



МЕТАЛЛУРГ

№ 45 (7399)

ГАЗЕТА ИЗДАЁТСЯ С 9 АВГУСТА 1952 ГОДА

Гений места

Больше четверти века почётный металлург Олег Дебуля ходит на работу через одну и ту же проходную. Ту самую, через которую он когда-то вошёл в семью металлургов.

3 ➤

Пять вечеров

Программу спортивного фестиваля «Уральская инициатива» расширили до трёх дисциплин, а число команд — до шести: репортаж о главном событии осени.

4–5 ➤

Как правильно?

Работа в ночную смену — стресс для организма, который можно свести к минимуму. Рекомендации медиков собрала для читателей «Металлурга» Елена Байтингер.

12 ➤

СОБЫТИЕ



▲ Стенд УК «Уральская Сталь» привлекал профессионалов возможностью обсудить с первыми лицами компании перспективы и технологии производства биметаллических труб и холодостойкого проката

Точка притяжения

Загорский трубный завод и Уральская Сталь в эти дни принимают участие в крупнейшем форуме российских производителей металла — международной выставке «Металл-Экспо». В этом году в ней участвуют более 400 ведущих компаний страны. Холдинг «Уральская Сталь» представил на суд профессионалов свои разработки в области плакированных труб, биметаллического и криогенного проката.

Соб. инф.
Фото Дмитрия Хромова

СВЕЖИЙ ВЗГЛЯД

Бесперебойное производство

Как маленькие улучшения экономят миллионы рублей

От стабильности работы вентиляторов газовых горелок воздухонагревателей напрямую зависит расход кокса в доменной печи.

Марина Валгуснова
Фото Резеды Яубасаровой

А вот начальник центра технического обслуживания и ремонтов доменного цеха Уральской Стали Андрей Дыга в ходе разработки своего проекта высчитал: если на одном из воздухонагревателей вентилятор выходит из строя, падение температуры на подаче составит от 50 до 100 градусов по Цельсию.

При нормальном ходе печи рабочая температура составляет 1 150 градусов, и потеря 5–10% не выглядит критичной. Между тем снижение температуры дутья на каждые 10 °C ведёт к перерасходу 0,3% кокса на тонну чугуна. И если все эти потери, которые выглядят небольшими, сложить и умножить на стоимость кок-

са, а это десятки тысяч рублей за тонну, экономия может превысить миллионы рублей.

Делай раз

Как показывает многолетний опыт, к нарушению работы системы воздухонагревателей могут привести несколько причин. Одна из самых распространённых — выход из строя зубчатой муфты привода.

— Каждый пуск двигателя создаёт большую нагрузку на этот узел. Да и в процессе работы металл изнашивается. Как результат — срезанные зубья, разрыв механической связи между агрегатами, остановка. А замена полумуфт — операция трудоёмкая и занимает немало времени. Тут мы увидели потенциал для снижения потерь и вместо зубчатых испытали втулочно-пальцевые соединения, — объясняет начальник центра ТОиР Андрей Дыга.

Преимущества у нового типа соединения несколько. Во-первых, более щадящие условия пуска: втулки при деформации



▲ «Только представьте: раньше мы снимали двигатель, потом съёмником — полумуфты. А теперь достаточно убрать защитный кожух — и узел готов к ремонту!» — рассказывает эксперт Бизнес-Системы Владимир Давыдов

поглощают часть энергии двигателя, продлевая срок его службы. Во-вторых, высокая ремонтнопригодность: заменить вышедшие из строя пальцы можно без демонтажа всего узла.

Первыми «применили» втулочно-пальцевые обнови вентиляторы четвёртой доменной печи. За полгода, что новые муфты стоят на воздухонагревателях, количество ремонтов этого оборудования снизилось в разы. В скором будущем новое

решение применят и на газовых горелках других доменных печей.

По словам специалистов, замена муфт не требует каких-то особенно сложных действий и финансовых вложений. Чертежи для стандартной детали по заказу доменщиков в сжатые сроки подготовили в техническом управлении дирекции по ТОиР, а саму запчасть изготавливают на участке механического цеха управления по производству запча-

стей. Замена старой зубчатой на новую втулочно-пальцевую муфту занимает не больше одной рабочей смены, так что во время ближайших плановых ремонтов муфты «переоденут» на всех вентиляторах.

Делай два

У нагнетающего вентилятора есть ещё один уязвимый узел — хвостовая часть, где подшипники работают в масляной ванне.

Конструкторы позаботились о том, чтобы уровень масла в них можно было проконтролировать через смотровое стекло. Но условия работы в доменном цехе не из лёгких, и пыль, постепенно осаждающаяся на поверхностях, не делает исключений для смотровых окон: разглядеть, что там, за стеклом, всё труднее. И тут на помощь пришло проверенное десятилетиями средство — щуп.

— Решение, в общем, лежало на поверхности. Нужно было только правильно рассчитать место его установки и верно указать минимальные и максимальные значения уровня. Сами щупы и всю оснастку к ним мы сделали здесь, на комбинате, — поясняет Дыга.

Сегодня оба предложения — в стадии реализации. Казалось бы, что нового могут дать хорошо известные решения? Но синергетический эффект налицо: даже небольшое увеличение межремонтных периодов на таких больших агрегатах — это тысячи тонн произведённой продукции и миллионы сэкономленных предприятием рублей.

— Думаю, наши предложения заинтересуют коллег из других цехов, ведь оборудование во многом схожее. Возможно, у них возникают проблемы, решения для которых мы уже нашли, — резюмирует Андрей Дыга.

За второй квартал 2022 года коллектив доменного цеха выдвинул на «Фабрику идей» 54 предложения. 30 из них уже встроены в технологические процессы Уральской Стали.

ИТОГИ

Конкурс держит в тонусе

На Уральской Стали подвели итоги в области охраны труда и промышленной безопасности за август–октябрь

Итоги конкурса на лучшее подразделение по итогам третьего квартала подвели на заседании комитета по промышленной безопасности и охране труда и окружающей среды.

Кира Столбова
Фото Резеды Яубасаровой

В начале встречи металлурги провели диалог безопасности по требованиям охраны труда при работе с конвейерами: напомнили основные приёмы безопасной уборки, необходимость ежесменной проверки средств аварийной остановки и алгоритмы действий персонала при нештатных ситуациях.

Заметный интерес вызвал доклад ведущего юрисконсультанта юридического управления На-

тали Завьяловой. Она рассказала о порядке и сроках отстранения от работы сотрудников, которые не используют при работе спецодежду и СИЗ.

Работу комитета завершили на торжественной ноте. Главный инженер Уральской Стали Александр Бедринов вручил кубки победителям конкурса по безопасности труда. В третьем квартале лучшими стали: среди основных цехов — доменный, среди вспомогательных структурных подразделений — управление технологической автоматике. Лучшим среди ремонтных служб признано управление ремонта электроэнергооборудования.

— Кубок победителя мы получили уже во второй раз, — рассказывает начальник электроремонтного цеха Уральской Стали Валерий Кацуба. — Мы знаем, что у нас сильные конкуренты, и бла-

годарим их за то, что не давали нам расслабиться. Конкурс помогает держать высокую планку в деле охраны труда.

Знай!

Обнаружив факт отсутствия СИЗ, руководитель обязан:

- ▶ приостановить выполнение работ;
- ▶ взять письменное объяснение с работника по факту неприменения СИЗ;
- ▶ направить работника в место хранения СИЗ, чтобы устранить нарушение;
- ▶ зафиксировать время простоя сотрудника по причине отсутствия СИЗ в докладной на имя руководителя структурного подразделения;
- ▶ издать приказ об отстранении от работы;
- ▶ указать в табеле учёта рабочего времени работника фактически отработанное время.



▲ Валерию Кацубе не впервой держать в руках кубок победителя. Его коллектив намерен получить приз и в следующем квартале

КРУПНЫЙ ПЛАН

Гений места

За что Олег Дебуля получил звание почётного металлурга

Александр Проскуровский
Фото Резеды Яубасаровой

В агломерационный цех Уральской Стали Олег Дебуля попал почти случайно. В начале 90-х он вместе с родителями уехал из Актюбинской области: предприятия там закрывались одно за другим. Впрочем, с работой в те времена везде было неважно.

— Думал стать водителем: интерес к технике у меня от отца. В Казахстане он работал инженером-механиком, в Орске — механиком на комбинате, — рассказывает Олег. — Я до призыва на срочную успел окончить автошколу ДОСААФ. В армии служил в автороте. После демобилизации думал продолжить работать водителем и пришёл в одну из новотроицких автоколонн. Но карьеру там не построил — не устраивали ни зарплата, ни отношение к людям...

«Другие могут? И я смогу!»

Вскоре Дебуля женился. Ответственность за семью стимулировала его искать более оплачиваемую и стабильную работу. Выбор был невелик: посчитать предприятия восточного Оренбуржья, стабильно работавшие в середине 90-х, можно на пальцах одной руки. Орчане особенно хвалили НОСТУ (ныне — Уральская Сталь).

— На проходной коксохима спросил, как пройти в ближайшую «контору». Первым на моём пути оказался агломерационный цех, — вспоминает Олег. — Мне сказали: «Нужны грохотовщики. Вы согласны?». Я только в общих чертах представлял, что это за работа. Но подумал: раз другие могут — смогу и я.

— **В агломерационный цех можно попасть случайно. Но чтобы задержаться здесь более чем на четверть века, нужны веские причины.**

— Да, кто-то, попробовав, уходит. Некоторые возвращаются, но не на участок



агломерации, а туда, где «полегче». А я так не умею: чуть-чуть на одном месте поработал, полетел на другое... Если видишь какой-то недостаток — попробуй его устранить, и весь коллектив тебя поддержит. Вы спрашиваете, почему остался и после первого «горячего» стажа, и после второго? У меня здесь всё быстро сложилось: через два года я уже работал бригадиром машинистов конвейеров. Отношение к людям на комбинате нравится. Здесь даже в сложные времена всё было строго по закону: от соблюдения трудового законодательства до социальной политики. Плюс материальный фактор: комбинат всегда был лидером по зарплатам в Но-

вотроичке и окрестностях. От добра добра не ищут.

Чуть лучше, чем нужно

— **Когда вы первый «горячий» стаж отработали, не возникло желания сменить место работы?**

— Нет. Для меня адаптация к новым требованиям, другому коллективу — серьёзный стресс. Здесь, на участке агломерации, мне всё знакомо, технологический процесс изучен до тонкостей.

Если пробовать описать его максимально просто, то Дебуля и его подчинённые отвечают за поддержание влажности агломерата в оптимальном диапазоне — 6–8%. Недавно беспокойный брига-

Слово о коллеге



Валерий Уваров,
начальник участка агломерационного цеха:

Мы работаем вместе почти четверть века. Я пришёл в 1998 году, а Олег уже был здесь в почёте. В коллективе Дебуля безусловный авторитет для подчинённых. Тут почти все, даже опытные ребята вроде Юрия Люсова, Константина Тареева или Кайрата Хасенова — его ученики. И все мы были рады, что награда нашла героя.

дир предложил не ограничиваться замером влажности на выходе, создав входной контроль. На «Фабрике идей» инновацию поддержали.

