

НОВОСТИ

В соответствии с взятыми обязательствами Корпорация ВСПО-АВИСМА с **1 сентября** второй раз за 2025 год проиндексирует заработную плату 20 тысячам сотрудникам компании в Верхней Салде и Березниках. Первый этап повышения оплаты труда произошёл 1 апреля, тогда она увеличилась на 6%. В этот раз с сентября она станет больше ещё на 3,52%, что в сумме по году будет соответствовать показателям инфляции в России за 2024 год – 9,52%. Кроме этого в 2025 году Корпорация направит на социальные и благотворительные программы более 2,2 млрд рублей. За последние три года рост вложений составил 33%. Основные направления социальных льгот – добровольное медицинское страхование, оздоровление и отдых сотрудников и членов их семей, физкультура и спорт, меры социальной поддержки работников и ветеранов предприятия, а также большой спектр денежных выплат – компенсация расходов на питание, выплаты при рождении ребёнка, ежемесячная материальная помощь по уходу за ребёнком от полутора до трёх лет и др.

В этом году на главном спортивном объекте АВИСМЫ Доме спорта «Титан» проводится масштабная реконструкция. Полностью заменены кровля и перекрытие верхнего этажа, обновлена часть коммунальных сетей. Специалисты цеха хозяйственного обслуживания приступают к выполнению отделочных работ в большом игровом зале Дома спорта, чтобы металлурги могли вернуться к спортивным тренировкам. Зал необходимо привести в надлежащий вид после ремонта за полтора месяца. Пожелаем специалистам цеха №85 выдержать напряжённый график работ.

Четвёртого августа стартовал 13-й вид спартакиады АВИСМЫ – первенство по пляжному волейболу. Соревнования проходят по понедельникам и средам в городке пляжного волейбола на берегу Семинского пруда. Начало игр в **18.00**. Кто станет чемпионом АВИСМЫ в «пляжке», станет известно вечером **18 августа**. Приходите поддержать коллег!

Оперативные новости завода и города, сюжеты корпоративного ТВ смотрите:

В телеграм-канале «ТИТАНовая Берёза»



И зазвонят колокола

Фестиваль «Звоны России» собрал в Усолье 20 тысяч гостей из Пермского края и российских регионов
стр. 6

Новые инициативы – новые лидеры

2 На АВИСМЕ подведены итоги конкурса по бережливому производству



Тенденции августа

7 В России вступили в силу новые законодательные нормы



Дебют в Добрянке

8 Ветераны АВИСМЫ приняли участие в региональном турслёте ветеранских организаций



Алексей ЛАЗИЕВСКИЙ

Новые инициативы – новые лидеры

Награды за лучшие предложения с экономическим эффектом на заводском уровне получили специалисты вспомогательных цехов

Новый сезон корпоративного конкурса «Лидеры бережливого производства» только-только перешёл экватор, а уже богат на интересные события. В процесс выдвижения инициатив с экономическим эффектом включились дочерние предприятия. В металлургическом цехе экспертная группа выдвинула предложения, снижающие затраты и повышающие производительность труда. А призы за лучшие идеи по снижению затрат впервые получили представители цехов №40 и №49.

Конкурс «Лидеры бережливого производства» стартовал в начале 2021 года и совсем скоро отметит свою первую пятилетку. Его цель – генерация и воплощение организационных и технических идей, позволяющих предприятию сократить непроизводственные затраты.

Открывая церемонию подведения конкурсных итогов первых шести месяцев 2025 года, директор по качеству и экологии АВИСМЫ **Николай Осипенко** рассказал, что сегодня на предприятии работают 67 инициатив, дающих экономический эффект. Из них лишь 18 перешли с 2024 года, а 49 предложены и внедрены в текущем году.



«Задел хороший. Он позволяет нам двигаться в графике целевого показателя по экономическому эффекту. Однако учитывая, что отдельные единицы оборудования, которые дают экономию, выносятся в ремонт или в резерв, необходимость в новых идеях остаётся на повестке дня, коллеги», – обратился Николай Осипенко к участникам конкурса «Лидеры бережливого производства».

Кстати, участников стало больше. С января к сотрудникам основных и вспомогательных цехов присоединились коллеги из дочерних организаций «Металлург СпецДеталь», «Спецдежда», «АВИСМА-ТрансАвто». И не просто присоединились, а выдали идеи с весомым экономическим эффектом.

Ещё один источник эффективных идей – деятельность экспертной комиссии в металлургическом цехе. Такой подход был впервые опробован в 2024 году в цехе №37 и дал впечатляющие результаты. Его суть: группа специалистов отдела по повышению операционной эффективности (ОПОЭ) на основе методики анализа потенциала в технологических и рабочих операциях вместе с технологическим персоналом цеха исследует всю производственную цепочку и генерирует идеи по оптимизации на каждом из звеньев. Работа выстроена в формате мозгового штурма, по итогам которого идеи, признанные реализуемыми, опробуются на реальном оборудовании. Такой метод позволяет увидеть



За 6 месяцев 2025 года сотрудники АВИСМЫ выдвинули 118 инициатив в трёх номинациях:
«Лучший участок по системе 5С» - 29
«Инициатива без экономического эффекта» - 68
«Инициатива с экономическим эффектом» - 21

направления для совершенствования там, где специалисты цеха считали потенциал для улучшений исчерпанным.

