



МИРНЫЙ АТОМ сегодня

Яблоневоому саду – быть!

Так решили шефы Мстинской школы. На протяжении многих лет курируют образовательное учреждение два женских коллектива Калининской АЭС – отдел организации и оплаты труда, а также отдел развития персонала. Поддерживают и помогают финансово и своим личным участием, добрыми и нужными делами. Так, идея посадить яблоневый сад родилась во время проведения весеннего субботника.

Текст: Ирина Елсукова. Фото: Дмитрий Ермаков

Территория школы позволяет высадить сад – здесь выгодно растут липы с раскидистыми кронами, дорожку к школе ограждает стройный ряд высоких белоствольных берез. Есть свой огород, который на днях боронили конной сохой сами ребята, сами же сажали картошку, свеклу, украшали пространство георгинами. А по соседству с огородом – пустырь. Оказалось, что когда-то именно здесь и рос яблоневый сад. Он был заложен первыми учителями незадолго до начала Великой Отечественной войны. Нынешние школьники знают о нем только по рассказам педагогов, а вот старожилы из Мсты, а также директор школы Вера Ивановна Виноградова вспоминают о нем с особой теплотой, переносясь мыслями в свою юность. Лет 30 назад в одну из зим, когда стояли сильные морозы, сад погиб. Но вот уже следующей весной только что посаженные молодые яблоньки порадовали своим цветом, а года через два – и первым урожаем.

Школа на Мсте в данном здании ведет свою историю с 1939 года. Строили ее все жители Мстинского поселения и близлежащих деревень. Стройка началась в мае, а уже в сентябре она была готова принять первых учеников. Училась в ней и Вера Ивановна, директор школы. А после окончания уже больше полувека не расставалась с родными стенами, взяв на свои плечи все заботы об организации обучения и о поддержании школы. Когда-то здесь учились около 200 детей, сегодня – 43 школьника. На специальном автобусе ребята приезжают из деревень Копачево, Манихино, Бойково, Сельцо-Карельское, а также с Гриблянки.

Территория школы преобразуется, значит, живет и сама школа!

Посажено более 20 молодых яблонек разных сортов с разным сроком созревания. Холодостойкие колоновидные яблони начнут приносить первый урожай уже на второй-третий год. Затем начнут радовать своими плодами белый налив, штрейфлинг, антоновка. Помимо яблонь по периметру школьного огорода высажены саженцы алычи, черешни, сливы и абрикоса.

Вера Ивановна Виноградова, директор Мстинской средней общеобразовательной школы:
– Сейчас территория пришкольного участка та же самая, что и в первые годы. А вот внешний вид школы со временем изменился. Заменены окна на первом этаже. Печное отопление стало центральным. Есть своя котельная, водопровод, горячая и холодная вода, канализация, все, как в больших городских школах. О возрождении же сада мы могли лишь мечтать! Большое спасибо за эту инициативу и поддержку нашим шефам! Теперь наша общая задача сделать так, чтобы прижилось каждое деревце. Сельские ребята приучены к труду, поэтому вместе с учителями будут ухаживать.



Матвей Топтыгин, ученик 9 класса Мстинской школы:
– В этом году я оканчиваю 9 класс, и для меня большая честь оставить память о себе в этой школе. Очень хочу увидеть наш сад в цвету лет через пять, обязательно проверю, как прижилась моя яблоня.



Анна Гоцева, начальник отдела организации и оплаты труда Калининской АЭС:
– Сажать деревья – одна из лучших миссий на свете! Мы с детства приучены к труду. Думаю, что каждый человек в своей жизни посадил хотя бы одно дерево. А сегодня мы сажаем целый яблоневый сад! Часть саженцев мы приобрели сами, часть предоставили предприниматели, кто проявил желание принять участие в добром деле. Будем помогать ребятам ухаживать за яблонями. Очень тепло на душе, вспоминаются свои школьные годы – как детьми ходили на субботники, трудились дружно всем классом.



Мария Быценко, начальник отдела развития персонала Калининской АЭС:
– Сад – это символ чистоты, добра, возрождения. Молодые яблони помогут воссоздать ту атмосферу, которая здесь была раньше. Нам было приятно принять участие в этой акции, готовы и дальше помогать нашей подшефной школе.



