

Працюємо для Перемоги!

Перспектива

ЕНЕРГОАТОМ

Інформаційний вісник Хмельницької АЕС

ХАЕС КННРР

№31 (1711) 2 серпня 2024 року

НОВИНИ ЕНЕРГОКОМПАНІЇ

Енергоатом співпрацюватиме з громадською організацією «За наше майбутнє»

23 липня 2024 року керівник АТ «НАЕК «Енергоатом» Петро Котін та голова правління ГО «За наше майбутнє» Антон Петров підписали меморандум про співпрацю.

Громадська організація об'єднує однодумців та волонтерів з України, Литви, Польщі, Німеччини та Об'єднаного Королівства для сприяння енергетичній та екологічній безпеці України, а також надає всебічну допомогу постраждалим від військової агресії РФ. Організація виступає за розвиток атомної енергетики як базової генерації в Україні.

Петро Котін наголосив на важливості партнерства. Спільна робота сприятиме інформуванню громадськості щодо ядерних проектів на території України.

«Енергоатом потребує та цінує співпрацю з громадськими організаціями. Разом ми

допомагаємо формувати імідж атомної енергетики та підкреслювати її важливість для енергобалансу України», – зазначив очільник Енергоатому.

Зі свого боку Антон Петров зауважив, що для ГО «За наше майбутнє» така співпраця – важливий досвід та можливість долучитися до реалізації великих проектів.

Нагадаємо, раніше Енергоатом домовився про співпрацю зі Всеукраїнською громадською організацією «Асоціація агроєкологів України», громадською спілкою «Асоціація професіоналів довкілля РАЕВ» та громадською організацією «Довкілля. Сمارт».



Енергоатом та Urenco продовжують співпрацю у галузі ядерного палива

17 липня 2024 року укладено кредитну угоду між АТ «НАЕК «Енергоатом» та консорціумом міжнародних банків (до складу якого входять Deutsche Bank AG та Barclays Bank PLC) щодо отримання коштів у розмірі до 181 млн фунтів.

Кредитні кошти, за контрактом між Енергоатомом та Urenco, будуть використані для фінансування постачання ядерних матеріалів: збагаченого та природного гексафториду урану.

Кредит буде довгостроковим – на 5 років. Гарантію надає уряд Великої Британії через експортно-кредитне агентство UK Export Finance (UKEF). Фінансування забезпечує НАЕК «Енергоатом» без державних гарантій з боку України.

Нагадаємо, українська сторона впродовж тривалого часу вела перемовини, результатом яких стала довгострокова співпраця та отримання кредиту.

Раніше очільник Енергоатому Петро Котін та головний виконавчий директор Urenco Борис Шухт підписали контракт щодо постачання збагаченого уранового продукту для українських АЕС. Так, британська компанія постачатиме НАЕК збагачений уран до 2035 року, з можливістю пролонгації контракту до 2043 року. Тож мета кредиту – забезпечити виконання договору між Енергоатомом та Urenco з питань закупівлі ядерного палива.

Крім того, між Енергоатомом та Urenco діють два контракти до 2025 року, відповідно до яких українська енергокомпанія постачає британцям ядерні матеріали.

На ХАЕС доставлено нову потужну техніку

На Хмельницькій атомній електростанції тривають підготовчі роботи із добудови мільйонників №3 і 4 та будівництва нових енергоблоків №5 і 6 за технологією AP1000 американської компанії Westinghouse. Потужні автомеханізми, які нещодавно доставили на майданчик ХАЕС, будуть задіяні у добудові енергоблоків.

Так, для виконання частини робіт на майданчику електростанції будівельники отримали нову сучасну техніку – потужний бульдозер Sinomach GTY 220. Він призначений для планування земельних робіт, зрізання та переміщення шару ґрунту. Ця машина спільного українсько-китайського виробництва належить до класу важкої техніки та має вагу близько 25 тонн. Її довжина майже 5,5 м, ширина – понад 3,7 м, висота – понад 3,3 м.

Нагадаємо, що комітет з питань енергетики та житлово-комунальних послуг Верховної Ради України розглянув та схвалив проект Закону України «Про розміщення, проектування та будівництво енергоблоків №3 та №4 Хмельницької атомної електричної станції». Наступний крок – розгляд цього документа у сесійній залі парламенту.