Это самый свежий пример. А те, кто работает с Дебулей не один год, помнят, как активно он участвовал в модернизации зажигательного горна третьей агломерационной машины.

— Предложение Олега позволяет ежегодно экономить на огнеупорах и металлоконструкциях сотни тысяч рублей, — поясняет мастер участка агломерации Виталий Христофоров. — Он вообще всё делает чуть лучше, чем нужно.

— **Это как?**

— Да очень просто. Если качественный агломерат должен составлять 97% от общей массы, будьте уверены: Дебуля даст не меньше 98%.

После смены

Высокую и крепкую фигуру Олега трудно не заметить на спортивной площадке. И отнюдь не в роли зрителя.

— В спорте моя самая большая любовь — волейбол. Выступаю в корпоративной спартакиаде за сборную нашего цеха.

— **При том, что вам уже за 50...**

— А мне годы не мешают. Хотя вы угадали: сегодня я самый возрастной игрок в сборной агломератчиков. А ещё я люблю рыбалку. Но это уже не спорт, а, скорее, средство релаксации.

— **В апреле вы отметили 50-летие и почти сразу стали почётным металлургом.**

— Это было неожиданно: вокруг меня масса достойных людей. Вообще спасибо родителям — правильно меня воспитывали. «Сначала дело», — приучал отец. И я понимал: не сделаю уроки — останусь дома, и тогда прощай, важнейший матч против ребят из соседнего двора.

— **Работу в аглоцехе советуете друзьям или родственникам?**

— С чистым сердцем! Агломератчиком работает племянник Николай — я зазвал. Ему нравится. Парень уже и в МИСиС поступил, так что будет у нас династия...

ПОДПИСКА-2023

На Уральской Стали открыта подписка на газету «Металлург». Расскажите об этом друзьям и знакомым!

5 ПРИЧИН ПОДПИСАТЬСЯ НА ГАЗЕТУ



На правах рекламы

1 ВЫ БУДЕТЕ В КУРСЕ НОВОСТЕЙ КОМПАНИИ

В каждом выпуске — материалы о комбинате и холдинге «Уральская Сталь». Мимо вас не пройдёт никакая важная информация. Изменение системы премирования или получение субсидий на питание, график работы пунктов вакцинации или режим работы в праздничные дни — газета расскажет обо всём.

2 ВЫ БУДЕТЕ ЗНАТЬ О ЖИЗНИ НОВОТРОИЦКА

Анонс праздничного концерта, ход ремонта главной улицы города, вопросы общественной жизни, история и современность — всю информацию вы найдёте в свежем выпуске издания.

3 ПРОВЕРЕННЫЕ ФАКТЫ

В отличие от анонимов в соцсетях и интернет-мессенджерах, журналисты газеты работают в соответствии с законом РФ «О СМИ». Мы сообщаем читателю только проверенные факты и несём за это ответственность.

4 НИЗКАЯ ЦЕНА

Стоимость подписки в 2023 году не выросла и составляет всего **200 рублей**. За эти деньги вы будете еженедельно получать свежий выпуск прямо в почтовый ящик. Чтобы стать подписчиком, достаточно обратиться к ответственному лицу в своём подразделении и выписать газету в счёт заработной платы. Те, кто не работает на комбинате, могут оформить доставку в отделе подписки (улица Горького, 34, здание профкома, телефон для справок: 66-41-49).

5 ГАЗЕТА ДЛЯ НАС И ПРО НАС

«Металлург» — это НАША газета. Это газета о нас и для нас. На её страницах — наши коллеги, наш комбинат, наша компания и наш родной город. Подписывайтесь — и будьте в курсе!

Блиц-опрос

Драйв, азарт
и позитив

Амангельды Жумабеков,
капитан волейбольной команды «АККЕРМАНН ЦЕМЕНТА»:

«Ежегодно участвуем в «Уральской инициативе». В этом году уровень турнира очень высок, все соперники достойные и примерно равны по классу. Кроме завсегдатаев, есть новичок: орские нефтяники ОНОС. Проходных игр нет. Матч против химиков НЗХС, который мы выиграли, был ничуть не легче встреч против ветеранов «Боевого братства» и металлургов Уральской Стали, которым мы уступили.»



Николай Гревцов,
бадминтист команды Уральской Стали:

«Я не ставлю перед собой амбициозной задачи — обязательно занять призовое место. Просто рад очередной возможности получить удовольствие от игры как процесса. Для меня главное — держать достигнувшую планку, не проседать, не поддаваться годам. Поверьте, это непросто, потому что молодёжь так и норовит поджать. Радует, что бадминтон у нас в почёте. Каждое соревнование открывает новые имена и в нашем цехе, и в других подразделениях комбината, и на других предприятиях.»



Ольга Леонова,
бадминтистка команды НЗХС:

«Постоянно участвую в Кубке Гагарина «ПОЕХАЛИ!», который проводит Уральская Сталь для всех желающих. И очень рада, что металлурги организовали ещё один бадминтонный турнир. По себе чувствую, как растёт мастерство моих соперниц. В том, что в турнире участвует довольно много химиков, есть и моя заслуга: я сагитировала наших мужчин проверить себя на настоящих соревнованиях. И конечно, турниры комбината для меня — это ещё и общение, возможность активно отдохнуть со старыми друзьями.»

ПРАВИЛЬНЫЕ ВЫХОДНЫЕ

В выигрыше даже

После двухлетнего перерыва «Уральская инициатива» вновь собрала спортсменов местных предприятий. По традиции выступили инициаторами соревнований металлурги.

Александр Проскуровский
Фото Резеды Яубасаровой

О лидерстве Уральской Стали в развитии рабочего спорта говорили на торжественном открытии спортивного фестиваля директор по социальным вопросам Денис Меньшиков и председатель первичной профсоюзной организации комбината Иван Филиппов. На церемонии выступили воспитанницы секции аэробики спортивной школы «Юность».

Перезагрузка

«Уральская инициатива» в этом году поменяла статус. Теперь это настоящий фестиваль спорта. И если раньше у соревнований не было привязки к знаменательным датам, то в этом году их посвятили Дню народного единства. Расширили и содержательную часть: вместо двух турниров фестиваль теперь включает три, причём впервые в нём приняли участие спортсмены из Орска. Им предстояло проверить свои силы с завсегдатаями «Уральской инициативы»: заводом хромовых соединений, «АККЕРМАНН ЦЕМЕНТОМ», Новотроицким политехническим колледжем, сборной правоохранительных органов и местным отделением организации ветеранов «Боевое братство».

Неутомимый волан

Не все шесть предприятий были представлены во всех видах спорта, но уж там, где участвовали — конкуренция была настоящей. Например, в турнире по бадминтону, с которого стартовал фестиваль спорта, сошлись работники Уральской Стали, НЗХС и самозанятые — всего 21 участник. Они играли в парном разряде со сменой партнёра после каждой игры. Тут философия организаторов работала на повышение отдачи игроков: победа — одна на двоих. А значит, если ты хочешь набрать очки, то должен стать идеальным партнёром для любого, на кого в свой черёд укажет жребий.

Мужчины провели по 14 матчей, женщины — по пять. Бадминтонные баталии шли четыре вечера. Столько же, сколько суммарно длились два других турнира — по футзалу и волейболу.

Здесь обошлось без сенсаций: у мужчин весь пьедестал почёта заняли спортсмены Уральской Стали — Дмитрий Живило, Илья Десятов и Александр Янов. У женщин, кроме работниц Уральской Стали Елены Браим и Виктории Смирновой, призовое место завоевала косметолог Анжелика Десятова.



▲ Специалисты подсчитали: при игре в бадминтон игрок пробегает больше, чем в теннисе, и наносит в разы больше ударов



▲ Тройка призёров среди женщин (слева направо) Десятова, Браим, Смирнова по уровню подготовки — готовая сборная области



▲ На последнем рубеже вратарю Уральской Стали Александру Янову приходилось в полёте останавливать прорывы нефтехимиков

НАЧИНАЮЩИЙ

4

Новичкам везёт

Нефтяники завода «Орскнеф-теоргсинтез» (ОНОС) — дебютанты «Уральской инициативы». Но в тех видах спорта, где они выставили свои команды, у них репутация умелых и неуступчивых бойцов. Это показала первая же игра турнира по футзалу, в которой дружина ОНОСа противостояла металлургам. В первом тайме орчане постоянно вели в счёте, и только острые контратаки хозяев поля помогли восстановить равенство на табло: на перерыв команды ушли при счёте 3:3.

После перерыва три быстрых гола нефтяников буквально нокаутировали металлургов. Они так и не смогли найти надёжной оборонительной схемы, пропустив ещё три безответных мяча 3:9.

А вот в игре против сборной правоохранительных органов команда Александра Янова была убедительна и одержала победу со счётом 6:3.

Заняв второе место в группе, металлурги получили право претендовать на бронзу турнира. И своего шанса не упустили, обыграв 3:2 футболистов «Боевого братства». Победители футзальных схваток — команда ОНОСа, серебро — у дружины химзавода.

Впрочем, командными призами дело не ограничилось. Организаторы предусмотрели и персональные награды. Максим Тутов (Уральская Сталь) признан лучшим защитником, Никита Краюшкин (НЗХС) стал лучшим нападающим, а звание первого голкипера турнира досталось Александру Ларичеву из команды ОНОСа.

Жажда золота

Орчане доказали своё мастерство и в волейбольном турнире. Ситуация здесь, как под копирку, была похожа на футбольные расклады. Металлургов и нефтяников посеяли в одну отборочную группу. Очная встреча была упорной — 2:1 в пользу орчан. Заняв первое место в группе, они вышли в финал, где обыграли ветеранов «Боевого братства» (у них в итоге серебро). А хозяева турнира в захватывающем по накалу поединке не отдали бронзу команде «АККЕРМАНН ЦЕМЕНТА».

Судейское жюри решило особо отметить нескольких спортсменов. Лучшим блокирующим игроком признан Анатолий Новиков (Уральская Сталь), большинство атак ОНОСа обеспечил лучший нападающий турнира Рустам Сингизов, а звание лучшего либеро — у Михаила Казакова из «Боевого братства».

И организаторы, и болельщики отмечают: перезагрузка «Уральской инициативы» прошла успешно. Здесь было всё, за что мы любим спорт: накал эмоций, желание играть до последнего и эйфория побед. Не было одного — проигравших.



▲ Команда химзавода играла элегантно: выверенные передачи, деликатная обработка и заслуженное серебро «Уральской инициативы»

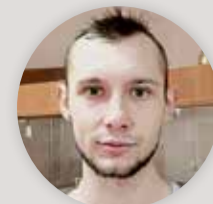


▲ В «бронзовом» матче против «АККЕРМАНН ЦЕМЕНТА» волейболисты Уральской Стали не раз спасали, казалось бы, безнадёжную ситуацию



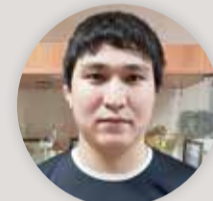
▲ Противоядие против размашистых атак «Боевого братства» в этот раз нашла только команда орчан, которая и забрала золото турнира

Блиц-опрос



Сергей Кузнецов,
защитник футзальной команды ОНОС:

«Для меня формат «дружеских турниров» в новинку. Впечатления? Пока только положительные! Побегали, пободались, устали. Зал хоть и не совсем стандартных размеров для мини-футбола, но комфортный, дышится в нём легко. Схема тоже оптимальная: и аутсайдеры, и лидеры получили равное количество игрового времени — по три матча. Так что никто не скажет: мало мячик покатали. До этого на чемпионатах области по мини-футболу играл только против химиков, теперь познакомился с металлургами и силовиками. Пожелания? Чтобы судейство было построже.»



