ НЕФТЕХИМ САЛАВАТ»:

- аппаратчика/оператора технологических установок 3-5 р.,
- машиниста технологических насосов 3-5 р.,
- грузчика,
- прибориста 3-5 р.,
- электромонтера по ремонту и обслуживанию электрооборудования 3-5 р.,
- слесаря РТУ 3-5 р.,
- слесаря по ремонту автомобилей 4, 5 р.,
- водителя (категории ВСДЕ).

Контактная информация:
тел.: (3476) 39-39-00, 39-22-88, 39-34-11,
e-mail: Job-w@snos.ru

ООО «САЛАВАТИНВЕСТ»:

- поваров и администратора в ресторан «Рахат-Лукум», ЗП от 23 000 р.,
- повара 3 разряда,
- кондитера 4 разряда,
- подсобного рабочего 2 разряда (в столовую).

Официальное трудоустройство, график работы 5/2 по 8 часов, полный соцпакет.
Контактная информация:
тел.: (3476) 39-14-69, (3476) 39-27-97

ООО «АКРИЛ САЛАВАТ»:

- аппаратчика/оператора технологических установок 3-5 разряда,
- лаборанта химического анализа,
- слесаря по ремонту технологических установок 3-5 разряда,
- электромонтера по ремонту и обслуживанию электрооборудования.

Контактная информация:
тел.: (3476) 39-23-81, (3476) 39-61-09,
e-mail: 02hrf@snos.ru

ООО «ПРОМВОДОКАНАЛ»:

- слесаря по ремонту технологических установок 4-5 разряда,
- слесаря-ремонтника 4 разряда,
- электромонтера по ремонту и монтажу кабельных линий 5 разряда,
- электромонтера по ремонту и обслуживанию электрооборудования 3-5 разряда,
- токаря 5 разряда.

Контактная информация:
тел.: (3476) 39-15-79, e-mail: 05tev@snos.ru

ООО «НОВО-САЛАВАТСКАЯ ТЭЦ»:

- инженера (по контролю металла),
- аккумуляторщика,
- машиниста-обходчика по турбинному оборудованию (4 р.),
- электрослесаря по ремонту электрических машин (3, 4, 5, 6 р.),
- ведущего инженера СНТБПК (по пожарной части),
- слесаря-ремонтника,
- электромонтера по обслуживанию электрооборудования электростанций (5 р.),
- слесаря КИП и А (4, 5 р.),
- газорезчика (4 р.),
- уборщика служебных помещений.

Контактная информация:
тел.: (3476) 39-86-61, e-mail: sis@nslvtcc.ru

ООО «САЛАВАТНЕФТЕХИМПРОЕКТ»:

- инженеров-проектировщиков – электриков.

Контактная информация:
тел.: 8 800 500 75 85,
e-mail: 03zov@snhpro.ru

К ПРАЗДНИЧНОМУ СТОЛУ



Готовимся к Новому году вместе с «Промпитом»

Продолжаем делиться идеями интересных блюд для главного застолья в году. Необычный рецепт в очередной раз рассказали сотрудники компании «Промпит».

САЛАТ «НОВОГОДНИЙ»

Продумывая новогоднее меню, многие включают в него традиционные салаты, например оливье или селедку под шубой. Но часто хочется поставить на стол что-то яркое и необычное. Салат «Новогодний» – это разноцветное аппетитное блюдо из вполне обычных ингредиентов, которое станет украшением любого стола. Салат слоеный, а выкладывать его советуют в прозрачную посуду, чтобы был виден каждый слой.

Для приготовления вам понадобится: 1 упаковка зеленого салата (можно салат Айсберг), 6 яиц, 250 г помидоров черри, 50 г зеленого лука, 500 г куриного филе (можно использовать креветки), 150 г твердого сыра. Для заправки: майонез (можно заменить натуральным йогуртом, смешанным с горчицей) и 3 зубчика чеснока.

Сначала приготовьте заправку: майонез перемешайте с измельченным чесноком, добавьте черный перец по вкусу. Ингредиенты поочередно выложите слоями: 1 слой – листья салата, 2 слой – отварные яйца, натертые на крупной терке, затем заправка. 3 слой – порезанное кубиком куриное филе или креветки, снова смажьте слой заправкой. Натрите сыр на крупной терке для 4 слоя, также сверху смажьте заправкой. Лук мелко нарежьте, выложите пятым слоем. Сверху украсьте помидорами черри, разрезанными пополам.

Готовый салат перед подачей уберите в холодильник на полчаса для того, чтобы слои пропитались. Приятного аппетита!

Рецепт записала
Марина НЕСТЕРОВА

«ГАЗПРОМ НЕФТЕХИМ САЛАВАТ» В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ



@GPNSofficial



@GazpromSalavat



@GPNSofficial



@InfoSNOS



@GPNSofficial



@GPNS_official