

НОВИНИ ЕНЕРГОКОМПАНІЇ

ЕНЕРГОАТОМ І ЛЬВІВСЬКА ПОЛІТЕХНІКА ПОГЛИБЛЮЮТЬ СПІВПРАЦЮ В ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ АТОМНИКІВ



У межах багаторічного партнерства відбулася зустріч представників АТ «НАЕК «Енергоатом» із керівництвом та студентами Національного університету «Львівська політехніка».

Сторони обговорили умови працевлаштування в галузі та кар'єрного зростання.

Участь у заході взяли виконавчий директор з персоналу Енергоатому Богдан Шмигельський, заступники генеральних директорів з персоналу чотирьох українських АЕС, керівництво університету, викладачі кафедри теплоенергетики, теплових та атомних електричних станцій, а також студенти.

Сторони обговорили впровадження дуальної форми здобуття освіти, яка передбачає укладання тристоронніх договорів між університетом, студентом і товариством. Такий формат дозволяє студентам проходити практику безпосередньо на АЕС, що значно підвищує їхні шанси на майбутнє працевлаштування. Окрім того, обговорювалися стипендії для найуспішніших студентів.

Під час зустрічі атомники активно спілкувалися з молоддю, обговорювали умови працевлаштування в галузі та перспективи кар'єрного зростання.

Енергоатом підтверджує свою готовність до подальшої співпраці зі Львівською політехнікою, спрямованої на підготовку нового покоління висококваліфікованих фахівців для української атомної енергетики.

З Енергоатомом до професії – впевнено, надійно, перспективно!

За матеріалами НАЕК «Енергоатом»

ЕНЕРГОАТОМ УВІЙШОВ ДО ДЕСЯТКИ НАЙБІЛЬШИХ РОБОТОДАВЦІВ УКРАЇНИ

АТ «НАЕК «Енергоатом» увійшов до ТОП-10 найбільших роботодавців країни за версією Опендатабот.

В НАЕК та її філіях працює понад 30 тисяч фахівців, відповідальних за безпечну експлуатацію українських атомних електростанцій. Попри тимчасову окупацію росіянами Запорізької АЕС, товариство зберігає кадровий потенціал ЗАЕС, працевлаштовуючи атомників на інші посади в межах Енергоатому.

До десятки найбільших роботодавців також увійшли представники торговельних мереж, логістичних і державних компаній.

ЕНЕРГОАТОМ СПЛАТИВ 12,6 МЛРД ГРН ПОДАТКІВ ЗА ПЕРШІЙ КВАРТАЛ 2025 РОКУ

АТ «НАЕК «Енергоатом» стабільно виконує свої фінансові зобов'язання перед державою та суспільством.

За перші три місяці 2025 року товариством сплачено до бюджету України 12,6 млрд грн у вигляді податків, обов'язкових платежів та єдиного внеску на загальнообов'язкове державне соціальне страхування. Це на 5,7 млрд грн більше, ніж за аналогічний період 2024 року.

Енергоатом залишається одним із ключових наповнювачів державного бюджету, забезпечуючи у складний час не лише енергетичну безпеку країни, а й фінансову стійкість.

ФАХІВЦІ ЕНЕРГОАТОМУ ВЗЯЛИ УЧАСТЬ У СТРАТЕГІЧНІЙ ДИСКУСІЇ ЩОДО РОЗБУДОВИ АТОМНОЇ ГЕНЕРАЦІЇ УКРАЇНИ

Нарощення атомних потужностей в Україні стало головною темою дискусії, ініційованої Українським ядерним товариством в межах 10-ї Міжнародної конференції INUDEC-2025.

Представники АТ «НАЕК «Енергоатом» долучилися до обговорення та розповіли про технологічні особливості проектів енергоблоків великої потужності; готовність до реалізації таких проектів в Україні; науково-технічну підтримку інвестиційних проектів у галузі атомної енергетики, зокрема щодо будівництва нових енергоблоків.

Атомники обговорили можливості використання міжнародного досвіду та сучасних регуляторних підходів, а також визначили ключові кроки для реалізації нових ядерних проектів в Україні. Адже, за словами учасників, розбудова вітчизняної атомної генерації має стратегічне значення для енергетичної безпеки та незалежності держави.

За матеріалами НАЕК «Енергоатом»

БОЙОВА МЕДИКИНЯ ЗІНАЇДА КОЛИЧЕВА ПОДЯКУВАЛА КОЛЕКТИВУ ХАЕС ЗА ПІДТРИМКУ

Працівниця Хмельницької АЕС, а нині захисниця України, завітала до рідного колективу. Зінаїда Количева подякувала за підтримку, яку атомники надають для Сил оборони України.

