



ДАЙДЖЕСТ

44,2 млрд кВтч электрической и 5,844 млн Гкал тепловой энергии. В ПАО «ОГК-2» подведены итоги производственной деятельности за 2020 год
стр. 3



С ЗАБОТОЙ О ЗДОРОВЬЕ

Спрашивали? Отвечаем! На вопросы о вакцинации, поступившие от наших подписчиков в социальных сетях, отвечает врач-эксперт
стр. 5



СВЯЗЬ ПОКОЛЕНИЙ

Из солнечного Узбекистана в самое сердце земли Русской. Продолжение цикла материалов о династиях энергетиков ПАО «ОГК-2»
стр. 6



ПРОИЗВОДСТВО

Освободили место под новую. На Киришской ГРЭС демонтировали вторую турбину ТЭЦ. Репортаж с места событий
стр. 7

ОТРАБОТАЛИ 50 000 ЧАСОВ!



На Киришской ГРЭС проведен капитальный ремонт одной из крупнейших парогазовых установок России — ПГУ-800.

За восемь лет эксплуатации газотурбинные установки энергоблока наработали 50 000 эквивалентных часов каждая, что является основанием для проведения главной инспекции. Комплексная диагностика всего оборудования необходима для поддержания надежности работы оборудования, обеспечивающего поставки энергии на весь Северо-Запад. В общей сложности на ремонтных работах было занято более 120 человек.

В ходе ремонта разобраны газовые и паровая турбины, проведена диагности-

ка основного оборудования, всех узлов и агрегатов. Снято и проверено на наличие дефектов более 400 керамических термозащитных плиток турбины и внутренней стенки камеры сгорания. Для обнаружения повреждений обмотки обследование генератора газовых турбин проведено при помощи мини-робота, выводящего изображение на монитор. По итогам дефектации на газовых турбинах в необходимом объеме заменены лопатки горячего тракта, выполнен капитальный ремонт паровой турбины, проведен ремонт насосного парка, на электроприводах заменены уплотнения и смазка.

«Парогазовая установка — высокона-

дежные нагрузки энергосистемы. От своевременной диагностики и качественно проведенного ремонта зависит надежность поставок энергоресурсов потребителям, — комментирует директор Киришской ГРЭС

Денис Покровский. — За два месяца капитального ремонта проведен большой объем работ, устранены выявленные дефекты и, самое главное, — заменена часть лопаток на газовых и паровой турбинах».

■ СПРАВКА

ПГУ-800 Киришской ГРЭС — крупнейшая парогазовая установка в России мощностью 800 МВт. Впервые в истории отечественной электроэнергетики была проведена масштабная модернизация существующего энергоблока (ввод в эксплуатацию — 1975 год) путем надстройки к существующей модернизированной паровой турбине двух современных газовых турбин — каждая мощностью по 279 МВт (производства Siemens) — и двумя новейшими котлами-утилизаторами. Модернизация позволила увеличить мощность блока, коэффициент полезного действия с 38 до 55%, уменьшить удельный расход условного топлива с 324 до 220 г/кВтч.

ПО ИТОГАМ ГОДА

В ПАО «ОГК-2» подведены итоги производственной деятельности за 2020 год.

С 1 января по 31 декабря электростанции компании выработали 44,2 млрд кВтч, что на 19,2% меньше показателя 2019 года (54,7 млрд кВтч).

Уменьшение объемов производства обусловлено снижением востребованности генерирующего оборудования из-за падения потребления во втором и четвертом кварталах 2020 года, в том числе в связи с пандемией коронавируса, а также оптимизацией производственной деятельности (стра-

тегия снижения выработки электроэнергии неэффективным оборудованием).

Доля выработки на энергоблоках, введенных в рамках договоров о предоставлении мощности (ДПМ), в общем объеме производства увеличилась на 1,6 процентных пункта, достигнув 28,1%, или 12,4 млрд кВтч в 2020 году.

Отпуск тепловой энергии с коллекторов ТЭС составил 5,844 млн Гкал, что на 12,1% ниже аналогичного показателя 2019 года (6,647 млн Гкал). Снижение показателя связано с более высокой температурой атмосферного воздуха в отчетный период.



В УСЛОВИЯХ НИЗКИХ ТЕМПЕРАТУР

В условиях резкого снижения температуры атмосферного воздуха, произошедшего в январе, и возросшей нагрузки на работу энергосистемы всего Северокавказского региона на Ставропольской ГРЭС было задействовано шесть из восьми энергоблоков электростанции — почти полный состав оборудования энергопредприятия.

Утром 19 января в соответствии с командой системного оператора в работу был введен еще один энергоблок. Средняя нагрузка по станции составила 2100 МВт — около 87% установленной мощности (2432 МВт).

На электростанции были приняты дополнительные меры по обеспечению стабильного снабжения потребителей тепловой и электрической энергией.

— Таким составом оборудования энергетики не работали уже давно. Причина — теплые и бесснежные зимы предыдущих лет, — отметил заместитель директора — главный инженер Ставропольской ГРЭС Павел Филаретов. — В январе мы успешно отработали в новогодние праздничные дни, персоналом электростанции не было допущено ни одной нештатной ситуации. Достойное прохождение нынешнего осенне-зимнего периода — это, прежде всего, результат своевременно выполненного комплекса мероприятий по подготовке оборудования и сооружений к пиковым нагрузкам.



ЗНАЧИМОЕ СОБЫТИЕ

На строительной площадке пуско-отопительной котельной (ПОК) Троицкой ГРЭС установлена первая колонна административно-бытового корпуса.

— В трехэтажном здании АБК разместятся помещения производственного, административного и бытового назначения: щит управления, помещения для оперативного персонала, ремонтная мастерская и многое другое, — отметил начальник отдела реализации приоритетных инвестиционных проектов ПАО «ОГК-2» Игорь Петрицкий.

Параллельно на стройплощадке идут работы по устройству ростверков и погружению свай под котлы машинного зала. Начало монтажа котлов запланировано на первую декаду февраля 2021 года. Работы проводятся в соответствии с утвержденным графиком.

Напомним, что строительство объекта осуществляет победитель открытого конкурентного отбора — АО «Группа компаний «ЕКС». В соответствии с условиями договора крупнейшая в ПАО «ОГК-2» пуско-отопительная котельная должна быть введена в эксплуатацию в 2021 году.



ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ АКЦИЯ

С наступлением зимних морозов на Новочеркасской ГРЭС была завершена масштабная работа по очистке берегов подводящего канала электростанции.

В рамках природоохранного мероприятия было убрано более 64 тысяч квадратных метров территории, собрано 10 тонн мусора, впоследствии вывезенного на специальный полигон для дальнейшей переработки.

— Места, расположенные рядом со станцией, очень популярны у жителей Новочеркасска для отдыха и хобби. К сожалению, это становится причиной загрязнения берегов канала.

Много мусора попадает сюда и во время весенних половодий, — прокомментировал экологическое мероприятие начальник отдела охраны окружающей среды электростанции Алексей Антоненко. — В ходе акции не только были собраны разбросанные пластиковые и стеклянные бутылки, одноразовая посуда, полиэтиленовые пакеты и другой бытовой мусор — выкорчеваны гнилые коряги, убраны остатки кострищ. Одним словом, вернули берегам свежесть и чистоту.