Аскар Сексенов,
нападающий футзальной сборной правоохранительных органов:

«На турнире нам пришлось нелегко: мы попали, можно сказать, в группу смерти: оказались вместе с будущими победителями и бронзовыми призёрами. Но нас это не испугало. В играх против сильных соперников набираешься опыта. Стыковой матч против цементников был очень тяжёлым, и всё же мы уступили лишь по пенальти. Расстроился ли из-за последнего места? Несильно. Ещё раз понял: надо серьёзнее готовиться, тренироваться не отдельно участковым, отдельно пожарным, а именно сборной. Пожелание одно: проводите такие турниры почаще!»



Василий Рожков,
капитан волейбольной команды «Боевое братство»:

«Участвую в «Уральской инициативе» постоянно — то за «Боевое братство», то за НЗХС, где работаю. Организация доволен: в спортшколе № 1 очень хороший зал. Уровень мастерства команд, как всегда, неплохой, а благодаря новичкам из Орска — нефтяникам ОНОС — стал ещё выше. Все три матча заставили выложиться по полной: химики и цементники — ребята упорные, я со многими из них поиграл и знал, что лёгкой прогулки не будет. Жалко, что уступили нефтяникам, но они и правда в этот раз были лучшими. В итоге есть призовое место и нет желания почивать на лаврах — ведь в спорте всегда есть куда расти.»

Уральская Сталь ждёт специалистов с высшим образованием по направлениям подготовки/профилям:

- **Металлургия:**
Обработка металлов давлением, металлургия чёрных металлов;
- **Электроэнергетика и электротехника;**
- **Теплоэнергетика и теплотехника;**
- **Технологические машины и оборудование;**
- **Автоматизация технологических процессов и производств;**
- **Техносферная безопасность;**
- **Экология и природопользование;**
- **Химическая технология;**
- **Строительство.**

Комбинату требуются:

- **Машинисты крана;**
- **Подручные сталевара;**
- **Плавильщик металла и сплавов;**
- **Операторы МНЛЗ;**
- **Разливщики стали;**
- **Грануляторщики доменного шлака;**
- **Водопроводчик доменных печей;**
- **Ковшевые;**
- **Машинист газодувных машин;**
- **Аппаратчик получения сырого бензола;**
- **Аппаратчики получения сульфата аммония;**
- **Аппаратчик очистки сточных вод;**
- **Аппаратчик центрифугирования;**
- **Штабелировщики металла;**
- **Шлаковщики;**
- **Шихтовщик;**
- **Бригадиры шихтового двора;**
- **Бункеровщики;**
- **Машинисты конвейера;**
- **Грохотовщик;**
- **Агломератчик;**
- **Машинист размораживающей установки;**
- **Машинист ваганопроектирователя;**
- **Правильщик проката и труб;**
- **Обработчики поверхностных пороков металла;**
- **Газорезчики;**
- **Резчики горячего металла;**
- **Огнеупорщики;**
- **Монтажники;**
- **Слесари-ремонтники;**
- **Электрогазосварщики;**
- **Электросварщики;**
- **Фрезеровщики;**
- **Токари;**
- **Оператор станков с программным управлением;**
- **Слесарь по топливной аппаратуре;**
- **Электромонтёры;**
- **Электромеханики;**
- **Электрослесари;**
- **Слесари по КИП и А;**
- **Машинист компрессорных установок;**
- **Аппаратчик воздухоразделения;**
- **Газовщики;**
- **Машинист насосных установок;**
- **Котельщики;**
- **Слесарь по сборке металлоконструкций;**
- **Слесарь механосборочных работ;**
- **Лаборанты химического анализа;**
- **Лаборант по физико-механическим испытаниям;**
- **Контролеры в производстве чёрных металлов;**
- **Грузчики;**
- **Кладовщики;**
- **Слесарь-электрик по ремонту электрооборудования;**
- **Электромонтёр по обслуживанию и ремонту устройств СЦБ;**
- **Машинист крана на ж/д ходу;**
- **Слесарь по ремонту подвижного состава;**
- **Монтёры пути;**
- **Осмотрщик-ремонтник вагонов;**
- **Составители поездов;**
- **Слесарь по ремонту и обслуживанию перегрузочных машин;**
- **Помощники машиниста тепловоза;**
- **Машинисты тепловоза.**



УРАЛЬСКАЯ СТАЛЬ ГАРАНТИРУЕТ ОФИЦИАЛЬНОЕ ТРУДОУСТРОЙСТВО И БЕЗОПАСНУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ ТРУДА ПО ЛУЧШИМ МИРОВЫМ СТАНДАРТАМ, КОНКУРЕНТОСПОСОБНУЮ ЗАРАБОТНУЮ ПЛАТУ.



**УРАЛЬСКАЯ
СТАЛЬ**

ЖДЁМ ВАШИ АНКЕТЫ
в рабочие дни в кабинете № 100
АТК Уральской Стали
по адресу: Новотроицк,
улица Заводская, 1.

**ТЕЛЕФОН ДЛЯ СПРАВОК:
8 (3537) 666-999.**

**КРОМЕ ТОГО,
В КОМПАНИИ ДЕЙСТВУЮТ
КОРПОРАТИВНЫЕ ПРОГРАММЫ**



Карьера

- ▶ Компенсация до 50 % расходов на получение высшего профильного образования.
- ▶ Участие в корпоративных конкурсах и научно-технической конференции.
- ▶ Возможность профессионального роста по индивидуальным трекам.



Здоровье и отдых

- ▶ Периодические профосмотры, предсменный и послесменный контроль здоровья.
- ▶ Дотация на питание.
- ▶ Санаторно-курортное лечение.
- ▶ Возможность занятий спортом.
- ▶ Участие в корпоративной спартакиаде.



Поддержка семьи

- ▶ Выплаты в связи с вступлением в брак.
- ▶ Выплаты при рождении и усыновлении ребёнка.
- ▶ Выплаты 1 500 рублей ежемесячно на детей до трёх лет.
- ▶ Разовая помощь ко Дню защиты детей и Дню знаний для многодетных.
- ▶ Помощь семьям с детьми-инвалидами.
- ▶ Новогодние подарки.
- ▶ Отдых детей в загородном лагере.



Помощь работникам

- ▶ Оплата дорогостоящего лечения сотрудника или члена семьи.
- ▶ Выплаты при утрате имущества от стихийных бедствий.
- ▶ Разовая помощь при стеснённом материальном положении.
- ▶ Поддержка при потере члена семьи.



Выплаты «по случаю»

- ▶ В связи с достижением 50-летнего юбилея и далее каждые пять лет.
- ▶ При вручении корпоративных и ведомственных наград.



Ветеранам

- ▶ Ежемесячная материальная помощь.
- ▶ Выплаты к праздникам и памятным датам.
- ▶ Оздоровление в санатории-профилактории.
- ▶ насыщенная спортивная и культурная повестка.
- ▶ Подарки к Новому году.

РЕКЛАМА

«Академия слуха»: ДВА СЛУХОВЫХ АППАРАТА ПО ЦЕНЕ ОДНОГО!

По данным Global Burden of Disease Study¹, 37 миллионов человек в России имеют усреднённый порог слышимости ниже нормы. О том, как проявляется потеря слуха и о важности ношения слухового аппарата, нам рассказывает специалист-сурдоакустик «Академии слуха».

Какие симптомы существуют у людей, страдающих потерей слуха?

- Постепенное прибавление громкости телевизора, радио, громкости телефонного звонка или будильника.
- Человек начинает хуже разбирать слова.

Мы рекомендуем проходить тест слуха хотя бы раз в год. В «Академии слуха» эта услуга бесплатна.

Чем поможет слуховой аппарат?

Он индивидуально восполняет потерю слуха и повышает разборчивость речи, даже если собеседников несколько и они говорят одновременно.

Зачем нужны два слуховых аппарата? Разве недостаточно одного?

Два слуховых аппарата дают вам:

- точное понимание источника и направления звука. За счёт этого повышается разборчивость речи;
- сокращённый период привыкания к слуховым аппаратам.

¹ Исследование глобального бремени болезней.



Второй слуховой аппарат
БЕСПЛАТНО!

Рассрочка сроком
ДО 18 МЕСЯЦЕВ!

Я понимаю, что это важно, но мне просто не по карману два слуховых аппарата!

Этой осенью в «Академии слуха» действует акция «Два по цене одного*!». Это отличная возможность снова услышать мир и своих близких!

В рамках программы «Своих не бросаем» мы предлагаем новые возможности.

- Производитель вашего аппарата ушёл из России, а устройство ещё на гарантии? Сдайте аппарат нам за скидку до 50% на новый, отечественного производства!
- Не можете сразу выплатить всю сумму? У нас есть рассрочка** сроком до 18 месяцев!
- У вас есть инвалидность и электронный сертификат на слуховой аппарат от ФСС? Его можно использовать у нас!
- Доступно оформление социального вычета на сумму до 15 600 рублей (поможем оформить документы).

Только один день —
18 ноября —
вы можете встретиться
с экспертом-сурдоакустиком
«Академии слуха»
в Орске!

Для этого нужно записаться на приём по телефонам:

**8 (3532) 37-30-33,
8-800-500-93-94,
8(910) 550-69-25.**

Приём состоится только по предварительной записи!

Также вы всегда можете записаться на приём в действующем центре по адресу:

г. Оренбург, ул. Терешковой,
д. 27, пом. 2, тел.:
8 (3532) 37-30-33, 8-800-500-93-94.

*Срок действия акции с 02.09.2022 по 30.11.2022 гг.

**Рассрочка предоставляется ИП Мурзиновым М.В. сроком от 3 до 18 месяцев. Минимальная сумма рассрочки — 35 000 рублей. Максимальная сумма рассрочки не ограничена. Досрочное погашение доступно в любое время по заявлению покупателя. Акция распространяется не на все слуховые аппараты. Полный список товаров, участвующих в акции, условия участия уточняйте у сотрудников центра и на сайте «Академии слуха»: as.clinic.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

КЕМ БЫТЬ?

Диагностика онлайн

Новотроицкий политехнический колледж провёл стратегическую сессию с завучами школ

Её участники наметили ближайшие мероприятия, разработали график экскурсий и порядок тестирования школьников.

Мария Александрова
Фото Натальи Жих

После того как НПК присоединился к «Профессионалиту», в учебном заведении изменили подход к профориентационной работе.

— Если прежде встречи со школьниками сводились к Дням открытых

дверей и общему знакомству с направлениями подготовки, то сейчас всё будет по-другому, — рассказывает заведующая учебно-методическим кабинетом НПК Наталья Жих. — Программа «Профессионалитет» предусматривает больше 20 направлений профориентационной работы, во время которых школьники активно вникают в процесс, принимают участие в конкурсах и исследовательских проектах, посещают рабочие площадки нашего предприятия-партнёра — Уральской Стали.