Как рассказал «Металлургу» начальник ОПОЭ **Сергей Пушкарёв**, за несколько месяцев работы в цехе №35 эксперты по бережливому производству подготовили ряд предложений, в числе которых есть прорывные, неожиданные даже для опытных технологов и руководителей. Сегодня эта работа продолжается. В августе группа планирует представить управляющему комитету проекта пакет инициатив, внедрение которых реально и обосновано.

Но это в ближайшем будущем. А пока по итогам первого полугодия поздравления и призы за лучшие инициативы на цеховом уровне получили 59 сотрудников АВИСМЫ. Напомним, лучшие инициативы определяются по трём номинациям: «Лучший участок по 5С», «Лучшая инициатива с экономическим эффектом» и «Лучшая инициатива без экономического эффекта». Последняя номинация включает три категории: безопасность, условия труда и производительность/качество.

Выбор победителя из многообразия представленных инициатив происходит в формате

живого обсуждения членами конкурсной комиссии с учётом результатов голосования начальников цехов. Критерии оценки – значимость инициативы, её эффект, сложность внедрения. Приоритет отдаётся уже реализованным проектам.

С января по июнь металлурги представили в конкурсную комиссию 21 предложение с экономическим эффектом. Наиболее результативным остаётся направление по замене зарубежного оборудования отечественным, аналогичным по качеству и надёжности, но более экономичным с точки зрения затрат на приобретение и обслуживание.

Победителем жюри признало инициативу механика химико-металлургического цеха **Вячеслава Бородулина** по использованию резервного оборудования цеха №32 на химико-металлургическом участке этого же цеха вместо приобретения новых агрегатов.

Инициатива, занявшая второе место, реализована в цехе энергоснабжения по предложению главного специалиста **Евгения Чернецова**. Её суть – замена импортных цифровых регуляторов турбокомпрессоров отечественными.

Бронзовый призёр номинации – распределитель работ цеха складского хозяйства **Алла Заяц**, предложившая изменить схему погрузки галита (каменной соли) таким образом, чтобы исключить из цепочки заказ сторонней автотехники.



Алла ЗАЯЦ, распределитель работ по транспорту цеха №49:

– Раньше для организации завоза галита в цех №31 мы заказывали сторонний автотранспорт – кран-борт и самосвал. Сейчас процедура иная: погрузчиком мы доставляем галит к нашим козловым кранам и с их помощью загружаем в технологический транспорт цеха №31. Таким образом необходимость в заказе автотехники отпала. Я впервые попала в призёры конкурса на заводском уровне. Очень приятно, что мой вклад замечен. Это мотивирует продолжать работу по снижению издержек.



Помимо этого за 180 дней в конкурсную комиссию поступило 68 предложений в номинации «Инициатива без экономического эффекта» (втрое больше, чем было в 4 квартале 2024 года). В лидеры заводского конкурса попали инициативы по усовершенствованию площадки обслуживания задвижки в цехе №32 за счёт организации наклонного лестничного марша вместо вертикальной лестницы; по установке проблесковых маячков жёлтого цвета над бункерами в цехе №37 для улучшения видимости в период загрузки; изготовление съёмной металлической пластины для лотка лётки в том же цехе №37, что позволило упростить монтаж лёточной зоны и сократить время на ремонт рудно-термических печей.

На первенство в номинации «Лучший участок по 5С» претендовали 29 мастерских из 9 цехов, а победа досталась кладовой цеха №43, расположенной в электротехнической лаборатории на КПП-1.



Алексей ЛАЗИЕВСКИЙ

Все «рёбра» пересчитают

На АВИСМЕ реализуется масштабная программа по замене плит покрытия производственных цехов

Лето – лучший сезон для замены кровли. Самые масштабные работы ведутся на втором корпусе металлургического цеха. Если заглянуть в северную часть здания, то можно подумать, что его только заканчивают строить. На самом деле, прежде чем уложить кровельный ковёр, подрядчики полностью разобрали старую крышу, оставив от неё только «рёбра».

Основанием для старта проекта в 2024 году стала плановая экспертиза промышленной безопасности, которую для зданий основных цехов проводят раз в пять лет. По итогам обследования эксперты вынесли заключение: на некоторых зданиях кровля отслужила свой срок, и требуется поменять все плиты покрытия. Задача не из простых, поскольку нужно полностью вскрыть кровлю над действующим производством, а замену вести так, чтобы никоим образом не повлиять на стабильность работы технологического оборудования.

Первым объектом, у которого «снесло крышу», стало здание ректификации (ОПУ-2) химико-металлургического цеха. После него подрядчики поднялись на ОПУ-3 цеха металлургии магния и 2-й корпус металлургического цеха. Но если над электролизом плиты меняются частично, то в цехе №35 в несколько этапов полностью заменят всё перекрытие.



Первый этап включает северную часть здания (оси 55-70). Поскольку здесь находились преимущественно складские помещения, масштабные строительные работы не доставляют неудобств технологическому процессу.

Порядок работ предусматривает такую последовательность: демонтаж кровельного ковра, демонтаж плит покрытия, усиление по специальному проекту стропильных ферм (тех самых, что похожи не то на арки, не то на рёбра), их антикоррозийную обработку. Затем – монтаж новых плит, заполнение швов между ними и укладка кровельного ковра.

Ковром строители называют многослойное покрытие, задача которого изолировать здание от воздействия осадков и внешних температур. Нижний слой такого пирога – рулонный



кровельный гидроизоляционный материал «Унифлекс» на основе битума с добавлением полимеров, пластификаторов и базальтовой посыпки.

