



Анализируй завод

Ольга Тебенкова,
Татьяна Диулина

Исследования и эксперименты для обновления и надёжности производств. Разработка новых методик анализа и внедрение их на агрегатах. Уже 40 лет и каждый день в центральной заводской лаборатории сталкиваются с нетривиальными задачами, узнают новое и растут профессионально.

Оперативно и точно

Исследования – лучшее лекарство от рутины. Это знают в центральной заводской лаборатории, где круг задач и динамику рабочего дня определяет ритм большого производства. Напряжённо трудится завод, и за его темпом успевают три специализированных лаборатории ЦЗЛ.

Лаборатория аммиака и метанола состоит из трех секторов: водоподготовки и очистки сточных

вод, сектора катализа и сектора очистки конвертированного газа от углекислого газа и обслуживания производства метанола.

На всех стадиях выпуска аммиака и метанола специалисты из одноимённой лаборатории проводят входной контроль катализаторов, следят за качеством воды, конденсатов, рабочих растворов. Ежемесячно оценивают эффективность каталитических стадий по технологической цепочке производства аммиака.

– Приоритет для каждого лаборанта – точность измерений: оперативность и качество анализа определяет оптимальность технологического процесса, – говорит руководитель ЦЗЛ Елена Матюнина. – Оценка специалистов лаборатории позволяет определить критические моменты в работе катализаторов и при необходимости принять решение об их замене. Весь коллектив ЦЗЛ принимает непосредственное участие во внедрении новых

типов катализаторов и растворов на агрегатах.

Водная лаборатория оснащена современным оборудованием, которое позволяет определять около 50 физико-химических показателей, характеризующих качество вод и конденсатов. Прежде чем ионообменные смолы внедряют в производство, их испытывают на реальных средах сотрудники лаборатории.

(Окончание на с. 8-9).

НОВОСТИ

В ОТРАСЛИ

Пандемия коронавируса изменила структуру перевозок: импорт российских удобрений в Китай по итогам 2020 года поставил рекорд. Удвоился объём поставок минеральных удобрений, производимых на российских предприятиях и отправляемых по железным дорогам в Китай. В целом железнодорожные перевозки минеральных удобрений из России в КНР через Манчжурию выросли на 22,7% до 1,6 млн тонн, причем с сентября по ноябрь – в 17 раз до 419,2 тыс тонн. Несмотря на спад продаж минеральных удобрений в Китае, ряд компаний продолжает расширять их запасы, чтобы удовлетворить потребности фермеров, в том числе приобретая у российских компаний-производителей.

В ГОРОДЕ

Тольятти вошел в число лучших городов России для создания и ведения бизнеса – город занял второе место в рейтинге. Впереди оказался Нижний Тагил, далее идут Набережные Челны, Владикавказ и Череповец. Эксперты связывают рост инвестиционной активности в Тольятти с созданием в 2010 году особой экономической зоны промышленно-производственного типа. В 2020 году премьер-министр Михаил Мишустин подписал постановление правительства РФ о расширении границ Тольятти, согласно которому ОЭЗ «Тольятти» стала частью городского округа. Это решение позволило резидентам ОЭЗ получить доступ к мерам господдержки, предусмотренным для моногородов.

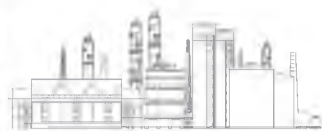
В ОБЛАСТИ

Мост через Волгу в районе Климовки построен на 9,6%. Надвигка первой секции мостового перехода запланирована на апрель, сообщает правительство Самарской области со ссылкой на первого вице-губернатора – председателя правительства Виктора Кудряшова. Мост через Волгу в районе Климовки войдёт в состав международного транспортного маршрута «Европа – Западный Китай». Инициативу его строительства выдвинул в марте 2018 года губернатор Самарской области Дмитрий Азаров. Идею поддержал Владимир Путин, и министерство транспорта РФ включило проекта в транспортную стратегию РФ до 2030 года. Длина четырёхполосного автомобильного моста составит 3,669 км.

ВОКРУГ КОМПАНИИ

Читайте «Волжский химик» на платформе «Яндекс.Дзен»:





На ТООЗе завершилась акция «Наш бессмертный полк», которую провёл блок по связям с общественностью к 75-летию Великой Победы. Портреты героев – родственников наших коллег – передали в семьи. Дополнительную информацию по теме можно получить в отделе социального развития (тел.: 17-45).

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Дмитрий Межеедов:

«Главная цель ремонтной службы – универсальность»

Ольга Петрова

ТООЗ перенастраивает бизнес-процессы, следуя стратегии развития до 2025 года. Второму этапу трансформации ремонтной службы была посвящена встреча генерального директора Дмитрия Межеедова с руководителями и ИТР из цехов №№ 12, 13, 15, 16. Ремонтный персонал этих подразделений – около 100 человек – переходит в цех №29, службу заказчика ремонтов и станет частью централизованной службы ремонтов.

На встрече присутствовали заместители генерального директора – директор по ремонтам Евгений Скобелев, директор по производству Алексей Иванов и директор по персоналу Сергей Гулькин.

Напомним, год назад на Тольяттиазоте усовершенствовали систему технического обслуживания и ремонтов. Цели реформы – не только выстроить организацию ремонтов на предприятии в соответствии с мировыми практиками, но и сократить сроки остановочных ремонтов, повысить эффективность службы и качество работ. Ключевое изменение новой системы состоит в том, что технологи и ремонтники производств относятся к разным службам, в частности ремонтный персонал цехов переподчинен дирекции по ремонтам.

В 2020 году в дирекции по ремонтам создали службу заказчика, в которую вошел цеховой инженерно-технический персонал. В ее зоне ответственности – формирование потребности ремонтов в цехах, контроль качества и организации ремонтов. Компания рассчитывает обеспечить надлежащее состояние оборудования и повысить качество ремонтов. В новой системе действует служба организации ремонтов, которая сфокусировалась на планировании и подготовке работ, а дежурный персонал цехов переподчинили цеху №29, который входит в централизованную службу ремонтов.

Второй этап трансформации подразумевает переход ремонтного персонала цехов №№ 12, 13, 15, 16 (общая численность – около 100 сотрудников) в цех №29. Дмитрий Межеедов подчеркнул: условия труда для этих сотрудников не изменятся, территориально они будут работать в тех же цехах.

– Мы хотим избежать ситуации, когда одни и те же лица отвечают за качественную эксплуатацию и ремонт. Система мотивации направлена на то, чтобы производство правильно эксплуати-

ровало оборудование, а ремонтники – устраняли неисправности и выполняли работы качественно и в срок. Плюсы очевидны: эксплуатирующая сторона начинает активнее проявлять себя при приемке оборудования после ремонта, понимая, что внеплановые простои влияют на выполнение планов производства и на выплату премий, в том числе за безостановочную работу. Подчеркну: если у принимающей стороны есть вопросы к качеству ремонта или запланированный объем работ не выполнен – категорически призываю не подписывать документы о приемке. Параллельно с организационными изменениями идет настройка и внедрение информационной системы для управления процессами ТОИР. Ее логика такова: наряд на ремонт должен выдаваться автоматически, в нем четко видны конкретные исполнители. Основная наша цель – обеспечить универсальность. Если на одних работах выявлен недостаток ресурсов, а где-то есть свободные работники нужной квалификации, значит их будут направлять туда, где это необходимо. Ситуация, когда наш ремонтный персонал не загружен работой, а мы нанимаем подрядчиков, недопустима. Чем дольше мы будем работать в системе управления ремонтами и чем больше бизнес-процессов будет в ней автоматизировано, тем более четкие решения о загрузке персонала станем принимать, – пояснил Дмитрий Межеедов.

На сегодняшний день на заводе работают около 1500 ремонтников, и вскоре корпоративная информационная система будет автоматически показывать их загрузку.

Дмитрий Межеедов отметил, что у любой компании всегда есть выбор относительно вспомогательных функций: развивать внутри или отдать на аутсорсинг и привлекать внешних подрядчиков. ТООЗ, в отличие от многих других компаний отрасли, принял решение идти по первому варианту – сохранить свою ремонтную службу и повышать ее эффективность. Стратегия до 2025 года предполагает, что компания максимально задействует собственный персонал и привлекает подрядчиков только на те работы, где не хватает квалификации или людей. Чтобы объективно планировать загрузку персонала, и внедряется система «Галактика ЕАМ».

Начальники цехов обратили внимание руководителей на вопрос о распределении ответственности за безопасную эксплуатацию оборудования. Он связан с тем, что сейчас в некоторых цехах есть универсальные специалисты, отвечающие и за ремонт, и за эксплуатацию. Генеральный

директор призвал обратиться к директору по персоналу Сергею Гулькину для решения такого рода вопросов в индивидуальном порядке и, если необходимо, пересматривать штатное расписание.

На встрече прозвучал вопрос об оплате труда: не изменится ли она в случае перевода из одного цеха в другой, потому что сейчас ставки работников основных и вспомогательных цехов различаются? Сотрудников переведут с действующими окладами, объяснил директор по персоналу Сергей Гулькин, потому что уровень обязанностей и квалификация на текущий момент тоже не одинаковы. Пересмотреть оклады возможно в случае, когда сотрудник освоил дополнительный функционал – в смежных цехах и участках.

Информацию о дополнительной загрузке работников прокомментировал генеральный директор:

– Если человек не загружен на своем основном рабочем месте и нужно идти на работу в цеха с другими условиями труда, то он туда идет. Личные и ничем не обоснованные предпочтения не рассматриваются. Конечно, есть работы, на которые мы будем привлекать подрядчиков, в том числе работы с вредными условиями труда, но это ограниченный и всем понятный список. Других вариантов нет – мы будем управлять загрузкой персонала. Просто работников недопустимы, и если работник не загружен, он либо направляется туда, где он нужен, либо попадает под сокращение. Еще раз хочу подчеркнуть: нигде нет такой ремонтной службы, как на Тольяттиазоте, многие предприятия давно вывели эту службу на аутсорсинг. Мы не идем и не собираемся идти по этому пути. Если мы видим, что кто-то не загружен, должны обеспечить человека работой. Я лично борюсь за то, чтобы ремонтную службу внутри предприятия сделать эффективной, а не заниматься решением проблемы через сокращение людей и создание дочерних компаний. Организовать «дочку» можно достаточно быстро, но мы на это не пойдем. Руководство цеха должно заниматься оптимизацией загрузки, распределением работ и эффективностью персонала. Главное, чтобы не получилось так, что одни работают, не покладая рук, а другие не делают ничего, – отметил Дмитрий Межеедов.

«В какую службу будут переведены ИТР из цехов и какие функции станут выполнять? Как быть, если ранее в цехе они отвечали за работы, приуроченные к запуску третьего агрегата карбамида?» – прозвучал следующий вопрос.

– Если ИТР занимаются работами в рамках строительства



третьего агрегата карбамида, то их нужно включить в состав проектной команды, – прокомментировал генеральный директор.

Сергей Гулькин дополнил информацию: инженерно-технических работников переведут в цех №29 старшими мастерами, а информацию об их функционале прокомментировал Евгений Скобелев:

– ИТР закрепляют за конкретным цехом и в другие подразделения направлять не будут. Их основная обязанность – организация ремонтов, содержание оборудования в исправном состоянии, распределение обязанностей между рабочими.

Дмитрий Межеедов особо обратил внимание присутствующих на встрече на то, что в погоне за лучшим нельзя разрушать то, что хорошо работало много лет. Поэтому любые нестыковки нужно оперативно прорабатывать и включать в проект трансформации ремонтной службы на Тольяттиазоте.

Говоря об участии ИТР цехов в проектной деятельности, генеральный директор дополнительно рассказал о планируемых изменениях в системе мотивации для членов проектных команд.

– Сейчас проектный офис работает над задачей, как сделать адекватную систему мотивации, завязанную на итогах проекта. Стратегия развития компании, которую мы утвердили до 2025 года, предусматривает в том числе мотивацию тех, кто принял участие в реализации стратегических проектов. Активных и инициативных работников компания готова щедро отблагодарить. Стратегическая задача на 2021 год – перестроить ремонтную службу, сделать ее более эффективной. Поэтому инициативные

работники из цехов могут войти в состав проектной команды по трансформации функции ремонтов и впоследствии получить дополнительное вознаграждение за достигнутые результаты, – сказал Дмитрий Межеедов.

В конце встречи руководители компании еще раз подчеркнули: при реорганизации ремонтной службы и место работы, и должностная инструкция останутся прежними – изменятся лишь номер цеха и руководитель. Новым станет принцип взаимодействия эксплуатационного и ремонтного персонала: эксплуатация ставит задачи по ремонту и не должна беспокоиться, каким образом они будут решены. Способы и ресурсы устранения проблемы будут определять в рамках ремонтного блока, в том числе подавать все необходимые заявки на закупки.

Если в процессе ремонтов возникают вопросы, которые не могут быть решены на уровне начальников цехов, значит они обязаны поднять проблемы на вышестоящий уровень. Это нормально, и не нужно этого бояться. Чем раньше проблема будет озвучена, тем быстрее и легче ее решить.

– Все возможные ситуации заранее учесть невозможно, поэтому если вы видите, что какие-то процессы раньше работали, а при переводе работников вдруг перестали – срочно поднимайте вопрос на уровень директоров, – отметил генеральный директор.

Чтобы оперативно решить точечные вопросы об отдельных людях и должностях, администрация завода проведет дополнительные встречи с руководителями подразделений и ремонтным персоналом из цехов №№ 12, 13, 15 и 16.

Стать заметнее

Признанная репутация и успешная экономика: Тольяттиазот получил право использовать знак «Достояние губернии» в рекламно-информационных целях.