По планам НПК, рассказывать школьникам о рабочих специальностях, которые востребованы в Новотроицке, будут начинать с шестого класса. В этом колледжу помогут заместители директоров по учебно-воспитательной работе. К профориентации подключится и Уральская Сталь. Школьникам презентуют профессии металлургического производства и предложат участвовать в конкурсе исследовательских проектов «Профессиональное семейное древо металлургов». А конкурс «Профессиональные пробы» позволит ученикам и студентам попробовать свои силы на цифровых симуляторах.

Глубокое погружение

Областное министерство образования подготовило рекомендации, которые помогут педагогам



◀ Педагоги НПК не только учат, но и учатся: Уральская Сталь устраивает для них практикумы прямо в структурных подразделениях

разработать свои программы привлечения молодёжи. Среди них:

- мастер-классы и экскурсии на предприятия, соответствующие направлениям подготовки;
- классные часы и родительские собрания с представителями образовательных производственных центров;
- тестирование и индивидуальное консультирование по выбору профессий;
- комплексные профильные мероприя-

тия по профессиональной ориентации «День карьеры» и «Дней открытых дверей» на базе предприятий-партнёров;

- открытые онлайн-уроки «Шоу профессий»;
- профессиональные пробы и организация обучения девятиклассников с присвоением первой профессии на базе учебного кластера;
- проведение каникулярных смен по направлениям подготовки программ «Профессионалитет»;

- создание профильных классов;
- организация квестов и интеллектуальных конкурсов, связанных с выбором будущей профессии;
- встречи с участниками региональных сборных по профессиональному мастерству (WorldSkillsRussia, «Абилимпикс») и участие в отраслевых чемпионатах среди юниоров;
- проведение научно-практических конференций, предметных олимпиад, хакатонов среди школьников.

Кстати

На сайте Новотроицкого политехнического колледжа есть программа, позволяющая в дистанционном режиме протестировать индивидуальные склонности ребят к той или иной профессии.

Любой желающий может пройти опрос, который определяет наиболее подходящую сферу деятельности и даже даёт конкретные рекомендации — какую профессию или специальность стоит выбрать в НПК. Для этого достаточно отсканировать QR-код:



ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ



Уважаемые новотройчане!

Обращайтесь в общественные приёмные депутата Законодательного собрания Оренбургской области

Ильдара ИСКАКОВА.

С понедельника по пятницу с 9 до 16 часов (перерыв с 12 до 13 часов) вы можете обратиться по адресу: улица Советская, 64 (здание учебного комбината Уральской Стали). В рабочие дни открыта и приёмная по адресу: улица Советская, 48.

График работы: с 8 до 17 часов — сбор устных и письменных обращений; приём граждан — с 16 до 18 часов, каждую вторую и четвёртую среду месяца.

Приём по предварительной записи по тел.: 8 (3537) 67-12-44.



УРАЛЬСКАЯ
СТАЛЬ

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

Уважаемые работники комбината!

О фактах несправедливого к вам отношения, злоупотреблениях и иных противоправных действиях вы можете сообщить по следующим каналам связи:



hotline@uralsteei.com



8-(3537)-66-60-70



8-922-824-87-36



8-922-824-87-36

Все сообщения принимаются и рассматриваются конфиденциально.

Реклама



ОДНА ЦЕНА В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ И ПОГОДУ!

ПОЗДРАВЛЕНИЯ



Поздравляем дорогую и любимую Оксану Львовну Логинову с юбилеем!

Хотим поздравить с юбилеем И счастья в жизни пожелать. На жизнь не стоит обижаться, Не стоит в жизни унывать. Пусть будет всё — гроза, метели, Пусть будет радость и покой. А если очень будет трудно, То знай, что мы всегда с тобой!

Мама, дети, внуки, правнуки

Администрация, цехком и совет ветеранов ЭСПЦ поздравляют с юбилеем З. С. Обьедкову, А. Н. Лебеденко, Ю. Н. Софина, О. В. Зинцова, а также всех именинников ноября. Здоровья, благополучия и всех земных благ.

Администрация, профком и совет ветеранов агломерационного цеха сердечно поздравляют с юбилеем А. М. Пронина, А. А. Валявина, Н. В. Топилину, С. М. Баеву, а также всех именинников ноября с днём рождения. Крепкого здоровья на долгие годы и семейного благополучия.

Администрация, профком ЦРМО и совет ветеранов ЦРМО-1 и ЦРМО-2 от всей души поздравляют с юбилеем А. Э. Имамова, А. В. Ярославцева, Д. Н. Шаульского, А. Н. Праведнова, М. Ю. Виноградова, А. В. Семенюка, О. В. Галочкина, Р. Р. Каримова, В. И. Беляева, Г. А. Мавевского, Л. Н. Стешину, В. И. Чиркову, Н. И. Жучкова, В. И. Деркача, А. Н. Кокотова, А. Ф. Парушева, а также всех именинников ноября. Улыбок, здоровья и доброты, пусть день рожденья исполнит мечты!

Администрация, цехком и совет ветеранов автотранспортного цеха сердечно поздравляют с юбилеем В. Я. Брумер, Н. И. Хорошилова, Г. В. Казакову, а также всех именинников ноября. Будьте здоровы. Берегите себя.

Совет ветеранов огнеупорного цеха от всей души поздравляет с юбилеем О. Ф. Волкову, В. И. Воронова, Л. П. Заплатину, А. И. Иванова, Л. И. Обьедкову, а также всех именинников ноября. Здоровья, удачи, счастья и благополучия, всех земных благ, бодрости на долгие годы.

Совет ветеранов СПЦ от всей души поздравляет с юбилеем В. М. Симиненко, В. В. Иванову, И. В. Карнилаеву, П. Е. Краева, а также всех именинников ноября. Здоровья и счастья, удачи и благополучия, всех земных благ и бодрого настроения на долгие годы.

Совет ветеранов ЛПЦ-2 от всей души поздравляет с юбилеем Л. А. Шестаеву, О. А. Аршинову, А. В. Гусева, М. Н. Дыга, а также всех именинников ноября. Здоровья, успехов, удачи, благополучия и исполнения желаний.



Реклама



ПОЗДРАВЛЕНИЯ

Администрация, профком и совет ветеранов ЦЛК от всей души поздравляют с юбилеем А. С. Берестовую, А. Н. Козлову, Н. В. Колесникову, Н. В. Кузнецову, Е. С. Пикалову, а также всех именинников ноября! Желаем вам всего хорошего, добра, любви, здоровья крепкого, пусть в день рождения исполнится мечтанье самое заветное!

Совет ветеранов КХП от всей души поздравляет с юбилеем Т. Н. Белову, В. П. Козлова, И. П. Кошара, А. Е. Кульнева, Н. В. Синягину, Н. В. Трефилова, С. Б. Урасимова, а также всех именинников ноября. Крепкого здоровья, уюта, счастья и добра вам!

Совет ветеранов управления сердечно поздравляет с юбилеем А. В. Александрова, М. А. Глекнер, Н. М. Зарембюк, Н. И. Калмыкову, Г. И. Мельникову, Т. П. Меренкову, В. А. Степанову, а также всех именинников ноября. Крепкого здоровья, безграничного счастья, любви и взаимопонимания с близкими, пусть всегда вас окружают любимые сердцу люди.

Совет ветеранов МСЧ от всей души поздравляет с юбилеем О. В. Гордееву, Н. И. карабан, С. К. Шахназарову, а также всех именинников ноября. Крепкого здоровья, уюта, счастья и мирного неба над головой.

Администрация, цехком и совет ветеранов цеха птицеводства сердечно поздравляют с юбилеем А. А. Ирину, Н. А. Яничкину, а также всех именинников ноября. Крепкого здоровья, долголетия, любви и тепла ваших близких.

Совет ветеранов цеха быта от всей души поздравляет с юбилеем З. М. Абузярова, Л. Л. Адоньеву, В. А. Мишкаеву, Л. П. Чеботареву, а также всех именинников ноября. Крепкого здоровья, счастья и семейного благополучия, мирного неба над головой.

Администрация, профком и совет ветеранов АТЦ от всей души поздравляют с юбилеем И. В. Кутецкую, а также всех именинников ноября. Мирного неба, крепкого здоровья, счастья, уюта в семье.

ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА КОЖАНОЙ ОБУВИ



РЕКЛАМА ☎ 66-29-52

САМЫЕ НИЗКИЕ ЦЕНЫ!!!

АЛЬФА ОКНА

- Евробалконы
- Пластиковые окна
- Натяжные потолки, рольставни
- Металлические двери
- Огромный выбор жалюзи
- Алюминиевые конструкции
- Рассрочка без % на 3 месяца

РЕМОНТ ОКОН

г. Н-троицк, ул. Зеленая, 33, тел.: 8(3537)61-22-33

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ КУПОНА – СКИДКА!

АЛЮМИНИЕВЫЕ И ПВХ Балконы от 19 000 р.

НАТЯЖНЫЕ Потолки 6 700 р.

ВХОДНЫЕ Двери 9 900 р.

ПЛАСТИКОВЫЕ Окна 10 750 р.

www.evrostandart56.ru

г. Новотроицк, ул. Мира, 16/Сыткина 1

- КОНДИЦИОНЕРЫ
- ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА
- РОЛЬСТАВНИ
- ЖАЛЮЗИ

16 лет на рынке!

РАССРОЧКА ДО 6 МЕСЯЦЕВ

Тел.: 8 (3537) 613-777

ОКНА Евростандарт

ОКОННЫЙ КОНТИНЕНТ (3537) 61-24-24

ОКНА качественные

ВОРОТА секционные

ЕВРО-ДВЕРИ

ЕВРО-БАЛКОН

НАТЯЖНОЙ ПОТОЛОК

РОЛЬСТАВНИ, АЛЮМИНИЕВЫЕ КОНСТРУКЦИИ
КОНДИЦИОНЕРЫ, ЖАЛЮЗИ,
ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ

оккон.рф МОБИЛЬНЫЙ ОФИС ПРИЕЗЖАЕТ К ВАМ БЕСПЛАТНО!

АКЦИЯ!

- ЕВРОБАЛКОНЫ
- ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
- МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ДВЕРИ
- АЛЮМИНИЕВЫЕ КОНСТРУКЦИИ
- РАССРОЧКА БЕЗ % НА 3 МЕСЯЦА
- ЖАЛЮЗИ
- РЕМОНТ ОКОН
- НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
- РОЛЬСТАВНИ

ЭКООКНА НАСТРОЙ ЗДОРОВЫЙ КЛИМАТ

г. Новотроицк, ул. Уральская, 14.
Тел.: 8 (3537) 61-05-61

Магазин «Автомир»
Тел.: 66-86-89, 69-00-48.

ОКНА, ЖАЛЮЗИ, КОНДИЦИОНЕРЫ
ЕВРОБАЛКОНЫ
Окно в Европу

«ОКОШКИН ДОМ»

ОКНА, ЖАЛЮЗИ, КОНДИЦИОНЕРЫ,
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ, ЕВРОБАЛКОНЫ

Тел.: 66-87-80, 69-01-79

СКИДКИ до 40% на всё!

