

**За эмоциями — на завод!**  
Какие возможности для промтуристов предлагает Металлоинвест

2 ➔

**Пора заняться собой**  
Кому и зачем нужен здоровый образ жизни

6 ➔

**Высший разряд**  
Почему токарь Сергей Дугинов не любит почитать на лаврах

8 ➔



Металлоинвест  
ОЭМК

ЭлектроСТАЛЬ

№ 7 (2245)

11 АПРЕЛЯ 2025 ГОДА

НОВОСТИ

# МЕТАЛЛОИНВЕСТА

ДЕНЬ КОСМОНАВТИКИ



Фото Александра Белашова

## Это просто Космос

В недавнем прошлом Сергей Толмачёв работал на Лебединском ГОКе машинистом электровоза, а Евгений Лашин — начальником цеха на заводе горячебрикетированного железа. Сейчас оба на пенсии. И с удовольствием принимают участие в воспитании внука с необычным именем — Космос.

➔ 5



## ПРОМТУРИЗМ

## За эмоциями — на завод!

Какие возможности для промтуристов предлагает Металлоинвест

Компания представила программы промтуризма на международной выставке «Отдых-2025» в Минске.

Алёна Гранкина  
Фото Максима Малиновского

Экзотические пляжи и родные пенаты, санатории и агроусадьбы, городские экскурсии и дегустации на сыроварнях — судя по многообразию представленных на выставке вариантов отдыха, современного туриста удивить непросто. Количество участников за год выросло вдвое — почти 600 экспонентов. Среди представленных стран — не только Россия и Беларусь, но и Куба, Палестина, Таиланд, Турция, Оман...

## Неочевидный эффект

Обмен опытом в сфере промышленного туризма позволит ещё больше укрепить связи России и Беларуси. Стороны даже подумывают о совместных туристических маршрутах, косвенным эффектом которых может стать расширение партнёрских



связей между промышленниками, отмечает замдиректора департамента многостороннего экономического сотрудничества и спецпроектов Минэкономразвития России Игорь Максимов.

В числе отечественных промышленных гигантов, которые презентовали свои маршруты, — сразу три предприятия Металлоинвеста.

— Мы максимально заинтересованы в выходе на международный рынок, — говорит начальник

управления корпоративных мероприятий, специальных проектов и протокольного сопровождения Металлоинвеста Елена Хохрина. — Тем более что сейчас Агентство стратегических инициатив расширяет кооперацию с партнёрами из Беларуси.

## Приезжайте в гости!

Посетителям выставки предлагали изучить продукцию металлургов. Причём те же окаты-

ши можно было не только подержать в руках, но и попробовать на вкус: их привезли на выставку ещё и в виде шоколадных конфет. А ещё — познакомиться с ростовой куклой Окатышем: он приглашал гостей на Михайловский ГОК.

Лебединцы призывали посетителей стенда увидеть самый большой железорудный карьер, который дважды занесён в Книгу рекордов Гиннеса. А их коллеги с ОЭМК предлагали на выбор сразу пять промышленных маршру-

◀ На предприятиях Металлоинвеста всегда рады гостям, отмечает менеджер промышленного туризма ОЭМК Оксана Дурнева

тов — от ознакомительной экскурсии для самых маленьких до насыщенной программы, включающей посещение пяти цехов комбината, для тех, кому интересны все нюансы современного производства.

## Всё по ГОСТу

Свои двери для гостей ОЭМК открыл всего два года назад. В 2025-м предприятие первым в стране успешно прошло сертификацию на соответствие ГОСТу в сфере промышленного туризма. Подтверждающий документ комбинату передали прямо на выставке.

— Этот сертификат свидетельствует о высоком качестве наших маршрутов и высоком уровне безопасности гостей на наших экскурсиях, — говорит директор по социальным вопросам ОЭМК Наталья Кудиярова. — Уверена, что так же успешно в ближайшее время пройдут сертификацию и другие наши предприятия — Михайловский и Лебединский ГОКи.

## ● ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

## Точка отсчёта — комбинат

Экскурсия по маршруту «От руды до проката» стала подарком участникам всероссийской олимпиады «Я — профессионал» из числа будущих металлургов, инженеров, экологов, учителей, журналистов и IT-специалистов.

Юлия Шехворостова  
Фото Александра Белашова

— Студенческая олимпиада в том числе позволяет пройти стажировку и трудоустроиться в ведущие компании страны, — говорит менеджер по коммуникациям олимпиады Владислав Новарчук. — Наш ключевой партнёр — Университет МИСИС — совместно с Металлоинвестом организовали экскурсию по предприятиям компании для ребят, которые выбрали инженерные и технические направления.

За один день студенты проследили всю цепочку производства металла. В Губкине услышали историю открытия богатств КМА, увидели Лебединский карьер, подержали в руках горяче-



▲ Туристы не отказались потерять каску сталевара на удачную карьеру

брикетированное железо. Знакомство с ОЭМК началось в музее предприятия, а продолжилось в «горячих» цехах. Электросталеплавильные печи и 10-тонные стальные заготовки, которые с лёгкостью переворачивались на реверсивной клети, никого не оставили равнодушными.

## «Планирую прийти к вам!»

Одни студенты просто расширили кругозор, другие — явно присматривались к предприятиям как к будущему месту работы. А потому вопросы к гидам поступали деловые: какой соцпакет предоставляет компания, много

## СПРАВКА

► Всероссийская олимпиада «Я — профессионал» помогает студентам найти призвание и превратить амбициозные идеи в реальные достижения. «Полевые» экскурсии на производства позволяют участникам увидеть, чем дышит индустрия, познакомиться с запросами рынка труда и понять, каких сотрудников ждут компании.

ли молодых сотрудников, какая зарплата? Как выяснилось, один из определяющих факторов при выборе места работы — возможность профессионального роста. Азамат Каххоров из Узбекистана учится в Москве по металлургическому направлению и уже ищет работу.

— Когда знакомимся с металлургией по книгам, видеороликам, — это одно. Но когда попадаешь на предприятие и видишь всё своими глазами, ощущаешь тепло печей, держишь в руках брикет — это непередава-

емые эмоции, — говорит он. — Экскурсия превзошла ожидания. Страху никакого не было, ведь при соблюдении техники безопасности ничего не случится. А у вас с этим строго: очки, респираторы выдали, инструктаж провели, в цехах — разметка. Планирую прийти к вам работать!

## На удачу

Профориентационные экскурсии в Металлоинвесте проходят регулярно.

— Молодёжь всегда воспринимает информацию позитивно, — говорит гид по Лебединскому ГОКу Сергей Семенченко. — Они активные, открытые, не стесняются задавать вопросы, шутят. На экскурсиях стараюсь не просто объяснить, что и как мы делаем, но заинтересовать ребят профессией горняка. Возможно, кто-то из нынешних туристов станет моим коллегой.

Рассуждая о развитии, туристы не проигнорировали предложение потерять каску сталевара на удачную карьеру. К науке это никакого отношения, конечно не имеет. Но студенты во все времена верили в приметы.



ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

# За «Железными перспективами»

## Что нового узнали о Металлоинвесте участники ярмарки вакансий

Университет МИСИС провёл в Москве встречу старшекурсников и их потенциальных работодателей. Металлоинвест рассказал участникам ярмарки вакансий о карьерных возможностях.

Юлия Шехворостова

Выпускник Владимир Кробакцив к возможному переезду относится спокойно:

— Я не привязан ни к одному городу, готов и в тайгу, и в степь. О Металлоинвесте знал, поэтому подошёл к стенду. Компания перспективная, предлагают очень хорошие условия.

На ярмарке вакансий Металлоинвест привлекал «Железными перспективами» — программой оплачиваемых стажировок для студентов технических и естественнонаучных специальностей. Заходили с козырей.



▲ Кирилл Сидоров и Татьяна Евсюкова предлагали студентам заполнить анкеты на проходжение практики или стажировки

— Во время практики ребята получают 35 тысяч рублей. Они могут совмещать учёбу и работу. Программа предусматривает профессиональное сопровождение и поддержку опытными наставниками. Так что на производство придут более подготовленные, — рассказывает специалист по работе с молодёжью и брендом работодателя Кирилл

Сидоров. — Некоторые студенты готовы приехать, например, в Железногорск. А в дальнейшем решат: трудоустроиться или менять специфику.

Действуя в тандеме, вуз и компания стараются отвечать на запросы современной индустрии, запускают новые проекты. Так, недавно открыли три образовательные траектории, которые по-

зволят на системной основе готовить специалистов для «зелёной металлургии».

Университет МИСИС — главный, но не единственный партнёр компании. Студенты белгородских, воронежских, орловских, тульских и ряда столичных вузов тоже знают о Металлоинвесте. Ярмарку вакансий посетили учащиеся РГГУ. Глав-

ный специалист службы подбора персонала Михайловского ГОКа Татьяна Евсюкова попросила будущих маркшейдеров заполнить анкеты:

— В рудоуправление отдам. Они будут счастливы!

Стенд Металлоинвеста пользовался популярностью. Выпускники интересовались трудоустройством, старшекурсники — практикой и стажировкой. Все получили исчерпывающие ответы и интересные предложения. Металлоинвест тоже уехал с определённым багажом.

— Нам удалось привлечь внимание студентов, — рассказывает Татьяна Евсюкова. — Анкеты заполнили порядка 70 человек. Актуальные направления для Металлоинвеста — энергетика, машиностроение, металлургия, горное дело, автоматизация процессов и производств, теплотехника. Мы привлекаем специалистов стабильностью, зарплатой, соцпакетом, возможностью развиваться. Надеемся вскоре увидеть этих ребят в нашем коллективе!

Проректор по образованию НИТУ МИСИС Андрей Воронин пригласил компании-партнёров на защиту дипломов.

— Это лучшее время и место, чтобы делать предложения о работе.

57

компаний-работодателей участвовали в весенней ярмарке вакансий Университета МИСИС в Москве.

● ЗНАЙ НАШИХ!

## «Начинаем с азов. Вернее — с СИЗов!»

Тележурналисты Медиацентра получили награду все-российской премии «Лучшее корпоративное видео».

Алексей Строев  
Фото Михаила Непринцева

Конкурс на протяжении двух десятилетий проводит Ассоциация директоров по коммуникациям и корпоративным медиа России (АКМР). В этом году участников оценивали в 40 номинациях. За победу боролись ведущие игроки медиарынка и крупные российские компании.

Команда Медиацентра победила в номинации «Видео по охране труда и промышленной безопасности». Журналисты сняли и смонтировали вводный инструктаж для работников, которые приходят работать на Михайловский ГОК. Именно с него начинается их знакомство с комбинатом.

Динамичные съёмка и монтаж, яркая инфографика, профессиональная работа ведущей в кадре, пошаговая инструкция

и даже «вредные советы» получили высокую оценку экспертного совета.

— Наш видеоролик — о том, что должен и чего не должен делать сотрудник, — отмечает начальник корпункта и автор сценария Алексей Строев. — Рассказываем об этом понятным и простым языком, иногда с юмором, на фоне эффектного видеоряда. Начинаем с азов, вернее, с СИЗов.

Какую защитную экипировку надевает работник? Как он передвигается по цехам предприятия или вдоль железнодорожных путей? Мы визуализировали полный свод правил, которые необходимы каждому.

В работе над видеороликом участвовали специалисты дирекции по охране труда и промышленной безопасности и сотрудники управления корпоративных

коммуникаций МГОКа.

— Человек воспринимает видео лучше, чем сухую лекцию специалиста по ОТиПБ. Особенно сейчас, когда молодёжь предпочитает смотреть, а не читать или слушать, — уверен главный специалист по охране труда Михайловского ГОКа Никита Ездин. — Это очень важно: сотрудник соблюдает требования только тогда, когда понимает их.

### СМОТРИТЕ САМИ!

► Чтобы посмотреть победивший в конкурсе видеоролик, отсканируйте QR-код с помощью камеры смартфона:



▲ Главный редактор Медиацентра Галина Филоненко и гендиректор организации Сергей Иванов с наградой

### ПРЯМАЯ РЕЧЬ

**Антон Захаров,**  
управляющий директор Михайловского ГОКа:

«Повышение уровня культуры безопасности — один из приоритетов Металлоинвеста. Важная роль в этом процессе отводится корпоративным коммуникациям. Посредством различных инструментов и каналов информирования мы развиваем проактивное, ориентированное мышление, помогаем людям осознанно подходить к собственной безопасности, прививаем сотрудникам привычку трудиться без рисков для жизни.»

