Энергия

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА АО «МСЗ»
И ППО ОАО «МСЗ» РПРАЭП

ЭЛЕМАШ
РОСАТОМ

16+

ИЗДАЕТСЯ С 7 ИЮЛЯ 1989 ГОДА

№ 31 (1712) 27 АВГУСТА 2025 ГОДА

МОДЕРНИЗАЦИЯ

Робот - напарник серьезный!

Заводские инженеры АО «МСЗ» (предприятие Топливного дивизиона Росатома) своими силами модернизировали роботизированный комплекс 38 400 (РТК КУКА), установленный в цехе по производству твэлов и ТВС.



Комплекс был приобретен 15 лет назад, чтобы автоматизировать сварочные работы на механическом участке цеха № 55. В свое время робот-сварщик произвел фурор, поражая многочисленных гостей, посещавших Машиностроительный завод. Рассказывают, что даже у вице-президента «Тойоты» глаза округлились от увиденного: его, понятное дело, роботами не удивишь, но не ожидал он увидеть нечто подобное на подмосковном предприятии.

На заводе комплекс прижился и служит исправно. Но время от времени специалисты предприятия его модернизируют и дорабатывают программное обеспечение, в зависимости от перспективных производственных задач.

В этом году установка была усовершенствована с учетом пожеланий и рекомендаций тех, кто ее обслуживает. Чтобы узнать подробности, мы встретились с мастером механического участка цеха № 55 Вадимом Крагиным (работа роботизированного комплекса - это сфера его ответственности).

К слову, Вадим Сергеевич один из опытнейших специалистов участка и цеха, за плечами у него 46-летний производственный стаж, а в списке многочисленных наград - почетные знаки: «Заслуженный работник «Росатома» и «Заслуженный работник АО МСЗ».

Комплекс, который он нам продемонстрировал, конечно, впечатляет своими возможностями. В цехе для него выделено специальное закрытое помещение. И когда робот варит, вход в помещение закрыт, оператор наблюдает за его работой через окно.

- Комплекс приобретался для того, чтобы выполнять сварку каркасов ТВС для реакторов атомных станций, - поясняет Вадим Сергеевич. - Сейчас здесь производятся каркасы ТВС для ВВЭР-1000 и ВВЭР-1200. Для их изготовления применяется точечная сварка. Это очень ответственная, можно сказать, ювелирная работа. Чтобы сварить один каркас, необходимо выполнить более 1400 сварных соединений. Робот за смену делает примерно 2000. Человек с такой нагрузкой, конечно, тоже бы справился, но робот в этом случае лучший напарник: работает точно и не устает. И дает возможность оператору выполнять другие работы: такие, как сборка каркасов, предъявление их на контроль, заполнение документов. Все это ребята делают в то время, пока робот варит. Что очень важно, у нас ведь непрерывный производственный процесс.

- А как была бы организована работа в отсутствии такого механизированного сварщика?

- Понадобилось бы еще два сварщика в смену, причем очень опытных и квалифицированных, что очень непросто в условиях кадрового голода. Паре этой надо еще и сработаться! Ведь понимать друг друга в некоторых ситуациях они должны без слов, общаясь только глазами. Примерно, как космонавты на космическом корабле!

Вадим Крагин поясняет суть последнего усовершенствования комплекса. Раньше на установке не был предусмотрен поворот каркаса во время сварки: чтобы изготовить одно изделие, это необходимо сделать 10 раз! До недавнего времени это была обязанность оператора, что, конечно, усложняло работу. Специалисты Центральной заводской лаборатории сварки (ЦЗЛС) попросили инженеров Машзавода придумать автоматический поворот. Задача была успешно реализована инженерным центром АО «МСЗ». Для реализации этой задумки были добавлены подъемно-поворотный и прижимной механизмы, доработано программное обеспечение. Робот-сварщик теперь справляется с процессом самостоятельно.

- Тот факт, что наши инженеры смогли усовершенствовать работу комплекса в условиях санкций и отсутствия импортных деталей - это потрясающе! - считает Вадим Крагин. - Спасибо им. Работа оператора комплекса теперь значительно облегчена.



В день нашего визита на комплексе работал сварщик 6-го разряда Александр Блинов.

- На завод пришел сразу после техникума, правда вскоре уволился, в поисках лучшей жизни, - признается Александр. – Поработал семь лет торговым представителем и… вернулся на завод: семья появилась, нужна была стабильность, достойная зарплата, соцпакет и так далее. С 2014 года работаю здесь, на автоматических машинах и полуавтоматах. Освоил и специальность оператора комплекса.