Юлия Гурашина, ведущий экономист отдела организации и оплаты труда Калининской АЭС:
– Яблоня – это что-то такое исконно русское, родное для нас всех. В детстве к бабушке приедешь, первым делом сорвешь яблочко. Вот и появилась такая идея посадить яблоневый сад. Будем стараться поддерживать его. Ребята, которые в этом году уходят из школы и сегодня сажали деревья, будут возвращаться сюда и видеть результаты своего труда. Для них – это связь с малой родиной.



Надежда Александровна, местная жительница, п. Мста:
– Я окончила эту школу в 1973 году. Здесь было все в яблонях, и яблоки были очень вкусные. В 6–7 классах работали на этом участке вместе с учителями, окапывали деревья. Занимались этим с удовольствием. Удивилась, когда увидела, что сегодня здесь снова закладывают сад. Будем беречь его всем поселком. Пусть яблоньки растут, большое спасибо!



НАШИ ЛЮДИ

Безопасность – дело каждого

Атомщики взяли бронзу на конкурсе Концерна по охране труда

Вопросы охраны труда важны на любом производстве. Но есть отрасли, где они имеют особое значение. Так, в атомной энергетике применяют самые передовые технологии и добиваются, чтобы принцип безопасности стоял на первом месте для каждого работника.

Текст: Екатерина Евсева. Фото: Евгений Фадин

Ежегодно концерн «Росэнергоатом» проводит конкурс по охране труда. В этот раз он прошел под девизом «Знай, применяй, работай безопасно». Калининскую атомную станцию представляли Алексей Полешко и Максим Бычков. Оба стали бронзовыми призерами в своих категориях.

Конкурс проходил на московской площадке Технической академии Росатома. За звание лучших боролись 25 работников филиалов Концерна. Ранее они победили в отборочных турах на своих предприятиях. Но финал подготовил новые испытания. Три дня состязаний, интерактивный формат, самые разнообразные задания и разбор нестандартных ситуаций – кажется, было все, что может произойти в реальной жизни.

Участникам предстояло пройти тест на знание правил охраны труда, подобрать в зависимости от ситуации необходимые средства индивидуальной защиты, оказать первую по-

мощь, оценить риски травмирования. Одно из заданий так и называлось – «Охота на риски»: на представленных модулях конкурсанты должны были выявить нарушение, предугадать последствия, а главное – понять, какие меры надо принять.

При этом организаторы подготовили испытания как на знание правил безопасности в своей сфере, так и из других областей, будь то бытовые вопросы, поведение на дорогах, в самолете и т. д.

На атомной станции вопросам безопасности уделяют повышенное внимание: совершенствуют систему охраны труда, применяют инновационные решения в производстве, стремятся к нулевому травматизму и непрерывно улучшают условия работы сотрудников. Недаром в прошлом году Калининская АЭС вошла в число лучших предприятий по охране труда в тематическом региональном конкурсе. ●

«Алексей Полешко, ведущий инженер по техническому надзору турбинного цеха № 1, бронзовый призер в категории «Специалист» На Калининской АЭС работает восемь лет, но в этом конкурсе участвовал впервые. Говорит, подобные мероприятия вдохновляют и повышают интерес к теме охраны труда среди персонала. Это возможность проверить свои силы, обменяться опытом и понять, что всегда есть куда расти и важно совершенствовать знания.

– Особенно запомнилось испытание по оказанию первой помощи. Ребята-волонтеры изображали состояние инсульта, получение ожога или электротравмы, приступ эпилепсии и т. д. Необходимо было понять, в чем дело, а после – быстро помочь. Признаться, это было непросто. После выполнения задания наши действия разобрали настоящие врачи и рассказали, как лучше поступить в той или иной ситуации. Эти знания пригодятся не только в работе, но и в обычной жизни.



«Максим Бычков, машинист-обходчик по турбинному оборудованию турбинного цеха № 1, бронзовый призер в категории «Рабочий» На предприятии трудится около двух лет, но уже зарекомендовал себя как эффективный работник. В конкурсе участвовал в первый раз и сразу так уверенно заявил о себе.