**Сергей Иванов,**  
генеральный директор Медиацентра:

«Меньше всего на свете мы хотели выпустить скучную видеинструкцию по охране труда, которая улетучится из головы сразу после просмотра. Любая информация должна «цеплять» зрителя, а в нашем случае — не просто привлечь внимание, но ещё и отложиться в памяти. Судя по реакции целевой аудитории и откликам экспертов конкурса, нам это удалось.»



## КРУПНЫЙ ПЛАН

«КТО БЫ МОГ ПОДУМАТЬ,  
ЧТО ЭТО ТОЛЬКО НАЧАЛО!»

Что общего у сотрудников МГОКа и космонавта Александра Горбунова

В середине марта на Землю вернулся международный экипаж Crew-9. В числе космонавтов был и уроженец Железногорска Александр Горбунов. На Международной космической станции он провёл почти полгода.



Фото из архива NASA,  
ФГБУ «НИИ ЦПК  
имени Ю. А. Гагарина»

## Добрый и отзывчивый

Мальчик Саша учился в школе № 6 Железногорска. Его улыбку, застенчивую, почти гагаринскую, хорошо помнит классный руководитель в 10-11 классе — учитель биологии и завуч школы Татьяна Проскурина. Говорит, что при таком обаянии на всех детских фотографиях Саша как будто старался спрятаться за друзей, никогда не выделялся, а ведь было чем гордиться.

В их школьном выпуске было сразу четыре золотых медалиста, и Александр — среди них. Побеждал на муниципальных и областных олимпиадах по технологии и биологии. Подумывал связать будущую профессию с молекулярной биологией, но в итоге выбрал технический институт.

— С красным дипломом окончил вуз, овладел разговорным английским, занимался спортом, — перечисляет педагог. — Очень упорный и целеустремлённый человек!



## И космонавт, и водолаз

Физическая закалка пригодилась Александру, когда после окончания Московского авиационного института по специальности «космические летательные аппараты и разгонные блоки» он, поработав инженером в отделе проектирования транспортных грузовых кораблей, приступил к космической подготовке. Прошёл медобследование в Институте медико-биологических проблем. Получил допуск Главной медицинской комиссии. И был

рекомендован к зачислению на должность кандидата в космонавты-испытатели.

Будущих покорителей звёзд тренируют выживать в любых условиях. На сайте Центра подготовки полётов есть рассказ о том, как в 2019 году четыре космонавта Роскосмоса провели в лесисто-болотистой местности полтора месяца вместе с коллегами из США, ОАЭ и Италии, «продемонстрировав профессионализм, мужество и выносливость перед лицом стихии».

Летом того же года Горбу-

нов прошёл водолазную подготовку в Ногинском спасательном центре МЧС России, сдал экзамен с присвоением квалификации «водолаза». А потом прошёл полный цикл «водного выживания» недалеко от Сочи.

И это ещё не все испытания на прочность. Была лётная практика на самолёте, специальная парашютная подготовка, тренировки в условиях невесомости, воспроизводимые на борту самолёта-лаборатории, испытания в сурдокамере, отработка действий после приземления космического аппарата в условиях пустыни и в степи зимой.

На МКС Горбунов попал летом прошлого года. За новостями о прославленном земляке следил весь Железногорск. В том числе — и его одноклассники, которые работают на Михайловском ГОКе. Мы попросили их поделиться воспоминаниями о космонавте.

Алёна Мяснянкина,  
Мария Коротченкова

## ПРЯМАЯ РЕЧЬ



**Андрей Губарев,**  
ведущий специалист  
управления по эффективности  
производственных активов  
Михайловского ГОКа:

Мы с Сашей «прошли» всю школу — с 1-го по 11-й класс. А в восьмом и девятом даже сидели за одной партой. Частенько играли в волейбол и футбол. В старших классах учитель по труду Виктор Петрович Полторанин увлёк нас моделированием. Саша, я и ещё двое мальчишек собирали модели подводных лодок и самолётов. На одну из них у нас уходило порядка полутора лет, ведь размеры изделия были внушительными — до двух-трёх метров. Каркас делали из фанеры, а пустоты заполняли пенопластом. Обработывали, добавляли световые и звуковые эффекты, даже могли поставить небольшой моторчик. Работы отправляли на различные областные конкурсы и выставки, занимали призовые места. После школы мы разъехались по разным городам, поэтому общались мало. Но мы всегда следим за успехами своего товарища. Вот сейчас ждали его возвращения на Землю. И, конечно же, гордимся им!



**Евгений Павлов,**  
машинист автототрисы  
управления железно-  
дорожного транспорта  
Михайловского ГОКа:

Уже в школьные годы Саша был серьёзным человеком. Мы где-то могли похулиганить, а он всегда был ответственным и строгим. Хорошо помню один случай. Учитель опаздывал на урок. Поэтому мы всем классом решили уйти домой. Все же знают школьное правило: если учителя нет 15 минут — занятие отменяется. Саша от коллектива не отделился: уходил вместе со всеми, хотя ему это явно не нравилось. Он любил учиться. На переменах я постоянно списывал у него «домашку» по алгебре и геометрии. Хотелось бы ещё и во время контрольных подсмотреть, но он сидел на первых партах, а я — на галёрке. После школы мы уже не виделись. У каждого закрутилась своя жизнь. Но за успехами Саши мы сейчас следим всей семьёй: одноклассница Настя стала моей женой. Так что вместе с ней радуемся за него.



**Сергей Краснов,**  
специалист по планированию  
ремонтов фабрики окомкования  
Михайловского ГОКа:

Вместе с Александром мы учились с 10-го класса. Он выделялся грамотностью, интеллектом, ему легко давалась учёба. Никогда не «зубрил». Прочитал, запомнил — и ответил на отлично. Участвовал в олимпиадах, занимал призовые места. Причём шёл туда с удовольствием и желанием, а не потому что учитель попросил. Наш одноклассник любил моделирование и конструирование. О космосе он тогда ничего не говорил. Просто занимался тем, что ему нравилось. Он хотел стать инженером, поступил в московский вуз. В первые два года после школы мы иногда виделись летом, во время каникул, в общих компаниях. И Александр с горящими глазами рассказывал, как ему нравится учиться. В последний раз встретились в 2014-м году. Саша сообщил, что, окончив вуз, работал по специальности в городе Королёве в Подмоскowie. А также о своём новом увлечении — полётах на парплане. Кто бы мог подумать, что это только начало!



КРУПНЫЙ ПЛАН

# Это просто Космос

## Откуда у внука пенсионеров ЛГОКа «космическое» имя

Ему семь лет, и он учится в губкинской школе № 2. Обычный первоклассник с необычным именем — мальчика зовут Космос.

Татьяна Денисова  
Фото Александра Белашова

### «Наверное, Костик?»

Кристина и Антон Лашины старшего сына назвали Макаром. А вот насчёт младшего ещё до его появления на свет решили: назовём Космосом! Так и случилось — к немалому удивлению бабушек и дедушек.

— Они очень переживали, какое же отчество будет у детей сына — Космосовна, Космосович? — улыбается Кристина Лашина. — Думали: шутим. Мы успокаивали: отчество сейчас только в паспорте пишут!

В поликлинике или на детской площадке иные родители округляют глаза, когда слышат рядом «Иди сюда, Космос! Поторопись, Космик!». Кто-то спрашивал, а как на самом деле зовут малыша: «Наверное, Костик?».

— Мы никогда не слышали каких-то насмешек. Наоборот, только восхищение, — уточняет мама.



◀ В недавнем выпуске журнала Металлоинвеста «Рудик» есть история про космонавта, заинтересовавшая Космоса

улыбается Сергей Толмачёв. — Зимой бастионы из снега строим. Недавно небольшие окопы копали: Космик военное видео мониторил. Ну, и помогает всегда. Я кирпичи таскаю, и он — рядом.

— И как лопатой снег убирать, Космос тоже знает, — добавляет Евгений Лашин. — Мы ведь и на пенсии по своему духу остаёмся лебединцами. Поэтому учим внука быть мужиком. Чтобы многое умел делать своими руками.

### Любит космический борщ

И всё же тяга к звёздам у Космоса есть. Иногда разглядывает с мамой ночное небо. Прочитал и книгу о космосе. Распробовал еду в тубиках, «как у космонавтов»: её можно купить на некоторых автозаправках.

— Мы ни разу не пожалели, что назвали его Космосом, — говорит Кристина Лашина. — Это наша маленькая Вселенная!

— Мы счастливы, что у нас есть свой Космос. А если внучка Луна родится, то будем и ей рады, — смеётся Сергей Толмачёв

### «Хочу стать морпехом»

Представить Космоса в скафандре космонавта сложно, говорят родственники. Его стихия — игрушечная военная техника и солдатики, а любимый костюм — камуфляжный — с каской и бронежилетом. Часто примеряет дома папины береты — тот служил

на морфлоте. А на нашу встречу мальчик пришёл с маленьким истребителем в кармане.

— Хочу стать морпехом, — говорит первоклассник. — Люблю читать военные книги. Играю с дедушками в шахматы. Хожу на плавание. Папа учит правильно отжиматься, лазать по канату.

Оба дедушки мальчика до

выхода на пенсию долгое время работали на Лебединском ГОКе. Сергей Толмачёв — машинистом электровоза УЖДТ, а Евгений Лашин — начальником цеха на заводе горячебрикетированного железа. И, конечно, оба души не чают в своём смышлённом внуке.

— Приехав на дачу, внук сразу просит: «Дед, давай повоюем», —

### СРЕДИ НАС

## Каково это — быть тёзкой?

Когда ваши родители выбрали вам имя, они понимали, что в сочетании с фамилией вас будут ассоциировать с известным человеком?

Как вам помогла или мешала ваша космическая фамилия?

Мечтали ли вы о космосе?

Если бы вам сейчас предложили полететь на одну из космических планет, согласились бы? И если да, то на какую именно?

Родители просто выбрали из имён, которые нравились. Уже после поняли, что мы с известным конструктором — тёзки. А вот у моего тестя Юрия день рождения прямо в День космонавтики — 12 апреля. Его назвали в честь Гагарина. Так что космическая тема нашей семье близка.

По ассоциации со знаменитым конструктором меня везде сразу запоминали. Особенно преподаватели. Иногда это мешало — лишней раз к доске вызывали. И, проверяя по списку присутствующих, других ребят могли пропустить и даже не заметить, что их нет на занятиях. Но про меня никогда не забывали: «Королёв на месте?».

В детском саду почти на всех моих рисунках были планеты, звёзды и ракеты. Воспитатели и родные говорили: «Космонавтом будешь!». Но с детства меня так укачивало на качелях и в транспорте, что понял: космические перегрузки — точно не для меня.

В пределах нашей Солнечной системы «ловить нечего»: нет пригодных для жизни планет, кроме Земли. Так что я бы с удовольствием попутешествовал в другие галактики — вдруг там всё по-другому?..

Сергей Королёв, ведущий специалист участка фабрики окомкования ЛГОКа:



Алексей Леонов, электрогазосварщик сортопрокатного цеха № 1 ОЭМК:



Когда мои родители выбрали мне имя, то даже не задумывались о таком совпадении. 49 лет назад, когда я появился на свет, Алёшами называли очень многих мальчишек.

Я не скажу, что моя космическая фамилия мне в чём-то помогала или мешала. Конечно, кто-то удивлялся, узнав, что я полный тёзка знаменитого Алексея Леонова. Спрашивали, не родственники ли мы. В ответ я шутил: «Мой родной дядя».

Раньше День космонавтики был большим праздником для всех. Мы всегда отмечали его в школе. Узнавали много интересного о космонавтах, в том числе и Алексея Леонове, который первый в мире вышел в открытый космос. Для нас он был самым настоящим героем наравне с первым космонавтом Юрием Гагариным.

Ну, сейчас вряд ли. Был бы моложе, то выбрал бы Марс. Просто интересно посмотреть, есть ли там что-то живое.