- Со своим напарником, механическим роботом, хорошо сработались?

- Вполне. Но главный в паре все-таки я: машина не человек, слов не понимает. Но робот - работник серьезный и ответственный, подводит редко. Стараемся его беречь!

Процесс модернизации комплекса в настоящее время продолжается: планируется еще несколько усовершенствований, с целью повышения производительности комплекса и уменьшения временных затрат работы оператора.

Надежда ШМЕЛЁВА

НОВОСТИ ОТРАСЛИ

Росатом» проведёт юбилейный международный «Атомный диктант»

С 1 по 14 сентября пройдет ежегодная викторина по истории атомной промышленности. В этом году «Атомный диктант» пройдет на русском, английском, а также впервые на китайском и турецком языках.

Присоединиться к проекту можно онлайн на сайте (https://atomdiktant.ru/) и на специально организованных площадках.



Подписали соглашение о выкупе электроэнергии

«Росатом» и Фонд зеленой энергетики Киргизии подписали соглашение о гарантированном выкупе электроэнергии.

«Соглашение является частью реализации проекта по строительству первого ветропарка «Росатома» в Кыргызстане, - прокомментировал соглашение генеральный директор «НоваВинд Кыргызстан» Дмитрий Андреев. - Гарантии выкупа электроэнергии со стороны правительства Республики в лице Фонда создают благоприятную среду для привлечения инвестиций в электроэнергетический сектор и способствуют реализации проектов сооружения возобновляемых источников энергии в стране».

Проходит международная арктическая экспедиция «Ледокол знаний»

Шестая международная арктическая экспедиция «Ледокол знаний» стартовала в Мурманске. Экспедиция по маршруту Мурманск - Северный полюс - Земля Франца-Иосифа - Мурманск на атомном ледоколе организована Сетью информационных центров по атомной энергии при поддержке «Росатома».

В этом году к ней присоединились 66 школьников из 21 страны, включая Бразилию, Боливию, Египет, Индонезию, Китай. Участников рейса ждет научно-просветительская программа с международными экспертами в области атомных и космических технологий, учеными и популяризаторами науки. Во время рейса участники познакомятся с устройством и работой атомного ледокола, увидят неповторимую природу Арктики, а также впервые в истории в условиях Северного полюса испытают отечественные роверы-планетоходы.

Остановили блок на ремонт с модернизацией

Четвертый блок Белоярской АЭС с быстрым реактором БН-800 остановили на ремонт с модернизацией. На блоке установят дополнительные насосные агрегаты, трубопроводы и арматуру в системы охлаждения статора и ротора турбогенератора.

Теперь в каждой системе будет по два резервных насоса - это дополнительная мера повышения надежности энергоблока. В числе других крупных работ - замена промежуточного теплообменника, который весит 58 тонн (с учётом монтажных частей). Завершить ремонт планируют в октябре.

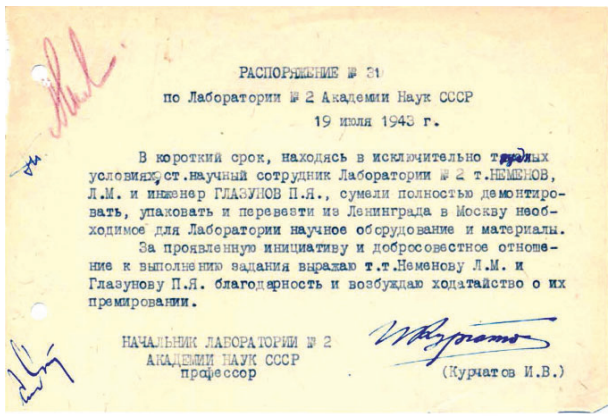


По материалам ТГ-каналов «Росатом» и «Страна Росатом»

80 ЛЕТ АТОМНОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ

Радиохимия плутония

До войны в Ленинградском физико-техническом институте шло строительство более мощного циклотрона, чем в Радиевом институте. Однако пустить его не успели: институт эвакуировался в Казань, а циклотрон разобрали и законсервировали.



