

Преодолевая шторм

Почему Металлоинвест делает ставку на повышение операционной эффективности

2–3 ➔

Боятся ли болеть врачи

Интервью с главврачом ЛебГОК-Здоровья Элиной Мишустинной

5 ➔

Легко ли быть молодым

О чём мечтает сегодня молодёжь Металлоинвеста и чего ей не хватает

16 ➔



Металлоинвест
Михайловский ГОК

Курская РУДА

№ 12 (3153)

26 ИЮНЯ 2026 ГОДА

НОВОСТИ

МЕТАЛЛОИНВЕСТА

УСПЕХ



Фото Владимира Аедеева

Наши — лучшие!

С двойным успехом вернулись домой с областного профессионального конкурса электрогазосварщики Михайловского ГОКа. Евгений Бабаков из управления по производству запасных частей стал победителем. Его коллега Владимир Бородин, работающий на обогатительной фабрике, занял второе место.

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ

Преодолевающая шторм

Почему Металлоинвест повышает операционную эффективность

Пожалуй, никогда ещё горно-металлургическая отрасль не сталкивалась со столь мощным прессингом и не оказывалась в настолько сложной ситуации, как сегодня.

Дмитрий Голоцуков
Фото Валерия Воронова

Волна за волной

Судите сами. Вот уже на протяжении нескольких лет продолжается падение цен на железорудное сырьё. Реальный сектор экономики — от автогигантов до строителей — сокращает потребление металла. При этом затраты отрасли, напротив, растут как на дрожжах. Тарифы на электроэнергию, газ и железнодорожные перевозки за три года увеличились примерно на треть. Ползут вверх и показатели инфляции. Логистика в эпоху глобальных перемен превратилась в настоящий вызов: и железорудную продукцию, и оборудование, и критически важные запчасти теперь приходится везти из Юго-Восточной Азии.

Текущую кризисную ситуацию в отрасли можно объективно назвать уникальной: слишком много негативных факторов



▲ При внимательном подходе практически любой процесс можно сделать эффективнее

сходится в одной точке. Волны проблем накрывают отрасль буквально одна за другой, не давая вздохнуть. По сути, горно-металлургическая отрасль попала в «идеальный шторм».

Выбор курса

У предприятий отрасли есть сегодня только два выхода. Пер-

вый — самый простой: сократить объёмы производства и перейти на четырёхдневку, как это уже делают некоторые коллеги по отрасли. Но этот «рецепт» работает только на коротких промежутках (2–4 месяца). На горизонте 1–2 года такой подход лишь усугубит экономическое положение компании.

Второй: сложный, но един-

ственно верный в среднесрочной и долгосрочной перспективе — всеобъемлющее повышение операционной эффективности: технологическое усовершенствование, оптимизация производственных и рабочих процессов, снижение потребления расходных материалов, сокращение издержек, рост производительности труда. Именно этим

путём идёт сегодня Металлоинвест. Основная задача — проанализировав абсолютно все производственные процессы, начиная с управленческих и заканчивая технологическими, найти пути снижения расходов на производство без уменьшения его объёмов.

Такая стратегия позволит комбинатам компании не только удержать объёмы производства на должном уровне, сохранить квалифицированные кадры и выполнить социальные обязательства, но и вернуться к проектам развития после восстановления рынка горно-металлургической продукции. Ведь операционная эффективность — это то, чем компания может управлять, в отличие от тарифов монополий или волатильности рынка. Более того, в этих процессах может участвовать каждый работник на своём месте, подумав, какие процессы можно улучшить, где сэкономить время, ресурсы, повысить уровень механизации.

На всех комбинатах компании уже реализуется много проектов по каждому из направлений. О них и достигнутом в результате экономическом эффекте мы будем рассказывать в нашей рубрике «Операционная эффективность».

Что общего между личной эффективностью каждого человека и операционной эффективностью предприятия?



Антон
Захаров,
управляющий
директор МГОКа:

Считаю, что законы личной и производственной эффективности работают одинаково. Их логика и принципы — единые. Разница — лишь в масштабе. Ведь в основе любого результата всегда лежит цель. В жизни мы всегда сначала чётко определяем её, а уже потом выстраиваем наш путь — планируем конкретные шаги, чтобы достичь этой цели. Так же и в цехах комбината: без чёткого понимания итоговых показателей наши усилия и ресурсы расходуются впустую. Только ясная постановка задач задаёт вектор и помогает правильно расставить приоритеты. Кроме этого, мы подбираем нужные инструменты и грамотно планируем свои действия, распределяем нагрузку и ресурсы, чтобы свести к минимуму непредвиденные ситуации. Используем автоматизацию, которая освобождает время и силы для важных решений и детального анализа, позволяющего заметить отклонение и скорректировать курс. Но главное звено в этой цепочке — человек. Именно он объединяет все эти принципы и заставляет их работать. Следуя этим четырём шагам (постановка целей, выбор инструментов и планирование, автоматизация и анализ) мы способны делать больше за меньшее время и с меньшими усилиями. Вообще, эффективность, как личная, так и на производстве, — это постоянный поединок — с обстоятельствами, вызовами, конкурентами... Но прежде всего — с самим собой. И победить можно только в одном случае: каждый день становиться лучше, чем был вчера.



Сергей
Напольских,
управляющий
директор ЛГОКа:

Когда-то я думал, что быть эффективным — значит работать больше и дольше. Но со временем понял: дело не в количестве часов за столом, а в умении правильно расставить приоритеты, учиться на ошибках и поддерживать себя в хорошей форме. Каждое утро, пока пью кофе, я трачу 15–20 минут на то, чтобы понять: какие задачи сегодня самые важные? Пользуюсь простым методом — разделяю дела на срочные и важные. Это помогает не утонуть в мелочах и сосредоточиться на главном. У меня на столе — дашборды с главными показателями: сколько руды мы переработали, какой процент железа извлекли из неё на фабрике, сколько электричества потратили... Каждый день эти параметры перед глазами, и на уме: «Где мы можем стать лучше уже завтра? Можем, сократить простои на пару минут или сэкономить немного энергии?» Стараюсь чаще бывать на производстве, ведь лучшие решения и приносящие эффект идеи рождаются именно здесь в «реальном секторе», у людей каждодневно работающих на конкретном оборудовании, участвующих в производственных процессах. Звучит парадоксально, но, чтобы хорошо работать, нужно хорошо отдыхать. Я стараюсь спать 7–8 часов, три раза в неделю хожу в спортзал. Давно заметил, что после тренировки мысли яснее, а решения — точнее. Мой совет: не нужно сразу менять всё — начните с малого. Я уверен: если каждый из нас станет хотя бы на 1 % эффективнее, мы получим невероятный результат.



Кирилл
Чернов,
управляющий
директор ОЭМК:

Личная эффективность каждого сотрудника ведёт к успеху всего комбината. На предприятии каждый работник должен не просто выполнять свои обязанности, но и постоянно искать способы сделать свою работу лучше, быстрее, с меньшими затратами трудовых, временных и экономических ресурсов. Именно такой подход, когда каждый на своём месте видит и устраняет потери, оптимизирует процессы, становится фундаментом для общего процветания комбината. Что касается лично меня, то я стараюсь максимально оптимизировать своё время: планирую рабочий день, грамотно распределяю задачи и привлекаю к решению вопросов только тех специалистов, чьи знания и навыки действительно необходимы. Оцениваю свою эффективность через целеполагание, то есть нормативы и параметры, которых нужно достичь. Также важен ежедневный контроль, анализ действий и выработка решений, для того чтобы улучшать свои показатели.

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ



Александр Попов,
генеральный директор
Металлоинвеста:

«Ещё в школе мы все познакомились с термином КПД — коэффициент полезного действия. Ключевое здесь — «полезное действие». В повседневной жизни большинство людей на уровне здравого смысла старается повысить свой КПД, самый простой пример — перед поездкой в магазин составляют список, чтобы не ездить дважды. Люди, которые стремятся к успеху, управляют своей эффективностью осознанно и регулярно, думают, как можно сделать больше и лучше за тот же промежуток времени, будь то работа или личная жизнь.

В масштабах промышленного предприятия КПД можно измерить разницей между себестоимостью продукции, которая складывается из всех затрат на производство конечного продукта, и ценой продажи. Уверен, что большинство сотрудников Металлоинвеста, рабочих или руководителей, стремятся к успеху и могут осознанно управлять как своей эффективностью, так и эффективностью производственных и бизнес-процессов.

Важно помнить, что повышение операционной эффективности — это непрерывный процесс. Технологии постоянно развиваются, меняются внешние условия. Чтобы сохранять лидерские позиции, нам принципиально важно постоянно анализировать новые технологии, изучать опыт коллег по отрасли, оценивать возможность применения в наших условиях и внедрять. Самое главное, необходимо помнить, что не ошибается тот, кто ничего не делает. Ошибки надо признавать, разбирать и искать новые эффективные решения, пусть даже готовые, реализованные другими.

На каждом комбинате ежемесячно рассматриваются инициативы работников и руководителей по повышению операционной эффективности, реализация которых снижает себестоимость продукции, а значит, повышает наше КПД. Спасибо всем неравнодушным сотрудникам за проактивную позицию и искреннюю вовлечённость! Только совместными усилиями мы сможем преодолеть сложную ситуацию в отрасли и перейти к проектам развития!



Роман Филиппов,
заместитель
генерального директора
по технической политике
и операционной
эффективности:

«Общее между личной эффективностью и операционной эффективностью предприятия — это, прежде всего, ответственность и привычка не ждать у моря погоды. Пример из собственной жизни: когда я увлёкся бегом, то понял, что без ежедневного анализа своего темпа, дыхания и восстановления я не смогу улучшить результат — точно так же и на производстве нельзя двигаться вслепую. Если каждый из нас начнёт с простого вопроса: «А что я лично могу сделать сегодня лучше, чем вчера?» — эти маленькие шаги сложатся в огромный экономический эффект для всего комбината. А ещё это даёт ощущение, что ты не просто винтик в системе, а реальный соавтор общего дела, и в кризисной ситуации это чувство придаёт сил двигаться дальше, а не сворачивать с курса. Самое главное, что с таким подходом работать становится гораздо интереснее: ты получаешь новые знания и при этом повышаешь свою ценность и для компании, и для самого себя.

● ОПЫТ

Заменяли на отечественные

На участке водоподготовки электросталеплавильного цеха ОЭМК очищают и обрабатывают воду, которую затем используют для охлаждения оборудования. Основная техника для поддержания нужных технологических параметров давления — насос и электродвигатель.

Как было раньше?

До этого на участке водоподготовки стояли немецкие насосы, которые при мощности 150 киловатт имели производительность 450 кубометров воды в час.

Что изменили?

Постепенно все девять насосов заменили на отечественные — более производительные.

Почему так лучше?

Существенно выросла производительность. Мощность нового насоса меньше — всего 110 киловатт, а вот производительность, наоборот, выше, чем у немецкого аналога, — 600 кубометров в час. Ещё стало значительно проще поддерживать оборудование в работоспособном состоянии. На импортные агрегаты найти запчасти проблематично, а отечественные проще в обслуживании и отремонтировать их легче.