## ПРОФИЛАКТИКА

# Пора заняться собой

## Зачем вообще нужен здоровый образ жизни

Какие выгоды даёт забота о своём организме, как начать следовать здоровым принципам и чем может помочь ваша старая фотография, рассказывает главный врач Белгородского областного центра медпрофилактики Татьяна Михайлова.

### Без звончков

— Татьяна Владимировна, представим, что я типичный обыватель, который редко задумывается о том, что полезно и что вредно для его организма. Ем, что нравится, после работы и по выходным люблю поваляться на диване, выпиваю, курю. Почему я должен меняться? Что мне может такого дать ЗОЖ?

— Если кратко и по существу — как минимум десять дополнительных лет жизни. Причём жизни продуктивной, не омрачённой тяжёлыми заболеваниями, постоянным приёмом лекарств и больничной койкой. Это в перспективе. Но и сегодня ЗОЖ даст вам снижение ежедневного риска сердечно-сосудистых катастроф.

Этот риск сегодня рассчитывают с помощью специального инструмента — шкалы SCORE. Она доступна в интернете, и с её помощью каждый может узнать, как негативные факторы — высокий холестерин, давление, курение и возраст — влияют на вероятность инфаркта или инсульта в ближайшие десять лет. Воспользовавшись этим инструментом, вы сможете не только оценить риски для здоровья, но и выделить наиболее опасные из них.

— Какой «тревожный звоночек» говорит о том, что нужно срочно браться за своё здоровье?

— За здоровье нужно браться, не дожидаясь никаких звончков. Когда они возникают, повернуть назад негативные изменения в организме уже очень трудно. Но когда человек в принципе здоров, насторожить его должно, например, снижение устойчивости к нагрузкам. Вчера, например, он легко поднимался по лестнице на десятый этаж, а теперь останавливается передохнуть уже на третьем.

Самый простой и наглядный способ оценить себя — взять свою фотографию прошлых лет, где вы красивы, молоды, полны сил. И сравнить с собой нынешним. Если вы не похожи на «того» себя — выросли щёки, появились складки — пора что-то менять!



▲ За здоровье нужно браться, не дожидаясь никаких «тревожных звончков»

### Стратегия маленьких шагов

— Вы меня убедили, я готов к здоровому образу жизни. С чего начинать?

— С изучения вопроса. Помочь в этом может замечательный портал «Так здорово», созданный под эгидой Минздрава России. Здесь уже собраны все рекомендации по ЗОЖ: как настроиться, что делать, на что обратить внимание.

Второй источник — Центры здоровья (они есть в Губкине, Железногорске и Старом Осколе — прим. ред.). Медики окажут человеку максимальную информационную поддержку и даже помогут составить индивидуальный план оздоровления. Наконец, отделы или кабинеты медицинской профилактики есть в каждом медучреждении. Не стесняйтесь советоваться с врачом о своём здоровье: это отличный инструмент, который нужно брать и пользоваться!

### ВАЖНО!

Загляните на сайт

[www.takzdorovo.ru](http://www.takzdorovo.ru)



— Как заставить себя заняться собой, а потом не бросить?

— Самое главное — не мчаться на баррикады с криками: «С утра начинаю бегать марафоны, не ем жирного, вовремя ложусь спать!» и так далее. Наш организм бережёт себя таким, какой он есть.

И если в этот механизм грубо, с наскока вмешаться, человек не почувствует ничего, кроме отвращения — в первую очередь к своим «здоровым» планам. Здесь нужно действовать, не откладывая, но и не спеша.

Посмотрим, как стратегия маленьких шагов работает на примере питания. Вначале выбираем один продукт — несомненно, опасный и без которого мы стопроцентно можем обойтись. У нас есть сладкая газировка, которая ничего, кроме дополнительного сахара, организму не даёт. Давайте уберём её из рациона, хотя иногда сможете даже пить её в гостях (отклонение от правила иногда допустимо).

Дальше получится как с малышом, которого отучают от соски: главное — погасить рефлекс. Если за две-три недели вы научитесь обходиться без газировки, значит, у вас получилось. Дальше наступит очередь другого продукта, вредного в избытке, — например, соли. И так, разделив проблему на части, мы постепенно её решим.

— Помогает ли здоровью забота об иммунитете?

— Конечно. Укреплять здоровье, не помня про иммунитет, — это всё равно что строить замок на песке. И тут не следует забывать про факторы, которые укрепляют нашу устойчивость к болезням. Во-первых, врождённый иммунитет надо тренировать и усиливать вакцинацией. Во-вторых, для иммунитета важно правильное питание, которое подразумевает белковую пищу. В-третьих, защитные свойства организма укрепляют витамины — при этом очень важно получать их в естественном виде,

*...Нам очень нужна поддержка, часто — даже дружеский пинок.*

со свежей зеленью и фруктами. Наконец, на иммунитет работают отсутствие стрессов, хорошее эмоциональное состояние и правильный сон. Об этих факторах нужно помнить, устремляясь к здоровому образу жизни.

### Шагомер. Памятка. Крапива

— Как вы относитесь к современным «ЗОЖным» гаджетам вроде фитнес-трекеров и умных часов с мобильными приложениями?

— Очень хорошо отношусь. Когда мы круто меняем свою жизнь, нам очень нужна поддержка, часто — даже дружеский пинок. И если человек недостаточно организован, то гаджеты станут для него важными помощниками. Я прошла 10 тысяч шагов в день — кто меня похвалит? Шагомер!

Занявшись заботой о своём здоровье, начните с того, что умещается у вас в телефоне — того же шагомера, приложения по здоровому питанию. Конечно, программы бывают разные, в том числе и некачественные. Ещё раз скажу про «Так здорово»: на портале есть рекомендации по выбору приложений. С этим поможет и врач в Центре здоровья

### КСТАТИ

► Всемирная организация здравоохранения признала профилактическую модель здравоохранения, созданную в Советском Союзе Николаем Семашко, лучшей в мире.

или отделении медпрофилактики — вплоть до установки самой программы!

— Можно ли составить для себя памятку, которая каждый день будет помогать здоровой жизни? И какой она должна быть?

— Это отличная идея! Во-первых, она должна быть яркой, крупной и бросаться в глаза сразу же, как вы проснётесь. Главная её часть — та самая ваша «молодая» фотография как образ цели. Человека на ней вы не можете подвести! Вторая часть должна напоминать о борьбе с вредными привычками. Почему это важно? Можно бегать по утрам, правильно питаться, вовремя ложиться спать — но одно лишь курение сведёт всю пользу от этих занятий на нет.

Если знаете свои слабости, попробуйте себя поугагать и укажите на памятке их последствия: например, сколько человек умирает на Земле в год от гиподинамии (это, кстати, три миллиона, население мегаполиса!). Пропишите все свои факторы риска и смотрите на них каждый раз, когда проснётесь. Наконец, в памятку можно добавлять какие-то промежуточные вещи: например, в этом месяце у нас борьба с газировкой. Так будет проще помнить о текущих задачах вашего оздоровления.

— Сейчас разгар весны. Как это время может нам помочь в укреплении здоровья?

— Прежде всего, нужно радоваться солнцу. К сожалению, тёплые зимы практически лишили нас синего ясного неба, а это ведь и дефицит витамина D. Поэтому не закутывайтесь в эти дни, подставляйте лицо и руки солнышку и лёгкому ветерку, старайтесь проводить на воздухе выходные.

Если говорить о питании, то сейчас в самый раз будет квашеная капуста — заготовленная или купленная. Это настоящий кладезь витамина С, укрепляющего наш иммунитет. И уделите внимание первой зелени: крапиве, одуванчикам, даже проросленным семенам или микрорезлен, выращенной на окне. В них — концентрированная жизненная сила, которой наш организм будет очень рад!

Беседовал Ярослав Макаров  
Фото Александра Белашова



ПРОВЕРЬ СЕБЯ

# ЕГЭ здорового человека

## Умеете ли вы заботиться о своём организме?

Каждый год школьники сдают единый госэкзамен по литературе, математике и другим предметам. Мы предлагаем вам сдать ЕГЭ по дисциплине «ЗОЖ». Проверьте себя: насколько эффективно вы управляете своим здоровьем? Отмечаем баллы за каждый ответ, подсчитываем их общее число — и смотрим результат.

### 1. Соблюдаете ли вы режим дня?

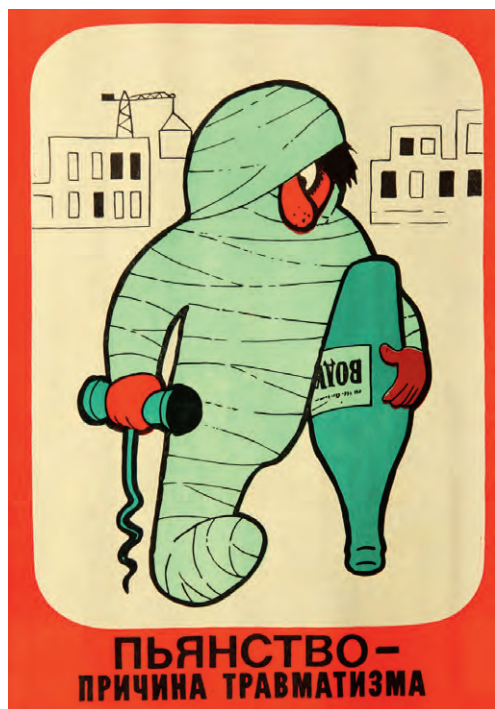
- А. Да что вы! Мы же не в армии. **2 балла**
- Б. Мы дома едим примерно в одно и то же время. **5 баллов**
- В. Пытаюсь разные дела делать в отведённое время. Но не всегда получается. **7 баллов**
- Г. Да, весь день расписан по часам, и это расписание соблюдаю. **10 баллов**

### 2. Знаете ли вы, что такое правило тарелки?

- А. Что-то слышал(а). Кажется, речь про режим питания. **7 баллов**
- Б. Конечно. Правило тарелки показывает правильное сочетание продуктов, которое нужно соблюдать в рационе. **10 баллов**
- В. Думаю, это означает, что посуду надо мыть сразу после еды. **3 балла**
- Г. Никогда не слышал о таком правиле. **2 балла**

### 3. Вас пригласили на день рождения. Стол ломится от еды и выпивки. Как будете угощаться?

- А. Соберу на тарелку несколько кусочков самого вкусного и запью парой бокалов вина. **7 баллов**
- Б. Положу себе салат и налью минералки. **10 баллов**
- В. Не пропущу ни одного блюда и ни одного тоста. **5 баллов**
- Г. Останусь за столом последним вместе с именинником. А по-



▲ Советские плакаты, посвящённые здоровому образу жизни, не утратили актуальности до наших дней

том ещё и пойдём с ним за пивом. **2 балла**

### 4. Делаете ли вы утром зарядку?

- А. У меня тяжёлая работа, мне и там физической нагрузки хватает. Не до зарядки. **2 балла**
- Б. Делаю, когда вдруг вспоминаю школьные годы — раз в пару месяцев. **5 баллов**
- В. Делаю под настроение — раз-два в неделю. **7 баллов**
- Г. Начинаю с зарядки каждое утро! **10 баллов**

### 5. Находите ли вы время на вечернюю или утреннюю пробежку?

- А. Могу немного пробежаться или хотя бы пройтись по парку в выходной. **7 баллов**
- Б. Это баловство для «зелёных» и несемейных. Я своё отбегал. **2 балла**
- В. Постоянно хочу выйти на пробежку, и каждый раз что-то мешает. **5 баллов**

Г. Бегаю или прохожу приличные расстояния регулярно — почему бы нет? **10 баллов**

### 6. Курите ли вы?

- А. Не курю сам и другим не советую. **10 баллов**
- Б. Высаживаю по пачке в день и на самочувствие не жалуюсь. **1 балл**
- В. Пока курю. Но очень редко и понимаю, что пора бросать. **5 баллов**
- Г. Могу выкурить пару сигарет в день за компанию. **3 балла**