Работа по сохранению водных ресурсов — важный вклад новочеркасских энергетиков в защиту окружающей природы и улучшение экологии города.



ЭНЕРГЕТИКИ — ДЕТЯМ

ПАО «ОГК-2» оказало благотворительную помощь в оснащении современной оргтехники старейшему общеобразовательному учебному учреждению «Донской Императора Александра III казачий кадетский корпус» для улучшения материально-технического обеспечения учебно-воспитательного процесса.

«Сотрудничество ОГК-2, в частности Новочеркасской ГРЭС, с кадетским корпусом продолжается уже более трех лет. Мы оказываем поддержку как социального характера, так и образовательного. Подчеркну, что это только начало нашего долгосрочного сотрудничества. В ближайшее время мы планируем профориентационную работу с воспитанниками», — отметил директор Новочеркасской ГРЭС Сергей Кухмистров.

Директор кадетского корпуса Андрей Рембайло подчеркнул высокую заинтересованность учебного заведения в ре-



ализации профориентационной работы с промышленными предприятиями города: «Из стен нашего казачьего кадетского корпуса выходят медалисты, победители различных спортивных соревнований, большая часть из них поступает в военные училища и начинают службу в Вооруженных силах, качество подготовки кадет находится на самом высоком уровне. Наша задача — дать им и высококвалифицированную, востребованную гражданскую профессию. И в этой связи знакомство с энергетической отраслью и деятельностью крупнейшей электростанции Ростовской области — Новочеркасской ГРЭС — один из важных ориентиров в этом направлении. Тем более, в нашем городе есть специализированный энергетический факультет в Южно-Российском государственном политехническом университете им. М.И. Платова, где наши выпускники могут продолжить свое обучение». ■

42-Й ЛЫЖНЫЙ ДЕСАНТ

Энергетики Псковской ГРЭС приняли участие в 42-м лыжном десанте в деревню Острая Лука — к месту гибели Героя Советского Союза, юного партизана Лени Голикова.

Почтить память героя отправились: Антон Кириллов, специалист отдела ГО, ЧС и ПО, организатор лыжного десанта; Иван Пинчук, ведущий инженер электрического цеха; Юрий Юрин, инженер отдела информационных технологий; Денис Иванов, машинист энергоблока; Лариса Яковлева, машинист компрессорных установок; Лариса Попова, техник отдела хозяйственного обеспечения. Все — опытные лыжники, которые с легкостью покоряли и более длинные дистанции.

«Путь в 16 километров преодолели за четыре часа, — рассказывает Антон Кириллов. — Погода нас немного подвела. Оттепель, ветер, морозящий дождь, незамерзший ручей, конечно, усложнили нам дорогу, но мы добрались до места назначения, возложили цветы к могиле героя. Продолжили традицию похода, заложенную его основателем и бессменным руководителем — Владимиром Юрьевичем Елизаровым».

В этом году вместе с энергетиками шли на лыжах и их дети. Самым юным участником акции стал Константин Юрин, ученик четвертого класса. Он стойко, по-мужски преодолел все тяготы лыжного десанта и шел плечом к плечу с отцом.

«Цель нашего похода — сохранить историю, память о защитниках нашего края, передать эти знания нашим детям, — говорит Антон Кириллов. — Это правильно, это важно. Преемственность поколений, наши традиции, наши воспоминания — вот что нас объединяет, делает сильнее. К тому же лыжный поход — прекрасный пример спортивного воспитания и тренировки силы духа». ■



152 ЭЛЕКТРОСТАНЦИИ

Более 30 000 деталей конструктора Лего использовали киришские девочки и мальчишки для создания 152 электростанций на конкурс «ЛЕГО-ГРЭС: построй свою электростанцию», посвященный Дню энергетика и 55-летию Киришской ГРЭС.

Больше сотни дымовых труб, турбин, генераторов, котлов созданы руками юных строителей! Они возводили копии Киришской ГРЭС, ветряные, атомные, гидроэлектростанции, солнечные, сказочные и футуристические — на любой вкус и цвет. Двадцать шесть «энергообъектов», выбранных жюри для участия в финале конкурса, были выставлены в Киришском краеведческом музее.

Членам жюри нелегко было определиться с финалистами и победителями — одни работы поражали точностью ви-

зуального исполнения, другие демонстрировали производственный процесс. В итоге вместо одного победителя жюри выбрало пять.

Дмитрий Соколов представил технологическую цепочку поставки электроэнергии от генерирующей компании до праздника. Полина и Михаил Федоровы построили ПГУ-800, где работает их папа. Леонид Изовит создал Киришскую ГРЭС в миниатюре, а у самых взрослых участников конкурса Максима Печорина и Степана Егорова получилось собрать макет с движущимися частями, наглядно демонстрирующими технологический процесс создания электроэнергии.

Все финалисты и победители получили заслуженные дипломы и призы! ■



ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ СПОРТ

В честь профессионального праздника энергетиков на Серовской ГРЭС для юных спортсменов организовали соревнования по шашкам.

Вот уже несколько лет в школе № 13, расположенной в микрорайоне Энергетиков города Серова, успешно работает шашечная секция, которая пользуется большой популярностью среди учеников всех возрастов. Дети с удовольствием посещают занятия и любят участвовать в турнирах.

В честь профессионального праздника — Дня энергетика — представители Серовской ГРЭС и первичной профсоюзной организации электростанции провели для юных

любителей интеллектуальных соревнований состязания по русским шашкам.

В связи со сложившейся эпидемиологической обстановкой турнир прошел по укороченной схеме — команды играли в разных классах и без присутствия болельщиков. Несмотря на эти обстоятельства, борьба за призовые места была жаркой. Лидеры определились почти сразу, но предугадать итог того или иного сражения иногда было очень сложно. Все шашкисты выступили достойно и профессионально, проявляя смекалку и навыки, приобретенные в секции.

Призерам соревнований были вручены сладкие презенты от организаторов мероприятия и профсоюзного комитета Серовской ГРЭС! ■



Я ПРИВИВКИ НЕ БОЮСЬ: ЕСЛИ НАДО — УКОЛЮСЬ!

В советское время эти строки, написанные в 1957 году мастером сатиры и знатоком детской психологии Сергеем Михалковым, знал, пожалуй, каждый. В центре сюжета — «храбрый» мальчик, убеждающий всех в отсутствии у него страха перед прививками. И хотя само стихотворение в первую очередь носит характер развлекательный, на его примере ребят учили не бояться и смело входить в прививочный кабинет. Герои нашего сегодняшнего материала уже не дети — взрослые самостоятельные люди, сделавшие выбор в пользу здоровья, безопасности и спокойствия — своего и своих родных и близких.