Під час зустрічі з колективом генеральний директор ХАЕС Андрій Козюра звернувся до присутніх: «У День Героїв ми згадуємо всіх, хто віддав своє життя за соборність та незалежність України в різні часи. Кожен захисник України – Герой. Кожен з нас повинен розуміти, в які часи ми живемо та робити свій особистий внесок. Колектив Хмельницької АЕС не припиняє підтримувати українських захисників».

Завдяки добровільним благодійним внескам через ГО «Енергія наших сердець» військові отримують критично важливе обладнання та спорядження, зокрема дрони, без яких неможливо

уявити сучасні бойові завдання.

«Ваші донати – це ще один дрон, бронжилет, каска. Це – наше життя, це наша перевага у бою. Кожна ваша гривня – це наш захист і можливість вистежити ворога», – зазначила захисниця.

Зінаїда наголосила й на важливості мови: українська сьогодні – не лише ідентичність, а й орієнтир, що рятує життя.

Попри втому, попри ризики, вона тримається. І відверто зізнається – до війни не звикла. Вона просто вчиться з цим жити.

Хмельницька АЕС підтримує своїх. Разом – до Перемоги!



Радіаційний стан навколо Хмельницької АЕС за період з 19 по 26 травня 2025 року

Викиди	ГДВ, %	Гамма-фон	мкЗв/год	Гамма-фон	мкЗв/год
		м. Нетішин	0,07	с. Межиріч	0,09
ДІН	0,0044	м. Славута	0,07	с. Білотин	0,09
ІРГ	0,0706	м. Острог	0,08	с.мт Мізоч	0,08
ЙОД*	0,0008	с. Ст. Кривин	0,08		

* – сума радіоактивних ізотопів йоду.

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!

ХМЕЛЬНИЦЬКА АЕС ТА ОСТРОЗЬКА АКАДЕМІЯ: СПІВПРАЦЯ НА БЛАГО ГРОМАД ТА РЕГІОНУ

Острозька територіальна громада є найближчим сусідом міста-супутника Хмельницької АЕС, бо знаходиться в межах 10 км від Нетішина. 260 працівників філії «ВП ХАЕС» АТ «НАЕК «Енергоатом» є жителями Острозької громади, а близько 300 випускників Острозької академії нині трудяться на енергопідприємстві.

ІНВЕСТИЦІЇ У СТАРОВИННЕ МІСТО

Зв'язки у Хмельницької АЕС із древнім історичним містом – давні. За роки експлуатації атомної електростанції було впроваджено низку спільних проєктів із населеними пунктами сусідньої громади – економічних, екологічних, освітніх, профорієнтаційних, культурно-мистецьких.

Після пуску другого енергоблока ХАЕС у рамках виконання соціальних гарантій почала діяти програма фінансування 30-км зони спостереження, до якої входить значна частина Острозької територіальної громади. В бюджет міста було перераховано понад 4 млн грн, а в районний бюджет було спрямовано майже 8,5 млн грн (2004-2006 роки), завдяки цьому вдалося вирішити багато проблемних питань міста та району. Зокрема, провести реконструкцію шкіл №1 та №3, гімназії, дитячого садочка, музичної школи. Практично з нуля за кошти НАЕК «Енергоатом» побудовано новий пологовий будинок в Острозі на базі колишнього дитячого садочка, здійснено реконструкцію вуличного освітлення, міської системи центрального тепlopостачання, ремонт водопровідної та каналізаційної мереж міста. Майже 1,5 млн грн було виділено на ремонт доріг. У селах Острозького району (нині – Рівненського) була проведена газифікація, реконструкція систем опалення у школах, оновлено ФАПі, заклади культури. Хмельницька АЕС завжди була і залишається надійним партнером Острозької територіальної громади.

представниками законодавчої та виконавчої влади, масмедіа. Тоді був підписаний договір між академією й атомною електростанцією про організацію навчання працівників ВРГЗМІ, заступників начальників підрозділів ХАЕС по роботі з персоналом за курсом «Специфіка використання PR-технологій у сучасних українських умовах». Працівники філії «ВП ХАЕС» АТ «НАЕК «Енергоатом» неодноразово сприяли національному університету в реалізації культурно-мистецьких проєктів під егідою «Книги рекордів України».



Експерти на найстарішому вищому навчальному закладі Східної Європи



Андрій Козюра, гендиректор філії «ВП ХАЕС», та Ігор Пасічник, президент Острозької академії, під час зустрічі

тепlopостачанням та водовідведенням. Наш навчальний заклад працює теж не лише задля виховання та формування професіоналів на ринку праці України – ми також містоутворююче підприємство. Острозька академія, як і ХАЕС, є найбільшим платником податків в Острозькій територіальній громаді, багато в чому розвиває інфраструктуру міста».