Поверх изолирующего слоя укла-

дывается утеплитель, на него хризотилцементный лист (шифер) и ещё два слоя «Унифлекса». Все используемые материалы, будучи правильно уложенными, обеспечивают защитные функции кровли не менее 10 лет. Сроки и качество выполнения работ систематически контролирует ОКСиРЗиС вместе с отделом строительного контроля.

На втором этапе специалисты подрядной организации работают ближе к центру второго корпуса металлургического цеха (оси 40-55) и проводят аналогичные манипуляции с кровлей над ниткой титана ответственного применения. Сейчас это оборудование выведено в резерв и защищено от строительного мусора специальным укрытием.

Как рассказал «Металлургу» заместитель начальника ОКСиРЗиС по надзору и ремонтам зданий и сооружений **Алексей Казанцев**, самым сложным будет третий этап – предстоит не просто заменить кровлю над действующими печами восстановления и сепарации (оси 1-37), но и обустроить в ней светоаэрационный фонарь. Это специальная конструкция в крыше здания, которая обеспечивает естественное освещение, вентиляцию и дымоудаление. Фигурные металлоконструкции, включающие элементы фонаря, производит дочернее предприятие «Металлург СпецДеталь». Начало их монтажа запланировано на осень 2025 года.

Ольга ЕРЁМЕНКО

Красивое фойе заводской поликлиники, шахматный клуб в Доме спорта «Титан», входная зона 6-этажного здания управления - это далеко не полный перечень объектов, к которым приложила свои золотые руки плиточник-облицовщик цеха №85 Елена ЧЕТИНА. В этом году в честь Дня металлурга ей присвоено почётное звание «Мастер своего дела». И это не первая корпоративная награда Елены Ивановны.

В 1980-е годы юная Елена покинула родной посёлок Шемейный и переехала в Березники, где по примеру родных сестёр поступила в профтехучилище №28. В этом учебном заведении готовили специалистов строительной отрасли. Елена выучилась на штукатур-маляра. «В те годы я немного стеснялась своей профессии, когда меня спрашивали, кем работаю, говорила, что я строитель, - смеётся Елена Ивановна. - Любовь к профессии пришла с опытом. Я всегда старалась делать свою работу хорошо, а когда видишь результат своего труда, это вдохновляет».

За плечами Елены Четиной годы работа в сфере жилищного строительства. Было непросто: большие объёмы отделочных работ, жёсткие сроки. «Трудились, как пчёлки. Подъезд за подъездом делали. Домой приходила, даже ложку в руках держать

не могла от усталости», - вспоминает Елена Ивановна. Ей довелось поработать почти на всех предприятиях города.

Плиточному делу училась сама. Свои первые квадратные метры она уложила в детском лагере «Уральское раздолье». Так Елена Ивановна стала специалистом широкого профиля.

На АВИСМЕ отличному профессионалу доверяют самые значимые объекты. Радует глаз мозаичный пол в фойе медсанчасти, отделка шахматного клуба в Доме спорта «Титан». Причём весь объём работ Елена Ивановна делает сама, в помощники ей ставят молодых учениц, которых она обучает азам профессии плиточника-облицовщика. Так что наставнический опыт у неё богатый.

К качеству своей работы Елена Четина относится предельно ответственно, не допуская малейших огрехов. «Я когда захожу в пустое помещение сразу вижу, как должна лечь плитка. Да и бывая в разных местах, невольно оцениваю, как поработали

плиточники. И не всегда остаюсь довольна», - говорит Елена Ивановна.

Она - личность творческая, не любит сидеть без дела. В период вынужденного перерыва в работе научилась вязать, освоила бухучёт, выучилась на художника. Свои живописные работы с удовольствием дарит друзьям и знакомым.

Навыки и опыт помогли и в строительстве собственного дома, который Елена с мужем возвели вместе. К слову, с супругом Елена Ивановна сидела за одной партой в училище №28. Оба они состоялись в профессии, стали настоящими мастерами и счастливыми родителями.

Руководство цеха высоко оценивает труд Елены Четиной. Её портрет украшал цеховую и заводскую Доски почёта, а

нынче она заслуженно удостоена звания «Мастер своего дела». Поздравляем Елену Ивановну с очередной корпоративной наградой!



Мастер золотые руки

Елена ЧЕТИНА: «В юности я стеснялась своей профессии, но с годами стала получать от неё удовольствие»

■ Алексей ЛАЗИЕВСКИЙ



Поспешись, реверс насмешишь

В работе электромонтёра главное – знания, внимательность и точность.
А скорость – дело наживное

На АВИСМЕ стартовали цеховые конкурсы профессионального мастерства электромонтёров. Впервые их победители получат путёвку на корпоративное профи-соревнование «Лучший по профессии» без дополнительного общезаводского отбора. Именно поэтому жюри оценивает конкурсантов со всей строгостью.

Как говорят электромонтёры, у электрической цепи есть три состояния. Первое – когда контакт есть там, где нужно. Второе – когда контакт там, где он совсем не нужен (короткое замыкание). И третий – когда там, где нужно, контакта нет (не работает). Так вот на конкурсах профессионального мастерства электромонтёров в цехах №38 и №85 эксперты увидели все эти три состояния.

Марафон конкурсов открыл цех хозяйственного обслуживания. Формат классический – 20 вопросов на знание основ профессии и безопасных приёмов работы, плюс час на практику в виде сборки реверсивной схемы пуска электродвигателя. Это когда нажал одну кнопку – ротор двигателя крутится по часовой стрелке, нажал другую – против часовой, а при нажатии на третью вращение останавливается.