### 7. Есть ли у вас дома спортивный инвентарь — велосипед, гантели, мяч, теннисные ракетки, коньки?

- А. Что-то оставалось от родителей. Лежит в кладовке, когда-нибудь достанем. **5 баллов**
- Б. Да, есть. Иногда катаюсь на велосипеде, под настроение. **7 баллов**
- В. Есть почти всё перечислен-

ное. Запылиться не успеваю — постоянно пользуюсь! **10 баллов**

Г. Ничего нет. Всё это только место занимает. **2 балла**

### 8. Приучаете ли вы к здоровому образу жизни своих детей?

- А. Пусть школа приучает — учителям за это деньги платят. **3 балла**
- Б. При случае могу объяснить им, что сладкое вредно, а игры на свежем воздухе полезны. **7 баллов**
- В. Учю их всему, что знаю про здоровье. **10 баллов**
- Г. Не понимаю, как это. Сыты, одеты, обуты. Игры, телефоны есть — что ещё надо? **1 балл**

### 9. Уже неделю вы чувствуете лёгкую слабость, хотя в целом самочувствие в норме. Что будете делать?

А. Ничего. На выходных отосплюсь — и всё пройдёт! **5 баллов**

Б. Да, нужно что-то предпринять. Попью витаминки из домашней аптечки, а на выходных пройду по парку. **7 баллов**

В. Это всё хандра. Вот подойдёт пятница, и разберёмся с ней, хорошенько посидев с друзьями! **2 балла**

Г. Дыма без огня не бывает. Схожу-ка я к врачу! **10 баллов**

### 10. Завтра выходной. Друзья зовут вас поиграть в волейбол или покататься на велосипедах. Ваши действия.

- А. Я всю неделю вкалывал. Так что завтра поваляюсь на диване. **2 балла**
- Б. Насчёт волейбола вряд ли. Зато вечером погуляю с собакой. **5 баллов**
- В. Меня не успеют пригласить, потому что я раньше других это сделал! **10 баллов**
- Г. Да почему бы и не заняться собой? Так и быть, составлю им компанию. **8 баллов**

Подготовил Ярослав Макаров

## ТЕПЕРЬ ПОСЧИТАЙТЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### До 30 баллов

Старый доктор из советского фильма укоризненно сказал бы вам: «Что-то вы, батенька, совсем себя запустили!» Давайте посмотрим правде в глаза: о здоровье вы не думаете. Но если какой-то вопрос игнорировать, он не перестанет быть актуальным. О своём организме любому из нас рано или поздно придётся вспомнить. Без обид: советуем вам хорошо задуматься и пересмотреть свои жизненные приоритеты!

### 30-50 баллов

Под лежащий камень вода не течёт. Вы не совсем лежащий камень, и струйки мыслей о здоровье вас посещают. Но в целом предположим, что в этом вопросе вы активности не проявляете. Попробуйте представить, какие плюсы вам даст здоровый образ жизни и от каких рисков избавит. А потом воплотите это представление в реальные дела — и через пару лет вы себя не узнаете!

### 50-70 баллов

В вопросе ЗОЖ вы как пилот экспериментального самолёта на заре авиации: стремитесь вверх, уже разогнались и даже пару раз оторвались от грунта — но взлёту что-то мешает. Но вы молодцы, потому что уже идёте по правильному пути. Просто вам немного не хватает знаний о здоровье и, возможно, компании единомышленников. Чаще гуляйте, смелее выходите на стадион и спортплощадку, отдавайте предпочтение полезным продуктам — и очень скоро перейдёте из «хорошистов» по ЗОЖ в «отличники»!

### 70-100 баллов

Поздравляем: вы активны, деятельны, не на словах дружите со своим организмом, знаете, как заботиться о здоровье — да ещё тормозите других!

А если вы сдали наш ЕГЭ на сто баллов, то вы вообще можете собрать из друзей и знакомых собственную группу здоровья!

Живите так и дальше!



## КРУПНЫЙ ПЛАН

## Высший разряд

## Почему токарь Сергей Дугинов не любит поживать на лаврах

По результатам оценки эффективности персонала токарь механосборочного цеха управления по производству запасных частей Сергей Дугинов получил самую высокую категорию «А». Он считает, что секрет успеха не так уж сложен.

Евгений Дмитриев,  
Алексей Строев  
Фото Владимира Авдеева

## На всю жизнь

С будущей профессией Сергей Дугинов познакомился ещё в школе, на уроках труда.

— В мастерской стояли маленькие токарные станки, мне очень нравилось работать на них, вытачивать всякие детали, — рассказывает он. — Поэтому после школы поступил в профессионально-техническое училище № 16 (сейчас это Железнодорожный политехнический колледж — прим. ред.).

Здесь стало ещё интереснее: студенты ПТУ проходили практику на Михайловском ГОКе.

— Тут уже были станки побольше, — вспоминает Дугинов. — И детали — запчасти для дробилок, экскаваторов. Это зацепило меня ещё сильнее. Понял, что токарное дело — моё, на всю жизнь.

Получив диплом, парнишка устроился на комбинат. Сначала работал на маленькой группе оборудования, потом перешёл на карусельные станки. Отслужив срочную службу в армии, вернулся на предприятие.

## Токарь работает головой

Токарное дело часто сравнивают с ювелирным или с хирургией: везде — одинаково предельная точность движений, а малейшая ошибка приводит к необратимым последствиям. И Сергей Дугинов уверен: половину работы токарь выполняет не руками, а головой!

— Когда я получаю наряд на изготовление какого-либо изделия, то первым делом внимательно изучаю чертежи, — поясняет он. — В голове словно 3D-моделирование включается: я представляю изделие в объёме. И выстраивается пошаговая инструкция, как быстрее и проще сделать эту деталь. На каком станке, на каких оборотах и подаче, каким резцом. Как черновую обработку, и как — чистовую.

Точно так же, в формате 3D, Дугинов зачастую смотрит на инструменты. Как правило, у детали несколько назначенных припусков. То есть слоёв мате-



▲ Сергей Дугинов любит работать с металлом, поэтому всегда получает удовольствие от работы



▲ Как минимум половину работы токарь выполняет не руками, а головой — при чтении чертежей

риала, которые последовательно снимают с заготовки в процессе обработки.

— Бывает так, что для разных припусков нужны разные резцы. То есть нужно снять один слой, остановить станок, заменить резец и снова приступить к работе, — объясняет токарь. — Если я вижу, что при изменении формы резца он будет обрабатывать несколько припусков, то делаю эскиз и предлагаю свою идею мастеру. Например, если резец можно согнуть, чтобы он вытачивал и торец, и диаметр детали, то работа пойдёт быстрее. Уйдёт меньше времени на обработку одной детали? Следовательно, за смену сделаем больше, чем обычно!

## И ещё раз — учиться!

Дугинов знает: технологии не стоят на месте. Техника и ин-

струментарий непрерывно развиваются, каждый день приносит что-то новое. Чтобы не отстать

от прогресса, нужно постоянно совершенствовать себя. Именно поэтому он получил диплом инженера горного оборудования.

— Высшее образование необходимо: ведь знания лишними не бывают, — рассуждает Сергей Дугинов. — Они всегда пригодятся. Тем более жизнь меняется постоянно.

Любые новшества, способные улучшить работу, Дугинов принимает на ура. Как только в подразделении начали внедрять систему 5С, он включился в работу. И продолжает её по сей день.

— Это как раз тот случай, когда порядок — не прихоть, а необходимость, — уверен токарь. — Всё под рукой, всё на своих местах. Мы работаем быстрее, не тратим время на поиск инструмента или заготовки.

## Вверх — и обратно

Руководство цеха оценило стремление токаря к развитию.

И назначило Дугинова мастером, а затем — технологом.

— Свои новые обязанности выполнял без нареканий. Даже наоборот: начальник меня хвалил, — рассказывает он. — Но не лежит у меня душа к инженерным должностям! Я хочу работать с металлом. Поэтому и вернулся к станку.

Действительно, даже в свободное время Сергей Дугинов нередко мастерит что-нибудь в своём гараже. Однажды, например, сам сконструировал и собрал квадроцикл. Не раз ездил на нём на рыбалку (это ещё одно увлечение токаря).

## Чувство локтя

Опытный сотрудник (а Дугинов трудится на участке уже 15 лет) никогда и никому не отказывает в помощи.

— Если ко мне подходит коллега и просит совета, всегда помогаю, — говорит он. — Меня это совсем не напрягает. Хорошо помню, как сам был таким же молодым, многого не знал. Бежал, спрашивал. И никто не сказал: «Отстань, мне некогда». Если бы не поддержка старших товарищей — никогда не стал бы тем, кем стал.

По словам Дугинова, он и не может подвести коллектив.

— Поэтому стараюсь делать всё быстрее, качественнее, лучше. Не только для себя: хочется, чтобы мы выполняли план, получали премии. Чтобы ребята принесли их домой, порадовали родных и сами порадовались, — объясняет он.

Когда в подразделении ввели систему оценки эффективности персонала, Сергей Дугинов получил категорию «А».

— Она меня, конечно, обрадовала, — рассуждает он. — Но я прихожу сюда работать, а не за оценками. Мне интересно, я люблю своё дело. И хочу выполнить его в лучшем виде. Всегда!

## ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Роман Мелехов,  
токарь механического участка:

« Когда выбираю резцы, частенько показываю их Сергею. Он сразу определяет, какой лучше взять, если надо, например, подрезать изделие. Или сделать канавку. Подсказывает, как лучше изготовить деталь, с чего начать. В нашей профессии век живи — век учишься. Каждый день появляется что-то новое. И Сергей всегда в курсе, всегда помогает. Он один из лучших во всех смыслах: и в профессиональном, и в человеческом.



Павел Крупинин,  
мастер механического участка:

« Сергей Дугинов — и человек хороший, и специалист отличный. Нам часто ставят оперативные задачи, которые надо решать очень быстро. Например, фабрике срочно нужна деталь. Без неё производство стоит. Сергей никогда не откажет, сославшись на загруженность. И никогда не подведёт. Не пойдёт на обед или задержится после смены, но — обязательно сделает. И не потому, что начальник требует, а потому что у него человеческое отношение к работе. Он любит её, а не «отбивает номер».



КРУПНЫЙ ПЛАН

# «Я это сделал!»

## Как молодой мастер с ОЭМК добивается всего, что планирует

Ярослав Макаров  
Фото Валерия Воронова

С Иваном Сотниковым мы встретились перед экзаменом: он как раз спешил в учебный центр ОЭМК, чтобы проверить свои дополнительные знания по эксплуатации кранов. Спокойный, сосредоточенный и наполненный внутренней энергией парень умеет планировать своё время как никто другой.

### За стабильностью

Ещё учась в Оскольском политехническом колледже, Иван Сотников побывал на ОЭМК и решил: работать на комбинате он... не будет! Слишком нелёгкой показалась ему в тот момент работа металлурга. Но, отслужив положенный армейский срок в танковом полку и уже поступив в БелГУ на специальность «управление персоналом», решение изменил. Перевёлся в НИТУ МИСИС, стал изучать металлургию чёрных металлов. А потом — это был 2019 год — пошёл устраиваться на ОЭМК.

— Во многом к этой работе меня подтолкнула позиция моих родителей (притом, что сами они с металлургией никогда связаны не были) и Кристины — тогда ещё моей девушки, а теперь жены, — признаётся Иван. — И они убеждали меня, и я сам понимал, что комбинат — это



Сотников не сомневается, что на ОЭМК у него есть большие перспективы

«Узнал, что в соседней бригаде освободилось место бригадира. И снова решил: почему бы нет? Пошёл прямиком к начальнику фабрики.»

стабильный доход и уверенность в завтрашнем дне. В конце концов, решил: надо пробовать!

### За себя и... за себя

Попробовал себя Иван в качестве фильтровальщика на участке дробления и фильтрации ФОИМ. Копил знания и опыт. Одновременно учился в вузе. А потом узнал, что в соседней бригаде освободилось место бригадира. И снова

решил: почему бы нет? Пошёл прямиком к начальнику фабрики. Тот посмотрел на инициативного парня и его назначение поддержал.

Следующей ступенькой была должность мастера — и она тоже оказалась достижимой.