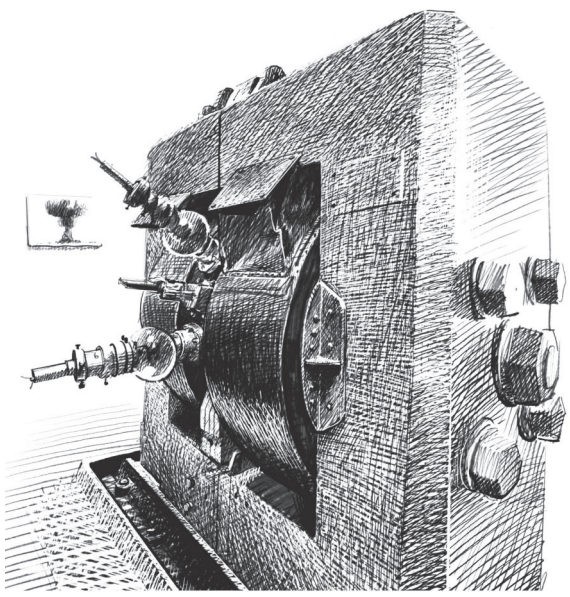
РАСПОРЯЖЕНИЕ № 31
по Лаборатории № 2 Академии Наук СССР
19 июля 1943 г.

В короткий срок, находясь в исключительно трудных условиях ст.научный сотрудник Лаборатории № 2 т.НЕМЕНОВ, Л.М. и инженер ГЛАЗУНОВ П.Я., сумели полностью демонтировать, упаковать и перевести из Ленинграда в Москву необходимое для Лаборатории научное оборудование и материалы.

За проявленную инициативу и добросовестное отношение к выполнению задания выражаю т.т.Неменову Л.М. и Глазунову П.Я. благодарность и возбуждаю ходатайство о их премировании.

НАЧАЛЬНИК ЛАБОРАТОРИИ № 2
АКАДЕМИИ НАУК СССР
профессор (Курчатов И.В.)

А это - благодарность за вывоз этих деталей из Ленинграда сразу после прорыва блокады в Москву. В Лаборатории № 2 циклотрон собрали и пустили в августе 1944 года.



Первый циклотрон Европы и Азии, построенный в Ленинграде в Радиевом институте в 1937 году.



Виталий Григорьевич Хлопин (1890-1950) начал изучение радиоактивности ещё до революции. В 1922 году он один из основателей, а позже директор Радиевого института в Петрограде (затем Ленинграде). На основе разработанной институтом технологии построен радиохимический завод комбината «Маяк» и получен плутоний для первой бомбы.

Плутоний - токсичный и радиоактивный элемент, которого нет в природе, но его можно получить из урана во время ядерных превращений в реакторе. Но что дальше? Как выделить этот элемент в чистом виде, когда облученный металлический уран радиоактивен, а доля плутония в нем мала? Нужны химичесие реакции с радиоактивными веществами - радиохимия. Один из основоположников этого направления - Виталий Григорьевич Хлопин. Интересно, что ему удалось создать технологию выделения плутония еще до пуска первого реактора Ф-1 в декабре 1946 года. Он использовал циклотрон, бомбардируя нейтронами мишень с ураном и получая плутоний в атомарных количествах, невидимых глазу. Но этого хватило, чтобы разработать технологию.

По материалам выставки «Невидимый фронт» программы «Территория культуры Росатома»

ЗАСЛУЖЕННЫЕ ЛЮДИ

Уникальный мастер

отдал заводу полвека.

Есть рабочие, вклад в производство которых ничуть не меньше, чем у иных начальников. Таких работников уважают и ценят как коллеги, так и руководители, признавая их заслуги. Наш сегодняшний рассказ об одном из таких людей - фрезеровщике Валерии Изюмском, награждённом нагрудным знаком «Заслуженный работник АО «МСЗ» 1 степени.



Отец Валерия - Геннадий Максимович (весной ему исполнилось 90) всю жизнь, вплоть до выхода на пенсию отработал на Машзаводе. Будучи сам токарем-универсалом высшего разряда, он посоветовал сыну освоить профессию фрезеровщика, дескать это дело будет поинтереснее токарного. Тот послушал и после окончания 10 класса школы № 21 отправился с аттестатом о среднем образовании в отдел кадров Машзавода, где парнишку отправили в бюро технического обучения (БТО). Существовало при нашем предприятии в середине 70-х такое учебное заведение на улице Лесной. Там бывшие школьники могли ускоренно получить самые востребованные рабочие специальности: токаря, слесаря, фрезеровщика. Два месяца отводилось на теорию, затем ещё четыре на практику в заводских цехах и вперёд – во взрослую, трудовую жизнь.