Европейские ОКНА

Гибкие по форме
Заключение договоров на дому

ОКНО ДВУСВОРЧАТОЕ

СЕКЦИОННЫЕ ВОРОТА 2,5x2 м

- КОМПЛЕКТУЮЩИЕ К ОКНАМ
- НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
- ОБСЛУЖИВАНИЕ ОКОН
- КОНДИЦИОНЕРЫ

Новотроицк, ул. Советская, 83, тел. 61-70-70
Орск, пр. Ленина, 57 (ост. к-тр «Мир»), тел. 8(3537) 34-14-03
www.okna56.com МЕГА-ДВЕРИ.РФ

Скидки до 40% на окна, балконы, ворота, двери. Срок акции с 01.11.22 г. до 30.11.22 г. Подробности уточняйте у менеджера в офисе и по телефону 8 (3537) 34-14-03

Внимание! 17 ноября четверг

КИРОВСКАЯ ОБУВНАЯ ФАБРИКА

Кировская обувная фабрика принимает любую обувь в любом состоянии на ремонт (кроме летней)

Что мы делаем?

- Полная замена низа обуви (перетяжка, замена на НАТУРАЛЬНУЮ кожу, велюр, нубук, лак, замшу всех цветов)
- Замена подошвы (большой выбор на любую ногу, не скользят, не лопаются)
- Изменение фасона (форма носка, высота и ширина подошвы и каблука, переход с каблука на горку и обратно, увеличение/уменьшение размера)

Почему это выгодно?
Мы реставрируем и придаём заводской вид даже самой изношенной обуви, в т. ч. и из искусственной кожи. Это в 2-3 раза дешевле, чем стоят новые сапоги!

Подари своей обуви новую жизнь!

г. Новотроицк, музейно-выставочный комплекс, ул. Советская, 82, с 10 до 18 часов.

БОЛЬШАЯ СТИРКА

КОВРОВ, ПЛЕДОВ

Заберем, привезем

ХИМЧИСТКА

КОВРОВ И МЕБЕЛИ на дому

8-961-912-78-18;
69-64-69

Реклама и объявления в газету «Металлург» принимаются по адресу: ул. Горького, 34, каб. № 27, с 8.30 до 17 часов (понедельник-пятница).

РЕКЛАМА ☎ 66-29-52

С 7 ОКТЯБРЯ ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА «АЛИСА» ПРЕДЛАГАЕТ ПАЛЬТО, ПУХОВИКИ, КУРТКИ, ВЕТРОВКИ, ПЛАЩИ С 42 ПО 76 РАЗМЕР.

СКИДКА 30% НА ВЕСЬ ТОВАР!

В МУЗЕЙНО-ВЫСТАВОЧНОМ КОМПЛЕКСЕ (УЛ. СОВЕТСКАЯ, 82, ВХОД СО ДВОРА)

Ждём вас с 10 до 19 часов. Без выходных.

РАСПРОДАЖА СПЛИТ-СИСТЕМ от 14 900 руб.
Снижение цены по кондиционерам: монтаж, техобслуживание и ремонт.
ООО «Айс-Климат».
Тел.: 77-52-07, 8932855207.

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
Тел.: 61-51-14.
Рассрочка. Гарантия.
СКИДКА 10% ВСЕМ!
Наш сайт: www.Potolkoff56.com

ОБЪЯВЛЕНИЯ ☎ 66-29-52

УСЛУГИ

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ ВСЕХ СОВРЕМЕННЫХ МАРОК, КВАЛИФИЦИРОВАННЫЙ СПЕЦИАЛИСТ. ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО. ГАРАНТИЯ.
Тел.: 66-80-83, 8-903-364-20-83.

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ. ГАРАНТИЯ.
Тел.: 69-04-45, 89033994877.

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, МОРОЗИЛЬНИКОВ. ИЗГОТОВЛЕНИЕ УПЛОТНИТЕЛЕЙ ХОЛОДИЛЬНИКОВ ЛЮБЫХ МАРОК (РЕЗИНКИ НА ДВЕРИ ХОЛОДИЛЬНИКОВ).
ЗВОНИТЬ: 69-34-99

Ремонт холодильников и кондиционеров. Качество гарантирую!
Тел.: 89123475846.

65-46-61, 89033970661. РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ГАРАНТИЯ.

► Ремонт холодильников и морозильных камер (а также с электронным управлением) у вас на дому, с гарантией от 6 мес. Качественно. Тел.: 89058968995.

РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ

ТЕЛЕАТЕЛЬЕ
Ремонт телевизоров, ЖК-LED-телевизоров. ПЕНСИОНЕРАМ — СКИДКА. ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ. ВЫЕЗД НА ДОМ. ГАРАНТИЯ. АДРЕС: УЛ. ВИНУКUROVA, 14, ТЕЛ.: 61-10-48, 89058131048.

РЕМОНТ ВСЕХ ТЕЛЕВИЗОРОВ: ЖК, ПЛАЗМА, LED. МИКРОВОЛНОВОК, МОНИТОРОВ, АВТОМАГИТОЛ, ПУЛЬТОВ. Гарантия. Пенсионерам — скидки. Тел.: 89225571978.

► Срочный ремонт на дому телевизоров, в т. ч. ж/к. Настройка новых телевизоров. Ремонт пультов. Гарантия. Пенсионерам — скидки. Тел.: 66-57-99, 89033692799.

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ И ШВЕЙНЫХ МАШИН

- Срочный ремонт ШВЕЙНЫХ МАШИН. Тел.: 89619117139.
- Срочный ремонт стиральных машин-автоматов любой сложности, микроволновок. Покупка, продажа. Пенсионерам и инвалидам — скидки. Тел.: 61-70-43, 89058467043.
- Ремонт стиральных машин-автоматов, микроволновых печей и ремонт неразборных барабанов и любой электроники. Быстро. Качественно. Недорого. Гарантия до двух лет. Пенсионерам — скидки. Скупка и продажа. Тел.: 89619048139, 61-16-07.
- Срочный профессиональный ремонт стиральных машин-автоматов, ремонт неразборных стиральных баков, блоков управления. Гарантия. Тел.: 89058178587.

РЕМОНТ КВАРТИР

- Ремонт квартир (кафель, пластик, установка дверей, электрика, сантехника, обои, линолеум, шпаклёвка и т. д.). Быстро. Дёшево. Качественно. Тел.: 89058464041, 89058919177.
- Муж на час: водопровод, отопление, канализация. Навес гардин, шкафов, люстр. Сборка мебели, сантехнические, электроработы и другое. МАШИНА ПРОЧИСТКА КАНАЛИЗАЦИИ. Тел.: 89228906747, 66-89-32.
- Ремонт квартир (шпаклёвка, покраска, обои, пластик, гипсокартон, кафель, линолеум, ламинат, стяжка, плитуса, штукатурка, наливные полы). Ремонт под ключ. Большой стаж, работаем без посредника. Гарантия качества. Тел.: 89325300965.
- Ремонт квартир (уличные откосы, шпаклёвка, обои, покраска и т. д.). Тел.: 89228336039, 89033911271.
- Ремонт квартир: шпаклёвка, штукатурка, кафель, обои, панели, плитуса напольные и потолочные, наливные полы, ламинат, линолеум, услуги электрика и многое другое. Большой стаж. Без посредников. Тел.: 89619471151, 89228673848.
- Установка домофонов! Услуги электрика! Ремонт квартир! Установка входных и межкомнатных дверей! Все виды сантехнических и сварочных работ. Тел.: 89058894223.
- Ремонт квартир: кафель, обои, штукатурка, НАЛИВНЫЕ ПОЛЫ, линолеум, ламинат, двери и др. Все виды отделочных работ. Ремонт под ключ. Тел.: 89096079555.
- Отделка откосов (оконных, дверных, наружных), ремонт москитных сеток, установка межкомнатных дверей, отделка балконов, настил линолеума, ламината, плитуса, электрика. Быстро, качественно, недорого. Пенсионерам скидка 10%. Тел.: 89068431086.

► Все услуги плотника, обшивки дверей, установка замков, мелкий ремонт мебели, навес гардин, шкафов. Настил линолеума, ковролина и многое другое. Тел.: 89198459863.

► Мелкий ремонт (потолочные плитуса, обои, откосы, шпаклёвка, покраска, побелка). Тел.: 89096187531.

► Очумелые ручки. Любые ремонтные работы по дому. Сборка мебели, электромонтажные и сантехнические работы. Замена водопровода и канализации. Установка батарей, счётчиков. Тел.: 89198453166.

► РЕМОНТ (поклейка обоев, шпаклёвка, мелкий ремонт). Мытьё окон, уборка квартир. Тел.: 89123576281.

► Компания «ЖЕЛЕЗЯКА»: современные металлические двери, герметичные с тепло- и звукоизоляцией (полимерно-порошковое покрытие). Решётки, навесы, ворота, заборы, ограды, перила и др. конструкции из металла. Тел.: 66-33-39.

► Фирма «Эксперт». Профессиональное изготовление и установка замков, входных дверей, решёток, сейфов, оградок, печей и других изделий. Высотные работы. Сварочные работы, автономная сварка. Экстренная помощь. Тел.: 61-69-25, 89058458925.

РЕМОНТ ОКОН

- РЕМОНТ ОКОН. Устранение продувания, замена резиновых уплотнителей, стеклопакетов, фурнитуры, москиток, ручек, отделка откосов. Гарантия. Тел.: 64-78-63, 89058117588.
- ОКНА, ЕВРОБАЛКОНЫ. Отделка балконов, утепление, герметизация, полы, шкафы. Рассрочка. Скидка для пенсионеров. Тел.: 89058968430.

ЭЛЕКТРОРЕМОНТНЫЕ РАБОТЫ

- Услуги электрика. Замена счётчиков, автоматов, монтаж электропроводки. Все виды работ. Быстро, качественно, недорого. Тел.: 89619169213.
- Услуги электрика. Быстро, качественно и недорого. Ремонт и протяжка новой проводки на дачах, садах. Тел.: 89228578101.

САНТЕХНИЧЕСКИЕ РАБОТЫ

- ООО «Водяной-М» быстро и качественно заменит водопровод, канализацию и отопление на любые виды труб. Установка счётчиков, сантехприборов, радиаторов. Гарантия. Кредит. Договор с УИХ. Тел.: 61-97-63, 61-47-36, 89058469763.
- Низкие цены. Организация производит замену водопровода на полипропилен, металлопластик. Установка счётчиков, замена канализации. Качество, гарантия. Пенсионерам — скидки. Договор с УИХ. Тел.: 61-20-15, 89198610311, 89058132015.

НОВОГОДАНИЕ ЖЕЛАНИЕ

26 ноября в 13.00

Дворец культуры металлургов г.Новотроицка

Пятый юбилейный областной фестиваль конкурс творчества детей с ОВЗ «Синяя птица»

Участники: дети от 8 до 17 лет из Оренбургской области

Организатор: благотворительный фонд помощи инвалидам «ЖЕЛАНИЕ» при поддержке МАУК «Дворец культуры металлургов г.Новотроицка»

ОБЪЯВЛЕНИЯ ☎ 66-29-52

► Установка водяных счётчиков. Замена канализации, отопления, водопровода. Пенсионерам — скидка 10%. Договор с УИХ. Тел.: 61-44-32, 89328436743.

