

## АРМИРОВКА СКИПОВОГО СТВОЛА

## ВРАЧ С ИНДИВИДУАЛЬ- НЫМ ПОДХОДОМ

## САМ СЕБЕ ТРЕНЕР

Коллектив девятого участка шахты планирует в декабре завершить армировку скипового ствола.

стр. 2

Медицинские работники комбината 21 июня отметят профессиональный праздник.

стр. 4

О том, как правильно тренироваться дома, рассказывает инструктор по спорту Андрей Степанов.

стр. 7

## Молоды летами, мудры делами



Иван и Кристина Бондаревы: «Счастливы вместе»

Социальный календарь предусматривает поддержку молодёжи на всех предприятиях ПМХ. Это денежные выплаты впервые вступившим в брак, беспроцентные ссуды на обучение и материальная помощь тем, кто получил высшее или среднее профессиональное образование. В год рождения ребёнка семье перечисляют разовое пособие. Раскрыть потенциал молодым помогают тренинги и обучающие семинары, научно-практические конференции, программа ТОП, Академия ПМХ, слёты совета молодых специалистов. Их инициативы всегда находят отклик и поддержку у руководства. Стабильная заработная плата и социальные гарантии привлекают всё больше начинающих профессионалов на комбинат КМАруда, и в последние несколько лет наш коллектив стал значительно моложе. Официально статус «молодой» применим к сотрудникам до 35 лет (включительно). Таковых на предприятии 1054 человека, это почти 39% численности коллектива. Среди них – горняцкая семья Бондаревых.

ФОТО ЕВГЕНИЯ БРЮКОВИЧА

► 6

### Дорогие комбинатовцы!



От всей души поздравляю вас с Днём молодёжи!

Поиск, становление, максимализм – всё это молодость – время возможностей и самореализации.

На предприятиях Промышленно-металлургического холдинга проводится множество мероприятий, которые помогают молодым работникам развиваться, профессионально расти, расширять кругозор. Впереди – очередная научно-практическая конференция, которая в этом году была перенесена из-за сложной ситуации с распространением коронавирусной инфекции. Но вы, я уверен, преодолеете все трудности и блеснете неординарными идеями и находками.

Счастья вам и вашим семьям, крепкого здоровья, успехов, созидательных будней и ярких праздников!

Евгений ЗУБИЦКИЙ,  
Президент  
ООО УК «ПМХ»

### Уважаемые работники Комбината КМАруда!



Примите самые тёплые поздравления с Днём молодёжи!

Этот праздник близок каждому, потому что молодость – это состояние души. Молодёжь нашего предприятия – его трудовой, интеллектуальный и творческий ресурс. В вас заключён огромный резерв созидательных сил, у вас есть желание строить смелые планы и добиваться поставленных целей. Ваши энергия, пылкий ум, новаторство и креативное мышление необходимы для серьёзных свершений и процветания не только комбината, но и всего холдинга.

Пусть пример старшего поколения, его опыт и мудрость помогают вам на пути к жизненному успеху. Ведь вы – продолжатели добрых дел и начинаний на благо людей и родной страны.

От всей души желаю вам успешной реализации самых смелых проектов и планов. Крепкого здоровья, счастья, благополучия, неиссякаемого оптимизма и удачи во всех начинаниях. Пусть ваши молодые годы будут насыщенными, яркими и запоминающимися!

Сергей СОЛОДЯНКИН,  
управляющий директор  
АО «Комбинат КМАруда»

### Дорогие юноши и девушки!

Сердечно поздравляем вас с Днём российской молодёжи!

Вы – будущее городского округа, его самое ценное богатство. Молодёжи предстоит взять на себя ответственность за судьбу старшего поколения, определить дальнейший вектор развития губкинской территории, раскрыть свои таланты и воплотить в жизнь мечты. В Губкинском городском округе созданы благоприятные условия для самореализации и развития подрастающего поколения. На базе центра молодёжных инициатив организованы площадки для диалога с властью и представителями бизнеса, для творчества, интересных и полезных встреч, конференций, круглых столов, осуществления самых смелых планов и идей. В округе функционируют кружки и секции, спортивные и музыкальные школы, творческие мастерские и молодёжные объединения.

Мы гордимся талантливой губкинской молодёжью, которая демонстрирует успехи в учёбе, творчестве и спорте, принимает участие в реализации областных и федеральных проектов, пополняет ряды волонтеров. Губкинские добровольцы приходят на помощь пожилым и одиноким людям, оказавшимся в тяжёлой жизненной ситуации, принимают активное участие в экологических и патриотических акциях.

Желаем вам успехов и везения во всём. Пусть ваша жизнь будет яркой, насыщенной. Пусть её освещает радость встреч и приятных событий. Пусть ваши целеустремлённость и сила духа, оптимизм и жизнелюбие помогут найти свой особый путь. Будьте счастливы! С праздником!

Анатолий КРЕТОВ,  
председатель Совета депутатов  
Губкинского  
городского округа

Андрей ГАЕВОЙ,  
глава администрации  
Губкинского  
городского округа



## АКТУАЛЬНО

## ВЕКТОР РАЗВИТИЯ

ПАНОРАМА  
НЕДЕЛИ

✓ 1 июля – день общероссийского голосования по вопросу одобрения изменений в Конституции РФ – президент страны Владимир Путин объявил нерабочим. На комбинате внесены соответствующие изменения в режим работы на 2020 год. Санитарная безопасность во время голосования будет обеспечена: члены избирательных комиссий, наблюдатели, журналисты, полицейские и голосующие получат средства индивидуальной защиты (маски, перчатки, санитайзеры), индивидуальные ручки. При входе на участок граждан ждёт термометрия. Паспорт надо открыть на месте фотографии и регистрации и показать члену комиссии на расстоянии 1,5-2 метра. Для исключения очередей голосование начнётся 25 июня. Проголосовать можно на дому бесконтактно: члены комиссии не будут проходить в дом или квартиру, а на улице или лестничной площадке передадут запаянный пакет с бюллетенем, ручкой, маской, перчатками и салфеткой. Желаящим проголосовать на дому нужно обратиться в избирательную комиссию по телефону или передать просьбу через родственников, соцработников. 1 июля избирательные участки работают с 8.00 до 20.00.

✓ На комбинате создано управление общественного питания и отдыха, в состав которого вошли отдел общественного питания и база отдыха «Горняк». Возглавила новое подразделение Александра Сакович, ранее работавшая начальником базы отдыха. Централизация поможет эффективнее решать вопросы по организации качественного питания сотрудников и досуга на берегу Оскольского водохранилища. Специалисты УПК и ОТ проведут специальную оценку условий труда во вновь созданном управлении, где заняты 45 человек.