Валерий переступил порог заводской проходной 1 декабря 1976 года. Он и сегодня отлично помнит свой первый рабочий день:

- Мы пришли на завод всей группой новоиспечённых фрезеровщиков. Три десятка 17-летних мальчишек с только что присвоенным третьим разрядом. Мне повезло сразу попасть в цех по изготовлению комплектующих, где я работаю по сей день. Выполнение первого в жизни задания – простенькой детали заняло у меня минут 10 работы на станке. А потом старшие велели заняться уборкой – собрать стружку, подмести, протереть и смазать станок. Тогда, во времена директорства Саввы Золотухи, впрочем, как и сейчас, с чистотой на рабочем месте было строго. В тот же день я познакомился с замечательными людьми - своим наставником Николаем Веденеевым и начальником цеха Владимиром Хусаировым.

Первая зарплата Валерия обрадовала – ещё бы 45 рублей аванс плюс 80 в получку! В свои неполные 18 на сдельщине ему удавалось заработать больше, чем отец, трудившийся на окладе, не говоря уже о маме, работавшей на складе. В скором времени молодой рабочий повысил квалификацию до 4 разряда и женился. Правда, юношеский брак оказался недолгим, но сын родился и сегодня Дмитрий Изюмский также успешно трудится на Машзаводе, в цехе № 48.

Летели насыщенные событиями годы, но в 25 лет с Валерия сняли полагавшуюся ему ранее отсрочку от призыва на срочную службу и направили в войска связи, сначала в Харьков, затем в Оренбург. Сослуживцы и командование уважали рассудительного, уже состоявшегося как личность парня, наградив его почтительным, как сейчас принято говорить, позывным «Старый».

Возвратившись через 2 года в родной цех, Валерий получил сначала 5-ый, затем, почти сразу 6-ой разряд и одновременно освоил профессию оператора фрезерного станка с ЧПУ. В своём же цехе он приглядел умницу и красавицу Олю, работавшую, как и он на станке, только на токарном. Вскоре молодые зарегистрировали брак, и у них родилась дочка. Жили дружно, тем более, что тесть Валеры - Николай Лутцев так же, как и он, был фрезеровщиком, только в цехе по изготовлению твэлов и ТВС. После декретного отпуска Ольга перешла из токарей в цеховой архив, где и трудилась до выхода на пенсию. Сегодня эта пара уже не представляет жизни друг без друга.

Валерий Геннадьевич, конечно, тоже мог бы давно уйти на заслуженный отдых, но несмотря на солидные годы, неизбежные возрастные проблемы и без малого полувековой стаж работы, его на покой не отпускают. Точнее, именно благодаря высочайшему профессионализму и огромному опыту, руководство всячески старается удержать уникального мастера. Машзавод даже дорогостоящую операцию ему оплатил, когда спина стала серьёзно подводить.

Разумеется, он давно ветеран труда и атомной промышленности, а благодарственными письмами и почётными грамотами от начальства всех уровней вполне можно обклеить их небольшую квартиру на ул. Юбилейной. Своими знаниями и навыками Валерий Изюмский охотно делится с молодёжью.

За годы наставничества через руки мастера прошли десятки подопечных, а в профессии на заводе остался лишь один - Леонид Мельников. Сегодня на весь огромный 52-ой цех всего 8 фрезеровщиков.

- Вымирающая профессия! - с грустью констатирует Валерий Геннадьевич. - Ребята с колледжа приходят на практику – спрашиваю: хочешь быть фрезеровщиком? А в ответ – не знаю, хотелось бы в технологи, ну в крайнем случае- чепэушником. И всё сразу понятно. Там, конечно, проще – запустил программу и сиди себе в телефоне, хотя, разве это работа! Мало ли что там у тебя со станком, вдруг фреза сломалась, надо же смотреть за инструментом. И того не понимают молодые, что работа фрезеровщика увлекательнейшее дело если научиться чувствовать обработку металла руками, по вибрации и на слух. Зачастую приносят чертёж детали - ни техпроцесса на неё нет, ничего, потому как новая, экспериментальная и надо придумать как это изготовить, какую-то оправку сделать, приспособу. Уходишь с работы и весь вечер кумекаешь, а потом спишь и продолжаешь думать - чем обработать, как удобнее. Утром - решение готово, это же по-настоящему творческий процесс.