► Сантехнические работы (установка счётчиков воды, смесителей, стиральных машин, смывных бачков, вентиля и т. д., водопровод, канализация). Без выходных. Тел.: 66-55-20.

► Установка пластиковых труб воды. Замена канализации, отопления, установка счётчиков. Тел.: 89096073969.

ДОСТАВКА СЫПУЧИХ ГРУЗОВ

ДОСТАВИМ ПЕСОК (любой), ЧЕРНОЗЁМ, ЩЕБЕНЬ, ШЛАК, ГОРНУЮ ПЫЛЬ. ВЫВОЗ МУСОРА И Т. Д. Быстро, недорого. Тел.: 89058136166.

ДОСТАВИМ ПЕСОК (любой), шлак, щебень, чернозём, горную пыль и другое (от 1 до 15 т). Услуги а/м ЗИЛ, КамАЗ. Недорого. Тел.: 61-77-88, 89058467788.

► Доставим песок (любой), шлак, щебень, чернозём, горную пыль и другое (от 1 до 15 т). Услуги а/м ЗИЛ, КамАЗ. Недорого. Тел.: 61-77-88, 89058467788.

► Доставим песок (любой), чернозём, щебень, шлак, горную пыль. Быстро, недорого. Тел.: 89058136166.

► Доставка (КамАЗ, 15 т) шлака, щебня, песка. Вывоз мусора. Тел.: 66-09-72, 89033610972.

► Доставка (а/м ЗИЛ с трёхсторонней разгрузкой) песка, щебня, шлака, горной пыли, чернозёма, перегноя, глины. Вывоз мусора. Тел.: 65-34-43, 89033994443.

Реклама

ПЯТЬ КОЛЕС
65-55-55
ОДНА ЦЕНА В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ И ПОГОДУ!

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ

► Грузоперевозки по городу и области. Услуги грузчиков. Тел.: 89867977327.

► ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ (а/м «Газель»-тент, 4,2х2х2). Домашние, офисные переезды. Вывоз мусора. Трезвые грузчики. Тел.: 89677776300.

► Грузоперевозки: город/межгород, а/м «Исузу Эльф» (мобильный фургон), а/м «Газель», услуги грузчиков. Тел.: 89096161291.

► ГРУЗОТАКСИ NEXT! Межгород от 10 руб./км. Доставка попутного груза в другие регионы. По городу от 300 руб. Опытные грузчики. Тел.: 61-78-22, 89058467822.

► Услуги ЭКСКАВАТОРА-ПОРУЧИКА, копка траншей, котлованов, планировка участков, погрузка и вывоз мусора. Тел.: 89058136166.

► ГРУЗОТАКСИ + ГРУЗЧИКИ. Тел.: 89033648383.

► Грузоперевозки («Газели» до 6 м от 400 руб.), грузчики (от 300 руб.). Покупка металлолома (холодильники, газовые плиты, ванны и др.). Тел.: 66-04-06, 89033610406.

► Услуги КРАНА-МАНИПУЛЯТОРА. Самовывоз. Покупка металлолома. Доставка песка, щебня, горной пыли (в биг-бэгах, 1 т). Тел.: 89501820379.

ПО КОМПЬЮТЕРАМ

► Компьютерщик, обслуживаю компьютеры, ноутбуки, консоли (PlayStation, Xbox). Тел.: 89878887103, 89058996670, 31-66-70 (Евгений).

РАЗНОЕ

► Профессиональное уничтожение всех видов насекомых и грызунов. Быстро, качественно, надёжно. Многолетний опыт. Качество. Гарантия. Тел.: 8 (3537) 333-136.

► БАНКРОТСТВО физических лиц. Адрес: ул. Советская, 154, кабинет 2. Тел.: 8 (3537) 67-03-44, 89058131095.

► Заберу ненужные книги, а также предметы быта из СССР. Тел.: 89878414777, 89510373833.

Натяжные потолки «СКАЙ»
Пер. Студенческий, 3.
Тел.: 61-11-87, 89619371962.

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
ТЕНЕВЫЕ, ПАЯЩИЕ, СВЕТОВЫЕ ЛИНИИ.
РАССРОЧКА, ГАРАНТИЯ, ДОГОВОР, РЕМОНТ, ДОРАБОТКА ПОТОЛКОВ.
Тел.: 66-33-48.
САЙТ: POTOL-OK56.RU.

ОБЪЯВЛЕНИЯ: 66-29-52

ОБЪЯВЛЕНИЯ ☎ 66-29-52

9

ПРОДАЮ

НЕДВИЖИМОСТЬ

▶ 2-к. кв. (ул. Советская, 116, 5 этаж, в хорошем состоянии). Тел.: 89058455736.

▶ 2-к. кв. (пр-т Металлургов, 7, 5/5, площадь 45 кв. м, частично меблирована, цена 1 млн 200 тыс. руб., торг). Тел.: 89619393368.

▶ 2-к. кв. (43, 7 кв. м, 1/5, цена 800 тыс. руб.). Собственник. Тел.: 89619380619.

▶ Срочно 3-к. кв. (ул. Зелёная, 53, 45 кв. м). Собственник. Тел.: 89033966656.

САДЫ, ГАРАЖИ

▶ Гараж (6х3, в районе ул. Зелёной, 20, недорого). Тел.: 89058456561.

РАЗНОЕ

▶ Дрова колотые (БЕРЕЗА), курицу домашнюю (350 руб./кг). Тел.: 89058138282, 613-282.

▶ Грибы (маринад) в 3-литровых банках. Тел.: 89033648746, 66-97-46, 67-36-48 (Ольга).

Восстановление эмали ванн стекрилом
СРОК СЛУЖБЫ 10-15 ЛЕТ.
ГАРАНТИЯ 2 ГОДА.
Тел.: (3537) 32-15-53, 89058961553.

«МЕБЕЛЬНЫЙ ЦЕХ»
КАЧЕСТВЕННАЯ ПЕРЕТЯЖКА МЯГКОЙ МЕБЕЛИ. НА РЫНКЕ 15 ЛЕТ.
Тел.: 65-48-02, 89033970802.

ПЕРЕТЯЖКА МЯГКОЙ МЕБЕЛИ.
Мелкий ремонт мягкой мебели на дому.
Тел.: 61-16-65, 89058131665.

КУПЛЮ

▶ АН «ГОЛДВИС» (ул. Советская, 154): купля, продажа, наследство, перепланировка, составление договоров и расписок, деклараций. Срочный ВЫКУП квартир. Тел.: 89058458655, 67-03-44, 89058131095.

АВТО

КУПЛЮ АВТО
в любом состоянии, с любыми проблемами.
Тел.: 89096079966 (Билайн), 89228578670

▶ Старую автотехнику времён СССР (с 1920 по 1999 год): автомобиль «Москвич», ЗАЗ-965, ГАЗ-21, -24, «Жигули», мотоцикл, мопед, моторчик, мотороллер и другое, новые запчасти к ним. Тел.: 89124032588.

РАЗНОЕ

▶ Антиквариат, награды, монеты до 1917 г., значки (отличник, почётный, заслуженный), серебряную посуду, статуэтки, старинное холодное оружие, иконы. Тел.: 89058991989, (3537) 31-19-89, г. Орск, магазин «АНТИКВАРИАТ», пр. Ленина, 12.

▶ Платы, радиодетали (любые), контакты от пускателей, аккумуляторы С, Ц, автокатализаторы (б/у). Тел.: 89058132780, пр. Комсомольский, 1 (Центральный рынок, въезд с левой стороны рынка).

▶ Лом чёрного и цветного металла. Дорого. Самовывоз. Тел.: 89068366362.

▶ Стиральные машины-автоматы и микроволновые печи. Тел.: 61-70-43, 89058467043.

▶ Стиральные машины и микроволновые печи. Мототехнику СССР (в любом состоянии). Тел.: 61-16-07, 89619048139.

▶ НА РАЗБОР: гаражи, садовые участки, машины, металлолом, здания. Дизтопливо, масло. Тел.: 89096064004.

▶ Куплю МЕТАЛЛОЛОМ (чёрный, цветной, эл. весы, краповые весы). Самовывоз, расчёт на месте. Кран-манипулятор. Доставка песка, щебня и т. д. (в мешках, 1 т). Тел.: 89058922360.

ОБЪЯВЛЕНИЯ.
РЕКЛАМА: 66-29-52

Реклама

пять колёс
65-55-55
ОДНА ЦЕНА В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ И ПОГОДУ!

«ФОЛЬКСВАГЕН» МИНИВЭН
В ОРЕНБУРГ
ПО АДРЕСУ И ОБРАТНО. ЛЕГКО И С КОМФОРТОМ
Больницы. Мелкий груз. В 5 и 8 часов.
Тел.: 89619054756 (Евгений), 66-84-57

Новотроицк-Оренбург
Ежедневно: из Новотроицка в 5, 8, 11 и 15 часов, из Оренбурга в 11, 14, 16 часов. В ночь с 00:00 часов. Аэропорт, ж/д вокзал, больницы, госучреждения, а также доставка посылок, бандеролей, документов до адреса. Тел.: 8 (3537) 31-45-08, 89058994508, 89325512345 (Вячеслав).

ОРЕНБУРГ
Из Новотроицка в 5 и 8 часов, из Оренбурга в 11 по 14 часов. С АДРЕСА ДО АДРЕСА. ДОСТАВКА ПОСЫЛОК. Минивэн.
Тел.: 89228555544.

НОВОТРОИЦК-ОРЕНБУРГ И ОБРАТНО.
Ежедневно. Комфортные минивэны («Жёндай», «Фольксваген»). С адреса до адреса. Выезд в 5 и 8 часов. Доставка посылок.
Тел.: 89033651105, 66-31-05.

ЧУГУННЫЕ БАТАРЕИ
(г. Н. Тагил).
Любая комплектация. Возможна установка. Бесплатная доставка.
Тел.: 65-38-56, 89033994856.

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!
Дворец культуры металлургов приглашает 29 декабря в 14 часов на новогоднее представление у ёлки «ЭТОТ СЛАДКИЙ НОВЫЙ ГОД» в фойе 2 этажа и музыкальную сказку «ВОЛШЕБНЫЙ СОН или ПРИКЛЮЧЕНИЯ В ЗИМНЕЙ СТРАНЕ» в большом зале.
Справки и заказ билетов по телефонам: 62-00-07, 67-62-65, 67-62-64.
Сайт МАУК «ДК металлургов» — dkm56.ru.

25 ноября в 15 часов в музейно-выставочном комплексе (ул. Советская, 82) состоится открытие выставки «ЛОСКУТОК КАК ЛУЧИК СОЛНЦА» клуба лоскутного шитья «СТЕПНЫЕ УЗОРЫ».

ВНИМАНИЕ!

Уважаемые ветераны ПСУ (ПКЦ и УТК)!
Приглашаем вас на собрание 14 ноября в 10 часов в клуб Совета ветеранов по адресу: пл. Ленина, 4.