► **АВТОРЫ ИДЕИ:** мастер по ремонту оборудования Максим Сазонов и коллектив участка энергетического оборудования



▲ Теперь вместо импортных насосов трудятся отечественные

> 1 млн

рублей в год составляет экономический эффект от реализации этой идеи

Необходим новый режим!

Важная составляющая обогащения Лебединского ГОКа — очистка и осветление технологической воды от шламовых примесей. Этот процесс проходит в сгустителях.

Как было раньше?

Для сгущения пульпы используют флокулянт (это вещество делает водяную взвесь однородной). Раствор добавляли в приёмный чан сгустителя: крупная фракция и твёрдые вещества оседали на дно, затем по пульпопроводу уходили в хвостохранилище. Подача в приёмный чан приводила к снижению скорости потока пульпы и, как следствие, скорости осаждения твёрдых частиц.

Что изменили?

Теперь раствор для сгущения добавляют раньше — уже в подающей трубе, по которой пульпа поступает в чан. Перенос точки подачи флокулянта помог уменьшить объём перекачиваемой пульпы и увеличить скорость потока и осаждения твёрдых частиц.

Почему так лучше?

Изменение режима работы сгустителей позволило снизить время работы насосных станций, а значит, и потребление электроэнергии.



▲ Новый режим работы сгустителя существенно снижает затраты на электроэнергию

28 млн

рублей составит экономический эффект от реализации идеи в 2026 году

Защитить металл... от «железа»

Для производственной цепочки обогащательной фабрики Михайловского ГОКа гидроциклон — это критически необходимое оборудование. За счёт действия центробежных сил, возникающих при вращении поступающей внутрь гидроциклона пульпы, этот агрегат разделяет твёрдые частицы на две фракции.

Как было раньше?

Для защиты гидроциклона от пульпы применяют футеровку, без которой жёсткий абразивный поток буквально за несколько смен «съест» металлический корпус агрегата. Футеровка работает как броня: принимает на себя удар частиц. До недавнего времени на ОФ использовали для этих целей стандартную резиновую футеровку.

Что изменили?

Сейчас на фабрике внедряют керамическую футеровку. Её уже установили на 12 гидроциклонов второй стадии обогащения и 16 гидроциклонов третьей стадии.

Почему так лучше?

Керамическая футеровка работает на 2–3 месяца дольше резиновой. Это снижает количество ремонтов и плановых остановок оборудования. То есть фабрика экономит ресурс ремонтных служб и средства на постоянную замену защиты.

Кроме этого, альтернативная футеровка лучше держит правильный режим, что позволяет своевременно и без сбоев производить помол. Это снижает потребление мелющих шаров для мельниц второй-третьей стадий. Также уменьшается удельный расход электроэнергии на выпуск тонны концентрата.

► **АВТОР ИДЕИ:** Андрей Сычев, начальник обогащательной фабрики



▲ Резиновую футеровку на керамическую заменили уже на 28 гидроциклонах

18 млн

рублей в год составит экономический эффект применения альтернативной футеровки на ОФ МГОКа

УСПЕХ

Наши — лучшие!

Как электрогазосварщики МГОКа добились двойной победы



◀ Евгений Бабаков постоянно повышает профессиональную планку: в прошлом году выиграл на областном конкурсе серебро, а в 2026-м взял золото

«У сварщика есть только один шанс сделать всё хорошо, и его нельзя упустить. Если художник может переписать картину, то сварщик — нет».

Он утверждает, что высококлассному сварщику, как хирургу, нужны твёрдая рука, сосредоточенность и выдержка. Евгению достаточно одного взгляда, чтобы понять, как поведёт себя сплав, какой выставить ток и как сделать шов не только прочным, но и эстетичным.

Электрогазосварщики управления по производству запасных частей и обогатительной фабрики Михайловского ГОКа Евгений Бабаков и Владимир Бородин взяли золото и серебро областного конкурса профессионального мастерства.

Юлия Ханина
Фото Владимира Авдеева

Конкурс, прошедший на базе Курского политехнического колледжа, собрал представителей девяти промышленных предприятий региона, а также студентов профильных образовательных организаций. В этом году он проходил уже в 21-й раз и был приурочен к профессиональному празднику — Дню сварщика.

Сварщик или ювелир?

Сначала участникам соревнований предстояло ответить на 30 вопросов по теории сварочного дела, технике безопасности и нормативной документации. Затем — самое интересное: практические задания на время. Конкурсантам выдали одинаковые заготовки: две трубы диаметром 159 мм с толщиной стенки 8 мм. Задача: подготовить их, сварить в неповоротном положении и нанести финальный облицовочный слой.

Эксперты оценивают не только геометрию, но и внешний вид соединения. И это требование не только эстетическое: малейший дефект может снизить прочность конструкции. Поэтому комиссия строго проверяет шов на чешуй-

чатость, подрезы, наличие пор и качество удаления шлака.

Все работы в этом году выполняли электродами отечественного производства.

Сварщики комбината готовились к профессиональным испытаниям две недели. На тренировочном полигоне УПЗЧ отработывали различные практические задания. С ними занимались опытные коллеги, которые сами не раз участвовали в подобных состязаниях и хорошо знают цену победы.

— Такие конкурсы — это мощный мотиватор для роста, — утверждает Евгений Бабаков. — Он позволяет опытным специалистам вырваться из ежедневной рабочей среды и проверить себя на прочность.

Путь к золоту

Выдержать конкурсную борьбу горнякам помог не только профессиональный, но и соревновательный опыт. Евгений Бабаков и Владимир Бородин уже не в первый раз пробуют силы в профессиональных состязаниях.

Первый, электрогазосварщик цеха металлоконструкций УПЗЧ, в прошлом году взял на том же конкурсе серебро. А теперь вернулся с победой.

В его подразделении ремонтируют металлоконструкции со всего комбината, в том числе

весом до 30 тонн. Среди них падаются и достаточно объёмные, такие как коромысло 18-кубового ковша экскаватора, которое только недавно восстанавливал Евгений. При таких габаритах сварка должна быть не просто надёжной, а безупречной: ведь речь идёт о безопасности людей, которые работают на этом экскаваторе.

— Объём работы — большой. Нужно заварить корневой шов, провести кантовку детали, чтобы проварить с обеих сторон. И следить, чтобы металл не повело и не разорвало, — перечисляет Евгений Бабаков.



▲ Владимир Бородин может и дробильное оборудование починить, и второе место на региональном конкурсе занять

— Очень важно уметь читать чертежи. Именно они дают понимание, в какой последовательности планировать свои операции. И крайне важно видеть среди линий и цифр чертежа объём: представлять, какая деталь должна получиться, — отмечает сварщик.

Теперь Евгению Бабакову предстоит отстаивать честь предприятия и всего региона на федеральном уровне.

Работа мечты

Владимир Бородин — электрогазосварщик дежурной бригады, которая планово ремонтирует конвейеры. Хотя при необходимости могут оперативно привести в порядок и другое оборудование. На комбинате он работает два года, но общий стаж по специальности — более десяти. Любовь к профессии у него с детства.

— Когда я школьником проходил мимо ремонтников городских теплосетей, всегда останавливался и смотрел, как они работают. У меня ещё и отец там трудился. Всегда нравилось, как металл плавится, словно пластилин, — улыбается Владимир.

В прошлом году он стал третьим в корпоративном конкурсе профмастерства МГОКа. Эта бронза стала своего рода трамплином для покорения новых, в этот раз региональных высот.

— Каждое соревнование — это профессиональный рост и вызов себе. Работая рядом с высококвалифицированными коллегами, понимаешь, чего стоишь. Я уверен в своих силах, мне было не страшно, а интересно: как получится выполнить задание? Для меня это новая высота, — подчёркивает Владимир.

В дежурной бригаде он в основном работает с трубами, сваривая их под разными углами. И это не рутина, а настоящее творчество, требующее нестандартных решений. Владимир постоянно совершенствует навык и перенимает опыт общепризнанных мастеров: смотрит их видеообзоры в интернете.

Он уверен: у сварщика есть только один шанс сделать всё хорошо, и его нельзя упустить. Если художник может переписать картину, то сварщик — нет.

— Я могу предложить механикам что-то поменять в привычном ремонте, и, когда идею принимают, результат радует, — делится секретами Владимир Бородин.

У каждого сварщика — свой почерк: направление дуги, выдержка, шаг. У Владимира Бородина все соединения плотные, ровные, без единой поры. И это мастерство, которое не купишь. Его можно только выработать годами труда.

ИНТЕРВЬЮ

Спасибо, доктор!

Главврач ЛебГОК-Здоровья Элина Мишустина — об особенностях профессии врача, своих коллегах и работе корпоративной медицинской службы

Руководитель или врач

— «У меня что-то в боку колет. Какую таблетку выпить, чтобы всё прошло?» Такие вопросы вы, как и другие врачи, наверное, слышите от знакомых очень часто. Что отвечаете, если не секрет?

— Когда говорят: «У меня проблема, и я не знаю, что делать. С чего начать, к какому врачу сперва пойти?», я подсказываю алгоритм действий. Но если спрашивают про «волшебную таблеточку», предлагаю обратиться на очный приём ко мне или к моим коллегам. Почему именно так?

Во-первых, многие заболевания требуют визуального контроля состояния пациента, оценки симптомов, результатов лабораторных и инструментальных исследований. Во-вторых, это связано с юридическими аспектами врачебной деятельности: дистанционная постановка диагноза и назначение лечения повышают риск ошибок, которые могут привести к ухудшению состояния пациента. В-третьих, во внерабочее время мы — обычные люди, которым нужно время на отдых, досуг и семью. И когда мы отказываемся обсуждать работу в неформальной обстановке, это не грубость, а желание сохранить профессиональную дистанцию, не теряя ощущения личных границ. Мы сопереживаем, но хотим оставаться в рамках профессионального подхода.

— Вы — врач-терапевт и руководитель крупной медицинской организации. По отзывам пациентов и коллег, отлично справляетесь со всем кругом обязанностей. Как это удаётся?

— Совмещение ролей врача и руководителя в медицине — сложный процесс, который требует баланса между клинической практикой, управленческими задачами и заботой о собственном благополучии. Я с годами научилась соблюдать баланс и жёсткий тайм-блокинг. Фактически два часа в день я — врач-терапевт на 100 %. В это время не отвлекаюсь ни на что и занимаюсь только пациентами. Остальное время я — администратор.

«Профессии медиков и педагогов — одни из самых эмоционально затратных. Невозможно быть безучастным ко всему: к боли, к трагедии».

«Врач — своего рода эталон поведенческих моделей. Как ты можешь донести человеку какие-то истины, если сам их не соблюдаешь?»

Гореть, не сгорая

— Погружаясь в проблемы пациентов, можно ли избежать выгорания?

— Пожалуй, профессии медиков и педагогов — одни из самых эмоционально затратных. И случается, что врачи уходят из профессии. Сами по себе эмпатия и отклик на проблемы пациентов не являются причинами выгорания, но их избыток или неумение управлять эмоциональной вовлечённостью могут его спровоцировать. В нашей клинике работает психолог Дарья Оленченко. В сложные моменты каждый из сотрудников может подойти к ней, поговорить, посоветоваться, и это на самом деле помогает.

— Ваши коллеги так же, как и вы, увлечены профессией?