Однако к этой классике организаторы добавили порцию экстрима.

Участникам предстояло собрать схему, во-первых, по памяти, во-вторых, без прибора, позволяющего тестировать правильность монтажа цепей. Отметим, что такой подход за многие годы журналисты наблюдали всего второй раз. Задача для профессионалов высочайшего уровня.

В отведённый на выполнение практической задачи час уложились все пять конкурсантов. Кому-то хватило даже половины этого времени. Но это был как раз тот случай, когда от спешки участники больше проиграли, чем выиграли.

У двоих пуск обернулся замыканием (контакт, где не нужно). Ещё у двоих электродвигатель безмолвствовал (контакт там, где надо, нет). Обычно в таких случаях эксперты жюри возвращают схему её автору и дают дополнительное время на поиск и исправление ошибки. В цехе хозяйственного обслуживания поступили иначе: конкурсант разобрался в неудаче при поддержке экспертов.

«Так эффективнее. Самостоятельно участник принялся бы перепроверять каждый провод цепи. Мы же настраиваем его на проверку работоспособности отдельных блоков. А когда выявится проблемный, электромонтёр уже сам быстро находит ошибку. Замечу, что все ошибки от спешки и волнения», – пояснил эксперт, мастер по ремонту и

обслуживанию электрооборудования **Михаил Кострицин**.

А что же пятый участник? У **Ильи Лоскутова** всё получилось с первого раза. Правда, и времени он потратил чуть больше, чем коллеги. Однако поставив Илье высшие оценки за работу, жюри тут же сняло несколько баллов за недочёты по другим конкурсным критериям. В итоге получилось так, что за практическое задание все конкурсанты получили идентичную сумму баллов. Победителя и призёров определили результаты теста. И тут у Лоскутова оказалось всё очень достойно.

Итог – заслуженное первое место с минимальным отрывом от **Александра Пулькина** и **Никиты Анисько**, завоевавших «серебро» и «бронзу».

Приветствуя своих специалистов на церемонии награждения, начальник цеха №85 **Олег Сергеев** пожелал тем, кто в этот раз не победил, сделать вы-

воды, проработать недочёты и выйти на новый уровень профессионализма. И напомнил, что многие лидеры профи-конкурсов вскоре делали шаг по карьерной лестнице.

Победитель **Илья Лоскутов** рассказал, что в 2021 году на аналогичном испытании был вторым. И ныне целью ставил не столько победу в соперничестве с опытными коллегами, сколько понимание, насколько вырос профессионально. Прилично вырос.



Парни не подвели!

В цехе пылегазоулавливания, подхватившем эстафетную палочку конкурса электромонтёров, тенденция «лучше дольше, да лучше» подтвердилась. В отведённый на сборку схемы реверсного пуска час уложился лишь один участник. Однако запуск обернулся погружением мастерской в темноту. Хотя и схема сборки перед глазами была, и инструмент для её проверки. Но немного потропился.

А вот у ребят, которые спокойно работали, не глядя на часы, результат получился великолепным. Матвей Власов и Александр Яндулов успешно запустили двигатель в обе стороны за 79 и 80 минут, соответственно. Эта минута, плюс тот факт, что Матвей дал в тесте на один точ-

ный ответ больше, расставили парней по местам: Яндулов – второй, Власов – первый. Секрет успеха Матвея – его стаж. На АВИСМУ он пришёл всего год назад, поэтому и теоретические знания свежи в памяти, и навык сборки схемы реверса не забылся.

А «бронза» конкурса досталась **Дмитрию Рошмакову**, который с первой попытки схему не запустил, но при поддержке коллег ошибку исправил. «Электромонтёры, конечно, не сапёры, ошибиться могут. Но у нас, как у снайперов, главное – внимательность и точность. А скорость – дело наживное, если вы хотите надолго остаться в нашей профессии», – заметил энергетик цеха №38 **Сергей Косинец**.



Подготовила Ольга ЕРЁМЕНКО по материалам сайта 59.ru

«Молчаливый» инфаркт - это не редкость

Его часто путают с переутомлением или простудой. Когда стоит насторожиться?



Инфаркт миокарда традиционно ассоциируется с давящей болью в груди, одышкой, холодным потом и резкой слабостью. Но иногда таких классических симптомов может не быть. «Молчаливый» инфаркт врачи диагностируют чаще, чем принято считать. По разным оценкам, от 20 до 40% всех инфарктов могут протекать без явных болевых ощущений.

Пациент продолжает жить обычной жизнью, не подозревая, что часть его сердечной мышцы уже повреждена. А в ряде случаев, что он уже перенёс ин-

фаркт», - говорит врач-кардиолог Федерального научно-клинического центра ФМБА России Екатерина Плохова.

По словам кардиолога, очень часто такие инфаркты случаются у людей, страдающих сахарным диабетом: диабетическая нейропатия снижает у них болевую чувствительность.

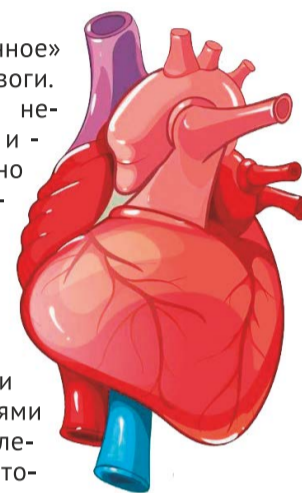
Также в группе риска: пожилые люди; женщины; гипертоники; пациенты, страдающие ожирением; люди с повышенным уровнем холестерина в крови; люди с наследственной предрасположенностью к сердечно-сосудистым заболеваниям.