За матеріалами НАЕК «Енергоатом»



Радіаційний стан навколо Хмельницької АЕС за період з 22 по 29 липня 2024 року

Викиди	ГДВ, %	Гамма-фон	мкЗв/год	Гамма-фон	мкЗв/год
ДІН*	0,00458	м. Нетішин	0,069	с. Межиріч	0,092
ІРГ*	0,08417	м. Славута	0,067	с. Білотин	0,095
ЙОД	0,00089	м. Острог	0,091	с.мт Мізоч	0,099
		с. Ст. Кривин	0,093		

Радіаційний, екологічний та протипожежний стан на промисловому майданчику та у прилеглих регіонах знаходиться на рівні, відповідному нормальній експлуатації енергоблоків, і не перевищує природних фонових значень.

В ЄДНОСТІ - НАША СИЛА!



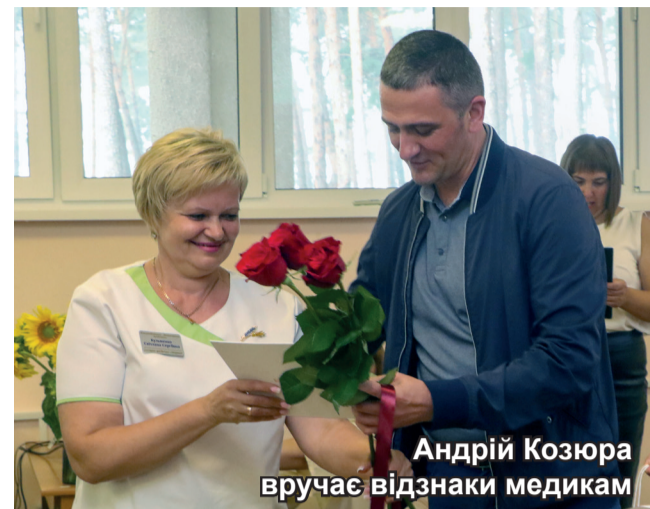
НА СТОРОЖІ ЛЮДСЬКОГО ЖИТТЯ

Уже другий рік поспіль в Україні День медичного працівника відзначають 27 липня. Символічним стало й те, що, починаючи з цього року, після переходу ПЦУ на новий релігійний календар, 27 липня православні християни віддають пошану та молитви Святому Пантелеймону-цілителю і просять про одужання та зцілення. Святий вважається покровителем лікарів та військових.

З нагоди професійного свята медиків напередодні у Нетішинській спеціалізованій медико-санітарній частині відбулися урочистості. Людей у білих халатах, які працюють у СМСЧ та ПМСД міста-супутника ХАЕС, вітали керівники Хмельницької АЕС, Нетішинської міської військової адміністрації та виконавчого комітету міської ради, представники волонтерських організацій, які допомагають військовим. Особливу подяку і шану всі висловили колегам – Дмитру Поночевному, Вадиму Горечькому, Олександр

Костюкову – військовим медикам Нетішинської СМСЧ, які сьогодні на передовій борються за життя і здоров'я воїнів.

Генеральний директор філії «ВП ХАЕС» АТ «НАЕК «Енергоатом» Андрій Козюра висловив подяку від колективу атомників та їхніх сімей: «Дякуємо за те, що оберегаєте життя та здоров'я нашої громади. Окремі вітання вашим колегам, які на фронті боронять нашу країну і життя воїнів. Нехай вам сторицею повертається добро, а



Андрій Козюра
вручає відзнаки медикам

захисники повертаються додому живими та здоровими з Перемогою!».

Керівник енергопідприємства відзначив злагоджену співпрацю щодо оптимізації оперативних та якісних медоглядів для колективу атомників, а також подальше відстеження стану здоров'я. Також від Хмельницької АЕС медичним працівникам було вручено відзнаки та подарунки.

Урочисте зібрання з нагоди Дня медичного працівника пройшло в теплій душевній атмосфері. Присутні відкрили таланти своїх колег-медиків, які не тільки професіонали своєї справи, а й творчі особистості, котрі вміють підкорювати душі за допомогою слова і музики. Того дня було багато вітань, квітів, подяк. І так хочеться, щоб українські медики могли виконувати свою найгуманнішу місію на світі лише під мирним небом у вільній і незалежній країні. Безмежна вдячність і шана всім медичним працівникам за відданість справі, професійну допомогу, за кожне збережене життя.