Он много лет работает в утреннюю смену с 6.30. К своему старенькому, надёжному 1973 года выпуска станку никого не допускает, ну если только в исключительных случаях, ремонтирует его тоже сам. А по вечерам долго слушает музыку - романсы Петра Лещенко, творчество Утёсова на виниловых и патефонных пластинках, которых у Валерия Геннадьевича сотни.

Елена БАЛАШОВА

БУДЬ В КУРСЕ!

Конкурс детских поделок

Продолжается прием детских поделок на конкурс, посвященный юбилею - 105-летию образования Первичной профсоюзной организации Машиностроительного завода.

Работы декоративно-прикладного искусства (лепка, оригами, макетирование) принимаются с 1 августа по 30 сентября в корпусе 350А, 2-й этаж (Куприянов Юрий Иванович) и в заводском комитете профсоюза (2-й этаж, комн. № 10).

К участию в конкурсе допускаются дети и внуки (возрастные категории: 5 -8 лет, 9 - 12 лет, 13 - 15 лет) работников АО «МСЗ», дочерних предприятий и организаций.

Итоги конкурса будут подведены 20 октября. Победителей и призеров наградят Почетными дипломами 1, 2 и 3 степени и поощрены за счет средств ППО ОАО «МСЗ».

Конкурс проводится для укрепления имиджа АО «МСЗ», популяризации деятельности Первичной профсоюзной организации ОАО «Машиностроительный завод» среди работников предприятия, дочерних обществ и организаций, а также для предоставления возможности детям работников АО «МСЗ», дочерних обществ и организаций проявить свой талант в декоративно-прикладном и изобразительном искусствах.

Подробнее об условиях конкурса можно узнать по тел. 8 (496) 57 7-67-14.

Сообщите о конкурсе своим детям!

ЕСТЬ ЧЕМ ГОРДИТЬСЯ

Раздвигаем границы регионов

С января 2025 года клиника в поселке Вольгинский Петушинского района Владимирской области вошла в состав ЦМСЧ № 21. Сделано это было по инициативе ФМБА России, поскольку требовалось более эффективное руководство организации медицинского обслуживания в этом поселке.



«Клиника «Вольгинская» остро нуждалась в помощи, - разъясняет ситуацию в своем телеграм-канале глава администрации Петушинского района Александр Курбатов. - Жители хорошо помнят, как еще год назад поселок не имел достойного медицинского обеспечения (ранее клиника относилась к медицинскому учреждению «Решма» ФМБА России). Мы активно искали пути решения проблемы и нашли. Сегодня можно говорить о том, что ситуация стремительно меняется: наращивается кадровый потенциал, приобретается новое оборудование, мебель, открываются новые отделения. Впереди капитальный ремонт клиники, но еще есть проблемы, требующие серьезного взаимодействия медучреждения, органов власти и наших инвесторов».

В конце июля в Электростали состоялась рабочая встреча начальника медсанчасти Марем Арапхановой с Александром Курбатовым и депутатом Совета народных депутатов района от поселка Вольгинский Виталием Гараниным. В рамках встречи обсуждались разные темы, в



том числе, и вопросы оказания неотложной помощи жителям поселка Вольгинский, Петушинского района и Владимирской области.

- Как учреждение ФМБА мы внедряем передовые медицинские методики, чтобы сделать качественную специализированную помощь доступной для жителей. Теперь, будучи частью территориального фонда региона, мы готовы оказывать помощь и жителям области по широкому спектру направлений, - отметила на встрече Марем Арапханова.

Чуть позже с возможностями ЦМСЧ № 21 познакомились и представители СМИ Владимирской области. Марем Арапханова ответила на многочисленные вопросы журналистов и провела для них экскурсию по медучреждению. В частности, представители СМИ смогли увидеть работу нового аппарата МРТ, побывали в отделениях лучевой диагностики, сердечно-сосудистой хирургии и в других подразделениях.

- Встреча была интересной и насыщенной, - отмечает главный редактор районной газеты «Вперёд» Александр Безлепкин. - Мы получили исчерпывающие ответы на наши вопросы, убедились в высоком уровне оказания медицинской помощи в этом учреждении. Конечно, нас интересовали перспективы получения такой помощи жителями нашего региона. Ответы мы получили и уже подробно рассказали об этой встрече своим читателям.

Отметим, что на территории поселка Вольгинский работает несколько успешных фармацевтических компаний. Учитывая этот факт, у сотрудничества, раздвигающего границы муниципалитетов и регионов, есть большие перспективы.