Москва — город-миллионник. На протяжении пандемии среди населенных пунктов России именно здесь складывалась наиболее тяжелая эпидемиологическая обстановка, связанная с распространением COVID-19. Неудивительно, что мегаполис стал и одним из первых регионов страны, где развернулась масштабная вакцинация от коронавируса. Сегодня в российских городах открыты уже несколько тысяч пунктов, где можно поставить прививку от инфекции, но делать ее или нет — главный вопрос, который до сих пор волнует многих — в интернете можно найти множество самой разноплановой информации как «за», так и «против». Разобраться в вопросе и узнать все из первых уст нам помогли наши московские коллеги — энергетика ПАО «Мосэнерго» и ПАО «МОЭК».

В ЧИСЛЕ ПЕРВЫХ

Вадим Щербаков, главный специалист службы совершенствования эксплуатации ТЭЦ-20 Мосэнерго, сделал прививку еще в период пострегистрционных испытаний вакцины в сентябре прошлого года. После прохождения медицинского осмотра ему ввели первую из доз двухкомпонентного препарата, а через 21 день — вторую, необходимую для формирования полноценного иммунитета.

— Многие из моего ближайшего окружения в прошлом году переболели COVID-19: родственники, друзья, знакомые. Для меня было важно обезопасить своих близких и себя. Прививка стала одним из реальных средств это сделать, — рассказывает Вадим. — Записался на вакцинацию очень просто, через портал «Госуслуги Москвы», и в ближайшее время меня пригласили в одну из поликлиник города.

Энергетик отмечает, что после прививки за себя и своих родных ему стало гораз-



Для Виктора Попова прививка — небольшая плата за возможность вести активную и насыщенную жизнь

до спокойней. А еще за прошедшие после вакцинации месяцы каких-либо признаков, говорящих о наличии заболевания, у него не появилось. «Ставить или нет прививку — личное дело каждого», — считает Вадим. Свой выбор он уже сделал.

«ЭТО НЕ ГРИПП И НЕ ПРОСТУДА»

Коллега Вадима — Елена Чмерук, лаборант химического анализа смены оперативной эксплуатации химического оборудования ТЭЦ-20, в повседневной жизни придерживается мнения, что в борьбе с инфекциями организм должен справляться самостоятельно — вырабатывать иммунитет. Но COVID-19 — случай особый.

— Это не грипп и не простуда. Опасность коронавируса как заболевания гораздо выше, последствия — серьезнее. В нашей истории не раз случались эпидемии, уносящие ежегодно миллионы жизней. В большинстве случаев их удавалось остановить только массовой вакцинацией. Это и сыграло решающую роль, — поясняет свой выбор Елена. — Первая прививка у меня была перед новым годом, вторую я сделала совсем недавно — 14 января. Было легкое недомогание, которое прошло на следующий день. Сегодня мне позвонила сестра — они с мужем тоже сделали прививку. Нам всем очень хочется, чтобы жизнь поскорее вошла в привычное русло.



Вадим Щербаков сделал прививку еще в период пострегистрционных испытаний вакцины, и о своем решении не жалеет



Елена Чмерук в первую волну вакцинации не попала, пришлось ждать второй очереди. Сегодня чувствует себя в безопасности



Светлана Босник живет около больницы и не понаслышке знает, насколько опасен коронавирус

«БОЛЕЗнь ИЛИ ПРИВИВКА? ДЛЯ МЕНЯ ВЫБОР ОЧЕВИДЕН»

Это слова Светланы Босник, оператора котельной Филиала № 1 МОЭК. Их она подтверждает своей непростой историей. Болезнь не обошла ее семью стороной, а для одного из членов семьи — казалось бы, молодого и сильного мужчины — закончилась трагически. Именно это событие перевесило чашу весов в пользу решения принять участие в прививочной кампании, организация которой, к слову, оставила у Светланы хорошее впечатление:

— Людей было довольно много. Конечно, все в масках — и персонал, и посетители. Медосмотр, заполнение документов, непосредственно прививка — все произошло в разных кабинетах. По 1–2 человека в очереди, ждать приходилось недолго. Думаю, в ближайшие дни их станет намного больше — ведь вакцинация становится доступна всем, независимо от места работы. Не боялась ли я вакцинироваться в принципе? Пожалуй, нет. Доверяю научному коллективу, разработавшему вакцину, — это институт с большим многолетним опытом исследования и создания действующих вакцин от самых разных болезней. Да и, честно говоря, постоянно мелькающие у меня под окном маячки «скорых» (я живу недалеко от больницы) и возможность заболеть пугают меня гораздо больше. Всем коллегам желаю правильного выбора — такого, чтобы не жалеть потом о неиспользованном шансе. Берегите себя!

НЕ ОТКЛАДЫВАТЬ ЖИЗНЬ НА ЗАВТРА

Механик транспортного цеха № 3 Виктор Попов (Филиал № 14 МОЭК) уверен: пара уколов — не слишком большая плата за возможность вести активную и насыщенную жизнь. А правильный психологический настрой поможет избежать даже временных неприятных последствий вакцинации. В свои шестьдесят с хвостиком энергетик занимается пауэрлифтингом и в 2020 году намеревался принять участие в чемпионате мира по этому виду спорта. К сожалению, из-за роста числа заболевших соревнования отменили.

— Прошедший год заставил нас на многое взглянуть иначе. Сейчас особенно хочется идти по жизни, ничего не опасаясь. И те, кому больше шестидесяти, понимают это лучше других. Если не сейчас, то когда? Чтобы не терять месяцы и годы на изоляцию или болезнь, достаточно прививки. Пара уколов — разве это большая плата за возможность поездок, тренировок, общения? — говорит он. — Многие «возрастные» коллеги и знакомые разделяют мою точку зрения — уже больше половины вакцинировались или записались на прививку. Молодые пока это не прочувствовали, им кажется — вся жизнь впереди, все успеют. Да и к своему здоровью относятся проще. Но, думаю, они тоже скоро поймут, что прививаться необходимо.

«Вакцинация — процесс несложный», — считает Виктор. Вопрос, делать прививку или нет, для себя он не ставил — просто выбрал удобное время и подходящую территориально клинику, без проблем записался по телефону. Побочных явлений не боялся. И их не было. Как говорит энергетик — важна психологическая готовность.

— Здесь, как в спорте, побеждает не тот, кто сильнее, а тот, кто готов к победе. У нас сейчас есть возможность — обезопасить себя и своих родных и друзей. Давайте ею воспользуемся — и победим!

Благодарим за помощь в подготовке материала коллег из МОЭК и Мосэнерго. ■

СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!



Совсем недавно на официальной страничке ПАО «ОГК-2» в Instagram ogk2_energy мы спрашивали наших подписчиков, что бы они хотели узнать о вакцинации. Тема оказалась как никогда актуальной — в ответ на сториз в директ аккаунта поступило множество обращений от читателей публика (и не только работников компании). Объединив похожие, мы обратились за ответами к врачу-эксперту, руководителю проектов Группы управления медицинскими проектами АО «СОГАЗ» Евгению Ковалеву. Как и обещали, публикуем их в нашей корпоративной газете.

— Какими вакцинами сейчас можно привиться в России и можно ли выбрать самому?