Тетяна Степанюк
Фото Сергія Цимбаліста



Урочистості з нагоди Дня медичного працівника

БЕЗПЕКА

ЗАСТЕРЕГТИ І ПОПЕРЕДИТИ ЛЕГШЕ

Служба фізичного захисту та загін відомчої воєнізованої охорони філії «ВП «Хмельницька АЕС» АТ «НАЕК «Енергоатом» звертаються до мешканців та гостей Нетішинської, Славутської, Ізяславської, Плужненської та Острозької територіальних громад з проханням, без нагальної потреби не відвідувати санітарно-захисну зону навколо Хмельницької АЕС, у межах якої (у зв'язку з введенням на всій території країни воєнного стану) проводяться спеціальні охоронні заходи, в тому числі військового характеру.

Щоб уникнути непорозумінь, просимо утриматися від прогулянок у межах зазначеної території та фотографування об'єктів філії «ВП ХАЕС» (ВРП 330/750 кВ, промисловий майданчик ХАЕС, територія бризкальних басейнів, станція знезалізнення питної води, навчально-тренувальний центр тощо). Крім того, просимо утриматися від прогулянок та влаштування місць відпочинку навколо технологічної водо-охолоджувача (водосховища) Хмельницької АЕС.

Наполегливо просимо повідомляти до загону відомчої воєнізованої охорони (тел. (067) 381-06-95) або до служби фізичного захисту (тел. (067) 250-68-74) філії «ВП ХАЕС» про випадки, коли ви стали свідками появи в межах санітарно-захисної зони осіб, які викликають підозру.

У разі отримання інформації щодо підготовки до скоєння злочинів, насамперед терористичного або диверсійного характеру, просимо негайно інформувати відділ управління Служби безпеки України у Хмельницькій області в м. Нетішині за телефонами: (03842) 9-15-32, (067) 384-45-50 (чергова служба відділу).

У той же час нагадуємо про заборону фото-, відеофіксації та неприпустимість поширення у соціальних мережах чи загалом недоступних чатах інформації про:

- особовий склад, озброєння, військову техніку, їхню кількість та стан;
- переміщення та розгортання наших військ, їхні координати і місця розташування;
- системи охорони та оборони об'єктів і засоби захисту особового складу;
- зниклі або збиті літаки (літальні апарати);

ВОЛОНТЕРСТВО

РІЙ ДРОНІВ

ЧЕРГОВИЙ ЗВІТ БЛАГОДІЙНОЇ ІНІЦІАТИВИ КОЛЕКТИВУ ХАЕС, ЯКА ПЕРЕДБАЧАЄ ЗАКУПІВЛЮ КВАДРОКОПТЕРІВ ТА КОМПЛЕКТУЮЧИХ ДЛЯ ПОТРЕБ ЗСУ. З ЦЬЮ МЕТОЮ ХМЕЛЬНИЦЬКІ АТОМНИКИ ПЕРЕРАХУВАЛИ ЧАСТИНУ ВИНАГОРОДИ ЗА ПІДСУМКАМИ РОБОТИ ЗА 2023 РІК НА БЛАГОДІЙНИЙ РАХУНОК ГО "ЕНЕРГІЯ НАШИХ СЕРДЕЦЬ" ДЛЯ ЗАКУПІВЛІ ДРОНІВ.

СТАНOM НА 31.07.2024
ВЖЕ ПЕРЕДАНО:

155 - FPV-ДРОНІВ 9"

210 - FPV-ДРОНІВ 8"

105 - FPV-ДРОНІВ 7"

30 - MAVIC 3T

30 - MAVIC 3 PRO

9 - MATRICE 30T

НАСТУПНІ СОТНІ "ЗАЛІЗНИХ ПТАШОК" НЕВДОВЗІ ПОЛЕТЯТЬ НИЩИТИ ВОРОГА



зібрано понад

40
МЛН ГРН

ХАЕС КННРР

- результати ракетних (повітряних) атак ворога, руйнування, знищення інфраструктурних об'єктів;
- пошуково-рятувальні операції;
- стан та режими роботи енергетичного обладнання виробників електроенергії;
- технологію мереж, межі охоронних зон та технічні характеристики об'єктів;
- завантаженість трансформаторних підстанцій, кількість трансформаторів та їхні типи;
- лінії електропередач, їхню потужність, нумерацію опор, переріз провідників тощо;
- персональні дані співробітників енергетичного сектору, насамперед із зазначенням конкретного місця роботи та службових обов'язків.