Уважаемые ветераны ЛПЦ-1!
Приглашаем вас на собрание 14 ноября в 14 часов в клуб Совета ветеранов по адресу: пл. Ленина, 4.

Уважаемые ветераны мартеновского цеха!
Приглашаем вас на собрание 15 ноября в 9 часов в клуб Совета ветеранов по адресу: пл. Ленина, 4.

Уважаемые ветераны цеха быта!
Приглашаем вас на собрание 15 ноября в 10 часов в клуб Совета ветеранов по адресу: пл. Ленина, 4.

ВЕСТОЧКИ

Спасибо, комбинат!

Мобилизованные работники Уральской Стали благодарят за поддержку.

В рамках частичной мобилизации в ряды Вооружённых сил России призваны более ста металлургов Уральской Стали. Одни из них находятся в учебных центрах, другие — непосредственно на территории проведения СВО. Накануне на горячую линию комбината поступило сообщение от призывников, проходящих боевое слаживание в учебном центре под Оренбургом: «Уважаемый Ильдар Фаритович, выражаем вам огромную благодарность за финансовую поддержку, как единовременную, так и ежемесячную. Благодаря этому наши семьи финансово независимы, а наши головы свободны для обучения в части. Такой поддержки здесь нет ни у кого, мы гордимся нашим предприятием. Огромное спасибо!». Металлурги внимательно следят за судьбами своих мобилизованных коллег, оказывают необходимую поддержку им и их семьям. Круглосуточно работают телефоны горячих линий. Помимо выплат от государства, комбинатом для них предусмотрена разовая выплата в 100 тысяч рублей по факту призыва и по 100 тысяч рублей ежемесячно на весь период прохождения службы. Трудовой договор с ними приостановлен с даты мобилизации, но этот период будет включён в трудовой стаж, а рабочее место сохранено.

Уважаемые ветераны управления!
Приглашаем вас на собрание 16 ноября в 14 часов в клуб Совета ветеранов по адресу: пл. Ленина, 4.

ПРОГРАММА «НАКАНУНЕ» ТЕЛЕСТУДИИ «НОСТА-ТВ» ТРАНСЛИРУЕТСЯ:

КАБЕЛЬНОЕ ТВ — на канале «НоКС-ТВ» — Понедельник в 21:30. Среда, пятница в 18:00 часов. и на телеканале **ТРК «ЕВРАЗИЯ»** — Среда — 20:30, повтор: среда — 22:30; четверг — 00:30, 9:30, 15:30, 19:30; пятница — 9:30. Пятница — 20:30, повтор: 22:30, суббота — 00:30, 9:30, 15:30, 19:30; воскресенье — 9:30.

Агентство ритуальных услуг «Астрал»
Круглосуточно.
Пенсионерам — скидка.
Тел.: 89058150956, 65-59-56.

Магазин «ЛАЗУРИТ»
Гранитные и мраморные памятники. Портреты. Оградки из натурального камня. Обустройство могил. Дубовые кресты, керамика, венки и др.
Рассрочка платежа до 8 месяцев. Скидка на памятники — 15%.
НАШИ АДРЕСА: ул. МИРА, 15, Тел.: 67-95-34. ВРЕМЯ РАБОТЫ: пн.-пт. — с 9 до 18 часов, ПЕРЕРЫВ С 13 ДО 14 ЧАСОВ.

Агентство ритуальных услуг «ОБЕЛИСК»
ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПОХОРОН.
Телефоны (круглосуточно): 613-813, 65-44-23, 66-00-99.

ПАМЯТНИКИ
ОТ ПРОСТЫХ ДО ЭКСКЛЮЗИВНЫХ
Доступные цены. Скидки до 30%. РАССРОЧКА. ИНВАЛИДАМ И ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 5%
«МОНОМЕНТ» ЦЕНТРАЛЬНЫЙ РЫНОК (СПРАВА ОТ «СТРОЙМАСТЕРА») Тел.: 89058180217

ПРИМИТЕ СОБОЛЕЗНОВАНИЯ

15 ноября — 5 лет, как ушла от нас **Фьюза Насыровна Губайдуллина**, прекрасный специалист, образованнейший человек, верный друг и любящая жена и мама.
Ты навсегда в наших сердцах, и время не способно заглушить боль этой потери. Зажгу свечу и тихо помолюсь за упокой твоей души, родная, а в мыслях снова в прошлое вернусь. Как без тебя мне дальше жить, не знаю. Так хочется тебя обнять, поцеловать, прощения попросить, что мало говорила, что люблю. Вечная память тебе...
Дочь Лена, семья Шаманаевых, родственники и друзья

17 ноября — 5 лет, как нет с нами дорогого и любимого **Андрея Анатольевича Возного**.
Помним, любим, скорбим! Все, кто знал и помнит его, помяните вместе с нами.
Мама, брат

Администрация, цехом и совет ветеранов цеха птицеводства с глубоким прискорбием извещают о кончине ветерана труда **Сергиенко Галины Михайловны** и выражают искреннее соболезнование родным и близким покойной.

Администрация, цехом и совет ветеранов ЭЦ-2 (ЦВС) с глубоким прискорбием извещают о кончине ветерана труда **Волковой Тамары Аркадьевны** и выражают искреннее соболезнование родным и близким покойной.

Администрация, цехом и совет ветеранов трамвайного управления с глубоким прискорбием извещают о кончине ветерана труда **Лыковой Валентины Андреевны** и выражают искреннее соболезнование родным и близким покойной.

Администрация, цехом и совет ветеранов УТК с глубоким прискорбием извещают о кончине ветерана труда **Михеевой Сталины Александровны** и выражают искреннее соболезнование родным и близким покойной.

Администрация, цехом и совет ветеранов Аккермановского рудника с глубоким прискорбием извещают о кончине ветерана труда **Кондаревой Валентины Николаевны** и выражают искреннее соболезнование родным и близким покойной.

Администрация, цехом и совет ветеранов копрового цеха с глубоким прискорбием извещают о кончине ветерана труда **Бедринова Игоря Юрьевича** и выражают искреннее соболезнование родным и близким покойной.

МЕСТНЫЕ

С первого взгляда

Электромонтёр Уральской Стали воспитывает двух дочерей и мечтает о сыне



▲ Практически одного взгляда друг на друга хватило Виталию и Дарье при первой встрече, чтобы понять — это судьба

Электромонтёр по ремонту и обслуживанию электрооборудования кислородно-компрессорного цеха Виталий Федотов стал лучшим на смотре-конкурсе «Отец года» в номинации «Отец знает своё дело».

Ксения Есикова
Фото Резеды Яубасаровой

Он действительно знает своё дело: за 12 лет стажа на Уральской Стали не было ни одного взыскания, а за шесть лет брака — ни одной семейной ссоры. Это тот случай, когда люди живут душа в душу. Причём им с супругой не понадобилось много времени, чтобы понять — друг без друга им уже никак.

«Надо брать»

Познакомил их крёстный отец девушки, с которым Виталий вместе работал в центральной электротехнической лаборатории. С высоты жизненного опыта в молодом парне и решил: этому человеку можно доверить крестницу. В успехе крёстный не сомневался: Виталий статный, воспитанный, добрый, не пьёт, не курит — такое сочетание качеств в одном человеке ещё поискать. Да и в работе он успел его оценить, веско отзываясь о нём — «рукастый». За знакомством дело не стало: Виталия пригласили в выходные отдохнуть на природе в компании, где он и встретил Дарью.

— Всё получилось стремительно. Уже через неделю свиданий мы поняли, что свадьбы не миновать. Ну, а чего ждать, когда и так ясно, что вот она, твоя судьба? Я решил: надо брать, а то найдётся ещё какой-нибудь желающий, — смеётся Виталий. — Спустя год мы поженились.

Предложение руки и сердца он сделал романтично, в День всех влюблённых. На прогулке, волнуясь, без слов протянул Дарье снежок, в который спрятал колечко — и по его глазам она сразу поняла, что за тайна скрыта в белом комочке. А вечером уже были и цветы, и стол, и объявление родственникам.

— А почему именно снежок? Почему не цветы?

— Если бы я тогда с собой букет взял, она бы меня сразу раскусила, — поясняет Виталий. — А я хотел приятный сюрприз сделать. Я вообще люблю её удивлять.

Покатались — и спать

Через два года у них родилась дочь Лина.

— Даша меня встретила с работы с экспресс-тестом в руках. Помню, как накрыло тёплой волной от мысли, что стану папой. С тех пор как Лина начала шевелиться, мы постоянно с ней баловались: я прикладывал руку к Дашиному животу и начинал поглаживать, а в ответ малышка толкала меня то ручкой, то ножкой. Это продолжалось даже ночью, когда я обнимал во сне супругу. Даша тогда нас успокаивала обоим и жаловалась, что мы ей спать не даём. А нам с

Линей было весело и хорошо. Дочь и сейчас трудно уложить вечером спать, если мы с ней не погуляем вместе или не покатаемся на машине, — смеётся Федотов.

Виталий присутствовал на родах, держа любимую за руку — так ей было спокойнее. Пока молодая мама приходила в себя, акушерка отдала новорождённую на руки новоявленному отцу.

— Лина родилась 4 января в 17:35. Думал, руки будут трястись от волнения. Но нет: я спокойно взял крошечную дочь и был в тот момент абсолютно счастлив. Это неописуемое чувство, ни с чем не сравнимое, — вспоминает счастливый папа. — Я бы и на вторые роды пошёл, но из-за ковидных ограничений меня не пустили.

Дочь Мила родилась спустя два года, 25 сентября. На радостях папа даже умудрился срифмовать свои чувства:

*В словах простых горит семьи очаг:
Так много теплоты в вопросах:
«Как ты? Где ты?».
Ведь счастья большего нет для отца,
Чем знать,
Что дома ждёт его семья,
Красавица-жена и две принцессы-дочки.
Какая радость, если есть кого любить,
Кому дарить подарки,
На руках носить,
А после дня рабочего — обнять и баловать...*

Коллективные обнимашки

— И с первой дочерью, и со второй мы до послед-

него не знали пол ребёнка, потому что на каждом УЗИ они так вертелись, что врачи так и не смогли достоверно его определить. Девочки — моя радость. Это особая атмосфера любви, тепла. Как только прихожу с работы, старшая бежит ко мне обниматься и целоваться, а младшей сразу надо на ручки. Это приятно, — рассказывает Виталий. — Бывает ляжешь на диван отдохнуть, телевизор посмотреть, через минуту старшая уже улеглась рядом, головой на моё плечо, следом — младшая ползёт на другое, глядишь — и мама притулилась рядом. А если и собака уляжется в ногах, чтобы быть вместе со всеми, тогда это у нас называется коллективными обнимашками. И снова я счастлив.

Конечно, Виталий подумывает и о сыне. Он считает, что ребёнок не должен быть в семье один, да и два — не предел. Может быть, потому, что в детстве ему очень хотелось иметь родных брата или сестру.