— «ЛебГОК-Здоровье» — уникальная клиника! Я пришла сюда 12 лет назад и до сих пор не устаю

восхищаться своими коллегами, их отношением к профессии и к пациентам.

Вы знаете, какие наши профпатологи? Настоящие следователи. Они лихо раскручивают цепочку причин и следствий! Это как собрать кубик Рубика. Есть профессиональные заболевания: они возникают на фоне воздействия конкретного производственного фактора, как, например, силикоз у шахтёра. А есть профессионально обусловленные заболевания. Они не связаны напрямую с профессией, но их симптомы и течение меняются под влиянием условий труда на рабочем месте, соответственно, и лечение будет индивидуальным.

Например, гипертония поразному себя ведёт у офисных сотрудников и у тех, кто работает в условиях постоянного шума или высоких температур. И мы с коллегами свою задачу как корпоративной медицинской службы видим не только в том, чтобы поставить штампик «годен — не годен», а в том, чтобы помочь человеку продлить профессиональное долголетие.

Особенно интересно, когда ты можешь это сделать не таблеткой, а небольшими изменениями. Разложили всё по полочкам — условия труда, график работы, симптомы, синдромы,

и план оздоровления готов. Где-то по нашим рекомендациям внедрили СИЗы, где-то установили противовибрационные кресла, и степень воздействия вредного фактора уменьшилась, а это лучшая профилактика развития профессионального заболевания. Согласитесь, чтобы заниматься таким «расследованием», надо быть по-настоящему увлечённым человеком и влюблённым в свою профессию.

Исцели себя сам

— По расхожему мнению, в последнее время люди стали болеть чаще.

— Надо понимать, что рост общей заболеваемости в некоторых случаях связан с повышением качества медицинского обслуживания и улучшением выявляемости болезней.

В медицинских организациях компании «Металлоинвест» внедрено много диагностических скрининговых программ: по выявлению рака кожи и слизистой полости рта, сахарного диабета, болезней системы кровообращения. Все эти исследования работник проходит во время медицинского осмотра. За 2025 год охват скрининговыми программами составил более 80 % работников

◀ Элина Мишустина уже 12 лет помогает пациентам клиники «ЛебГОК-Здоровье»

ЛГОКа и ОЭМК. Выявлено 28 случаев рака и 62 случая сахарного диабета. Важно, что на ранних стадиях.

Кроме того, наблюдается тенденция к «омоложению» многих заболеваний, которые ранее считались характерными для пожилых людей. И связано это, к сожалению, с неправильным образом жизни. Сейчас сахарный диабет чаще стали выявлять у людей среднего трудоспособного возраста с избыточной массой тела, низкой физической активностью и инсулинорезистентностью. Если вовремя не изменить образ жизни, то начнутся проблемы с давлением, и всё это в совокупности повышает риск сердечно-сосудистых катастроф. Поэтому мы буквально кричим: надо правильно питаться, надо больше двигаться и надо обращать внимание на любые симптомы, а при их появлении обращаться к врачу.

— Врачу легче или сложнее следить за своим здоровьем, чем человеку, не связанному с медициной?

— Если говорить о самодиагностике и о том, чтобы следить за своим здоровьем, на мой взгляд, врачу это делать сложнее. Мы слишком много знаем. И, как и другие люди, боимся услышать какой-то плохой диагноз. Боимся, наверное, даже больше, потому что понимаем все варианты развития событий. К тому же нам не с кем разделить ответственность. Ведь пациент смотрит на врача, как ребёнка на родителя: ждёт, что им будут руководить, и частично перекладывает на доктора свой груз. А нам приходится быть самостоятельными.

А вот если говорить о здоровых привычках, то врачу проще к ним прийти — опять же, благодаря знанию того, к чему что может привести. К тому же врач — своего рода эталон поведенческих моделей. Как ты можешь донести человеку какие-то истины, если сам их не соблюдаешь? Когда мы даём пациенту рекомендации, мы сами должны соблюдать их на 100 %.

— Какие слова вы хотели бы чаще слышать от своих пациентов?

— «Здравствуйте, доктор! Спасибо вам, я теперь здоров! И вы будьте здоровы!»

Елена Титова
Фото Валерия Воронова

КРУПНЫЙ ПЛАН

Движение — жизнь

Любви к жизни и тому, как идти к цели сквозь любые, даже непреодолимые преграды, учит своих подопечных куратор проекта «Вместе! Со спортом. Адаптация» Ольга Юст.

Юлия Ханина
Фото Александра Белашова
и из архива автора

Проект «Вместе! Со спортом. Адаптация» — часть масштабной программы социальных инвестиций компании «Металлоинвест» под общим названием «Вместе!». Его цель — сделать спорт доступным для всех, помочь людям с разными возможностями обрести уверенность и почувствовать себя частью большой спортивной команды.

Занятия в рамках программы — это больше чем просто тренировки. Каждое мероприятие — шаг к новым достижениям, возможность завести друзей. Спорт становится мостом, объединяющим людей, независимо от их физических возможностей.

Основой тренировок в клубах адаптации является методика «Инклюзивная атлетика», разработанная Ольгой Юст. В прошлом году этот проект стал победителем всероссийского конкурса спортивных проектов «Ты в игре» в номинации «Безграничные возможности».

Название, которое в полной мере подходит к жизненному пути самой Ольги.

Жить наперекор

Она научилась этому ещё в детстве. В два года ей поставили диагноз «сколиоз». К школе болезнь пошла в наступление,



Ольга Юст ежедневно на собственном примере показывает, как можно совладать со страхом и болью

АКЦЕНТЫ

В феврале 2024 года Ольга Юст специально приехала в родной Северодвинск, чтобы пробежать дистанцию на самой северной «Лыжне России»

и врачи с родителями решили перевести девочку в Архангельскую санаторную школу-интернат № 1, в часе езды от родного Северодвинска. Пять дней Ольга училась и жила в интернате, на выходные её забирали домой.

Медицина тех лет боролась со сколиозом жёстко, без полутонов. Дети жили по строгому уставу:

спали в гипсовых кроватках, носили железные корсеты, ходили на ЛФК и процедуры. Чтобы разгрузить позвоночник, уроки шли не за партами, а лёжа.

— Когда начался активный рост скелета, врачи запретили всё, кроме лечебной физкультуры. Нельзя было бегать, прыгать, крутить педали, вставать на лы-

жи. По сути, все детские радости оказались под замком. Это выбивало из колеи, — вспоминает Ольга Юст.

Глоток свободы она почувствовала, лишь вернувшись из интерната домой. Никаких гипсовых кроватей и железной дисциплины. Её кипучая энергия рвалась наружу — через смелые поступки и жажду самовыражения.

На крыльях свободы

Ольга вышла замуж стремительно, по её словам, как в омут бросилась. Мгновенное решение — на поезд с будущим мужем. Они вместе до сих пор, супруг стал её главным тылом. Он поддержал и выбор профессии: молодая жена решила учиться на психолога. А потом, в 2007 году, узнала о первой беременности. Врачи запрещали, но супруги твёрдо решили: рожать! Беременность была тяжёлой, но в итоге на свет появилась дочка.

Спустя два года Ольга вернулась в университет. А через некоторое время стало понятно, что у пары скоро появится второй ребёнок.

— На этот раз всё давалось куда сложнее: позвоночник буквально выкручивало, большую часть времени я проводила лёжа, поскольку ходить было почти невозможно, — рассказывает Ольга Юст. — Но награда за это была самой радостной: в ноябре у нас родился сын.

Сегодня в рамках проекта «Вместе! Со спортом. Адаптация» проходят занятия по самым разным видам

Болезнь то наступала, то отступала. В 2017 году Ольге Юст установили титановую конструкцию, поддерживающую позвоночник. Без неё тело попросту складывалось, рос горб, каждый шаг давался с трудом. В перспективе женщина рисковала навсегда потерять способность ходить.

Спустя время титановый стержень сломался. Потребовалась новая операция... Сегодня она борется с нейропатией конечностей — побочным эффектом тех самых операций. Недавно вернулась с курса реабилитации. Говорит: немного передохну — и снова вперёд. Сидеть без дела — не в её характере.

Сделали вместе

В её голове всегда роилось множество добрых замыслов. Зная, как тяжело приходится тем, чьё тело отказывается слушаться, в 2020 году Ольга Юст вместе с активистами железнгорского общества инвалидов разработала проект «Академия здоровья».

— Своим примером мы хотели доказать: заниматься спортом и физкультурой можно и нужно! — отмечает Ольга Юст. — Даже если в медицинской карте — тяжёлый диагноз.

Проект стал одним из победителей грантового конкурса «Металлоинвеста» «Сделаем вместе!» (сейчас он называется «Вместе! С моим городом»), его разработчики получили от компании средства на реализацию и успешно воплотили «Академию здоровья» в жизнь.

Каждую неделю «академики» проводили для людей с ограниченными возможностями здоровья уличные тренировки на волейбольной или тренажёрной

«Позвоночник буквально выкручивало, большую часть времени я проводила лёжа, поскольку ходить было почти невозможно».



КРУПНЫЙ ПЛАН

«Я верю в силу позитивного мышления. Хочу пожелать людям: любите жизнь, не бойтесь принимать решения, будьте опорой себе и своим близким».

площадке. Организаторы оказались на редкость творческими: придумывали не только спортивные мастер-классы, но и кулинарные баттлы. Сообща резали овощи, варили ароматный суп. Домой расходились сытыми и светящимися от удовольствия.

— Я верю в силу позитивного мышления. Хочу пожелать людям: любите жизнь, не ленитесь искать нужную информацию, не бойтесь принимать решения, будьте опорой себе и своим близким, — говорит Ольга Юст.

Адаптация продолжается

— Проект «Академия здоровья» стал для нас отправной точкой. То, что мы создали несколько лет назад при помощи и поддержке общества инвалидов, живёт до сих пор. Вместе мы — крепкая команда. Наша сила — в том, что мы сами прошли путь к полноценной жизни. И знаем, как это сделать, — отмечает Ольга Юст.

Столь удачное воплощение идеи привлекло к ней внимание компании «Металлоинвест», которая в 2023 году начала развивать в Губкине, Железногорске и Старом Осколе направле-

ние «Адаптация» внутри проекта «Вместе! Со спортом». Вскоре Ольга стала его куратором.

— Сегодня это движение охватывает уже сотни людей с особенностями здоровья. В трёх городах действуют 9 клубов, из них три — для людей с разной нозологией. Например, для тех, у кого нарушено зрение, мы совместно с тренером адаптируем различные игры именно под их потребности и возможности, — рассказывает Ольга Юст. — Я и сама учусь в магистратуре в одном из вузов Уфы. И тема моей научной работы — игры для незрячих людей. Наш опыт показывает, что при правильной адаптации это становится возможным.

Участники проекта «Вместе! Со спортом. Адаптация» второй год подряд организуют в Железногорске для незрячих соревнования по спортивно-адаптивным играм. А железногорец Степан Яворский стал кандидатом в мастера спорта по плаванию.

То есть пока по всей России адаптивный спорт лишь набирает обороты, в Железногорске он уже идёт «с опережением графика». И благодаря проекту компании приносит неплохие результаты.