Сейчас в России проводится иммунизация населения с помощью вакцины «Спутник V». Массовая вакцинация препаратом «ЭпиВак-Корона» ожидается не ранее марта 2021 года. Третья вакцина, созданная в Федеральном научном центре имени М.П. Чумакова и являющаяся классической инактивированной вакциной, сейчас только находится в стадии регистрации, и ожидать ее следует не ранее лета 2021 года. Зарубежные вакцины в России в ближайшее время доступны не будут, так как многие западные страны уже сейчас испытывают проблемы с доставкой вакцины из-за строгих требований к температурному режиму и малого объема производимого на данный момент препарата.

— Кто сегодня может пройти вакцинацию от COVID-19?

Сегодня в Российской Федерации нет ограничений по вакцинации. Как известно, уже стартовала общегражданская массовая вакцинация. В ряде регионов еще решаются логистические задачи, связанные с доставкой вакцин, поэтому в первую очередь прививают определенные категории населения: медработников, работников социальной защиты. В ряде регионов в приоритетные категории также включают энергетиков.

— Настолько ли она эффективна, как о ней говорят?

По последним данным, эффективность вакцины «Спутник V» составляет 91,4%¹.

— Полностью ли завершены испытания вакцины? Что такое лайт-вакцина?

Клинические исследования вакцины «Спутник V» завершены: уже пройдены три фазы клинических испытаний, которые показали ее эффективность и безопасность. Полные результаты будут опубликованы после

1 марта 2021 года. Сейчас начинаются также исследования комбинации вакцины «Спутник V» с вакциной компании «AstraZeneca» и исследования «Спутник Лайт», в котором предполагается введение только одного компонента аденовирусного вектора (аденовирус 26 типа).

— А можно ли не проходить вакцинацию?!

Вакцинация является добровольной, и решение принимается самостоятельно, однако важно понимать, что вакцинация каждого из нас от коронавирусной инфекции — поэтапная мера и личный вклад каждого гражданина в борьбу с пандемией. Чем большее число людей сделают прививку, тем быстрее сформируется популяционный иммунитет. Вакцинация переносится вполне хорошо, поэтому не стоит беспокоиться о безопасности.

— Из официальных источников известно, что антитела сохраняются три месяца. А что дальше? Опять ставить прививку?

Антитела после перенесенного заболевания сохраняются, как правило, в течение 3–7 месяцев. Согласно первым данным клинических исследований, после вакцинации антитела сохраняются уже более 8 месяцев. Первоначально предполагалось, что этот период будет составлять около двух лет. В текущий момент ожидается, что прививочная кампания от коронавирусной инфекции будет проводиться ежегодно, в том числе из-за возможных частичных мутаций вируса. Допускаю, что вакцина будет комбинироваться с какой-либо из других ежегодных вакцин, типа вакцины от гриппа.

— Нужно ли делать тест на антитела перед прививкой?!

Непосредственно при подготовке к вакцинации против COVID-19 проведение лабораторных исследований на наличие антител к вирусу SARS-CoV-2 не является обязательным.

— Надо ли прививаться, если есть антитела? Нужно ли прививаться, если я уже болел COVID-19?

В соответствии с рекомендациями Минздрава России лица, имеющие положительные ре-

зультаты исследования на наличие иммуноглобулинов классов M и G к вирусу SARS-CoV-2, полученные вне рамок подготовки к вакцинации, в настоящий момент не прививаются. Однако перед принятием окончательного решения о возможности прохождения вакцинации в каждом отдельном случае рекомендуется проконсультироваться с врачом.

— Если я простужена, можно ли делать прививку в этот период?

Если у вас есть симптомы ОРВИ, то вы не можете делать прививку в данный период. Ограничения составляют 14 дней, то есть через две недели после ОРВИ возможно пройти вакцинацию от коронавирусной инфекции. В случае если вы делали прививки от других инфекций (клещевой энцефалит, желтая лихорадка и т.д.) в течение последнего месяца, также целесообразно отложить вакцинацию.

— Если есть аллергия, можно ли не ставить прививку?

Аллергические реакции на вакцину очень редки. В вакцине «Спутник V» не содержится куриный белок (овальбумин), который часто вызывает, к примеру, побочные реакции в противогриппозных вакцинах и в ряде других вакцин. Вакцина не содержит алюминий, который тоже может вызывать аллергические реакции.

Однако при наличии в анамнезе выраженных аллергических реакций (анафилактический шок, отек Квинке и пр.) после введения прививок рекомендуется дополнительно проконсультироваться с врачом.

— Какие побочные эффекты наблюдаются у прошедших вакцинацию?

В России поставлено уже более миллиона доз вакцины «Спутник V». Тяжелых побочных эффектов, а тем более смертей, на фоне использования «Спутник V» не зарегистрировано. Эффективность и безопасность российских вакцин также признается мировым научным сообществом.

В большинстве случаев прививка переносится хорошо, побочные эффекты не наблюдаются. В отдельных случаях возможны следующие реакции: боль в месте укола, повышение температуры тела, головная боль, ощущение продромальных реакций (то есть когда человек ощущает, как будто он заболевает ОРВИ), сыпь, аллергические реакции.

Как правило, данные реакции возникают не сразу, а через 18–24 часа после укола и проходят не более суток.

— Как можно записаться на бесплатную вакцинацию в регионах?

В ряде регионов планируется запись на вакцинацию через портал государственных услуг. Также возможно обратиться в поликлинику, к которой вы приписаны по ОМС. Впоследствии ожидаем, что появится возможность

организации вакцинации выездным способом непосредственно на предприятиях.

— Можно ли заболеть после прививки? Заразить близких?

Никакая вакцина не может обеспечить 100% защиты. Действительно, бывают случаи, так же как и с гриппом, когда человек после вакцинации может переболеть. Как правило, вакцинированные могут переболеть в двух случаях: когда еще не сформирован защитный титр антител, то есть в первый месяц после укола, либо при столкновении с высокой концентрацией вирусов.

— Если мне поставят прививку при вероятном бессимптомном течении болезни? К каким последствиям это может привести?

При вакцинации в случае бессимптомного течения болезни никаких изменений не происходит. Дело в том, что антитела вырабатываются только через 30 дней после первого укола, и на течение болезни дополнительное введение антигена не влияет.

— Может ли прививка заменить отрицательный тест на COVID-19? Как можно получить документ, подтверждающий вакцинацию, и будет ли он действительным?

Прививка не заменяет отрицательный тест на COVID-19. Это совершенно разные вещи. В случаях, когда существуют требования по тестированию на COVID-19, даже с учетом пройденной вакцинации, данное тестирование будет продолжаться. После вакцинации можно получить сертификат, который, насколько нам известно, будет доступен на сайте госуслуг. Вопрос по сроку его действия пока не решен и, вероятно, будет действителен около года.

— У меня в семье есть маленькие дети и уже пожилые родители. Насколько прививка безопасна для разных возрастных категорий?

Исследования по влиянию вакцины на детей еще только начаты, и пока ни в России, ни в мире нет вакцин, доступных для детского возраста. Однако дети переносят коронавирусную инфекцию, как правило, легче. Скорее всего, вакцинация детей начнется не ранее 2022 года. Для пожилых, считаю, вакцины целесообразны.

— Могут ли поставить чип отслеживания во время прививки?