У ході візиту для гостей була організована екскурсія вищим навчальним закладом, під час якої наукові співробітники розповіли про історію академії, провели музейним комплексом старого та нового корпусів університету. Відвідав Андрій Козюра й сучасну бібліотеку, лабораторії та артпростори НаУОА.

Під час зустрічі були присутні директори п'яти навчально-наукових інститутів, які презентували свої напрямки підготовки бакалаврів, магістрів та аспірантів. Натомість Андрій Козюра зазначив: «Мені надзвичайно приємно бути сьогодні з вами, адже Хмельницька АЕС завжди співпрацювала і співпрацює з Острозькою академією. Сьогоднішня наша зустріч стане новим поштовхом взаємодії між найпотужнішим енергопідприємством Хмельниччини та найстарішим освітнім закладом Східної Європи. Зараз – гаряча стадія війни, однак потрібно думати й за відбудову та розвиток держави. Найголовніше в наших відносинах – фундамент, а він є історичним. Маємо безцінний національний спадок, який, власне, і хоче знищити ворог. Ми ж повинні лишити його нащадкам і будувати на його основі успішну і сильну Україну. Приємно бачити, що ви у своїй діяльності керуетесь господарським підходом до стану справ, враховуєте усі дрібниці. У нас – подібні бачення. ХАЕС – поруч, і за весь період експлуатації не було жодних негативних впливів на навколишнє середовище. Крім того, ми завжди готові підтримати і підтримуємо соціальні ініціативи на благо громад. З початком пандемії коронавірусу ХАЕС почала безкоштовно виробляти медичний кисень та постачати його у лікарні регіону. Також приємно, що ми з вами розділяємо єдину позицію щодо підтримки Збройних сил України. Колектив ХАЕС з перших днів згуртувався і перераховує власні кошти на придбання усього необхідного захисникам України. Наразі сума допомоги складає майже 500 мільйонів гривень. Проводимо багато благодійних об'єднуючих заходів – вони є також джерелом допомоги нашим військовим».

Генеральний директор атомної електростанції розповів про діяльність підприємства, окресливши основні напрямки роботи, й зауважив, що на ХАЕС функціонує близько 600 спеціальностей, є серед них і малопоширені, зокрема водолаз, рибовод, коваль.

ОБ'ЄДНАВШИСЬ – ПЕРЕМОЖЕМО

Багато років поспіль Хмельницька АЕС проводить ознайомчі екскурсії на енергопідприємство представникам органів місцевого самоврядування, різних установ, освітніх закладів. Усі мають змогу побачити на власні очі, як працює найпотужніше підприємство регіону, як дотримуються безпечних стандартів роботи атомники. Учнівська молодь Острозької громади має можливість брати участь в освітніх проєктах, які організовує Хмельницька АЕС для усіх бажаючих – це заняття в Атомній школі, конкурси дитячої творчості тощо.

Війна проти спільного ворога також об'єднує сусідів. Волонтерська організація Хмельницької АЕС співпрацює з острозькими волонтерськими спільнотами. Неодноразово хмельницькі атомники допомагали коштами та закупівлею обладнання, амуніції острозьким захисникам на фронті. Також атомна електростанція періодично допомагає внутрішньо переміщеним особам, які проживають в острозькій громаді, забезпечуючи їх продуктами наборами. В рамках співпраці з Острозькою академією буде передбачено й проведення спільних благодійних проєктів.

Тетяна Степанюк
Фото Сергія Цимбаліста

ІНФОРМАЦІЙНА СПІВПРАЦЯ

Наразі 56 населених пунктів Острозької громади мають доступ до друкованої інформації про діяльність ХАЕС – здійснюється розсилка інформаційного вісника Хмельницької АЕС «Перспектива». Періодично проводяться спільні мистецько-історичні проєкти, організовані Державним історико-культурним заповідником Острога та працівниками Хмельницької АЕС з метою поглиблення знань про історію рідного краю. Зокрема, атомна електростанція сприяє поповненню музейних фондів міста – це пам'ятні медалі, ювілейні монети, книги та буклети. Завжди увагою та теплом огорнуті діти, які є вихованцями спеціалізованої школи в Острозі. Святий Миколай із ХАЕС щороку мандрує до малечі з гарними подарунками.

Періодично на інформаційних ресурсах Хмельницької АЕС («Перспектива», ютуб-канал, власні соціальні мережі) висвітлюється діяльність вищих та професійних закладів Острога – Національного університету «Острозька академія», Острозького професійного коледжу – з метою популяризації здобуття відповідних професій, особливо робочих, які необхідні для розвитку енергетики України, зокрема і для ХАЕС.