Конкурс компаний из Самарской области с 2017 года проходит при поддержке правительства. В нём оценивают высокорентабельные организации, которые динамично развиваются, улучшают экономику, деловую среду и поддерживают общество. В 2020-м конкурс проводили по семи номинациям, в том числе рассматривали промышленность, сельское хозяйство, успехи торговых марок, представителей сферы здоровья и красоты. Тольяттиазоту вручили специальный приз за вклад в борьбу с коронавирусной инфекцией. Право маркировать свой контент региональным знаком качества компания получила на три года, впервые логотип «Достояние губернии» появится на заставке сюжетов от корпоративной телестудии.

Ольга Петрова

ДОСТОЯНИЕ
ГУБЕРНИИ
2020



Главные новости – со стройки

На третьем агрегате карбамида смонтировали 45-метровую дымовую трубу для котла паровых турбин.

Паровые турбины – важное оборудование в технологии производства. Они запускают в работу компрессор углекислого газа, водооборотный цикл, питательный насос котла и маслонасос компрессора. – Стальную трубу собирали из трёх 20-тонных секций высотой по 15 метров, – рассказал руководитель строительства Дмитрий Шаповалов, представляющий генподрядчика – компанию «Казале Проект». – Работали максимально аккуратно, так как вокруг располагаются действующие эстакады. На блоке синтеза – там, где уже смонтировали реактор, установили еще три единицы оборудования. Вокруг будущего объекта возводят металлоконструкции и эстакады, прокладывают инженерные сети.

Юрий Николаев

Линия энергии

Кабельная линия классом напряжения 110 кВ, обеспечивающая электроэнергией весь завод, стала надёжнее. Её отремонтировала подрядная организация под контролем цеха электроснабжения.

Старший мастер службы кабельных сетей Николай Говдырев разъяснил: для надёжной работы кабельной линии необходима система маслохозяйства. Чтобы обеспечить необходимые технические характеристики, предусмотрены масляные баки, подпитывающие кабель. Подрядчики отремонтировали системы маслохозяйства: вакуумировали, дегазировали, подняли давление масла, провели ревизию запорной и подводящей арматуры. Итоговой операцией стали испытания линии, длина которой превышает 3 км, на герметичность. Как сообщил начальник цеха №18 Олег Кислер, такое обслуживание повысит надёжность кабельной линии 110 кВ. Аналогичные работы планируют на трех других кабельных линиях, питающих завод.

Юрий Николаев



Отметят личные достижения

На Тольяттиазоте стартовала наградная компания, приуроченная ко Дню химика.

От структурных подразделений предприятия до 19 февраля необходимо представить данные о кандидатах на внешние награды (то есть от органов государственной власти Самарской области и местного самоуправления) и списки тех, кому вручат ведомственные награды. – Обращаем внимание руководителей: в характеристике необходимо описать конкретные заслуги, отразить вклад работника в развитие предприятия, отрасли. В этом году внешние награды получают не менее 70 сотрудников, от каждого подразделения рекомендуем выдвигать не более трех кандидатов. Внутренняя наградная кампания начнется 1 марта, – пояснила начальник отдела по социальному развитию Екатерина Лапшина.

Ольга Петрова

Точно по графику

На Тольяттиазоте тестируют новую информационную систему для контроля доступа на территорию. Отклонения от рабочего графика будут фиксировать.

Теперь если вы покинете территорию завода в рабочее время или придете в нерабочее, вашему руководителю в СЭД «Директум» придёт соответствующее оповещение от службы безопасности. Извещать начальника будут также в тех случаях, если вы придете на работу за полтора часа до начала рабочего дня или уйдете более чем через час после его окончания. Строже стал контроль над оформлением заявок на внеурочную работу. Доступ в медсанчасть в нерабочее время будет по заявке. Подать её можно с помощью информационного киоска перед тем, как пройти КПП. – Тестирование новой системы продлится 90 дней, затем она станет частью трудового режима, – говорит Ольга Храпина, начальник отдела методологии и единой кадровой политики.

Ольга Тебенкова





Приют для бездомных животных «Дорога домой» ищет волонтеров. Срочно требуется помощь специалиста-электрика, нужны добровольцы для уборки снега и умельцы, чтобы построить будки для собак. Желаете помочь – обращайтесь по тел.: +7 (927) 908-54-17.

КОРПОРАТИВНЫЕ МЕДИА

Говорит и показывает ТОАЗ

Ольга Петрова

Пиар-проекты компании получили награды на конкурсе «Серебряный лучник – Самара». Эксперты премии в области развития общественных связей высоко оценили электронные инфоресурсы Тольяттиазота и коммуникационную кампанию «Антиковид».

Бизнес – это коммуникация. Осмысленная, адресная и оперативная. Создавать важные сообщения и объяснять аудитории смыслы Тольяттиазоту помогают корпоративные медиа. Компания издаёт газету, говорит с аудиторией в формате социальных сетей, на заводе действуют внутреннее радио, сеть инфокранов, собственная телестудия и телеграм-канал. Все эти ресурсы действуют в поддержку бизнеса – информируют, объясняют, строят диалог с обществом. И обратная связь есть. В том числе – от профессионального сообщества. Сразу два пиар-проекта ТОАЗа по итогам 2020 года получили признание на региональном этапе главной российской премии в области развития общественных связей – «Серебряный лучник».

29 января в Самаре информационные продукты нашей компании представила федеральному жюри заместитель генерального

директора – директор по связям с общественностью Юлия Петренко.

«Серебряный Лучник» – главная российская премия, она состоит из двух этапов: регионального и федерального. Федеральный этап традиционно проходит в Москве. В феврале «Серебряный лучник» в столице будут вручать в 24 раз. Право принять участие в Днях открытых презентаций в Москве и стать претендентами на национальную премию получают авторы лучших проектов, ставших победителями региональных этапов.

Напомним, в 2019 году Тольяттиазот победил в федеральном этапе конкурса в двух номинациях: газету «Волжский химик» назвали лучшей в номинации «Внутрикорпоративные коммуникации и корпоративные медиа», а просветительский проект «Химия слова» – в номинации «Корпоративная социальная ответственность».

Премия «Серебряный лучник – Самара» является самостоятельным конкурсом, в котором участвуют областные проекты. В Самаре региональный этап провели уже в одиннадцатый раз, всего за годы существования конкурса в нем рассмотрели 522 проекта, созданные 4 400 авторами. Среди экспертов, которые оценивают творческие работы, есть специалисты по связям с общественностью, профессиональные журналисты, социологи,



педагоги, представители ивент-индустрии.

В 2021 году в 11 номинациях регионального этапа конкурса участвовали 37 проектов. Их оценивали комплексно: кроме оригинальности, актуальности и сложности целей, учитывали эффективность и разнообразие стратегий, тактик и инструментов в коммуникации. Как отмечает жюри, напряженная борьба развернулась в номинации «Корпоративные коммуникации»

и в новой категории – «Антикризисные коммуникации в период пандемии». В ней и победил Тольяттиазот с информационным проектом «Антиковид». Еще один коммуникационный продукт, который назвали лучшим в регионе, называется «ТОАЗ в диджитал-среде» – жюри оценило внешние интернет-ресурсы предприятия и рекомендовала оба этих проекта для участия в федеральном этапе конкурса «Серебряный лучник».

– Прошлогодняя победа Тольяттиазота сразу в двух номинациях «Лучника» вдохновила нас. «Серебряный лучник» – площадка для обмена лучшими практиками в сфере общественных связей. Конкурс рассказывает о том, что важного и интересного было сделано в коммуникациях и помогает создавать социально-значимые проекты. Нам есть чем поделиться, и мы открыты к диалогу с коллегами, – прокомментировала Юлия Петренко.

ЗАВОД И ГОРОД

Добро не осталось незамеченным

Юрий Николаев

Волонтерам Тольяттиазота вручили награды от имени губернатора области. Власти оценили их помощь людям, попавшим в группу риска во время пандемии.

Памятные знаки от губернатора Самарской области «За служение людям» вручили 14 активистам совета молодежи. В прошлом году ребята организовали на заводе волонтерский штаб, чтобы помогать горожанам в период пандемии. После работы и в свои выходные волонтеры закупали и развозили продукты и медикаменты пожилым людям, инвалидам и людям, попавшим в сложную жизненную ситуацию.

На вручении знаков председатель совета молодежи Евгения Суходеева призналась, что гордится ребятами. А заместитель директора по управлению персоналом Наталья Денисова сказала: добрые дела не останутся незамеченными.

– Для меня это очень почетная миссия – от лица губернатора наградить волонтерский штаб ТОАЗа, – обратилась она к активистам.



После торжества редакция решила спросить у коллег, что движет ими в стремлении помогать людям.

Наталья Мельник, оператор теплогенераторных и котельных установок из цеха №125:

– Честно говоря, не ожидали каких-либо наград, ведь делаешь добро от чистого сердца, а не ради отличительного знака. Только ли ситуация с коронавирусом повлияла на моё решение стать волонтером? Нет, скорее это

моя жизненная позиция. Люблю помогать не только людям, но и животным. Рада откликнуться, если у совета молодежи ещё появятся новые проекты, направленные на помощь нуждающимся. Насколько важно поощрение для волонтеров? Всё зависит от человека. Для меня лучшая мотивация и награда – это благодарность тех, кому помогли. Пожилые люди, которым мы во время самоизоляции доставляли продукты и медикаменты, оказались очень отзывчивыми. Так приятно было видеть их улыбки!



Дмитрий Сулямов, инженер-электроник технического центра АСУ ТП:

– Приятно, когда награждают. И не менее приятно делать добрые дела. Спасибо ТОАЗу, что помогает тем, кто в этом действительно нуждается. Время-то непростое. Старались всё сделать удобно для людей, не нарушать их комфорт и безопасность. Считаю так: для молодых и энергичных людей не должно быть проблем, чтобы встать с дивана и помочь окружающим. Верю и знаю: добрые дела вернутся мне добром по жизни.

Светлана Новикова, лаборант цеха №34:

– Получился сюрприз – мы не знали заранее, что нам вручат губернаторские памятные знаки. Хотелось помочь людям в такое непростое время. И совет молодежи дал нам такую возможность. Ведь порой не знаешь, как реализовать порывы души, с чего начать. А тут поступило объявление о наборе в штаб волонтеров, нас четко организовали, объяснили, что нужно делать, поэтому желание помочь вылилось в дела на благо горожан.

ТРУДОВАЯ ДИСЦИПЛИНА

Режим нарушителей

Ольга Петрова

В последнее время участились случаи нарушения правил внутреннего трудового распорядка: некоторые сотрудники завода в 16.50 или 19.50 находятся на проходных. Отдел кадров Тольяттиазота напоминает: недопустимо покидать рабочее место до окончания трудового дня, то есть до 17 и 20 часов соответственно.

Соблюдать правила внутреннего трудового распорядка обязан каждый работник Тольяттиазота, но, к сожалению, есть сбои. Как рассказал начальник отдела кадров Андрей Лаптев, в последнее время служба безопасности выявляет больше нарушителей, которые «караулят» окончание рабочего дня на проходных или выходят с завода раньше времени.

– Напоминаю, согласно правилам внутреннего трудового распорядка в рабочее время включается время на переодевание для тех, кто по условиям работы не может трудиться без использования средств индивидуальной защиты или спецодежды. Норма времени на переодевание тоже известна и прописана в документе: для этого заложено 10 минут в начале рабочего дня и 15 минут перед его окончанием. Кроме того, в рабочее время не включают промежуток, в течение которого сотрудник идет от проходной до рабочего места и обратно. Несложно подсчитать, что в 16.50 на проходной еще не должно быть никого. Подчеркну, в рабочее время все работники должны находиться на местах и выполнять свои трудовые обязанности. Не допускается покидать рабочее место до окончания рабочего дня, но некоторые коллеги пренебрегают этим правилом,

оказываясь возле проходной в 16.50-16.55, – прокомментировал Андрей Лаптев.

В отделе кадров сообщают, что на всех проходных отдел кадров совместно со службой безопасности будут проводить рейды и выявлять нарушителей. Списки тех, кто вышел из проходной раньше времени, будут рассылать руководителям подразделений. Каким может быть наказание?

– Разумеется, сначала будем выносить нарушителям предупреждения о необходимости соблюдать правила внутреннего трудового распорядка. Особо подчеркну, что систематические нарушения в итоге могут сказаться на оценке и профстатусе работника, коэффициенте индивидуальной работы и другим критериям, которые влияют на премии. Поэтому призываю сотрудников завода к ответственности и сознательности, – объяснил Андрей Лаптев.



«ГОРЯЧИЙ ТЕЛЕФОН»

БЕЗОПАСНОСТЬ

Нелётная территория

Юрий Николаев

В январе служба безопасности Тольяттиазота обезвредила попытку беспилотного летательного аппарата проникнуть в воздушное пространство над заводом. «ВХ» узнал, что этот случай не первый, а среди «отличившихся» есть тоазовцы.

Когда в 2019 году дроны террористов атаковали нефтеперерабатывающие заводы в Саудовской Аравии, весь мир удивился: беспилотные устройства способны нести реальную угрозу. Многие опасные производства по собственной инициативе или по рекомендациям властей внедрили системы противодействия беспилотникам. Надёжную защиту завода с воздуха создал Тольяттиазот: специальная система безопасности к тому моменту уже действовала на ТОАЗе несколько месяцев.

– Речь идет не обязательно о спланированной диверсии. Даже случайное падение дрона с большой высоты на промплощадку может привести к тому, что аппарат «приземлится» на людей или оборудование. Это плохой сценарий для опасного химического производства, – подчеркивает специалист отдела внутренней безопасности.

Суть системы в том, что радиочастотные сенсоры в радиусе одного-двух километров от завода улавливают сигналы дрона. Тогда срабатывает программа на преры-



вание полёта. Система глушит GPS, Wi-Fi и радиоканал, а не отключает двигатели дрона. То есть «беспилотник» не падает, а автоматически возвращается к своему пульту либо ищет место посадки.

Беречься заводу есть от чего: с начала работы защитного «купола» вблизи ТОАЗа зафиксировали сотни случаев активности дронов. Люди понимающие сразу отводят свои аппараты в сторону, а беспилотники настойчивых наших коллеги из службы безопасности приземляют принудительно и проводят с нарушителями профилактическую беседу.