– К финальному этапу мы готовились около месяца, много читали и ставили себе задачу обязательно войти в тройку лидеров. Конечно, было сильное волнение. Не хотелось подвести коллектив, ведь сотрудники нашей станции всегда привозят награды с подобных конкурсов. Безопасность – ответственность каждого. От твоих действий зависит не только твоя жизнь, но и людей вокруг. Правила безопасности нужны, чтобы предотвратить несчастные случаи, которые чаще всего происходят по личной неосторожности человека.



«Росатом»: социальный аспект

Люди представляют главную ценность Госкорпорации и ее организаций, поэтому сохранение их жизни и здоровья, повышение степени их безопасности и защищенности является наивысшим отраслевым приоритетом. Для этого в организациях «Росатома» обеспечивается безопасная и здоровая окружающая и рабочая

среда, поддерживается культура безопасности и реализуется концепция Vision Zero. Повышение осведомленности людей о возможных рисках, правилах безопасного поведения, обучение и вовлечение в процесс самосовершенствования – ключевые задачи в работе с персоналом. Корпоративный конкурс на знание правил охраны труда нацелен на решение

этих задач. Он приурочен к празднованию Всемирного дня охраны труда, который отмечается 28 апреля, и направлен на продвижение культуры безопасности труда. В этом году конкурс стал 17 по счету. Работники Калининской АЭС ежегодно принимают участие в данном состязании и неизменно показывают достойные результаты.

ГОЛОСУЕМ!

До 31 мая проходит онлайн-голосование по выбору объекта благоустройства. На 2024 год нужно выбрать одну территорию благоустройства в Удомле.

1. Территория перед ЦМСЧ № 141 (парковка, пешеходная зона перед взрослой поликлиникой).

2. Аллея Автодорожная (пешеходно-велосипедная дорожка от пр. Курчатова до ул. Космонавтов).

3. Зона отдыха Аэродром.

Проголосовать можно по ссылке: <https://69.gorodsreda.ru/>

Либо пройдите по QR-коду.



В ОКРУГЕ

В помощь медикам

Подошла к концу учебная практика студентов медуниверситетов Тверской области. 24 будущих медика в течение месяца приобретали необходимые для дальнейшей работы навыки на базе Центральной медико-санитарной части № 141.

Текст: соб. информ. Фото: предоставлено ЦМСЧ № 141

Во время практики студенты работали в отделении скорой медицинской помощи, во взрослой и детской поликлиниках, хирургическом и других отделениях. Начиная медицинскую работу помогали наставники из числа наиболее опытных сотрудников ЦМСЧ № 141.

В июле этого года ребята завершат свое обучение и станут молодыми специалистами. Возможно, кто-то из них захочет приехать в Удомлю, чтобы пополнить основной штат работ-

ников нашей больницы.

Защита здоровья людей и повышение уровня здравоохранения – в числе важнейших социальных приоритетов «Росатома». Освоение Госкорпорацией и другими крупными компаниями выпуска перспективной техники, повышение оснащенности учреждений здравоохранения и качества медицинских услуг, оказываемых населению, способствуют комплексному развитию системы здравоохранения в Российской Федерации. ●



В ЦМСЧ-141 прошли практику студенты медуниверситетов тверского региона

ПАРТНЕРСТВО

К экзаменам готовы

Школьники Удомли получили поддержку от психологов АЭС

Нормально ли испытывать волнение? Как успешно сдать ЕГЭ? На эти и многие другие вопросы получили ответы выпускники удомельских школ, побывав на занятиях с психологами Калининской АЭС. Обучение способам самоконтроля проходило на базе Учебно-тренировочного подразделения.

Текст и фото: подготовлено ЛПФО

Специалисты лаборатории психофизиологического обеспечения (ЛПФО) рассказали ребятам, что тревога — это естественная реакция организма на сложную ситуацию, которая воспринимается как угроза, и проявляться она может на нескольких уровнях: на уровне физиологии, на уровне действий и мыслей. На основе предложен-

ных тестов выпускники смогли самостоятельно оценить свое актуальное состояние, уровень тревожности и работоспособность в стрессовой ситуации.