Естественно, никаких чипов, 5G-антенн и других имплантатов во время вакцинации не вводится, не нужно ориентироваться на мифы вокруг COVID-19. Стоит доверять только информации из проверенных источников.

** В статье сохранена оригинальная пунктуация авторов вопросов.*

■ СПРАВКА

В 2020 году в России были зарегистрированы две вакцины для профилактики новой коронавирусной инфекции. В августе регистрацию прошел препарат «Спутник V» (Гам-Ковид-Вак), созданный Центром имени Н.Ф. Гамалеи Минздрава России, а в октябре — вакцина новосибирского центра «Вектор» — «ЭпиВакКорона». Обе вакцины надежно защищают от новой коронавирусной инфекции, но механизм их действия разный.

Вакцина «Спутник V» (Гам-Ковид-Вак) представляет собой неразмножающиеся в организме человека обезвреженные частицы аденовируса. При создании вакцины их генетическая основа была удалена, а вместо нее в частицу вируса введен ген с кодом особого белка («шипа» коронавируса). Этот белок не представляет никакой опасности для человека. Он помогает иммунитету правильно реагировать на вирус и вырабатывать к нему антитела (иммуноглобулины), которые будут в дальнейшем защищать от инфекции.

Для полной защиты пациенту необходимо сделать два укола с аденовирусами разных типов с интервалом 21 день. Первый этап запускает иммунный ответ, а второй разгоняет и усиливает его.

Вакцина «ЭпиВакКорона» содержит искусственно синтезированные пептиды (небольшие белки) коронавируса. В вакцине использованы три вида пептидов, а также белки-носители и вспомогательные вещества, которые нужны для проникновения вакцинальных компонентов в организм. Эти пептиды распознаются иммунными клетками привитого человека, и к ним вырабатываются антитела. Если после вакцинации человек встретится с «настоящим» коронавирусом, его иммунная система «узнает врага по его пептидам» и отразит атаку. Вакцина также вводится два раза с интервалом 14–21 день.

Данные с сайта Минздрава на 28.01.2020, <https://covid19.rosminzdrav.ru/v-chem-raznicza-mezhdu-rossijskimi-vakcinami-ot-covid-19/>

¹ По данным сайта <https://stopkoronavirus.rf> по состоянию на 20.01.2021.

ОДНОЮ НИТЬЮ МЫ С ТОБОЮ СВЯЗАНЫ...

Двести лет трудового стажа в энергетике насчитывает династия Эрзрумян. Цифра поистине впечатляет! Насколько же нужно любить профессию, чтобы из миллиона специальностей выбрать именно ее и возвращаться к ней снова и снова?

«На 200%, — улыбается Арутюн Эрзрумян, начальник смены электростанции Псковской ГРЭС. — Это я могу сказать точно и за себя, и за моего отца, и за всех представителей нашей трудовой династии. Чтобы посвятить свою жизнь энергетике, нужно быть немного авантюристом — в хорошем смысле этого слова, рационализатором, романтиком, ну и, конечно, однолюбом».

А началось все вот так...

По всему великому Советскому Союзу внедрялся грандиозный план ГОЭЛРО, и в Ташкенте, где жила семья Эрзрумян, на реке Чирчик, появился каскад гидроэлектростанций. Основатель династии — Сергей Эзобович Эрзрумян, тогда еще совсем молодой парень, видя и чувствуя душевный подъем, с которым возводились электростанции, решил: «Непременно стану энергетиком!».

После окончания Ташкентского политехнического института он пришел на Тавакскую ГЭС дежурным монтером. Спустя шесть лет перебрался на жемчужину Узбекистана — Чарвакскую ГЭС. Работал начальником смены электрического цеха, затем начальником смены электростанции. Его жена, Тамара Дмитриевна, заслуженный энергетик Узбекистана, 20 лет посвятила работе экономистом в плановом отделе Чарвакской ГЭС.

Дети Сергея Эзобовича, Арутюн и Дмитрий, с малолетства знали: как и родители, станут энергетиками.

Арутюн Эрзрумян, старший сын в семье, получил энергетическое образование и пришел на Чарвакскую ГЭС электромонтером. Влился в профессию легко: была хорошая теоретическая база и сильные наставники. Да и профессия нравилась, а это, по его словам, ключ к успешной работе.

Вскоре Арутюн Сергеевич представил родным нового члена трудовой династии. С женой Ириной они познакомились еще в школе и до сегодняшнего дня так и идут вместе по жизни — рука об руку. Ирина работала обходчиком гидротехнических сооружений на Чарвакской ГЭС.

Однажды молодая чета решила кардинально изменить свою жизнь. Из солнечного Узбекистана они отправились на север, в морозную и неприветливую Нягань. На вопрос «почему?» Арутюн Сергеевич отвечает честно: «На заработки. Думали, заработаем денег на покупку жилья и вернемся в родные места». Профессию выбрали близкую к энергетике: Арутюн участвовал в строительстве дорог для нефтяников и газовиков и обслуживал дизельные электро-



Трудовая династия Эрзрумян. Слева направо: Светлана Эрзрумян, Дмитрий Эрзрумян, Сергей Эрзрумян, Арутюн Эрзрумян, Ирина Эрзрумян, Константин Эрзрумян. Фото из личного архива семьи

станции. А Ирина работала диспетчером в управлении буровых станций.

Шесть лет пролетели довольно быстро. Средства на покупку жилья были накоплены. Но возвращаться было уже некуда. Начавшаяся перестройка заставила семью Эрзрумян искать новое место жительства. И новую работу.

«В 1992 году отец приехал на Псковскую ГРЭС, — рассказывает Арутюн Сергеевич. — Нашел, что это неплохое место для работы и жизни, предложил нам приехать сюда».

«Условия большой стройки со всеми ее трудностями нам были знакомы, — подхватывает Ирина Эрзрумян, — но то, к чему мы долго не могли привыкнуть — малое количество солнечных деньков, оно создавало ощущение серости. В дальнейшем, конечно, мы научились не обращать на это внимания и оценили красоту местной природы».

Сергей Эзобович был принят в электрический цех начальником смены. В годы перед уходом на пенсию работал инспектором по охране труда. Награжден медалями «Ветеран энергетике Узбекистана», «Ветеран труда», «В ознаменование 70-летия плана ГОЭЛРО».

Арутюн Сергеевич начал свой путь на Псковской ГРЭС с должности электромонтера. Сейчас он начальник смены электростанции. На его плечах колоссальная ответственность за режим работы теплосети и всего оборудования электростанции.

«От отца я унаследовал любовь к делу, которым занимаюсь, и тягу движения вперед. Всю жизнь я учил, разбирался, сдавал экзамены, принимал повышения, затем снова учил. В нашей профессии очень важно досконально знать свою работу».

Помимо отца, я очень благодарен своим опытным наставникам, людям, с которых

в дальнейшем я брал пример: Константину Владимировичу Комарову, Николаю Николаевичу Брызгину. И, конечно, примером настоящей выдержки, ответственности и любви к энергетике для меня был и остается Алексей Алексеевич Мешков. На счастье, он приехал на дедовскую землю, объединил под своим началом специалистов со всего Союза, показал, что, если есть желание, можно свернуть горы. Как сказал поэт поэтов, он «...памятник себе воздвиг нерукотворный». Да и рукотворный тоже. Вот какая красавица стоит на берегу Шелони!».