В 2020 году зафиксировали четыре таких случая. В том числе «отличился» работник Тольяттиазота, который решил обследовать родной завод свысока. Помогла разъяснительная работа. Ситуация возникла и в январе 2021:

система защиты не подпустила дрон к заводу, а сотрудники охраны оперативно обнаружили «пилота». В объяснительной записке он рассказал, что хотел познакомиться с высоты факельные установки. Беспилотный аппарат оказался незарегистрированным, а это прямое нарушение закона.

P.S. В 2020 году Тольяттиазот обновил лицензию на программное обеспечение и базы данных о дронах, чтобы обеспечить работу системы противодействия беспилотным летательным аппаратам на следующие пять лет. У неё нет ограничений на использование: система защиты действует далеко за пределами города и не создаёт затруднений для горожан.

День открытых дверей на проходной

Юрий Николаев

Заводчане позвонили на «горячий телефон» редакции, чтобы сообщить: соблюдать социальную дистанцию на проходной в часы пик мешают закрытые двери.

Звонившие уточнили, что речь идет о центральной проходной, где как на вход, так и на выход открыта лишь одна створка двери из двух.

– Зачем тогда все предосторожности в автобусах и на подходе к проходной, если в итоге поток всё равно сойдется в «бутылочном горлышке»? Турникета три, а дверь к ним одна, – сетуют тоазовцы. – На все замечания охранники отвечают, что вторая створка не открывается, и признают: так им будет холодно.

Кроме того, заводчане просили уточнить, останется ли разным время входа на завод и выхода с него после работы у тоазовцев и подрядчиков, строящих третий агрегат карбамида.

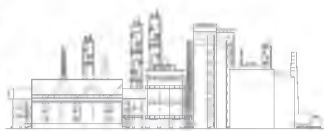
Вопросы и предложения читателей мы адресовали заместителю директора по безопасности Роману Прохорову. Он поблагодарил за информацию и заверил: так быть не должно:

– Однажды мы уже пресекли попытку сотрудников охраны закрывать одну из двух дверей на проходной Азотремаша. Обязательно проверим и данное заявление. Конечно, нужно создавать все условия для соблюдения соци-

альной дистанции, а не наоборот. Тем более что нет ничего сложного – просто открыть все двери в часы пик. Уверяю, сотрудники охраны не замерзнут на посту. Для этого у них есть утепленный зимний комплект формы, и многие их коллеги дежурят на открытых постах. Что касается времени прибытия и отъезда с завода, то подрядчиков и работников Тольяттиазота продолжают разводить в разное время, чтобы не создавать скопления людей на проходных.

P.S. Обращение «ВХ» с вопросом от читателей поступило в управление по безопасности 20 января в 14 часов 23 минуты – вечером того же дня все двери на проходной были открыты. Остаётся поблагодарить сотрудников службы безопасности за оперативное реагирование.





В Европейском центре ядерных исследований доказали, что олово-132 относится к числу так называемых «магических» изотопов: протоны и нейтроны распределены внутри него идеально. «Магия» состоит в том, что такие изотопы аномально стабильны, в то время как их «немагические» собратья с тяжёлым ядром склонны к ядерному распаду.

8 февраля – ДЕНЬ РОССИЙСКОЙ НАУКИ

Знания для здоровья

Ольга Тебенкова

Человеческое тело – механизм, который в разы сложнее агрегатов на производстве. Понять, что с ним не так, настроить на здоровый лад – это работа врачей. И среди них находятся исследователи. В честь Дня науки мы расскажем о двух кандидатах наук – медиках из санатория «Надежда». Это заведующие отделениями: диагностическим – Наталья Саликова – и терапевтическим – Светлана Стацкая. Оказалось, что у коллег общий научный путь.

Уже 21 год на пульсе

«Волжский химик» уже писал о Наталье Саликовой: в 2015 году вышел репортаж из отделения функциональной диагностики «15 лет на пульсе здоровья». Тогда, кстати, Наталья Михайловна стала его заведующей.

– От заведующей требуется организовать работу всего отделения, – поделилась она. – Но главное – пациенты, они всегда с нами. Основное время уделено их осмотру.

Отделение функциональной диагностики – явление не совсем обычное для санатория. Мало где проводят столько исследований, как в «Надежде»: ЭКГ, суточное мониторирование ЭКГ и артериального давления, есть и совсем экзотические исследования – маммография, рентгеновская денситометрия, эндоскопия.

Отделение появилось по инициативе Елизаветы Михайловны Газдиевой, первого главного врача санатория. Её Наталья Михайловна вспоминает с теплотой: с первым руководителем ассоциируется понимание и поддержка стремления работни-

ков учиться, новое оборудование, которое приобрел для ведомственной здравницы Тольяттиазот.

Наталья Саликова пришла работать в «Надежду» в 2000 году, сразу после интернатуры. Стала врачом функциональной диагностики в отделении, которое тогда только готовилось к открытию.

Параллельно с работой готовилась к поступлению в аспирантуру. За восемь лет Наталья Михайловна собрала большой материал по теме будущей диссертации. Научный труд был посвящен реабилитации пациентов с бронхолегочной патологией и основывался на практическом опыте Натальи Саликовой – осмотре и исследованиях пациентов в начале и на финише санаторного лечения:

– Мы так оцениваем динамику, эффективность лечения. И сами пациенты наглядно видят, как было до лечения и после.

Аспирантуру Наталья Михайловна окончила экстерном за два года и получила степень кандидата медицинских наук в 2012-м. Диссертацию защищала на кафедре физиотерапии и курортологии Самарского государственного медицинского университета.

– С одним из научных руководителей, заведующим кафедры Александром Яшковым, были знакомы ещё до аспирантуры: он активно вовлекал в научную жизнь – статьи, форумы, обучающие семинары, – делится она. – Другой научрук – почетный профессор СамГМУ, заслуженный деятель науки России Владислав Васильевич Косарев, чьё имя носит кафедра физиотерапии и курортологии, к сожалению, уже ушёл из жизни. Я считаю, мне очень с ними повезло, по прошествии времени понимаю, как сильно их пример повлиял на меня.

Учёба для Натальи Саликовой была не рутинной, а интересной исследовательской работой, принесшей пользу многим паци-

ентам. На основе её диссертации вышли методические рекомендации, а описанный метод реабилитации хронических больных получил патент. Теперь его используют не только в «Надежде», но и во многих санаториях России.

Люди с бронхолегочной патологией страдают от одышки, кашля, постоянного чувства слабости. Разработанный Натальей Михайловной курс реабилитации в санатории призван поддержать качество их жизни, остановить прогрессирование болезни. У пациентов уменьшается одышка, увеличивается работоспособность, признаки заболевания становятся менее выраженными.

Два в одном

Светлана Стацкая работает в санатории «Надежда» с 2004 года. Сначала врачом-физиотерапевтом и врачом-терапевтом, а в 2017-м стала заведующей терапевтического отделения. У неё два сертификата на допуск к работе: как терапевта, так и физиотерапевта. Оба востребованы.

Когда санаторий в работе, каждая минута расписана:

– С утра узнаю у дежурной медсестры, как самочувствие пациентов, отдыхающих в санатории, как они чувствовали себя ночью – не было ли у кого-то высокой температуры, не беспокоило ли давление. Затем – прием. Всё по графику – в 8.20 первый пациент, на каждого по 20 минут и так до половины четвертого. Санаторий работает без выходных. В этом рабочем ритме, на первый взгляд, нет ничего особенного, но присутствует ощущение наполненности дня общением, информацией, решениями.

Кандидатом наук Светлана Юрьевна стала также, как ее коллега Наталья Саликова. Поступление в аспирантуру осенью 2010 года, обучение экстерном и защита диссертации на кафе-



Светлана Стацкая



Наталья Саликова

дре физиотерапии и курортологии Самарского медуниверситета в феврале 2012 года. Научным руководителем Светланы Юрьевны был также доктор медицинских наук, профессор Александр Владимирович Яшков, который в своё время и вдохновил поступить в аспирантуру. Второй научный руководитель – доктор медицинских наук, профессор Николай Николаевич Крюков, который на тот момент был проректором Самарского государственного медицинского университета.

Тема диссертации – физиотерапевтическое лечение у пациентов с артериальной гипертензией. На этот метод оформлен патент РФ.

– Этой темой занималась давно, – рассказывает она. – В санатории активно используют физиотерапевтические методы лечения, и то, что по образованию я не только терапевт, но ещё и физиотерапевт, мне очень помогает. А хорошая диагностическая база санатория дает возможность отслеживать не только самочувствие пациентов после лечения, но и контролировать объек-

тивные показатели с помощью обследований.

Интерес к физиотерапевтическому лечению у пациентов терапевтического профиля вышел за пределы диссертации. После получения ученой степени у Светланы Стацкой сохранились очень теплые отношения с альма-матер – кафедрой медицинской реабилитации, спортивной медицины, физиотерапии и курортологии Самарского государственного медицинского университета. В настоящее время под руководством заведующего кафедры Александра Яшкова и главного врача санатория «Надежда» Александра Пополитова она продолжает изучать влияние физиотерапевтических факторов у пациентов с повышенным давлением. Осенью 2020 года Светлана Юрьевна посетила XVII международный конгресс «Реабилитация и санаторно-курортное лечение», где выступала с докладом о комбинированном применении сухих ванн и внутривенной озонотерапии у пациентов с гипертонической болезнью. Кстати, на этот метод лечения тоже оформлен патент РФ.

НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

Лучшие материалы

В России разработали экологичный пластик из растительного вторсырья, который быстро разлагается под действием солнечного света.

Над изобретением работали ученые из Южно-Российского государственного политехнического университета. Новый пластик они получили путём переработки биомассы, в результате которой выделяются молекулы-«платформы» – база для создания ценных химических веществ: пластификов, клея с повышенным сцеплением с поверхностью, а также водопоглощающие материалы с противомикробным и противовирусным действием. Из отходов производства ученые делают композиты, активные угли

для современных систем накопления электрической энергии. Все они стали улучшенной версией материалов, производимых из нефти.

Источник: nauka.tass.ru

Изобретения от студентов

25 января студенты, аспиранты и преподаватели Самарского национального исследовательского университета имени Сергея Королёва продемонстрировали губернатору Дмитрию Азарову уникальные проекты.

Молодые ученые из крупнейшего вуза и научного центра губернии с первых курсов занимаются прикладной наукой. На встрече с главой региона они показали свои разработки, среди

которых – технология для перевода газотурбинных двигателей на альтернативное топливо с высоким содержанием водорода. Это позволит увеличить на 10% производительность установок и вместе с тем значительно снизить выбросы CO₂. Команда студентов проектирует камеры сгорания для газовой турбины, работающей на метано-водородном топливе.

Другой проект – разработка и изготовление сложнопрофильных деталей методом 3Д-печати. Преимущества способа – точность. Преимущество сделать в кратчайшие сроки детали с улучшенными характеристиками – например, способные работать при критических температурах, что важно для космической промышленности.

С критическими температурами молодые ученые на «ты». В вузе развивают лабораторию криогенной техники: создают энергопроизводящие устройства, которые используют низкопотенциальную энергию от сжиженного

природного газа и других криогенных веществ. Эти разработки можно применить в условиях крайнего севера и Арктики.

Источник: trkterra.ru

Пища для ума

В России вывели полезную для умственных способностей пшеницу. Ученые надеются, что ее можно будет использовать для профилактики болезни Альцгеймера и Паркинсона.

Болезни Альцгеймера и Паркинсона – одни из самых распространенных нейродегенеративных заболеваний. Пока лекарства нет, поэтому лучше предотвращать их как можно раньше.

Российские ученые вывели сорт пшеницы с повышенным содержанием антоцианов. У

больных нейродегенеративными заболеваниями мышей, которых кормили зерном этого сорта, улучшилась рабочая пространственная память и активировались процессы восстановления нейронов. Так что богатая антоцианами пшеница может применяться для профилактики болезни Альцгеймера и Паркинсона.

– Ранее исследования показали, что антоцианы обладают широкой биологической активностью, полезной для здоровья человека. Содержащее эти вещества зерно – привлекательное сырье для создания функциональных продуктов питания. Оно лучше хранится и доступно в течение всего года, в отличие от сезонных ягод и фруктов, – рассказала Олеся Шоева, один из авторов исследования, старший научный сотрудник Института цитологии и генетики Сибирского отделения РАН.

Источник: РИА Новости

Ученые из МГУ сделали компактный спектрометр, внешне похожий на меч джедаев из «Звёздных войн». Принцип его действия прост: каждая молекула особым образом взаимодействует со светом, поглощая или излучая фотоны со строго определенными длинами волн. И если пропустить лазер через раствор, можно определить присутствие и замерить концентрацию веществ.

ПРОФЕССИЯ И ПРИЗВАНИЕ

Нескучно & научно

Ольга Петрова

Тольяттиазот начинает готовить химиков с пяти лет. При поддержке завода в детском саду «Жемчужинка» открылась контактная выставка, посвящённая естествознанию. Дети могут в прямом смысле слова прикоснуться к химии, физике и анатомии.

Проект «Естественные науки в жизни человека» – это три интерактивных выставки. На каждой дошкольники знакомятся с науками, рассматривают приборы, прикасаются к ним и участвуют в опытах. А в связи с тем, что детский сад «Жемчужинка» является структурным подразделением школы №39, увидеть экспозиции могут и школьники младших классов. Когда закончится пандемия, контактные выставки посетят воспитанники детских садов и школ из Комсомольского района.

– Наш проект ориентирует детей в мире профессий, связанных с химией, биологией, здоровьем человека, техническими знаниями. Выставка мобильна, мы без труда сможем организовать ее в других учреждениях, когда будет можно. Дети в восторге от занятий! Они живут сейчас в насыщенном информационном поле, а чтобы создать его, воспитатели прошли курсы повышения квалификации,



– рассказала директор гимназии №39 Татьяна Терлецкая.

