

## ДА БУДЕТ СВЕТ И ТЕПЛО!

22 ДЕКАБРЯ ЭНЕРГЕТИКИ ОТМЕТИЛИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПРАЗДНИК



>>> стр. 3

### ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ



СОСТОЯЛАСЬ ВСТРЕЧА АКТИВА СОВЕТА ВЕТЕРАНОВ ООО «ГАЗПРОМ НЕФТЕХИМ САЛАВАТ» С ИСПОЛНИТЕЛЬНЫМ ДИРЕКТОРОМ ООО «РГД ПЕРЕРАБОТКА САЛАВАТ».

СТР. 2



У ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА «СОЛНЕЧНЫЙ» ТЕПЕРЬ ЕСТЬ ОБУСТРОЕННЫЙ БАННЫЙ КОМПЛЕКС С САУНОЙ, СОЦИАЛЬНОЙ КОМНАТОЙ И СОВРЕМЕННОЙ ПРАЧЕЧНОЙ..

СТР. 4

### ЦИФРА НОМЕРА

**1408** млн кВт\*ч  
электроэнергии потреблено  
компанией «Газпром нефтехим  
Салават» в 2021 году.

# ЛЕОНИД АЛЕХИН ВСТРЕТИЛСЯ С ВЕТЕРАНАМИ КОМПАНИИ



Представители Совета ветеранов компании «Газпром нефтехим Салават»

**Состоялась встреча актива Совета ветеранов ООО «Газпром нефтехим Салават» с исполнительным директором ООО «РГД переработка Салават».**

Встреча проходила в музее трудовой славы во Дворце культуры «Нефтехимик». Ветераны рассказали Леониду Алехину о проделанной за последние годы работе. Председатель совета Мидхат Гайфуллин Рахимкулов отметил, что сегодня на учете в организации состоит более 7000 человек. Это самая многочисленная ветеранская организация в Башкортостане и без преувеличения самая активная. При поддержке руководства компании «Газпром

нефтехим Салават» реализуется целый комплекс мероприятий, позволяющий ветеранам вести активный образ жизни, быть востребованными и не терять связь с коллективом комбината.

В ходе встречи активисты Совета ветеранов задали Леониду Алехину злободневные вопросы, которые касались социальной политики, медицинского обслуживания ветеранов и планов предприятия по дальнейшему улучшению экологической ситуации.

В своем выступлении Леонид Степанович поблагодарил старшее поколение, подчеркнув важность работы с ветеранами, каждый из которых внес весомый вклад в



Леонид Алехин ответил на все интересующие ветеранов вопросы

становление и развитие родного предприятия. Он заверил собравшихся, что и в дальнейшем работа с ветеранами останется одним из приоритетных направлений социальной политики предприятия.

– Мы хотим, чтобы вы понимали, что «РГД переработка Салават» сюда пришла не для того, чтобы что-то сломать, а для того, чтобы строить, – отметил Леонид Алехин. – Понимаю, что сейчас в Салавате много вопросов: кто такие? зачем сюда пришли? будут сокращать, убирать и т.д. Могу сказать – нет, не будем! Будем развивать, создавать новые рабочие места и двигаться дальше.

Отвечая на многочисленные вопросы по экологии, Леонид Алехин подчеркнул,

что на предприятии будут придерживаться всех требований экологической и промышленной безопасности, которые, кстати, являются одними из самых строгих в мире.

– Наша задача, чтобы Салават работал еще лучше. Для этого нужно провести модернизацию старых производств. В планах очень большое строительство. Здесь будет построен газоперерабатывающий завод. И знаете, на всех предприятиях, где я работал, у меня был один девиз: «Запах на предприятии – это потерянные деньги». Поэтому чем мы всерьез займемся – это экологией, – подытожил Леонид Степанович.

Светлана ААБ

## ЛУЧШАЯ ПРАКТИКА

# ЭЙХОРНИЯ ЗИМУЮЩАЯ

**Водный гиацинт тропического происхождения отлично переносит российскую зиму в тепличных условиях ООО «ПромВодоКанал».**

В теплое время года эйхорния применяется для дополнительной очистки стоков в биологических прудах. Ученые давно установили, что к положительным

свойствам растения относится его способность вбирать инсектициды, фенолы, фосфаты, поглощать тяжелые металлы. Благодаря этим свойствам растение часто

используется для доочистки очищенных хозяйственных сточных вод на очистных сооружениях канализации в странах с теплым климатом. Для этих же целей в Салавате эйхорнию успешно применяют уже на протяжении нескольких лет. Причем суровый климат для полезной практики не помеха. С наступлением холодов в начале октября эйхорнию перевозят в помещения реагентного хозяйства.

– Водный гиацинт – очень прихотливое растение, – рассказывает заместитель начальника цеха биохимической очистки стоков ООО «ПромВодоКанал» Виталий Куртинов, который ухаживает за эйхорнией на протяжении пяти лет. – Здесь эйхорния зимует в тепличных условиях: для освещения установлены специальные фитосветильники, соблюдается строго определенный температурный режим, функционирует система подачи воздуха. Благодаря аэрационной системе донные отложения, которыми питается растение, подаются непосредственно к его корням. Это позволяет не только сохранить гиацинт в зимнее время, но и увеличить его биомассу.