Как отметили школьники, полученные знания необходимы им не только в ситуации подготовки к ЕГЭ, освоенные навыки окажутся полезными и в дальнейшей взрослой жизни. ●



► На тренинге участники освоили несколько техник для нормализации эмоционального состояния, также под руководством психологов ребята обучились приемам позитивного мышления.

Приводим в пример действенные упражнения, которые и вы, уважаемые наши читатели, можете использовать в своей жизни, когда нужно преодолеть тревогу и взять эмоции под контроль.

“ Ольга Кравцова, выпускница Удомельской гимназии № 3 им. О.Г. Макарова: – Узнала интересные и полезные способы, как побороть тревожность. После занятия обрела душевное спокойствие. А дружественная атмосфера помогла почувствовать себя как дома.



Занятия по психологической готовности выпускников к экзаменам прошли в рамках профориентационного проекта Калининской АЭС «Вместе в будущее», который стартовал в 2022 году. Данная образовательная инициатива атомной станции помогает учащимся одиннадцатых классов школ города-спутника Удомли подготовиться к предстоящим экзаменам по математике и физике. Занятия вели преподаватели Ивановского государственного энергетического университета. К проекту, который включает в себя также поездки в профильные вузы, образовательные интенсивы, подключились и психологи АЭС. Специалисты ЛПФО помогают школьникам правильно преодолеть стрессовую ситуацию и быть готовыми сдать экзамены по ведущим предметам успешно, чтобы затем продолжить обучение в вузах. Проект «Вместе в будущее» — это один из ресурсов повышения заинтересованности молодых людей в изучении технических наук и привлечения новых высококвалифицированных кадров в атомную отрасль страны.

Упражнение «Заземление 5-4-3-2-1»

Осмотрите внимательно место, в котором Вы находитесь.

5 – найдите пять вещей, на которых можете остановить взгляд. Это могут быть предметы мебели, канцелярские принадлежности, картины или фотографии на стенах. Внимательно рассмотрите их со всеми мельчайшими деталями.

4 – потрогайте четыре вещи. Это могут быть ощущения от соприкосновения к ткани одежды, к поверхности стола, сиденью стула, к стакану с водой.

3 – прислушайтесь к трем различным звукам. Это может быть пение птиц, звуки автомобилей за окном, шум процессора компьютера и пр.

2 – сконцентрируйтесь на двух запахах. Почувствуйте запах парфюма, воды, запах дождя или травы.

1 – найдите одну вещь со вкусом. Это может быть конфета, кофе, вода. Сосредоточьтесь на том, что Вы пробуете и как это ощущается во рту.

Упражнение «Дыхание по квадрату»

1. Вдыхаем, считая до четырех.
2. Задерживаем дыхание на четыре счета.
3. Выдыхаем, считая до четырех.
4. Задерживаем дыхание на четыре счета.

Технику можно дополнить визуализацией – нарисовать квадрат или сосредоточиться на квадратном предмете (окно, стол и пр.). Если выполнять упражнение на четыре счета тяжело, можно начать с выполнения циклов дыхания на два или три счета.

Основные правила позитивного мышления

- Трудность – это возможность измениться.
- Я смогу.
- Я имею право на ошибку.
- Другой имеет право быть другим.
- Каждый человек уникален и ценен.
- Нет однозначных и безвыходных ситуаций.
- В каждой ситуации есть точка роста.

ВНИМАНИЕ!

Мошенники! Будь осторожен!

Уважаемые граждане! Полиция предупреждает! Если Вам звонят с незнакомого номера и сообщают, что на Вас пытались оформить кредит и для безопасности Вам необходимо самим оформить кредит, или к вашему расчетному счету подключен второй номер сотового телефона, ни в коем случае не соглашайтесь!

По такой схеме работают мошенники!

Помните:

1. Сотрудники банков не звонят своим клиентам.
2. Не передавайте данные карт и пароли третьим лицам, это простое правило позволит Вам обезопасить себя от мошенников.