Також просимо вищенаведену інформацію обговорити з дітьми та пояснити їм необхідність дотримання вищезазначених обмежень з метою забезпечення безпеки філії «ВП ХАЕС», як об'єкта критичної інфраструктури, та уникнення непорозумінь з особовим складом (персоналом) підрозділів, які виконують завдання з охорони й оборони ядерної установки та об'єктів її життєзабезпечення.

Не слід забувати, що війна триває, тому необдумано оприлюднений фотознімок може завдати значної шкоди обороноздатності та енергетичній безпеці країни.

Будьмо пильними! Разом – переможемо!

Служба фізичного захисту
філії «ВП ХАЕС»

АЛЬБЕРТ ЄЩЕНКО: «ДО ЦІЄЇ ПОДІЇ МИ ЙШЛИ РОКАМИ»

Альберт Валерійович Єщенко працює на Хмельницькій АЕС понад 30 років. Він пройшов шлях від чергового дозиметриста до начальника зміни станції. Нині перебуває в кадровому резерві на старшого начальника зміни ХАЕС. 20 років тому сталася подія, яка назавжди закарбувалася у професійній долі мого співрозмовника. Пуск другого мільйонника він і досі пам'ятає до деталей і переконаний, що ця дата має важливе значення в історії незалежної України.

ШЛЯХ ДО ПОКЛИКАННЯ

За свої пів віку Альберт Єщенко багато де побував і може порівняти: де вільно дихається і хочеться творити, а де проти людини, здається, всі сили природи. Де блакить неба дарує тобі крила, а на іншому кінці світу сірою пеленою тисне до землі... У час, коли радянські ідеологи старалися стерти із свідомості громадян колишнього союзу поняття «рідна земля», «мала батьківщина», Альберт підсвідомо розумів, що далекий Сахалін – це чужа для нього земля. Давало знати про себе українське коріння, хоч народився і перші дитячі роки прожив з батьками на іншому кінці світу. Віддушиною був український Крим, куди малого щороку батьки відвозили на оздоровлення. Він і зараз пам'ятає той неповторний аромат ялівцю, безкрає не Чорне, а синє море, смарагдові вулички Ялти...

У 1982 році родина переїхала до Литви, де батько влаштувався на Ігналінську АЕС начальником планово-технічного відділу. Згодом і дядько почав працювати на АЕС старшим оператором головних циркуляційних насосів. «Містечко-супутник АЕС Снежкус (нині – Висагінас) було дуже затишне, мальовниче, огорнуте сосновими лісами, схоже на Нетшин. Там я пішов до шостого класу. Пам'ятаю, як у шкільні роки ми часто бували на атомній електростанції на екскурсіях, літній практиці, під час якої працювали на АЕС: проводили 36-вольтове освітлення в приміщенні реакторного відділення. Ось там і зародилася моя мрія стати енергетиком, тим паче, що приклад було з кого брати», – пригадує Альберт Єщенко. Уже в той час хлопець звернув увагу на глибокі національні переконання литовців: як вони шанували свою мову, традиції і не бажали ставати безликими громадянами радянської імперії.

«Звісно, у школі я вивчав і знав литовську мову, спілкувався нею у побуті з однолітками і помічав, що місцеві недолюблювали російськомовних мешканців, іноді висловлюючи свою байдужість та нерозуміння до них. Лише згодом я зрозумів, у чому криється причина такого ставлення литовців до росіян».

Коли сталася аварія на Чорнобильській АЕС, сім'я Єщенко повернулася в Україну: спочатку в Київ, а потім переїхала до Славутича. Батько Альберта на той час працював головним інженером об'єкту «Укриття», згодом – помічником генерального директора. Після закінчення енергетичного технікуму, служби в армії юнак теж повернувся на ЧАЕС, де розпочав свій професійний шлях у реакторному цеху, займався там перевантаженням ядерного палива.