Весной с наступлением стабильно положительной среднесуточной температуры эйхорния снова займет свое место в аэрационных каналах очистных сооружений. И будет помогать в третьей по счету стадии очистки стоков после механической и биохимической. Третьей, но не менее важной, ведь отсюда стоки направляются напрямую в реку Белую.



Водный гиацинт получает должный уход



Эйхорния зимует в помещении реагентного хозяйства



Эйхорнию используют для очистки стоков

Элина УСМАНОВА

# ДА БУДЕТ СВЕТ И ТЕПЛО!

**Энергоснабжение – это кровеносная система любого производства. Без электричества попросту не работает оборудование, а тепловая энергия нужна не только для обогрева, но и, главным образом, для ведения технологического процесса. Над тем, чтобы энергия бесперебойно поступала на все объекты компании «Газпром нефтехим Салават», круглосуточно работают сотрудники Управления главного энергетика. Ежегодно 22 декабря они отмечают свой профессиональный праздник.**

## НА БОЛЬШОЙ СТРОЙКЕ

Новый каталитический крекинг – одно из самых энергоемких производств на площадке ООО «Газпром нефтехим Салават». Этот сложный объект закреплен за шестым участком цеха технического обслуживания и ремонта электрооборудования НПЗ, сотрудники которого занимаются обслуживанием нового цеха № 4.

– Здесь много оборудования, которого до этого на предприятии еще не было, – начинает свой рассказ Николай Молчанов, начальник участка № 6. – Поэтому работать здесь довольно сложно и ответственно, на ввод оборудования в работу было потрачено много сил.

О строительстве он знает не понаслышке: на комплексе каткрекинга работает с 2019 года. Его участок формировался, когда все работы по электромонтажу были в самой активной фазе. Стройка напоминала муравейник, в пиковые моменты на ней одновременно могли находиться до 3500 человек. Сюда пришел работать электромонтер Ильнур Кадыров. Сейчас молодой человек исполняет обязанности мастера шестого участка.



Электрическая и тепловая энергия – неотъемлемые составляющие производственного процесса

## Общая мощность потребляемой Обществом электрической энергии составляет около 150 МВт. Это примерно в 7 раз превышает мощность, которую использует население и инфраструктура города Салавата.

– Я уже участвовал в большой стройке, на которой примерно такие же процессы происходили, – говорит Ильнур Кадыров, – В сравнение могу сказать, что работа на каткрекинге была организована грамотно, чувствовался опыт неоднократного участия в стройках, потому что в Обществе много объектов постоянно возводится вновь или реконструируется. Сюда поставлено оборудование ведущих мировых производителей, которые доказали свою надежность и экономичность.

«Надежное энергоснабжение всех объектов – определяющая цель их работы», – подчеркивает Ильнур Кадыров. Комплекс питается от двух независимых взаимно резервируемых источников энергии: Салаватской ТЭЦ и главной понизительной подстанции ГПП-5. Особо ответственное оборудование также дополнительно подключено к источникам бесперебойного питания. По словам специалистов, электроустановки комплекса каткрекинга относятся к первой категории надежности, поэтому резервирование осуществляется в автоматическом режиме.

## НАПРЯЖЕННАЯ РАБОТА

На трех больших мониторах постоянно обновляются данные, а по одному из четырех телефонов отвечает находящийся на дежурстве начальник смены по электроснабжению. Именно в центральный диспетчерский пункт Управления главного энергетика стекается абсолютно вся информация о системе электроснабжения огромного предприятия. При этом общая



Специалисты диспетчерской следят за работой электросети всего предприятия

мощность потребляемой Обществом электрической энергии составляет около 150 МВт. Это примерно в 7 раз превышает мощность, которую используют население и инфраструктура всего нашего города. По сути, работу сотен объектов электросетевого хозяйства контролирует один человек – начальник смены по электроснабжению оперативно-диспетчерского отдела УГЭ.

На этой должности Марсель Рахимкулов работает уже более 7 лет, а начинал свою трудовую деятельность в УГЭ электромонтером по эксплуатации распределительных сетей. За его плечами большой багаж знаний и практический опыт. В поле его зрения и внимания – электроснабжение огромного производства. А на постоянной связи как персонал источников электроэнергии, например НСТЭЦ, СТЭЦ, Ишимбайские электрические сети, так и работники всех ЦТО и РЭО заводов и сторонних организаций.

– Одновременно контролируем работу в разных электроустановках по всем объ-



Марсель Рахимкулов – начальник смены по электроснабжению

ектам электросетевого хозяйства, – рассказывает Марсель Рахимкулов. – Это и ремонт, и восстановление, и электромонтаж, и наладка электрооборудования – работы повышенной опасности. Начальник смены должен все записать в оперативный журнал, зарегистрировать наряды-допуски, проверить соблюдение всех мер безопасности. В день может быть до 50 таких нарядов-допусков, так что работа у нас крайне напряженная.

В подтверждение его слов раздается очередной звонок – на долгое общение с прессой у Марселя Наилевича нет времени. В специальных информационных системах он постоянно следит за величинами напряжения и мощности в электрической сети. Если значения меняются критично, то появляются предупреждающие аварийные сигналы.