Как распознать?

Если человек не чувствует известных признаков сосудистой катастрофы, как же тогда не пропустить её? По словам Екатерины Плоховой, «молчаливый» инфаркт может проявляться через:

- необъяснимую слабость;
- резкое снижение толерантности к нагрузке, например, вдруг стало тяжело подниматься на свой этаж;
- нарушение сна;
- тошноту;
- ощущение перебоев в работе сердца;
- бледность кожи;
- лёгкое головокружение;

- «странное» чувство тревоги. Всё это неспецифические, но важные сигналы. Часто их путают с переутомлением, вирусной инфекцией или последствиями стресса. Следите за состоянием.



«Молчаливый» опаснее классического

По словам специалиста, «молчаливый» инфаркт нередко оказывается более опасным, чем классический. И причина в поздней диагностике.

Понятно, что человек может спастись своё внезапное недомогание на магнитные бури или проблемы на работе - с кем не бывает. Ему и в голову не придёт, что это сердечный приступ, поэтому и к врачу он вряд ли сразу обратится. Тем более в течение «золотого окна» - в первые два часа приступа, когда можно эффективнее всего восстановить кровоток.

В итоге у человека растёт объём повреждения миокарда и риск ос-

ложнений: сердечной недостаточности, аритмий, повторного инфаркта, внезапной остановки сердца.

Выявить такой безболевой инфаркт можно только с помощью инструментального обследования.

«Иногда он обнаруживается случайно - при проведении ЭКГ, где врач видит характерные рубцовые изменения, указывающие на перенесённый некроз миокарда. Подтвердить диагноз могут ЭхоКГ (УЗИ сердца), МРТ с контрастированием, а также анализ крови на тропонины - белки, которые выбрасываются в кровь при повреждении сердечной мышцы», - добавляет кардиолог.

Утро вечера опаснее

У некоторых серьёзных заболеваний есть время, когда стоит быть особенно внимательным к своему состоянию и в случае чего принять все возможные меры. В какое время суток чаще всего случается пик обострений смертельно опасных состояний?

Инфаркт чаще всего наступает с 6 до 9 часов утра, поскольку именно в это время повышается кровяное давление и вязкость крови.

Инсульт, сосудистая катастрофа, которую провоцирует медленный кровоток и высокое содержание

липидов в крови, чаще случается с 4 до 6 часов утра.

Гипертония опасна сразу после пробуждения. Приступы чаще всего фиксируются между 6 и 10 часами утра - в период достижения самого высокого уровня артериального давления за день.

Артрит - воспалительное заболевание суставов, как и высокое давление, обостряется после пробуждения. Это связано с тем, что артриту способствует отёк около-суставных тканей, который происходит во время ночного сна.

Как защититься?

В целом профилактика «молчаливого» инфаркта мало отличается от способов защиты при других болезнях сердца. Главное - контроль факторов риска и регулярное наблюдение.

Людям с диабетом, гипертонией, нарушениями липидного обмена, а также мужчинам старше 45 лет и женщинам старше 55 рекомендуется регулярно проводить ЭКГ (раз

в год или чаще, если есть факторы риска), контроль уровня сахара крови; контроль липидного профиля; консультации у кардиолога.

Выявление перенесённого «молчаливого» инфаркта требует последующего лечения по стандартам ведения ишемической болезни сердца.



Сезон обострений

У всех перечисленных заболеваний есть не только опасное время, но и сезон. Считается, что чаще всего их обострения происходят в осенне-зимний период.

Инфарктов и приступов гипертонии больше всего фиксируется в холодное время года, так как на него приходится пик заражений ОРВИ. А респираторные заболевания увеличивают риск развития сердечно-

сосудистых заболеваний, поэтому врачи рекомендуют ежегодно прививаться от гриппа.

Зимой чаще всего происходят и случаи обострения ревматоидного артрита, так как им предшествуют перенесённые инфекции.

Инсульты тоже не исключение: снижение температуры воздуха увеличивает риск развития нарушения мозгового кровообращения.

Советы кардиолога

1. Идеальным временем для пробуждения считается время после 07:30 утра.

2. Для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний важно после пробуждения не вставать резко с кровати, делать это нужно постепенно, не торопясь.

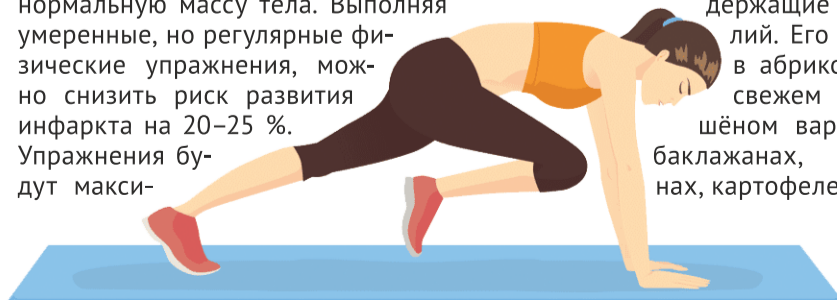
3. После пробуждения следует выпивать стакан воды, это способствует разжижению крови.