✓ Для автоцеха закуплен новый пассажирский автобус ПАЗ отечественного производства. Его можно использовать на междугородних рейсах: пассажирские места оборудованы ремнями безопасности, в салоне установлен кондиционер. Автомобилисты довольны приобретением: перевозка работников комбината – важная часть их работы, а в новом автобусе – людям комфортнее.

✓ Экологический патруль комбината побывал на базе отдыха «Горняк». В сопровождении начальника управления общественного питания и отдыха Александры Сакович молодые специалисты осмотрели территорию, места накопления отходов, изучили документацию. По итогам проверки замечаний не выявлено.

## Армировка скипового ствола

Коллектив девятого участка шахты планирует в декабре завершить армировку скипового ствола.

После крепления расстрелов проходчики приступят к навеске проводников. Стоит отметить, что расстрелы монтируют сверху вниз, а проводники – в обратном направлении.

Первый из 84 ярусов был собран в октябре прошлого года. К середине июня девятый участок дошёл до горизонта -250 метров, установив 71 ярус. Сложностей, отмечают руководители участка, немало: работа на высоте, капёж, спуск тяжёлых и крупногабаритных металлоконструкций по стволу.



Горнорабочий Олег Корниенко спускает маркшейдерский отвес

– Армировка ствола – очень ответственная, сложная и трудоёмкая работа, – поясняет начальник участка №9 Александр Никулин. – Сначала на каждом ярусе необходимо выполнить разметку для монтажа, далее – пробурить шпур для установки химических анкеров, на которых и держатся конструкции будущего яруса. Для этого используют пневмоподдержки с перфораторами. Важно правильно застропить и спустить вниз металлоконструкции. Все сварные соединения должны быть хорошо проварены. Чтобы не мешал капёж, делаем укрытия. Сварочные работы выполняются только на сухую! Строго следуем маркшейдерской разметке: между ярусами – шесть метров, высотное отклонение не более 15 миллиметров. Специалисты маркшейдер-



Скиповой ствол

ской службы через каждые четыре яруса делают контрольную съёмку.

Армировку скипового ствола круглосуточно выполняют четыре звена, в каждом – по шесть человек. Коллектив опытный, все – профессионалы с большой буквы. Костяк – горняки, перешедшие из «Шахтспецстроя». Потом переводились люди с других участков шахты, цеха закладки. Бригадир Алексей Цибрик, звеньевые Иван Цибрик, Виталий Маслов, Андрей Полянский, Эдуард Козлетин – на каждого можно полностью положиться. Большинство проходчиков владеет смежными профессиями

сварщика, стропальщика. Многие из тех, кто сейчас занят на скиповом стволе, выполняли проходку и армировку клетового ствола.

– Перед тем, как приступить к армировке ствола, мы всё просчитали, продумали, проверили, чтобы работникам было удобно, – рассказывает Александр Владимирович. – Скиповой ствол предназначен для выдачи руды с нижележащего горизонта. По нашим проводникам будут ходить четыре скипа: два – вверх и два – вниз. Качественная и надёжная армировка – наш вклад в будущее шахты.

Ольга КОНОНЫХИНА

## ПОДРОБНОСТИ

Машина рубит –  
щепки летят

В автоцех поступило новое навесное оборудование для трактора «BELARUS».

Это рубильная машина «Junkkuri HJ-252 G\GT» финского производства, которая работает в тандеме с трактором. Новинка предназначена для измельчения и переработки в щепку древесины – спеленных деревьев, веток, кустов. Чтобы привести в действие оборудование, его необходимо навесить сзади трактора, соединить их с помощью кардана и подключить к гидролиниям и валу отбора мощности трактора. Машина способна измельчать деревья диаметром до 25 см. Её производительность – 70 м³ в час. Водителю трактора необходимо лишь нажать кнопку запуска, а работнику цеха, специально назначенному и допущенному к выполнению этих

работ, подавать деревья в приёмник. После измельчения опилки из подвижного растреба подачи способны вылетать на расстояние до 20 метров, что существенно облегчает погрузку переработанной древесины.

Пробный запуск успешно произведён в первых числах июня, и в скором времени оборудование введут в постоянную эксплуатацию. Это не первое навесное оборудование для трактора «BELARUS». Ранее были приобретены косилка, дорожная щётка и пескорозбрасыватель.

Анна СОТНИКОВА



Рубильная машина «Junkkuri»

НОВЫЕ  
КРЕПЛЕНИЯ  
ЭФФЕКТИВНЕЕ

Железнодорожники комбината КМАруда приурочили ремонт своих переездов к капитальному ремонту асфальтобетонного покрытия автодороги на улице Революционной, который выполнил МУП «Автодор».

Регулируемые железнодорожные переезды общего пользования №4 (с дежурным работником) и №3 (без дежурного работника) находятся в одном уровне с дорогой. Работники цеха очистили железнодорожную колею переезда №4 от асфальта и установили новые крепления контррельсов внутри колеи.

Начальник желдорцеха Евгений Скрыпник пояснил, что замена швеллеров круглыми стяжками обеспечит возможность выполнить наиболее цельное и качественное асфальтное покрытие внутри колеи пути. Год назад на третьем переезде уже были установлены такие стяжки, и на сегодняшний день каких-либо изменений настила переезда не обнаружено, что подтверждает эффективность подобных решений.

Анна СОТНИКОВА



ПАО «ТУЛАЧЕРМЕТ»

# #МыВместе

Молодые специалисты ПАО «Тулачермет», ООО «КНИ» и АО «ПОЛЕМА» присоединились к акции «Тележка добра».

Ангелина ПЯТЕНКО  
piatenko\_aa@metholding.com

Акция проходит в рамках Всероссийского проекта #МыВместе. Тележки установлены в 13 магазинах на территории Тульской области: это супермаркет «Спар», гипермаркеты «Зельгросс» и «Метро», а также семейные гипермаркеты «Магнит». В тележку каждый может положить любой продукт питания. Наши молодые специалисты не смогли пройти мимо такой доброй акции

и остаться в стороне. Ребята собрали средства, на которые были приобретены продукты первой необходимости: различные крупы, консервы, чай, печенье, конфеты, пряники и другое. Из собранных продуктов будут сформированы наборы, которые волонтеры передадут нуждающимся людям.  
– Когда совет молодых специалистов узнал о проведении такой акции в нашем



Молодые специалисты наполнили продуктами «Тележку добра»

ФОТО ИЗ ГАЗЕТЫ «НОВОТУЛЬСКИЙ МЕТАЛЛУРГ»

УПРАВЛЯЮЩАЯ КОМПАНИЯ

## В штатном режиме

Агентство Fitch подтвердило рейтинг ПМХ на уровне «В» со стабильным прогнозом.