В мире высокого напряжения высока и ответственность. Энергетики управляют электроустановками, в работе которых

**Юрий Помазков, главный энергетик – начальник УГЭ:**

– Уважаемые коллеги, дорогие друзья!

Пользуясь случаем, хочу поздравить вас с традиционными зимними праздниками – Днем энергетика и Новым годом!

Пусть высокие цели содержат в себе энергию созидания и радости, а благополучие всегда сопровождает вас и вашу семью!



перерыв просто недопустим, иначе остановится производство. В случае нарушения электроснабжения автоматика сработает молниеносно – современные системы быстрогодействующего автоматического включения резерва БАРВ переключаются со временем 26 миллисекунд. Но в конечном итоге за тем, чтобы система работала бесперебойно, следит человек. Именно он должен правильно направить оперативный персонал для скорейшего восстановления нормальной схемы электроснабжения в необходимых случаях.

## ТЕПЛОВАЯ ЭНЕРГИЯ

Не менее важно и снабжение Общества тепловой энергией. Пар – неотъемлемая часть технологического процесса на многих объектах, и на каждую установку он должен прийти конкретной температуры и давления. Например, на ЭП-355 для производства этилена подается пар с давлением 14 мегапаскалей и температурой 560 градусов. Для этого построен 4-километровый паропровод, это один из самых протяженных в России.

– Снабжаем отопительной водой все объекты Общества, а производство – паром, – рассказывает Юрий Макаров, начальник смены по теплоснабжению. – Для обеспечения тепловой энергией построена огромная сеть трубопроводов, каждому виду пара – своей протяженности и разветвленности. При этом нужно помнить, что тепловая энергия дороже электрической в 2 раза. Поэтому для нас очень важны вопросы экономии энергоресурсов, для этого принимаем меры по максимально возможному исключению теплопотерь.

Из диспетчерского пункта Юрий Анатольевич может контролировать всю схему теплоснабжения Общества. Он следит за тем, чтобы пар не захлаживался и подавался под нужным давлением, координирует работу дежурных слесарей цеха теплоснабжения. А в случае внепланового прекращения подачи тепла или резкого изменения нагрузки потребления ему необходимо организовать оперативные переключения с одного источника подачи тепла на другой.

Всего в центральном диспетчерском пункте работают 30 человек. На круглосуточном дежурстве находятся начальники смен по электро- и теплоснабжению, специалист-электрик и диспетчер. Диспетчер нацелен на сбор достоверной и актуальной информации обо всех изменениях о работе электроприемников, а специалисты нередко выезжают на электроустановки для непосредственной работы совместно с оперативным персоналом цеха электроснабжения.

Важно отметить, что все сотрудники здесь проходят так называемую спецподготовку и раз в квартал участвуют в обязательных противоаварийных тренировках, целью которых является непрерывное повышение квалификации.

**Марина НЕСТЕРОВА**

# «МЫ С ВАМИ ВМЕСТЕ СДЕЛАЛИ ОГРОМНОЕ ДЕЛО»

В САЛАВАТСКОМ ДЕТСКОМ ДОМЕ РЕКОНСТРУИРОВАН БАННО-ПРАЧЕЧНЫЙ КОМПЛЕКС

У воспитанников детского дома «Солнечный» теперь есть обустроенный банный комплекс с сауной, душевыми помещениями, социальной комнатой и современной прачечной. Также в данный комплекс входят гаражи для машин, складские и хозяйственные помещения. Здание реконструировано в рамках благотворительной деятельности ООО «Газпром нефтехим Салават».



Воспитанники детского дома подготовили стихотворение в знак благодарности гостям

22 декабря банно-прачечный комплекс Центра содействия семейному воспитанию «Солнечный» был торжественно открыт после реконструкции. В церемонии приняли участие Игорь Миронов, глава Администрации ГО г. Салават, и Воскан Мирзоев, президент благотворительного фонда «Юрматы». Почетной гостьей церемонии стала Анна Таболина, заместитель министра семьи, труда и социальной защиты населения Республики Башкортостан. Она вручила благодарственные письма в адрес руководства компании «Газпром нефтехим Салават» и выразила признательность за искреннюю вовлеченность в дело.

– Для нас это большое событие, потому что не каждый год делается ремонт в наших детских учреждениях, тем более за счет благотворительных средств, – подчер-

кнула Анна Николаевна. – Это крупнейший подарок. Поэтому благодарим город, благодарим компанию за то, что подключились и подарили такой объект.

Глава города отметил большую социальную значимость реконструированного объекта.

– Как вы помните, больше 10 лет назад этот объект был заморожен, – рассказал Игорь Миронов, – и благодаря поддержке «Газпром нефтехим Салават» у нас получилось возродить ремонтно-восстановительные работы. Я сам неоднократно выезжал на этот объект, лично контролировал ход ремонта и хочу сказать, что очень доволен результатом. Огромная благодарность всем, кто принимал непосредственное участие в работе. Действительно, мы с вами вместе сделали огромное дело.

– На самом деле такие вещи не делаются

в одиночку, это труд всех собравшихся, – подтвердил Воскан Мирзоев. – Это огромное участие и непосредственно воспитателей, и администрации, и, конечно же, наше участие в том числе. Очень хотелось бы, чтобы вам понравилось, – добавил он, обращаясь к ребятам.