4. Важно помнить про физическую активность и поддерживать нормальную массу тела. Выполняя умеренные, но регулярные физические упражнения, можно снизить риск развития инфаркта на 20-25%. Упражнения будут макси-

мально эффективными, если выполнять их в период с 16 до 18 часов.

Очень важно правильное питание для сохранения здоровья сердца и сосудов. Необходимо потреблять большое количество овощей и фруктов - 500 г в день. Речь не идёт о каких-то экзотических товарах - выбирайте обычные овощи и фрукты нашей полосы.

Регулярно включайте в рацион рыбу. Важны также продукты, содержащие калий. Его много в абрикосах в свежем и сушёном варианте, баклажанах, бананах, картофеле.



Алексей ЛАЗИЕВСКИЙ



По посещаемости нынешние «Звоны России» обошли День города, прежде считавшийся главным событием для березниковцев и усольчан. Причина такой популярности в обновлённом формате фестиваля.

Впервые многоголосый колокольный звон разнёсся над Усольем в 2006 году в рамках празднования 400-летия города. «Звоны России» были яркой, но всё же частью большого события. Затем фестиваль выделили в самостоятельное мероприятие, которое, к тому же, меняло дату проведения. Поэтому снижение интереса к проекту, несмотря на действительно отличных

И зазвонят колокола!

Фестиваль «Звоны России» собрал в Усолье 20 тысяч гостей из Пермского края и российских регионов

звонарей и известных приглашённых артистов было закономерным.

Новое дыхание «Звонам России» придал новый формат мероприятия. Да, фестиваль колокольного звона и духовной музыки остался стержнем события. И даже повысил свой статус: в этом году открывал его митрополит Пермский и Кунгурский Мефодий – высший иерарх православной церкви в Пермском крае.

«Колокола – это не просто музыкальный инструмент или атрибут, присущий храму. Это символ исторических событий России. Пусть же колокольный звон будит нашу совесть, тревожит нашу душу и разум», – сказал митрополит.

После церемонии открытия на площадке возле Никольского храма стартовала фестивальная программа. Своё искусство на храмовой звоннице показали два десятка звонарей из Пермского края, Архангельской, Челябинской,

Тюменской и Ярославской областей, а также Беларуси. Духовные композиции и патриотические песни прозвучали в исполнении хора Пермской духовной семинарии, симфонического оркестра «Орфей» и Бориса Дьякова, солиста Академического ансамбля песни и пляски Российской армии.

Он же исполнил знаменитые песни «Малиновый звон», «Русское поле», «Вечерний звон», «Я люблю тебя, Россия» со сцены на Соборной площади, которая стала центром ещё одной большой фестивальной площадки. На протяжении четырёх часов своё искусство многочисленным зрителям дарил лучшие хореографические коллективы Пермского края, талантливые вокалисты и главный гость праздника – солист группы «Садко» Александр Бардин.

Тем временем от Соборной площади до набережной Строгановских палат развернулся настоящий фестиваль



творчества и традиций. Любый желающий мог включиться в традиционные игры и развлечения наших предков, послушать авторскую песню, научиться звонить в колокола, принять участие в мастер-классах или конкурсах по истории Верхнекамья, послушать лекцию или записаться на экскурсию, побывать зрителем на спектакле детского театра.

Большое количество событий, включённых в пятичасовую программу, никого не оставило равнодушным. Даже ливень со штормовым ветром, обрушившийся на Усолье в последние минуты фестиваля, не смог омрачить позитивное настроение гостей обновлённых «Звонов России».



Графские развалины



Усолье Строгановское – это не только храм, колокольня, палаты Строгановых и дом Голицыных, но ещё десятки строений с многовековой историей. Правда, их состояние просто далеко от идеального.

Идея вдохнуть жизнь в заросшие кустарником и крапивой, частично затопленные исторические здания усольского архитектурного комплек-

са, родилась три года назад. Сначала гектары пространства очистили, волонтеры при поддержке сотрудников «Усолья Строгановского» изучили архивную документацию.

Следующий этап – проведение экскурсий по территории так называемых «Нижних соляных промыслов», где и сосредоточились руины архитектурных памятников. Интерес

березниковцев, усольчан и гостей нашего края оказался столь велик, что «Парк руин» решили сделать общедоступным, благоустроенным музейным пространством.

Воплотить идею в реальность помогла победа во Всероссийском конкурсе лучших проектов создания комфортной городской среды. На полученные средства пространство

вокруг старинных зданий вычистили, выполнили подсветку, а подходы к ним объединили специальной туристической тропой на металлических опорах.

И хотя работы ещё не завершены (достраиваются магазинчики и кафе), погулять по «Парку руин» может любой желающий. И желающих достаточно. В часы фестиваля «Звоны России» в новой туристической локации побывали больше тысячи человек.

Ориентироваться среди памятников архитектуры помогают стенды со схемами и историческими справками. Амбары и магазины, склады и кузницы, корпуса паровых машин и единственные сохранившиеся в России здания варниц, мастерские и часовни – всё это можно не только увидеть не только снаружи, но и изнутри, соблюдая меры предосторожности. Протяжённость маршрута – около двух километров.



Подготовила Ольга ЕРЁМЕНКО

Тенденции августа

В России вступили в силу новые законодательные нормы

Только с согласия родителей

С 1 августа подростки в возрасте от 14 до 18 лет могут открыть банковские счета только с письменного согласия родителей или опекунов.

Открыть счёт без такого согласия могут лишь полностью дееспособные подростки – вступившие в брак (в предусмотренных законом ситуациях), официально работающие по договору или контракту либо занимающиеся предпринимательством.