Пресс-релиз

Промышленно-металлургический холдинг, один из ведущих мировых экспортёров товарного чугуна и крупнейший в России производитель товарного кокса, сообщает о подтверждении кредитного рейтинга Fitch на уровне «В», прогноз «Стабильный». Подтверждение рейтинга и стабильный прогноз отражают позитивные ожидания Fitch в отношении показателя EBITDA, который будет улучшаться благодаря росту производства угля с 2020 г. В 2019 г. объём его добычи снизился из-за технических проблем на шахтах Бутовская и Тихова, успешно решённых к настоящему моменту. Кроме того, Fitch прогнозирует повышение рентабельности продаж чугуна и кокса на традиционных экспортных рынках, а также на внутреннем рынке. Агентство отметило несуще-

ственное влияние COVID-19 на операционные показатели группы. Все предприятия работают в штатном режиме, планы по сокращению или ограничению производства в настоящий момент отсутствуют. Дополнительно укреплению финансовой устойчивости способствует гибкость программы капитальных затрат Компании. Сергей Фролов, вице-президент по стратегии и коммуникациям ПМХ, отметил: «Fitch провёл глубокий анализ стратегии и рыночного позиционирования компании, и мы высоко ценим работу агентства. В ближайшие годы планируем дальнейшее усиление вертикальной интеграции и достижение практически полной самообеспеченности углём и железной рудой. Кроме того, мы намерены увеличить производство наших основных товарных продук-

тов, поскольку видим высокий потенциал роста спроса на товарный чугун на наших традиционных экспортных рынках, в Китае и со стороны российских потребителей. В результате успешной реализации этих мероприятий мы ожидаем существенного увеличения притока денежных средств и улучшения показателей прибыльности компании. В настоящее время приоритетом является снижение уровня долга. В этой связи мы сократили целевой уровень программы развития до 4 млрд руб. в 2020 г. (управленческая оценка), оставив только три крупных проекта: завершение реконструкции доменной печи №1 на ПАО «Тулачермет», строительство нового горизонта на шахте им. Губкина комбината КМАруда и строительство второй очереди шахты им. С.Д. Тихова. Мы можем отложить реализацию данных проектов в случае, если рыночная ситуация станет менее благоприятной, но в настоящее время работаем в соответствии с основным стратегическим планом».

ООО «ТУЛАЧЕРМЕТ-СТАЛЬ»

## Рекорд!



ФОТО ИЛЬИ ГАРБУЗОВА

Склад готовой продукции завода Тула-сталь

12 июня Тула-Сталь произвела миллионную тонну проката. Символично, что это произошло в День России. Поздравляем коллег!

ПАО «ТУЛАЧЕРМЕТ»

## Как новая

Игорь КОРНЕЕВ  
korneev\_iv@metholding.com

Завершился капремонт разливочной машины №4. В запланированные графиком сроки персоналом доменного цеха и ЦКРО были проведены следующие работы. Заменены склизы, отражатели, а также конвейерные ленты и цепи агрегата. Произведён ремонт электрооборудования в электрощитовой. Полностью заменены металлоконструкции вытяжной шахты и устройство механической уборки чушек. Отремонтированы металлоконструкции площадки приводов и приёмный жёлоб чугуна, заменены стационарные и перекидные желоба и чушковыбыватель. Полностью заменён пульт управления разливочной машины, что сделало его более удобным в эксплуатации. В рамках капитального ремонта установлена система позиционирования ковша. Специальные датчики, смонтированные на рельсах, позволят оперативно отреагировать на возможное откатывание лафета при сливе. Данное нововведение позволит минимизировать аварийные ситуации. В настоящее время на разливочной машине проводятся пусконаладочные работы.

## #ПМХЧИТАЕТ

Делитесь в Instagram любимыми книгами или книгами, которые читаете сейчас, в рамках книжного челленджа #пмхчитает. Чтобы принять в нём участие, нужно:

- подписаться на наш официальный инстаграм-аккаунт [https://www.instagram.com/metholding\\_ru/](https://www.instagram.com/metholding_ru/),
  - выложить пост или stories с хештегом #пмхчитает и отметить наш аккаунт @metholding\_ru.
- В посте/stories должна фигурировать книга, которую вы читаете либо рекомендуете,
- отметить двух человек, которым передаёте челлендж.



## #ПМХСПОРТ

Ограничения, накладываемые распространением коронавируса, существенно изменили наш привычный уклад жизни. Особенно сильно они затронули спорт – сейчас закрыты фитнес-центры, стадионы, ФОКи. Однако сотрудники ПМХ всё равно продолжают вести здоровый образ жизни. Кто-то бегает в парке, кто-то занимается спортом дома. Расскажите нам как вы поддерживаете свою физическую форму. Для этого выложите фото/видео на своей странице с хештегом #ПМХСПОРТ.





## НАШ КУРС

## Есть горизонт

На инвестиционных объектах комбината – горячая пора. На нижележащем горизонте выполнены или близятся к завершению масштабные работы.

О том, что уже сделано и что ещё предстоит сделать, рассказывает заместитель главного инженера комбината по технологии и перспективному развитию Александр Плешков:

– На сегодняшний

день пройдено 17857 погонных метров горных выработок, вывезено порядка 320447 м<sup>3</sup> горной массы. Пройдены и сбиты с клетевым и скиповым стволами горизонты: -160, -240, -250 метров. Сейчас

для последующей сбойки ведётся проходка подэтажного горизонта -200 метров.

На пути к завершению работы по проходке и креплению камерной выработки ДПК №1, а также работы по проходке и креплению вагонно-ремонтного и электровозного депо. Практически закончена проходка и крепление комплекса главного водоотлива скипового ствола. Следующий этап – монтаж оборудования. Параллельно ведутся работы по аналогичному комплексу водоотлива в районе клетевых стволов. На нижележащем горизонте активно проводится механизированное крепление горных выработок с применением машины «Votecs» с последующим нанесением набрызгбетона. Интенсивно идёт армировка скипового ствола, сейчас мы дошли до отметки -250 метров.



Бурение шпуров

ФОТО ЕВГЕНИЯ БРОКОВИЧА

## ФОРМУЛА УСПЕХА

## Освоили новую технологию

Управляющий директор Сергей Солодянкин выразил благодарность весовщицам ДОФ за успешное освоение новой технологии конвейерной погрузки концентрата в полувагоны.

Более двух лет проводилось её внедрение на складе концентрата. Проект, разработанный конструкторами ПКО, воплотили строители нашего предприятия. Новый способ погрузки в корне отличается от предыдущего. Грейферные краны заменили два дополнительных конвейера №17 и №18. Готовый к отправке на Тулачермет концентрат теперь ссыпается не на пол склада, а в приёмный бункер-течку вместимостью 70 тонн, откуда подаётся на 17-й и 18-й конвейеры, которыми управляет в дистанционном режиме весовщица. Бункер-течка не рассчитан на посто-

янное накопление, поэтому погрузка ведётся непрерывно.