Грант от Тольяттиазота помог детскому саду приобрести портативный кинотеатр. Столько новых предметов и терминов: пробирки и пипетки, наборы посуды для опытов, компасы, весы с гириями, камертоны, магниты, палочки для электростатики, зеркала, волчки для иллюзий, микроскопы и даже скелет! Занятия наукой превратились для детей в увлекательный

квест, с радостью отмечает автор конкурса социальных инициатив «Химия добра» Юлия Петренко – заместитель генерального директора – директор по связям с общественностью:

– К сожалению, тенденцию в просвещении, которая сложилась лет 20 назад, когда специалистов-гуманитариев готовили слишком много, а технические профессии оказались в дефиците, Тольяттиазот ощущает на себе.

Мы заинтересованы в стабильной работе предприятия, должны готовить кадры с юных лет, и в наше время школа – это иногда уже поздно для профориентации. Не только мы, но и другие компании приходят к тому, что образовательная система школа-вуз-предприятие – одна из лучших в мире, и пора её возрождать и настраивать на новые реалии. Школа №39 – наш партнёр в профориентации, мы работаем со стар-

шими классами, проводим тематические занятия, а проект детсада «Жемчужинка» – шаг ещё дальше, мы начинаем готовить химиков с пяти лет. Мы рассчитываем, что сможем приобщить к миру химии как можно больше ребят и сохранить их интерес до сознательного возраста.

Занятие для воспитанников детского сада, на котором побывали мы, больше напоминало веселую игру. Например, ребятам рассказали и показали, что такое оптика и акустика: провели опыт с выпуклым и вогнутым зеркалами, с резонансом. О механике дети узнали на примере волчка – вместе с педагогом приволили в движение ручный генератор: чем быстрее вращали ручку генератора, тем больше вырабатывалось энергии. В химической лаборатории дети ставили опыты с чаем, пищевой содой и лимонной кислотой, а в секции по анатомии малыши с интересом рассмотрели скелет человека и модель локтевого сустава.

Раз в неделю педагоги проводят занятия в группе из пятнадцати человек и уже планируют, как развивать проект.

– Естественные науки в форме игры нравятся детям, и мы намерены сделать всё, чтобы ребята вспомнили наши занятия спустя годы. Когда будут решать, какую профессию выбрать, – рассказала руководитель детского сада Екатерина Шишкина.

БАЙКИ О НАУКЕ

Отец химии

Ольга Тебенкова

Об Антуане Лавуазье мы писали ещё в первой байке о химии как о человеке, придумавшем название «азот». Этот учёный, что называется, поставил химическую науку с головы на ноги. Он создал новую философию химии, новую систему её понятий.

Огонь и воздух

До Лавуазье химия базировалась на ошибочных полуокультных учениях. Самая его важная работа – развенчивание теории флогистона, о чём мы писали ранее. Напомним, эта концепция объясняла все процессы горения наличием в веществах флогистона – «сверхтонкой материи», которая высвобождалась при горении.

Образование оксидов алхимики объясняли присоединением к металлу элемента «огня». Лавуазье много лет боролся с этой системой взглядов. Он провел наглядный опыт: нагрел в запаянной реторте ртуть до образования оксида, который по массе был больше, но общий вес сосуда остался неизменным. Значит, никакой флюид извне в

процессе образования оксида не участвовал. Лавуазье был очень дотошен в постановке экспериментов, всё взвешивал и перепроверял. Изучая результаты того эксперимента, учёный обратил внимание на то, что масса оксида стала больше массы чистой ртути. А масса воздуха уменьшилась как раз на эту величину. Лавуазье предположил, что частью оксида стал какой-то компонент воздуха.

После серии экспериментов по сжиганию вещества в запаянном сосуде Лавуазье предложил свою теорию окисления и горения. Но её, несмотря на простоту и стройность, враждебно встретили коллеги-современники. Показательно, что в Берлине, где чтит память создателя теории флогистона, Лавуазье был объявлен «научным еретиком». Его за это даже судили, но на заседании французский учёный не явился, и тогда немецкий суд приговорил к сожжению его портрет.

Постепенно убедительные рассуждения Лавуазье, подкреплённые не менее убедительными опытами, начали привлекать на его сторону все большее число химиков. А кислород, открытый шведским химиком Карлом Шееле и английским химиком Джозефом Пристли, помог Лавуазье развить

его теорию, что нанесло шах и мат учению о флогистоне.

Земля и вода

Изучение кислорода натолкнуло Лавуазье на мысль, что он является основной частью кислот. И учёный был, в общем-то, прав: практически все известные в то время кислоты содержали кислород. Кстати, когда Лавуазье с коллегами-химиками в 1787 году разрабатывал новую химическую номенклатуру, именно это свойство кислорода дало ему название: «рождающий кислоты».

Открытый Генри Кавендишем водород (тогда названный «горючим воздухом») не давал Лавуазье покоя: учёный хотел получить кислоту из этого вещества, но при горении водорода он получал воду. Он был не первым, кто столкнулся с таким результатом, но единственным, кто смог правильно интерпретировать опыт. Так Лавуазье указал на сложный химический состав воды, прежде считавшийся одним из «первоэлементов».

Он развенчал ещё один миф, связанный с водой. Его современники считали, что вода при нагревании может самопроизвольно превращаться в твердое



Химики-современники не сразу приняли научные выводы Антуана Лавуазье. Берлинский суд, например, приговорил к сожжению... портрет учёного

вещество, то есть переходит в элемент «земля».

Лавуазье поставил эксперимент, опровергающий это. Он взял дождевую воду, перегнал её восемь раз, налил в предварительно взвешенный стеклянный сосуд, который затем герметично закупорил, и снова взвесил. После этого Лавуазье нагревал сосуд с водой почти до кипения в течение 100 дней. По итогу в воде действительно появилась «земля». Однако повторное взвешивание сухого

сосуда показало, что его масса уменьшилась ровно настолько, сколько в нем образовалось твердого вещества. Этим Лавуазье убедительно показал, откуда в воде появляется «земля» – она выщелачивается горячей водой из стекла.

Открытия и опыты Лавуазье разбили в пух и прах всю теорию стихий и первоэлементов, использовавшихся со времён алхимиков. Именно его достижения сделали химию рациональной наукой.



Кто не успел позавтракать дома – буфет к вашим услугам! С 1 января он работает с 7.45 до 16.30 (напомним, до Нового года закрывался на час раньше – в 15.30). График работы буфета оператора общепита изменил по просьбе трудового коллектива.

Приглашаем на вкусное утро

40 лет – ЦЕНТРАЛЬНОЙ ЛАБОРАТОРИИ ТОЛЬЯТТИАЗОТА

Анализируй завод



Елена Матюнина –
руководитель центральной заводской лаборатории



Лаборант Елена Кондалова титрует раствор
для будущих анализов



Татьяна Насирова – руководитель контрольно-аналитической лаборатории и увлечённый наставник

(Окончание. Начало на с. 1).

Штаб лабораторий

– Каждый анализ – как первый, – говорит Татьяна Насирова, руководитель контрольно-аналитической лаборатории. Уже 30 лет она, химик и наставник, трудится в центральной лаборатории Тольяттиазота.

– В нашем подразделении три сектора – хроматографический, приготовления растворов и контрольно-аналитическая лаборатория, – рассказывает коллега.

Когда агрегат встает на плановый ремонт, в ЦЗЛ берут пробы осадков и отложений и анализируют их состав. Лаборанты в контрольно-аналитическом отделе проводят исследования на современных приборах – инфракрасном и атомно-абсорбционном спектрометре. Анализ отложений необходим, чтобы избежать губительных для производственного оборудования процессов, которые могут привести к эрозии или серьезной поломке.

В секторе хроматографии в ближайшее время развернется

исследовательская работа: предстоит определить состав продуктов деградации в растворе очистки – МДЭА с пиперазином, который используют на производстве аммиака для поглощения углекислого газа. При работе в растворе образуются соли и смолы, которые служат балластом и снижают его активность. Таким образом, производство получит ценные данные о процессе: насколько эффективно работает раствор и нужно ли его заменить.

– Всё, что внедряют в производство, мимо ЦЗЛ не пройдет, – отмечает Татьяна Александровна. – Замена катализатора, состава раствора, новые производства – все эксперименты сначала ставят в лаборатории.

В круге задач у контрольно-аналитической лаборатории – входной контроль поступающего на завод сырья и реактивов. Кроме того, здесь готовят растворы для всех лабораторий завода – в препаративной их титруют, чтобы установить точную концентрацию и вывести поправочный коэффициент. Некоторые реактивы нужно синтезировать,

другие – тщательно фильтровать, чтобы можно было проводить анализ на микропримеси.

– Это большая ответственность, ведь качество приготовленного раствора определит результаты всех анализов на заводе, – говорит Татьяна Насирова.

Реактивы готовят в разных объемах. Растворы – от маленьких колбочек до пятилитровых канистр – поступают в лаборатории отдела технического контроля, которые есть на каждом агрегате.

Кроме того, контрольно-аналитический отдел «поставляет» заводским лабораториям ещё и методики анализа. Лаборатории ОТК выполняют серийные анализы, а ЦЗЛ разрабатывает новые методики под конкретную задачу и корректирует существующие. Это большой и сложный труд. «В том, что касается аналитики и исследований, нас можно назвать первопроходцами», – говорят сотрудницы лаборатории.

Расти и растить смену

Мы в лаборатории КФК и карбамида. Один из ее специалистов – Мария Семенова. Она пришла работать на ТООЗ сразу после института и трудится в центральной заводской лаборатории уже четвертый год. Начинала с должности лаборанта химанализа в отделе хроматографии, а сейчас она инженер-технолог второй категории в лаборатории КФК и карбамида. Мария защищала честь Тольяттиазота на всероссийском этапе конкурса профессионального мастерства Worldskills в 2019 году.

К молодым кадрам в центральной заводской лаборатории относятся трепетно – обучают и наставляют, в коллективе царит дружелюбная атмосфера.

«Мы одна большая семья – работать здесь для меня большая радость и вместе с тем ответственность», – с теплотой в голосе говорит Мария Семенова. Особенно

молодой инженер-технолог благодарна начальнику контрольно-аналитической лаборатории Татьяне Насировой. Она стала наставником Марии, как только та устроилась на работу:

– Татьяна Александровна – профессионал, глубоко знает дело. Каждый специалист, независимо от возраста и статуса, в ЦЗЛ чувствует себя нужным и значимым, растёт над собой и становится опытнее и профессиональнее – всё благодаря опыту и мудрости старших коллег.

За 40 лет работы ЦЗЛ сотрудники накопили огромный багаж знаний, они никогда не стоят на месте, всегда учатся новому, успешно решая поставленные задачи.

Среди старших коллег Мария Семенова восхищается скрупулезностью Валентины Маркович – лаборанта с самым большим стажем работы в ЦЗЛ, которая ведет записи и фиксирует новые способы проведения анализа.



Татьяна Черникова, лаборант химического анализа,
с хроматографом на «ты»



В успехе завода важное место занимает труд лаборантов

Bon proportion!

Семейные бранчи в кафе «Пропорция» приглашают! Каждое воскресенье в 16.00 на ул. Коммунистической, 12 ждёт развлекательная программа с аниматором для юных гостей, вкусное меню для взрослых. Будет не скучно, вход свободный. Тел.: 950-566.



45 тысяч анализов в год выполняет центральная заводская лаборатория



Мария Семенова – инженер-технолог в лаборатории КФК

Инженер первой категории из лаборатории аммиака и метанола Марина Калинкина, в прошлом химик, – профи, знаток всех тонкостей анализов и ценный советчик в том, как делать их правильно и точно.

– Я очень рада, что работаю именно здесь. Меня вдохновляют опытные и чуткие коллеги. Их знания бесценны, каждый день учусь у них чему-то новому. Чувствую, что постоянно развиваюсь в профессии, и знаю: есть куда расти, – подчеркнула Мария Семенова.

В чём состоит её работа? Например, сбор параметров по работе катализаторов производства КФК. Мария сама отбирает и анализирует пробы, ведёт отчётность.

Спрашиваем, какой анализ она сейчас делает? Выясняем, что анализ плава карбамида и расчет степени конверсии – чтобы оценить, насколько полно проте-

кает процесс синтеза карбамида. А значит, и степень эффективности производства.

Наблюдаем за работой Марии. Вот она взвешивает на весах сыпучий карбамид, чтобы проверить его насыпную плотность. По этому показателю можно рассчитать, сколько карбамида хранится на складе в данный момент.

Однажды, рассказывает её коллега, ей нужно было проверить свойства карбамида после того, как его насытили влажным воздухом. Задача стояла в полном смысле слова исследовательская: в лаборатории имитировали условия, в которых хранят продукт на складе, чтобы понять, какую использовать антислёживающую добавку.

Исследовать, при каких условиях продукт слёживается, – одна из ключевых в настоящее время задач в лаборатории КФК и карбамида. И, чтобы смоделировать те или иные условия, лаборантам,

кроме знания химии и безупречной логики, нужна еще и находчивость. Например, мы увидели на одном из лабораторных столов гирию. Зачем она? Чтобы симитировать давление карбамида на складе, объясняет Мария.

А в тот день, когда журналисты нагрянули в лабораторию, она готовила смеси КФК с поверхностно-активным веществом, чтобы проверить на вязкость. Возможно в будущем на основе этой смеси сделают новую антислёживающую добавку для карбамида.

– У нас не бывает рутинной работы, – рассказывает Мария. – Наш цех выполняет нетривиальные задачи, в этом заключается его специфика. Рабочий день начинается с постановки задач, и они всегда разные, отражают цели производств и актуальную ситуацию на заводе. Исследования, аналитика, поиск нестандартных решений – неотъемлемая часть нашей профессии.



Главное – точность: лаборант химического анализа Ирина Мочалова измеряет pH раствора



Лаборант химического анализа Валентина Маркович – самый опытный сотрудник ЦЗЛ



За работой молодой химик – Любовь Маркова



Зал для вручения Нобелевской премии переоборудуют под прививочный пункт. Об отмене церемонии в связи с пандемией коронавируса Нобелевский комитет заявил в сентябре 2020 года. Там, где обычно на банкет садятся 1300 гостей, на днях начнётся вакцинация от covid-19. В первую очередь прививку сделают медикам.