Душевной опорой для Арутюна Сергеевича является его семья и любимая жена Ирина, которая мастерски совмещает сложную работу аппаратчика азотно-кислородной станции (АКС) и хранительницы семейного очага.

На АКС Ирина занимается выработкой азота и кислорода для нужд электростанции. Работа ответственная. Если хоть на градус упустить температуру — азот уже не получится. Сейчас это ее стихия. Вспоминаю, как пришла первый раз в цех, улыбается: «Было очень страшно, все гудело, показания приборов менялись молниеносно. Первое желание было развернуться и уйти. Но я преодолела свой страх, влилась в дружный коллектив, и теперь я часть этой большой энергии».

Дома Ирина много времени проводит на кухне, а в свободные минуты вышивает необыкновенно красивые картины. «Я просто обожаю готовить! Ищу новые интересные рецепты и воплощаю их в жизнь. Родные положительно оценили мое кухонное творчество. Очень часто мы собираемся всей большой семьей и пробуем новые блюда».

Старший сын Ирины и Арутюна, Константин, продолжил семейную традицию и стал энергетиком. Его стаж в отрасли

уже 16 лет. Сейчас он трудится в Кубанском ПМЭС ПАО «ФСК ЕЭС» главным специалистом по охране труда, пожарной и промышленной безопасности.

Дмитрий Эрзрумян, родной брат Арутюна Сергеевича, тоже энергетик со стажем. Он начал работу в 1986 году электромонтером релейной защиты и автоматики на каскаде Среднечирчикских ГЭС. В 1993 году приехал на Псковскую ГРЭС, устроился в электрический цех, чтобы продолжить работу по специальности. Первая рабочая смена Дмитрия выпала на 23 февраля! Теперь для него это двойной праздник.

«Особенно мне запомнились первые пуски энергоблоков. Наш цех принимал участие в наладке электрического оборудования. Было интересно, — рассказывает он. — Оборудование тепловой станции принципиально отличается от оборудования гидроэлектростанции, мне хотелось во всем разобраться и все изучить. Тогда в поселке энергетиков собрались высококлассные специалисты со всех концов страны, мы были объединены общим порывом все сделать и запустить энергоблоки в работу!»

Сейчас Дмитрий Сергеевич — мастер группы по высоковольтным измерениям и испытаниям участка пожаротушения. В его ведении — лаборатория для проведения высоковольтных испытаний и диагностики изоляции электротехнического оборудования, изоляционных масел, средств индивидуальной защиты. И лаборатория противопожарной автоматики, где проверяется работоспособность автоматических установок водяного пожаротушения кабельных сооружений и силовых трансформаторов.

Его жена, Светлана Эрзрумян, работает аппаратчиком химводоочистки Псковской ГРЭС. Вместе с коллегами она готовит химобессоленную воду для производственного цикла выработки электро- и теплоэнергии.

«Очистка и обессоливание воды — очень важный химический процесс, — рассказывает Светлана. — От качества питательной воды зависит стабильность работы всего оборудования электростанции. Из Шелони вода поступает в подводящий канал, затем через трубопровод сырой воды — к нам в химический цех. В баках осветлителя вода очищается от органических и механических примесей, затем через блок фильтров поступает на обессоливающую установку. На выходе получается идеально чистая, обессоленная вода, которая подается в водяной тракт котла, превращается в пар и раскручивает лопасти наших турбин».

Светлана бойко рассказывает о своей профессии, используя технические названия и термины, и ее слова светятся любовью к делу, которым она занимается. «Да, верно, — говорит она, — я очень люблю свою работу. Для меня это не механические действия — я вкладываю душу в то, что делаю. Всему этому меня научили Любовь Николаевна Бажанова, Татьяна Ивановна Екимова, Ирина Владимировна Кособуцкая. Безмерно благодарна им! И сейчас даже не могу представить себя кем-то другим, кроме энергетика. А ведь раньше я очень хотела стать медиком».

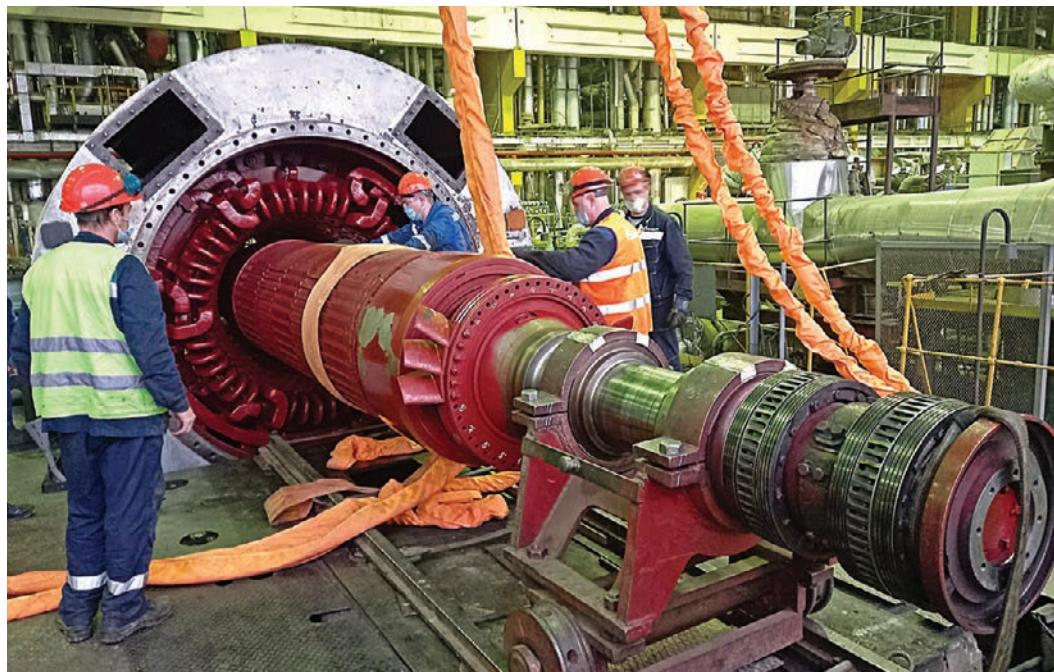
Дмитрий Сергеевич тоже ни разу не усомнился в том, правильный ли профессиональный путь он выбрал. Он — продолжатель сильной и многочисленной династии, внесшей огромный вклад в развитие энергетической отрасли.

Слова Дмитрия Эрзрумяна можно использовать в качестве лозунга энергетиков: «Я люблю свою профессию, я читаю много технической литературы, я не допускаю застоя мыслей и, каждый раз включая лампочку, я знаю, что там есть и частица моего труда».