Сейчас процесс совместными усилиями

специалистов управления автоматизации и информационных технологий, фабрики и ПКО доводится до совершенства.

Новый способ поможет оптимизировать погрузку концентрата и сделает её более безопасной.

Ольга КОНОНЫХИНА



Весовщица Анна Христова на складе концентрата

ФОТО ЕВГЕНИЯ БРОКОВИЧА

## ПРОФИ

## Врач с индивидуальным подходом

21 июня медицинские работники комбината отметят профессиональный праздник.

Врач-невролог поликлиники МСЧ Олег Жданов искренне увлечён своей профессией. Он окончил Воронежский государственный медицинский университет и с дипломом педиатра приехал на Белгородчину. Работал в областном центре, а в 2004 году его пригласили в губкинскую детскую больницу. В перспективном и благоустроенном городе по программе для молодых специалистов получил жильё, создал семью.

– Неврология меня всё время привлекала. Когда главврач детской больницы Оксана Касьяненко предложила переквалифицироваться (тогда как раз нужен был детский невролог), сразу согласился и прошёл переобучение в Воронеже, – делится Олег Николаевич.

Сейчас Олег Жданов работает в комбинатовской поликлинике. Условия здесь отличные, есть оборудование для обследова-

ния. Невролог лечит такие грозные заболевания, как инсульт и его последствия, детский церебральный паралич, эпилепсию, атеросклероз сосудов головного мозга. В горняцком коллективе к Олегу Николаевичу на приём приходят с грыжами межпозвоночных дисков, остеохондрозом, полиневропатией – проявлением вибрационной болезни. Нередко к неврологу попадают пациенты с психосоматикой, например, с паническими атаками. Такие заболевания хоть и не опасны, но сильно снижают качество жизни. Иногда человеку просто важно услышать от доктора, что неврологических отклонений у него нет. Олег Жданов перечисляет основные провоцирующие факторы, нарушающие слаженную работу организма: курение, употребление алкоголя и наркотических веществ. Но бывает так, пришёл на приём пациент – не

пьющий, не курит, а самочувствием похвастаться не может.

– Часто недомогания вызывает образ жизни, – говорит Олег Николаевич. – Важно наладить режим дня, чтобы не было недостатка сна, сбросить лишний вес, заняться физкультурой (в качестве профилактики особенно полезно плавание), отличный результат дают русская баня, сауна, массаж. Интересно своим давлением (оно не должно быть выше 140) и уровнем холестерина. Здоровый образ жизни, правильное питание и позитивное мышление, как ни банально это звучит, помогают избежать многих проблем. Также не терпите, если что-то болит, не стесняйтесь и не «партизаньте», обратитесь к врачу и выполните все рекомендации.

Ежедневно на приём к неврологу приходят пациенты. Большинство – работники предприятия, но записаться может любой желающий. К каждому у Олега Никола-



Олег Жданов: «Нужно смотреть вглубь проблемы»

ФОТО ОЛЬГИ КОНОНЫХИНОЙ

евича индивидуальный подход. Например, если грыжа спины небольших размеров, нет сдавливания нервных корешков, то применяет адекватное терапевтическое лечение: исключаются поднятие тяжестей и резкие движения, назначаются противовоспалительные средства и препараты, снимающие мышечные спазмы, физиотерапия (электротерапия, ультразвук, тепловые процедуры, водолечение), рекомендуется ношение корсета. А если грыжа большая, то необходима консультация ней-

рохирурга для решения вопроса об оперативном лечении.

Олег Николаевич дружит с интернетом, где на специализированных ресурсах узнаёт о новинках в мире медицины, изучает опыт зарубежных коллег (благодаря хорошему знанию английского языка Жданов с лёгкостью читает англоязычные сайты). Но слепо доверять рекламе Олег Николаевич не советует: нужно во всём доходить до сути, смотреть вглубь проблемы.

– Если чётко прописан механизм дей-

ствия, то препарату можно доверять. Если же информации недостаточно, то лучше подробнее его изучить, – считает Олег Николаевич.

Ещё он советует рассуждать логически, чтобы снизить разумными средствами риск до минимума. Если человек боится коронавирусной инфекции, стоит поразмыслить: на самоизоляции контакты ограничены, общественные места посещает в защитной маске – риск заразиться невелик. А вообще гормоны стресса – адреналин и кортизол – нейтронизирует физическая нагрузка. Смена деятельности и активность снижают тревожность и улучшают качество жизни. Сам он на досуге любит почитать художественную литературу. В завершение Олег Николаевич напомнил: основная масса нервных клеток формируется к моменту рождения, и к ним нужно бережно относиться.

Ольга КОНОНЫХИНА



## ИНИЦИАТИВА

### «БЕССМЕРТНЫЙ ПОЛК» НА КОМБИНАТЕ



Аллея героев



Никто не забыт!

«Бессмертный полк» начал «шествие» по территории нашего предприятия. Таблички с фотографиями и боевыми историями участников Великой Отечественной войны, которые прислали сотрудники комбината, уже установлены возле здания бухгалтерии. Каждый может остановиться и ознакомиться с краткой биографией людей, ковавших победу на фронтах нашей Родины и за её пределами. Вечная слава героям!

Путь «Бессмертного полка» продолжается. Отправляйте на электронную почту редакции [gorniak@kmaruda.ru](mailto:gorniak@kmaruda.ru) фотографии и рассказы о боевом пути ваших дедушек и прадедушек, бабушек и прабабушек, чтобы ряды «Бессмертного полка» комбината ширились с каждым днём.

Анна СОТНИКОВА

## К 75-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ

### Десант Героев

В «Бессмертном полку» нашего комбината есть портрет Героя Советского Союза Николая Скворцова – двоюродного дедушки Дмитрия Булгакова, монтажника по монтажу стальных и железобетонных конструкций участка капитального строительства РСЦ.

Дмитрий Николаевич о подвиге дедушки знает с детства, но, как сам признаётся, в школьные годы считал его обычным поступком для тех, кто воевал в Великую Отечественную войну. Взрослея, внук Героя всё более осознавал, что эпизод, за который его предок удостоен столь высокого звания, далеко не рядовой. Семья Булгаковых хранит старые газеты с рассказами о подвиге десантника Николая Скворцова, архивные фотографии... И конечно же, в кругу родных частенько вспоминают, особенно в День Победы, о Герое, навсегда оставшимся молодым.

...Николай Скворцов родился в селе Юшково в 1922 году. Сначала работал в кол-

хозе, потом уехал в Донецкую область, где его приняли на лесосклад шахты. Оттуда в 1941-м был призван в армию. Николая определили на Черноморский Военно-морской флот. Служил в 303-м стрелковом взводе и артиллерийских частях Потийской военно-морской базы, а с сентября 1943-го – пулемётчиком 1-й стрелковой роты 384-го отдельного батальона морской пехоты. Не раз участвовал в сражениях. Бой, произошедший с 26 на 27 марта 1944 года, стал для него последним.