Сейчас объект полностью сдан и уже готов принять первых чистюль. Работы по реконструкции стартовали весной, а активная фаза пришлась на летнее время: рабочие постелили и утеплили мягкую кровлю. Подрядчик работал с городскими ресурсоснабжающими организациями для того, чтобы полностью обустроить наружные и внутренние системы сетей канализации, водоснабжения и отопления. Кроме того, была заасфальтирована прилегающая территория, фасад утеплен и снаружи обшит панелями, проведено уличное освещение.

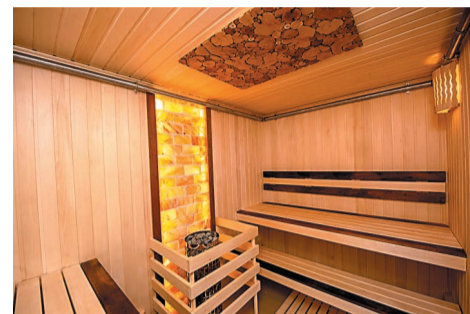
Внутри появился целый комплекс современных помещений: баня с сауной и душевой, санузел, постирочная и гладильная комнаты, электрощитовая, хозяйственные помещения. Оборудована просторная социальная гостиная с кухонным гарнитуром, столовой группой и мягкой мебелью.

Во всем здании проведены внутренние отделочные работы, отремонтированы полы, стены и потолки. Все оборудовано по самому высокому стандарту: надежный электрический котел, теплый пол, хорошая вентиляция и современная противопожарная система, стиральная и сушильная машины. Появились фены, сушилки для рук, зеркала и умывальники – все для того, чтобы ребята могли с удовольствием посещать баню.

– Конечно, это здорово! – радуется директор Центра «Солнечный» Елена Безносова. – Здесь все сделано по всем последним требованиям, по СанПиНам и строительным нормативам. Ребятишки будут купаться 4 раза в неделю, 2 дня мальчики, 2 дня девочки, будет организован график посещения.



Банно-прачечный комплекс включает гаражные и хозяйственные помещения



Сауна соответствует всем современным требованиям безопасности



Для воспитанников обустроена социальная гостиная с кухней

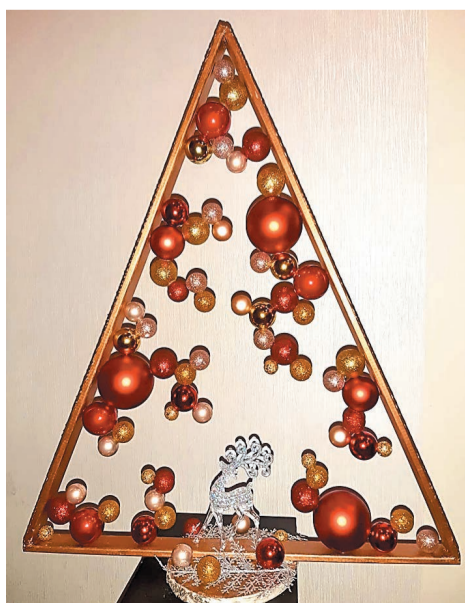
Сейчас в Центре находятся 35 воспитанников. Ребята подготовили для церемонии открытия стихотворение и слова благодарности за весомую и неоценимую помощь. Еще до Нового года в реконструированном банном комплексе у них пройдет первый банный день.

**Марина НЕСТЕРОВА**

## КОРПОРАТИВНЫЙ ДУХ

# ЕЛКА КАК СИМВОЛ ЗАВОДА!

И вот она нарядная на праздник к нам пришла... да не одна! Конкурсных елочек, которые смастерили сотрудники, становится все больше и больше. Более 90 участников представили свои работы на суд жюри.



Елка «Химическая формула» завода «Мономер»

Приятно удивляет фантазия нефтехимиков, какие только елки они не соорудили: из пластиковых стаканчиков, газет, гирлянды, железных деталей, веревок и ткани. К примеру, на территории установки чешуирования фталевого ангидрида цеха № 48 стоит необычная елка – из мешков, которая, на минуточку, весит 2 тонны!

– Мы елку и снеговика сделали совместно с коллективом установки пластификаторов. В мешках находится кислота для катализаторов для установки пластификаторов. Каждый мешок весит по 25 килограммов. Всего на елочку ушло 80 мешков, – рассказывает Регина Александрова, водитель электропогрузчика.

В этом же цехе есть еще одна мастерица – Оксана Кильдибекова, машинист

компрессорных установок, которая вместе со своим мужем тоже оригинально подошла к процессу создания елки. Их елочка называется «Химическая формула». Внутри елки из новогодних шариков разных размеров они создали имитацию молекул химических формул.

– Мы же работаем на «Мономере», в нефтехимической отрасли. Поэтому захотелось сделать елку символом завода. Муж пилил деревянные рамы, я соединяла все детали и декорировала поделку, – рассказывает Оксана.

Конкурс подходит к концу. Последний срок сдачи работы – 24 декабря. В понедельник 27 декабря жюри огласят победителя конкурса. Желаем всем удачи!

**Подготовила  
Елизавета КОМБАРОВА**



Регина Александрова: «Вес нашей елки – 2 тонны!»