«Я планував лишитися на ЧАЕС, проте одного разу почув від деяких колег, що, мовляв, батько мені допоможе піднятися кар'єрними щаблями. Такі несправедливі припущення були для мене образливі. Маючи на руках ди-

плом з відзнакою, вирішив, що можу спробувати свої сили самостійно на будь-якому майданчику України. Отримав виклик з Рівненської та Хмельницької АЕС. Близькою, і в прямому, і в переносному сенсі, стала ХАЕС», – розповідає Альберт Єщенко.

На початку червня 1993 року хлопець приїхав до Нетішина. О четвертій ранку, зійшовши у Кривині з потяга, пішки подолав відстань від вокзалу до кінцевого пункту призначення. І завмер від небаченої краси: над Нетішином підіймалося сонце, і місто, у трояндах та променях, вітало молодого енергетика. Рішення прийняв одразу: «Залишаюся». Приємним було його здивування, коли з міста побачив обриси ХАЕС. І вперше на Хмельницьку АЕС прийшов пішки, аби влаштуватися на роботу.

«Знаєш, це як кажуть: «Побачити Париж і померти». Звісно, помирати я не збирався, сподобалося абсолютно все: місто, природа, станція, люди. Для мене це було раєм. Моїм першим місцем роботи став цех радіаційної безпеки, де я почав працювати черговим дозиметристом. Проте щодня ходив у реакторний цех у пошуках місця», – пригадує співрозмовник.

Через чотири місяці Альберт Єщенко перевівся оператором у реакторний цех. Згодом вступив до Київського політехнічного інституту, закінчив факультет атомної енергетики. За роки роботи в РЦ пройшов усі щаблі кар'єрного росту: від оператора до начальника зміни реакторного цеху. А з 2009 року чоловік пішов навчатися у навчально-тренувальний центр ХАЕС, і за неповних два роки він уже обіймав посаду начальника зміни блока. Декілька років працював на першому, а потім – на другому мільйонниках атомної електростанції.

ДУЖЕ БАГАТО ЧАСУ ЗАЙМАЛА ПІДГОТОВКА ДОКУМЕНТАЦІЇ

«З 12 років я мріяв стати енергетиком, тому для мене така подія, як пуск енергоблока, – надважлива, непере-січна, хвилююча. До цієї події ми йшли роками. Не одразу після зняття мораторію на будівництво нових енергоблоків в Україні розпочався активний процес підготовки до завершення добудови ХАЕС-2. Багато часу займало обстеження мільйонника, огляди різними комісіями, підготовка нормативно-виробничої документації. А от жвавий рух розпочався десь у 2002 році, коли ми стали розумі-



ти, що процес таки увійшов в активну фазу, крига скресла. Тоді ХАЕС очолив Олександр Смишляєв. Пам'ятаю, ми працювали на другому енергоблоці вдвох з колегами, Олексієм Завадським, обидва були на той час провідними інженерами з управління реактором. Три місяці з ним працювали без вихідних, по черзі, і в суботу, і в неділю. Була й важка фізична робота: разом із будівельниками ми прибирали та чистили другий мільйонник, тоді романтики було мало. Довелося займатися спершу налагоджувальними роботами, навчилися керувати потужними насосами практично без спеціальних приладів. Приблизно за рік ми все вичистили, вимили, з'явилося світло, все працювало.

Скажу щиро, що передпускові роботи ми своїм колективом виконували натхненно та з ентузіазмом, бо прекрасно розуміли їхню важливість для нашого міста, регіону, країни. Впевнений, що кожному з нас у цих непростих завданнях допомагали самодисципліна та відчуття команди.

Пригадую хвилювання, коли проводилися роботи з гарячої обкатки, вмикання головних циркуляційних насосів, функціональне випробування систем безпеки, залив гермооб'єму, завантаження активної зони ядерним паливом – це були важливі та яскраві моменти народження другого енергоблока. Ця подія – це кроптка праця усього колективу Хмельницької АЕС, кожний доклав зусиль до неї.