СПІЛЬНІ ПРОЄКТИ ОА ТА ХАЕС

Партнерські стосунки давно склалися й між Острозькою академією та Хмельницькою АЕС. Кілька років тому був реалізований спільний проєкт з консультативно-навчальної допомоги щодо програми підвищення кваліфікації працівників ХАЕС, які співпрацюють із

Також вищий навчальний заклад, зокрема його музей, неодноразово відвідують закордонні гості, експерти МАГАТЕ, які приїжджають на атомну електростанцію. Своєю чергою Хмельницька АЕС сприяє викладачам Острозької академії у підготовці їхніх науково-публіцистичних матеріалів, організовуючи відвідини енергопідприємства та знайомлячи науковців із практичною діяльністю АЕС. Так, наприкінці 2023 року була проведена ознайомча екскурсія для професора НаУОА Петра Кралока, який працював над своєю художньою книгою про окуповану Запорізьку АЕС.

ВІЗИТ У НАЙСТАРІШІЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД СХІДНОЇ ЄВРОПИ

Нещодавно Острозьку академію відвідав генеральний директор філії «ВП ХАЕС» АТ «НАЕК «Енергоатом» Андрій Козюра. На зустрічі з очільником енергопідприємства Ігор Пасічник, президент, ректор-організатор НаУ «Острозька академія», зазначив: «Ми давно і плідно співпрацюємо із Хмельницькою АЕС. ХАЕС теж зробила свій внесок у відродження нашого вишу, допомігши облаштувати у свій час лінгафонний кабінет. Наші випускники працюють на енергопідприємстві, отож маємо надію тримати міцні зв'язки і надалі».

Генерального директора Хмельницької АЕС у стінах Острозької академії привітав і ректор НаУОА Едуард Балашов: «Філософії наших підприємств – схожі. ХАЕС працює не лише для забезпечення населення України електроенергією, а й для міста енергетиків, сплачуючи найбільше податків, забезпечуючи його жителів комунальними благами: гарячою та холодною водою,

«ПРИЙНЯТТЯ ЕФЕКТИВНИХ ЕКСПЛУАТАЦІЙНИХ РІШЕНЬ»: НА ХАЕС ПРОЙШОВ НАВЧАЛЬНИЙ СЕМІНАР ДЛЯ КЕРІВНИКІВ

Минулого тижня на Хмельницькій АЕС проходив триденний навчальний семінар на тему «Прийняття ефективних експлуатаційних рішень». За підтримки АТ «НАЕК «Енергоатом» семінар розробили та провели представники навчально-тренувального центру Рівненської АЕС. Він розрахований на керівників атомних електростанцій різних ланок управління. В основу навчальних матеріалів покладено досвід Паризького центру ВАО АЕС.

У ході семінару інструктори НТЦ Рівненської АЕС представили керівникам ХАЕС світовий досвід ухвалення рішень, зокрема одну з позитивних практик ВАО АЕС – протокол прийняття ефективних експлуатаційних рішень, який розроблено на основі отриманих раніше матеріалів асоціації. Спеціалісти НТЦ РАЕС провели кропітку роботу над удосконаленням та доопрацюванням цього документа. Його основне призначення – спростити процес ухвалення рішень, які впливають на надійність та безпеку експлуатації атомних енергоблоків.

«На Хмельницьку АЕС ми приїхали з унікальним освітнім продуктом, який орієнтований на керівників атомних електростанцій. Семінар розроблений Паризьким центром ВАО АЕС, але адаптований фахівцями РАЕС під українські атомні електростанції. Проєкт включає активні методи навчання: мозковий штурм, дискусії, бесіди, а також містить кейси, розроблені на реальних подіях, які траплялися на атомних електростанціях Європи», – розповіла одна з розробників навчального проєкту Світлана Стельмах, інженер-методист НТЦ РАЕС.

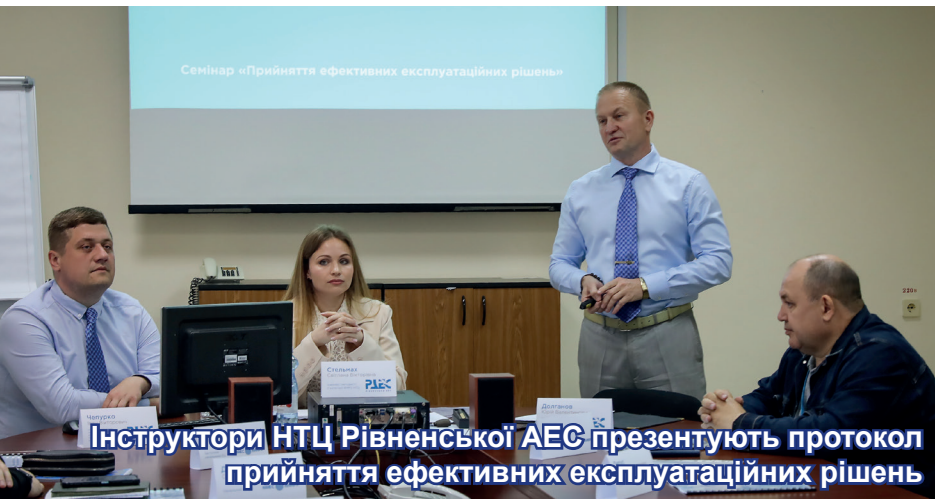
На думку Світлани Стельмах, отримані знання – це своєрідний чекліст (контрольний список), який дозволить максимально правильно прийняти рішення і мінімізувати ризики.