# РАЗГОВОР С ФЛЕБОЛОГОМ

**ПРЯМЫЕ ЭФИРЫ «СВОЙ РАЗГОВОР С ДОКТОРОМ» НА КОРПОРАТИВНОМ РАДИО ПРОДОЛЖАЮТСЯ. НЕДАВНО СТУДИЮ ПОСЕТИЛ ВЛАДИМИР ПОБЕРЕЖНЫЙ, ЗАВЕДУЮЩИЙ ОТДЕЛЕНИЕМ СОСУДИСТОЙ ХИРУРГИИ, ВРАЧ-ФЛЕБОЛОГ, СОСУДИСТЫЙ ХИРУРГ, ВРАЧ УЛЬТРАЗВУКОВОЙ ДИАГНОСТИКИ, ВРАЧ РЕНТГЕНХИРУРГИЧЕСКИХ МЕТОДОВ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ООО «МЕДСЕРВИС».**

**Владимир Ярославович рассказал сотрудникам все о варикозном расширении вен, методах его лечения, а также ответил на вопросы нефтехимиков.**

**С**имптомы варикоза? – Первый признак – это наличие варикозноизмененных видимых вен на ногах, ретикулярных вен (внутрикожный варикоз) или сосудистых звездочек. Второй признак – боль в ногах и сильные отеки в конце дня. Если вышеперечисленные симптомы вас беспокоят, то есть смысл обратиться к флебологу, сосудистому хирургу.

Мне не свойственно запугивать пациентов, но чем опасен варикоз? Своими осложнениями: трофическими язвами, тромбофлебитом нижних конечностей и самой по себе прогрессивностью заболевания. Расширением вен, приводящим к отекам конечностей и изменениям кожных покровов. В дальнейшем, если изменения произошли, это может привести к трофическим язвам, которые, к сожалению, трудно поддаются терапии.

**– Правда, что варикозное расширение характерно только для нижних конечностей?**

– Не совсем. Варикоз может быть и в других местах организма. Существует варикозное расширение вен пищевода, варикоз у мужчин по части урологии, варикозное расширение вен малого таза у женщин. И это тоже распространенные случаи. С этого года в отделении сосудистой хирургии появилась возможность проведения диагностики заболеваний с помощью КТ и МРТ с контрастом. В этом году мы смогли помочь уже трем женщинам с варикозным расширением малого таза, одна из Салавата, две из Мелеуза.

**– КТ-флебография. Что это? И для чего нужно?**

– Это когда пациенту вводится контрастный препарат в вену, далее делается компьютерная томография брюшной полости и малого таза. То есть мы смотрим проходимость вен. По результатам компьютерной томографии, если есть компрессия (сдавление вен), назначается операция.

**– Расскажите о самой операции.**

– Начнем с того, что существует три метода по удалению вен. Флебэктомия – самый классический способ. Проводится под общим наркозом, делается разрез в паху, остается шов. Второй метод – эхосклерозирование, инъекционный метод лечения варикозного расширения вен и сосудистых сеточек. Во время процедуры в пораженный сосуд вводятся специальные препараты, которые склеивают стенки сосудов. Через какое-то время пораженные сосуды бесследно исчезают. К сожалению, такой метод чаще всего приводит к рецидивам. Третий, самый безопасный метод, – лазерная облитерация. Уникален в борьбе с варикозным расширением вен без разрезов, удаления сосудов. Мы его и используем в клинике «Медсервис». Хирургическое вмешательство при варикозном расширении вен малого таза проводится минимально травматическим способом. Осуществляется доступ через вены на руке или паховую область. С помощью специального инструмента вводятся спирали, которые закрывают варикозно расширенные вены малого таза.



Эфир в записи можно послушать в официальной группе ВКонтакте <https://vk.com/gazpromsalavat>. Запись на стене от 18.11.2021

гическое вмешательство при варикозном расширении вен малого таза проводится минимально травматическим способом. Осуществляется доступ через вены на руке или паховую область. С помощью специального инструмента вводятся спирали, которые закрывают варикозно расширенные вены малого таза.

В прошлом году мы не сделали ни одной открытой операции. Только лазерное лечение. Зачем лежать в стационаре со швами, когда можно удалить вены лазером и в этот же день пойти домой. Пациенты довольны.

**– Если убрать вены, куда будет течь кровь?**

– Это самый популярный вопрос среди пациентов! (Улыбается.) Важно понимать: те вены, которые мы удаляем, работают неправильно, а значит, только лишь дополняют нагрузку на здоровые вены. После операции кровь идет по здоровой вене, кровоток приходит в норму.

**– Есть более благоприятное время года для операции?**

– Оно не имеет значения при лазерном лечении. Однако, после операции пациентам приходится носить компрессионные чулки. В них жарко летом. Поэтому благоприятнее всего осенне-зимний период.

**– Варикоз – приобретенное или наследственное заболевание?**

– И так и так. Чаще всего, конечно же, это наследственный фактор. В большинстве случаев заболеванию подвержена женская половина общества. У женщин есть предрасполагающие к этому факторы: беременность, роды, кормление грудью и гормональные изменения. То есть до беременности женщина мало подвержена данному заболеванию, если только это не наследственная история. У мужчин основная причина развития варикоза – физические нагрузки.