Полина ВЛАДОВА

РАВНЕНИЕ НА ЛУЧШИХ!

Если на завод, то навсегда!

Если на завод, то навсегда! Именно эту многообещающую фразу произнесла Ольга Сидорова, когда 15 лет назад их молодая семья перебралась из райцентра Ивановской области в Электросталь. Много воды утекло с той поры, но и сегодня комплектовщик изделий и инструмента цеха № 52 готова подписаться под каждым своим словом.

Оля выросла в небольшой деревеньке Бубново, что примерно в 20 километрах от города Чкаловска Нижегородской области. По окончании школы девушка решила продолжить образование в Шуйском государственном педагогическом университете, выбрав факультет педагогики и психологии. Однако за годы учёбы и педагогической практики Ольга осознала, что из года в год обучать детей письму и счёту, да ещё разруливать школьные конфликты - это точно не её. Вскоре после получения диплома она вышла замуж.

Молодой муж Сергей оканчивал Ивановский государственный энергетический университет имени Ленина по специальности «Технология машиностроения» и уже успел пройти производственную практику на Машиностроительном заводе в Электростали. Он часами рассказывал новоиспечённой супруге о красивом, чистом, зелёном городе и потрясающем мощном современном предприятии. Поэтому, когда Сергею Михайловичу пришло официальное приглашение работать на АО «МСЗ», они покидали вещи в старенькую «девятку» и прикатили из Шуи в Подмосковье.

Электросталь встретила их радушно. Сергей получил должность мастера в цехе по изготовлению комплектующих изделий. Как молодому специалисту ему выдали подъёмные, на которые решено было купить стиральную машину-автомат. Их сразу же заселили в общежитие на улице Трудовой, где в уютной комнате с кухней они прожили год. В течение этого времени Ольга, поразмыслив, тоже решила влиться в ряды работников Машиностроительного завода, заверив себя, что делает выбор раз и навсегда. Вот тогда в отделе кадров и прозвучала сакраментальная фраза, с которой начинается эта зарисовка.

Её приняли на работу комплектовщиком изделий и инструментов в тот же цех, где уже трудился муж. Работа оказалась непростой, но интересной и по преимуществу женской.

- Комплектовщик - это маленький помощник мастера, - объясняет Ольга Александровна. - Его задача проанализировать, каких комплектующих недостаёт, выяснить, по какой причине они не пришли, и сделать всё, чтобы устранить данную ситуацию. Затем нужно оформить необходимые документы, выдать токарям, фрезеровщиком и операторам станков с ЧПУ технологические карты и чертежи, проследить за их актуальностью, и ещё сформировать паспорта на изделия, которые отправляются с нашего участка далее на сварочные работы.

Кстати, полученная в молодости профессия педагога-психолога очень помогает Ольге Александровне найти подход к рабочим, с которым постоянно приходится контактировать. Знание несложных приёмов убеждающей коммуникации плюс умение «с ходу» определить архетип человека - большое подспорье в работе с людьми, позволяющее подобрать «ключик» к каждому.

Параллельно с трудовой деятельностью супруги Сидоровы решили получить по вто-



рому высшему образованию: в 2016 году они заочно окончили Московский государственный машиностроительный университет по специальности «Экономика предприятий и организаций». Профессиональный уровень героини нашей публикации вырос с 3 до высшего 6 разряда.

Ольга Александровна была названа лучшим молодым работником по итогам 2019 года, а в прошлом году на День работника атомной промышленности она получила благодарность президента АО «ТВЭЛ» с формулировкой «За добросовестный труд, достижение высоких показателей в профессиональной деятельности, большой вклад в развитие топливной компании».

Ольга Сидорова - активист ПСР. В тандеме с опытным мастером Игорем Николаевичем Пустоваловым они многократно подавали совместные предложения по улучшению техпроцесса, например, меняли очерёдность операций, предлагали изготавливать детали для решёток не на простом токарном станке, а с ЧПУ, доказав, что так будет удобнее и быстрее.

Давно минули времена общежитий, в которых им пришлось прожить в общей сложности 7 лет, сейчас уже выплачена ипотека за квартиру. Подрастает 8-летняя дочка Риточка, которая перешла в 3 класс лицея № 7. Три года назад Сергея пригласили на повышение в Москву, в госкорпорацию «Росатом». Теперь дома он редкий гость - всё больше по командировкам, но тем ценнее часы, проведённые с любимой семьёй.