Если у Вас просят указанные данные, просят лично пройти к банкомату или терминалу оплаты, знаете, так действуют мошенники.

Полиция предупреждает: если Вам звонят с незнакомых номеров и предлагают провести какие-либо банковские операции, срочно прерывайте разговор и свяжитесь с Вашим банком по официальному номеру телефона. Номера телефонов указаны на банковских картах.

Если Вы пострадаете от действий мошенников, обязательно сообщите об этом в правоохранительные органы по тел. 02 или 8(48255)5-43-02.



ОБРАЗОВАНИЕ

Семейный движ выводит в победители

Как приобщить детей к здоровому образу жизни? Показать пример и придумать интересные совместные активности. Именно так поступает Мария Озерова, инженер отдела радиационной безопасности Калининской АЭС. Ее опыт в этом направлении позволил войти в число победителей Фестиваля родительских инициатив проекта «Школа Росатома».

Текст: Светлана Сипунова. Фото: из личных архивов

«ПродВИЖение» – так называется Фестиваль родительских инициатив, который второй год проходит в рамках проекта «Школа Росатома» и направлен на выявление и тиражирование лучших практик воспитания детей.

Мария Озерова, мама троих детей, защищала проект на тему

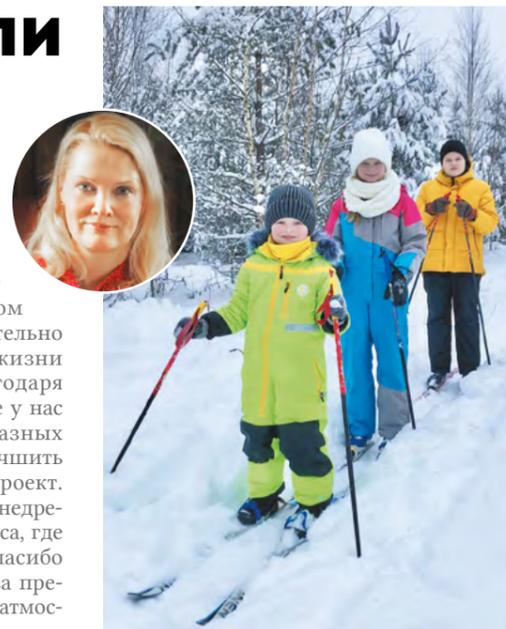
«Стратегия здорового образа жизни». Она поделилась своим опытом по формированию у детей привычки к здоровому питанию, который включает просмотр фильмов о ЗОЖ, активные выходные вместе с родителями, акцию «Мой полезный завтрак», дневники здоровья и многое другое.

Этот проект в итоге и стал одним из лучших в этом направлении.

В финал прошла и Наталья Журавлева, председатель контрольно-счетной комиссии Удмелского городского округа, со своей работой на тему «Семейный альбом».

Защита проектов состоялась в городе Заречном Пензенской области в мае. Свои инициативы представили 40 родителей из 14 городов-участников проекта «Школа Росатома». Родительское сообщество обсудило современные развивающие форматы по направлениям: «Здоровый образ жизни», «Семейные традиции, увлечения», «Профессии моей семьи», «От сердца к сердцу» и «Семейный центр креатива». ●

“ Мария Озерова, инженер отдела радиационной безопасности Калининской АЭС: – Если ЗОЖ станет осознанным выбором ребят, то это значительно повысит качество жизни и продлит ее. Благодаря участию в Фестивале у нас появилось много разных идей, как можно улучшить и дополнить наш проект. Часть практик уже внедрена в коллективе класса, где учится моя дочь. Спасибо «Школе Росатома» за прекрасный праздник и атмосферу творчества.



ЖИЗНЬ НАШИХ

Вне атома: прояви свои таланты

Есть люди, которые умеют жить шире привычных рамок «работа-дом-работа». И после трудовых будней эти жизнелюбы и оптимисты находят время и душевные силы, чтобы делиться с окружающими талантами, вовлекая в свои инициативы единомышленников и всех, кому хочется проводить свой досуг интересно и ярко, эмоционально и с пользой. Щедро делясь с детьми и взрослыми своей энергией, они разбивают шаблоны «некуда пойти», «скучно жить», «нет возможности проявить себя». Про атомщиков, которые обладают таким особым даром раздвигать горизонты обыденности и «зажигать» азартом других, МА рассказывает в новой рубрике «Жизнь наших».