— Отец погиб до моего рождения. Только став взрослым, я узнал, что у меня есть два сводных брата, — говорит Федотов. — После смерти мамы я разыскал их. Одного брата уже нет в живых. А со вторым, Владиславом, мы подружились — у него тоже две дочки. Жалко, конечно, что столько времени потеряли, но теперь мы есть друг у друга. И хорошо, что мои девчонки тоже есть друг у друга. Я живу для них и стараюсь, чтобы их детство было похожим на моё: интересным, насыщенным и полным любви и заботы.

● БЕРИ И ДЕЛАЙ

Перцы устроили битву

В Новотроицке провели фестиваль брейк-данса

Тренер по брейк-дансу городской станции детско-юношеского туризма Евгений Платонов давно мечтал провести региональный танцевальный фестиваль. Средства на воплощение задумки пришли с победой в грантовом конкурсе Уральской Стали «ВМЕСТЕ! С моим городом».

Чтобы определить лучших, к новотроицким брейкерам приехали ровесники из Оренбурга, Орска, Кувандыка и Новоорска — всего более 60 ребят. Танцевальную площадку соорудили в центре актовом зала ЦРТДЮ: положили на пол лист линолеума — и готово, можно начинать!

В жюри вошли мэтры: новотройчанин Босс (Константин Суевнов), орчанин Килла Би (Илья Неботов) и кувандычанин Лаврик (Максим Лаушкин). Место за микшерским пультом занял ди-джей Нервный (Дмитрий Природнов). Ведущим хореографического соревнования стал тренер из Оренбурга Вадим Краснов, который что есть мочи создавал обстановку уличной тусовки, подбадривая танцоров и публику одобрительными репликами: «йеее!» («класс!», «молодец!»), «ты заряжен на стайл» («у тебя всё здорово получается!»), «дайте шуму!» («аплодируем сильнее!»).

Но колоритнее всего стало предложенное Красновым название турнира — «Битва перцев — 2022». Правда, оно оказалось не очень точным: вместе с мальчишками в битле участвовали десять девочек. Человек, впервые попавший на баттл, должен быть готов к сюрпризам. Первый: у мастера нет жёсткой привязки к возрасту. В категории «от четырёх до шести лет» малыши выдвигали такие сложные по исполнению фриззы (задержки тела в положении, которое, кажется, исключает возможность замереть), которые были не по силам участникам постарше. Второй сюрприз: для девочек нет отдельного зачёта. Считаешь, что чего-то стоишь — выходи и доказывай наравне с парнями! Если учесть, что брейк-данс — атлетический танец, то чем старше участники, тем больше преимущества у сильной половины. Но у слабого пола есть своё оружие: артистизм, пластика, умение добавить в брейк элементы из других стилей.

Среди танцоров 7–10 лет болельщиков покорила орчанка Ангелина Галайда. Девочка в ярком жёлто-розовом худи кометой летала по танцполу, разбрасывая вокруг энергетические смечки средних размеров. А когда не вышла в финал, зарыдала и всё же пообещала не бросать любимый брейк-данс. Зато орчанка Крошка Ди (Диана Цайслер-Клейн, возрастная категория 11–14 лет) в финал вышла и в итоге завоевала бронзу.

Настоящим украшением вечера стал десятираундовый баттл самых взрослых танцоров — 18-летнего студента НПК Фантома (Андрея Давлетбакова) и 15-летнего орчанина Владислава Степанова. Парни импровизировали во всех элементах, выдав немало эксклюзивных движений.

Тут всё было настоящим: радость победы и поддержка трибун, право оступить и возможность испустить свою слабость... Шестилетняя орчанка Ульяна Любимова поначалу не смогла побороть робость и не вышла на баттл. А через час, выступая вне конкурса, показала такое — хоть сейчас в финал!

— Я и сам впечатлён результатом, — рад автор проекта Евгений Платонов. — Через год приходите — будет ещё круче!

Александр Проскуровский
Фото Андрея Рябцева



БУДЬ В КУРСЕ

Режим совы

Как помочь организму приспособиться к ночным сменам

Елена Байтингер

Вредно ли работать по ночам? Когда ложиться спать и надо ли спать перед ночной сменой вообще? Ищем ответы на эти и другие вопросы вместе с врачом-профпатологом профилактория «Металлург» Любовью Мальцевой.

Снижаем риски

— **Вредно ли работать ночью?**

— Работа в ночную смену скажется на состоянии не лучшим образом: сформированные эволюционно биологические часы — режим сна и бодрствования — сильно сбиваются. От времени суток зависит выработка двух очень важных для человека гормонов — кортизола и мелатонина, работа которых должна чередоваться. Кортизол отвечает за нашу активность и работоспособность, поэтому его максимальный всплеск приходится на раннее утро. А мелатонин, ответственный за отдых и сон, наоборот, должен вырабатываться вечером, перед сном. Когда человек спит днём, а ночью работает, весь механизм сбивается.

В организме человека, работающего в ночном режиме, постоянно преобладает кортизол. Отсюда — повышается артериальное давление, нарушается баланс работы инсулина. Становится сложнее контролировать уровень глюкозы, что может грозить сахарным диабетом, гипертонией, ишемической болезнью сердца. Может ухудшиться и психоэмоциональное состояние, ведь кортизол также считается гормоном стресса. При недосыпе человек может испытывать снижение тонуса, дискомфорт и приступы тревоги. При этом гормон радости серотонин при сбитом режиме будет вырабатываться меньше.

— **Зачем вообще нужен сон?**

— Когда мы спим, мозг выполняет очень важную работу: обрабатывает и анализирует накопленную за день информацию, переводит её в долгосрочную память. Если лишать себя сна, будет страдать концентрация внимания, способность к запоминанию. Возрастает риск болезни Альцгеймера. Кроме того, организм не сможет избавляться от токсинов, что в норме происходит во время фазы медленного сна.

— **Как лучше выстроить график, если смены то дневные, то ночные?**

— Крайне нежелательно работать несколько ночных смен подряд. Даже молодым и здоровым людям врачи рекомендуют работать по две-три ночи в неделю, но более.

— **Бывают ли противопоказания для работы в ночь?**

— Отдельно перечня заболеваний, при которых нельзя рабо-



7 ФАКТОВ О СНЕ

1. Среднестатистический человек проводит во сне треть своей жизни.
2. Существует специальная наука о сне — сомнология, которая работает на стыке нейробиологии и медицины.
3. Анализ суточных биоритмов человека показывает, что наиболее естественное время для дневного сна — между 14 и 16 часами.
4. Одна из теорий утверждает, что во время сна наш мозг упорядочивает воспоминания и впечатления, которые он получил в течение дня. По мнению учёных, сон помогает справляться с воспоминаниями о неприятных или травмирующих событиях.
5. Человек может прожить без сна всего несколько дней. Хроническая нехватка сна (менее шести часов в сутки) ведёт к расстройству слуха и зрения, повышению тревожности, навязчивым состояниям и нервным тикам, неспособности сосредоточиться, апатии и общей слабости, нарушению обмена веществ и быстрому набору веса.
6. В первые десять минут после пробуждения человек забывает более 90 процентов содержания сна.
7. Некоторые исторические личности спали всего три-четыре часа в сутки. Среди них — Эдисон, Да Винчи, Тесла и Черчилль. По мнению учёных, это связано не с их гениальностью, а с генетическими причинами.

тать ночью, нет. Врач-медузрещдения и врач-профпатолог могут выдать справку о противопоказаниях работать ночью. Порядок выдачи таких справок и медицинских заключений установлен федеральными законами. Для этого нужно иметь на руках результаты проведённых медосвидетельствований, медосмотров, диспансеризаций и решение врачебной комиссии.

— **Как выстроить режим сна при ночных сменах? В какое время ложиться и сколько часов нужно спать?**

— Если вам предстоит работа в ночные смены, лучше заранее подготовить свой организм к новому режиму. На это, как и на выработку любой другой привычки, стоит отвести не менее 21 дня. Желательно поспать хотя бы два часа до смены, а после работы необходим полноценный сон на пять-семь часов.

— **Что делать, если уснуть днём никак не получается?**

— Нужно помочь себе, искусственно создавая подходящие для сна условия. Например, можно обеспечить максимальную темноту в помещении, повесив шторы, которые не пропускают сол-

нечный свет. В хорошо проветренном помещении заснуть, как правило, легче. Не следует нагружать себя лишней информацией и засыпать под телевизор. Если перекусить углеводами, это тоже способствует сну.

Приятного аппетита!

Более подробно об особенностях питания при работе в ночную смену мы спросили врача-диетолога новотроицкой БСМП Наталью Савинкову.

— **Ночь — не время для еды?**

— Питание в ночную смену нужно, чтобы поддерживать уровень сахара в крови. Ночью наша пищеварительная система работает на сниженных оборотах, то есть в режиме отдыха: все процессы в ней замедляются, поэтому и питание при таком графике должно быть особым.

— **Как лучше выстроить режим питания? Плотно поесть перед сменой или, наоборот, нагрузить желудок уже после работы?**

— Около полуночи рекомендуется поесть горячее (суп, рагу, мясо, рыбу). Перекусов должно

Желательно поспать хотя бы два часа до смены. После работы необходим полноценный сон на пять-семь часов.

быть примерно два. Они могут включать в себя сухофрукты, орехи, йогурт. Лучше не употреблять ночью фастфуд, сдобу, жирную пищу — это создаёт условия для набора лишнего веса. Мелатонин переводит все процессы в спящий режим и помогает сжигать жир, даже когда человек спит. А в случае ночного бодрствования этот процесс нарушен. Пить лучше простую воду — она снижает чувство голода. Примерно один стакан в час, маленькими глотками, лучше нехолодную.

— **Стоит ли пить кофе или энергетики, чтобы побороть сонливость в течение ночи?**

— Употреблять энергетические напитки не стоит: они содержат много кофеина и сахара. Одна порция энергетика — это примерно 14 ложек сахара, а кофеина в ней столько же, сколько в трёх чашках кофе. Частое применение энергетиков ведёт к истощению ресурсов организма, проблемам с сердечно-сосудистой системой, аритмии, повышению артериального давления, бессоннице, переутомлению, перевозбуждению нервной системы, аллергическим реакциям, изменениям психического состояния.

По данным исследователей, одна-две баночки энергетического напитка в день повышают риск развития сахарного диабета на 26 процентов.

— **Ночная работа позади. Что съесть?**

— После ночной смены нужен поздний завтрак, примерно в восемь утра. Поскольку после этого мы планируем сон, еда должна быть лёгкой, с преобладанием богатыми клетчаткой сложных углеводов. Они дают сытость и способствуют нормальной работе кишечника, вынужденного жить по изменённому графику. При этом желудок не будет перегружен на время сна.

На обед после сна (в 14–16 часов) оптимальны горячие блюда со сложными углеводами и белками, это могут быть куриные филе или рыба. Вечером (примерно в 19 часов) можно немного поспать, чтобы снизить уровень стресса перед ночной работой. Перед уходом на смену лучше зарядите организм белковой пищей — яйцо, нежирное мясо, рыба, сыр, бобовые, кисломолочные продукты.

Если работа не связана с физическим трудом — овощи, зелень, фрукты, орехи, грибы и углеводы со средним гликемическим индексом. Если труд и умственный, и физический — добавьте белок.



▲ Владимир Перяславцев. Налетался. 1957.