Банки также будут обязаны предоставлять выписки по счетам как самим подросткам, так и их законным представителям. Власти считают, что это поможет предотвратить финансовые преступления против несовершеннолетних.

Ранее подростки могли самостоятельно заключать договоры на открытие счетов с 14 лет, однако мошенники нередко использовали

их в своих целях. По словам члена комитета Госдумы по малому и среднему предпринимательству **Алексея Говырина**, злоумышленники нередко пользовались доверчивостью молодых людей и убеждали их оформить как можно больше дебетовых карт, которые позже применялись для обналичивания средств, полученных обманым путём. Предполагается, что новый закон снизит риск возникновения таких ситуаций.



Работающим пенсионерам - повышение

С 1 августа работающим пенсионерам в беззаявительном порядке пересчитают страховую часть пенсии.

Прибавку к выплатам получат пожилые россияне, которые официально работали в 2024 году, а их работодатели отчисляли страховые взносы в Социальный фонд России. Она будет индивидуальной для каждого пенсионера и зависеть от количества начисленных пенсионных коэффициентов, заработанных в предыдущем году. Максимально можно получить три пенсионных коэффициента - 473, 07 рубля.

По информации на 1 апреля 2025 года,

количество работающих пенсионеров в стране составило около 8 млн человек. Средний размер их пенсии составляет 21,1 тыс. руб.

Также фиксированные выплаты в размере 17 815 рублей будут выплачивать пенсионерам, которым в июле исполнилось 80 лет. Помимо этого, на доплату могут рассчитывать те, кто получил в прошлом месяце первую группу инвалидности - сумма поддержки составит 8 908 рублей

Гражданам, достигшим 80 лет, и инвалидам первой группы надбавка за уход составит 1314 рублей к страховой пенсии и 1377 - к госпенсии. Их будут ежегодно индексировать.



За осквернение - уголовка

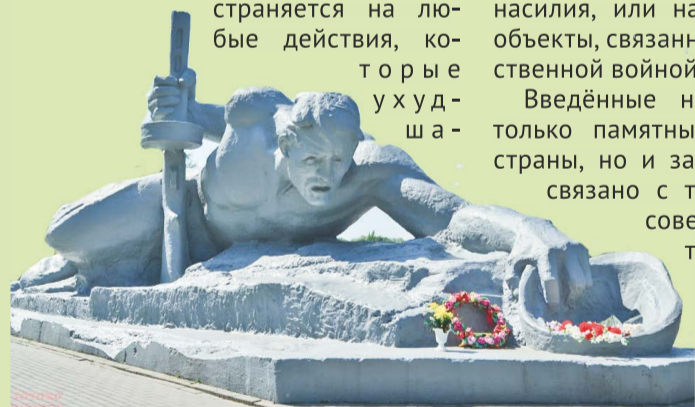
За осквернение воинских захоронений, памятников и других объектов, увековечивающих память погибших защитников Отечества, введена уголовная ответственность.

Ранее закон предполагал наказание только за уничтожение или повреждение воинских захоронений и памятников. Теперь наказание распространяется на любые действия, которые ухудша-

ют их состояние или внешний вид.

Ответственность может быть следующей: штраф до 3 млн рублей или лишение свободы до 3 лет - за действия, портящие внешний вид или содержание памятников, без отягчающих обстоятельств; штраф до 5 млн рублей или лишение свободы на срок до пяти лет за совершение преступления в группе с применением насилия, или нарушение затронуло объекты, связанные с Великой Отечественной войной.

Введённые нормы касаются не только памятных объектов внутри страны, но и за её пределами. Это связано с тем, что мемориалы советских солдат в некоторых государствах демонтируют или не поддерживают в надлежащем состоянии.



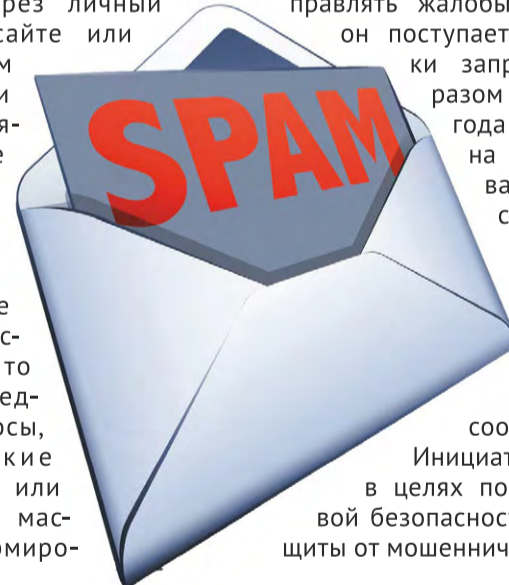
Спам не пройдёт

Россияне смогут отказаться от SMS-рассылок и спама. Соответствующий закон вступил в силу 1 августа.

Воспользоваться этой опцией можно через личный кабинет на сайте или в мобильном приложении оператора связи. После получения такого запроса оператор обязан прекратить все ненужные рассылки, будь то рекламные предложения, опросы, автоматические уведомления или иные формы массового информиро-

вания, если только они не носят строго служебный характер.

В ближайшее время на портале «Госуслуги» также планируется запуск сервиса, позволяющего направлять жалобы на спам, если он поступает после установки запрета. Таким образом с августа 2025 года каждый может на законных основаниях освободить своё цифровое пространство от ненужного контента, не прибегая к смене номера или блокировке сообщений вручную. Инициатива реализуется в целях повышения цифровой безопасности граждан и защиты от мошеннических действий.