Особливим було хвилювання 8 серпня, коли на блочному щиті управління піднімали потужність енергоблока. Було багато людей, за діями нашої зміни спостерігала уся країна. Я сидів на місці провідного інженера, ніби за кермом. Потрібно було точно тримати нейтронну потужність, до пів відсотка, відволікатися не можна було ні на секунду. Психологічна напруга була настільки високою, що видихнути змогли лише після того, як особисто кожного з нас привітали та вручили ордени. Це – незабутні відчуття, піднесення і радість від народження нового мільйонника відчувалися у місті ще довго».

Нині Альберт Єщенко уже два роки працює начальником зміни станції, каже, що свої нюанси і складності є як на посаді начальника зміни блока, так і начальника зміни станції. Але НЗС – це більший масштаб дій. А от вірні рішення, правильні і чіткі дії оперативник повинен приймати і тут, і там, часом – за долі секунд. Спільне – велика відповідальність.

Такі посади вимагають психологічної рівноваги, моральної витривалості, високого інтелектуального рівня, уміння розслабитися і перевантажувати мозок. Альберт Валерійович теж прагне до абсолюту, і його секрет простий. Чоловік займається спортом, любить ходити в походи до лісу, знаходить віддушину і підтримку в сім'ї. «Мене дуже надихають Карпати, наша Україна така мальовнича і красива». Він любить читати і читає багато: публіцистику, психологію, утопічні теорії про гармонійне суспільство. А ще осилив Біблію, Коран, будистські вчення, деякі розділи Талмуду. А мріє атомник про Перемогу і український Крим з його неповторним морем і повітрям, де знову зможе відчувати себе безтурботним хлопчиком.

Тетяна Степанюк



2004 рік, пуск II енергоблока. Зміна «Д»: Альберт Єщенко третій праворуч

СПОРТ

Балом правила футбол і благодійність

З появою на посаді директора комплексної дитячо-юнацької спортивної школи управління соціальних об'єктів філії «ВП ХАЕС» АТ «НАЕК «Енергоатом» Володимира Возьного змінилася виробнича атмосфера в цьому закладі. За його ініціативи вперше до Дня тренера проведено благодійний турнір з футболу серед вихованців різних спортивних секцій.

Захід розпочався хвилиною мовчання – вшануванням пам'яті тих, які віддали своє життя, захищаючи незалежність нашої держави. До учасників змагань звернулися заступник генерального директора з інфраструктури філії «ВП ХАЕС» Сергій Сахнюк, начальник УСО філії «ВП ХАЕС» Ольга Пилипчук, директор КДЮСШ Володимир Возьний та го-

ловний суддя змагань Богдан Покойовий. Вони побажали учасникам вдалих виступів на благодійному турнірі.



Усіх учасників змагань було поділено на дві групи: «А» та «Б». До них увійшли вихованці різних спортивних секцій КДЮСШ. У групу «А» потрапили команди

КДЮСШ-2012 (тренер Богдан Покойовий), з волейболу (тренер Сергій Штундер), КДЮСШ-2013 «Манчестер Сіті» (тренер Володимир Возьний), з легкої атлетики (тренер Олександр Краснов). Групу «Б» представляли команди КДЮСШ-2013 «Реал Мадрид» (тренер Володимир Возьний), з фехтування (тренери Віталій Цісарук та Сергій Макаров), КДЮСШ-2015 (тренер Володимир Моцюк), боротьби (тренер Сергій Шершень).

У фінальній частині зустрілись найсильніші футболісти. Команда КДЮСШ-2013 «Реал Мадрид» перемогла суперників КДЮСШ-2013 «Манчестер Сіті». Продемонструвала свою спортивну перевагу і КДЮСШ-2015 у поєдинку з представниками секції з боротьби. Тут голкіперську майстерність вміло продемонстрував Матвій Тимчук. Поєдинок за третє місце показав

перевагу КДЮСШ-2013 «Манчестер Сіті» над командою з боротьби.

У змаганнях за титул чемпіона юні футболісти команди КДЮСШ-2013 «Реал Мадрид» здолали суперників КДЮСШ-2015 і виграли омріяний золотий кубок.

Видовищним видався суперфінал, у якому команда тренерів з рахунком 3:1 здолала своїх вихованців. Тут свою майстерність показали Богдан Покойовий, Володимир Возьний, Сергій Шершень, Володимир Капельников. Гравці вдячні за об'єктивне суддівство Володимиру Моцюку.