Елена БАЛАШОВА

СПОРТ

Мощь, сплоченность, вера в победу!

На стадионе «Кристалл» состоялись соревнования по перетягиванию каната среди подразделений АО «МСЗ» (предприятие входит в топливный дивизион Росатома).

Зрелище это всегда захватывающее, оно наполнено духом борьбы и азарта! Традиции подобных состязаний в нашей стране имеют глубокие корни: они идут и от ярмарочных забав, и от состязаний русских моряков, и от спортивных традиций разных народов России. В 20-х годах прошлого века соревнования по перетягиванию каната были включены в программу Олимпиад. Сейчас это официальный вид спорта Всемирных игр.

В АО «МСЗ» подобные состязания - тоже давняя традиция. По существующему Положению, принять участие в турнире может команда любого подразделения Машзавода, либо дочернего предприятия, а также неработающие пенсионеры, учащиеся и преподаватели МОПК.

В этот раз в бой за звание чемпиона вступили семь команд (всего 60 участников). После жеребьевки начались состязания, за которыми следили многочисленные зрители разного возраста!

Соревнования проходили по олимпийской сетке, команда-чемпион определялась без учета весовых категорий. По результатам упорной борьбы места распределились следующим образом:

I место - цех № 42

II место - цех № 39

III место - цех № 63

По мнению организаторов, все участники достойны восхищения: они продемонстрировали великолепную технику и волю к победе, сражались мужественно и решительно. Именно такие моменты объединяют коллектив и закаляют характер.

По материалам АНО КСК «Кристалл»
фото Марии Бусаровой



С ЗАБОТОЙ О ЛЮДЯХ

Соляная комната - ваш шаг к здоровью

На территории АО «МСЗ» (предприятие Топливного дивизиона Росатома), точнее в оздоровительном центре, расположенном в корпусе 42 Г, приняла первых посетителей соляная комната. Галотерапия является одним из лучших природных методов лечения целого ряда заболеваний и работает за счет того, что активизирует собственные силы организма. Оборудование соляной комнаты стало возможным благодаря заводской программе «Здоровье».

Пол в уютной галокамере покрывает 20-ти сантиметровый слой крупных кристаллов целебной гималайской розовой соли. 140 мешков по 25 килограммов были доставлены в Электросталь проверенными поставщиками, работающими с Пакистанским месторождением. Стены и потолок комнаты обшиты натуральным деревом - вагонкой из осины, которая источает фитонциды, дополнительно очищающие воздух от микробов. Уютные соляные светильники из розовой соли своим приглушённым светом создают атмосферу покоя и расслабленности.

Сеанс галотерапии длится 30 минут. В это время вы сидите в удобном мягком шезлонге, слушая приятную музыку или сеанс аутогенной тренировки. Хозяйка оздоровительного центра, инструктор Людмила Волкова, специально подбирает медитационные программы для глубокого расслабления и снятия эмоционального напряжения, которое может возникать в течение рабочего дня. Наибольшей популярностью у представительниц прекрасного пола пользуются записи, настраивающие на омоложение организма.

И всё же основной терапевтический эффект достигается за счёт соли, ионизирующей воздух, вдыхая который очищаются лёгкие, а, следовательно, вся кровеносная система, повышается иммунитет и вырабатываются гормоны счастья – эндорфины. Для получения стойкого результата сеансы необходимо проводить курсами по 10 процедур.

При входе в соляную комнату предоставляются одноразовые шапочки. Единственное требование приходить сюда в чистой одежде, не в спецовках. Конечно, как у любого лечебного средства у галотерапии существуют противопоказания, но их не так много: любые заболевания в острой форме и злокачественные опухоли. Поэтому перед первым посещением лучше проконсультироваться с врачом. Анастасия Сидорова и Евгения Сорокина из отдела охраны труда лично убедились в пользе соляной комнаты:

- Тут так приятно, легко дышится. Всё тело расслабляется, мысли приходят добрые, светлые и душа тоже отдыхает. Мы даже не заметили, как промелькнули полчаса сеанса. Обязательно будем приходить по мере возможности.

Записаться на сеансы можно заполнив бланк заявлений непосредственно в оздоровительном центре или распечатать его из «общих папок» с любого заводского компьютера. Работает оздоровительный центр с 8 до 17 часов. Так что посетить его можно как в обеденный перерыв, так и после смены.