Новые ГОСТы с 1 августа

В начале месяца в России вступил в силу ряд новых ГОСТов.

В частности, начал действовать обновлённый стандарт в отношении школьных ранцев и портфелей. Например, уточняются требования к массе изделий: для младших школьников вес рюкзака не должен превышать 700 г, а для старшеклассников - 1 кг без учёта этикеток и дополнительных элементов, входящих в комплект.

Помимо этого, рюкзаки должны изготавливаться из негорючих материалов и оснащаться светоотражающими элементами. Особое

внимание уделено износостойкости ткани и её устойчивости к воздействию пота.

Также появился стандарт для детских игрушек, который классифицирует их по возрастным группам, видам деятельности и материалам изготовления. Также к игрушкам появились требования безопасности, прописаны риски с точки зрения травматизма, гигиеничности, химического влияния и пожароопасности.

Требования обязательны для участников рынка и направлены прежде всего на повышение качества и безопасности товаров.



■ Ольга ЕРЁМЕНКО

Дебют в Добрянке

Ветераны АВИСМЫ приняли участие в региональном турслёте ветеранских организаций Верхнекамья

30 июля на базе биатлонного комплекса в городе Добрянка встретились ветеранские команды из Усолья, Чердыни, Красновишерска, Соликамска, Добрянки и Березников. Наш город представляла команда ветеранов АВИСМЫ «Алмаз Плюс».

Патриотический туристский слёт ветеранских команд под названием «Знай наших - Ветераны-туристы 2025» Ассоциации «Верхнекамье» посвятили 80-летию Великой Победы над фашизмом. На региональное мероприятие пригласили команды-победители в своих территориях.

Напомним, в июне в Березниках прошёл городской ветеранский турслёт, в котором приняли участие 17 команд-представительниц промышленных предприятий, микрорайонов, педагогической и медицинской сфер. Преодолев десяток туристских испытаний, команда АВИСМЫ «Алмаз Плюс» вышла в лидеры соревнования, обойдя в ловкости и мастерстве сильнейшие команды азотчиков и калийщиков. Так металлурги получили путёвку на региональный турслёт в Добрянку.

Участников мероприятия тепло приветствовал глава Добрянского муниципального округа **Дмитрий Антонов**. Пожелали удачи ветеранам председатель Ассоциации «Верхнекамье» **Вера Бичуль** и председатель Совета ветеранов Добрянского округа **Аркадий Злыгостев**.

Право поднять государственный флаг России было предоставлено заместителю председателя Совета ветеранов Добрянского округа **Валерию**

Сыропатову, награждённому в этом году медалью «Патриот Пермского края».

После торжественной части настало время конкурсных испытаний. В программу слёта включили визитные карточки команд, инсценировки военных песен, конкурс бивуаков, а также совместную дегустацию походной каши. Спортивные состязания стали стержнем мероприятия и позволили командам продемонстрировать креативность и командный дух.

Ветераны АВИСМЫ достойно сражались за победу. Для инсценировки они выбрали знаменитую песню «Пилоты», с которой успешно выступили на заводском смотре-конкурсе фронтовых агитбригад. Причем исполнили её под собственный гитарный аккомпанемент.

Жюри оценило и походное блюдо металлургов - сваренную из двух круп кашу с мясом. В спортивных этапах себя показали наши прославленные спортсмены и туристы: **Полина Клишина, Лидия Бокова,**

Татьяна Сафронова, Сергей Стерлядев, Сергей Ершов. Моральную поддержку им оказали болельщики из состава Совета ветеранов АВИСМЫ.

Первый блин не вышел комом, несмотря на то, что победу в региональном турслёте праздновали хозяева - ветераны из Добрянки. Наши стажисты проявили мощный командный дух, а все победы у них ещё впереди.

«Для нас это был дебютный выезд на соревнования

регионального уровня, и мы получили полезный опыт, - говорит председатель заводской ветеранской организации **Владимир Перминов**. - Хочу отметить прекрасную организацию мероприятия в Добрянке, отличную работу волонтеров. В целом турслёт прошёл на высоком уровне. В будущем будем стараться победить, хотя не это главное. Главное, что у ветеранов есть возможность проявить себя».



МЕТАЛЛУРГ

Еженедельная газета. Основана в 1960 году.

Главный редактор Ерёменко О.В.
Корреспонденты
Ерёменко О.В., Лазиевский А.В.
Дизайнер Шумилова Н.Б.

УЧРЕДИТЕЛЬ: Общество с ограниченной ответственностью «ТЕЛЕГРАФ».

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) по Пермскому краю. Свид. о рег. ПИ № ТУ59-01331 от 23.09.2022 г.

Адрес учредителя, издателя, редакции: 624760, Свердловская область, г. Верхняя Салда, ул. Парковая, 12.

Телефоны: 8 (34345) 6-00-87, 6-25-85; 8 (3424) 29-35-68, 29-28-76. **E-mail:** gazeta@avisma.ru

Типография: ООО «ПрессА», 618419, Пермский край, м.о. Город Березники, г. Березники, ул. Карла Маркса, д.50а. Дата выхода в свет - 08.08.2025 г. Тираж 5400. Номер заказа: 286. Цена свободная.

Возрастное ограничение 6+. Перепечатка материалов, опубликованных в газете «Металлург», только с разрешения редакции.