...Советские войска всеми силами старались освободить город Николаев, который считали ключом к Одессе, откуда эвакуировались отступающие гитлеровцы. Чтобы облегчить задачу наступающих частей и не пропустить фашистские войска к морю, командование решило высадить в порт Николаева десант. В группу добровольцев под командованием старшего лейтенанта Константина Ольшанского вошли: 55 моряков, 2 связиста из штаба армии, 10 сапёров. Одним из десантников был Скворцов. Проводником отважных бойцов выступил местный рыбак Андреев. На семи лодках десантники поднялись по реке Южный Буг и в порту заняли выгодную позицию на элеваторе. Так начался их незабываемый подвиг. В том бою пулемётчик Николай Скворцов проявлял, как и его товарищи, чудеса храбрости. Фашисты почти сравняли с землёй элеватор, но оттуда не пере-



Николай Скворцов

ставала доноситься стрельба поклавшихся умереть, но не сдать моряков.

За двое суток отряд отбил 18 яростных атак фашистов. Видя негибимость и храбрость десантников, противник во время последней атаки применил танки-огнеметы и отравляющие вещества. Но и это не сломило дух защитников Родины, которые с честью выполнили боевую задачу.

28 марта 1944 года советские войска освободили Николаев. В порту они увидели ужасающую картину: разрушенные и обгорелые здания, более 700 трупов фашистских



Улица Скворцова в Губкине

солдат и офицеров, чадающее пожарище. Из 68 членов отряда в бою выжили только 12, четверо из которых скончались в тот же день от ран. Павших героев похоронили в братской могиле в Николаеве в сквере 68-ми десантников. Верховный Главнокомандующий приказал всех участников десанта представить к званию Героя Советского Союза.

Указом Президиума Верховного Совета СССР от 20 апреля 1945 года за образцовое выполнение боевых заданий командования на фронте борьбы с немецкими захватчиками и проявленные

при этом отвагу и героизм матросу Николаю Александровичу Скворцову присвоено звание Героя Советского Союза (посмертно). Также он награждён орденом Ленина.

Имя Скворцова носит уютная улица в старой части нашего города, где находится храм святого апостола Иакова, брата Божия. Здесь часто гуляют молодые родители с детьми. Остановитесь на минутку и расскажите ребятам о Герое, в честь которого названа эта красивая и цветущая улица. Пусть память о Николае Скворцове передаётся из поколения в поколение.

Ольга КОНОНЫХИНА



Бюст Героя в центральном сквере

## СПРАВОЧНО

Десант Ольшанского – операция 384-го отдельного батальона морской пехоты, проведённая в начале Одесской операции войск III Украинского фронта и Черноморского флота. Командующий 28-й армией генерал-лейтенант Алексей Гречкин приказал высадить в порту города Николаева десант. Отряд возглавил старший лейтенант Константин Ольшанский, его заместителем по политической части назначили капитана Алексея Головлёва, начальником штаба – лейтенанта Григория Волошко. 26 марта 1944 года в 4 часа 15 минут морские пехотинцы высадились в порту. Утром захват элеватора обнаружили фашисты. В ходе многочасового боя десантники несли потери, но каждую атаку отбивали шквальным огнём. После гибели Ольшанского и офицеров командование отрядом принял старшина второй статьи Кирилл Бочкович. Утром 28 марта оставшиеся в живых морские пехотинцы отразили последнюю, восемнадцатую, атаку врага.



## ЛУЧШАЯ ПРАКТИКА

## Всё впереди

О научно-практической конференции и сложностях профессии рассказывает инженер-конструктор ПКО и молодёжный лидер комбината Елена Бабина.

С нашим предприятием её не связывает долгая история, здесь не трудились её родственники, да и сама она впервые оказалась на комбинате всего три года назад. Тем не менее, Елена Бабина – яркий пример того, что двигаться вперёд и покорять вершины можно и нужно без поддержки извне, рассчитывая только на собственные силы.

– В 2014 году я окончила старооскольский «МИСиС» по специальности «Промышленное и гражданское строительство». Три года набиралась опыта в проектно-институте «Осколгипропром»: изучала расчёты, выезжала на обследования промышленных объектов. Случайно узнала о вакансии на комбинате КМАруда. Была рада, когда после собеседования меня пригласили в коллектив ПКО, – вспоминает Елена.

Поначау возникли опасения. Удастся ли освоить специфику производства? Получится ли постоянно вставать в 5.30 утра и тратить на дорогу из Старого Оскола почти два часа в день? Однако девушка решила, что для перспективного предприя-

тия готова пожертвовать временем и приложить усилия.

– Иногда я добираться самостоятельно, на машине. Но чаще пользуюсь вполне удобным комбинатовским автобусом. Что касается работы, думаю, профессия конструктора предполагает обучение в течение всей жизни, а вот базу, понимание сопромата, строительной механики, лучше всего заложить на производственной площадке. Поэтому с энтузиазмом приступила к делу, – рассказывает наша героиня.

Первый выход «в поле» из кабинета оказался знаковым – для проекта выполняла замеры галереи ленточного конвейера №1 на ДОФ. Именно с этим объектом Елена Бабина позднее выступит на научно-практической конференции. Но тогда, конечно, она об этом не знала и просто старалась качественно справиться с заданием. Потом занималась металлоконструкциями каркаса конвейерной погрузки на складе концентрата, грохотом ГИЛ-62. Первые проекты дали понять, что в отличие от предыдущей работы комбинат требует максимальной конкретики, быстрого и точного применения практических навыков. Для себя молодая специалистка за ключила: «Очень сложно, но очень интересно». Дополнительно стимулировало и то, что Елена воочию видела плоды своего труда. Такая визуализация позволяла чувствовать причастность к огромному производству, ощущать вклад в общий результат. Постепенно Елена Бабина зарекомендовала себя как ответственный и сильный инженер-конструктор.



Елена Бабина: «Работать сложно, но интересно»

Прошлый год оказался насыщенным. Елену избрали на пост председателя совета молодых специалистов, она участвовала в конкурсе «Молодой лидер» и

личилась на НПК, заняв второе место в секции «Электромеханика».

– По совету руководителя отдела Сергея Романа я выбрала тему «Повышение резервов несущей способности и усиление стальных несущих каркасов зданий и сооружений на объектах комбината». В качестве примеров привела галерею ленточных конвейеров, здание технического обслуживания и ремонта автоцеха. Акцент – на галерею ЛК №1 участка №2 ДОФ. По ней сделала экономический эффект и SWOT-анализ. Я рассказала об уменьшении постоянной нагрузки за счёт облегчения конструкций, усилении ферм посредством

передачи части нагрузки на дополнительные стальные системы, снижении теплопотери и улучшении архитектурного облика, – поясняет Елена.