За підсумками турніру, кращими гравцями визнано Єгора Титарчука, Артема Горбатюка, Кіру Онопріюк (єдина дівчина на чемпіонаті), Матвія Тимчука, Артема Попчука, Михайла Бондарева, Андрія Постного, Олександра Пугача, Романа Ящука, Стаса Гуменюка, Павла Семенюка.

Під час проведення турніру було зібрано 7 тисяч 303 гривні, які будуть перераховані на потреби ЗСУ.

Петро Шелепало,
спортивний оглядач

ПРОГРАМА ПРОВЕДЕННЯ БЛАГОДІЙНИХ СПОРТИВНО-МАСОВИХ ЗАХОДІВ, ПРИУРОЧЕНИХ 20-РІЧЧЮ ПУСКУ ДРУГОГО ЕНЕРГОБЛОКА ХАЕС

Дата проведення: 04 серпня 2024 року. Місце проведення: спортивні об'єкти УСО філії «ВП ХАЕС»

8.50 год. – збір учасників заходу на футбольному полі зі штучним покриттям.

9.00 год. – загальнонаціональна хвилина мовчання для вшанування пам'яті загиблих внаслідок збройної агресії рф.

9.05-9.20 год. – вітальні слова запрошених гостей, відкриття спортивних змагань.

Спортивно-масові заходи:

1. Товариська зустріч з мініфутболу серед команд ветеранів.

Час проведення: 9.20-11.00 год.

Місце проведення: футбольний майданчик зі штучним покриттям.

Відповідальний: інструктор-методист з фізичної культури та спорту Ю. В. Тюткін.

Змагання командні. Команди-учасники: ветерани ХАЕС, міста Нетішина.

Нагородження переможців об 11.00 год.

2. Турнір зі стрітболу.

Час проведення: 9.20-13.00 год.

Місце проведення: баскетбольний майданчик.

Відповідальний: інструктор-методист з фізичної культури та спорту С. А. Кузьмінчук.

Змагання командні. Команди-учасники: НТЦ, ЕЦ, збірна відділів, збірна м. Нетішина.

Нагородження переможців о 13.00 год.

3. Турнір з пляжного волейболу серед чоловічих команд.

Час проведення: 9.20-13.00 год.

Місце проведення: волейбольний майданчик.

Відповідальний: інструктор-методист з фізичної культури та спорту С. І. Харченко.

Змагання командні. Команди-учасники: ТЦ, ЕЦ, ЕРП, ЦТАВ, збірна м. Нетішина.

Нагородження переможців о 13.00 год.

4. Турнір з настільного тенісу.

Час проведення: 9.30-13.00 год.

Місце проведення: плавальний басейн (гімнастична зала).

Відповідальні: інструктори-методисти з фізичної культури та спорту М. Л. Вагнер, Г. О. Розварська.

Змагання особисті. Орієнтовна кількість учасників – 12 чол.

Нагородження переможців о 13.00 год.

5. Бліц-турнір з шахів.

Час проведення: 9.30-12.00 год.

Місце проведення: плавальний басейн (тренажерна зала).

Відповідальний: інструктор-методист з фізичної культури та спорту В. В. Сафронова.

Змагання особисті. Орієнтовна кількість учасників – 10 чол.

Нагородження переможців о 12.00 год.

Дмитро Кравчук,
начальник СФОР УСО філії «ВП ХАЕС»

ЗДОРОВ'Я

Профілактика гострих кишкових інфекцій

Літо – це не тільки найкраща пора для відпочинку, але й період спалаху гострих кишкових інфекцій, до яких відносяться дизентерія, сальмонельоз, черевний тиф, гастроентероколіти та харчові токсикоінфекції. Збудниками цих хвороб є мікроби, які знаходяться в кишківнику хворої людини або бактерієносія, виділяються з випорожненнями та можуть потрапляти на різні об'єкти навколишнього середовища.

Механізм передачі інфекції – фекально-оральний, при якому збудник з кишківника хворого чи носія інфекції потрапляє у зовнішнє середовище, потім через рот – у шлунково-кишковий тракт здорової людини, викликаючи захворювання.

Головні симптоми кишкових інфекцій: нудота, блювота, болі в животі, втрата апетиту, підвищення температури тіла.