— В рамках «Вместе! Со спортом. Адаптация» я обучила тренеров в Железногорске, — поясняет Ольга Юст. — Мы стали единственными в Курской области, кто развивает такое направление, как адаптивный твирлинг.

Это метод реабилитации для взрослых и детей с инвалидностью и ОВЗ.

В этом году новый клуб открыли и в Старом Осколе. Здесь запустили паралимпийский вид спорта — бочке для ребят с на-

рушением работы опорно-двигательного аппарата. Игра развивает ловкость, точность, выносливость, координацию движений, тактическое мышление и концентрацию.

Там же, в Старом Осколе и Губкине, набирает популярность шодаун — вид спорта для слабовидящих, сочетающий элементы аэрохоккея и настольного тенниса.

Сколиозу — стоп!

Диплом психолога помогает героине работать с теми, чья судьба не так проста, как у обычных людей. Кажется, она чувствует их без лишних слов, потому что сама в подростковом возрасте была такой же «сложной».

— В психологии нельзя без самоотдачи. Во мне живёт часть, которой я хочу и могу делиться с другими. Особенно с подростками и молодыми людьми. На собственном примере показываю, как можно совладать со страхами и болью, — уверена Ольга Юст. — Это волонтерство, где невозможно работать отчуждённо, не отдавая себя целиком. Среди моих подопечных — мамы детей-подростков, в том числе «особенных» ребят. Эти женщины порой непросты в общении, но одновременно — невероятно сильны духом.

Ольга проводит групповые терапии. В онлайн-сообществе «СтопСколиоз» консультирует тех, кто живёт с этим диагнозом до и после операции. Она сама прошла этот путь и знает: поддержка здесь важнее воздуха. На этапе реабилитации людям жизненно необходимо обмениваться информацией о врачах, клиниках, центрах.

Пару лет назад Ольга Юст с нуля создала журнал «Я сама!». Ей так хотелось рассказать людям, что есть не только мамы детей-инвалидов, но и мамы-инвалиды. У них тоже есть свои желания и поводы для радости. На страницах журнала, который существует и по сей день, она делится историями женщин со всей страны. И доказывает, что силы и радость надо черпать здесь и сейчас, в каждом прожитом дне.

● ОБЩЕСТВО

Как волонтеров учат общаться с людьми с инвалидностью

Благодаря поддержке Металлоинвеста спортсмены — воспитанники клубов по адаптивному спорту всё чаще становятся участниками крупных соревнований, в том числе и за пределами их родных городов. На таких мероприятиях особенных спортсменов сопровождают волонтеры. Важно, чтобы они оказывали помощь корректно и качественно. Этому их учат на специальных мастер-классах. Недавно добровольные помощники, большинство из которых — работники Лебединского ГОКа, осваивали методы взаимодействия с людьми с нарушениями слуха и опорно-двигательного аппарата. Занятия для них провели специалисты из Курска.

Эмоции помогают

Доцент Курского государственного университета Яна Киперман рассказала о сопровождении спортсменов с нарушением слуха. Она показала, как привлечь их внимание, и научила волонтеров жестам, понять которые способен буквально каждый. Рекомендовала аудитории общаться с людьми с ОВЗ максимально тактично, не навязывая помощь. Например, не стоит хватать человека и вести через дорогу. Помощь нужно предложить. И действовать только после одобрения. Даже рассказала о знакомом, который на несколько дней впадает в депрессию, если на улице ему навязчиво пытаются помочь.

— Из-за отсутствия слуха эти люди «закрытые», стесняются говорить голосом, потому что слова произносят плохо. Слышащие смущаются из-за того, что не знают жестового языка. Возникает недопонимание, которое ставит коммуникативный барьер. Разрушить его помогают доступные жесты, артикуляция, мимика. Именно эмоции способны что-то пояснить и рассказать, — отмечает Яна Киперман.

Поэтому сурдопереводчики, которые помогают общаться слышащим и тем, кто лишён слуха, не только проговаривают каждую букву, но и очень активно используют мимику.

Есть контакт!



▲ «Сломанный телефон» с помощью жестов показал, что общаться можно и без слов

Председатель курского отделения Всероссийского общества глухих Елена Кузьмина с помощью переводчика рассказала о себе и научила волонтеров изъясняться бытовыми жестами.

Игра «Сломанный телефон», известная с детства, но при помощи жестов, убедила окружающих, что это несложно. Достаточно свернуть руку трубочкой, поднести ко рту — и становится ясно, что человек пьёт. Если пошагать, легко догадаться, что речь идёт о походе куда-то.

Лебединец Артём Луценко опыта общения с людьми с ОВЗ не имеет:

— Оказывается, даже не зная жестового языка, можно наладить контакт со слабослышащим человеком. С помощью жестикуляции, мимики, проговаривая слова губами, общаться и даже обсудить какие-то вещи, — делится начинающий волонтер.

Тренер по работе с людьми с нарушением опорно-двигательного аппарата Людмила Миськова рассказала и показала, как, например, поправить одеяло, наклониться к человеку в коляске, чтобы он видел губы. И предложила волонтерам пробовать привлечь внимание сидящего человека без звука и касания.

После участников мастер-класса успешно прошли тестирование и получили сертификаты, а также памятки с полезными советами для сопровождения людей с инвалидностью. Операторы Медиацентра детально отсняли мастер-класс. На основе записей созданы видеоролики, которые будут доступны к просмотру всем желающим. Таким образом людей, которые умеют сопровождать детей и взрослых с ОВЗ, станет больше.



▲ Спортсмены с особенностями здоровья — постоянные участники губкинского, оскольского и железногорского полумарафонов

СОБЫТИЕ

Первый. И до бесконечности

На Михайловском ГОКе отметили годовщину добычи первого ковша богатой руды



▲ Первопроходцы комбината возложили цветы к памятникам Ивану Митрофанову и Фролу Кемайкину



▲ Антон Захаров поздравил ветеранов комбината со знаменательной датой

Мария Коротченкова
Фото Владимира Авдеева

В честь памятной даты на комбинате открыли обновлённую Галерею Славы у Дворца горняков, а для ветеранов, первопроходцев и заслуженных работников предприятия творческие коллективы дали праздничный концерт. Тех, кто стоял у истоков создания градообразующего предприятия, приветствовали руководители МГОКа.

— Я бы сравнил первый ковш руды с рождением ребёнка, который потом растёт, мужает и крепнет. Так и наш комбинат: первый ковш, потом первая тонна, первая тысяча — и вот мы уже перешагнули порог в два миллиарда! — обратился к собравшимся управляющий директор МГОКа Антон Захаров.

Директор по корпоративным коммуникациям и устойчивому развитию МГОКа, депутат Курской областной Думы Борис Сорокин подчеркнул, что 10 июня — знаменательная дата и для региона, и для всей страны.

— В этот день был сделан важный шаг, положивший начало мощному, растущему комбинату и комфортно-благоустроенному городу горняков. Всё это заслуга первопроходцев и ветеранов предприятия. И мы сегодня достойно продолжаем начатое ими дело, — общил он.



▲ Поколения — разные. Трудовая слава — одна для всех

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Карина Орос,
воспитанница
Железнодорожного
центра соцпомощи
«Добродёя»:

“ Я родилась в Глушково, в Железнодорожном районе. В карьере недавно. О карьере, где добывают руду, узнала уже здесь. Очень рада, что попала на экскурсию. В карьере — такой разный цвет, много интересных камней. Я даже взяла один себе на память. Просто восторг! Обязательно расскажу своей подружке!



Сергей Щепочкин,
воспитанник
Железнодорожного
центра соцпомощи
«Добродёя»:

“ Я сам из Фатежа. Слышал, что недалеко от нас есть карьер по добыче железной руды. И вот сегодня впервые побывал здесь. Очень впечатлён. Всегда мечтал увидеть БелАЗы. Моя мечта сбылась! Совсем другой пейзаж, огромные машины, всё как на ладони.

Эстафета горняцкой славы — один из главных принципов работы коллектива, где старшее поколение передаёт опыт нынешним и будущим работникам.

— Ветераны-первопроходцы Михайловского ГОКа — это настоящая элита комбината, на которую равняются до сих пор, — отметил начальник управления административно-хозяйственной деятельности МГОКа, депутат Курской областной Думы Владимир Стефанович. — Глядя на них, многие горожане связали свою жизнь с предприятием. И мы поддерживаем и укрепляем эту связь поколений. Например, в рамках профориентационных программ модернизируем школы и классы, где на уроках детям рассказывают о трудовом подвиге тех, с кого начинался комбинат и город.

Полноправными участниками торжества стали воспитанники Железнодорожного центра соцпомощи «Добродёя». В честь 20-летия Металлоинвеста для ребят подготовили особый сюрприз: сувенирную продукцию комбината и экскурсию — в музей истории МГОКа и на смотровую площадку карьера. Детям рассказали о комбинате, показали руду, концентрат и окатыши. А на смотровой площадке они увидели производство своими глазами и с удовольствием сфотографировались на фоне исполинского БелАЗа.

История одной фотографии



Один из тех, чей портрет в этом году поместили в Галерею Славы, — ветеран Михайловского ГОКа Владимир Никулин:

— На комбинат я пришёл в 1986 году. Сначала работал помощником, а затем и машинистом экскаватора. Почти через 10 лет перешёл на обогатительную фабрику слесарем. Ремонтировал всё фабричное оборудование. Знаю его до каждого болтика. Будучи молодым, был активным комсомольцем, наставником молодёжи. Передал свои знания новым поколениям и на фабрике. На пенсию вышел всего два года назад, отработав на комбинате почти 40 лет. Сейчас на заслуженном отдыхе. Моя отрада — семья: взрослые дети, внуки. Радостно, когда все собираемся за одним столом на нашей даче.

ДЕНЬ МЕДИЦИНСКОГО РАБОТНИКА

Люди в белом

Как МГОК-Здоровье заботится о каждом работнике комбината



◀ Начальник управления административно-хозяйственной деятельности МГОКа, депутат Курской областной Думы Владимир Стефанович поздравил специалистов МГОК-Здоровья с праздником и вручил Евгении Клёсовой и Натальи Коростелёвой благодарности регионального парламента. Также награды получили: Елена Гимп и Татьяна Симонова — почётные грамоты главы Железногорска; Полина Выходцева — благодарность главы Железногорска; Ольга Довгалева, Елена Курганова, Наталья Бухмет и Тамара Юркова — почётные грамоты Железногорской городской Думы.

Врачи, медсёстры, фельдшеры, лаборанты и санитары медицинского центра ежедневно стоят на страже здоровья горняков.

Мария Коротченкова
Фото Владимира Авдеева

На ранней стадии

Рабочий день врача-терапевта Ирины Докукиной начинается в восемь утра. Первые 30 минут — работа с информацией автоматической системы ежедневных медосмотров в цехах комбината. Далее два часа и последний час смены — приём пациентов из всех подразделений МГОКа.

— Кто-то приходит с жалобами, кого-то вызываем сами, если результаты анализов или обследований вызывают вопросы, — поясняет она. — После первичного осмотра назначаем консультации узких специалистов и углублённые анализы.

Особое место в работе терапевта занимают профилактические осмотры. С 11 до 15 часов она ведёт сотрудников УЖДТ и ремонтных подразделений.