На конференции она запомнилась зрителям. И не только потому, что представительница прекрасного пола среди докладчиков было немного. Но и из-за грамотной речи, уверенности в себе и непринуждённой манеры изложения. Вниманием аудитории завладела сразу, начав с шуток. До Елены озвучивали темы, связанные с шахтой, и, выйдя на сцену, она сказала, что пора уже выходить из-под земли на поверхность, где жизнь и труд тоже бьют клю-

чом. Доклад оценили по достоинству, но для Елены главным стало не место на пьедестале почёта, а возможность показать труд инженеров-конструкторов, их большую роль в производственном процессе.

Пригодился навык публичных выступлений и для работы в совете молодых специалистов, которой она возглавляет. Координация «молодёжки» хоть и отнимает много времени и сил, но развивает организаторские способности.

– Совет молодых специалистов – это новые знакомства, обмен креативными идеями, увлекательные мероприятия. Он подходит каждому, кто хочет проявить активность и разнообразить будни. Мы с удовольствием принимаем в свои ряды энергичных ребят. Узнаём новое и учимся многозадачности, – рассказывает Елена Бабина.

Она стремится быть в гуще событий, делая успехи в труде и общественной жизни. Но на достигнутом не останавливается. Да и какие могут быть остановки в 28 лет? У нашей героини ещё всё впереди, а учитывая целеустремлённый характер Елены, можно быть уверенным, что её на нашем предприятии ждёт большое будущее.

Наталья ВАЙЛЕРДТ

## КРУПНЫЙ ПЛАН

## МОЛОДЫ ЛЕТАМИ, МУДРЫ ДЕЛАМИ

← начало на стр. 1

Ивану и Кристине по 27 лет. Они трудятся на седьмом участке шахты имени Губкина. У ребят рабочие профессии: она – стволовая на шестом подъёме, он – крепильщик, сейчас – исполняющий обязанности горного мастера. Их союз всего пять лет, но за это время они успели стать настоящей крепкой семьёй.

Иван и Кристина познакомились в 2013 году в день всех влюблённых. В полумраке кафе Иван заметил свою судьбу и пригласил на танец. Одного вечера хватило, чтобы зародилось насто-

ящее чувство и молодые люди уже не расставались. Однако, будучи серьёзными и ответственными, в брак вступили только тогда, когда Кристина окончила институт.

Сейчас у Бондаревых подрастают две замечательные дочурки. Кире – четыре года, а Полине скоро будет два, и они – самая большая отрада и любовь для родителей.

– Пару лет назад мы переехали в собственный дом. Квартирный вариант даже не рассматривали, для четверых надо много пространства. Нас охраняют два четвероногих друга – Мона и Пума, здесь и им раздолье. Дети постоянно проводят время на

свежем воздухе, да и мы частенько собираемся с друзьями и коллегами на террасе. Иван – ответственный за готовку на улице, а я – дома, – поделилась Кристина.

Между прочим, собак Бондаревы взяли из приюта. За овчаркой Моной даже ездили в Белгород. Малышка Пума, помесь дворняжки с тойтерьером, появилась позже, её тоже взяли у зооветлонтёров.

Сейчас Кристина в декретном отпуске, и на её попечении дом, дети и огород. Но сама она признаётся, что пока имеет мало опыта в земледелии, выручает маминна помощь. Высаживают всего понемногу: яго-

ды, овощи, зелень, чтобы всегда к столу были свежие. Иван большую часть дня находится на работе, поэтому самое ценное для них – провести вместе время.

– Мы стараемся всегда вместе отдыхать, ходим в парк с детьми или выезжаем на природу. У нас нет секретов, доверие второй половине – обязательно. Мотивируем друг друга и в домашних делах, и в спорте, – рассказал о семейных приоритетах Иван.

Как и многие молодые люди, Бондаревы обожают спорт. Иван занимается пауэрлифтингом и успешно выступает на соревнованиях. Всего за три года он не толь-

ко сумел сбросить 30 килограммов, но и заработать звание мастера спорта в становой тяге и кандидата в мастера спорта в силовом двоеборье. Вслед за ним потянулась к спортивному образу жизни и супруга. Сама судьба пошла ей навстречу, когда Кристина выиграла в соцсетях пожизненный абоне-

мент в тренажёрный зал. Сейчас они с нетерпением ждут открытия фитнес-клубов, чтобы продолжить тренировки.

На комбинате сегодня трудится много молодых семей. Хочется верить, что их домашний очаг наполнен любовью, уважением и добром, как в семье Ивана и Кристины.

Анна СОТНИКОВА

## ЗНАЙ!

27 июня – День молодёжи. В 2020 году празднику исполняется 62 года. Указ «Об установлении Дня советской молодёжи» подписал Верховный Президиум СССР в 1958 году. Отмечать решили в последний воскресенья июня. У праздника был предшественник – Международный юношеский день. Его отмечали с 1917 до 1945 года.



ЗОЖ

# Сам себе тренер

Режим самоизоляции – здоровому образу жизни не помеха. О том, как правильно тренироваться дома, рассказывает инструктор по спорту Андрей Степанов.



ФОТО ЕВГЕНИЙ ВРЮКОВИЧ

Анастасия Золотарёва: «Занимаюсь регулярно»

В наш век быть в хорошей форме – это необходимость. Во время физических нагрузок происходит естественное выделение эндорфинов, что повышает настроение и уверенность в себе, снижает беспокойство. Наряду с такими факторами как питание, режим сна и погода, спортивные тренировки вызывают химические реакции, положительно влияющие на здоровье. Регулярные занятия физкультурой укрепляют сердечную мышцу и костную ткань, улучшают подвижность суставов, когнитивные и метаболиче-

ские функции, увеличивают мышечную массу, тонус и силу. Эпидемия коронавируса существенно изменила нашу жизнь, в том числе условия для спортивных занятий. Сейчас нет доступа в бассейны, фитнес-клубы и тренажёрные залы. Да и на улице не всегда возможно позаниматься. Что же делать? Выход – домашние тренировки. Простые и доступные упражнения помогут не потерять форму к моменту, когда эпидемия закончится. Поговорим об основных правилах домашних тренировок.

## Как часто заниматься?

Каждый день, если поддерживаете тонус мышц и здоровье, занимаетесь по программе гибкости или для похудения.

Через день, если тренируетесь в силовой манере с гантелями или гириями для развития мышц.

## Какова длительность домашней тренировки?

Не менее 30 минут. За более короткое время в организме не успевают развернуться в должной степени все гормональные процессы, которые приводят к нужным изменениям и улучшениям в теле.

Делайте небольшую разминку перед каждой тренировкой: 1-2 подхода из простых упражнений для мышц тела – махи, повороты, наклоны, приседания, прыжки, выпады.