**– О чем говорит сильный отек ног?**

– Отеки бывают разные. Сложно ответить на вопрос, мне необходимо визуальное осмотреть ногу и провести УЗИ. Однако,

если отек возник у вас резко, в срочном порядке обращайтесь к флебологу, чтобы исключить появление тромбозов. Бывают и отеки в ногах к концу рабочего дня. Это связано с малоподвижным образом жизни.

Есть лимфатический отек, он же лимфедема, – это отек конечности вследствие либо гипоплазии лимфатических сосудов, либо их обструкции или разрыва. В простонародье называют «слоновый отек». Причин множество. После рожистого воспаления, последствия после хирургических вмешательств или онкологических заболеваний.

**– Лимфатические отеки поддаются лечению?**

– К сожалению, данное заболевание крайне тяжело поддается лечению. Занимаются этим по большей части не врачи-флебологи, а врачи-лимфологи. С нашей стороны мы можем назначить препараты венотоники и рекомендовать пациента в крупные медицинские центры, которые занимаются лечением патологии лимфатической системы. Лечение должно быть комплексное: массаж, бандажирование, ЛФК, коррекция питания и др. После уменьшения отека подбирается специальный трикотаж плоской вязки, он шьется индивидуально под каждого пациента. Ближайший центр по лечению лимфедемы – в Казани, лимфолог есть в Уфе. Да, мы тоже знаем, как лечить лимфатические отеки, как бандажировать. Но, повторюсь, здесь нужен комплексный подход к лечению. Считаю, что лимфедемой должен заниматься врач-лимфолог.

**– Как проходят приемы у врача-флеболога?**

– Будущих врачей учат в университете: сначала узнай, как чувствует себя пациент! После проводим осмотры и ультразвуковое исследование. Любой грамотный сосудистый хирург просто обязан уметь обращаться с ультразвуковым оборудованием. Еще пациенту необходимо сдать анализы крови.

Беседу вела  
Елизавета КОМБАРОВА

## КОГДА В БАШКИРИИ СФОРМИРУЕТСЯ КОЛЛЕКТИВНЫЙ ИММУНИТЕТ



Формирование коллективного иммунитета в республике будет достигнуто в начале февраля. Об этом заявил министр здравоохранения Башкортостана Максим Забелин на заседании Госсовета РБ.

В настоящее время в регионе привито 60 % населения. С учетом числа переболевших коронавирусом, коллективный иммунитет приближается к 70 %. Этого пока недостаточно для формирования коллективного иммунитета, отметил глава ведомства.

## КАК ПОЛУЧИТЬ QR-КОД БЕЗ ГОСУСЛУГ И ДОСТУПА К ИНТЕРНЕТУ



В пресс-службе республиканского Минздрава рассказали о том, как вакцинированному получить сертификат о вакцинации с QR-кодом, если у него нет аккаунта на портале Госуслуг или доступа к Интернету.

Для этого необходимо обратиться в МФЦ и получить сертификат, содержащий двухмерный штриховой код (QR-код), в бумажном виде. При посещении МФЦ с собой нужно иметь следующие документы: паспорт (дополнительно заграничный паспорт при необходимости получения сертификата на английском языке), СНИЛС, полис ОМС. Если обращается не сам гражданин, а его представитель, то дополнительно понадобится доверенность. Данная услуга оказывается бесплатно.

## В БАШКОРТОСТАНЕ РОСТ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ГРИППОМ



Главный санитарный врач по республике Анна Казак сообщила о росте заболеваемости по ОРВИ и гриппу. Большое количество заболевших фиксируется среди детского возраста. По состоянию на 20 декабря, на карантине в Башкортостане находилось 16 школ, а также более 1000 отдельных классов в 185 школах.

Для защиты организма в ведомстве советуют сочетать специфическую профилактику (вакцинацию против гриппа) с неспецифической. К ней относятся сокращение времени пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте, ношение масок, регулярное тщательное мытье рук и обработка их антисептиками. Также рекомендовано проветривание помещений, влажная уборка и увлажнение воздуха в помещениях.

По информации Роспотребнадзора и пресс-службы Минздрава РБ

## ЛУЧШИЕ ДОСТИЖЕНИЯ-2021



С января по октябрь 2021 года на социальных объектах компании «Газпром нефтехим Салават» нефтехимики сдавали контрольные нормативы по физической подготовке корпоративного проекта под девизом: «Мы здоровы, мы сильны, мы энергия страны». Мероприятия проходили со всеми мерами предупреждения распространения коронавирусной инфекции.

В течение 10 месяцев плавательный бассейн «Золотая рыбка», Дворец спорта «Нефтехимик», стадион имени 50-летия Октября, парк культуры и отдыха были спортивными аренами по проверке физической подготовки сотрудников компании.