— Ежегодные периодические медосмотры — это не формальность, а возможность выявить заболевание на самой ранней стадии. Уже несколько лет работаем по цеховому принципу: за каждым подразделением закреплены свой врач и медсестра. Активно подключились фельдшеры в здравпунктах: ежедневно передают информацию о тех, чьё состояние требует внимания. Все данные сводятся в единую базу, где мы видим динамику здоровья пациента за последние пять лет. Это позволяет начать лечение максимально быстро, — рассказывает терапевт.

≈ 100

горняков в день проходят профосмотр в амбулатории МГОК-Здоровья.

Если первичные анализы указывают на необходимость дообследования, пациенту назначают УЗИ, рентген, компьютерную томографию. Всё это, а также эндоскопия, функциональная диагностика и видеоларингоскопия доступны прямо в клинике. В последнее время перечень дополнила денситометрия и видеоколоноскопия с возможностью взятия биопсии и удаления полипов.

Совместные усилия

При необходимости более серьёзного лечения пациента направляют в областную онкологическую больницу имени Островерхова, клиническую больницу, медицинский центр



▲ В последнее время перечень обследований дополнила денситометрия для оценки плотности костной ткани



▲ Ежедневно «через руки» Ирины Докукиной проходят порядка 35–40 пациентов

«Медассист», медсанчасть № 125 Федерального медико-биологического агентства и федеральные клиники в зависимости от профиля заболевания.

— Наш приоритет — профилактика и ранняя диагностика, — подчёркивает главный врач МГОК-Здоровья Ирина Малашина. — Большинство болезней легче предотвратить. Выявить

заболевание до появления первых симптомов — значит дать человеку шанс вылечиться без последствий, не допустить перехода болезни в хроническую форму. Это напрямую влияет на работоспособность и качество жизни.

Основные направления работы: сердечно-сосудистые заболевания, онкология и ранние

признаки профессиональных недугов. Также особое внимание уделяют диагностике сахарного диабета и остеопороза.

1 631

работник МГОКа прошёл обследование по заболеваниям сердечно-сосудистой системы в 2025 году. На ранние признаки профзаболеваний проверены 308 сотрудников. Более 9 000 человек прошли онкоскрининг, у 30 из них патология выявлена на начальной стадии. Все они получили необходимое лечение и вернулись в строй.

Забота о долголетии

Горняки — люди крепкие, но предприятие уделяет огромное внимание не только диагностике, но и восстановлению. На базе физиотерапевтического отделения работникам предлагают порядка 20 направлений: электро- и светолечение, различные виды массажа, лазеротерапию УВТ и гирудотерапию.

— Программа реабилитации формируется строго по результатам ежегодных медосмотров и направлена на снижение рисков профзаболеваний. Это помогает не только укрепить здоровье, но и продлить активное долголетие, — рассказывает заведующая отделением Елена Горбулина.

Весь спектр лечения позволяет работникам и ветеранам комбината поддерживать бодрость духа и тела. Процедуры направлены на профилактику профзаболеваний и лечение сосудистых заболеваний, остеопороза, неврологических и гинекологических проблем. При необходимости сотрудники могут получить направление и в здравницы Кавказа. График процедур подбирается индивидуально.

154 тысячи

анализов сделала в 2025 году клиничко-диагностическая лаборатория МГОК-Здоровья. Здесь на современном оборудовании с использованием автоматических анализаторов и точных ручных методик выполняют свыше 100 видов исследований: общие анализы крови, биохимические с оценкой белкового, липидного, углеводного обменов, ферментов и микроэлементов, гормональные, иммунологические, микроскопические, экспресс-тесты.

● ЭКОЛОГИЯ

Анализ проб
атмосферного
воздуха

С 15 по 19 июня аналитическая лаборатория УЭК и ООС Михайловского ГОКа осуществляла контроль за соблюдением нормативов допустимых выбросов (НДВ) на источниках выбросов комбината в атмосферу. Для определения концентрации загрязняющих веществ специалисты отобрали 22 пробы на обогатительной и 6 проб на дробильно-сортировочной фабриках. Несоответствий НДВ не выявили.

Согласно плану-графику экологи провели измерения по оценке эффективности работы установок очистки газа на фабрике окомкования и в управлении железнодорожного транспорта. Установки очистки газа работают эффективно: фактические параметры соответствуют проектным.

Также с 15 по 19 июня специалисты лаборатории отобрали и проанализировали 17 проб питьевой воды. Несоответствий нормативным значениям не выявили.



НОВАЯ ТЕХНИКА

Объёмная задача

На обогатительной фабрике завершают монтаж новой системы перекачки концентрата



◀ На фабрике установили восемь насосов фирмы «Ройтек», по два на каждую секцию



Юлия Ханина
Фото Владимира Авдеева

После замены фильтровального оборудования на технологических секциях участка обогащения № 1 на фабрике приступили к модернизации гидротранспортной системы. Перемены назрели: нагрузка на технику заметно выросла, поэтому прежний узел усреднения концентрата работал на пределе возможностей.

— Усреднительный зумпф — это вместительный ре-

зервуар-накопитель, в котором собирается готовый железорудный концентрат после обогащения. От его объёма напрямую зависит производительность всей технологической цепочки, — объясняет начальник участка обогащения № 1 Андрей Дуденков.

Специалисты фабрики приняли решение построить новый зумпф и установить более мощные насосы. Объём обновлённого резервуара — в полтора раза больше прежнего.

— Мы смонтировали восемь насосов фирмы «Ройтек», по два на каждую секцию. Полностью сделали нитки тру-

▲ Около 50 сотрудников подрядной организации смонтировали новый объект качественно и точно в срок

бопровода от насоса до пульподелителя, — продолжает Андрей Дуденков. — Подобное оборудование на фабрике уже есть, так что специального обучения сотрудников не потребовалось.

Монтаж доверили опытным подрядчикам, которые уже монтировали на фабрике фильтры и зумпфы.

— Чтобы уложиться в срок, одновременно работали почти полсотни человек, — рассказывает представитель подрядной организации Михаил Иванов.

Новый объект практически готов. Энергетики и специалисты по автоматизации наносят последние штрихи: настраивают информационное обеспечение и автоматику.

● ПРОМТУРИЗМ

Юбилейный визитёр

Михайловский ГОК встретил восьмилетнего туриста. Им стал житель Орла Алексей Панюшкин.

Юлия Ханина
Фото Владимира Авдеева

Он приехал в Железногорск не один, а с внуками — Артёмом и Романом. Для знакомства с одним из главных предприятий региона выбрал семейный маршрут.

— В Железногорске у меня много родственников, бываю здесь часто. Про Михайловский ГОК знаю, конечно, но своими глазами не видел. Решил это исправить. А заодно показать мальчишкам, как

добывают руду и делают из неё окатыши, — рассказал Алексей.

Орловский гость — инженер-электроник на пенсии. Промышленное производство ему близко по духу, а потому экскурсия вызвала неподдельный интерес.

— Программа насыщенная. Сначала побывали в музее, затем приехали на смотровую площадку. Впечатлило огромное производство, оборудование. Особо отмечу красочную роспись промышленных зданий. Мурал «Большая руда — большие дела» на фабрике окомкования хорошо передаёт мощь горнорудного дела. Ну и делает серые бетонные коробки уютнее и человечнее. Запомнился и подробный

рассказ экскурсовода — об истории комбината, о профессиях. Даже о том, как питаются сотрудники, — поделился впечатлениями Алексей Панюшкин.

Восторг от увиденного испытали и юные туристы. — Огромное впечатление произвели карьерные самосвалы. Никогда таких раньше не видел. Приеду домой — обязательно расскажу друзьям. А на память мы взяли кусочек пирита, — рассказал Артём.

За пять лет работы проекта промышленного туризма в Железногорске побывали гости не только из разных регионов России — от Калининграда до Камчатки, но и из-за рубежа. Увидеть одно из крупнейших месторождений Курской магнитной аномалии

сюда приезжали жители Белоруссии, Казахстана, Армении, Сербии, Кыргызстана, Шри-Ланки, Великобритании и Бразилии.

КСТАТИ

Выбрать маршрут экскурсии по МГОКу и оставить заявку можно здесь:



Справки — по телефону:
+7 (47148) 9-42-24



▲ Алексей Панюшкин на фабрике окомкования комбината

УСЛОВИЯ ТРУДА



◀ Для работников создали условия, отвечающие самым высоким стандартам комфорта и безопасности

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Владимир Стефанович, начальник управления административно-хозяйственной деятельности Михайловского ГОКа, депутат Курской областной Думы:

Металлоинвест ежегодно выделяет значительные средства на улучшение условий труда. Мы прекрасно понимаем: комфортная бытовка, тёплая сушилка, чистая душевая – это не мелочи, а уважение к людям. Сегодня в нашей работе – около полутора тысяч квадратных метров санитарных комнат, гардеробных и душевых. Ремонты идут параллельно на обогатительной фабрике, фабрике окомкования, в рудопромысловом управлении, АТУ, управлении железнодорожного транспорта и в ЦЭТЛ. Работы продолжают, и мы стараемся сделать всё, чтобы каждый сотрудник чувствовал заботу.

Комфорт после смены

В подразделениях Михайловского ГОКа продолжают ремонт помещений непроизводственного назначения.

Юлия Ханина
Фото Владимира Авдеева

На фабрике окомкования завершили ремонт санитарно-бытовых помещений. Особое внимание уделили душевым и санузлам, чтобы

после смены работники могли привести себя в порядок в условиях, отвечающих самым высоким стандартам комфорта и безопасности.

На площади около ста квадратных метров подрядчики полностью демонтировали старую плитку и уложили новую – на стенах и на полу. Материалы подбирали с расчётом на интенсивную эксплуатацию: износостойкое покрытие и противоскользкая поверхность гарантируют надёжность и снижают

риск травм. Полностью обновили сантехнику. В душевых установили 17 новых леек с удобной регулировкой напора и температуры воды.

— Смесители – современные и добротные. Если сотрудники будут бережно относиться к новому оборудованию, оно прослужит очень долго. Кроме этого, обязательно установим крючки для одежды, повесим зеркала и закрепим новые мыльницы, – пояснил начальник службы хозяйствен-

ного обеспечения № 3 Виталий Солошенко.

Также в помещениях модернизировали системы водоснабжения и водоотведения, они работают стабильно и без сбоев. Отремонтировали вентиляцию и полностью заменили электропроводку. А вместо старых светильников смонтировали новые, влагозащищённые, с ярким и равномерным светом.

Во всех отремонтированных комнатах цветовые решения выдержаны в едином корпоративном стиле предприятия.

Масштабные перемены коснулись и административно-бытовых помещений рудоуправления. Там площадь обновляемых комнат значительно больше – порядка 400 квадратных метров.

Одна из ключевых задач управления по административно-хозяйственной деятельности, по словам Виталия Солошенко, – не просто оперативно реагировать на неполадки, а работать на опережение: грамотно планировать ремонты, строго контролировать их выполнение и не допускать аварийных ситуаций.

● БЛАГОУСТРОЙСТВО

Сирень без тумана

На дробильно-сортировочной фабрике продолжают озеленять территорию. В мае на промплощадке АБК «поселилась» сирень.