Протокол прийняття ефективних експлуатаційних рішень дозволяє на одному листку записати усі можливі варіанти розгляду тієї чи іншої ситуації, оцінити затрати та детально проаналізувати її ризики,

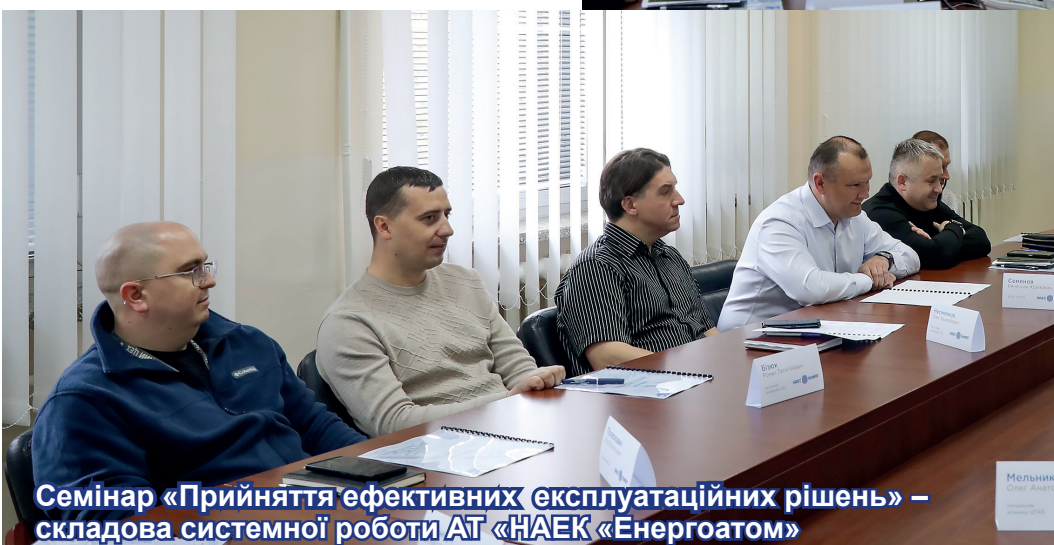
що дасть можливість обрати найкращий варіант вирішення завдань, пов'язаних із забезпеченням безпеки електростанції.

«Семінар ми читаємо в рамках передачі досвіду між атомними електростанціями АТ «НАЕК «Енергоатом». Він присвячений прийняттю ефективних експлуатаційних рішень. Зокрема, методам, які зменшують ризики прийняття неправильних або не найбільш ефективних рішень. Проєкт базується на методології Паризького центру ВАО АЕС», – наголосив один з розробників Іван Чепурко, інструктор НТЦ Рівненської АЕС.

На Хмельницькій АЕС семінар прослухала фокус-група з 16 керівників вищої ланки та їхній кадровий резерв. Василь Скрипнюк, заступник начальника НТЦ Хмельницької АЕС, переконаний, що отримані знання будуть успішно застосовуватися на майданчику Хмельницької АЕС.



Інструктори НТЦ Рівненської АЕС презентують протокол прийняття ефективних експлуатаційних рішень



Семінар «Прийняття ефективних експлуатаційних рішень» – складова системної роботи АТ «НАЕК «Енергоатом»

Кошкін, старший начальник зміни станції Хмельницької АЕС. «Наші колеги, працівники НТЦ Рівненської АЕС, підготували дуже змістовний семінар про прийняття ефективних експлуатаційних рішень. Кожен керівник на електростанції щоденно, щогодинно приймає багато важливих рішень. При більш структурованому понятті, як оцінити ризики, людські та матеріальні затрати, ці рішення можна приймати більш швидко та ефективно, не втрачаючи багато робочого часу», – керівник високо оцінив інструменти та методологічну базу нового навчального продукту.