ЛИЧНОЕ ИЗМЕРЕНИЕ

Жизнь после ковида

Татьяна Диулина

Ещё недавно никто не мог представить, что наступит время, когда общество разделится на переболевших новой опасной болезнью и тех, кому повезло не столкнуться с коронавирусом. Среди тоазовцев немало переболевших – они рассказали «Волжскому химику» о первых симптомах болезни-хамелеона и о том, как удалось её преодолеть.

Найти и уничтожить

«Лёгкое недомогание, которое можно списать на что угодно», – так своё состояние во время болезни описал Андрей Акользин, руководитель заводской медсанчасти №7. Его история доказывает: ковид может скрываться под разными личинами.

– О том, что у меня коронавирус, узнал случайно – недуг протекал незаметно и почти безболезненно. Плановый анализ на covid-19, обязательный для медработников, неожиданно дал положительный результат. Это удивило, ведь острого недомогания, характерного для коронавируса, я не испытывал. Был лёгкий озноб, пару дней держалась температура 37 градусов и боль в суставах. Симптомы, типичные для сезонной простуды, – говорит медик.

Андрей Акользин отметил: вкус и обоняние не исчезли, а именно их отсутствие считают одним из главных признаков коронавируса. Своевременное лечение дало результат – через три недели врач был в строю.

– При лёгкой форме ковида я принимал осельтамивир, виферон, антибиотики и витамины, но только по назначению врача. Если вы обнаружили у себя подобные симптомы – ни в коем случае не надо заниматься самолечением. Вы представить себе не можете, насколько серьёзны могут быть последствия. Практика показывает – коронавирус может проявляться, как обычная простуда. Это не значит, что нужно бить тревогу, дважды чихнув, но это повод внимательнее относиться к здоровью и соблюдать элементарные меры безопасности – держать дистанцию, чаще мыть руки и всегда носить маску в общественных местах, – подчеркнул Андрей Александрович.

Он убеждён: легко перенести коронавирус – не столько везение, сколько результат правильного лечения. И уверен, что ковид страшен непредсказуемым развитием и осложнениями, которые могут привести к смерти. Вакцинация – единственный способ защититься от новой болезни.

Жизнь на паузе

Вместо приятных предновогодних хлопот – вялость, температура и недомогание. Уходя, 2020 год преподнёс Дмитрию Назину, заместителю председателя профсоюза, неприятный сюрприз – больничный с диагнозом ковид.



– Конец года – радостное время предвкушения праздников и напряжённый рабочий период, когда нужно завершить начатое и привести в порядок дела. Слабость и температура 38 градусов, которая держалась несколько дней, выбили из колеи, буквально поставив жизнь на паузу.

Дмитрию Назину повезло – несмотря на потерянные новогодние каникулы, он сравнительно быстро смог восстановиться и вернуться к привычному образу жизни. Тоазовец признаётся – в этом помог правильный настрой и выполнение всех предписаний врача:

– От дисциплины заболевшего и желания поскорее выздороветь зависит многое. Я со всей серьёзностью отнёсся к рекомендациям врача и делал всё, чтобы поскорее вернуться к нормальной жизни.

Непредсказуем и опасен

Истории наших коллег доказывают: коронавирус коварен. У одних болезнь проходит почти бессимптомно, здоровье других подвергает серьёзным испытаниям и не проходит бесследно, оставляя после себя осложнения и долговременную слабость. Одну из сотрудниц, пожелавшую остаться неизвестной, коронавирус настиг по осени. В ноябре, в разгар сезонных простуд, она почувствовала недомогание с признаками ОРВИ или гриппа:

– Поначалу я не придавала этому значения. Но уже через пару дней моё состояние резко ухудшилось – градусник показывал температуру выше 38. Тело меня не слушалось, я ощущала упадок сил и озноб. Встать с кровати и пройтись по квартире – в то время для меня было подвигом. Скоро добавились тошнота и сильнейшие головные боли, сродни мигрени, которые продолжались около трёх недель. Пожалуй, я никогда не чувствовала себя хуже, чем в период болезни коронавирусом.

За своё успешное выздоровление женщина благодарит врачей. Неравнодушные и грамотные, они работают профессионально и оперативно:

– Вначале обратилась в нашу заводскую медсанчасть №7. Там меня осмотрела Анна Макарова – участковый терапевт. Благодаря её точным назначениям я пошла на поправку. Дальше мне помогли в отделе организации медицинской помощи от компании «Росгосстрах», которая обеспечивает страховые тоазовцев. Столкнувшись с осложнениями, я обратилась к врачу-куратору, Елене Доценко. Выслушав меня, она оперативно нашла высококвалифицированного невролога, который помог мне избавиться от невыносимых головных болей, оставшихся после коронавируса.

Выздороветь – не значит чувствовать себя здоровым. Ещё месяц после снятия диагноза коллегу не покидали слабость и плохое самочувствие.

Где тонко – там и рвётся

Одышка и резко упавшее зрение – «ковид ушёл, но наследил», смеётся тоазовец, имя которого по его просьбе мы не называем. Впрочем, ещё три недели назад ему было не до смеха – как и многие, на симптомы, похожие на простуду, он не обратил внимания. Всё изменилось, когда начались приступы сухого кашля.

– Особенно тяжело было по ночам – из-за душающего кашля я не мог спать, – рассказывает заводчанин. – В больнице выяснилось, что мои лёгкие поражены на 50%. На своём опыте могу сказать, что выкарабкаться с минимальными потерями способны люди с крепким здоровьем и без хронических заболеваний. Коронавирус ищет в организме слабые места, быстро находит и бьёт прямо в цель. Людям, уже имеющим проблемы со здоровьем, нужно быть начеку, вдвойне беречь и защищать себя.

При коронавирусе кровь не насыщается кислородом, сосуды сужаются, многим больным без искусственной подачи воздуха не выжить. Две недели тоазовец провёл в больничных стенах с кислородной маской. С трудом отразив атаку коронавируса, коллега ещё долго приходил в

себя, больше месяца находился под наблюдением медиков.

– Если бы можно было отмотать время назад, я бы отнёсся к своему самочувствию гораздо серьёзнее и сразу бы обратился к врачу, – подчеркнул заводчанин.

На краю стою

Среди заводчан есть и те, чья жизнь в борьбе с вирусом чуть не оборвалась. Имя коллеги мы не раскрываем. Её история – пример того, как стремительно коронавирус может уничтожить человека.

– Чрезвычайную слабость я почувствовала ещё на работе – силы покидали меня, домой шла, еле волоча ноги. На следующий день пропало обоняние и вкус, несколько дней держалась температура выше 38 градусов. Мы заболели вместе с мужем. В том, что это коронавирус, сомнений не было.

Несмотря на сахарный диабет и проблемы с сердцем, супруг коллеги вскоре пошёл на поправку. Состояние женщины, напротив, сильно ухудшилось: кроме диабета, дали знать о себе хронические заболевания, о которых дама даже не подозревала. Противостоять опасной инфекции, параллельно справляясь с несколькими недугами, организму стало невыносимо тяжело – он отвергал препараты, которыми лечат коронавирус. Коллеге становилось всё хуже. Она рассказывает:

– Новый год встретила в больнице, долгое время пробыв в реанимации под аппаратом искусственной подачи воздуха. Но это не беда, главное – мне всё-таки удалось побороть коронавирус. Меня выписали в начале января. Приехав домой, я с трудом поднялась по ступенькам подъезда, настолько не было сил – благо, что живу на первом этаже. Слабость не отступала ещё две недели, но сейчас я чувствую себя гораздо лучше и уже вышла на работу.

Несмотря на приобретённые антитела, после всего пережитого летний отпуск заводчанка решила провести дома. Всем коллегам в наступившем году она желает главного – здоровья.

АКТУАЛЬНО

Мировой «Спутник»

Ольга Тебенкова

Вакцина от коронавируса «Спутник V», разработанная в России, расходуется по всему миру. Она уже прошла регистрацию в Арабских Эмиратах, Аргентине, Венгрии и ещё шести странах.

В России «Спутник V» зарегистрировали в августе 2020 года. Препарат разработал исследовательский институт имени Гамалеи на основе проверенной платформы аденовирусных векторов человека. Вектор – это вирус ОРВИ, лишенный возможности размножения. В него встраивают частицу коронавируса – шип, который он цепляется за клетки организма. Что происходит дальше? Имунная система реагирует на шип, вырабатывая антитела. При этом вакцина безопасна. Для вакцины используют два разных вектора, чтобы сформировать иммунитет надолго.

В конце января министерство здравоохранения Объединённых Арабских Эмиратов одобрило российскую вакцину по ускоренной процедуре.

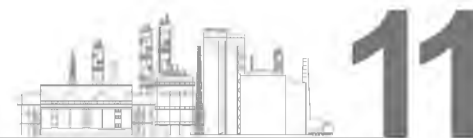
«Спутник V» сейчас проходит третью фазу клинических исследований с участием тысячи добровольцев. Это пострегистрационная фаза, когда препарат оценивают на эффективность.

По аналогичной ускоренной процедуре вакцину зарегистрировали в Боливии, Сербии, Венгрии, Алжире, Палестине, Венесуэле, Парагвае и Туркменистане. Ранее препарат был зарегистрирован в Белоруссии. На данный момент «Спутник V» проходит ускоренную регистрацию в Молдавии, а в Аргентине уже началась вакцинация.

Из известных личностей российской вакциной привились 60-летний президент Аргентины Альберто Фернандес, 82-летняя президент Гвинеи Альфа Конде и 64-летний дипломат – посол Италии в Москве Паскуале Терраччано. Кроме того, «Спутником V» привились чета болгарских стоматологов – доктора Диян Иванов и Йорданка Чанева. Супруги чувствовали себя прекрасно после первой дозы, после второй у них повысилась температура, и уже на следующий день всё прошло, сообщили врачи из Болгарии журналистам.

– Основное различие между «Спутник V» и используемой сейчас в Европе РНК-вакциной «Пфайзер» в том, что последняя искусственная. Классическая вакцина создаётся очень долго – 10-15 лет. Коронавирус застал людей врасплох, и учёные начали работу над «быстрой» вакциной. Это абсолютно новый метод. А в русской вакцине используется старая методика, – пояснила доктор Чанева в интервью с электронным изданием VgNews.

«Спутник V» разработали на основе вакцины от Эболы, которую используют уже четыре года и которой за это время были успешно вакцинированы более 60 тыс человек.



ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Самое время для медосмотра



Периодический медосмотр проходят только определённые категории работников, его объём и периодичность могут быть разными – ежегодно или раз в два года. Основная цель – как можно раньше выявить признаки профессиональных заболеваний и своевременно их вылечить

Андрей Акользин,
заместитель главного врача МСЧ №7

Начало года перезапускает многие процессы на ТООАЗе. Один из них – периодический медицинский осмотр для заводчан, работающих во вредных и опасных условиях. И хотя медосмотр проводят ежегодно, до сих пор есть недопонимание: «Зачем он нужен? Кому он нужен? Почему я должен его проходить?» Постараюсь ответить на эти и другие вопросы.

Для чего нужны медосмотры?

Итак, медицинский осмотр – это комплекс обследований. Их цель – выявить патологические состояния, заболевания и факторы риска их развития.

Какими бывают медосмотры, в чём их отличия и смысл?

• Профилактическими.

• **Предварительными** – это медосмотры для всех, кого принимают на работу.

• **Периодический медосмотр** проводят, чтобы наблюдать за состоянием здоровья работников в динамике и своевременно выявлять профессиональные заболевания, ранние признаки воздействия вредных и опасных производственных факторов рабочей среды и медицинские противопоказания к работе.

• **Предсменные и предрейсовые медосмотры** организуют перед началом рабочего дня, смены или рейса, чтобы оценить состояние работника. То есть установить, не находится ли он под влиянием алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения и остаточных его явлений, и выявить заболевания, которые могут помешать работе.

• **Послесменные и послерейсовые медосмотры** – после окончания рабочего дня, чтобы оценить воздействие вредных и опасных производственных факторов рабочей среды и трудового процесса на состояние здоровья, выявить признаки острого профессионального заболевания или отравления, а также алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения.

Как узнать о порядке медосмотров?

Основным нормативным документом, регламентирующим предварительные и периодические медосмотры, является приказ № 302н от 12 апреля 2011 года министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда» (далее – приказ 302н).

Какие контрольные точки есть во время медосмотров на Тольяттиазоте?

Ежегодно на нашем предприятии периодический медосмотр проходят около 3000 сотрудников. На основании специальной оценки условий труда служба охраны труда формирует поименные списки работников, которым необходимо пройти медосмотр, с указанием вредных и опасных производственных факторов, согласно приложению №1 приказа 302н, или работ, при которых проводят обязательные периодические медицинские осмотры, согласно приложению №2 приказа 302н. Для некоторых категорий работников – железнодорожников, водителей – существуют дополнительные нормативные документы. После утверждения поименный список передают в медсанчасть, где определяют, каких врачей и обследований работникам необходимо посетить. Все обязательно проходят осмотр у терапевта, нарколога, психиатра, флюорографическое исследование, делают электрокардиограмму, сдают общий анализ крови и мочи, кровь на общий холестерин и содержание глюкозы, анкетирование и оценку сердечно-сосудистого риска. Для женщин обязательен визит к гинекологу.

По вредным факторам, указанным в поименном списке, могут назначить дополнительно пройти осмотр у других врачей-специалистов – лора, окулиста, уролога, невролога, хирурга, стоматолога, дерматолога – или выполнить обследование: аудиометрию, вестибулометрию, спирометрию.

По списку определяют и периодичность: ежегодно или раз в два года. Работники до 21 года проходят медосмотр ежегодно. В приложении №4 в параграфе IV перечислены медицинские противопоказания к допуску к работам. Дополнительные противопоказания перечислены в шестом столбце приложений №№1 и 2 к приказу №302н. Это те заболевания, наличие которых должны выявить врачи при периодическом медосмотре.