Мария Коротченкова
Фото Владимира Авдеева

На комбинате прошёл месячник по охране окружающей среды, в ходе которого подразделения не только улучшали экологию, но и преобразовывали территорию эстетически. Одну из акций провели работники дробильно-сортировочной фабрики, продолжив тем самым многолетнюю работу по благоустройству.

— Улучшения условий труда – в списке наших постоянных задач. Мы регулярно озеленяем территорию фабрики, чтобы её вид радовал сотрудников, – отмечает начальник ДСФ Олег Фомин. – Уже высаживали здесь туи, кедры и берёзы.

В прошлом году от УПЗЧ до АБК ДСФ обновили асфальтовое покрытие и разметку пешеходного пере-

хода, а также установили современное светодиодное освещение. В этом году благоустройство продолжили. 11 кустов одного из символов главного майского праздника – Дня Победы – высадили специалисты управления экологического контроля и охраны окружающей среды вместе с фабричными работниками. Саженьцы «прописались» рядом с уже подросшими туями.

— Выбрали несколько сортов этого неприхотливого кустарника. Они будут распускаться алыми, белыми, розовыми и фиолетовыми соцветиями, – поясняет начальник УЭК и ООС, главный эколог МГОКа Татьяна Гнездилова. – Здесь и чернотел, и солнечный свет, и, главное, заботливый уход сотрудников ДСФ. Всё, что нужно для того, чтобы саженьцы прижились.



◀ Уже скоро саженьцы запольхают алыми, белыми, розовыми и фиолетовыми соцветиями

▼ Специалисты управления ЭК и ООС вместе с фабричными работниками продолжают благоустраивать территорию подразделения

КСТАТИ

В этом году накануне Дня Победы губернатор Курской области Александр Хинштейн вместе с родными ветеранов войны принял участие во Всероссийской патриотической акции «Сирень Победы». После этого глава региона предложил выдавать саженьцы сирени всем желающим, чтобы люди высаживали их во дворах и на общественных пространствах. «Зелёной» акцией на ДСФ работники Михайловского ГОКа поддержали инициативу Александра Хинштейна.



БУДЬ В КУРСЕ!

Привилегии – в подарок!

Какой презент получают сотрудники к 20-летию Металлоинвеста?



Компания запускает эксклюзивную корпоративную программу скидок и привилегий для своих работников. Лучшие предложения от ведущих поставщиков товаров и услуг можно получить по... табельному номеру!

Что это такое?

Корпоративная программа скидок и привилегий — это отличная возможность экономить. Как на повседневных покупках, так и на крупных приобретениях, скажем, мебели или бытовой техники, а также при планировании отпуска или путешествия. Согласитесь, что получить персональную скидку, например 10 % на путёвку или при бронировании гостиницы, — хорошая экономия семейного бюджета на фоне роста цен. Льготные покупки можно делать в офлайн- и онлайн-форматах.

Предложения постоянно обновляются — учитывайте это при долгосрочном планировании. Скидка действует ограниченное время, например только семь или десять дней.

Где «живут» скидки?

Витрину предложений можно смотреть на онлайн-платформе или в мобильном приложении поставщика — компании BestBenefits («БестБенефитс»). Сервис доступен с любых устройств в круглосуточном режиме. Те, кто пользуется маркетплейсами, точно не растеряются в разнообразии предложений. Да и тем, кто не часто делает онлайн-покупки, всё будет понятно.

Приложение BESTBENEFITS доступно для скачивания на мобильное устройство в магазинах приложений.

Как получить привилегию?

Подключившись к сервису и указав свой табельный номер, надо выбрать **нужный город** (тот, где живёте или куда приехали на отдых, в гости, за покупками).



Зачем это магазинам и сервисам?

Для продавцов товаров и услуг договор с компанией, в которой работают тысячи сотрудников, — это поток постоянных клиентов. Выгодно всем: продавцам — покупатели, сотрудникам — скидки. Так что, собираясь что-то купить (подарок близким или билеты в театр), не забывайте «зайти» за скидкой.

Если что-то пошло не так?

Единая горячая линия технической поддержки от провайдера BestBenefits работает с 9:00 до 24:00:

- телефоны:
+7 (495) 799-44-77,
8 (800) 600-17-87;
- электронная почта:
support@bestbenefits.ru

> 4000 уникальных скидок

на товары и услуги в разных категориях: «Продукты питания», «Товары», «Обучение», «Отдых», «Развлечения», «Медицина», «Красота», «Спорт», «Рестораны», «Техника», «Онлайн-сервисы» и другие.

Как подключиться?

Подключение к онлайн-площадке для работников по табельным номерам — бесплатно. Это можно сделать уже с 26 июня.

ИНСТРУКЦИЯ ПОДКЛЮЧЕНИЯ К СЕРВИСУ

Предложениями можно воспользоваться в разных городах России (при смене города открывается меню доступных предложений в месте пребывания).

Среди открывшихся предложений выбирайте товар, услугу или, например, магазин, куда собираетесь за покупками. Нажмите на строку «Получить скидку» — откроется скидочный купон. Если мобильный интернет «капризничает», то, собираясь за покупками, его можно распечатать или сделать скриншот, чтобы предъявить на кассе, — скидку учтут при расчёте стоимости покупок.

Кстати, купон на скидку можно передать супругу или детям (например, это скидка на тренировки в фитнес-зале, и туда ходит сын, или акция на лабораторную диагностику, необходимую второй половине).



СЕРВИСНАЯ ПОДДЕРЖКА BESTBENEFITS

support@bestbenefits.ru

+7 (495) 799-44-77, 8 (800) 600-17-87

ВМЕСТЕ!

Город станет ярче

В Железногорске подвели итоги 11-го сезона грантового конкурса социальных инициатив Металлоинвеста «Вместе! С моим городом». Эксперты выбрали 19 проектов-победителей

Окончание. Начало — в № 11 от 12 июня.

«Площадка проб»

Автор: Алина Оленина, председатель Совета местного отделения Движения Первых

Подростки попробуют себя в роли авторов и организаторов городских событий. Вместе с наставниками разработают более 12 тематических площадок — творческих, волонтерских, медийных, профориентационных. И покажут их на фестивале в День молодёжи.



«Квартирник под открытым небом»: 2-й сезон

Автор: Дарья Миловидова, режиссёр КЦ «Русь»

Первый «Квартирник» прошёл на ура. Теперь акцент — на взрослых музыкантов-любителей разных профессий, для которых творчество не работа, а способ самореализации, общения и разгрузки. Неформальная обстановка и обмен опытом.



Молодёжный фестиваль «ИЖЕ»

Автор: железногорский Центр молодёжи

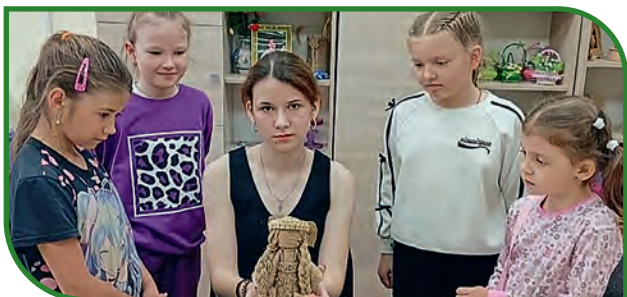
Фестиваль объединит активных молодых людей, станет территорией творчества, культуры, образования и неформального общения. Авторы планируют интерактивные площадки, мастер-классы, другие творческие и образовательные форматы.



«День села: экологический формат»

Автор: Железногорский районный культурно-досуговый центр

Фестиваль станет площадкой для мастер-классов народных ремёсел, программ по вторичному использованию материалов и ярмарки местных экопродуктов. Авторы научат рационально мыслить и осознанно покупать вещи и продукты.



«Большие чудеса маленькой метеостанции»

Автор: детский сад № 31 «Дубравушка»

Для воспитанников детских садов № 31, № 28, № 2, учащихся начальных классов школы № 11, детей с ОВЗ и из семей в трудной жизненной ситуации создадут метеоплощадку. Педагоги будут развивать интерес детей к экологии и научно-исследовательские навыки.



«Точка опоры»

Автор: Курский областной центр психолого-педагогического, медицинского и социального сопровождения

Авторы создадут Клуб городских психологов для обмена опытом. Планируют провести конференции с региональными спикерами, круглые столы, Дни доверия для родителей и подростков, фестиваль практической психологии «Помощь рядом».



«Дуатлон» для всех

Автор: Николай Грачёв, геодезист УЖДТ МГОКа, триатлонист

В конце августа на стадионе «Горняк» проведут спортивный фестиваль. Малышам и взрослым предстоит бег и велосипед (или велостанок). Дистанция бега — от 200 м до 2,2 км в зависимости от возраста, на велостанке взрослые «проедут» 2 км. Победители получают заслуженные награды и призы.



«Физра по пятницам»

Автор: Надежда Галкина, директор железногорской школы олимпийского резерва, мастер спорта по лёгкой атлетике

С октября по декабрь все желающие смогут бесплатно посещать тренировки, заниматься общефизической подготовкой и поддерживать здоровый образ жизни.



«РАСтём, общаясь»

Автор: Татьяна Тимохова, педагог-психолог детского сада № 14

Для социализации детей с расстройством аутистического спектра приобретут специальные карточки для альтернативной коммуникации, пособия и сенсорное оборудование (утяжелённые подушку, шарф, плед, сенсорные мячики, мешочки). А ещё автор проведёт для родителей мастер-классы «Психологические посиделки».



«АртКухня»

Автор: Лариса Ткачёва, кондитер

Проект познакомит детей 6–10 лет с традиционной культурой и наследием края через кулинарные и творческие мастер-классы. Ребята не только узнают рецепты и ремёсла, но и приготовят традиционные блюда, создадут изделия декоративно-прикладного искусства.



«Маяк»: система наставничества для детей в трудной жизненной ситуации

Автор: Анастасия Дроздова, начальник управления кадровой экспертизы и отчётности железногорского подразделения «МКС»

Волонтеры Михайловского ГОКа проведут для подростков 12–16 лет, попавших в трудную жизненную ситуацию, серию мастер-классов и занятий. Ребятам окажут психологическую поддержку, помогут вести здоровый образ жизни, обучат работе с нейросетями, медиаволонтерству и оказанию первой помощи.



Детективная лаборатория «Версия»

Автор: Екатерина Никифорова, методист КЦ «Русь»

В проекте — три игры для подростков. Команды будут расследовать вымышленное преступление: анализировать улики, проводить следственные эксперименты, опрашивать свидетелей. Помощники — телефоны, чаты, мультимедиа. Каждая игра посвящена одной профессии и предполагает общение со специалистами.



Мария Коротченкова
Фото Владимира Авдеева, авторов проектов и Freepik

РАБОЧИЙ СПОРТ

Песок не помеха

На площадке стадиона «Горняк» команды комбината разыграли Кубок управляющего директора Михайловского ГОКа по пляжному регби

Юлия Ханина
Фото Владимира Авдеева

За почётный трофей сразились четыре команды. В каждой из них уже сложился сыгранный костяк, в который органично влились новички, пришедшие в регби из дзюдо, борьбы и футбола. И это не случайно: во всех этих дисциплинах ценится одно и то же — выносливость, сила и умение работать плечом к плечу.