Семінар «Прийняття ефективних експлуатаційних рішень» – складова системної роботи НАЕК «Енергоатом» із підвищення кваліфікації персоналу та постійного вдосконалення управлінських рішень, від якості яких залежить безпека атомної енергетики України. З його матеріалами вже ознайомилися керівники структурних підрозділів Рівненської АЕС, фахівці Запорізької АЕС та дирекції Енергоатому. Днями до навчання, яке, безперечно, стане у нагоді при вирішенні виробничих завдань, приєднуються й керівники Південноукраїнської АЕС.

Лариса Власюк
Фото Сергія Цимбаліста

ПРЕЗЕНТАЦІЇ

ПИСЬМЕННИЦЯ, НАУКОВИЦЯ, ГОРЯНКА ІВАННА СТЕФ'ЮК: «Я НЕ НАТІШУСЯ НЕТІШИНОМ»

22 травня у центральній публічній бібліотеці міста Нетішина відбулася зустріч з письменницею з Косівщини Іванною Стеф'юк.

«Я не натішуся Нетішином, – написала на своїй фейсбук-сторінці письменниця Іванна Стеф'юк після відвідин міста енергетиків. – Скільки читаю на загал свої образки, стільки впевнююся: справжні історії шукають справжніх читачів самі. Зустріч була у центральній бібліотеці цього міста, і за ці дні Острога на Рівненщині і Нетішин та Лисиче Хмельницької області – моя світла любов. Велика така і щира любов».

Письменниця Іванна Стеф'юк презентувала у Нетішині книги «Дідова правда» та «Про вас». Зустріч з авторкою відбулася у центральній публічній бібліотеці міста над Горинню. Пані Іванна родом з села Кобаки на Косівщині. У своїх літературних творах послуговується колоритною народною мовою, вживає гуцульські діалектизми. Її короткі історії – образки – зображують світ горян, осмислення сакрального і містичного у житті людини. Однією з центральних тем, до яких звертається письменниця, є події Голокосту.

Цікаво, що письменниця з Гуцульщини про Нетішин чула, адже саме у нас вперше на Хмельниччині підняли синьо-жовтий стяг. Це сталося 27 квітня 1990 року, за понад рік до проголошення незалежності України.

Іванна Стеф'юк – багатогранна особистість. Крім захоплення літературою, займається журналістикою, краєзнавством, етнологічними дослідженнями, розробляє методичні матеріали та виступає з лекціями. Завідувачка науково-методичного відділу дослідження та популяризації традиційної культури Буковинського центру культури і мистецтва. Старша наукова співробітниця у музеї Марка Черемшини у Снятині. Має наукові ступені кандидати філологічних наук та докторки філософії. Авторка книг та наукових статей, лауреатка престижних премій, членкиня Національної спілки письменників України. Упорядкувала найповніше на сьогодні видання творів свого видатного земляка Марка Черемшини, який народився та мешкав у Кобаках.

Спілкування книголюбів пройшло у теплій та щирій атмосфері, присутні змогли не лише послухати твори, а й відчутти особисту причетність до тем, про які йшлося. Іванна Стеф'юк виявилася не лише талановитою письменницею, а й чудовою людиною, здатною створити атмосферу довіри і відкритості. Вона зуміла захопити аудиторію своїми історіями, піднявши важливі питання пам'яті та історії.

Для багатьох цей вечір став не лише



У Нетішині відбулася зустріч з письменницею Іванною Стеф'юк

можливістю дізнатися більше про творчість, але і справжнім відкриттям пані Іванни та нагадуванням про важливість збереження історії – не лише в книгах, але й у наших серцях.

У Нетішин Іванна Стеф'юк приїхала на запрошення докторки філологічних наук, професорки Національного університету «Острозька академія» Жанни Янковської. «Не передати словами враження, які рождаються зараз в моїй голові. Переповнена краєвидами, емоціями, текстами, історіями. Той випадок, коли мені, балакучій,

бракне слів. Але ті слова обов'язково прийдуть, як вода. Дікувати (тобто дякую) за все», – через інтернет грічно подякувала волонтеркам письменниця-горянка.

Яку історію може розповісти порожній вулик, що пережив свого господаря? Чи може розстріляна людина з двома кулями в черепі дожити до глибокої старості і любити життя? Чи реально врятуватися з табору смертників Белзек? І чому сні – це більше, ніж сні. Авторка спробує відповісти на сторінках своїх книг. Читайте.

Лариса Власюк

ОЛЕКСАНДР АВГУСТИНОВИЧ: ВІД ТРЕНУВАНЬ У ШКІЛЬНОМУ ДВОРІ ДО ЗВАННЯ МАЙСТРА СПОРТУ



Олександр Августинівч, працівник ЕРП ХАЕС

Захоплення спортом почалося ще у 14 років. Живучи в селі, без доступу до спортивних залів, він тренувався вдома та на подвір'ї школи. Після працевлаштування на ХАЕС, регулярно почав займатися силовими видами спорту. Окремим досягненням Олександра стало подолання півмарафону в Києві на дистанції 21,1 км, у межах спортивної ініціативи, яку підтримало АТ «НАЕК «Енергоатом». Однак головною подією для

Працівник енергоремонтного підрозділу ХАЕС Олександр Августинівч не уявляє свого життя без спорту. Йому 22 роки й нещодавно він виконав норматив на звання майстра спорту за версією міжнародної федерації пауерліфтингу WPF KRAWA.