Для эффективной тренировки выберите 5-7 подходящих упражнений, которые выполняйте в 2-4 подхода по 10-20 повторений.

## С какой интенсивностью заниматься дома?

В начале и конце занятия – с умеренной, в середине – с высокой. Интенсивность проще всего проверить по пульсу и частоте

дыхания, степени выделения пота. Если пульс сразу после упражнения находится в пределах 60-75% от максимально допустимого (220 минус возраст) – это умеренная нагрузка. Если больше – высокая.

Не бойтесь вспотеть на тренировке. Это важно и полезно. Недостаточная нагрузка не принесёт желаемых результатов.

## Нюансы домашних тренировок

Если есть явные медицинские противопоказания, обязательно учитывайте их при выборе упражнений и методов тренировки. При лишнем весе отдайте предпочтение упражнениям с собственным весом с большим числом повторений, следите за калорийностью питания.

Занимайтесь в хорошо проветриваемом помещении в удобной спортивной обуви, особенно если делаете прыжки и упражнения с «железом». Тренируясь, не забывайте про обильное питье (не менее одного литра воды).

Не занимайтесь, если подолживаете у себя простуду или вирусную инфекцию. Это может быть опасно для жизни.

Теперь вы знаете, как проводить домашние тренировки. Будьте здоровы!

КОРОТКО

## РЫБАКИ НА ДОНУ

Минувшие выходные члены комбинатовского клуба рыболовов провели на реке Дон. «Погода – что надо, а вот клёв – не особо», – поделились рыбаки. И добавили, что всё-таки улов – не главное. Главное – дружная компания, а у комбинатовцев она была именно такой. Да и с клёвом любители посидеть с удочкой поскромничали: рыба ловилась и большая, и маленькая.

## ПЕЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ

В июне столбик термометра поднимается до 30 градусов и выше. Находиться под таким палящим солнцем непросто. Чтобы не допустить обезвоживания организма работников, которые трудятся на улице, на комбинате КМАруда введён питьевой режим. Каждому на смену выдаётся 1,5-литровая бутылка минеральной воды. Таких на предприятии 270 человек.

Не забывайте о питьевом режиме и во время отдыха на природе. Роспотребнадзор рекомендует употреблять больше жидкости (чая, минеральной воды, морса, кисломолочных напитков с низким содержанием жира, отваров из сухофруктов, витаминизированных напитков).

МНЕНИЕ

# Ни дня без спорта!

Давайте признаем, что далеко не всем в условиях самоизоляции удалось сохранить физическую форму. То ли дело в стрессе, то ли в недостатке энергии, а может причина в закрытых спортклубах и фитнес-центрах, но пара предательских лишних килограммов «прилипла» ко многим. Отрадно всё же, что на комбинате есть люди, которые, несмотря на произошедшие перемены, по-прежнему ведут активный образ жизни. Наш корреспондент Анна Сотникова поинтересовалась, как им удалось сохранить дружбу со спортом.



**Елена Емельянова, бухгалтер управления:**

– Для меня и в обычной жизни, и в условиях самоизоляции утренний зарядка была и остаётся обязательным ритуалом. Немного

йоги, пресс и минутная планка очень помогают получить заряд бодрости и позитивно настроиться на весь день. Уходит на это всего 15 минут, но мой организм благодарен за такую заботу. В последнее время эту полезную привычку переняли и дети, это очень радует нас с мужем, ведь основы здорового образа жизни закладываются в детстве. В хорошую погоду мы всей семьёй отправляемся на пешие или велопогулки, чаще всего на лыжероллерную трассу в «Орлёнок». Это ещё одно наше общее спортивное увлечение. Несмотря на то, что Данилу всего пять, а Софии – восемь, они уже вполне уверенно катаются на двухколёсных велосипедах.



**Яков Агафонов, крепильщик шахты:**

– Велоспортом я основательно увлёкся в 2015 году. Колесим вдвоём с товарищем, хотя общаюсь со многими любителями крутить педали,

дружу с Белгородской федерацией велоспорта, участвую в корпоративных велопробегах. Летом хотели поставить рекорд – проехать более 1000 километров через Ростов в Сочи, но вирус нарушил планы. Придётся перенести путешествие на следующий год. Хорошо, что можно кататься по нашей и соседним областям, правда, на границе с Курской нас недавно попросили вернуться. В день в среднем проезжаю по 100 километров, но наступившая жара заставила сбавить обороты – сильно обгорел во время одной из недавних поездок. Поэтому всем любителям велоспорта советую пользоваться солнцезащитными кремами и надевать головные уборы.



**Наталья Пашкова, зам. начальника отдела материально-технического снабжения:**

– Я дружу со спортом много лет. В юности с удовольствием занималась фитнесом. Отдаю предпочтение групповым тренировкам. И в работе, и в спорте для меня коллектив – важный стимул. Поэтому, когда на комбинате создали группу «Территория здоровья», я с радостью присоединилась. К сожалению, из-за пандемии проект пока приостановлен, но, чтобы не потерять достигнутых результатов, стараюсь заниматься дома. Общаемся в «WhatsApp» с коллегами – спортивными единомышленниками. Делимся полезными приложениями и советами, это мотивирует. А ещё в ближайших планах у меня – освоение велосипеда. В детстве как-то не получилось, поэтому решила наверстать упущенное сейчас. В роли учителя выступит моя дочь Софья.

даю предпочтение групповым тренировкам. И в работе, и в спорте для меня коллектив – важный стимул. Поэтому, когда на комбинате создали группу «Территория здоровья», я с радостью присоединилась. К сожалению, из-за пандемии проект пока приостановлен, но, чтобы не потерять достигнутых результатов, стараюсь заниматься дома. Общаемся в «WhatsApp» с коллегами – спортивными единомышленниками. Делимся полезными приложениями и советами, это мотивирует. А ещё в ближайших планах у меня – освоение велосипеда. В детстве как-то не получилось, поэтому решила наверстать упущенное сейчас. В роли учителя выступит моя дочь Софья.



## Юбилей

## Шахта

Юрий Леонидович Николаенков, Игорь Владимирович Кучерявенко, Евгений Юрьевич Сапронов, Наталья Анатольевна Гулуй, Марат Шовкатович Байшев, Александр Сергеевич Бессонов, Александр Николаевич Татарченко, Елена Михайловна Распопова, Сергей Владимирович Кирпичёв, Сергей Дмитриевич Мишуров, Михаил Сергеевич Стеблянский, Сергей Александрович Штыркин, Сергей Вячеславович Дурнев, Рашит Минеракипович Хакимов.

## Доф

Александр Петрович Яровой, Оксана Александровна Орлова.

## Ждц

Роман Петрович Винник, Юрий Михайлович Касьяненко, Александр Николаевич Овчинников.