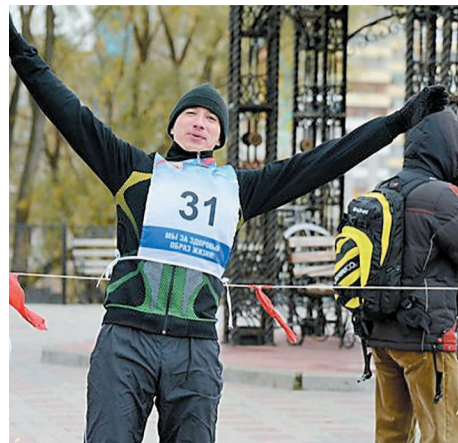
Некоторые результаты участников проекта впечатляют. В прыжках в длину абсолютно лучший результат (290 см) показал Андрей Побежимов, младший юрист-консульт Корпоративно-имущественного управления. Результат в подтягивании на высокой перекладине лучший (49 раз) у Никиты Саенко, сотрудника нефтеперерабатывающего завода. Нет равных в компании и Екатерине Ивановой, аппаратчику завода «Мономер». За 1 минуту она поднимает и опускает туловище из положения лежа на полу 68 раз!

– Я довольна своими результатами, – поделилась Екатерина Иванова. – Всегда

готовилась и с удовольствием сдавала контрольные нормативы. Это большая польза для укрепления своего здоровья и развития навыков, они могут пригодиться и в повседневной жизни, и на производственной площадке. При сдаче нормативов узнала свои слабые стороны, буду работать над этим. Тем, кто готовится сдавать нормативы, советую изучить и узнать правильность техники выполнения некоторых упражнений, уметь грамотно распределять свои силы. Не переживайте, если с первого раза не получится сдать на высокий результат, всегда можно подготовиться и пересдать.

9 декабря во Дворце спорта «Нефтехимик» началась выдача сертификатов и зачетных книжек участников проекта, а также регистрация участников корпоративного проекта – 2022.

**Юрий ЗАПАСНОЙ,**  
главный специалист Общества



## ОТКРЫТИЕ «САЛАВАТСКОЙ ЛЫЖНИ»

25 декабря в городском парке культуры и отдыха состоится открытие лыжного сезона и «Салаватской лыжни – 2022».

В соревнованиях, в которых могут участвовать все горожане, выйдут мужчины и женщины старше 2003 года рождения. Победители будут определены в разных возрастных группах.

26 декабря с 10.00 до 16.00 на контрольном пункте «9 км» в домике у инструктора (за Белой у родника) начинается регистрация участников конкурса «Салаватская лыжня – 2022».

В конкурсе могут участвовать все желающие: взрослые и дети. Участникам необходимо прийти до родника, получить в домике у инструктора купон.

В марте, под конец лыжного сезона, организаторы мероприятия подведут итоги. Победителями станут те, кто больше соберет купонов. Будут также определены победители в номинациях: «Самый юный лыжник», «Самый старший лыжник», «Самая лыжная семья» и других. Телефон для справок 8-917-37-26-361.

## В КИКБОКСИНГЕ ПОБЕЖДАЮТ ДЕВУШКИ

Соблюдение масочного режима, отсутствие болельщиков... В таких условиях в Туймазах прошел Кубок России по кикбоксингу, где принимали участие более 600 спортсменов из 28 регионов страны. Контролер измерительных приборов отдела метрологии Управления главного метролога Зарина Абдулгамидова хорошо выступила на соревнованиях, привезла домой серебряную и бронзовую медали.

Зарина пришла в мир кикбоксинга 6 лет назад. Тогда девушке было 17 лет. Говорит, что спорт выбрала сердцем.

– Знакомые парни всерьез увлекались кикбоксингом, мне нравилось, что они горели тем, чем занимаются. Я стала уделять много времени изучению тонкостей этого вида единоборств. В какой-то момент поняла, что тоже хочу попробовать себя в кикбоксинге, – поделилась спортсменка.

Город Салават представляли сразу 7 девушек, одна из них Зарина – сотрудница нашей компании. За каждым успешным вы-



Зарина Абдулгамидова с тренером

ступлением команды стоит тяжелая работа тренерского штата и самих спортсменов. Тренер девушек – Виталий Шарапов. По его словам, ни одна победа не дается легко.

К соревнованиям Зарина готовилась

2 месяца. В неделю девушка уделяла 6-8 часов на подготовку. На Кубке России поединки проходили в разделах: «Лайт-контакт», «Пойнтфайтинг», «Лоу-кик», «Фулл-контакт». Спортсменка заняла

2 место в разделе «Лайт-контакт» в весовой категории до 50 кг и 3 место – в разделе «Лоу-кик» в весовой категории до 52 кг.

– Осталась довольна результатом. Признаться честно, я ожидала призовые места. Огромная благодарность тренеру Виталию Сергеевичу за навыки, которым он обучил меня. Каждый раз, видя достойный результат, спортсмены должны помнить, сколько эмоций, сил и терпения было вложено не только вами, но и тренером, – говорит девушка.

Соревнования проводились с целью выявления сильнейших спортсменов для участия в чемпионате России, который пройдет в апреле 2022 года в Анапе. Поедет ли на них Зарина? Она пока в раздумьях.

– Мне не важны соревнования, все-таки я занимаюсь для себя, для своего удовольствия. Какая разница, кто победит? Главное, чтобы екало ваше сердце от того, чем вы занимаетесь, – делится Зарина Абдулгамидова.