працівника ХАЕС став цього-річний чемпіонат Iron West в Івано-Франківську. Саме там він вперше взяв участь у змаганнях за версією WPF KRAWA в дисципліні «підйом штанги на біцепс». За три місяці до виступу розпочалася цілеспрямована підготовка. Завдяки системному підходу спортсмену вдалося продемонструвати високий результат – три успішні спроби й жодних зауважень з боку суддів. У фінальній спробі Олександр зафіксував вагу 72 кг при власній вазі 84 кг, що принесло працівнику ХАЕС офіційне звання майстра спорту.

Особливо емоційним моментом стали для Олександра загальна атмосфера та друге місце у своїй ваговій категорії, адже змагання зібрали велику кількість учасників. Такого результату спортсмен не очікував, оскільки конкуренція була над-

звичайно високою. Найбільшу підтримку Олександр отримав від близьких. Символічно, що день змагань збігся з Днем народження його мами Ганни. Саме вона найбільше за нього вболівала. Значну моральну підтримку також надали кохана та друзі.

Олександр переконаний: спорт став невід'ємною частиною його життя. Він планує розвиватися й далі підтверджувати звання у Федерації пауерліфтингу України та в майбутньому – виступати на міжнародних змаганнях. «Я завжди поєднуював роботу з тренуваннями. Це не просто звичка, це частина мого способу життя», – підсумовує Олександр. Зосередженість на меті, послідовна праця та внутрішня мотивація здатні привести до високих досягнень у спорті та житті.

Юлія Тараторкіна

ВІД СТІЙКОСТІ КОЖНОГО З НАС ЗАЛЕЖИТЬ МІЦНІСТЬ ДЕРЖАВИ

Цьогоріч травень визначений як місяць обізнаності про психічне здоров'я та присвячений поширенню знань про ментальне (психічне) здоров'я. Девіз заходів: «Ти як? Сенси поряд. Віднайди свої». Крім того, з 19 до 26 травня відзначали Європейський тиждень психічного здоров'я. Вчимося управляти стресом у умовах війни.

В умовах російської агресії навіть населення, яке перебуває у відносно безпечних умовах, відчуває негативний вплив постійного стресу. Тож запрошуємо вас відвідати освітню платформу howareu.com, яка створена в межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» за ініціативи першої леді України Олени Зеленської. На платформі, зокрема, розміщено чотири онлайн-курси, спрямовані на розвиток стійкості, самопідтримки та навичок турботи про себе й близьких.

Стрес – невід'ємна частина життя кожного з нас. Але чому одні люди «ламаються» під його тиском, а інші здатні віднайти нові сенси у своєму житті, відкрити в собі нові сили і продовжувати жити далі? Відповідь полягає в унікальних природних механізмах подолання, які є в кожному з нас. Віднайти нові сенси допоможе «СенсоТека. Ти як?» за посиланням: <https://howareu.com/materials/sensoteka-ty-iak>.

Ізраїльський психолог Мулі Лахад створив модель управління стресом BASIC Ph, яка описує 6 каналів внутрішніх ресурсів, через які ми можемо долати труднощі.