У всех металлургов непростая работа. Но даже рассказ Ивана о буднях фильтровальщика начинает звучать по-другому, когда узнаешь: оказыва-

ется, пять лет из шести на ОЭМК он параллельно работал в продуктовой торговой сети! Устроился Сотников в магазин официально — и не в ущерб своим обязанностям на комбинате.

### Встал на ноги

В сети серьёзного и энергичного парня тоже заметили: начав с кассира, он прошёл по нескольким ступенькам до должности управляющего директора магазина. Уволился только после того, как получил новое назначение на комбинате. Как всё успевал?

— Во-первых, я грамотно распределял свободное

### СЛОВО О КОЛЛЕГЕ

Андрей Карпешин,  
начальник фабрики окомкования  
и металлизации ОЭМК:

«За несколько лет Иван стал настоящим мужчиной. И с выбором определился: его карьерный трек связан с металлургией. Сейчас для молодого мастера самое время трудиться, зарабатывать имя и строить будущее. Если он будет учиться, решать производственные задачи и не бояться ответственности, его ждут отличные перспективы.»

время, — говорит Иван. — Его было мало, но хватало и на личную жизнь, и на учёбу, и на дни рождения друзей. А самое главное — у меня получилось встать на ноги!

В итоге парень купил квартиру, стал хозяином машины, а ещё сыграл собственную свадьбу — «на свои»!

— Сейчас смотрю на сверстников, которые до сих пор живут с родителями или на съёмных квартирах. И понимаю: нужно было потрудиться, — говорит мастер. — Я это сделал!

### Решают вместе

Мастером Сотников стал в прошлом году. Признаться: первые две недели голова просто кипела — столько новой информации пришлось воспринимать. Немалым подспорьем стало то, что он руководит бригадой, в которой начинал и проработал пять лет.

Осенью 2024-го Сотников отучился в Школе

Бизнес-Системы. И сразу заявил о себе: предложил устранить конструктивный недочёт, связанный со сливом гашёной кислоты после процесса регенерации пульпы.

— Мы зарегистрировали проект на «Фабрике идей», и он уже работает на практике, — делится он.

### Для имени и будущего

В личных и семейных планах Иван придерживается спокойного оптимизма.

— Мы никуда не торопимся, — констатирует Сотников. — Сейчас нужно сделать ремонт в квартире. Года через два уже можно будет подумать о детях. Кристина как раз выпустит свой девятый класс — она у меня классный руководитель.

Что касается ОЭМК, то здесь мастер стопроцентно уверен: надо двигаться дальше. Возможностей для профессионального роста он не упустит.

### ДЕЛО МАСТЕРА

## Металлоинвест продолжает формировать кадровый резерв на позицию мастера. Разбираемся, как стать руководителем начального звена

### В какие структурные подразделения ОЭМК можно подавать заявку?

- ▶ Фабрика окомкования и металлизации (ФОИМ).
- ▶ Электросталеплавильный цех (ЭСЦ).
- ▶ Сортопрокатный цех № 1 (СПЦ № 1).
- ▶ Сортопрокатный цех № 2 (СПЦ № 2).
- ▶ Цех отделки проката (ЦОП).
- ▶ Цех окомкования (ЦОИ).
- ▶ Ремонтно-механическое управление (РМУ).
- ▶ Управление по ремонту электроэнергетического оборудования (УРЭЭО).
- ▶ Управление по производству запасных частей (УПЗЧ).

### Кто может участвовать в отборе?

Любой рабочий, соответствующий следующим критериям:

- ▶ стаж работы в компании — не менее одного года;

- ▶ наличие категории А или В по результатам оценки эффективности персонала;
- ▶ как минимум среднее профессиональное образование;
- ▶ средний или высокий разряд.

### Как подать заявку в кадровый резерв?

1. Отсканируйте QR-код, выберите в выпадающем списке ваше структурное подразделение и заполните анкету по ссылке.
2. Другой вариант — получите анкету у бизнес-партнёра по работе с персоналом или руководителя вашего структурного подразделения.



### Когда надо подать заявку?

- ✓ Лучше поспешить: заявки принимают до 1 мая.

### Что будет дальше?

Специалисты по персоналу изучат ваш опыт и личный потенциал, а также уточнят ожидания от участия в проекте. Окончательное решение о вашем зачислении в кадровый резерв примет кадровый комитет производственного подразделения, в котором вы трудитесь.

### Что ждёт участников кадрового резерва?

Программа развития кадрового резерва будет включать:

- ▶ прохождение обучения в корпоративной Школе будущих мастеров;
- ▶ исполнение обязанностей мастера на период его отсутствия;
- ▶ индивидуальное развитие на рабочем месте (проекты, тренинги и т. д.)

### Когда меня назначат мастером?

Всё будет зависеть от того, насколько быстро освободится подходящая для вас должность. Сам факт зачисления в резерв уже является важным шагом по карьерной лестнице: вас заметили и будут помогать развиваться.



НОВАЯ ТЕХНИКА

# На ОЭМК — первая «Магистраль»

Она удобна, практична  
и проста в обслуживании

Ирина Милохина  
Фото Александра Белашова

Такой больше нет

Речь идёт вовсе не о транспортной линии. «Магистраль» — это прицепная подметально-уборочная машина, которая с недавних пор поступила на баланс в цех благоустройства предприятия. Она полностью автоматизирована и исключает ручной труд при уборке дорог на территории ОЭМК.

— На нашем комбинате такой машины больше нет, — рассказывает механик автоколонны ЦБУ Владислав Гуркин. — Она способна убирать до 160 кубометров мусора в сутки. На борту предусмотрена двухкубовая ёмкость для воды: во время уборки

можно включать режим орошения, чтобы не было пыли. А главное, теперь мы экономим людские ресурсы и время. Если раньше дороги на территории предприятия бригада из 20-30 человек убирала в течение почти полутора месяцев, то теперь, когда на линию вышла новая техника, такая работа занимает всего две недели.

Качественная. Наша

«Магистраль» оказалась довольно громкой. Всё потому, что на прицепе установили белорусский тракторный двигатель. Специалисты цеха довольны, говорят — мотор простой в обслуживании и ремонтпригодный.

Прицеп легко соединяется с самосвалом: управлять работой подметальных щёток и двух конвейерных лент, по которым мусор подаётся в кузов самосвала, можно пультом из кабины водителя. Движение их легко ускорить или замедлить, чтобы мусор ложился в кузове равномерно.

Кстати, конвейерные ленты — закрытого типа. Так камни, песок или окатыши, которых немало на дорогах, не разлетаются по сторонам. Когда кузов наполнен, подметально-уборочную установку отцепляют и мусор везут на полигон.

По словам Владислава Гурки-

на, из почти 300 километров автодорог на территории комбината к концу марта привели в порядок уже почти 40 процентов. После подметально-уборочной машины на линию выйдет поливочная техника, которая отмоет бордюры. А полностью к весенне-летнему сезону все дороги будут готовы уже к празднику Пасхи.

Новой техникой, которую изготовили на Саратовском машиностроительном заводе, доволен и водитель Дмитрий Панин:

— Машина хорошая, качественная, наша. Всё работает в автоматическом режиме. Но на всякий случай предусмотрены

≈ 25  
километров

дорог ежедневно  
может обслуживать  
новая машина.

и рычаги для ручного управления. С помощью пульта я могу включать освещение, габариты, опускать щётки и регулировать угол их наклона и так далее. Работать на такой машине — одно удовольствие.

КСТАТИ

Стоимость прицепной подметально-уборочной машины «Магистраль» — более 6 миллионов рублей.

● ОБУЧЕНИЕ

## И тебя научат



▲ Антон Долгих в новом учебном кабинете

Работам повышенной опасности на ОЭМК теперь обучают в двух учебных кабинетах на территории предприятия.

Ирина Милохина  
Фото Валерия Воронова

В прошлом году такой класс обустроили в здании управления технологической автоматикой. Там прошли обучение более 2 300 рабочих. Это машинисты кранов, слесари, стропальщики, электромонтёры, водите-

ли, нагревальщики, операторы и представители других профессий.

Второй учебный кабинет открыли в феврале в здании диспетчерского центра сортопрокатного цеха № 1. Здесь предварительно провели косметический ремонт, установили столы и 20 компьютеров для тех, кто будет осваивать программу «Работы повышенной опасности для рабочего персонала».

— Только во вновь открывшемся кабинете уже 200 человек познакомились с инструментами безопасного производства. А с начала года количество

людей, прошедших обучение по РПО в двух классах, приближается к 1 700, — отмечает ведущий специалист по развитию инструментов ОТиПБ Антон Долгих. — Мы планируем до конца декабря охватить новыми знаниями почти 4 тысячи человек из разных подразделений комбината.

Лекции по работам повышенной опасности читают работники предприятия — специалисты по обучению проактивным инструментам. Однодневное восьмичасовое обучение проводят по заявкам из цехов.

● РАЗВИТИЕ

## Время менять

В цехе окомкования ФОИМ обновляют парк обжиговых тележек.

Ирина Милохина  
Фото Валерия Воронова

В обжиговой машине, где происходит сушка, нагрев, обжиг сырых окатышей и затем их охлаждение, температура доходит до 1 300 градусов Цельсия. Поэтому со временем тележки деформируются, что крайне нежелательно. Тем самым

во время движения они могут нарушить целостность межзонных и продольных уплотнений, в результате чего произойдёт дестабилизация технологических процессов производства окисленных окатышей и выброс вредных газов в рабочую зону обжиговой машины.

— Сейчас мы меняем обжиговые тележки для обжиговой машины ОК-480, которые вводились в эксплуатацию с 2010 года, — говорит начальник участка окомкования и обжига ФОИМ

Иван Секирин. — В феврале в подразделении установили шесть новых тележек. А всего в нынешнем году заменят 15 единиц оборудования.

В общей сложности на обжиговой машине установлено 184 тележки. Несколько единиц постоянно находится в резерве, так как практически каждую смену специалисты цеха окомкования меняют те, у которых обнаружилась механическая неисправность. Их восстанавливают в цехе ремонта металлургического оборудования.



▲ Работники ЦРМО ведут укрупнённую сборку обжиговых тележек



БЛАГО ТВОРИ

# Чужих проблем не бывает

## Как временная ротация кадров помогает решать задачи комбината



▲ Ольга Шайдурова с энтузиазмом откликнулась на просьбу помочь коллегам в ФОиМ

Ирина Милохина  
Фото Валерия Воронова

Машиниста мостового крана цеха отделки проката Ольгу Шайдурову в прошлом году на несколько недель перевели работать в цех окомкования ФОиМ. Такие переводы необходимы, когда тому или иному подразделению нужна помощь. Важность подобной взаимовыручки хорошо понимают руководители фабрик и цехов. Поэтому во «внутренние командировки» отправляют действительно лучших. Ольга Шайдурова как раз из таких: за 15 лет работы в своём подразделении зарекомендовала себя отличным специалистом.

### Люди ничего не теряют

Она пришла в цех с первых дней пуска его в эксплуатацию. Освоила и магнитно-грейферные, и клешневые краны, и радиоуправляемые грузоподъёмные механизмы. Уже десять лет — бригадир крановщиков.

«Командировка» в ФОиМ, которую предложили Шайдуровой, была вызвана производственной необходимостью: коллеги испы-

тывали нехватку специалистов и нуждались в помощи.

— Как правило, каждое лето у нас проходит капремонт обжиговой машины. На это время мы иногда просим другие подразделения направить нам машинистов кранов, — поясняет начальник участка грузоподъёмных механизмов ФОиМ Фёдор Сальников. — Обычно справляемся сами, но во время большого ремонта объём работ возрастает многократно. И тогда из разных подразделений комбината к нам направляют ещё четырех крановщиков.

Люди к этому относятся с пониманием. Труд каждого в отдельности безусловно необходим, но главное это всё-таки общий результат предприятия.

### Сегодня — ты, завтра — тебе

Даже опытные машинисты мостовых кранов не сразу включаются в работу на новом месте. Они обязаны пройти стажировку, которая продолжается целых 14 смен — то есть четыре недели из шестинедельной командировки. Зачем это нужно?

— Специфика работы, условия труда, особенности крана в каждом подразделении — свои. Без стажировки невозможно всё это

«Сегодня мы подставим плечо. А завтра помощь потребуется в нашем подразделении — и кто-то непременно выручит.»