## Совет ветеранов

Анна Семёновна Чисникова, Любовь Алексеевна Коржова, Михаил Васильевич Ходотаев, Александр Николаевич Бочаров, Игорь Нарзилович Кабилов, Леонид Проконьевич Михеев, Виталий Михайлович Якунин.

Желаем крепкого здоровья, счастья, добра!



## ЭНЕРГИЯ ПОЗИТИВА

## ПОБЕДИЛИ ВСЕ

В начале июня на комбинате прошли два замечательных мероприятия, посвящённых Международному дню защиты детей – конкурс рисунков и онлайн-викторина. Чтобы обеспечить бесконтактный режим, организаторы – служба корпоративной социальной политики – воспользовались популярным мессенджером «WhatsApp». Откликнулись десятки ребят, чьи папы и мамы трудятся на нашем предприятии. Рисовали на свободную

тему, поэтому фантазия маленьких художников разгулялась не на шутку. Природа, производственные пейзажи, натюрморты получились красочными и креативными! На вопросы викторины отвечали ребята в возрасте от семи до 13 лет. Все отлично справились с заданиями и показали высокий уровень знаний. После викторины умники и умницы продолжают общаться в группе: они обмениваются своими идеями, пожеланиями хорошего дня, обсужда-

ют дальнейшее участие в мероприятиях комбината. Ребята подружились, им весело вместе.

Подводя итоги, члены жюри немного растерялись: все рисунки прекрасны, а ответы на вопросы викторины точны и быстры. В итоге взрослые решили поощрить всех талантливых детей. «Победили все!» – такое единодушное мнение высказали экзаменаторы. Ко всеобщей радости каждый ребёнок получил награду: художники – подарочные сертификаты в



ФОТО ЕВГЕНИЯ БРЮКВИНА

Призы для детей

магазин «Детский мир», наборы для домашней участницы викторины – вечеринки.

## АЙДА НА ВИРТУАЛЬНУЮ ЭКСКУРСИЮ

В Центре патриотического воспитания «За Родину!» всегда было многолюдно. Целые классы приходили, чтобы посмотреть на уникальные экспонаты времён Великой Отечественной войны. Но сейчас из-за профилактики коронавирусной инфекции в музее тишина. И как многие другие учреждения культуры города, центр начал более активно осваивать интернет-платформу: было решено провести виртуальные экскурсии. Инициаторами онлайн-выставки стали: руководитель цен-

тра и инструктор по патриотическому воспитанию комбината КМАруда Александр Юдин, педагог-методист Жанна Аршинова и журналисты губкинского телерадиокомитета. Теперь любой желающий, не выходя из дома, может ознакомиться с экспозициями залов Великой Отечественной и русской старины, узнать

историю создания центра. Гидами выступили: Александр Юдин, командир отряда юных поисковиков «Дружина» Мария Бородина, руководитель этнографического кружка «Прикоснёмся к истокам» Галина Андриянова. Онлайн-экскурсии транслируются на сайте Центра патриотического воспитания «За Родину!».



Сканируйте QR-код для просмотра экскурсии на сайте



## ВЕЛОПРОБЕГ В ДЕНЬ РОССИИ

12 июня велосипедисты комбината КМАруда стали участниками городского велопробега, посвящённого Дню России. Спортсмены собрались у ЦКР «Форум», а финишировали у ДС «Кристалл», преодолев под палящим солнцем около пяти километров. Несмотря на жару, велопробег подарил массу позитивных эмоций и впечатлений.



ФОТО ОЛЬГИ КОНОНЫХИНОЙ

Валентина Смолякова: «Хорошо вперёд катиться»

COVID-2019

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ НА ПЕРИОД ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА  
8-800-555-49-43



1. На период ограничительных мероприятий необходимо исключить или максимально ограничить контакты детей.



2. Регулярно проветривайте помещение, не реже 1 раза в день проводите влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Делайте дезинфекцию упаковки продуктов после доставки их домой.



3. Летние кафе, парки, скверы и рекреационные зоны, музеи, выставочные залы и библиотеки посещайте в индивидуальном режиме. Спортивные площадки и стадионы открыты только для индивидуальных занятий.



4. Гуляйте с детьми на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.



5. Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми.



6. Перед выходом из квартиры ребёнку нужно объяснить, что за её пределами нельзя прикасаться руками к лицу и каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.



7. После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки, умыться лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос.



8. При достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус сохраняет жизнеспособность до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус даёт лёгкую или стёртую форму заболевания. Такие люди часто становятся источниками инфекции.

## 5+ ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ НАУКА конкурс для детей работников комбината (до 14 лет включительно)

Напишите сказку, сюжет или герои которой связаны с наукой и техникой. Сделайте рисунок или поделку на научно-техническую тему.

Работы приносите в профком.  
Тел. для справок: 9-64-75.

## ОТДЕЛ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ КОМБИНАТА

ПРИНИМАЕТ ЗАКАЗЫ НА ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПОЛУФАБРИКАТОВ (ПЕЛЬМЕНЕЙ, ВАРЕНИКОВ), А ТАКЖЕ ПИРОГОВ, ПИЦЦЫ, БИСКВИТНЫХ РУЛЕТОВ.



ЧТОБЫ ЗАКАЗАТЬ ПРОДУКЦИЮ, ОБРАЩАЙТЕСЬ В СТОЛОВЫЕ ПРЕДПРИЯТИЯ. ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ СПРАВОК:  
9-67-60 (ШАХТА), 9-67-54 (УПРАВЛЕНИЕ), 9-69-19 (ДОФ-1), 9-63-36 (ДОФ-2)

Профком, коллектив РСЦ выражают искренние соболезнования Олегу Юрьевичу Тихонову по поводу смерти отца. Скорбим вместе с вами.

Совет ветеранов комбината глубоко скорбит по поводу смерти бывшей работницы Янаковой Анны Александровны и выражает соболезнование родным и близким покойной.

ГОРНЯК

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ  
АО «КОМБИНАТ КМАРУДА»

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:

309182, г. Губкин Белгородской области, ул. Артёма, д. 2, АО «Комбинат КМАруда».

ТЕЛЕФОНЫ РЕДАКЦИИ:  
9-65-91, 9-64-35, 9-65-81.

E-mail: gorniak@kmaruda.ru

Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» г. Воронеж, пр. Труда, 48 л.

Время подписания в печать по графику – 14.00 и фактическое – 14.00.

Тираж 2932 экз. Объем 2 п.л. Заказ 4660. Распространяется бесплатно. Газета выходит 1 раз в две недели по пятницам. Печать – офсетная.

Газета зарегистрирована Центрально-Чернозёмным региональным управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ о СМИ (г. Воронеж, 1997 год).

Свидетельство № В 1256.

Вёрстка Н.В. ВАЙЛЕРДТ

И.о. гл. редактора О.А. КОНОНЫХИНА