Медосмотр – это внимание к здоровью и забота о сотрудниках или один из рисков потерять работу?

Медосмотр – это, прежде всего, профилактика, предупреждение и раннее выявление проблем со здоровьем. И, конечно, бояться его не стоит. Приоритет врачей медсанчасти состоит не в том, чтобы «убрать» работника с завода по состоянию здоровья, а чтобы выявить признаки заболеваний на ранних стадиях. Если обнаружили проблемы и возможно консервативное лечение, составляем план обследования и наблюдения. В других случаях главное – вовремя направить на операцию.

Хватает ли специалистов-медиков, чтобы качественно оценить здоровье заводчан?

На сегодняшний день большинство процедур, связанных с медосмотром, решают за счет сил медсанчасти. При необходимости привлекаем подрядчиков: флюорографию, нарколога, психиатра. При этом стараемся организовать проведение обследований на территории медсанчасти №7, чтобы не отрывать людей от работы надолго. О наиболее часто встречающихся заболеваниях у работников Тольяттиазота я расскажу в следующих номерах газеты.

ТЕХНИЧЕСКАЯ
БИБЛИОТЕКА
ИНФОРМИРУЕТ

Быть
совместителем
в декрете
можно

Закон не запрещает женщине
работать совместителем
во время отпуска
по беременности и родам.

Специалисты Роструда указали, что с точки зрения трудового законодательства работница, находясь в отпуске по беременности и родам по основному месту работы, вправе продолжать трудиться по совместительству в другой организации без ухода в такой отпуск. Отпуск по беременности и родам предоставляется женщине по ее заявлению и на основании выданного листа нетрудоспособности. Нормы закона не устанавливают запрет на внешнее совместительство во время отпуска по беременности и родам на основной работе.

Пишем
напрямую

Граждане и организации могут
направлять обращения в органы
власти через Единый портал
госуслуг.

В эксперименте, который завершится 30 декабря, участвуют Минздрав и Минпросвещения России, ФОМС, органы госвласти субъектов РФ, органы местного самоуправления, государственные и муниципальные учреждения. Граждане и юридические лица могут направить обращения через электронные формы портала госуслуг, личные кабинеты или мобильное приложение. На ответ по общему правилу отводится 30 календарных дней, в отдельных случаях – десять календарных дней. Статус обращений и ответы на них будут отображаться в личном кабинете на Госуслугах.

Когда
больничный
не продлит
отпуск?

Отпуск за свой счёт в случае
болезни не переносится.

Специалисты Роструда ответили на вопрос: необходимо ли переносить отпуск без сохранения заработной платы, если он совпал с периодом временной нетрудоспособности? Статья 124 Трудового кодекса предусматривает продление или перенесение на другой срок в случае временной нетрудоспособности работника только для ежегодного оплачиваемого отпуска. Для отпуска без сохранения заработной платы такой возможности не установлено.

По данным из
официальных источников
обзор подготовила
Наталья Гузева,
заведующая технической
библиотекой

ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ КАПИТАЛ

Знаний много не бывает

Ольга Петрова

Тольяттиазот продолжает развивать своих сотрудников, а корпоративному центру подготовки и повышения квалификации кадров пандемия помогла найти дополнительные возможности.

В 2020 году на Тольяттиазоте обучились 3700 сотрудников по 376 направлениям. В том числе – 2911 рабочих, 399 руководителей и 390 специалистов. Среди них слесари, операторы ДПУ, аппаратчики, операторы котельной, водители, специалисты IT-блока, бухгалтеры, отдела кадров, информационной безопасности и другие. Обучение проходило преимущественно в онлайн-формате, однако не на 100 процентов. Почему? Как рассказала и.о. директора центра подготовки и повышения квалификации кадров Нина Правова, есть несколько видов внутреннего обучения, для которых необходимо личное присутствие сотрудника.

– Допустим, одно из заданий для сварщиков по окончании обучения – практическое, его невозможно провести и оценить дистанционно даже во время пандемии. Или, например, в прошлом году специалисты IT-блока учились ремонтировать принтеры – сделать это, сидя перед экраном монитора, тоже малореально. Теорию можно изучать где угодно, но практика – важная часть учебы, и она много где присутствует. Тем не менее всё, что возможно, мы продолжаем переводить в дистанционный формат, чтобы минимизировать риски, связанные с коронавирусом, – рассказывает Нина Правова.

Важное направление внутреннего обучения – промышленная безопасность, этот вопрос также решили в пользу дистанционного обучения. С осени прошлого года специалисты предприятия учатся на специальном адаптивном портале EVA, который позволяет качественно, в короткие сроки подготовиться к аттестации по промышленной безопасности. Каждая область аттестации на портале имеет фиксированную

стоимость, соответственно, сумма затрат на каждого специалиста разная и зависит от количества областей, необходимых по должности. Прогресс и показатели обучения на портале подготовки и повышения квалификации кадров отслеживает онлайн. Всего с осени 2020 года квалификацию в области промбезопасности с помощью EVA повысили уже 193 сотрудника.

Итоги внутреннего обучения сотрудников оценивают руководители, обратную связь от них центр переподготовки и повышения квалификации кадров получает во время плановой комплексной оценки персонала. Те, кто повысил квалификацию, чаще всего осваивают смежные рабочие места, и это отражается на плановой оценке сотрудника.

– Планируем наладить систему отслеживания результатов учебы таким образом, чтобы наблюдать за прогрессом здесь и сейчас, а также связать их с индивидуальными планами развития сотрудников. Мы должны заранее понимать потенциальные кадровые перестановки, чтобы улуч-

шить внутренние бизнес-процессы и работу специалистов, а не ждать процедуры оценки персонала. Важная задача на перспективу – автоматизированный учет обучения. Обязательных внутренних программ у нас около 30, и есть жесткие сроки, когда сотрудникам необходимо обучение. Автоматический учет поможет прогнозировать внутреннее обучение, а значит, снизить риски. Например, рабочие обязательно должны иметь допуск к самостоятельной работе по профессии или должности плюс допуск для выполнения специальных работ на высоте, строповки грузов и в целом для всех действий, связанных с промышленной безопасностью. В 2021 году планируем развивать внутреннюю программу «Школа менеджмента». Она адресована молодым руководителям: старшим мастерам, начальникам участков. Со второго квартала года тренинги будут проводить специалисты нашего центра, – говорит Нина Правова.

Внешнее обучение в 2021 году будет организовано в основном в дистанционном формате. Плюсы



Нина Правова: «Задача учебного центра на перспективу – ввести автоматизированный учёт обучения».

очевидны: на поверхности серьезной экономии времени, еще и дополнительная самоорганизация – сотрудник сам выбирает в расписании дня время, когда зайдет на сайт, изучит материал и выполнит задание.

ПРОВЕРЕНО НА СЕБЕ

Читатель, ты с нами?

Ольга Петрова,
Юрий Николаев

Когда в прошлом году мы с коллегой узнали о том, что отправимся на обучение в Санкт-Петербург, конечно, обрадовались. «Корпоративные СМИ: задачи и решения» – так назывался курс повышения квалификации в центре научно-технической информации «Прогресс». Название говорящее, программа курса многообещающая, но в дело вмешалась пандемия, и мы познакомились на практике с дистанционным обучением.

Признаться, поначалу к вопросу дистанционного обучения мы отнеслись со смешанными чувствами. Вроде бы интересно и насыщенно, но как специалисты, получившие очное классическое образование, идею осваивать онлайн недельный курс сочли неидеальным решением. Однако обстоятельства все решили за нас, поэтому в назначенный день в ноябре прошлого года участники наших курсов увидели друг друга с экранов мониторов.

И с удивлением узнали, что из десяти журналистов из разных городов прилететь в северную столицу смог только... один! Коронавирус вмешался не только в наши планы сестры за парты: в итоге коллега из Екатеринбурга находился в аудитории в гордом одиночестве, в то время как корреспонденты корпоративных

изданий из Твери, Тулы, с Урала и Севера каждый день подключались к занятиям дистанционно.

Лекторами выступили наши коллеги: журналист-аналитик, заместитель генерального директора по развитию имидж-компании «Артцентуриос» Наталья Старичкова, главный редактор медиахолдинга от правительства Ленобласти Александр Телегин, журналист «Фонтанка.ру» Александр Яцуренко, творческий директор издательства Екатерина Арыко и старший преподаватель Высшей школы журналистики и массовых коммуникаций СПбГУ Георгий Мажуга.

Занятия продолжались по семь-восемь часов. За пять учебных дней мы узнали о новых технологиях и принципах работы корпоративных СМИ, в том числе медиаресурсов в интернете. Прослушали курс о верстке газеты, регламентирующей документацию, учились разрабатывать концепцию корпоративного СМИ, решать бизнес-задачи, пообщались с редакторами-новостниками из Санкт-Петербурга и с коллегами из других изданий.

«Как стать интересными всем?». Кажется, этот вопрос волнует всю корпоративную прессу, у которой широкая целевая аудитория: сотрудники и администрация, заводчане и горожане, молодежь и люди старшего возраста. Это разный взгляд на жизнь и увлечения, разные требования к профессии, разная привязанность к предприятию. У каждой группы свои предпочтения к стилю текста (одни ждут точной и выверенной

технической информации, другие хотят более легкого, эмоционального и удобоваримого материала), его объему (кто-то предпочитает короткие новости, а есть любители лонгридов, с аналитикой и комментариями). Есть визуалы, которые предпочитают яркие картинки, а не строчки с буквами.

Выход есть: развивать сеть корпоративных информационных каналов, которые одну и ту же новость подадут по-разному. Коллеги отметили правильный подход к делу на ТОАЗе, где есть целая семья корпоративных СМИ: газета, радио, телестудия, социальные сети, Яндекс-дзен, информационные экраны и инфокиоски. Разные специалисты много говорили об одном: успех современной журналистики – краткость. Не всегда люди готовы читать объемные тексты-«кирпичи». Хороший инструмент – это инфографика, когда вместо сотни слов – несколько рисунков.

Если говорить об итогах учебы, то Телеграм-канал Тольяттиазота «Вместе мы ТОАЗ» – один из них. Идея о том, чтобы создать на предприятии корпоративный мессенджер, витала в воздухе давно, но после учебы, где нам подтвердили, что Телеграм – самый быстрый способ информирования для сотрудников, у завода появился новый аккаунт. Сегодня у него уже почти 700 подписчиков, а администраторами стали главный редактор «Волжского химика» Татьяна Клугман и корреспондент Юрий Николаев.

Второй и не менее важный итог дистанционного обуче-



ния – возможность взглянуть на собственную работу, сравнивая ее с другими изданиями, послушать мнения авторитетных журналистов и преподавателей из Санкт-Петербурга. «Волжский химик» получил высокую оценку среди преподавателей Северной столицы. Дизайн, фотографии, тексты – слышать о творческих успехах всегда приятно. И нам есть над чем поработать, в том числе – над заголовками. Мы приняли в работу все пожелания экспертов, которые аккуратно (как настоящие студенты!) законспектировали в блокноты.

Единственный нюанс дистанционного обучения – качество

связи. Тут игра в рулетку: либо повезет, и весь день будет прекрасно видно и слышно преподавателя, либо придется пару раз перезагрузить компьютер, когда программа начинает «зависать», а звук прерываться. Общаться по видео во время занятий тоже вполне реально. Конечно, и тут вмешивались технические нюансы, но в целом учеба это не помешало. Ведь главная цель достигнута – семинар дал нам большой набор новых инструментов общения с аудиторией. А насколько успешно мы будем его применять, покажет интерес заводчан и горожан к корпоративным СМИ Тольяттиазота.

ТВОРЧЕСКИЙ ПРОЕКТ

Живописная химия

Татьяна Диулина

Тонко, многолико и самобытно – так промышленная мощь Тольяттиазота отобразилась на холстах профессиональных художников и талантливых горожан. В администрации Тольятти открылась выставка работ участников конкурса «Химия в красках» в жанре индустриального пейзажа.

Многогранность цветов и оттенков, точность линий и разнообразие художественных подходов. Конкурсантам «Химии в красках» удалось передать на холсте атмосферу промышленного прогресса.

Напомним, Тольяттиазот организовал конкурс с фондом «Духовное наследие» имени Сергея Жилкина. Летом 2019-го прошел пленэр: на производственной площадке работали преподаватели и студенты из института изобразительного и декоративно-прикладного искусства ТГУ и художественных школ. Так появилось собрание художественных произведений, посвященных сорокалетию завода, а победители «Химии в красках», профессионалы и любители,



получили от компании денежные премии и подарки.

Из лучших работ создали выставку во дворце культуры «Тольяттиазот», потом картины побывали в здании заводоуправления ТООАЗа. Полотна увидели посетители филармонии, работы выставляли в Самарской губернской и Тольяттинской городской думе. Оценить авторское видение производства смогут и в администрации Тольятти – выставка продлится до 17 февраля.

– Энергия и эстетика химического производства способны удивлять, завораживать и вдохновлять. Каждая работа «Химии в красках» неповторима. Авторы стремились передать особенности индустриального пейзажа, отобразить на полотне многообразие красок и процессов на заводе, – подчеркнула автор проекта, заместитель генерального директора Тольяттиазота – директор по связям с общественностью Юлия Петренко.

КОНКУРС

Я рисую губернию

Ольга Петрова

Тольяттиазот стал генеральным партнёром конкурса «Я рисую губернию» – специального проекта, приуроченного к 170-летию региона.


Инициатором проекта стало Самарское областное вещательное агентство, а его целью – повышение интереса жителей области, прежде всего детей, к изучению истории и достопримечательностей родного края. Участвовать в конкурсе могут жители области от 6 до 17 лет.

Юным художникам предложили изобразить природные и рукотворные достопримечательности Самарской области, представить работы в номинациях «Многонациональная губерния» и «Гордость Самарского края».