понять и безопасно работать, — объясняет Фёдор Сальников. — Кстати, некоторые машинисты кранов потом просят перевести их на постоянную работу в ФОиМ. Конечно, есть и те, которые уже во время стажировки отказываются и возвращаются к себе в цех, на прежнее место работы. Дело это добровольное.

Ольга Шайдурова на просьбу временно поработать в цехе окомкования откликнулась с энтузиазмом: разве можно отказать коллегам?

— Сегодня мы подставим плечо. А завтра помощь потребуется в нашем подразделении — и кто-то непременно выручит, — рассуждает она. — Мне, кстати, такие перемены всегда интересны: другой цех, другая специфика. Впрочем, краны мне знакомы, а коллектив тут хороший: и подскажут, и помогут.

— Наверняка вам предлагали остаться в ФОиМ?

— Было такое дело. Но я всё же привязана к родному цеху, к своей бригаде.

— А на зарплате командировка отразилась?

— Ничего не потеряла. Даже в плюсе осталась, — улыбается моя собеседница.

### В интересах обеих сторон

При производственной необходимости (и, конечно, возможности) работников цеха отделки проката порой временно направляют в СПЦ № 1, ЭСПЦ, ФОиМ, ЖДЦ...

При этом работник вправе не согласиться на такую рокировку. Но сотрудники прекрасно понимают, чем продиктованы такие решения. А ещё они получают новый опыт, который наверняка пригодится в жизни, и возможность раскрыть свой потенциал.

— Аналогичные шаги применяют не только у нас, — говорит начальник ЦОП Николай Ушаков. — Человека привлекают для какого-то проекта или решения определённой задачи, а затем он возвращается на своё рабочее место. Это и есть настоящая вовлечённость. Мы единое предприятие и работаем на один общий результат.

### ● ЗНАЙ НАШИХ!

## Стране нужны такие люди

Сотрудники Металлоинвеста стали лауреатами премии имени Алексея Угарова.

Ежегодная церемония награждения прошла на Оскольском электрометаллургическом комбинате.

### На службу человеку

Троим лучшим сотрудникам промышленных предприятий региона вручили почётные знаки и медали. В этом году лауреатов выбирали из десяти номинантов.

— Алексей Алексеевич Угаров умел включать в свою орбиту всех, кто работал рядом. Он всегда добивался поставленных целей и при этом не забывал о людях. Главной задачей считал поддержку человека труда. Такие личности пишут историю России, — отметил председатель областной Думы Юрий Клепиков.

Заместитель генерального директора по устойчивому развитию и корпоративным коммуникациям Металлоинвеста Юлия Мазанова подчеркнула, что Алексей Угаров стоял у истоков зелёной металлургии — технологии будущего. Он был сторонником перспективного развития высоких технологий и думал, как поставить их на службу человеку.

— В центре его внимания были забота о людях и служение обществу. Для нас такой подход является основополагающим, — сказала она. — И я уверена, что лауреаты премии Алексея Угарова продолжают его традиции и следуют им в своей работе.



▲ Лауреат премии имени Алексея Угарова — нагретельщик металла СПЦ № 1 ОЭМК Александр Гончаров

В этом году премию имени Алексея Угарова присуждали в тринадцатый раз. С 2013 года её получил 61 работник промышленных предприятий региона.

### Наши — побеждают

Высшей профессиональной награды региона удостоены два работника компании. Электрослесарь по обслуживанию и ремонту оборудования Лебединского ГОКа Максим Щербина отмечен в номинации «Рабочий года».

Нагретельщик металла сортопрокатного цеха № 1 ОЭМК Александр Гончаров стал обладателем премии в номинации «Молодой специалист». При его участии в цехе смогли повысить точность регулировки температур в печах нагрева и гомогенизации, снизить расход природного газа. Только в прошлом году Александр подал более 600 предложений по улучшению условий охраны труда и технологических процессов.

Лауреатом в номинации «Личный вклад» стал генеральный директор ООО «ТехноГрупп Белгород» Антон Богусев. Его завод специализируется на изготовлении оборудования для систем промышленной вентиляции и кондиционирования воздуха.

Ирина Милохина  
Фото Валерия Воронова



▲ По традиции перед началом церемонии вручения премии руководители возложили цветы к памятнику Алексея Угарова



ПУТЬ К ПРОФЕССИИ

# «Детские дни» на ОЭМК

Ребята проводили химические опыты, пробовали сжать воздух в ладошках и создавали коллаж профессии будущего

Татьяна Денисова  
Фото Валерия Воронова

**В** Старом Осколе продолжают «Детские дни» Металлоинвеста. Ребята погружаются в «мир взрослых» — своих родителей, работающих на ОЭМК.

Первые впечатления о производстве мальчишки и девочки уже получили во время экскурсии в цеха комбината. В образовательно-профориентационном центре «Железно!» их собрали, чтобы детально поговорить о пользе различных специальностей.

## Приборы тоже расскажут

Шумные, весёлые, любознательные. Возраст — от 7 до 17-ти. Ребята пришли с хорошим настроением и желанием «хочу всё знать». С ними рядом наставники — волонтеры комбината.

В «Музее вещей» разложены на столах приборы и инструменты. Их порядковые номера ребята помладше вписывают в маршрутные листы и ставят напротив



▲ На таких экскурсиях и начинается путь в профессию

соответствующую профессию.

А в квиз-лаборатории «Зелёная металлургия» старшие участники разгадывают загадку производства окатышей. Подбирают минералы, определяют более богатый по железу концентрат и связующие материалы.

## Зачем на лбу стёклышко

К подручному сталевара установки внепечной обработки стали Александру Пратусевичу мальчишки подходят с распахнутыми глазами и трогают за рукав: не экспонат ли музея? Муж-

чина в суконой спецодежде и каске с огромным защитным стеклом с улыбкой протягивает им руку для приветствия. Сам он металлург в четвёртом поколении: прадед работал на конверторе, дедушка был прокатчиком, отец — механиком.

## ПРЯМАЯ РЕЧЬ

**Наталья Водолагина,**  
главный специалист по внешним социальным программам дирекции по социальным вопросам ОЭМК:

« В течение года мы проведём четыре «Детских дня» в «Железно!», куда пригласим представителей разных специальностей. Плюс 12 экскурсий на ОЭМК. Важно, чтобы ребята получили представление о профессиях, которые есть на комбинате.

Ребята засыпают сталевара вопросами. Не сгорят ли ботинки на раскалённом полу рабочей площадки? Что будет, если искры из печи попадут на суконую? Не расплавится ли ложка, которой берут пробы металла? Зачем «носят на лбу» стёклышко светочехла?

Вместе с главным экологом ОЭМК Еленой Лаврентьевой юные участники проводят химический анализ воды, определяют нейтральную среду жидкого мыла для рук. И получают подарки — значки и магнитики.

## ● НОВЫЙ ФОРМАТ

# «Люди. Роботы. Машины»

В образовательно-профориентационном центре «Железно!» прошла НЕконференция.

Татьяна Денисова  
Фото Валерия Воронова

**С**амо название мероприятия — неконференция — задавало ему формат. Вместо чтения привычных докладов — живые дискуссии. Вместо скучных заседаний — увлекательные эксперименты. Программу для староскольских студентов и школьников в «Железно!» разработали при поддержке Металлоинвеста.

## Картины из... обрезки

НЕконференция началась с открытия необычных выставок, где посетители убедились в том, что наука и искусство — две стороны одной медали. «Песнь металла» наполнила зал удивительными экспонатами. Например, студенты и преподаватели

СТИНИТУ МИСИС запечатали на фотографиях изумительные виды, полученные при двухсоткратном увеличении поверхности металлических образцов.

Привлекли внимание гостей и работы художницы Ирины Галаевой, сделанные из металлической стружки, обрезки и других «отходов» обработки деталей.

Ещё одна выставка «Промт: сознание» стала результатом сотрудничества художника-конструктора, автора первого логотипа ОЭМК Ивана Толмачёва и преподавателей института. Здесь показали его оригинальные футуристические картины, а также несколько рисунков, сгенерированных при помощи искусственного интеллекта.

## Своя машина Голдберга

Главной интригой НЕконференции стал первый чемпионат по техническому творчеству. На два дня площадка музея «Железно!»

## ПРЯМАЯ РЕЧЬ

**Кристина Евсеева,**  
директор ОПЦ «Железно!»:

« Цель НЕконференции — популяризация достижений отечественной науки и технологий, вовлечение молодёжи в техническое творчество. Мы хотим, чтобы у ребят было понимание, в каких профессиях они могут себя реализовать.

превратилась в творческую мастерскую. Десять команд по пять человек создавали свою машину Голдберга — сложный механизм, работающий по принципу домино. «Он должен выполнить простое действие, допустим, полить цветок, но максимально замысловатым способом», — таким было условие конкурса.

Победителями стали юные техники из школы № 20 и Оскольского политехнического колледжа СТИ НИТУ МИСИС.



▲ Футуристические полотна буквально завораживали гостей выставки

Машина Голдберга в исполнении студентов ОПК не только поливает растения, но и включает для них свет — своеобразная мини-теплица. Как и свою команду, ребята назвали её PWR (сокращение от английского слова power — «энергия»).

— Машину Голдберга я видел только в интерне-

те, — делится впечатлениями капитан команды, второкурсник Семён Мавевский. — А здесь появилась возможность реализовать идею на практике, интенсивно поработать в команде с товарищами. Искренне признательны музею «Железно!», компании «Металлоинвест» и МИСИС за организацию

конкурса. Моя специальность открывает путь в самые разные и перспективные направления — от промышленной автоматизации до робототехники. Конечно, пока сложно сказать, куда именно приведёт меня профессиональный путь. Но я уверен, что это будет связано с технологиями будущего.



КРУПНЫЙ ПЛАН

# «Моя работа... как вышивание»

Горячий металл подвластен и представительницам прекрасной половины человечества, считает Дарья Алексеева. Главное — иметь внутри себя крепкий стальной стержень, чтобы с улыбкой преодолевать трудности на производстве.

Дарья Алексеева ведёт передачу металла на высотно-промежуточный склад



Татьяна Денисова  
Фото Валерия Воронова

В сортопрокатном цехе № 1 ОЭМК она пока единственная девушка — оператор поста управления на горячих работах.

## «Какая упёртая»

Выпускница Оскольского политехнического колледжа СТИ НИТУ МИСИС пришла в мужской коллектив на участок стана-700 восемь месяцев назад. Коллеги, конечно, удивились появлению 22-летней девчонки. Кто-то скептически смотрел в её сторону, мол, от силы месяца на два тут задержится, получит подъёмные и помашет рукой — уволится.

— А потом убедились: я упёртая, — рассказывает Дарья Алексеева. — Никто из моих родственников никогда не был связан с металлургией. А я выбрала специальность «обработка металлов давлением». После второго курса появились сомнения: мол, зачем мне это? Но не в моём характере останавливаться на половине пути.

## Завораживающая мелодия

В сортопрокатный цех ОЭМК её взяли на работу не сразу. Но Дарья проявила настойчивость.

## ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Евгений Жукалов,  
начальник участка стана СПЦ № 1:

Конечно, не все профессии на стане горячей прокатки цеха подходят для женщин. Но работа оператора поста управления, думаю, во многом универсальна. Поэтому будем рады и другим женщинам, которые захотят присоединиться к нашей команде.

И с третьей попытки добилась своего.

— Помню, как в первый раз я шла с наставником по мосту к посту управления. Буквально замирала от невероятно красивого, звенящего звука, рождавшегося от соприкосновения огромных заготовок! — подчёркивает девушка. — Было ощущение, будто кто-то открывал музыкальные шкалушки. Завораживающая мелодия.

Сейчас этот звон слышится даже через стенки поста управления. А за стеклом, отделяющим помещение от работающих линий, — целое море движущегося металла. Он поступает непрерывно и со стана горячей прокатки, и с печи отжига. Здесь, на участке холодильников, раскалённые до 1 200–1 250 градусов заготовки остывают. Затем их отправляют на высотно-промежуточный склад. По профилям, с учётом номера каждой плавки и веса пакета, который не должен превышать 10 тонн. А в

целом за смену, в зависимости от загрузки, оператор пропускает около 2 000 — 2 500 тонн проката.