**Подготовила**  
**Елизавета КОМБАРОВА**

# ШОКОЛАДНЫЙ ФОНДАН

Новогодний ужин заслуживает необычного десерта. Рецепт приготовления шоколадного фондана пригодится тем, кто хочет проявить свои кулинарные способности и порадовать домашних сладкоежек изысканным блюдом. С идеей к праздничному столу читателям «СН» снова помогли сотрудники «Промпита».

Нежнейший шоколадный фондан – это оригинальное французское сладкое блюдо. Его главная особенность – это жидкая тягучая серединка, окруженная мягчайшим бисквитом с хрустящей корочкой. В ресторанах фондан часто подают с классическим пломбиром, который прекрасно оттеняет насыщенный вкус шоколадного десерта.

Для приготовления необходимо 90 г темного шоколада, 25 г сахара, 30 г сливочного масла 70 % жирности, 25 г пше-

ничной муки, 1 яйцо, 5 г какао и мороженое для подачи.

Измельчите плитку шоколада, поместите в глубокую емкость, добавьте сливочное масло и растопите на водяной бане. Взбейте блендером яйцо с сахаром, добавьте в шоколадную массу и тщательно перемешайте. Добавьте муку и снова взбейте. Должно получиться однородное вязкое тесто без комочков.

Смажьте формочки для выпекания сливочным маслом, а затем посыпьте какао.



Лишнее какао необходимо стряхнуть. Наполните формочки тестом на 2/3 объема. Разогрейте духовку до 190 градусов. Выпекайте блюдо 5-7 минут, тесто должно подняться, а внутри фондан останется жидким. Готовый фондан накройте блюдцем, переверните и аккуратно выньте из формы. Подавайте на стол, украсив шариком пломбира. Приятного аппетита!

Рецепт записала  
Марина НЕСТЕРОВА

## ЮБИЛЯРЫ

### ПОЗДРАВЛЯЕМ!



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

Свои юбилеи празднуют работники компании: Игина Татьяна Михайловна, Дядюрин Василий Александрович, Сергеева Оксана Михайловна, Мещерякова Наталья Николаевна, Лазарева Флюза Фаритовна, Невенченко Инесса Николаевна;

ветераны компании: Петров Геннадий Николаевич, Губачева Валентина Алексеевна, Мусина Ляля Абдрахмановна, Фролова Валентина Ильинична, Байтимиров Мэлс Ахметович, Победа Николай Федорович, Файзуллина Фирдаус Шамильевна, Прохорова Татьяна Ивановна, Амирова Нафиса Галиевна, Нургалиева Зифа Уразгалеевна, Чеботарская Екатерина Викторовна, Антонова Эльвира Борисовна



Уважаемые ветераны  
ООО «Газпром нефтехим  
Салават»!

По вопросам доставки газеты  
«Салаватский нефтехимик»  
просим обращаться в отдел  
доставки АО «Почта России»  
по телефону  
8 (987) 0156550

## АНОНС

ПРАЗДНУЕМ НОВЫЙ ГОД ВМЕСТЕ В ПРЯМОМ ЭФИРЕ!

**ГАЗПРОМ НЕФТЕХИМ САЛАВАТ**

**НОВОГОДНИЙ  
ОНЛАЙН-ОГОНЁК  
ДЛЯ СОТРУДНИКОВ КОМПАНИИ**

**27 ДЕКАБРЯ  
18:00**

ДЛЯ ВАС  
В ПРОГРАММЕ:

ИНТЕРАКТИВНАЯ СТУДИЯ  
С ПОЗДРАВЛЕНИЯМИ ОТ  
ГЛАВНЫХ ЛЮДЕЙ КОМПАНИИ!

АКТИВНЫМ  
УЧАСТНИКАМ  
ПРИЗЫ!

ТВОРЧЕСКИЕ СЮРПРИЗЫ  
И ПРЯМЫЕ ВКЛЮЧЕНИЯ  
С ЗАВОДОВ!

Приглашенная звезда  
- Елена Воробей

ТРАНСЛЯЦИЯ В ОФИЦИАЛЬНОЙ ГРУППЕ ВКОНТАКТЕ [HTTPS://VK.COM/GAZPROMSALAVAT](https://vk.com/gazpromsalavat)

ПОДКЛЮЧАЙТЕСЬ! ПРЯМАЯ ССЫЛКА  
БУДЕТ ДОСТУПНА ПО АДРЕСУ: [2022.SNOS.RU](https://2022.snos.ru)

## «ГАЗПРОМ НЕФТЕХИМ САЛАВАТ» В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ



@GPNSofficial



@GazpromSalavat



@GPNSofficial



@InfoSNOS



@GPNSofficial



@GPNS\_official

## 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 «МЕДСЕРВИС»:

- врача-хирурга,
- врача-терапевта,
- врача-невролога,
- врача – травматолога-ортопеда,
- медицинскую сестру,
- фельдшера,
- рентгенолаборанта.

Контактная информация:  
тел.: (3476) 39-57-46,  
e-mail: 904gvv@salavatmed.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,
- грузчика.

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

#### ООО «ГЛ ИНЖИНИРИНГ»:

- инженеров различных категорий и направлений,
- ведущего экономиста технико-экономических расчетов,
- специалиста по вопросам качества в проектировании,
- специалиста PDMS, SP3D.

Резюме направлять:  
e-mail: sgnhp@sgnhp.ru