Братья Эрзрумян. Дмитрий (слева) — мастер группы по высоковольтным измерениям и испытаниям участка пожаротушения Псковской ГРЭС, Арутюн (справа) — начальник смены электростанции

ОСВОБОДИЛИ МЕСТО ПОД НОВУЮ



«Жаль расставаться. Все же столько лет отработала с нами. Хоть новую и ждем с нетерпением, а все равно смотреть немного грустно», — поделился эмоциями один из работников Киришской ГРЭС, наблюдающий за началом демонтажа второй турбины ТЭЦ. За 54 года ТГ-2Т наработала более 392 000 часов, и ей, как «ветерану», действительно требуется замена.

Четыре месяца работы — и площадка под новую турбину свободна: демонтировали цилиндры высокого и низкого давления, генератор, срезали вспомогательное оборудование. Можно приступать к следующему этапу.

Демонтаж столь крупного оборудования в работающем цехе, отвечающем за тепло-снабжение города и поставки пара на нефтеперерабатывающий завод, — это большая ответственность как работников подрядной организации, так и эксплуатационного персонала. На подготовительном этапе была разработана программа вывода в ремонт с обеспечением

печивающими мероприятиями, уточнены объемы демонтажа, разработаны графики работ по отключению линий промышленных отборов и транзитных кабельных линий.

А дальше — непосредственно сам демонтаж: отглушили турбину по всем средам, сняли защитный кожух и теплоизоляцию, срезали оборудование... Особое внимание было уделено демонтажу цилиндров турбины и генератора. Вес последнего — 79 тонн! На подготовительный этап ушло несколько дней: проверен такелаж, выверены схемы строповки, демонтированы связи генератора с внешним оборудованием, удален крепеж

генератора к фундаментным плитам, выбран оптимальный маршрут перемещения. За два дня до переноса произведен контрольный подъем на высоту 400 мм, проверены тормоза мостового крана и надежность крепления оборудования.

Суммарно в работах по подготовке и переносу статора генератора были задействованы порядка 20 человек (две бригады участка грузоподъемных механизмов Киришской ГРЭС, электромонтеров и слесарей ПГТО и бригада подрядной организации, отвечающей за демонтаж турбогенератора ТГ-2Т). Особая ответственность лежит на участке грузоподъемных механизмов. На кране — Александр Смирнов, машинист крана участка грузоподъемных механизмов цеха общестанционных работ Киришской ГРЭС, именно ему поставлена задача максимально аккуратно переместить оборудование вдоль работающего цеха на расстояние 154 метра и опустить на площадку для временного хранения. Выдохнули, когда генератор оказался на нулевой отметке у временного торца ТЭЦ. Там он будет ожидать перемещения при помощи трала (специальный вид автотранспорта для перемещения крупногабаритных грузов) на центральный склад электростанции.

Сейчас на месте, где еще несколько месяцев назад работала турбина, — пустая площадка, работы по демонтажу завершены. «С февраля мы приступаем к подготовке фундамента под новую турбину и генератор, — рассказывает директор филиала «ГЭХ Инжиниринг» Киришская ГРЭС Петр Дуничкин, — необходимо зачистить все площадки, провести восстановительные работы, установить фундаментные плиты генератора и турбины. Поставка основного оборудования запланирована на июль этого года».

Ирина ЯКУНИНА



С ПЕРСПЕКТИВОЙ НА БУДУЩЕЕ

ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

Сегодня в учебном классе Новочеркасской ГРЭС, как в одном из лучших технопарков страны, — помещение, рассчитанное на 20 рабочих мест, оснащено по последнему слову науки и техники: современное компьютерное и мультимедийное оборудование, групповой терминал для организации видео-конференц-связи, интерактивная доска, микрофоны, наушники и многое-многое другое. Картину дополняют новейшее программное обеспечение и комфортабельная офисная мебель — чтобы занятия проходили не только с пользой, но и с удовольствием.

Такой класс сегодня в компании не единственный, за 2020 год подобные помещения появились сразу на нескольких электростанциях ПАО «ОГК-2» — в Новочеркасске, Сочи, Ставрополе, Киришах, Сургуте. Полномасштабное переоборудование учебных помещений и компьютерных кабинетов стало итогом принятого ООО «Газпром энергохолдинг» решения по созданию универсальных площадок для обучения и профессионального развития персонала энергообъектов компании.

— Основная цель — это обеспечение технических и организационных возможностей для повышения качества обучения наших работников по единым корпоративным стандартам, — рассказывает Александр Богомолов, начальник отдела подбора и развития персонала ПАО «ОГК-2». — Когда мы только начинали работу над проектом, в некоторых филиалах техническое оснащение классов и кабинетов не позволяло эффективно организовать учебные процессы, связанные с использованием специальных тренажеров, единых информационных и образовательных площадок, дистанционных форм обучения специалистов. Сегодня каждый из них — это настоящий высокотехнологичный учебный комплекс с самым современным оборудованием.

Все учебные классы и кабинеты оснащены системой видео-конференц-связи и телекоммуникационными технологиями, которые предоставляют большие возможности для организации образовательного процесса

как на местах, так и на расстоянии. Рабочие места преподавателей и слушателей составляют единую связку, являясь еще одним эффективным инструментом подачи информации.

— Наш класс оборудован интерактивной доской — 65-дюймовой сенсорной панелью со встроенным программным обеспечением, что дает возможность не только проводить различные презентации, но и рисовать, сенсорно управлять контентом, записывать информацию с последующим выводом на пе-

чать, — говорит Антон Киясов, начальник отдела информационных технологий Новочеркасской ГРЭС. — Двери класса будут открыты для всех категорий обучающихся, что позволит значительно повысить возможности по подготовке наших работников и само качество образовательного процесса!

Спектр использования учебных комплексов очень широк. Это: подготовка, переподготовка и повышение квалификации персонала, проверка знаний работников в соответствии с требованиями нормативно-технической документации и локальных нормативных актов, возможность автоматизированной оценки, протоколирования и хранения результатов, реализация тренажерной подготовки и повышение качества специальной подготовки сотрудников, проведения профессиональных

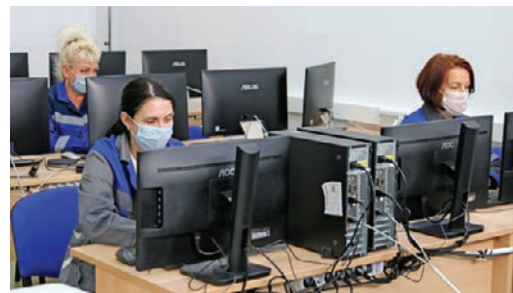
соревнований на базе филиалов и компании, многие другие направления деятельности.

Создание компьютерных учебных комплексов проводилось в рамках инвестиционной программы Общества, активное участие в реализации проекта приняли специалисты отделов технического перевооружения и реконструкции и ИТ-специалисты компании. Проектирование и монтажные работы выполнены ООО «ТЭК — Информ» с высоким качеством применяемых материалов и проектных решений.