Участники могут выбрать любое направление и материал, творческие работы оценят по соответствию темы и содержания, оригинальности замысла и художественному мастерству в трёх возрастных категориях. Художника, которому будут отданы симпатии зрителей, определит голосование в социальной сети ВКонтакте.

Тольяттиазот – генеральный партнер конкурса «Я рисую губернию», и, конечно, дети сотрудников могут принять в нем участие – для них организуют дополнительную номинацию. Для этого нужно до 26 марта принести творческую работу (не более трех от одного участника) в отдел социального развития (корпус №01, кабинет №2, тел.: 17-45).

Итоги конкурса «Я рисую губернию» подведут до 1 июня, победителей наградят призами и дипломами, лучшие работы покажут в эфире телеканала «Губерния» и разместят на сайте sova.info и в соцсетях.



Уважаемые сотрудники!
Приглашаем к участию в региональном конкурсе рисунков

«Я рисую губернию!»

Срок приёма работ – **26 марта 2021 года**

Работы принимаются в 101 корпусе, кабинет №2, отдел по соцвопросам.

ПАРТНЕР ПРОЕКТА
ТОЛЬЯТТИАЗОТ

Лучшие работы покажут в эфире телеканала «Губерния». Подробная информация 20-25.

СМИ О НАС

Тольяттиазот в зеркале прессы

Пресс-служба компании продолжает знакомить читателей «Волжского химика» с материалами городских, областных и федеральных изданий. Кроме этого, в 2021-м мы решили делиться с вами еще и ссылками на интересные сюжеты о работе нашего предприятия и его роли в жизни Тольятти. Сканируйте QR-коды и читайте полные тексты публикаций о компании.

На сайте Самарского областного вещательного агентства вышел материал об итогах года на ТООАЗе. В публикации рассказано о том, что Тольяттиазот обновил рекорды по выпуску и отгрузке основной продукции.

ЦИТАТА: «Так, в 2020 году предприятие выпустило 3,041 млн тонны аммиака (в 2019-м – 3,019 млн тонн), что стало абсолютным рекордом за всю историю работы завода. Карбамид выпустили в объеме 839 тыс тонн (в 2019 году – 785 тыс. тонн) – таких результатов заводчане не добивались с 1991 года».



«Городские ведомости» написали о строительстве третьего агрегата карбамида. В материале говорится об установке реактора синтеза.

ЦИТАТА: «Это самый высокий (49 м) и тяжёлый (320 тонн) аппарат на агрегате, который является ключевым для стабильной и эффективной работы нового производства. Как сообщили на предприятии, для установки реактора был использован кран грузоподъемностью до 750 тонн, специально доставленный в Тольятти».



На телеканале «ВАЗ-ТВ» вышел сюжет о работе передвижной интерактивной выставки «Естественные науки в жизни человека». Это проект – победитель грантовой программы ТООАЗа «Химия добра».

ЦИТАТА: «Микроскопы, электронные конструкторы и наборы для проведения химических опытов. <...> выставка объединяет сразу три направления – химию, физику, анатомию. Все представленные здесь приборы можно и нужно трогать, проводить с ними опыты, погружаясь в увлекательный мир естественных наук».



Об этапах строительства третьего агрегата на производстве карбамида регулярно информирует Российская ассоциация произ-

водителей удобрений. В январе на сайте РАПУ также была опубликована заметка, посвященная установке реактора на будущем производственном объекте Тольяттиазота.

ЦИТАТА: «Работы проводились с привлечением десятков специалистов под руководством генерального подрядчика строительства третьего агрегата карбамида – компании «Казале Проект». Представители генподрядчика отметили уникальность операции. Впервые крупногабаритный технический узел пришлось доставлять и монтировать в ограниченном пространстве в окружении действующих агрегатов на производства карбамида».



Электронное издание «63.ru» выпустило большой материал о программе грантов для усыновителей, которую с 2013 года реализует Тольяттиазот. В тексте, опубликованном на интернет-портале, – история семьи, которая решила взять ребенка из детского дома, подробности о социальной программе, а также комментарий представителя предприятия.

ЦИТАТА: «Счастливая жена, мама троих взрослых детей и бабушка двух маленьких внуков – дома. А на работе – майор полиции с 23 годами службы за плечами. В том числе – в должности инспектора по делам несовершеннолетних. Такой была жизнь Ольги Анатольевны Андреевой из Тольятти еще несколько лет назад. Но однажды, проезжая вместе мимо детского дома, женщина и ее супруг поняли: хотят стать родителями еще раз».



На телеканале «Губерния» вышел сюжет о выдаче ключей от новых квартир сотрудникам компании. В конце 2020 года счастливыми обладателями жилой площади, которую предоставил работодатель, стали 19 семей.

ЦИТАТА: «Этот дом на улице Новопромышленной ТООАЗ построил специально для своих сотрудников. <...> Больше всего заявок на участие в программе поступило от молодежи. Квартира предоставляется по договору найма на период трудовой деятельности. Новоселы оплачивают только коммунальные услуги и 13% от рыночной стоимости аренды жилья».



Обзор подготовила Анна Землянова

МАЛАЯ РОДИНА

Выходим в печать!

Татьяна Диулина

Как хотел назвать Василий Татищев основанный им город на Волге? Как выглядит пещерный храм в китайском Лояне – побратиме Тольятти? Связаны ли художник Васнецов и монументальные скульптуры в Автозаводском районе? Уже два года подряд тольяттинские школьники и их педагоги издают краеведческую газету, узнавать и рассказывать историю родного города им помогает Тольяттиазот – на проекте «Химия добра».

17 электронных выпусков и девять номеров в бумаге – уже два года воспитанники тольяттинского лицея искусств и школы №94 издают «Краеведческий листок». Пишут об истории, архитектуре, искусстве и малоизвестных фактах из истории города. Проект по достоинству оценило жюри конкурса социальных инициатив «Химия добра», выделив грант в 67 тыс рублей, и краеведческое интернет-издание смогло прийти к читателю в печатном виде.

Импонирует идея школьной газеты – расширить знания юных тольяттинцев о родном городе и познакомить с их творчеством горожан, распространив печатное издание в краеведческом музее, филармонии и городских библиотеках, на культурных мероприя-



Епифания (по-гречески – Просвещение) – о таком имени для нашего города первоначально думал Татищев. Сегодня Тольятти – поистине город просвещения. В нём более сотни школ, лицеев, три университета и 65 библиотек

тиях, – отмечает Юлия Петренко, заместитель генерального директора Тольяттиазота – директор по связям с общественностью.

Основным автором и редактором «Краеведческого листка» стала Инна Буряя – преподаватель мировой художественной культуры в лицее искусств. Долгое время она исследовала

историю Самарской земли и написала монографию по архитектуре Сызрани.

– «Краеведческий листок» – интересный опыт для ребят, которые сами собирают информацию для газеты. В основном – из интернета и книг по искусствоведению, – рассказывает педагог. – На основе найденных фактов

подростки пишут материалы. Они не только глубже изучают историю, архитектуру, музыку, живопись Тольятти и Самарского региона, но и получают ценные навыки и опыт в публицистике.

Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать. А ещё приятнее – ощутить хруст страниц, запах типографской краски и вживую

оценить яркость иллюстраций. Благодаря помощи ТОАЗа «Краеведческий листок» теперь можно читать не только с мониторов, но и с листа бумаги. А значит – удобно использовать как учебное пособие на уроках по истории родного края, отмечает Инна Буряя:

– Мы стараемся публиковать информацию, интересную для читателей разного возраста. Так, в шестом печатном номере «Краеведческого листка» можно узнать об архитектурных особенностях всем известного кинотеатра «Буревестник». Он находится на улице Карла Маркса и построен по лучшему проекту известного советского архитектора Зои Брод. Аналогичные монументальные здания с узнаваемым фасадом и колоннами были воздвигнуты в разных советских городах – в Одессе, Львове, Пензе, Салавате.

«Краеведческий листок» выходит в свет с периодичностью один раз в месяц. Электронную версию можно найти на официальных сайтах лицея искусств и школы №94. Благодаря гранту от ТОАЗа на бумаге вышли девять номеров газеты – с сентября 2019 по май 2020 год. Широкий круг читателей подтвердил: в городе просветительское издание приняли.

– Большое спасибо компании «Тольяттиазот» за прекрасную возможность для «Краеведческого листка» выйти в свет в печатном виде и радовать наших читателей, – подчеркивает редактор школьной газеты.

УМНЫЙ ДОСУГ

По страницам нашей души

В 2020-м мы искали поддержку в книгах. Библиотека профкома подводит итоги литературного года.

В сложный и непредсказуемый год, недавно ушедший в историю, многие из нас изменили своим обычным привычкам и желаниям. Но книголюбы остались верны своему увлечению, а кто-то стал читать еще больше.

Любители чтения искали в книгах утешения, хотели отвлечься от повседневных страхов и забот. Чаще выбирали остросюжетные детективы, трогательные мелодрамы, увлекательную фантастику, исторические романы и мотивирующие книги по психологии. Приятно, что наша библиотека смогла помочь заводчанам найти книгу по душе.

Несмотря на все трудности и ограничения, библиотека в 2020 году пополнилась новыми книгами: профсоюз Тольяттиазота регулярно выделял средства на их покупку, и наши постоянные читатели могли выбрать книжные новинки для себя и своих детей.

Новые книги библиотека получала в дар и от интеллектуального клуба «Химия слова».



Решили запастись книгами? Добро пожаловать в библиотеку профкома: она находится на втором этаже в корпусе №131. Тел.: 601-448

После каждой лекции во дворце культуры «Тольяттиазот» нам дарили книги по теме встречи со зрителями или издания от автора-просветителя. Так у нас появилась новая научно-популярная литература по психологии, медицине, истории, искусству и литературоведению.

Библиотека благодарна читателям, которые дарили книги и пополняли наш фонд новинками.

Приятно получать подарки и чувствовать внимание коллег.

Подводя итоги года, книжные издательства и книготорговые сети определили самых читаемых авторов года. В этот перечень попали российские писатели: автор исторических детективов Борис Акунин, фантаст Сергей Лукьяненко, создатель детективов Александра Маринина и автор романтического фэнтези Елена

Звездная, прозаики Дина Рубина и Гузель Яхина. Среди зарубежных писателей самыми популярными стали автор детективов Ю Несбё и прозаик Фредрик Бакман.

В списке самых популярных книг 2020 года издателями книг и магазинами названы: Борис Акунин «Просто Маса», Фредрик Бакман «Вторая жизнь Уве», «Здесь была Бритт-Мари», Яна Вагнер «Вонгозеро», Дина Рубина «Напо-

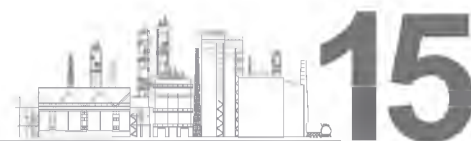
леонов обоз», Марина Степнова «Сад».

Среди мотивирующих изданий в числе бестселлеров – Андрей Курпатов «Красная таблетка или Посмотри правде в глаза», Михаил Лабковский «Хочу и буду: принять себя, полюбить жизнь», Джен Синсеро «Не ной» и Джо Диспенза «Сила подсознания, или как изменить жизнь».

Все эти и другие популярные книги доступны читателям нашей библиотеки.

Психологи, изучающие работу мозга, утверждают, что во время чтения мозг работает интенсивнее. Кровообращение усиливается, нейроны постоянно работают. Задействованы различные виды мышления – аналитическое, логическое, творческое. Но главное – развивается наш эмоциональный интеллект: появляется новый опыт переживания и реагирования на непростые ситуации, способность переключаться и не заикливаться на проблемах. Остается только найти подходящую для вас книгу и с удовольствием перелистнуть первую страницу.

Татьяна Карпушина, заведующая библиотекой профкома



ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ

Сила воли заложена в генах

Ольга Петрова

«Генетика и нейробиология безволия» – так называлась первая в году лекция на проекте «Химия слова». Молекулярный биолог и научный журналист Ирина Якутенко вышла на связь со слушателями онлайн – из Берлина.

«Зефирный» опыт

Выпускница МГУ, микробиолог Ирина Якутенко знает, о чем говорит, когда буквально на клеточном уровне раскладывает тот или иной феномен в поведении человека: с 2007 года она популяризирует науку. Работала в ведущих российских медиа, опубликовала сотни собственных научно-популярных статей. Ирина – автор видеоблога на YouTube, телеграм-канала, лектор и ведущий научно-популярных мероприятий. В 2017 году вышла в свет ее книга о генетических и молекулярно-биологических основах силы воли – «Воля и самоконтроль: как гены и мозг мешают нам бороться с соблазнами».

Почему одним людям проще отказаться от удовольствия, а другие не имеют для этого сил? Волевые и безвольные люди: почему одним все, а другим ничего? Действительно ли это так, как жить, и нужно ли бороться? Лектор начала с личного примера.

– Я, например, человек без силы воли, и у меня даже есть специальная бумага с результатами анализов, где отчасти это подтверждено. Однако я написала книгу, работаю над второй – о коронавирусе. К чему это говорю? К тому, что, несмотря на отсутствие силы воли, вполне можно заниматься большими проектами, которые требуют длительной мотивации. Чем определяется мотивация заниматься этими проектами, и что делать, если нет такой способности? Давайте разбираться, – предложила Ирина Якутенко.

Разумеется, все люди разные: одним проще удерживаться от соблазнов и достигать целей, а у других это не получается. Какое качество необходимо, чтобы добиваться успеха? Над этим ученые задумались давно. Очевидно, что самым первым критерием успешности стал интеллект. Ученые выяснили: в целом у успешных людей интеллект выше среднего, но на этом соотношение заканчивается. Еще один критерий, которые проверяли в связи с успешностью, – внешность. Хотя считается, что симпатичным людям многое проще дается в жизни, это верно лишь отчасти. Внешность может помочь сиюминутно (например, при устройстве на работу), но в долгой перспективе она не является залогом успеха, причем не только в работе, но и в личной жизни.