— На комбинате развивают более 20 видов спорта. Поэтому наши ребята давно стали универсалами, — рассказывает инструктор спорткомплекса «Магнит» Владислав Вълчев. — Что касается регби, то за три года существования команды горняки заметно прибавили: выиграли зимний Кубок области, не раз брали бронзу на ЦФО и три года подряд забирали Кубок Варичева.

В этом году на поле вышли и совсем молодые игроки. К примеру, электрослесарь управления производственно-технической комплектации Арсений Зуев трудится на комбинате чуть больше года. И всё это время не пропускает регбийных тренировок.

— В регби, как и на производстве, важно чувствовать партнёра, — рассуждает он. — Вовремя подстраховывать, сыграть на опе-



▲ Главные ингредиенты победы — сила, выносливость и умение работать плечом к плечу

режение, не подвести. Эти качества не только спортивные. Они — из нашей повседневной работы. Когда команда едина — любые задачи по плечу.

Гармонично совмещать работу и спорт получается и у его коллеги Ивана Куприенкова. Парень закончил второй курс кол-

леджа и уже трудится станочником в автотракторном управлении.

— Пляжный регби — спорт очень эмоциональный. Тайм длится всего пять минут, за это время надо выложиться полностью, все силы отдать победе, — поясняет он.



▲ Каждый матч проходил в предельно высоком темпе, игроки отдавали борьбе все силы

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Владимир Стефанович,
начальник управления
административно-
хозяйственной
деятельности, депутат
Курской областной Думы:

“Для горняков и металлургов сложно придумать более подходящую игру: в регби играют сильные и мужественные люди, выносливые и сильные духом. Наши работники — именно такие. Благодаря Андрею Владимировичу Варичеву, его увлечённости эта игра получила мощный импульс для развития на комбинате и в городе. Сегодня у нас есть и взрослые, и детские команды, которые показывают хорошие результаты на состязаниях разного уровня.

Как и в любом деле, победа достаётся сильнейшим. В этот раз кубок завоевали спортсмены УЖДТ. На втором месте — автотракторное управление, на третьем — обога- тельная фабрика.

● КОНКУРС

«Вместе весело шагать...»

На Михайловском ГОКе стартовал традиционный конкурс «Семья горняков». На его первом этапе участники представили свои команды в коротких видеосюжетах.

Юлия Ханина
Фото Владимира Авдеева

Всего несколько минут видео — и уже понятно, чем живёт та или иная семья. Тем более что, создавая яркое приветствие, конкурсанты старались вместить в него всё: и общие увлечения, и традиции, и цели. Сценарии писали вместе, так получалось и веселее, и многограннее.

Жюри внимательно смотрело на экран, где друг друга сменяли кадры семейного отдыха, туристических походов, праздников. Семья Полу-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Ольга Серенко,
директор по
персоналу
Михайловского
ГОКа:

“Все трудности, возникающие на работе, преодолевать гораздо легче, когда есть поддержка семьи. Поэтому я желаю участникам конкурса, чтобы их семьи были тем маленьким миром, который будет давать радость, жизненные силы и энергию для новых побед.

лях уже второй раз участвует в конкурсе. Идею своей «визитной карточки» обдумывали несколько дней. Ещё столько же — снимали и монтировали видео.

— Конкурс объединяет. Мы проводим вместе много времени, что-то придумываем, сочиняем, — рассказывает сын горняков Даниил Полулях.

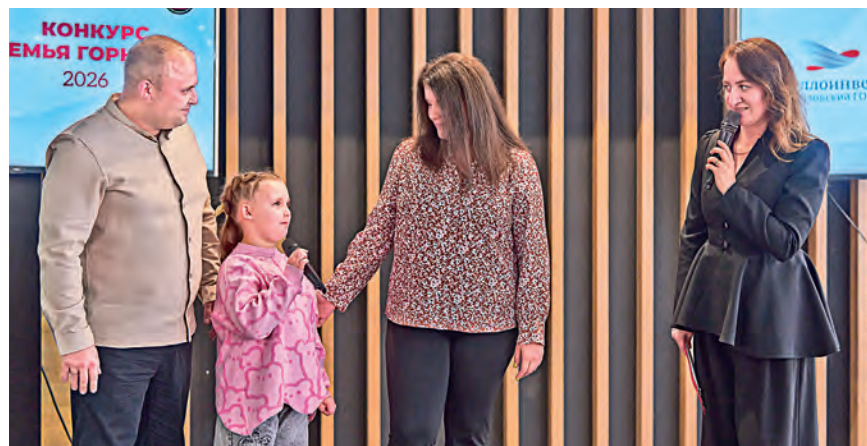
Семья Грачёвых за три года не пропустила ни одного конкурса. В этом году Грачёвых стало уже четверо: в семье родился сын Виктор. О

чём они и рассказали в конце видеовизитки.

— Весь закадровый текст читала дочь Василиса. Девочка была не только диктором, но и автором нескольких реплик, — рассказывает папа Николай Грачёв. — Она сама с удовольствием меняет сценарий, вот только название моей должности — «геодезист» — не сразу выговорила. Пришлось потренироваться.

Впереди у участников — новые испытания: творческие, интеллектуальные и спортивные этапы.

▼ Каждая семья, стремясь показать свои увлечения и традиции, вложила в номер максимум души, терпения и времени



СПРАВКА

Конкурс «Семья горняков» проходит в третий раз. В нём участвуют семьи из разных подразделений комбината. Организаторы — профком, дирекция по корпоративным коммуникациям и устойчивому развитию МГОКа — подготовили для участников несколько этапов соревнований:

- презентация команды;
- семейный спортивный фестиваль «Весёлые старты»;
- тематическая викторина;
- конкурс видеороликов социальной направленности;
- творческий конкурс;
- семейный спортивный фестиваль «Папа, мама, я — спортивная семья».

ПОЗДРАВЛЯЕМ!



С юбилеем, ветераны!

Совет ветеранов МГОКа поздравляет с юбилеем Блинова Владимира Васильевича, Жбанкова Василия Александровича, Сиухина Владимира Григорьевича, Гриник Эмму Сергеевну, Живолуп Любовь Михайловну, Силину Раису Григорьевну, Шевчук Николая Алексеевича, Горлову Валентину Ивановну, Ковалевского Петра Николаевича, Савельеву Аллу Григорьевну, Терешину Владимира Ивановича, Щекунова Вадима Ивановича, Баранова Владимира Анатольевича, Гладких Зинаиду Игнатьевну, Новикову Зинаиду Николаевну, Поддубева Александра Егоровича, Рыбкину Зинаиду Григорьевну, Бордурову Валентину Васильевну, Бородину Татьяну Викторовну, Карачевцеву Веру Николаевну, Ключевскую Зинаиду Фёдоровну, Рудакову Галину Петровну, Грузинову Зинаиду Михайловну, Мордакова Геннадия Захаровича, Подобедова Ивана Андреевича, Рязанцева Владимира Вячеславовича, Сидорова Ивана Ивановича, Бычихину Ирину Викторовну, Андрощик Раису Ефтиевну, Гришину Наталью Александровну, Полякова Леонида Михайловича, Пустовгар Прасковью Ивановну, Селезневу Татьяну Михайловну, Спиридонову Антонину Ивановну, Бессарабова Владимира Гелиевича, Жарикова Алексея Павловича, Качан Александру Васильевну, Павлова Владимира Васильевича, Саватеева Вячеслава Сергеевича, Соколова Любовь Ивановну, Черкасова Петра Анатольевича, Дончеву Нину Ивановну, Жукову Анну Александровну, Капелько Ивана Андреевича, Черепанову Галину Семёновну, Шевченко Любовь Антоновну, Личаеву Нину Васильевну, Острикову Ольгу Мироновну, Скачкова Владимира Николаевича, Гончарову Евгению Николаевну, Миронову Ларису Александровну, Савельеву Людмилу Александровну, Зарубину Антонину Ивановну, Кологривых Наталью Андреевну.

РЕКЛАМА И ОБЪЯВЛЕНИЯ ☎ 8 (4725) 37-40-90

ЛИНИЯ

ГИПЕРМАРКЕТ

ЭКОНОМЬ ВМЕСТЕ С ЛИНИЕЙ!

23.06.2026-06.07.2026 г.

г. Железнодорожск,
ул. Воинов-Интернационалистов, 18

КВАС УТОЛЯЕВ ХЛЕБНЫЙ
1,5л

129⁹⁹

ШАШЛЫК ИЗ СВИНИНЫ
1кг, в маринаде из майонеза, СП

299⁹⁹

КОЛБАСКИ КУБАНСКИЕ
400г

259⁹⁹

СЫР РОССИЙСКИЙ
1кг, 50%, ТМ Живая среда

549⁹⁹

РЫБА ФОРЕЛЬ
1кг, с/м, с/г

699⁹⁹

ЛАВАШ ФРАНЦУЗСКИЙ
400г

49⁹⁹

ЛИНИЯ

ГИПЕРМАРКЕТ

8 800 600 13 13
linia-market.ru

БЫСТРАЯ
ДОСТАВКА

С МОБИЛЬНОГО ПРИЛАВКА

СКАНИРУЙ
И СКАНИРУЙ

Организатор акции АО «Корпорация «ГРИН» ОГРН 1024600040185, ОГРН 1024600040186, Место нахождения: 241037, г. Белгород, ул. Белгородского фронта, д.2, 4-й этаж. Контактный центр: 309000, г. Курск, ул. Димитрова, д. 35, тел. (4712) 37-40-90. Интернет-адрес: 8 (4725) 37-40-90. Доставка товаров могут отличаться от представленных на сайте. Стоимость доставки определяется при согласовании.

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ

Оформление по ТК РФ, полный соц. пакет, стабильная заработная плата

• шеф-повара

• кондитера

• кондитера-оформителя

• подсобного рабочего

• службы эксплуатации

• продавца

• уборщика

• кладовщик

• кладовщик МРЦ

• кассира – продавца

реклама

ВАЖНО!

Не купайся в незнакомых местах

Эта фраза не просто правило, а важнейшее предупреждение о рисках для жизни и здоровья: открытые водоёмы таят множество скрытых угроз.

Почему это опасно

Неизвестное дно. Там могут скрываться коряги, острые камни, сваи или другие предметы, которые способны нанести серьёзную травму.
Опасное течение и водовороты. Плыть против такого течения крайне сложно: можно быстро потерять силы.
Отсутствие спасателей. На необорудованных пляжах просто некому оперативно помочь в случае ЧП.
Риск инфекций. Вода в неизвестных водоёмах может быть источником патогенных бактерий, вирусов или паразитов. Если вы стали свидетелем происшествия на воде, немедленно звоните в службу спасения по номеру 112.

Что делать

Выбирайте оборудованные места для отдыха. В Железнодорожске официально разре-

но купаться только на муниципальном городском пляже. Там всегда дежурят профессиональные спасатели, которые помогут в экстренной ситуации.

Режим работы:
• ежедневно с 7:00 до 21:00;
• понедельник — санитарный день (пляж закрыт).

Соблюдайте правила безопасности, будьте внимательны и осторожны!