— Техническое обеспечение учебного процесса — это важная задача, в решении которой наша компания сделала большой шаг вперед, — заключает Александр Богомолов. — Это позволяет нам сегодня использовать различные методы обучения и формы подготовки персонала, особенно в условиях пандемии. ■



Современные учебные комплексы появились сразу на пяти электростанциях ОГК-2: в Новочеркасске, Сочи, Киришах, Сургуте и Ставрополе



КРЕЩЕНСКИЕ КУПАНИЯ: ОБРЯД, ТРАДИЦИЯ И ЗАКАЛИВАНИЕ



19 января жители России и все православные христиане отмечают великий праздник — Крещение Господне. В этот день тысячи верующих традиционно совершают омовение, окунаясь в проруби. Считается, что крещенская вода обладает целебной силой, энергией очищения и обновления. Мы спросили наших читателей, принимали ли они участие в купаниях и что же подвигает их нырять в ледяную воду.

Галина Немченко, председатель Совета представителей первичных профсоюзных организаций ОГК-2, председатель ППО Ставропольской ГРЭС:

— Окунаюсь на Крещение — для меня традиция. Уже более десяти лет 19 января в обеденный перерыв мы ездим на базу отдыха «Энергетик» Ставропольской ГРЭС, расположенную на Новотроицком водохранилище. В этом году день выдался солнечным и снежным, что на Ставрополье бывает нечасто. Температура воздуха была -6, а температура воды +6. Новотроицкое водохранилище — это живописное место, откуда открываются потрясающие виды, и прекрасная локация для проведения массовых мероприятий. В связи с эпидемиологической обстановкой они все еще находятся под запретом, но у меня есть мечта, которая, я надеюсь, в будущем осуществится, — организовать на нашей базе крещенские купания для всех сотрудников Ставропольской ГРЭС. Как положено: с окупанием, горячим чаем, бубликами и пряниками. Я лично верю в то, что крещенские купания помогают укреплению здоровья и, несомненно, дарят море положительных эмоций!



Александр Степанов, электромонтер по обслуживанию электрооборудования электростанций электрического цеха Сургутской ГРЭС-1:

— В студенческие годы в Чебоксарах по совету моего тренера по боксу впервые искупался в проруби на реке Волге — для укрепления здоровья. Это было в 2006 году, более 15 лет назад. Переехав в Сургут, решил продолжить традицию и с удовольствием окунался, но уже в купели на реке Оби.

Для каждого человека, который верит в Бога, этот праздник имеет важное значение. Каждый раз, окунаясь в святую воду, получаю невероятные, яркие эмоции и уже при выходе ощущаю себя совершенно новым человеком. К сожалению, в этом году из-за угрозы новой коронавирусной инфекции в нашем регионе был установлен запрет на купания, поэтому их пришлось пропустить. Искренне надеюсь, что 2021-й, как и все последующие годы, будет не таким суровым, и при возможности я с удовольствием продолжу традицию окунаюсь в праздник.



Александр Аскалепов, мастер цеха общестанционных работ Новочеркасской ГРЭС:

— Праздник Крещения Господня — один из самых ярких и почитаемых христианских праздников в Новочеркасске. В жилом микрорайоне энергетиков уже много лет оборудуют крещенскую купель на подводящем канале ГРЭС, ее торжественно освящает настоятель православного прихода поселкового храма Святого князя Димитрия Донского. Для жителей создаются максимально возможные комфортные условия, устанавливаются деревянные мостки, теплые палатки с женскими и мужскими раздевалками. Сотрудники МЧС и казаки станицы Донской обеспечивают порядок и безопасность во время проведения празднеств.

Желающих искупаться на Крещение у нас всегда немало, в религиозном обряде ежегодно принимают участие сотни человек, приходят многочисленные группы поддержки. Приятно видеть у купели такое большое количество горожан, улыбающихся, энергичных, в приподнятом настроении.

Даже в этом году, хотя Крещение ознаменовалось лютыми морозами до -25 градусов и пронизывающим ветром, все равно более 50 работников электростанции и жителей поселка энергетиков отважно, не боясь холода, окунулись в ледяную воду Дона, выполнив священный ритуал.

Приятно видеть, что в крещенских купаниях принимают участие и многие мои воспитанники. Несколько лет я занимаюсь с ребятами военно-спортивного клуба «Пересвет», здесь дети получают необходимые навыки для дальнейшей службы в армии: учатся оказывать первую помощь пострадавшим, получают навыки рукопашного боя, начальной военной подготовки, обустройства полевого лагеря.

Светлана Ведерникова, специалист транспортной группы отдела хозяйственного обеспечения и заказчика клининговых услуг Серовской ГРЭС:

— Для меня крещенские купания — это добрая и светлая традиция. Каждый год, несмотря на уральские морозы, я встречаю Крещение Господне у купели. Раньше в нашем городе не было подготовленных площадок, и мы с мужем ездили на родник, потом стали делать проруби на серовском водохранилище, а затем на городском пруду появились купели, где дежурили сотрудники МЧС, полиции и медицинские работники, — так, под присмотром, купаться более безопасно.

Обливание холодной водой я практикую уже более 20 лет. Каждый год стараюсь ездить



на Крещение в Верхотурье — духовную столицу Урала с большим количеством святых мест, церквей и монастырей. Там, рядом с монастырем, расположено озеро с оборудованными купелями. Атмосфера в тех местах особенная, таинственная.

Крещенские купания — это праздник, духовное очищение и тренировка силы воли. Они бодрят и придают сил на весь год. Непередаваемые эмоции и ощущения!



Сергей Аверин, начальник отдела экономической и информационной безопасности Ставропольской ГРЭС:

— На Крещение купаться меня уговорил коллега еще лет одиннадцать назад. Попробовав первый раз, ощутил сначала эмоции, похоже на «взрыв мозга», потом бодрость, даже где-то гордость за себя — что смог! И, в итоге, наслаждение. С тех пор не пропустил крещенские купания ни разу!

Года через два меня поддержала моя супруга, а позже, глядя на нас, запросился мой пятилетний сын. Я даже его отговаривал, но он настаивал. Попробовали, ему неожиданно очень понравилось. Мой сын теперь тоже старается не пропустить купания на Крещение.

Владимир Федоренко, начальник отдела ресурсов Ставропольской ГРЭС:

— Начал плавать крулый год в нашем озере лет 15–20 назад. С женой регулярно ходим туда перед работой, делаем исключение только в непогоду, ветер или дождь. Когда болел простудными заболеваниями — не помню.

При плановом отключении теплосети летом, до приобретения водонагревателя, приходилось мыться под холодной водой — чувствовал себя абсолютно некомфортно. А вот когда полностью погружаешься, с температурой 5–6 градусов в озере, да еще в мороз, вот тогда получаешь полное блаженство от процесса! Объяснить не могу, но чем сильнее мороз, тем приятнее окунаешься. Плавали ранее при -28 градусов, ощущения великолепные! Единственное — при вытирании полотенцем капли воды сразу превращаются в лед и режут тело.

На Крещение ходим окунаться ежегодно. Всегда морозец и самая чистая вода. Не стал исключением и этот год. Ходили с женой также утром — тихо, выпал свежий снежок, морозец до 10 градусов. Великолепно поплавали! В Крещение необходимо сделать над собой еще дополнительное усилие — три раза нырнуть. Нырять. Реально получаешь позитив от процесса.



ЧИТАЙТЕ НАС В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ



<https://vk.com/ogk2life>



@ogk2_energy



@ogk2_energy