Одно время даже называли такое условие, как достаток родителей. Не совсем справедливый и даже обидный, но факт остается



фактом: если человек родился в успешной семье, вероятность его успеха довольно высока. В то же время масса примеров, когда человек добивался высот, не имея состоятельных родственников.

Ответ нашли в середине прошлого века. Его дал американский психолог Уолтер Мишел благодаря «зефирному» эксперименту с детьми, который он провел в 50-е годы в детском саду при Стэнфорде. В пустую комнату он привозил ребенка, давал ему зефир и предлагал «сделку»: ребенок мог съесть зефир сейчас же, но если он подождет возвращения Мишела, то получит не один, а два зефира. Затем психолог уходил на 20 минут и, разумеется, наблюдал за ребенком, пока тот его не видел. Некоторые дети съедали зефир тут же, но были и те, кто выдержали условия уговора и получили в итоге по два кусочка зефира. Если точнее, соотношение было 33% (два зефира) к 67% (съели сразу).

– Опыты показали важную вещь: дети, которых еще никто ничему не обучал, каждый раз показывали именно такое соотношение: 67:33. Постоянство указывало на то, что способность удержаться и не съесть зефир и есть сила воли, которая присутствует в человеке изначально. То есть сила воли – врожденная черта, – прокомментировала лектор.

Спустя двадцать лет Уолтер Мишел разыскал бывших участников своего зефирного эксперимента. Пообещавшись с уже взрослыми людьми, ученый выяснил: те, кто удержались от того, чтобы съесть зефир сразу, в среднем оказались успешнее по жизни, чем моментально угостившиеся сладким. Те, кто получил два зефира, лучше учились, а это тоже зависит от силы воли – склонности преодолеть импульс и не бросить домашнее задание. Эти молодые люди чаще поступали в крупные вузы, устроились на престижную работу и имели зарплату выше тех, кто двадцать лет назад съел один кусочек лакомства. И в личной жизни у тех, кто не съел зефир,

все было успешнее, криминальные истории случались реже, а здоровье было лучше.

За волю отвечает
МОЗГ

Можно ли развить силу воли, «прокачать» ее на тренингах и занятиях? Ответ отрицательный, потому что за силу воли отвечает... головной мозг! От активности определенных его отделов зависит сила воли. Натренировать ее невозможно, поскольку сила воли – это, в первую очередь, гены.

Мозг волевых и обезволенных людей сильно отличается, в томографе это несложно увидеть. Если поместить в томограф человека с сильной волей и ее отсутствием, то ученые, глядя на экран, без труда скажут, кто выберет сразу получить десять тысяч рублей, а кто подождет и получит пятнадцать. Дело в том, что в этот момент у них в мозгу активируются разные зоны, отвечающие за удовольствие.

– Силу воли и удовольствие невозможно разделить. Сила воли – это способность отказаться от сиюминутного удовольствия, чтобы получить выгоду в будущем. Мы можем управлять разумом, но эмоции – «серый кардинал» нашего мозга, и пытаться победить их разумом бесполезно. Много столетий назад, когда у человека развивались эмоциональные зоны, не было такого количества соблазнов, как сегодня. Сегодня все обещает нам удовольствие. Мы запрограммированы любить сладкое и жирное, плюс соцсети – еще один океан удовольствия. И получается, что в современном мире, который меняется быстро, мы за ним не успеваем. Наш первобытный мозг сбивает в современной среде избытия, – прокомментировала Ирина Якутенко.

Эмоции находятся в лимбической системе мозга, в нем же есть зоны, которые сдерживают эмоции. Например, миндалина отвечает за страх и желания попробовать иметь что-то или, напротив, стойкое нежелание чего-то. У волевых эта зона мозга

ТЕМА

Ирина Якутенко не только читает лекции, но и пишет о науке. Приводим цитату из её новой книги «Вирус, который сломал планету. Почему SARS-CoV-2 такой особенный и что нам с ним делать» (электронная версия вышла в свет в 2021 году):

«Чтобы быть действенным, лекарство должно блокировать какие-то важные для метаболизма вируса процессы. Веществ, эффективных против вирусов вообще, не бывает, так как разные вирусы используют разные механизмы проникновения в клетку и размножения. И даже препараты, которые вроде бы усиливают базовые противовирусные механизмы, бывают эффективны в отношении одних вирусов и бесполезны в борьбе с другими, потому что какие-то паразиты могут, например, успешно обходить их. Стоит подумать об этом, когда соберетесь покупать в аптеке какое-нибудь разрекламированное лекарство «помогающее от всех типов вирусов» или ибмбирь по цене чёрной икры – в первые месяцы эпидемии ушлые торговцы сделали себе на нем небольшое состояние».

устроена не так, как у безвольных, – им легче сдерживать порывы.

На силу воли «работает» еще одна область мозга – передняя поясная кора. Находясь на границе эмоциональных и умственных зон, она отвечает за отсечение конфликта эмоций и разума. Если передняя поясная кора действует слабо, человек чаще всего ведет себя импульсивно и соглашается на сиюминутную выгоду.

Следующий участок мозга, мешающий человеку быть волевым, отвечает за подсчет приятных ощущений – прилежащее ядро. Когда этих ощущений недостаточно, она увеличивает привлекательность стимулов.

Островковая кора мозга, отвечающая за восприятие неприятных запахов, мешает безвольным людям бросить курить. С ее гиперактивностью связана физическая болезненность отказа от вредной привычки. А вот тем, у кого островковая кора работает нормально, забыть о сигарете легче.

С эмоциональной стороны тесно связана префронтальная кора головного мозга, отвечающая за разум. Благодаря ее активации волевые люди способны подавить желание получить те или иные эмоции.

– Это записано в нашей ДНК. Самоконтроль и сила воли завязаны на способности ощущать удовольствие. Сила воли зависит не от качества удовольствия (оно одинаковое у безвольных и волевых), а от других веществ. Все дело в дофамине и серотонине. Дофамин отвечает за способность предвкушать удовольствие, именно он – главный враг силы воли, поскольку изменения в генах рецепторов дофамина – одна из самых частых причин проблем с самоконтролем. Кроме того, дофамин определяет склонность к риску, – объяснила лектор.

Второе вещество – серотонин – отвечает за состояние общей благостности по жизни. Если у человека с ним есть проблемы, ему будет вечно чего-то не хватать, и такие люди в зоне риска по импульсивному поведению. Кроме того, люди с низким

уровнем серотонина склонны к депрессии.

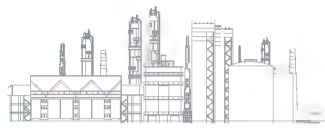
Ирина Якутенко рассказала о главном «тормозе» нервной системы – нейромедиаторе ГАМК (гамма-аминомасляная кислота), влияющем на самоконтроль. Люди, у которых ГАМК работает неправильно, плохо подавляют сторонние импульсы, часто отвлекаются от дел, особенно если это касается удовольствия. Оказывается, именно нейромедиатор определяет высокую импульсивность в подростковом возрасте, когда префронтальная кора еще работает плохо.

На самоконтроль влияют и внешние факторы – стресс (находясь в стрессе, решения принимает эмоциональная система) и голод.

Нет сил гулять?
Заведите собаку!

Что же делать, и можно ли все-таки попробовать воспитать в себе силу воли, когда у человека такие сильные «противники»: гены и окружающая среда? Подводя итог лекции, Ирина Якутенко дала несколько простых и действенных советов:

– Первое, что нужно сделать, – принять ситуацию, потому что нет способа все исправить. Прокачать силу воли нельзя, вы останетесь безвольным, если таковыми родились. Но можно, зная слабые стороны своего мозга и силы воли, вести себя так, словно вы волевой человек. Для начала избегать встречи с соблазном. Это значит, используя префронтальную кору, мы должны построить жизнь так, чтобы не встречаться с соблазном (если худеете – уберите сладкое подальше), обеспечить себе внешнее принуждение, то есть ситуацию, когда не сделать что-то невозможно. Не хватает силы воли гулять – заведите собаку, и дважды в день обязательно будете выходить на улицу. Ну, и наконец, найдите причину внутренней мотивации и безопасные для себя источники удовольствия. Всем силы воли! – подытожила Ирина Якутенко.



С 23 февраля по 1 марта в Тольятти на ледовой акватории Куйбышевского водохранилища соберутся сноукаттеры со всего мира. XVI марафон «Жигулёвское море» пройдёт по самой зрелищной дисциплине сноукатинга – фристайлу. Мировое первенство будет открыто для профессионалов и любителей, дети выступают на дистанции для безопасных гонок.

ТАЙМ-АУТ

Олег Ринге: кратко и талантливо

Татьяна Диулина

Жизнь в театре – всего лишь сезон, а сезон – это целая жизнь. Полная впечатлений, трогательных и драматичных сюжетов, талантливого актёрской игры. Дворец культуры «Тольяттиазот» ждёт зрителей на встречу с лучшими постановками от главного режиссёра – Олега Ринге.

Новые лица

В конце прошлого года главным режиссёром ДК «Тольяттиазот» стал Олег Ринге. Талантливый актёр с большим режиссёрским опытом, много лет он руководит театром-студией имени Василия Татищева и преподавателем на

кафедре «Актерское искусство». С его приходом репертуар дворца культуры пополнился яркими постановками.

Вдохновенные и ироничные, весёлые и впечатляющие, всегда глубокие, спектакли Олега Ринге – это не только досуг. С первых мгновений происходящее на сцене, как отражение в зеркале человеческой души, захватывает внимание зрителей и не отпускает до финальной минуты действия. Слово, жест, актёрская эмоция – всё не случайно и заставляет зрителей задуматься не только над театральной работой, но и над своей жизнью.

Строго по Чехову

Именитый российский режиссёр Андрей Михалков-Кончаловский однажды сказал: «Часто

Чехова ставят так, будто он помер и можно делать с его пьесой все, что захочешь». Упрекнуть в вольных трактовках Ринге невозможно – два его репертуарных спектакля поставлены по произведениям Антона Павловича.

– Я очень уважительно отношусь к текстам Чехова – считаю его гениальным русским классиком. Для меня было важно сохранить уникальный чеховский слог. Спектакли по его рассказам не нуждаются в современных ремарках и дополнениях – это тот случай, когда в сценарии нет ничего лишнего. Не зря сам он сказал: «Краткость – сестра таланта», – подчеркнул Олег Ринге.

29 января – в день рождения классика – на сцене ДК «Тольяттиазот» спектакль по его рассказам «Толстый и тонкий» состоялся уже во второй раз. Впервые

в стенах дворца культуры постановку увидели и приняли на ура в ноябре, а билеты раскупили задолго до премьеры. Чеховские зарисовки и штрихи русского характера точно и многогранно передали актёры ДК «Тольяттиазот».

Спектакль «Он и она» на сцене заводского ДК впервые пройдёт шестого февраля – одну из главных ролей Олег Ринге играет сам.

Нежные и трогательные, напряжённые и эгоцентричные – отношения двух любящих людей в постановке раскрываются в преломлении обычных жизненных моментов. Речь идёт не о драматичной жертвенной любви с надрывом – спектакль раскрывает незаметные в повседневной жизни причины краха в отношениях между мужчиной и женщиной. Незначительные, на первый взгляд, разногласия не врываются ураганом, а медленно подтачивают чувства. Чехов показывает, что разрыв настает не внезапно, но закономерно, и единственная пища для любви – внимание, взаимное уважение и прощение.

– Этой театральной работе семь лет. С постановкой мы выступали не только в Тольятти и Самарской области, но и в Крыму. В феврале на сцене дворца культуры ТОАЗа сыграем спектакль в сороковой раз, – делится режиссёр.

Шестое чувство

«Шестое чувство» – одна из новых работ мастера. За год спектакль успел покориť зрительские сердца. В основе сюжета – история о незрячем парне, которого постоянно опекает любящая мать. Она не замечает, что, несмотря на ограничения по здоровью, сын вырос и стал самостоятельным. Особенным успехом поучительная история пользуется у школьников и их родителей.



– Взрослому поколению «Шестое чувство» помогает разобраться во внутреннем конфликте на сцене и в жизни. Спектакль учит отпускать детей в самостоятельную жизнь и заботиться о своём ребёнке, не лишая его личного выбора. Молодым людям постановка помогает понять, что человек становится слепым, когда им овладевает страх перед жизнью и её испытаниями, – подчеркнул Олег Ринге.

Грузинские страсти

Как и в «Шестом чувстве», главную роль в постановке исполняет народная артистка России Наталья Дроздова. Живая музыка, интригующий сюжет и невероятные приключения – музыкальный спектакль по мотивам пьесы грузинского драматурга Авксентия Цагарели «Ханума» рассказывает о поиске состоятельной невесты для разорившегося князя Пантиашвили. Над этим работают две профессиональные свахи. Как на пути к своей цели не попасть в ловко расставленные сети интриг? Как решить задачу с множеством неизвестных? Все ответы даст комедия в постановке Олега Ринге.



В феврале во дворце культуры «Тольяттиазот» начались театральные субботы

ДК «Тольяттиазот» представляет:
Ирина Малышева
в спектакле Олега Ринге

12+

6 февраля 18:00

ОНА И ОН

или
«НУ ИХ, К ЧЕРТУ - ЭТИ СЛУЧАИ!»

Острого характера комедия двух любящих сердец по мотивам рассказов А. П. Чехова

8 (8482) 95-05-65
Билеты в кассе ДК «ТОАЗ»,
на Timepad и BiletFLT.ru

ул. Коммунистическая, 12
Цена билета от – 350 до 550 руб

ДК «Тольяттиазот» представляет:
Народная артистка России
Наталья Дроздова
в спектакле Олега Ринге

16+

13 февраля 18:00

ШЕСТОЕ ЧУВСТВО

Мелодрама в двух действиях

8 (8482) 95-05-65
Билеты в кассе ДК «ТОАЗ»,
на Timepad и BiletFLT.ru

ул. Коммунистическая, 12
Цена билета от 350 до 550 руб