ЯК ЗАПОБІГТИ КИШКОВИМ ІНФЕКЦІЯМ?

- Ретельно мити руки з милом перед приготуванням та вживанням їжі, а також після повернення з вулиці та після кожного відвідування туалету;
- не слід купувати харчові продукти в стихійних місцях торгівлі, у випадкових осіб;
- для пиття і приготування їжі використовуйте питну пляшкову воду або воду з централізованих джерел водопостачання;

- уважно вибирайте продукти харчування в магазинах, завжди слідкуйте за терміном їхньої придатності;



- не споживайте продукти при підозрі щодо їхньої належної якості;

- зберігайте харчові продукти у спосіб, визначений на упаковці та при рекомендованому температурному режимі;

- регулярно мийте ручки дверей у вбиральнях та інших кімнатах;

- у холодильнику зберігайте сиру їжу окремо від готової;

- ретельно піддавайте відповідній температурній обробці продукти харчування, особливо м'ясо, яйця і морепродукти.

Дотримуйтеся правил особистої гігієни. Будьте здорові!

Дарія Олійник,
лікар-епідеміолог Нетішинського відділення ДУ «Хмельницький ОЦКПХ МОЗ України»

Як уникнути негативних наслідків спеки

Україна знаходиться в епіцентрі температурної аномалії, температурні показники повітря б'ють нові рекорди. Через це у багатьох людей може погіршитись стан здоров'я.

Найбільш згубно спека впливає на малюків, людей старшого віку, й тих, хто має хронічні захворювання або інші розлади стану здоров'я. На розвиток захворювань, пов'язаних зі спекою, впливають високий рівень вологості, ожиріння, зневоднення, вживання деяких рецептурних ліків, хвороби серця, психічні розлади, вживання алкоголю.

Варто дотримуватися кількох правил:

- Уникайте перебування на вулиці у найспекотніші години (з 10 до 16).

- Користуйтеся сонцезахисним кремом. Одягайте легкий одяг, а голову захищайте капелюхом.

- При можливості намагайтеся перебувати в приміщенні, де працює кондиціонер.

- Пийте багато рідини, навіть якщо не відчуваєте спраги.

- Обирайте чисту воду замість кави, чаю та солодких газованих напоїв. Щоб уникнути зневоднення, робіть кілька ковтків води через кожні 15-20 хвилин.

- Обмежте фізичну активність або перенесіть її на більш прохолодну частину дня, щоб не створювати додаткового стресу для організму.

- Їжте легку збалансовану їжу. Краще уникати солінь, копченостей, солодощів та газованих напоїв.

- Відмовтеся від алкоголю. Він погано впливає на кровообіг, спричиняє зневоднення та погіршує сон.

- Ніколи не залишайте дітей або домашніх тварин у машині.

- Якщо ваш стан здоров'я або тих, хто поруч, погіршився – не зволікайте та зверніться за медичною допомогою.

Олена Ігнатеску,
лікар із загальної гігієни Нетішинського відділення ДУ «Хмельницький ОЦКПХ МОЗ України»

Перспектива

«Перспектива» – інформаційний вісник Хмельницької АЕС. Видається на виконання ст. 10. «Права громадян та їхніх об'єднань на одержання інформації у сфері використання ядерної енергії та радіаційної безпеки» Закону України «Про використання ядерної енергії та радіаційну безпеку» та на підставі ч.3 ст. 15 Закону України «Про медіа»

Розповсюджується безкоштовно виключно серед працівників Хмельницької АЕС та на території громад, які входять у 30-кілометрову зону спостереження Хмельницької АЕС. 2024©ВРГІЗМІ філії «ВП ХАЕС» АТ «НАЕК «Енергоатом»

Головний редактор **Тетяна Степанюк**, тел.: 6-37-84
Редактор **Лариса Власюк**, тел.: 6-37-85
Кореспондент **Олександр Шустерук**, тел.: 6-37-86
E-mail: stepanyuk.tetiana@khnpp.atom.gov.ua
Віддруковано у видавництві ТОВ «МЕГА-ПОЛІГРАФ», м. Київ, вул. Марка Вовчка, 12/14, тел/ф.: (044) 581-68-15. Тираж 1000 екз.