## На ошибках учишься

Под рукой у Дарьи Алексеевой множество кнопок, тумблеров — от нажатия или переключения металл приводится в движение. Все процессы отображаются на мониторах. И, конечно, оператор постоянно наблюдает за заготовками через стекло — насколько равномерно от нажатия кнопки отделяются они от общей массы и укладываются на рольганги.

— Я не сижу на месте. Если случается какой-то сбой, выхожу вниз: надо понять, какие предпринять дальнейшие действия, — поясняет Дарья. — Поначалу приходилось нелегко. Не успеваешь кнопку нажать и даже воды попить, ведь металл всё прибывает и прибывает на участок.

Случались и какие-то «косяки», когда требовалось очень быстро их устранить. Переживала.

— Наверное были мысли сменить работу или перевестись туда, где полегче?

— Я от своей любимой третьей бригады никуда не уйду! — отвечает Алексеева. — Разве что временно — в декретный отпуск, когда создам свою семью.

— Нужны ли какие-то особые черты характера, чтобы здесь работать?

— Умение оценивать ситуацию. Готовность к трудностям. Желание находить и исправлять ошибки. Ничего сложного!

## Приняли по-доброму

У начальника участка стана-700 Евгения Жукалова исключительно положительное мнение о молодой сотруднице — в течение двух месяцев она освоила непростую профессию и уже уверенно ведёт процесс передачи проката.

— На момент моего прихода в цех в 1997 году у нас на участке работали операторами на разных постах шесть женщин, — отмечает он. — Затем кто-то ушёл на пенсию, кто-то перевёлся в другие подразделения. В итоге последние десять лет на участке стана женщин-операторов не было. Дарью мы по-доброму приняли, уделили много внимания. И наши мужчины в её присутствии стали более вежливыми, а некоторые — стали работать ещё лучше.

## Тяга к металлу

По словам Алексеевой, быстро адаптироваться на производстве помогает и физическая закалка. Раньше девушка занималась тяжёлой атлетикой, поднимала штангу.

— Дисциплина — большое дело! — утверждает она. — Поэтому без труда встаю в пять утра и через полчаса уже иду к трамваю, чтобы успеть на дневную смену.

Кстати, именно по дороге к месту работы, проходя через цех, сотрудница успевает замечать риски и выкладывать информацию о них на портал

ОТиПБ. Например, о необозначенном перепаде высот, повреждённом мостике или пешеходной дорожке.

— Очень люблю технику. У меня отчим — дальнбойщик, и с детства я привычна возиться с машиной. Может, поэтому такая тяга к металлу? — рассуждает Дарья. — Когда друзья узнают, что я работаю на комбинате, удивляются, говорят, что это круто!

Кстати, Алексеева уже передаёт полученные навыки работы на посту однокурснику Даниилу Астапову: сейчас вальцовщик стана горячей прокатки осваивает ещё одну смежную профессию — клеймовщика.

## «Дорасту до мастера»

— Сосредоточенность, выверенные, последовательные и иногда в чём-то монотонные действия — это моя работа. Иногда мне кажется, что она немного похожа на... вышивание, — говорит Дарья. — Почему? Может быть, потому что мне тоже по душе это занятие. В свободное время беру в руки иголку и нитки.

Сейчас девушка получает заочно высшее образование по той же специальности: «обработка металлов давлением».

— Когда-то мне мама сказала, что это не женское дело — участвовать в производственном процессе. Но у нас такие же девчата, как я, работают и машинистами кранов, и клеймовщиками, и приёмосдатчиками, и контролёрами УТК, — рассуждает девушка. — Очень хочу стать оператором стана. Я уже находилась за пультом. Мне понравилось. Хотя здесь работают исключительно мужчины. Но я обязательно научусь!

## КСТАТИ

Если тоже хотите попробовать себя в роли оператора поста управления, обращайтесь в службу подбора персонала по телефонам:

37-26-28, 37-40-62.



◀ На посту управления вместе с Дарьей Алексеевой получает навыки работы оператором и клеймовщиком и её однокурсник, вальцовщик стана горячей прокатки Даниил Астапов



## ● БЛАГО ТВОРИ

Помощь  
пришла

В Старый Оскол поступил гуманитарный груз от фонда «Поколение».



▲ Студенты СТИ НИТУ МИСИС помогли разгрузить очередную партию гуманитарной помощи от «Поколения»

В Старый Оскол прибыла очередная партия гуманитарной помощи от благотворительного фонда «Поколение» депутата Госдумы Андрея Скоча. В ней — более 15 тысяч предметов первой необходимости, включая бытовую технику, электротовары, одежду и средства гигиены. Всё это предназначено для жителей приграничных территорий Белгородской области, которые вынуждены были покинуть свои дома из-за обстрелов.

— Эта партия сформирована на основе заявок от жителей пунктов временного размещения. Здесь всё, что нужно для комфорта людей, — отметил помощник депутата Алексей Миросник. — Мы понимаем, как важно быстро реагировать на такие запросы. Фонд «Поколение» и его руководитель Андрей Скоч всегда следят за качеством помощи. Это не просто вещи, а возможность сделать жизнь людей чуть легче в трудный момент. Четыре тонны груза разгрузили волонтеры — студенты СТИ НИТУ МИСИС. Уже в ближайшее время одежду, технику, предметы первой необходимости рассортируют и передадут адресатам. Стоимость груза превышает 3 миллиона рублей.

— Белгородская область — одна большая семья, — отметил глава администрации Старооскольского округа Владимир Жданов. — Хочу выразить фонду «Поколение» и лично Андрею Скочу огромную благодарность за постоянную поддержку.

Алексей Дёменко  
Фото Валерия Воронова

## КСТАТИ

▶ В Центре молодёжных инициатив продолжает работать пункт приёма гуманитарной помощи. Он открыт ежедневно с 9:00 до 21:00. Здесь принимают вещи первой необходимости от старооскольцев и выдают продуктовые наборы тем, кто в них нуждается.

## ТВОРЧЕСТВО

## Микулины — особый род

Краевед Иван Халеев выпустил семейную сагу о жителях старооскольского села

Татьяна Денисова  
Фото Валерия Воронова

Первый том историко-художественного романа «Микулины» о жизни нескольких поколений старинного рода из старооскольского села Роговатое вышел в печать. Его автор Иван Халеев сегодня преподаёт в Оскольском политехническом колледже. Но лучшие годы он посвятил производству: более 35 лет работал на ОЭМК в электроэнергомонтажном и первом сортопрокатном цехах.

Помощь в издании книги оказал Металлоинвест по инициативе управляющего директора ОЭМК Кирилла Чернова. В актовом зале Старооскольского технологического института НИТУ МИСИС собрались родные, друзья, коллеги и студенты. А ещё земляки — жители села Роговатое, в том числе из рода Микулиных. Многие говорили со сцены о том, как важно знать свои корни, любить Родину и быть патриотом.

Среди персонажей романа есть и реальные люди, и соби-



▼ Стихи Ивана Халеева читали внуки Маша и Соня

Помощь в издании книги оказал Металлоинвест по инициативе управляющего директора ОЭМК Кирилла Чернова

рательные образы. Действие начинается в 1891-м, когда для героев произведения наступили голодные времена, а завершается на пороге революции в 1917-м. Многие события, происходящие в стране и родной стороне, разделили одних и сплотили других. Автор всячески подчёркива-

ет: несмотря на все испытания, Микулины не дали перемолоть себя в жерновах истории.

— Мне хотелось, чтобы читатели окунулись в атмосферу прошлого, увидели особенности быта, традиций и ценностей людей, живших в начале XX века, — отметил Иван Халеев. — Я

собрал огромный материал по истории Роговатого, а также воспоминания односельчан. Очень помогли в реализации проекта краеведы — староосколец Владимир Юдин и Сергей Марков из Нижнедевицка.

Первая часть романа «Микулины» вышла тиражом 300 экземпляров. Автор подарил книгу музеям, библиотекам города и СТИ НИТУ МИСИС. Сейчас он работает над продолжением саги о роговатовцах.

## ● БЛАГО ТВОРИ

## Стальная поддержка

Металлоинвест поддержал православный спортивный центр «Аскет».

Дмитрий Лебедев  
Фото из архива клуба «Аскет»

Он расположен в старооскольском селе Казачок. Под руководством настоятеля храма Рождества Пресвятой Богородицы Максима Пастухова спортом и творчеством здесь занимаются более 30 ребят из ближайших сёл и горожане. У отца Максима есть чему поучиться. Он мастер спорта международного класса по пауэрлифтингу, абсолютный рекордсмен России, Европы и мира по русской становой тяге, обладатель чёрного пояса по шотокан карате-до, а ещё профессиональный музыкант.

Спортсмены «Аскета» завоевывают медали на соревнованиях различного уровня. В активе сельских ребят есть даже победы в мировых чемпионатах по силовым видам спорта и трейлраннингу — бегу по пересечённой местности. В январе клуб



▲ На счету ребят из «Аскета» есть даже победы в мировых первенствах

провёл ночную гонку, которая собрала не только любителей бега, но и сильнейших легкоатлетов страны.

Особая гордость центра — собственный большой спортивный зал с двумя десятками современных тренажёров. А в студии «Островъ» ребята пишут песни и снимают мотивационные ролики. По инициативе управляющего директора Оскольского электрометаллур-

гического комбината Кирилла Чернова на создание и укрепление материальной базы «Аскета» Металлоинвест направил более 750 тысяч рублей.

— У нас отличное оборудование, благодаря которому ребята развиваются всесторонне: тренируют тело и дух, раскрывают творческие способности. Спасибо компании и лично Кириллу Александровичу за поддержку, — говорит Максим Пастухов.

## СПАСИБО ЗА ПОМОЩЬ!

Выражаем искреннюю благодарность компании «Металлоинвест» и лично управляющему директору ОЭМК Кириллу Чернову за помощь в организации лечения нашего мужа и папы — Андрея Сапрыкина. В 2022 году его парализовало после операции. На лечение и медикаменты требовались большие деньги, часть из которых выделил Металлоинвест. После курса реабилитации в больнице Сестрорецка Ленинградской области у Андрея восстановилась функциональность рук. Динамика хорошая, появилась надежда, что он встанет с инвалидной коляски. Спасибо за поддержку Металлоинвесту и лично Кириллу Александровичу!

Татьяна Сапрыкина  
и дети



ЗНАЙ НАШИХ!

## Блеснули на «Металлинке»

**Дети сотрудников ОЭМК Василиса Елизарьева и Варвара Плужник стали обладателями наград детского конкурса.**

В медной столице Урала — Верхней Пышме — прошёл XXV Всероссийский отраслевой конкурс детского творчества «Металлика-2025» среди детей работников горно-металлургического комплекса России. 29 коллективов и 217 юных исполнителей со всей России продемонстрировали своё мастерство в пяти номинациях: «Вокал», «Вокал народ-

ный», «Хореография», «Народный танец», «Оригинальный жанр». Лауреатом II степени в номинации «Вокал» стала десятилетняя Василиса Елизарьева, солистка народного самодеятельного коллектива студии эстрадно-го пения «Хорошее настроение» Центра культурного развития «Молодёжный». «Миллион шагов» в исполнении Василисы так понравился жюри, что её пригласили открыть этой песней гала-концерт лучших исполнителей конкурса. Специальный приз «За сохранение национальных традиций и наследия» получила Варвара Плужник. Ей 11 лет, она солистка народного самодеятельного кол-

лектива студии эстрадного пения «Оазис» ЦКР «Молодёжный». Девочки поехали на конкурс благодаря финансовой поддержке профсоюзной организации ОЭМК и победе в отборочном туре. Папы у обеих работают в электроплавильном цехе и состоят в ГМПР. Василиса уже участвовала во всероссийских конкурсах. А вот Варя впервые поехала на соревнования такого уровня одна, без коллектива и художественного руководителя Полины Клеван. Несмотря на простуду, девочка выступила отлично.