1. Нашим найпотужнішим ресурсом може бути віра – віра у власні сили, в міцність ЗСУ, в силу України як держави, в наявність важливого сенсу подій, що відбуваються, або наша духовність чи релігійність.
2. Емоції – саме проживання сильних емоцій змушує нас мобілізувати всі внутрішні сили, дозволяє знизити внутрішню напругу та отримати підтримку через співпереживання інших людей.
3. Соціальна підтримка – зменшує почуття самотності та ізоляції. Від інших людей ми отримуємо відчуття безпеки, натхнення і надії. Спілкування з іншими людьми дає нам можливість отримувати практичну й професійну підтримку, обмінюватися досвідом і порадами, як долати труднощі, ухвалювати рішення. Коли ми підтримуємо інших – ми теж отримуємо підтримку.
4. Уява – це міст між реальністю та внутрішніми ресурсами. Вона дає змогу уявити бажане майбутнє навіть у найважчі моменти, тимчасово переключити увагу, створити «внутрішній безпечний простір», у який можна повертатися подумки в часи потужного психологічного тиску та знизити рівень тривоги. Завдяки цьому можна побачити світ інакше, намалювати нові сценарії подій. Саме уява стимулює нашу креативність та дає змогу знайти нестандартні розв'язання проблем. Завдяки власній уяві люди здатні переосмислювати ситуації.
5. Знання – це наш розум, раціональне мислення, логіка, здатність аналізувати ситуацію та впорядковувати набуті знання. Саме пізнання дозволяє орієнтуватися у реальності та не втрачати напрямку і контроль. Цей ресурс є основою нашої здатності планувати та робити висновки.
6. Фізична активність, турбота про тіло – це основа нашого виживання та відновлення. Завдяки цій здатності ми спроможні стабілізувати свою психіку та повернути зв'язок з реальністю через білгування про власне тіло. Будь-яка рухова активність, базовий догляд за тілом (якісний сон, здорове харчування, достатнє споживання води, гігієна та відпочинок), вправи на заземлення (увага до фізичних відчуттів, присутність «тут і тепер») дозволяють зменшити фізичну та емоційну напругу. Корисними для нашого тіла будуть: розслаблюючий масаж, помірні фізичні навантаження, приємні запахи, ароматичні масла, тиха заспокійлива музика, тепла ковдра, улюблена здорова їжа, гаряча ванна, заспокійливий трав'яний чай.

Важливо знати, що з січня 2025 року безпосередньо у свого сімейного лікаря ви можете отримати базову психологічну допомогу, яка є безоплатною і входить до програми медичних гарантій Національної служби здоров'я України. Щоб забезпечити надання якісної та кваліфікованої допомоги пацієнтам, сімейні лікарі пройшли спеціальне навчання. Таким чином, вони мають право консультувати громадян у разі виникнення у них тривожності, порушень апетиту, пригніченого настрою, роздратованості або інших змін емоційного стану. Тому радимо вам не ігнорувати такі «сигнали» та вчасно звертатися до свого сімейного лікаря.

Дбаймо про себе, адже від стійкості кожного з нас залежить міцність всієї держави! І не забуваймо дбати про тих, хто не може подбати про себе сам!

За інформацією Хмельницького обласного центру контролю та профілактики хвороб МОЗ України



ХМЕЛЬНИЦЬКА АЕС - НЕТИШИН

ЗВІТ ФІЛІІ «ВП ХАЕС» АТ «НАЕК «ЕНЕРГОАТОМ» ЩОДО ОБСЯГУ ВІДРАХУВАНЬ КОШТІВ ТА НАДАНИХ ПОСЛУГ

КВІТЕНЬ 2025 РОКУ



ОБСЯГ ВІДРАХУВАНЬ ДО МІСЦЕВОГО БЮДЖЕТУ ЗА 4 МІС. 2025 РОКУ:
174,6 млн грн
ЗА КВІТЕНЬ 2025 РОКУ ДО БЮДЖЕТУ НЕТИШИНА ПЕРЕРАХОВАНО 37,59 МЛН ГРН, ЗОКРЕМА:

ПОДАТОК НА ДОХОДИ ФІЗИЧНИХ ОСІБ
33,2 млн грн

ЗБІР ЗА РЕЄСТРАЦІЮ ДЖЕРЕЛ ІОНІЗУЮЧОГО ВИПРОМІНЮВАННЯ
0,01 млн грн

ПЛАТА ЗА ЗЕМЛЮ
4,38 млн грн

КОМУНАЛЬНІ ПОСЛУГИ ДЛЯ СПОЖИВАЧІВ НЕТИШИНА



ПОСТАЧАННЯ ТЕПЛОВОЇ ЕНЕРГІЇ

12 313 абонентів, з них:
11 946
41
326

- населення



ЦЕНТРАЛІЗОВАНЕ ВОДОПОСТАЧАННЯ

13 108 абонентів, з них:
12 730
42
336

- бюджетні установи та організації



ГАРЯЧЕ ВОДОПОСТАЧАННЯ

11 927 абонентів, з них:
11 812
40
75

- інші споживачі



ВОДОВІДВЕДЕННЯ

12 570 абонентів, з них:
12 195
41
334

ВІДВІДУВАННЯ СПОРТИВНИХ ОБ'ЄКТІВ



Комплексна дитячо-юнацька спортивна школа
676 осіб



ВІЛЬНЕ ВІДВІДУВАННЯ
738 осіб



ГРУПОВЕ ВІДВІДУВАННЯ
33 особи

ЗА ДЕРЖАВНОЮ ПРОГРАМОЮ «ВІТЕРАНСЬКИЙ СПОРТ» ВІДВІДАЛИ:
58 осіб - КДСЮШ 27 осіб - вільне відвідування

Хмельницька АЕС: Працюємо для людей!

ХАЕС KHNPP

«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. 2025©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.