А технологического перерыва вполне хватит для того, чтобы расслабиться и получить воздушно-компрессионный массаж всего тела – от шейных позвонков до стоп в массажном кресле с соответствующей функцией. Подобный сеанс длится всего 15 минут, а польза от него для здоровья громадная. К вашим услугам 4 автоматические программы, различающиеся по своей направленности. Выполняя курс массажа, вы снижаете риск заболеваний сердечно-сосудистой, костно-мышечной, нервной системы, предупреждаете депрессию и тревожные расстройства, а также ряд патологий, связанных с застойными явлениями.

Здесь же в фитобаре центра можно отведать травяной чай, настой шиповника и витаминизированные напитки с разными вкусами (апельсиновый, земляничный, черносмородиновый и персиковый), обладающие противовоспалительными и укрепляющими иммунитет свойствами. Они изготавливаются на основе фруктозы и натуральных компонентов.



ЧЕМ ЕЩЁ МОЖНО ПОРАДОВАТЬ СЕБЯ?

В оздоровительном центре также можно порадовать себя занятиями гимнастикой для позвоночника, суставов, впрочем, вам могут здесь предложить и просто оздоровительную гимнастику на все группы мышц плюс растяжку. Занятия ведёт всё та же Людочка, как все её здесь ласково называют. Кстати, помимо работы в оздоровительном центре она по собственной инициативе ежедневно относит в комнаты для приёма пищи отделов главного механика, энергетика, планирования и подготовки ремонтов витаминизированные напитки, чтобы охватить и витаминизировать как можно больше людей. Как известно, мужчин не очень-то затянешь в оздоровительный центр, хотя специально для них здесь установлены кардиотренажеры, шведская стенка и многофункциональная спортивная скамья для занятий с утяжелениями.

Елена БАЛАШОВА

Поздравляем наших юбиляров

УЧАСТОК № 1
Чистякова Лидия Платоновна
Алимова Людмила Семеновна
Шишенина Валентина Васильевна
Молоканова Татьяна Витальевна
Филатов Александр Владимирович

УЧАСТОК № 2
Балагурова Зоя Антоновна
Гришаева Людмила Викторовна
Силина Елена Викторовна
Гаврилина Фаина Андреевна
Зайцев Сергей Леонтьевич
Еремеева Елена Васильевна

УЧАСТОК № 3
Шаронова Светлана Георгиевна
Гремячева Ольга Владимировна

УЧАСТОК № 4
Сосунова Людмила Владимировна

УЧАСТОК № 6
Бусахина Лидия Яковлевна
Смагина Галина Петровна
Выходова Наталья Борисовна

УЧАСТОК № 7
Мамошкин Сергей Дмитриевич
Чапурина Татьяна Викторовна
Кутырина Галина Петровна

УЧАСТОК № 8
Калмыкова Валентина Яковлевна
Дульцева Светлана Васильевна
Осипов Сергей Николаевич

УЧАСТОК № 9
Боков Юрий Степанович
Васюнин Виктор Николаевич
Севостьянова Людмила Михайловна

УЧАСТОК № 11
Бобкова Наталья Николаевна
Новикова Лидия Александровна
Варламов
Александр Владимирович
Степашин Александр Анатольевич

УЧАСТОК № 12
Здор Виктор Викторович

Электронную версию газеты «Энергия»
и другие новости смотрите на сайте www.vostexpress.info

Энергия 16+

Учредители:
Акционерное общество «Машиностроительный завод»
Первичная профсоюзная организация ОАО «Машиностроительный завод»

Мы в соцсетях:
ВКонтакте Telegram

Газета зарегистрирована
Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Москве и Московской области.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации:
ПИ № ТУ 50-1185 от 16 декабря 2011 г.

Адрес редакции и издателя:
142400, г. Ногинск, ул. Комсомольская, д. 26, оф. 406, 408.
Тел.: 8 (496) 519-17-77
E-mail: vostexpress98@yandex.ru

Главный редактор:
Рустам Беширов

Вёрстка: Ольга Михайлова
Корреспонденты:
Елена Балашова, Надежда Шмелёва
Фотографии: Леонид Пухач

Отпечатано: ОАО «Владимирская офсетная типография».
г. Владимир, ул. Благонравова, д. 3

Подписано в печать:
по графику 22.08.2025 года
фактически 22.08.2025 года
Дата выхода в свет:
27.08.2025 года
Тираж: 5 600 экземпляров
Номер заказа: 33 727
Распространяется бесплатно