ЕКАТЕРИНА КУЗЬМИНА И ЕЕ КЛУБ ПО НАСТОЛЬНЫМ ИГРАМ

Монополия, Мафия, Имаджинариум, лото, головоломки. Каждый может продолжить список настольных игр, если сам был увлечен этим занятием и имеет опыт такого досуга. Сделать это интересным в среде молодых работников атомной станции смогла Екатерина Кузьмина, ведущий инженер отдела инженерно-технической поддержки эксплуатации. Вместе с друзьями-коллегам они организовали сообщество любителей сразиться в логике и удаче. Идея создания такого комьюнити родилась у Екатерины буквально пару лет назад.

В клубе настольных игр состоят не только молодые специалисты, но и другие работники станции, а также жители города, школьники и даже студенты, которые приезжают на практику на Калининскую АЭС. Присоединиться может любой желающий: нужно лишь подписаться на группу ВК «Атомная молодежь» и зарегистрироваться на ближайшую игру. А дальше – с нетерпением ждать этой встречи, а затем остаться в сообществе вовлеченных и креативных людей.

“ Настольными играми я стала увлекаться где-то с 2019 года, а проект с тематическим клубом удалось реализовать в конце 2021 года. Единомышленников для реализации своей идеи я нашла на Дне молодого специалиста – традиционном мероприятии, которое проводят активисты Молодежной организации с целью помочь вновь принятым сотрудникам лучше адаптироваться в коллективе и на предприятии в целом. Там и родился новый формат для знакомства и общения – собираться вместе и играть. Для многих настолок нужна компания, а молодые специалисты, большинство из которых приезжают в Удомлю из других городов, ещё не успели завести друзей и привыкнуть к новой обстановке. Загорелась этим проектом сама, нашла активных ребят, которые согласились воплотить творческий замысел в жизнь.

Настольные игры – это не только развлечение, но и отличная возможность прокачать свои навыки: коммуникацию, логику, умение работать в команде, быстро принимать решение и не только. Это качества, необходимые современному человеку и атомщику. Мы играем в психологические, стратегические, кооперативные, логические и другие игры.

В детстве с родителями мы часто играли в лото. Это были очень уютные семейные вечера. Иногда в доме отключали свет, и тогда все вместе с мамой, папой и сестрой при свечах мы садились играть. Было здорово! Я люблю это время! Сегодня мне радостно делиться этой любовью с теми, кого встречаю на жизненном пути.

Фото – Павел Якушев



Увлечь окружающих интересными идеями просто, если самому быть позитивным и общительным человеком, ориентированным на добро и дружбу, а свое увлечение сделать социально полезным.



Читайте больше новостей в группе Калининской АЭС в ВК

МИРНЫЙ АТОМ сегодня

Учредитель: АО «Концерн Росэнергоатом»

Свидетельство о регистрации ПИ №ТУ69-00111 от 27.01.2010 г.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи информационных технологий и массовых коммуникаций по Тверской области.

Выходит один раз в неделю. Распространяется бесплатно.

Главный редактор: Ю.В. Хромова

Фотографы: Евгений Фадин, Дмитрий Ермаков, Павел Якушев

Верстка: Типография ООО «Сфера»

Позиция редакции не всегда совпадает с позицией авторов.

Адрес редакции и издателя: 171841, Тверская обл., г. Удомля, ул. Попова, д. 25, пом. 253. Тел.: 6-96-20, 6-96-21 e-mail: gazeta@knpp.ru www.knpp.rosenergoatom.ru

Отпечатано: Типография ООО «Сфера», 190005, Санкт-Петербург, ул. Егорова, 26А, литер Б. Тел.: 8 (812) 905-90-18
Время подписания в печать: 19.05.2023 в 15.00
Заказ №0706.

Тираж 18 700 экз.

12+