**Ольга Запунная**  
Фото из архива участников конкурса

Василиса (слева) и Варвара покорили и жюри, и зрителей



РЕКЛАМА

### БУРЕНИЕ СКВАЖИН

- на воду (любой сложности)
- инженерно-геологические изыскания
- под свайные фундаменты
- монтаж и замена насосного оборудования

**8-910-368-01-23**  
ул. Заводская, 15 (за ТЦ «БОШЕ»)

www.akvabur31.ru

**ООО «ТПО» требуются на постоянную работу на предприятия общественного питания ОЭМК и Лебединского ГОКа:**

шеф-повар: з/п от 59 000 руб.;	контролёры-кассиры: з/п от 41 000 руб.;
технолог: з/п от 48 800 руб.;	кухонные рабочие: з/п от 39 000 руб.;
повара-бригадиры: з/п от 45 000 руб.;	электромонтёр: з/п от 48 800 руб.;
повара, кондитеры: з/п от 42 000 руб.;	График работы — 2/2; 5/2.

По интересующим вакансиям обращайтесь с понедельника по пятницу с 8:30 до 17:30 по адресу: мкр-н Ольминского, 12, каб. 516. Тел.: 8 (4725) 37-29-76, 37-32-30.

**ООО «ТАИТ» на безвозмездной основе реализует отходы пиломатериалов, мебели и тары.**

Обращаться по адресу: здание химчистки на территории ОЭМК.

График работы: с 8:00 до 16:30, перерыв с 12:00 до 12:30.

+7(920)550-73-40, 37-43-00

ПОЛИМЕР

### СИСТЕМЫ ПОЛИВА

пр-т Алексея Угарова, 18ж  
+7 (4725) 39-09-11

### ТЕПЛО И ДОСТУПНО

окна из пятикамерного профиля

**exprof**

Профильная система EXPROF Protecta разработана специально для российских холодов. Пятикамерные окна EXPROF Protecta надежно сэкономят тепло в вашем доме даже в самые сильные морозы!

- УЮТНО
- КОМФОРТНО
- КРАСИВО
- НАДЕЖНО

г. Старый Оскол, Проспект Алексея Угарова, 18ж  
+7 (4725) 39-09-13, +7 (980) 379-87-79  
sev@metplus-osk.ru

РЕМОНТ

- Ремонт бытовой техники.** Мкр-н Олимпийский, 7. 8 (4725) 42-41-00.
- Профессиональный ремонт телевизоров, мониторов любой сложности.** Мкр-н Олимпийский, 7. 8 (4725) 42-41-00.
- Ремонт холодильников у владельца на дому, с гарантией** (сервисное профессиональное оборудование). Ежедневно. 8 (4725) 44-24-89, +7-903-642-21-17. 156-СО 6-12
- Ремонт холодильников и морозильников на дому, с гарантией.** Монтаж и обслуживание кондиционеров. «Холод-Сервис». +7-920-555-57-89 (ежедневно).
- Ремонт бытовой техники.** Электрика. +7-919-225-18-46. 219-СО 1-2
- Ремонт электроплит.** Услуги электрика. Качество, гарантия. Вызов бесплатный. +7-951-145-17-40. 223-СО 1-1

**Внимание! Ожидается повышение цен. Цену уточняйте у менеджеров**

Реклама.

**3 в 1 ТЕРМОПАНЕЛИ**  
Шумоизоляция | Утепление | Облицовка

>70 лет срок службы  
+7(980)321-5555

alfastro31.ru

Лёгкий монтаж >1000 видов Инновационный утеплитель

Производим термопанели с 2003 г., более 100 000 м²/г

ТД АЛЬФА-СТРОЙ (Старый Оскол)  
Выставочный офис: мкр-н Майский, 5  
ТЦ АТМОСФЕРА

Долговечный фасад, не требующий обслуживания более 50 лет

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ЭЛЕКТРОСТАЛЬ»: +7 (4725) 37-40-90; +7 920-200-61-81



РЕКЛАМА, ОБЪЯВЛЕНИЯ. ☎ (4725) 37-40-90; +7-920-200-61-81; E-MAIL: 321852@MAIL.RU

УСЛУГИ

► **Бригада строителей выполнит все виды работ.** Свой материал. Фундамент, крыши, беседки, сараи, навесы, заборы и др. Пенсионерам скидка 20%. +7-909-260-75-95 Дмитрий. 222-СО 1-1

► **Настройка музыкальных инструментов:** пианино, баян, аккордеон и др. Профессионально. +7-951-145-69-22. 168-СО 6-10

► **Укладка асфальта (дворы, площадки)** +7-960-628-58-17. 209-СО 2-15

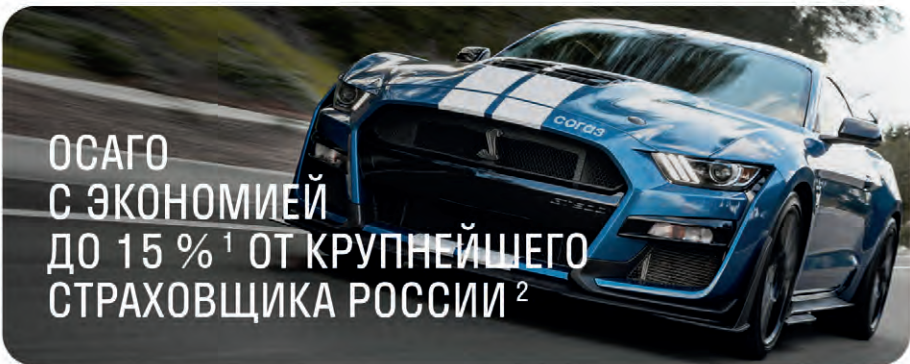
► **Обучение вокалу взрослых и детей от 3,5 лет.** Постановка голоса. Подготовка к выступлению на сцене и в караоке. +7-915-572-17-80. 166-СО 4-10

ПОКУПКА

► **Купим ваш автомобиль.** Дорого. +7-951-154-94-38. 149-СО 4-4

ПРОДАЖА

► **Картофель на семена.** Склад с/х продукции в с. Незнамово, ул. Центральная, д.12. +7-920-566-05-45.



**ОСАГО С ЭКОНОМИЕЙ ДО 15%<sup>1</sup> ОТ КРУПНЕЙШЕГО СТРАХОВЩИКА РОССИИ<sup>2</sup>**

Для сотрудников АО «ОЭМК им. А. А. УГАРОВА» и их близких родственников: супругов, детей, родителей, родных братьев и сестер

**ПОЧЕМУ ВЫБИРАЮТ ОСАГО В СОГАЗЕ**

Наивысшие рейтинги финансовой надежности и кредитоспособности <sup>3</sup>	30 лет опыта и экспертизы в сфере страхования	Удобное оформление — онлайн или в офисе
--	---	---

Варианты оформления полиса:

- Купите онлайн — отсканируйте QR-код
- Обратитесь к персональному менеджеру Юлии Архангельской 8 (980) 381 62 41 Arkhangelskaya.Yulia@sogaz.ru



**СОГАЗ**

8 800 333 0 888  
sogaz.ru

1. Для сотрудников АО «ОЭМК им. А. А. УГАРОВА». ПРИ РАСЧЕТЕ СТОИМОСТИ С УЧЕТОМ СТАТИСТИКИ УБЫТКОВ ЗА ПРЕДЫДУЩИЕ ПЕРИОДЫ ПО ВЫДЕЛЕННОЙ КЛИЕНТСКОЙ ГРУППЕ: РАБОТНИКИ ПРЕДПРИЯТИЙ — КОРПОРАТИВНЫХ КЛИЕНТОВ АО «СОГАЗ» (КРОМЕ ИПОТЕЧНОГО СТРАХОВАНИЯ). ПРИ РАСЧЕТЕ ПОЛИСА РАЗМЕР ЭКОНОМИИ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ МЕНЬШЕ 15% ИЛИ ОТСУТСТВОВАТЬ.
2. по объему страховых премий на основании данных Банка России.
3. НАДЕЖНОСТЬ И ФИНАНСОВАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ АО «СОГАЗ» ПОДТВЕРЖДЕНЫ ВЕДУЩИМИ РЕЙТИНГОВЫМИ АГЕНТСТВАМИ: РЕЙТИНГ RUAAA (ПРОГНОЗ СТАБИЛЬНЫЙ) ОТ «ЭКСПЕРТ РА»; AAA (RU) (ПРОГНОЗ СТАБИЛЬНЫЙ) ОТ АКРА; AAA.RU (ПРОГНОЗ СТАБИЛЬНЫЙ) ОТ НКР.

АО «СОГАЗ». ЛИЦЕНЗИЯ БАНКА РОССИИ ОС № 1208-03. РЕКЛАМА.

SOGAZ MG 0200K 03A00 040902

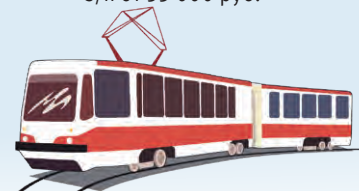
**В ООО «СКОРОСТНОЙ ТРАМВАЙ» ТРЕБУЮТСЯ:**

РЕКЛАМА.

- начальник службы: з/п от 70 000 руб.;
- мастер участка контактно-кабельных сетей: з/п от 50 000 руб.;
- кондукторы: з/п от 34 000 руб.;
- водители трамвая (наличие прав категории Тп): з/п от 45 000 руб.
- слесарь по ремонту подвижного состава: з/п от 35 000 руб.;
- электрогазосварщик: з/п от 42 000 руб.;
- токарь: з/п от 40 000 руб.;
- водитель автомобиля: з/п от 40 000 руб.;
- монтер пути: з/п от 40 000 руб.;
- мойщик-уборщик подвижного состава: з/п от 33 000 руб.

**А также ведёт набор по вакансиям:**

- слесарь-электрик по ремонту электрооборудования: з/п от 35 000 руб.;



Сменный график работы. Официальное трудоустройство, полный соцпакет. Опыт работы не обязателен.

Организовано обучение (6 месяцев) по профессии «водитель трамвая» с компенсацией расходов на обучение.

Обращаться по телефонам: +7-920-582-33-85; +7-920-208-91-57.

Реклама.

СКИДКИ до 10%

**РЕМОНТ**

**СТИРАЛЬНЫХ МАШИН И ХОЛОДИЛЬНИКОВ**



Бесплатный выезд на дом

+7 952 437 27 86

МЕДИКО-ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «КРОФТ-ОПТИКА»

www.kroftoptica.ru

- Консультативный прием
- Компьютерная диагностика
- Восстановление зрения
- Хирургическое лечение
- Контактные линзы
- Оптика

Северный, 7  
тел. 31-35-95, 8-952-427-30-98  
ПН-ПТ с 8:00 до 20:00, СБ с 9:00 до 17:00, ВС с 9:00 до 15:00

Лицензия № ЛО-31-01-002759 от 26.12.2018. Реклама. ООО «МОУ «Крофт-оптика».

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

**JP AUTOCOM**  
**АВТОМОБИЛИ С АУКЦИОНОВ**  
**ЯПОНИИ И ЮЖНОЙ КОРЕИ**  
**+7 909 202 70 27**

**МЕТАЛЛИНВЕСТБАНК** | 8 800 250 97 97  
www.metallinvestbank.ru

**ОТКРОЙТЕ ВКЛАД ДО 33%\***

мкр. Горняк, д. 14; мкр. Солнечный, д. 1А; (4725) 42-45-05; 32-92-22



Вклад «Доходный год». Сумма от 100 000 руб. Срок 367 дней разделен на процентные периоды. Для каждого процентного периода устанавливается отдельная процентная ставка (% годовых): период 1 – 33% с даты открытия вклада по последний календарный день 2-го мес.; период 2 – 20% с 1-го календарного дня 3-го мес. – по последний календарный день 4-го мес.; период 3 – 18% с 1-го календарного дня 5-го мес. – по дату окончания срока вклада. Минимальная гарантированная ставка по вкладу 20,22% годовых. Выплата % в конце срока. Досрочное расторжение по ставке вклада «До востребования». Пополнение и частичное изъятие не предусмотрено. Автоматическая пролонгация на новый срок по действующим на момент пролонгации ставкам по данному вкладу. Предложение действительно на 15.01.2025 г. ПАО АКБ «Металлинвестбанк» Генеральная лицензия Банка России №2440 от 21.11.2014 г.