Купим ваш автомобиль. Дорого. Тел.: 8-951-154-94-38.

Грузовые перевозки. Газель, 1,5 тонны, тент. Круглосуточно. Тел.: 8-960-683-76-44.

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ НА ДОМУ.

Выезд в район. Вызов бесплатно. 8-920-709-66-79

Ремонт бытовых холодильников и морозильных камер на дому. Качество. Гарантия. Выезд в район. Огромный выбор и наличие запчастей. Большой опыт! Тел.: 8-919-273-73-18, 8-904-520-12-68.

Ремонт холодильников на дому. Гарантия. Пенсионерам хорошая скидка. Тел.: 8-950-873-28-12.

Грузоперевозки, услуги грузчиков. Строительные работы. Мастер на час, спил деревьев, другие работы. Тел.: 8-950-875-81-83, 8-910-211-44-65.

Ремонт квартир, обои, шпатлёвка, линолеум, ламинат. Тел.: 8-910-315-33-10.

Грузчики с транспортом. Тел.: 8-919-175-61-24.

РЕКЛАМА

8 (4725) 37-40-90, «Курская руда»

8-920-200-61-81

реклама

ПАМЯТНИКИ

Предъявителю купона скидка 3 %

Гранит, мрамор, комплексы

Оградки, столы, лавки

Вазы, лампадки, венки, корзинки

Доставка, установка, облицовка

Бесплатное хранение

Рассрочка платежа

ул. Энтузиастов, 9 (вход со стороны храма), 8-908-128-71-71.

ул. Никитина, 13 (маг. "Мастерская памятников") 8-991-331-51-21.

реклама

СКОРБИМ...

Совет ветеранов АО «Михайловский ГОК имени А. В. Варичева» и коллективы подразделений глубоко скорбят по поводу смерти бывших работников: управление — ветерана комбината **Ежели Натальи Васильевны**; РУ — **Полушко Василия Ивановича**, **Казанцева Александра Анатольевича**, **Королевой Татьяны Максимовны**, **Моисеева Ивана Григорьевича**; ОФ — **Тариновой Антонины Дмитриевны**, **Фомичевой Любови Фёдоровны**; УЖДТ — **Шаповалова Владимира Ивановича**, **Немцева Владимира Иосифовича**; АТУ — ветерана комбината **Сумина Валентина Васильевича**; ДСФ — почётного ветерана комбината **Кашина Александра Павловича**, **Иванилова Анатолия Петровича**; энергоцентр — **Старикова Ивана Владимировича**; УПЗЧ — **Реутова Василия Ивановича**; ОДУ — **Махалиной Валентины Алексеевны**; ЦОП — **Удалых Валентины Петровны**; агрофирма «ГОРНЯК» — **Кабановой Пелагеи Ивановны** — и выражают искренние соболезнования родным и близким покойных, разделяя с ними боль и горечь утраты

Курская РУДА
26 июня № 12 (3153)

Учредитель:
ООО «Медиацентр»

Свидетельство: СМН ПИ № ТУ46-00246 от 08.09.2016, выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Курской области

Редакция не всегда разделяет точку зрения авторов публикаций. Рукописи и письма не рецензируются и не возвращаются. За содержание рекламных материалов и частных объявлений редакция ответственности не несёт. Материалы, отмеченные *, печатаются на коммерческой основе.

Адрес издателя: 309516, г. Старый Оскол, мкр-н Ольминского, 12, оф. 201.
Адрес редакции: 307170, Курская область, г. Железнодорожск, ул. Ленина, 25.
Отдел рекламы: 8 (4725) 37-40-90, 8-920-200-61-81.

Главный редактор: Д. Е. Голоцуков, 9-62-68.
Телефоны редакции: 8 (47148) 9-62-67, 9-65-67.

Газета отпечатана в ООО «БТ», 308519, Белгородская область, Белгородский район, пос. Северный, ул. Берёзовая, 1/12.

Подписано в печать 25.06.2026. Цена — свободная. Заказ № 02384-26. Распространяется по подписке. Объём — 4 печатных листа. Тираж: 5 840 экземпляров.

12+

ДЕНЬ МОЛОДЁЖИ

Легко ли быть молодым?

Чего не хватает сегодняшней молодёжи и о чём она мечтает

Режиссёр Юрис Подниекс 40 лет назад снял одну из лучших отечественных документальных кинолент. Фильм «Легко ли быть молодым» стал настоящей сенсацией. Тот редкий случай, когда люди выстраивались в очередь за билетами, чтобы посмотреть документальное кино. О нём говорили, спорили, писали. Честный, непривычно откровенный фильм Подниекса заставил старшее поколение по-другому посмотреть на молодёжь и себя самих. Сегодня уже нет в живых некоторых героев картины, при загадочных обстоятельствах погиб её автор. Нет уже и той страны. Поколение, отвечавшее на вопросы авторов фильма, само стало старшим. А он, как ни странно, смотрится по-прежнему актуально.

А чего хотят сегодняшние молодые люди? Как относятся к критике со стороны старших? Что думают о конфликте отцов и детей? О чём мечтают? Эти вопросы мы задали представителям сегодняшней молодёжи. Кажется, что их ответы не сильно отличаются от тех, что прозвучали 40 лет назад. Они такие же, как мы. Только другие.



Для счастья нужна семья

Мария КИРЕЕВА,
специалист по ОТиПБ
управления по ремонту
электроэнергетичес-
кого оборудования
ОЭМК:

— На слова «молодёжь нынче не та пошла» реагирую спокойно, потому что так было и раньше. Старшее поколение всегда не понимало молодёжь. Да что там говорить?! Мне всего 26 лет, и я уже не всегда догадываюсь, о чём говорят нынешние подростки, и порой удивляюсь тому, как они одеваются... В такие моменты ловлю себя на мысли: «А



вот мы такими не были...»

С тем, что современная молодёжь не имеет целей, не стремится работать и создавать семьи, я не со-

гласна. Такие люди были во все времена. Не думаю, что сегодня их больше, чем раньше. Возможно, сейчас они на виду, потому что среди них немало блогеров, которые через интернет транслируют такой беззаботный образ жизни. Потому и складывается такое впечатление.

У молодёжи две главные проблемы — покупка жилья и автомобиля. Проценты высоки и по ипотеке, и по автокредитам. Недвижимость и автомобили тоже подорожали. Именно поэтому семьи сейчас создают в более позднем возрасте, чем раньше. И это не

по причине инфантильности, а наоборот, из-за чувства ответственности. Мы стремимся сначала купить жильё, чтобы в нём уже растить своих детей.

Мне не знакома проблема конфликта отцов и детей. Не помню, чтоб сильно бунтовала в подростковом возрасте. И на работе немало коллег старше меня. И при этом мы общаемся на равных, уважаем мнение друг друга, и я не ощущаю этой разницы в возрасте.

Моя мечта — создать семью и родить детей. Возможно, это не звучит как-то глобально, но это то, что нужно для счастья лично мне.



Мы не остановимся на достигнутом

Кирилл УСИКОВ,
помощник машиниста
тягового агрегата УЖДТ
Михайловского ГОКа:

— Каждое новое поколение чем-то отличается от предыдущего. И я не скажу, что сегодняшняя молодёжь плохая. Она просто другая. Я бы назвал этих ребят «виртуальным» поколением. Они, безусловно, хороши в цифровом мире: виртуозно владеют гаджетами, мгновенно находят любую информацию. Но есть у этой цифровой ловкости и обратная сторона.

Мне кажется, многим из них сегодня не хватает навыков живого общения.

Им сложнее выходить на контакт, заводить друзей или искать вторую половинку в реальном мире. Кроме того, современные ребята, на мой взгляд, менее приспособлены к суровой ежедневной рутине: они не горят желанием заниматься физическим трудом, сторонятся сложной работы. А главное — зачастую боятся брать на себя ответственность. Они очень ценят личную свободу, но в будущем это может стать помехой для создания семьи. Им проще снять короткий ролик на телефон в поисках лёгких денег, чем встать к станку.

Однако, рассуждая о молодости, я убеждён: пока ты молод, нужно получать удовольствие от жизни. Для меня и моей супруги главное наслаждение — это наши путешествия. Мы уже побывали в Калинин-

граде, Санкт-Петербурге, Москве, Нижнем Новгороде, Волгограде, Казани и в Крыму. А в планах — Краснодарский край и Кавказ.

Здорово, когда ты работаешь и можешь позволить себе увидеть мир. С каждым новым городом мы расширяем кругозор, то есть меняемся в лучшую сторону. И совсем не хотим останавливаться на достигнутом. Уверен, это и есть главный секрет молодости души.

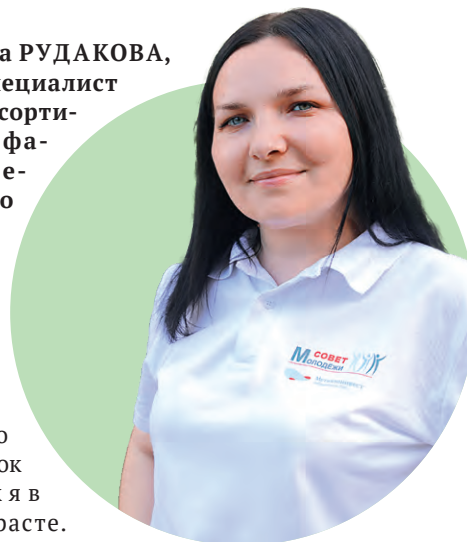
Чтобы был мир

Екатерина РУДАКОВА,
ведущий специалист
дробильно-сорти-
ровочной фабрики Лебе-
динского
ГОКа:

— На выпады в адрес молодёжи реагирую спокойно. Сама замечая, что сын-подросток не такой, как я в том же возрасте. Разное время — разные поколения. Отсюда иногда возникают разногласия. Мне с этим повезло, потому что конфликтов из-за непонимания с родителями не было и нет. Разве только расходимся в политических взглядах. Они жили при коммунистическом строе и время до развала СССР считают лучшим.

В корне не согласна с тем, что молодёжь ничего не умеет и не хочет. Наоборот, ребята стали более прагматичными. Никто не спешит выходить замуж и рожать детей сразу после школьной скамьи. Предпочитают отучиться, устроиться на работу, сделать карьеру, обеспечить финансовую подушку и уже после 30 лет создать семью. То есть закладывают фундамент для качественной жизни в будущем.

Что волнует молодёжь,



так это квартирный вопрос. Раньше с этим было гораздо проще. Родители вставали на очередь и знали, что получают жильё. У нас нет такой возможности. Единицы получают недвижимость от семьи, остальные вынуждены снимать или жить несколькими поколениями под одной крышей. Процентная ставка по кредитам и ипотекам делает мечту о своём жильё очень отдалённой.

Несмотря на трудности, молодым быть хорошо. Жизнь крутится, вертится, и впереди перспективы.

Моя мечта банальная. Хочу, чтобы родные, близкие и я в том числе были здоровы. Чтобы поколения находили общий язык. Чтобы мы шли в ногу со временем, а не оглядывались назад. Чтобы был мир во всём мире.

Подготовили Ольга Ульянова,
Наталья Хаустова, Мария Коротченкова
Фото Владимира Авдеева,
Александра Белашова, Валерия Воронова